



သးစပၤကၢထကဟက ယံတၢစမၤစၢဆၢဝ (Young Carer Bursary) တၢဂၢတၢ ကျိၤအလံာ်ဘၣ်

သးစပၤကၢထကဟကယံတၢစ မၤစၢ ဆၢဝ (Young Carer Bursary) အတၢရၢ်တၢကျိၤမၤဝဒုပၤကၢထကဟကယံတၢစ တဖၣ် အအးစကြဲလယါအတၢမၤအံာ်ထၣ်တခါလၢ. တၢတၢကျိၤတခါအၤဘၣ်တၢဟံစဆၢဝဖျိအးစကြဲလယါပဒုအဝဲကျဲလၢပၤဂၢဝီအတၢ မၤစၢအတၢဖးတၢမၤတဖၣ် (Australian Government Department of Social Services)န့ၣ်လၢ.

သးစပၤကၢထကဟကယံတၢစ မၤစၢ ဆၢဝ (Young Carer Bursary) အတၢရၢ်တၢကျိၤမၤဝဒုပၤကၢထကဟကယံတၢစ တဖၣ် အအးစကြဲလယါအတၢမၤအံာ်ထၣ်တခါလၢ. တၢတၢကျိၤတခါအၤဘၣ်တၢဟံစဆၢဝဖျိအးစကြဲလယါပဒုအဝဲကျဲလၢပၤဂၢဝီအတၢ မၤစၢအတၢဖးတၢမၤတဖၣ် (Australian Government Department of Social Services)န့ၣ်လၢ.



တၢ်ဂ့ၢ်ခိၣ်တီၢ်ဖၣ်

မ့ၢ်မတၢ်ကဲ Carers Australia လဲၣ်.	2
မ့ၢ်ယကဲသးစၢ်ပုၤကွၢ်ထွဲကဟူကယာ်တၢ်တဂၤနီၤ.	2
သးစၢ်ပုၤကွၢ်ထွဲကဟူကယာ်တၢ်စ့မၤစၢၤဆီၣ်ထွဲ (Young Carer Bursary) မ့ၢ်မန့ၤလဲၣ်.	3
ဘၣ်မန့ၤအယီၤဘၣ်ပတံၤထီၣ်လဲၣ်.	4
မ့ၢ်ယကပတံၤထီၣ်တၢ်ဒ်လဲၣ်.	5
မ့ၢ်မတၢ်ဆီၣ်ထွဲယၤလၢတၢ်ကပတံၤထီၣ်တၢ်ကသ့တဂၤလဲၣ်.	5
ကျိၣ်အတၢ်မၤစၢၤအတၢ်ဖဲးတၢ်မၤတဖၣ်.	6
တၢ်မၤစၢၤလၢပုၤန့ၢ်တအၢမ့ၢ်တမ့ၢ်အိၣ်ဒီး တၢ်န့ၢ်ဟူအတၢ်ကီၢ်တၢ်ခဲ.	6
တၢ်သံကွၢ်လၢတၢ်ညိၣ်န့ၢ်သံကွၢ်တဖၣ်.	7
ဘျးစဲနသးဃုာ်ဒီးပုၤ.	10
ပအဲၣ်ဒီးန့ၢ်ဟူဘၣ်တၢ်လၢန့ၢ်အိၣ်လီၤ.	11



ဘဉ်မနုၤအဃိယ ကြၢးပတံထီၣ်လဲၣ်.

ဒ်သးစၢ်ပုၤကွၢ်ထွဲကဟုကယာ်တၢ်တဂၤအသိးတၢ်ဘဉ်မလိမၤဒီးတၢ်လၢတၢ်ကူၣ်ဘဉ်ကူၣ်
သ့ဒီးတၢ်ဘဉ်ကွၢ်ထွဲပုၤအဂၤတဂၤကဲတၢ်လၢအကီၢ်ခဲတခါသ့လီၤ. တၢ်ကျဲးစးမၤတၢ်ခဲမဲၤလၢ
လၢတၢ်ဆၢ ကတီၢ်တဘျီဃီဒုးကဲထီၣ်ကျိၣ်စ့အတၢ်ဂ့ၢ်ကီၢ်တဖၣ်သ့လီၤ.

သးစၢ်ပုၤကွၢ်ထွဲကဟုကယာ်တၢ်စ့မၤစၢ်ဆီၣ်ထွဲ (Young Carer Bursary) ကမၤစၢ်န့ၤ
လၢနကအိၣ်မလိန့ၢ်တၢ်ကူၣ်ဘဉ်ကူၣ်သ့မ့ တမ့ၢ်မၤန့ၢ်တၢ်သိၣ်လိန့ၢ်ယုၤဖဲမၤပဲဒၣ်န့ၢ်ကွၢ်
ထွဲကဟုကယာ်အမူအဒါတဖၣ်အခါန့ၢ်လီၤ. နသ့ပဲဒၣ် စ့တၢ်မၤစၢ်ဆီၣ်ထွဲ

(Bursary) လၢတၢ်ကဟုန့ၢ်တၢ်ကူၣ်ဘဉ်ကူၣ်သ့ဒီး တၢ်သိၣ်လိန့ၢ်လိအတၢ်လၢာ်ဘူၣ်လၢာ်
စ့တဖၣ်လၢအဟံၣ်ဃုာ်-

- ကိုအလဲတဖၣ်
- ခိၣ်ဖျါထၢၣ်လဲးဘထီၣ်ဒီးခိၣ်ဖျါထၢၣ်ဒွဲပုၤတၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျဲၤ,
- ကိုအကူအကၤတဖၣ်
- တၢ်တီထီၣ်ဆုၤလီၤဒီးတၢ်အိၣ်တၢ်ဆိးလီၢ်ကျဲၤ
- တၢ်အိၣ်ဘျးအိၣ်သၢလၢတၢ်ကွၢ်ထွဲကဟုကယာ်
- သးတၢ်တူၢ်ဘဉ်တၢ်ဆီၣ်ထွဲ
- လံာ်ညိၣ်သိၣ်ဒိၣ်လၢအဂၤအတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤတဖၣ်န့ၢ်လီၤ.

မ့ၢ်ယကပတံထီၣ် တၢ်ဒ်လဲၣ်.

1. လဲၤအိၣ်သကိးဘဉ် www.youngcarersnetwork.com.au
2. ဆီၣ်လီၤဘဉ်ဖဲ Sign Up ဒီးမၤပုၤလီၤလၢာ်တကီၢ်ဒိ
3. တၢ်ထၢန့ၢ်လီၤမဲၤအဂ့ၢ်လီၤတၢ်တဖၣ်တၢ်ကဆုၤန့ၢ်ဒီးအံၤမ့ၢ်လီၤ
4. ဆီၣ်လီၤ Sign In
5. ထၢန့ၢ်လီၤ တၢ်ညိၣ်န့ၢ်လီၤမဲၤအဂ့ၢ်အကျိၤတဖၣ်လၢတၢ် ကမၤန့ၢ်သ့ပဲ
ဒၣ် န My Profile အကဘျးအဂီၢ်န့ၢ်တက့ၢ်
6. မၤပုၤလီၤပုၤယဲၤအဖီခိၣ်လၢာ်ပတံထီၣ်အလၢာ်တကီၢ်ဒိလၢန
My Profile အပူၤ

လၢတၢ်ကဆဲးလီၤမဲၤလၢ သးစၢ်ပုၤကွၢ်ထွဲကဟုကယာ်တၢ် တဖၣ်အဟံၣ်ဃုာ်ဖဲ
(Young Carers Network) ဒီးဒီးန့ၢ်ဘဉ်တၢ်ဒုးသ့နီၣ်ဘဉ်သးစၢ်ပုၤ ကွၢ်ထွဲကဟု
ကယာ်တၢ်စ့မၤစၢ်ဆီၣ်ထွဲ (Young Carer Bursary), ဒ်န့ၢ်အသိးသးစၢ်ပုၤကွၢ်ထွဲက
ဟုကယာ်တၢ်အမူတဖၣ်ဒီးတၢ်ခွဲးတၢ်ယာ်တဖၣ်အဂီၢ်, ဆီၣ်လီၤလုးခဲလၢလၢာ်အံၤတက့ၢ်-

www.youngcarersnetwork.com.au

လၢတၢ်ကဆဲးလီၤမဲၤလၢပုၤကွၢ်ထွဲကဟုကယာ်တၢ်တဖၣ်အိးစကြၢ်လၢယါအလၢာ်တၢ်ကစီၣ်
ဒီးမၤသ့ညိၣ်ညါန့ၢ်ဒီးတၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျဲၤတဖၣ်,တၢ်ကစီၣ်တဖၣ်ဒီးမူးလၢပုၤကွၢ်ထွဲကဟုက
ယာ်တၢ်တဖၣ်အဂ့ၢ်လၢ ခံကတၢ်အဂီၢ်,ဆီၣ်လီၤဘဉ်လုးခဲလၢလၢာ်အံၤန့ၢ်တက့ၢ်-

www.carersaustralia.com.au/news-media/our-newsletter

မ့ၢ်မတၢ်ဆီၣ်ထွဲယၤ လၢတၢ်ကပတံထီၣ် တၢ်ကသ့တဂၤလဲၣ်.

ဖဲန့မ့ၢ်ဝဲဒၣ်သးစၢ်ပုၤကွၢ်ထွဲကဟုကယာ်တၢ်တဂၤဒီးလိၣ်ဘဉ်တၢ်မၤစၢ်လၢတၢ်ကပတံ
ထီၣ်ဝဲဒၣ် သးစၢ်ပုၤကွၢ်ထွဲကဟုကယာ်တၢ်စ့ မၤစၢ်ဆီၣ်ထွဲ (Young Carer Bursary)
အဂီၢ်န့ၢ်နကတီၢ်တၢ် ဒီးပုၤလၢလၢာ်တဂၤလၢသ့လီၤ-

- ကိုသရၣ်သရၣ်မုၢ်တဖၣ်
- တၢ်ဆီၣ်ထွဲပုၤမၤတၢ်ဖိတဖၣ်
- မိၢ်ပၢ်တဖၣ်မ့တမ့ၢ်ပုၤကွၢ်ထွဲလုၢ်ဒိၣ်ထီၣ်တၢ်တဖၣ်,
- ပုၤမၤတၢ်ဖိလၢန့ၢ်လီၤကဝီၤသးစၢ်အလီၢ်ခါးသး
- ပုၤမၤတၢ်ဖိလၢန့ၢ်လီၤကဝီၤလုၢ်လၢာ်ထုသန့အါမဲၤတၢ်ဆီၣ်ထွဲအတၢ်မၤစၢ်အတၢ်ဖိးတၢ်မၤ,
- ပုၤမၤတၢ်ဖိလၢန့ၢ်လီၤကဝီၤအလၢာ်ရဲဒါး
- မ့တမ့ၢ်န့ၢ်လီၤကဝီၤပုၤကွၢ်ထွဲကဟုကယာ်တၢ်တဖၣ်အတၢ်ဆီၣ်ထွဲအတၢ်ကရၢကရိတ
ဖၣ်န့ၢ်လီၤ.

ဘျးစဲဃုာ်ဒီးန့ပုၤကွၢ်ထွဲကဟုကယာ်တၢ်အ ကျဲၤစၢၤ (Carer Gateway)

Carer Gateway မၤစၢ်စၢ်ကိးသးစၢ်ပုၤကွၢ်ထွဲကဟု ကယာ် တဖၣ်လၢအကဘျးစဲအသး
ဒီးတၢ်မၤစၢ်ဆီၣ်ထွဲအါမဲၤအါကလုာ်တခါလၢအအိၣ်လၢအိးစကြၢ်လၢယါတၢ်လီၢ်ဝဲးဝဲးန့ၢ်လီၤ.

လီၤတံးစိ: 1800 422 737
 ပုၤယဲၤဘျးစဲ: www.carergateway.gov.au
 Facebook: www.facebook.com/carergateway/

ဘျးစဲဃုာ်ဒီးသးစၢ်ပုၤကွၢ်ထွဲကဟုက ယာ်တၢ်အိးစကြၢ်လၢယါသးစၢ်ပုၤကွၢ် ထွဲကဟုကယာ်တၢ်အကရူၢ် (Carers Australia Young Carers Team)

အံၤမ့ၢ်လီၤ: ca@youngcarers.com.au

ကျိပ်အတတ်မၤစၢၤအတတ်ဖံးတတ်မၤတဖၣ်

ဖဲန့ၣ်မ့ၢ်ကလိၣ်ဆဲးကျိးဝဲဒၣ်ပုၤကွၢ်ထွဲကဟုကယာ်တတ်ဖၣ်အိးစၢၤလၢယါ (Carers Australia) ယုၣ်ဒီးပုၤကတိၤ ကျိးထံတတ်တဂၤအတတ်ဆိၣ်ထွဲန့ၣ်-

- တတ်ကျိးထံတတ်ဂၢ်တတ်ကျိးအတတ်မၤစၢၤဟ့ၣ်ဝဲဒၣ်တကတိၤပီၤတိၣ်တတ်ကတိၤကျိးထံတတ်အတတ်မၤစၢၤလၢ 131 450 န့ၣ်လီၤ.
- လၢတတ်ဂၢ်တတ်ကျိးအတတ်မၤစၢၤအဘၣ်ယးတတ်ကျိးထံတတ်ဂၢ်တတ်ကျိးအတတ်မၤစၢၤအတတ်ဖံးတတ်မၤလဲၤကွၢ်ဘၣ်အဝဲသ့ၣ် **အဟံးယဲၤဘျးစဲ** တက့ၢ်.

ဖဲန့ၣ်မ့ၢ်ကအိၣ်ဒီးကွၢ်လီၤပုၤယဲၤအဖီခိၣ်လံာ်ပတံထီၣ်အလံာ်တက့ၢ်လၢနကစၢ်အက့ၢ်န့ၣ်န့ၣ်သ့ဝဲဒၣ်လီၤပုၤယဲၤအဖီခိၣ်ပီးလီၤကလိၣ်တဖၣ်လၢအဟံးယုၣ်တတ်လၢလံာ်သ့လီၤ-

- **Google Translate:** translate.google.com
- **Microsoft Translator:** translator.microsoft.com
- **ITranslate:** www.itranslate.com
- **Linguee:** www.linguee.com

တတ်မၤစၢၤအတတ်ဖံးတတ်မၤလၢတတ်န့ၣ်တအာမ့ၢ်တမ့ၢ်အိၣ်ဒီးတတ်န့ၣ်ဟ့ၣ်အတတ်ကိတတ်ခဲ

ဖဲန့ၣ်မ့ၢ်လိၣ်ဘၣ်တတ်မၤစၢၤမ့ၢ်လၢနန့ၣ်တအာမ့ၢ်တမ့ၢ်အိၣ်ဒီးတတ်န့ၣ်ဟ့ၣ်အတတ်ကိတတ်ခဲန့ၣ်ဆဲးကျိးဘၣ်ထံတတ်တတ်ဆၢယီၤတတ်ဆူညါတဆီအတတ်မၤစၢၤလၢ-

- **Voice Relay အနီၣ်ဂံၢ်:** 1300 555 727
- **TTY အနီၣ်ဂံၢ်:** 133 677
- **SMS တတ်ဆၢယီၤဆူညါတဆီအနီၣ်ဂံၢ်:** 0423 677 767

လၢတတ်ဂၢ်တတ်ကျိးအတတ်မၤစၢၤအဘၣ်ယးထံတတ်တတ်ဆၢယီၤဆူညါတဆီအတတ်မၤစၢၤ (National Relay Service) အဂီၢ်, ကွၢ်ဘၣ်ဖဲအဝဲသ့ၣ် **အဟံးယဲၤဘျးစဲ** အလီၤန့ၣ်တက့ၢ်.



တၢၤသကၢၤလၢတၢၤညၢၤသကၢၤတဖၣ်

1 မ့ၢ်ယၢၣ်ကွၢ်ဘၣ်တုၤထီၣ်ထီၣ်ဘးဒါန့ၣ်မ့ၢ်ယၢၣ်သ့ၣ်ညါသ့ လၢကျဲၣ်လဲၣ်.

လၢတတ်ကွၢ်ဘၣ်တုၤထီၣ်ထီၣ်ဘးဒါန့ၣ်လၢသးစၢ်ပုၤကွၢ်ထွဲကဟုကယာ်တတ်အစုမၤစၢၤဆိၣ်ထွဲတတ်အတတ်ရဲၣ်တတ်ကျဲၣ် (Young Carer Bursary Program), နကဘၣ်-

- ဟ့ၣ်တတ်ကွၢ်ထွဲကဟုကယာ်ဒီးတတ်ဆိၣ်ထွဲလၢတန့ၣ် ဘၣ်အလဲဆူဟံၣ်ဖိယီဖိမ့ၢ်တမ့ၢ်တၢၤသကၢၤလၢအိၣ်ဒီးန့ၣ်န့ၣ်သးကွၢ်ဂီၢ်တလၢပုၤတဆူၣ်တချ့ၣ်နီၣ်ခိမ့ၢ်တမ့ၢ်န့ၣ်သးအတတ်ဆိးကုဆါဘိ,ဒီးသန့ၣ်ထီၣ်လၢတတ်မူၤတၢ်ဘိးမ့ၢ်တမ့ၢ်ပုၤလၢအသးပုၤန့ၣ်လီၤ.
- သးန့ၣ်အိၣ် 12 - 25 အဘၣ်စၢၤဖဲန့ၣ်ဒီးန့ၣ်ဘၣ်စုဆိၣ် ထွဲမၤစၢၤဒီတကတိၤန့ၣ်လီၤ.
- မ့ၢ်အိးစၢၤလၢယါအထံဖိကိၢ်ဖိ,မ့ၢ်တမ့ၢ်ပုၤအိၣ်ဆိးလီၤစိၤလၢထံကိၢ်အပူၤသ့တဂၤ
- မၤလိတၢ်လၢတီၤထီၣ်, TAFE, ဒီလုၣ်လၢတဘၣ် ဃးဒီးပဒိၣ်,ဖျၢၣ်စိမိမ့ၢ်တမ့ၢ်ပုၤတီၢ်ထီၣ်တတ်ကွၢ်ဘၣ်ကွၢ်အကရၢကရိအပူၤန့ၣ်လီၤ.

သးစၢ်ပုၤကွၢ်ထွဲကဟုကယာ်တတ်ဖၣ်န့ၣ်တကွၢ်ဘၣ်ဝဲဒၣ်လၢတတ်ကွၢ်ဘၣ်စုတၢ်မၤစၢၤဆိၣ်ထွဲ (Bursary)အဂီၢ် ဖဲအဝဲသ့ၣ်မ့ၢ်အိၣ် ဒီးပတီၢ်ထီၣ်ဖဲလိၣ်မ့ၢ်,ဘၣ်ခွၢ်လၢၣ်ဒါကရိမ့ၢ်တမ့ၢ်ဆူအဖီခိၣ်မ့ၢ်ဖဲအဝဲသ့ၣ်လၢကတီၢ်အံၤဒီးန့ၣ်ဘၣ်တတ်ကွၢ်ဘၣ်ကွၢ်သ့အတတ်မၤစၢၤလၢအဂၤတခါအကတီၢ်န့ၣ်ဘၣ်.

2 မ့ၢ်သးစၢ်ပုၤကွၢ်ထွဲကဟုကယာ်တတ်အစုမၤစၢၤဆိၣ်ထွဲ အတတ်ရဲၣ်တတ်ကျဲၣ် (Young Carer Bursary Program) န့ၣ်မ့ၢ်တၢ်ဒွဲးအိၣ်ဒီးစုတၢ်ဟဲန့ၣ်တခါအသးဒါ.

တဒွဲးဘၣ်.

3 ဖဲယမ့ၢ်ဒီးန့ၣ်ဘၣ် ပုၤကွၢ်ထွဲကဟုကယာ်တတ်အတတ်ဟ့ၣ်မၤစၢၤ(Carer Allowance) မ့ၢ်တမ့ၢ်ပုၤကွၢ်ထွဲကဟုကယာ်တတ်ဟ့ၣ်အ ဘျးအလဲ (Carer Payment) န့ၣ်မ့ၢ်ယၢၣ် ကဲပုၤကွၢ်ထွဲကဟုကယာ်လၢတဒီးန့ၣ်ဘၣ်အလဲတဂၤဒါ.

မ့ၢ်. တတ်ဟ့ၣ်လီၤဘျးလဲတဖၣ်အံၤတတ်ဆိၣ်အိၣ်ဒီးစု တတ်ဟဲန့ၣ် တခါအသးမ့ၢ်လၢတတ်ဒီးလဲန့ၣ်ဒီးပုၤကွၢ်ထွဲကဟုကယာ်တတ်အသးအယီၤလီၤ.

4 ဖဲယသးန့ၣ်မ့ၢ်အိၣ်လၢၤစန့ၣ်ဆူအဖီလံာ်တဂၤအခါမိၤ.

ဖဲန့ၣ်မ့ၢ်ဘၣ်တတ်ဆူတၢၤလၢတတ်သံကွၢ်သံဒီး လၢတတ်ကဟ့ၣ်န့ၣ်ဒီးစုမၤစၢၤဆိၣ်ထွဲတခါအဂီၢ်န့ၣ်, ပကယုန့ၣ်မိၢ်ပုၤပုၤကွၢ်ထွဲကဟုကယာ် တတ်တဖၣ်အတတ်ပျဲန့ၣ်လီၤ. တၢ်ပျဲပျဲပျဲတခါတၢ်သ့အိၣ်ဖဲတၢ်အိၣ်သးလီၤလီၤ ဆီဆီတခါမ့ၢ်အိၣ်အခါန့ၣ်သ့လီၤ.

5 မ့ၢ်ယဟံၣ်ဖိယီဖိလၢအဂၤတဖၣ်,လၢအဟံးယုၣ်ယဒီပုၤဝဲတဖၣ်,ပတံထီၣ်အိၣ်သ့စ့ၢ်ကိးဒါ.

မ့ၢ်သ့လီၤ,န့ၣ်ဟံၣ်ဖိယီဖိတဖၣ်လၢအဟံးယုၣ်န့ၣ်ပုၤဝဲတဖၣ်,ဖဲန့ၣ်မ့ၢ်ကွၢ်ထွဲကဟုကယာ်ပုၤတဂၤအခါဒဲလဲန့ၣ်ပတံထီၣ်သ့လီၤ.

6 မ့ၢ်လံာ်ပတံထီၣ်ကအိးထီၣ်အသးလၢအခါဖဲလဲန့ၣ်မ့ၢ်ယၢၣ်သ့ၣ်ညါဒဲလဲန့ၣ်.

လံာ်ပတံထီၣ်လၢသးစၢ်ပုၤကွၢ်ထွဲကဟုကယာ်တတ်စုတၢ်မၤစၢၤဆိၣ်ထွဲအတတ်ရဲၣ်တတ်ကျဲၣ် (Young Carer Bursary Program) န့ၣ်အိးထီၣ်အသးဖဲ 16 သီ, အိကူး 2021န့ၣ်လီၤ.

လၢတတ်ကွၢ်ဘၣ်သးစၢ်ပုၤကွၢ်ထွဲကဟုကယာ်တတ်စုတၢ်မၤစၢၤ ဆိၣ်ထွဲ (Young Carer Bursary) အဂီၢ်, ဆဲးလီၤဘၣ်မဲၤလၢ သးစၢ်ပုၤကွၢ်ထွဲကဟုကယာ်တတ်အဟံးယဲၤဘျးစဲ (Young Carers Network) ဒီဖျိတၢ်ဆိၣ်လီၤလုးခဲလၢလံာ်အံၤန့ၣ်တက့ၢ်-

www.youngcarersnetwork.com.au

လၢတတ်ကမၤသ့ၣ်ညါသးဘၣ်ယးတတ်ရဲၣ်တတ်ကျဲၣ်တဖၣ်,တတ်ကစီၣ်တဖၣ်ဒီးမ့ၢ်တၢ်ကဲထီၣ်သးလၢပုၤကွၢ်ထွဲကဟုကယာ်တတ်တဖၣ်အဂီၢ်,နဆဲးလီၤမဲၤလၢပုၤကွၢ်ထွဲကဟုကယာ်တတ်တဖၣ်အိးစၢၤလၢယါ (Carers Australia) အလံာ်တတ်ကစီၣ်တဖၣ်ဒီဖျိတၢ်ဆိၣ်လီၤလုးခဲလၢလံာ်အံၤန့ၣ်လီၤ-

www.carersaustralia.com.au/news-media/our-newsletter

7 ဖဲယမ့ၢ်ပတံထီၣ်လၢအပူၤကွၢ်အခါ, မ့ၢ်ယပတံထီၣ်အသိတဘျီကဒီးသ့ဒါ.

မ့ၢ်သ့လီၤ. နပတံထီၣ်ကိးန့ၣ်ဒဲးဖဲန့ၣ်မ့ၢ်တုၤထီၣ်တၢ်ကွၢ်ဘၣ် တုၤထီၣ်ထီၣ်ဘးအတတ်လိၣ်ဘၣ်တဖၣ်အခါန့ၣ်သ့လီၤ.

8 လၢလံာ်ပတံထီၣ်အပူၤမ့ၢ်တၢ်ကသံကွၢ်ယဒီးတတ်မန့ၣ်လဲၣ်.

တတ်ကသံကွၢ်န့ၣ်ဒီးန့ၣ်ဆဲးကျိးအဂီၢ်အကျိၤလီၤတတ်တဖၣ်အမံၤညါ,ပအံၣ်ဒီးလၢနကတံဘၣ်ပုၤဒီး-

- န့ၣ်န့ၣ်တဆဲးတက့ၢ်
- တတ်မၤလီၤမၤဒီးမ့ၢ်တမ့ၢ်တၢ်မၤလီၤမၤဒီးလၢနထီၣ်အိၣ်တဖၣ်အဂီၢ်လီၤတၢ်လီၤဆဲး
- တတ်ဂၢ်တတ်ကျိးဘၣ်ယးန့ၣ်ဒါလၢတတ်ကွၢ်ထွဲကဟုကယာ်တတ်ဒီး
- တၢ်ဒိဘၣ်မၤဟူးအအိၣ်ဒီးန့ၣ်လၢနကမၤလိတၢ်မ့ၢ်တမ့ၢ်လဲၤထီၣ်တီၢ်တၢ်မၤလီၤမ့ၢ်လၢနဘၣ်ကွၢ်ထွဲကဟုကယာ်ပုၤအဂၤတဂၤအယီၤန့ၣ်လီၤ.

ဝဲသးစုဟ့ၣ်ဘၣ်ပုၤတၢ်ဂၢ်တတ်ကျိၤလၢနတၢ်စိးဆၢအပူၤတသ့ဖဲအသ့အခါမ့ၢ်ဒိသိးတၢ်အံၤကဟ့ၣ်ပုၤဒီးတၢ်န့ၣ်ပၢ်ဘၣ်ယးန့ၣ်တၢ်အိၣ်မ့ၢ်ပုၤကွၢ်ထွဲကဟုကယာ်တတ်ဂၤအသးန့ၣ်လီၤ.

ဘျားစဲလိာ်သး ဒီးနုတက့ၢ်

လီတံစိ: 1800 756 238
အံမုလ်: ca@youngcarersnetwork.com.au
ဟံယဲးဘျားစဲ: www.youngcarersnetwork.com.au
Facebook: [Carers Australia](https://www.facebook.com/CarersAustralia)
Twitter: [@CarersAustralia](https://twitter.com/CarersAustralia)
YouTube: [Carers Australia](https://www.youtube.com/CarersAustralia)
Instagram: [@youngcarersnetwork](https://www.instagram.com/youngcarersnetwork)

လၢတၢ်ကဆဲးလီၤမံၤလၢသးစၢ်ပုၤကွၢ်ထွဲကဟ့ၢ်ကယၢ်တၢ်တဖၣ်အဟ့ၢ်ဘျားစဲ (Young Carers Network) ဒီးဒီးနုၢ်ဘၣ်တၢ်ဒုးသ့ၣ် ညါလၢအကလိတခါလၢအဘၣ်သးဒီးသးစၢ်ပုၤကွၢ်ထွဲကဟ့ၢ်ကယၢ်တၢ်အစုမၤစၢ်ဆီၣ်ထွဲ (Young Carer Bursary), ဃုာ်ဒီးသးစၢ်ပုၤ ကွၢ်ထွဲကဟ့ၢ်ကယၢ်တၢ်အမူးတဖၣ်ဒီး အခွဲအယၢ်တဖၣ်အဂီၢ်, ဆီၣ်လီၤလုးခိလၢလၢတက့ၢ်-

www.youngcarersnetwork.com.au

လၢတၢ်ကဆဲးလီၤမံၤလၢပုၤကွၢ်ထွဲကဟ့ၢ်ကယၢ်တၢ်တဖၣ်အိၣ်စၢ်လၢယါအလံာ်ပရၢလၢတၢ်ကဟ့ၢ်ကလီၤအိၣ်ဒီးဟံသ့ၣ်ညါသးဒီးတၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျဲၤတၢ်ကစီၣ်တဖၣ်ဒီးမူးအဂ့ၢ်အကျိၤလၢခံကတၢ်တဖၣ်အဂီၢ်, ဆီၣ်လီၤဘၣ်လုးခိလၢလၢတက့ၢ်-

www.carersaustralia.com.au/news-media/our-newsletter/

ပအဲၣ်ဒီးနုၢ်ဟ့ၢ်တၢ် လၢနအိၣ်လီၤ-

ပသးမုၢ်လၢတၢ်ကနုၢ်ဟ့ၢ်တၢ်ဘၣ်သးနတၢ်လဲၤဒီးဖျိတဖၣ်ဒီးမုၢ်သးစၢ်ပုၤကွၢ်ထွဲကဟ့ၢ်ကယၢ်တၢ်အစုမၤစၢ်ဆီၣ်ထွဲ (Young Carer Bursary) မၤတၢ်တၢ်ဆီတလဲလၢနတၢ်အိၣ်မူ အပူၤဒ်လဲၣ်န့ၣ်လီၤ-

ပဟံးန့ၢ်နတၢ်ဟ့ၢ်ထီၣ်နတၢ်ထံၣ်တၢ်ဟံးသးတဖၣ်လုၤတုၤလုၤတီၤဒီးဟ့ၢ်သဆၣ်ထီၣ်နုၢ်လၢနကဆဲးကျိးဘၣ်ပုၤမဲတၢ်မုၢ်ကအိၣ်တမံၤမံၤလၢပမၤအီၤသ့လၢတၢ်ကမၤဂ့ၢ်ထီၣ်နတၢ်လဲၤဒီးဖျိအဂီၢ်န့ၣ်တက့ၢ်-

နဆၢယီၤနဂ့ၢ်နကျိၤမုၢ်တမ့ၢ်တၢ်ထံၣ်တၢ်ဟံးသးတဖၣ်ဆူ-

အံမုလ်: caa@carersaustralia.com.au

လီတံစိ: 02 6122 9900

တၢ်ဆၢလံာ်ပရၢအလီၢ်အကျိၢ်ဂံၢ်: PO BOX 5300
Braddon ACT 2612

