တၢ်မံဃုာ်–တၢ်အံၤမ့ၢ်နတၢ်ဆၢတဲာ်

တၢ်အံၤမ့ၢ်တၢ်အကါ်ာ်ဉၢနကမၤနတၢ်ဆၢတဲာ်ာ်ဉနနိ်ၢ်ကစၢ်ဘဉ်ဃးနနိ်ၢ်ခီ်းဖဲလၢ နအဲဉ်ီးမံဃုာ်အခါန့ဉ်လီၤ.အခီပညီမ့ၢ်ဝဲဆၢတဲာ်တၢ်လၢအဘဉ်လၢနဂီၢ်နှ့ဉ်လီၤ.

လၢကမံဃုာ်အခါဖဲလဲဉ်နှ့ဉ်မတၢ တဂၤဆၢတဲာ်လဲဉ်.

ယမ့ၢ်ဆၢတဲာ်လၢယတအဲဉ်ီး မံဃုာ်နှ့ဉ်တၢ်မနုၤကကဲထိဉ်အသးလဲဉ်.

နဆၢတဲာ်အိၤ–

- ဖဲနမ့ၢ်အဲဉ်ီးမံဃုာ်မ့တမ့ၢ်တအဲဉ်ီးမံဃုာ်
- ကပတုာ်တၢ်မံဃုာ်တကတိၢ်လၢ်လၢ်ဖဲနအၢဉ်လီၤတူၢ်လိာ်အိၤဝံၤ'ဉ်လဲာ်
- တၢ်လၢနသးအိဉ်မၤအိၤ်ီးတသးအိဉ်မၤအိၤဖဲတၢ်မံဃုာ်အဆၢကတိၢ်
- တၢ်မံဃုာ်အကလုာ်လၢနအဲဉ်ီးအိၤ

ထိဘိနှ့ဉ်နအိဉ်ီးတၢ်ခွဲးတၢ်ယာ်လၢနကဆၢတဲာ်ဖဲနတ အဲဉ်ီးမံဃုာ်အခါန့ဉ်လီၤ.နမ့ၢ်တူၢ်ဘဉ်မ့ၢ်တမုာ်မ့တမ့ၢ်တပူ ၊ဖျုၤ်ီးတၢ်ဘဉ်ယိဉ်ဘဉ်ီးတၢ်အံၤတမ့ၢ်တၢ်ဆၢကတိၢ်အဘဉ် လၢနကမံဃုာ်အဂိၢ်ဘဉ်နှ့ဉ်လီၤ.

ဖဲအံၤအိဉ်ီးအကျိၤအကျဲအဂၤသ့ဉ်တဖဉ်လၢကအိဉ် ဘူးအိဉ်တံၢ်လၢတအိဉ်ီးတၢ်မံဃုာ်နှ့ဉ်လီၤ.နအိဉ်ဘူးအိဉ် တံၢ်လၢနိ်ၢ်ခိသ့ဝဲ'ဉ်ခီဖျိတၢ်ထိးဘူးီ်းတၢ်နၢမ့ၢ်ီ:ုးအိဉ်ထိဉ် သးအတၢ်တူၢ်ဘဉ်ဘူးဘူးတံၢ်တံၢ်ခီဖျိတၢ်ရ့လိာ်လၢအ အိဉ်ီးတၢ်အံးထွဲကွၢ်ထွဲသ့ဝဲနှ့ဉ်လီၤ.

နၢ်ီးပှၤလၢနအဲဉ်ီးမံဃုာ်ီးအိၤခံဂၤလၢာ်အံၤကဘဉ်အၢဉ်လီၤတူၢ်လိာ်လၢအဲဉ်ီးမံဃုာ်တချုးမံဃုာ်ီးဘဉ်အခါန့ဉ်လီၤ. တၢ်အံၤနှ့ဉ်တၢ်ကိးအိၤလၢတၢ်ဟ့ဉ်တၢ်ပျဲနှ့ဉ်လီၤ.

ပှၤတဂၤဂၤလၢအမံဃုာ်ီးနၤလၢတအိဉ်ီးနတၢ်ဟ့ဉ်တၢ်ပျဲနှ့ဉ်,တၢ်ဟံးနှ့ၢ်အိၤတၢ်ကမဉ်လၢတၢ်မၤကမဉ်ကွိၢ်မ့ဉ်သ့ဝဲနှ့ဉ်လီၤ.

ဖဲနှ့ဉ်အိဉ်စ့ၢ်ကိးီ်ီးတၢ်ဘျၢသဲစးလၢတၢ်မံဃုာ်ဖဲသးနံဉ်လီၤဆိသ့ဉ်တဖဉ်နှ့ဉ်လီၤ.

MULTICULTURAL CENTRE FOR WOMEN'S HEALTH

family planning victoria
Reproductive & Sexual Health
Care. Education. Advocacy.

တၢ်မံဃုာ်–တၢ်အံၤမ့ၢ်နတၢ်ဆၢတဲာ်

တၢ်မၤနုၤသ့ၣ်တဖၣ်နၣ်အိၣ်ီးတၢ်ပူၤဖျဲးီးတၢ်ဘၣ်ယိၣ်လၢတၢ်မံဃုာ်အဂီၢ်လဲၣ်.

တၢ်မံယုာ်လၢအပူၤဖျဲးီးတၢ်ဘၣ်ယိၣ်အခိပညီမ့ၢ်ဝဲ–

- မံယုာ်ဖဲပှၤလၢအမံယုာ်လိာ်သးသ့ၣ်တဖၣ်အိၣ်ကတဲာ်ကတီၤသးအခါ
- ီသ'ၢနနိ်ၢ်ကစၢ်ီးပှၤလၢနမံယုာ်ီးအီၤ လၢမ့ၣ်ခ္ဆါသ့ၣ်ထံးအတၢ်ဆူးတၢ်ဆါလၢအဘၣ်ကူဘၣ်ဂ်သ့သ့ၣ်တဖၣ် (STIs)
- ီသ'ၢနနိ်ၢ်ကစၢ်ီးပှၤလၢနမံယုာ်ီးအီၤ လၢဟုးသးလၢတၢ်တကတဲာ်ကတီၤဟ်

ကတိၤသကိးဘၣ်ယးတၢ်မံယုာ်လၢအပူၤဖျဲးီးတၢ်ဘၣ်ယိၣ်ီးတၢ်ီ သ'ၢဟုးသးတချုးလၢတၢ်မံယုာ်လိာ်သးအံၤမ့ၢ်တၢ်အကၢ်ိၣ် လၢတၢ်ရှလိာ်မ့ၣ်လိာ်လၢအပဲၤီးတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့နၣ်လီၤ.

တၢ်ီ သ'ၢဟုးအကလုာ်တဖၣ်

ထ့ၣ်ဘိဆ့ၣ်
ယုာ်ဒီး
ထ့ၣ်ဖျိၣ်

ဖျိၣ်ထ့ၣ်ဖျိၣ်ီ သိးနကၢ်ီ သ'ၢနနိ်ၢ်ကစၢ်လၢ *STIs*ီ: *BBVs* အဂီၢ်

ဂ်ၢ်ခိၣ်ထံးတၢ်ဂ့ၢ်–
http://www.fpv.org.au/sex-its-your-decision

ဆူညါတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိ–

- ကျိးကသံၣ်သရၣ်/မ့ၣ်မ့တမ့ၢ်ပှၤကွၢ်ပှၤဆါ
- လဲၤဟးဆူ Family Planning Victoria's clinic
- လဲၤဟးဆူ Multicultural Centre for Women's Health (တၢ်ဆဲးတၢ်လၢအါမံၤလိ်ၢ်ခၢၣ်သးလၢပိာ်မ့ၣ်ဆူၣ်ချ့အဂီၢ်) –လၢပိာ်မ့ၣ်လၢအိၣ်းတၢ်ဆဲးတၢ်လၢီ ကျိာ်လိၤဆိသ့ၣ်တဖၣ်အဂီၢ်
- လဲၤဟးဆူ Equinox–ပှၤလၢအဆိတလဲအမ့ၣ်ခ္ဆါသ့ၣ်ထံးကၢ်ဂိၤ အတၢ်ဟ့ၣ်မၤစၢၤအဂီၢ်
- လဲၤဟးဆူ Pronto–လၢပိာ်ခ္ဆါလၢအမံယုာ်ီးပိာ်ခ္ဆါအဂီၢ်
- လဲၤဟးဆူ Minus 18–လၢမ့ၣ်သးစၢ်သးစဲမ့ၣ်,ခ္ဆါသးစၢ်သးစဲခ္ဆါ,ဒဲၣ်မ့ၣ်ခ္ဆါခံမံၤလၢာ်ီးပှၤဆိတလဲမ့ၣ်ခ္ဆါသ့ၣ်ထံးမ့ တမ့ၢ်ပှၤလၢအအိၣ်ီးသ့ၣ်ထံးခံမံၤလၢာ်လၢအလိၤ (LGBTI) သ့ၣ်တဖၣ်အဂီၢ်
- လဲၤဟးဆူ TouchBase–တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤ,တၢ်ဆိၣ်ထ့ဆမၤစၢၤီ တၢ်ဟ့ၣ်မၤစၢၤတဖၣ်လၢ LGBTI သ့ၣ်တဖၣ်အဂီၢ်
- နၣ်လိၤကွၢ်ဖဟံၣ်ဖိယိဖိတၢ်တိာ်ကျဲၤ Victoria ပှာ်ယဲၤသနၣ်လၢ ဆူညါတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤတဖၣ်အဂီၢ်ဘၣ်ယးသးနံၣ်လၢတၢ်ဟ့ၣ်ပျဲၤ.

တၢ်ဟ်ဖျါ–တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤအံၤဘၣ်တၢ်'ုးအိၣ်ထိၣ်အီၤလၢတၢ်တၢ်ဝိၣ်တၢ်ဝိယုာ်ီးတၢ်အၢၣ်လိၤတူၢ်လိာ်အီၤခိဖျိ–တၢ်ဆဲးတၢ်လၢအါမံၤလိ်ၢ်ခၢၣ်သးလၢပိာ်မ့ၣ်ဆူၣ်ချ့အဂီၢ်နၣ်လီၤ.တၢ်ဟ့ၣ်လိၤကွဲာ်လဲာ်ကဘျုးပၤလၢတၢ်ဂ့ၢ်လိၤတၢ်အဂီၢ်အံၤဟ့ၣ်လိၤထဲ'ၣ်တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤညီနၢ်သ့ၣ်တဖၣ်နၣ်လီၤ.တၢ်အကြားအဘၣ်ီးတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤညီနၢ်အံၤလိၤဆိလိာ်သးလၢပှၤတဂၤီ:တဂၤ,ီ:သနၢ်ထိၣ်အသးလၢပှၤတဂၤစုာ်စုာ်အတၢ်အိၣ်သးတဖၣ်နၣ်လီၤ.နကြားယုာ်:နၢ်ကသံၣ်ကသီမ့တမ့ၢ်သဲးစးအတၢ်ဟ့ၣ်ကူၣ်လၢနနိ်ၢ်ကစၢ်တဂၤစုာ်စုာ်အတၢ်အိၣ်သးတဖၣ်နၣ်လီၤ. တၢ်ကွဲးီ:ကွဲးဆဲ© တၢ်ကွဲးီ ကွဲးဆဲလၢတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤဖဲကဘျုးပၤလၢတၢ်ဂ့ၢ်လိၤတၢ်အဂီၢ်အံၤဘၣ်တၢ်ပၢအီၤလၢဟံၣ်ဖိယိဖိတၢ်တိာ်ကျဲၤဝဲၣ်ထိရုံယါ(မ့တမ့ၢ်.ဖဲတၢ်ဂ့ၢ်တနီ:နၣ်ဘၣ်တၢ်ပၢအီၤလၢပှၤသၢဖုတဖၣ်သ့ၣ်တဖၣ်)ီ:ီ:သနၢ်ထိၣ်အသးလၢဒဖ့ဖစတၢ်ကွဲးီ ကွဲးဆဲသဲစးနၣ်လီၤ.ပဟ့ၣ်တၢ်ပျဲလၢတၢ်ကၢ'ုးအိၣ်ခၢထိၣ်မ့တမ့ၢ်ဟ့ၣ်နီ:လိၤတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤပတၢ်ကွဲးီ ကွဲးဆဲအပီးအလိတဖၣ်ဖဲလၢနမ့မ့ၢ်ကူၣ်သ့တၢ်ကရၢကရိလၢတဟံးနၢ်တၢ်အဘျုးအဖိၣ်.လၢတၢ်ပညီၣ်လၢတၢ်ဟ့ၣ်လိၤတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤဆူနပှၤကွၣ်ဖိတဖၣ်အအိၣ်လၢတၢ်အိၣ်သးလၢနၢ'ုးဟ်ယုာ် တၢ်ဟ့ၣ်လိၤကွဲာ်တဖၣ်လၢအဘၣ်ထ့ီးတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤအခါနၣ်လီၤ.တၢ်ထုးထိၣ်မ့တမ့ၢ်တၢ်ဟ့ၣ်လိၤတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤဘၣ်ယးပတၢ်ဖိတၢ်လံၤတခါလၢ်လၢ်အံၤလိၣ်ဘၣ်ဝဲ'ၣ်ပတၢ်ဟ့ၣ်ပျဲဆိခ်ဖျိပတၢ်ဟ့ၣ်ပျဲအလဲာ်ီ လၢနမၤလၢပဲၤ်ဆီ:ီ:ဆုၢ်ထိၣ်အီၤသ့ဝဲနၣ်လီၤ.