



Australian Government



တၢ်လၢဘၣ်ကွၢ်လၢ်မ့ၢ်တၢ်မနုၤလဲၣ် COVID-19 ကသံၣ်ဆဲးဒီသဒါအမ့ၢ်န့ၢ်လၢ တၢ်ကမၤအီၤဖဲနသးပုၤတၢ်ကွၢ်ထွဲကဟ့ၣ်က ယၢ်အလီၢ်အကျဲ

တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤလၢပုၤအိၣ်ဆိးဖဲန့ၣ်တဖၣ်,ဟံၣ်ဖိသီဖိတဖၣ်,ပုၤကွၢ်ထွဲကဟ့ၣ်ကယၢ်တၢ်တဖၣ်ဒီးပုၤလၢတၢ်အဲၣ်ဘၣ်အီၤတဖၣ်အဂီၢ်

အီးစတြဲလယါအပဒိၣ်အိၣ်ဒီးတၢ်မၤအကျဲခိၣ်သ့ၣ်လၢတၢ်ကဟ့ၣ်လီၤ COVID-19 အကသံၣ်ဆဲးဒီသဒါတဖၣ်ဆူပုၤကိးဂၤဒဲးလၢအအိၣ်ဆိးလၢအီးစတြဲလယါအပူၤန့ၣ်လီၤ.

သးပုၤတၢ်ကွၢ်ထွဲကဟ့ၣ်ကယၢ်ဂ့ၢ်ဝီအပုၤမၤတၢ်ဖိတဖၣ်ဒီးပုၤအိၣ်ဆိးဖဲန့ၣ်တဖၣ်ကမ့ၢ်ပုၤအိၣ်ထံးတကရူၢ်လၢတၢ်ဃုထာယၢ်အီၤလၢအကဒီးန့ၢ်ဘၣ် COVID-19 အကသံၣ်ဆဲးဒီသဒါန့ၣ်လီၤ.တၢ်အံၤဘၣ်ထွဲဒီး [တၢ်မၤအပတီၢ်၁ \(Phase 1a\)](#) လၢအမ့ၢ်အီး စတြဲလယါ COVID-19 ကသံၣ်ဆဲးဒီသဒါအတၢ်ထုးထီၣ်ဟ့ၣ်လီၤ [ဆူထံကီၢ်ဒိတဘျီအတၢ်မၤအကျဲခိၣ်သ့ၣ်န့ၣ်လီၤ.](#)

COVID-19 အကသံၣ်ဆဲးဒီသဒါလၢပုၤသးပုၤတၢ်ကွၢ်ထွဲကဟ့ၣ်က ယၢ်တၢ်အလီၢ်အကျဲအပုၤမၤတၢ်ဖိတဖၣ်ဒီးပုၤအိၣ်ဆိးဖဲန့ၣ်တဖၣ်ကဘၣ်တၢ်မၤအီၤလၢသးပုၤတၢ်ကွၢ်ထွဲကဟ့ၣ်ကယၢ်အတၢ်လီၢ်တၢ်ကျဲတဖၣ်အပူၤန့ၣ်လီၤ.န့ၣ်တၢ်လီၢ်ပုၤဘၣ်မူဘၣ်ဒါတဖၣ်ကဒုးသ့ၣ်ညါန့ၣ်ဒီးမုၢ်န့ၣ်လၢတၢ်ကဟ့ၣ်န့ၣ်ဒီးကသံၣ်ဆဲးဒီသဒါန့ၣ်လီၤ.

လံာ်လဲၣ်တခါအံၤကဟ့ၣ်န့ၣ်,နဟံၣ်ဖိသီဖိ,ပုၤကွၢ်ထွဲကဟ့ၣ်ကယၢ်တၢ်တဖၣ်ဒီးပုၤလၢတၢ်အဲၣ်ဘၣ်အီၤဒီးတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤဘၣ်ဃးတၢ်လၢနကွၢ်လၢ်အီၤသ့ဖဲတၢ်ကဆဲးန့ၣ်ဒီးကသံၣ်ဆဲးဒီသဒါကတုၤဘူးထီၣ်ဒီးဖဲမ့ၢ်တုၤအမ့ၢ်တန့ၣ်န့ၣ်လီၤ.

တချူးတံဆိးန့ၢ်ကသံၣ်ဒီသဒါအမုၢ်နံၤဘၣ်န့ၣ်

- အီးစတြဲလယါအပဒိၣ်ကရဲၣ်ကျဲၤလီၤဝဲဒၣ်လၢကသံၣ်ဒီသဒါတဖၣ်တၢ်ကဟဲဆုၢ်အီးဆူနသးပုၢ်တၢ်ကွၢ်ထွဲကဟ့ၢ်ကယၢ်အလီၢ်အကျဲန့ၣ်လီၤ.
- အီးစတြဲလယါအပဒိၣ်ကထၢဖိၣ်မၤန့ၢ်စ့ၢ်ကီးပုၤကူစါယါဘျါတၢ်တဖၣ်လၢအကလဲၤဆူနသးပုၢ်တၢ်ကွၢ်ထွဲကဟ့ၢ်ကယၢ်အလီၢ်အကျဲဒီးဆဲးန့ၢ်ကသံၣ်ဒီသဒါလၢပုၤအိၣ်ဆိးဖဲန့ၣ်ဒီးပုၤမၤတၢ်ဖိအဂီၢ်န့ၣ်လီၤ. တၢ်ကူစါယါဘျါအပုၤမၤတၢ်ဖိတဖၣ်ကမၤသကိးတၢ်ဘူးဘူးတံၢ်တံၢ်ဒီးနတၢ်သ့ၣ်ထီၣ်ပုၤဘၣ်မူဘၣ်ဒါတဖၣ်တုၤလီၤလၢမုၢ်နံၤလၢတၢ်ကဆဲးကသံၣ်ဘၣ်တစုၤလၢတၢ်ကရဲၣ်ကျဲၤဒီးမၤလီၤတၢ်မုၢ်တနံၤလၢတၢ်ဆဲးဟ့ၣ်လီၤကသံၣ်ဒီသဒါအကသီန့ၣ်လဲၤအသးပုၤပုၤဖျဲးဖျဲးဒီးတုၤလီၤတီၤလီၤန့ၣ်လီၤ.
- နသးပုၢ်တၢ်ကွၢ်ထွဲကဟ့ၢ်ကယၢ်အလီၢ်အကျဲပုၤဘၣ်မူဘၣ်ဒါကသံၣ်ကွၢ်န့ၣ်, ဒီးနပုၤလၢအမၤစၢၤဆၢတံၢ်စၢၤန့ၣ်တၢ်(ဖဲန့ၢ်ဟံၣ်လီၤဃာ်တဂၤ)လၢတၢ်ကဟ့ၣ်တၢ်ပျဲလၢတၢ်ကဒီးန့ၣ် COVID-19 အကသံၣ်ဆဲးဒီသဒါန့ၣ်လီၤ.
 - တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤတဖၣ်အိၣ်ဝဲဒၣ်လၢနဂီၢ်မုၢ်ဒိးသိးနကမၤတၢ်ဆၢတံၢ်စၢၤလၢအအိၣ်ဒီးတၢ်သ့ၣ်ညါတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤဘၣ်ဃး COVID-19 အကသံၣ်ဆဲးဒီသဒါန့ၣ်လီၤ.
ဖဲန့ၢ်တဒီးန့ၢ်ဘၣ်ဒီးတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤတခါအံၤလၢအဟဲခီဖျိနတၢ်လီၢ်တၢ်ကျဲပုၤဘၣ်မူဘၣ်ဒါတဖၣ်န့ၣ်ဘၣ်ဒီး, နထံၣ်န့ၢ်လံာ်တခါအံၤအဒိတဘျီလၢတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့အဝဲၤကျိၤအဟံၣ်ယဲၤသန့န့ၣ်သ့လီၤ.
 - တချူးနဟ့ၣ်တၢ်ပျဲန့ၣ်, နၤ, နဟံၣ်ဖိဃီဖိ, ပုၤကွၢ်ထွဲကဟ့ၢ်ကယၢ်တၢ်တဖၣ်ဒီးပုၤမၤတၢ်ဆၢတံၢ်စၢၤတဖၣ်ဃုထၢလၢတၢ်ကဟဲဃုာ်မၤသကိးဃုာ်တၢ်ဒီးတၢ်ကူစါယါဘျါအပုၤမၤတၢ်ဖိလၢနတၢ်လီၢ်တၢ်ကျဲ, ကသံၣ်သရၣ်ထီၣ်ရီၤမ့တမ့ၢ်တၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့အပုၤစဲၣ်နီၤလၢအဂၤတဖၣ်ဒိးသိးတၢ်ကတဲသကိးတၢ်ဘျူးတၢ်ဖိၣ်တဖၣ်ဒီးတၢ်လီၤပျဲတဖၣ်လၢကသံၣ်ဆဲးဒီသဒါအဂီၢ်ဒီးမုၢ်တၢ်အံၤကြၢၤဘၣ်ဝဲဒၣ်လၢနဂီၢ်လၢတၢ်ကဒီးန့ၣ် COVID-19 အကသံၣ်ဆဲးဒီသဒါန့ၣ်လီၤ.
- တၢ်ကူစါယါဘျါအပုၤမၤတၢ်ဖိလၢနတၢ်အိၣ်ဆိးအလီၢ်အကျဲကသမံသမိးနတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့လၢတၢ်ကမၤလီၤတံၢ်ဝဲဒၣ်လၢနတၢ်အိၣ်သးဖိးမဲဝဲဒၣ်လၢနကဒီးန့ၢ်ဘၣ်ကသံၣ်ဒီသဒါန့ၣ်လီၤ. ဖဲနတၢ်အိၣ်တၢ်ဆိးအလီၢ်အကျဲပုၤဘၣ်မူဘၣ်ဒါမုၢ်အိၣ်ဒီးတၢ်ဘၣ်ယိၣ်လၢအဘၣ်ထွဲဒီးနတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့န့ၣ်အဝဲသ့ၣ်ကတဲသကိးတၢ်ဒီးနကသံၣ်သရၣ်ထီၣ်ရီၤန့ၣ်လီၤ. နကတီၢ်စ့ၢ်ကီးတၢ်ဒီးနကသံၣ်သရၣ်ထီၣ်ရီၤလၢတၢ်ဆၢကတီၢ်တခါလၢလၢအဘၣ်ဃးဒီးနတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့ဒီး COVID-19 အကသံၣ်ဆဲးဒီသဒါအဂ့ၢ်န့ၣ်သ့လီၤ.
- ဖဲန့ၢ်ဟ့ၣ်တၢ်ပျဲလၢတၢ်ကဒီးန့ၣ် COVID-19 အကသံၣ်ဒီသဒါန့ၣ် နသးပုၢ်တၢ်ကွၢ်ထွဲကဟ့ၢ်ကယၢ်အလီၢ်အကျဲကဆဲးလီၤန့ၢ်နမံၤလၢတၢ်ကဒီးန့ၢ်ကသံၣ်ဆဲးဒီသဒါန့ၣ်လီၤ. ပုၤဘၣ်မူဘၣ်ဒါလၢနတၢ်အိၣ်တၢ်ဆိးအလီၢ်ကပၤဆုၢ်ဝဲဒၣ်ကယဲၤမုၢ်တၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျဲၤလၢတၢ်ဆဲးကသံၣ်ဒီသဒါအမုၢ်နံၤအဂီၢ်ဃုာ်ဒီးကသံၣ်ဆဲးဒီသဒါပုၤမၤတၢ်ဖိန့ၣ်

လီ။

- COVID အကသံဃ်ဆဲးဒီသဒါနနကသံဃ်သရဉ်ထီရီၤတလိဉ်ကွဲးဟ့ၣ်လီၤနဒီးတၢ်ပျဲဘဉ်.
- နအိဉ်ဒီးခွဲးယၢ်လၢတၢ်ကမၤန့ၢ်သ့ဝဲဒၣ်သးပှၢ်တၢ်ကွၢ်ထွဲကဟ့ၣ်ကယၢ်အပှၢ်ကတိၤခဲးတၢ်တဂၤန့ၢ်လီၤ. တၢ်မၤစၢၤအတၢ်ဖဲးတၢ်မၤတခါလၢအလဲၤခီဖျိ OPAN န့ၢ်အပှၢ်တအိဉ်ဘဉ်,တၢ်ဟ်အီၤဒ်တၢ်ခူသ့ၣ်ဒီးအိဉ်ဆၢ ထၢဉ်သဘျုဝဲဒၣ်လၢပဒိဉ်ဒီးပှၢ်ဟ့ၣ်သးပှၢ်တၢ်ကွၢ်ထွဲကဟ့ၣ်ကယၢ်တဖၣ်န့ၢ်လီၤ.သးပှၢ်တၢ်ကွၢ်ထွဲကဟ့ၣ်ကယၢ် အပှၢ်ကတိၤခဲးတၢ်တဖၣ်လၢအအိဉ်လၢနကီၢ်စဲၣ်မ့တမ့ၢ်နဟီဉ်ကဝီၤန့ၢ်အိဉ်ဝဲဒၣ်လၢ 1800 700 600 မ့တမ့ၢ် at opan.com.au န့ၢ်လီၤ.

ဖဲတၢ်ဆဲးန့ၢ်ကသံဃ်ဒီသဒါအနံၤ

- ဖဲနမ့ၢ်တီၢ်ဟ်လၢတၢ်ကမၤန့ၢ်ကသံဃ်ဆဲးဒီသဒါန့ၢ်,တၢ်ကူစါယါဘျါအပှၢ်မၤတၢ်ဖိလၢနတၢ်အိဉ်တၢ်ဆိးအလီၢ်က ကွၢ်သမံသမိးလၢတၢ်ကမၤလီၤတၢ်နအိဉ်ဆူဉ်အိဉ်ချ့ဝဲဒၣ်ဖဲတၢ်ကဆဲးန့ၢ်ကသံဃ်ဒီသဒါအနံၤန့ၢ်လီၤ.ဖဲနမ့ၢ်အိဉ် ထီဉ်ဒီးတၢ်ဆူးတၢ်ဆါအတၢ်ဂ့ၢ်ကီတမံမံဖဲတၢ်ဆဲးကသံဃ်ဒီသဒါအနံၤန့ၢ်နသးပှၢ်တၢ်ကွၢ်ထွဲကဟ့ၣ်ကယၢ်အ လီၢ်အကျဲအပှၢ်ဘဉ်မူဘဉ်ဒါတဖၣ်ကကတိၤတၢ်ဒီးန ကသံဃ်သရဉ်ထီရီၤလၢတၢ်ကဆၢတဲာ်မ့ၢ်နဆဲးကသံဃ်ဒီသ ဒါသ့ဒါမ့တမ့ၢ်တၢ်ကဘဉ်သးကွံာ်တၢ်ဆၢကတီၢ်ဒါအဂ့ၢ်န့ၢ်လီၤ.
- နယုထၢလၢပှၢ်လၢအဆိဉ်ထွဲမၤစၢၤနတဂၤကဟဲဆူနသးပှၢ်တၢ်ကွၢ်ထွဲကဟ့ၣ်ကယၢ်အလီၢ်ဖဲတၢ်ဆဲးန့ၢ်ကသံဃ် အနံၤလၢတၢ်ကမၤစၢၤဒီးဆိဉ်ထွဲန့ၢ်လီၤ. တၢ်အံၤဟ်ဃုာ်ပှၢ်တဂၤလၢကကျိးထံတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤမ့တမ့ၢ်ဟ့ၣ် နဒီးတၢ်တဲလီၤတၢ်နသးဖဲနမ့ၢ်အိဉ်ဒီးတၢ်ဘဉ်ယိဉ်ဘဉ်ဘီအခါန့ၢ်လီၤ.
- ဒ်ကသံဃ်ဆဲးဒီသဒါတၢ်ဆါလၢအဂၤတခါလၢလၢအသိး,ဘဉ်တဘဉ်နကဒီးန့ၢ်ဘဉ်ကသံဃ်အတၢ်ဒိဘဉ်မၤဟူးဖဲ ဆဲးဝဲဒၣ် COVID-19 အကသံဃ်ဆဲးဒီသဒါတၢ်ဆါဝံၤအလီၢ်ခံန့ၢ်လီၤ.တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤဘဉ်သးတၢ်လၢန ကဘဉ် ကွၢ်လၢဟ်အီၤဖဲနကသံဃ်ဆဲးဒီသဒါတၢ်ဆါအံၤကဘဉ်တၢ်ဟ့ၣ်လီၤနခီဖျိတၢ်ကူစါယါဘျါအပှၢ်မၤတၢ်ဖိလၢအ ကဆဲးန့ၢ်နဒီးကသံဃ်အံၤမ့ၢ်မနုၤလဲဉ်. တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤအံၤအိဉ်စ့ၢ်ကီၢ်ဝဲဒၣ်လၢ [ဝဲၤကျိၤလၢတၢ်အိဉ်ဆူဉ်အိဉ်ချ့အပှၢ်ယဲၤဘျးစဲးန့ၢ်လီၤ.](#)
- ဖဲနဆဲးကသံဃ်ဒီသဒါဝံၤအလီၢ်ခံ,ပှၢ်မၤတၢ်ဖိလၢနသးပှၢ်တၢ်ကွၢ်ထွဲ ကဟ့ၣ်ကယၢ်အလီၢ်ကဘဉ်တၢ်ကွၢ်ဟ့ၣ် နဘျးဘျးန့ၢ်လီၤ. ဖဲနတူၢ်ဘဉ်တၢ်တမ့ၢ်တလၢဖဲဒီးန့ၢ်နတၢ်သံဃ်ဆဲးဒီသဒါဝံၤအလီၢ်ခံမၤလီၤတၢ်

မၤသ့ၣ်ညါသးဒီးတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤလၢအံၤကတၢ်လၢတၢ်န့ၢ်အီၤသ့

နယုသ့ၣ်ညါအါထီဉ်တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤလၢအံၤဟ်ဃုာ်တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤလၢတၢ်ကျိးထံဟ်စၢၤလဲအသးလၢအအိဉ်လၢဝဲၤကျိၤ လၢတၢ်အိဉ်ဆူဉ်အိဉ်ချ့ [COVID-19 ကသံဃ်ဆဲးဒီသဒါအပှၢ်ယဲၤဘျးစဲး](#). နထၢနံ [COVID-19 ကသံဃ်ဆဲးဒီသဒါတၢ်ဆါအတၢ်ဂ့ၢ်လၢ ခံကတၢ်](#).

နက်ဆေးကူးစွဲဒဏ်ထိခံစားရခြင်းအတတ်မဲ့အလီကျိုး (National Coronavirus Helpline) လာ 1800 020 080, ဒီဃူနိုဘန်ပုဂံတိကျိုးထံတတ်တဂါဖဲမုန်လိန်ဘန်အခါတကွာ်.

ပုဂံသးပုဂံတဖန်အဂီၢ်တက်ကတိၤခဲးတၢ်အပုဂံဘျးစဲ [Older Persons Advocacy Network \(OPAN\)](https://www.opan.com.au) နှံအိန်ဝဲဒဏ်ဖဲန မုန်ကအဲဒ်ဒီးကတိၤသကိးတၢ်ဘန်ဃးတၢ်ဂုၢ်တမံၤလၢလၢအခါမုတမုၢ်တၢ်ဘန်ယိန်ဘန်ဘီလၢအအိန်ဒီးနၤလၢအဘန်ထွဲဒီး COVID-19 မုတမုၢ်ဖဲနမုၢ်ကလိန်ဘန်တၢ်မၤစၢၤလၢတၢ်ကဘျး စဲမၤသကိးဃုာ်တၢ်ဒီးနသးပုဂံတၢ်ကွၢ်ထွဲကဟုကယၢ်အပုဂံဟ့ၢ်တၢ်အခါနှံလီၤ. ကိးဘန် 1800 237 981, ဂီၤ 6- ဟါ 10 (AEDT), တနံ 7 သီ covid@opan.com.au.