



မိတ်ဆက်အစီအစဉ်အလံာ်ကဘျးနီာ်ဂံာ်၃-

တၢ်အံၤတမ့ၢ်ဒၣ်ထဲတၢ်လၢအဘၣ်ဃးဒီးတၢ်သူကသံၣ်မူၤဘျးဘၣ်

ကသံၣ်မူၤဘျးတၢ်အသံးအကၢ်တခါလၢအမ့ၢ်တၢ်အါန့ၢ်ဒီးတၢ်အိၣ်တၢ်အိၣ်,လၢတၢ်သူအိၣ်လၢတၢ်ကဆိတလဲနီာ်ခိၣ်ပုၤဒီး,မ့တမ့ၢ်သးတၢ်ပလၢၤဘၣ်တၢ်အတၢ်ဖိးတၢ်မၤအတၢ်လဲၤတရံးအသးန့ၣ်လီၤ.

တၢ်လၢသံးကမ့ၢ်ဒၣ်တၢ်မူၤတၢ်ဘျးတခါန့ၣ်မ့ၢ်န့ၣ်ညါအိၣ်ခါ.

သံးကိးဒီးကသံၣ်မူၤဘျးလၢအကၢ်တဖၣ်ဒိဘၣ်မၤဟူးပုၤတဂၤဒီးတဂၤလၢကျါကျဲတဒ်သိးလိာ်အသးအပူၤန့ၣ်လီၤ.ပုၤကညိအတၢ်လဲၤခိဖျိတဖၣ်ဖဲအသ့ဒၣ်တၢ်သ့ၣ်တဖၣ်အံၤဘၣ်တဘျီတမ့ၢ်တမံၤယီၤဘၣ်ဒီးဘၣ်တဘျီကလီၤဆိလိာ်အသးဖးဒိၣ်ဒၣ်လဲၣ်န့ၣ်လီၤ.

တၢ်ဒိဘၣ်မၤဟူးတဖၣ်ဒီးအတၢ်ပိာ်ထွဲထီၣ်အခံၤလၢအမ့ၢ်တၢ်သူသံးကိးဒီးကသံၣ်မူၤဘျးလၢအကၢ်တဖၣ်အံၤဘၣ်တၢ်အာၤတၢ်အိၣ်ခိဖျိတၢ်ပုၤတဖၣ်ထီၣ်အသးအါမံၤလၢအဘၣ်ထွဲဘၣ်ဃးလိာ်အသးန့ၣ်လီၤ.တၢ်သ့ၣ်တဖၣ်အံၤမ့ၢ်ဝဲ-

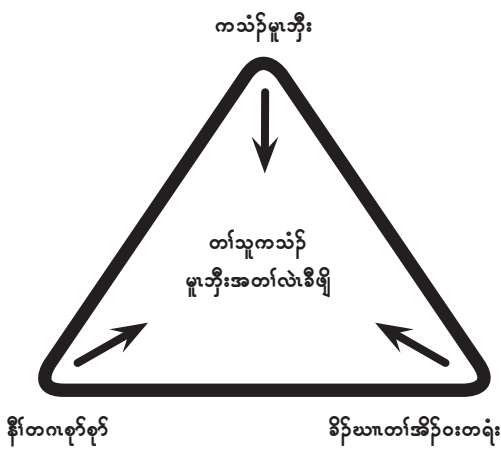
- ပုၤတဂၤအတၢ်သူကသံၣ်မူၤဘျး-အသးပုၤထဲလဲၣ်,အတၢ်သူဘၣ်တၢ်ကသံၣ်မူၤဘျးလၢညါ,ပိာ်မ့ၢ်မ့တမ့ၢ်ပိာ်ခွါ,သးခု,သးမ့ၢ်,သူကိာ်သးဂီၤခါတဖၣ်န့ၣ်လီၤ.
- တၢ်လီၤလၢတၢ်သူဒၣ်ကသံၣ်မူၤဘျးအံၤ-မ့ၢ်အသ့ဒီးအသးမ့တမ့ၢ်ပုၤလၢအတၢ်သ့ၣ်ညါတဖၣ်,ဘျးဒီးထံ,ဟံလီၤသးလၢအကနီၤသိလ့ၣ်
- ကသံၣ်လၢအသ့ဝဲ-ကသံၣ်ဖဲလဲၣ်တကလုာ်,သူအိၣ်လၢကျဲလဲၣ်,မ့ၢ်အသ့ယုာ်ဝဲဒီးကသံၣ်မူၤဘျးလၢအကၢ်တဖၣ်ခါန့ၣ်လီၤ.

ကသံၣ်မူၤဘျးလၢအဆိတလဲသးတၢ်ပလၢၤဘၣ်တၢ်န့ၣ်တၢ်ကိးအမံၤလၢကသံၣ်ကသီလၢအမၤဟူးဂဲၤသးတၢ်တူၢ်ဘၣ်န့ၣ်လီၤ.တၢ်သ့ၣ်တဖၣ်အံၤဒိဘၣ်မၤဟူးဝဲဒၣ်ပုၤတဂၤအတၢ်ဆိကမိၣ်တဖၣ်,အတၢ်တူၢ်ဘၣ်တဖၣ်ဒီးအတၢ်သကံၣ်ပဝးတဖၣ်န့ၣ်လီၤ.

တၢ်သူကသံၣ်မူၤဘျးအတၢ်သၢကနူၤဃု (Drug Use Triangle)

တၢ်သူကသံၣ်မူၤဘျးအတၢ်သၢကနူၤဃုဒီးန့ၣ်ဝဲဒၣ်တၢ်သူကသံၣ်မူၤဘျးဒိဘၣ်မၤဟူးဒီးမၤဘၣ်ဒိဘၣ်ထံးတၢ်လၢကျဲလဲၣ်န့ၣ်လီၤ.မ့ၢ်တၢ်သ့ၣ်တဖၣ်တၢ်ဂ့ၢ်သၢမံၤန့ၣ်လီၤ.

တၢ်သ့ၣ်ညါတၢ်အံၤမၤပုၤလၢတၢ်ကသံၣ်ညါလၢကသံၣ်မူၤဘျးအံၤတမ့ၢ်တၢ်ယိဖိဘၣ်ဒီးဘၣ်မ့ၢ်အယိပုၤတဂၤအတၢ်လဲၤခိဖျိဒီးကသံၣ်မူၤဘျးတၢ်ဘၣ်တဘျီကမ့ၢ်ဘၣ်အိၣ်ပုၤအကၢ်တဖၣ်အံၤအနီၢ်ဂံၢ်နီၢ်ဒီးတခါယိဒီးအိၣ်ဒီးတၢ်လဲၤယိဖျိလၢအလီၤဆိတခါဒီးအတၢ်တၢ်တခါန့ၣ်လီၤ.



တၢ်အိၣ်သး,တၢ်လီၤ,သးတၢ်တူၢ်ဘၣ်ပလၢၤဘၣ်,တၢ်လဲၤခိဖျိဒီးပုၤဂီၢ်ခိအကရီၢ်လၢအလီၤဆိတဖၣ်ဘၣ်တဘျီကလုာ်ဘၢပုၤတဂၤလၢအကဆၢတၢ်တၢ်ကသံၣ်မူၤဘျးမ့တမ့ၢ်တသ့ကသံၣ်မူၤဘျးဘၣ်န့ၣ်လီၤ.တၢ်ဂ့ၢ်သ့ၣ်တဖၣ်အံၤကလီၤဆိလိာ်အသးလၢတနံၤအံၤဒီးလၢခံတနံၤန့ၣ်လီၤ.အရဲဒိၣ်ဝဲဒၣ်တၢ်ကသံၣ်မူၤဘျးနီၢ်ထီၣ်ပဝဲကိးဂၤဒီးန့ၣ်လီၤဆိလိာ်အသးန့ၣ်လီၤ.

ဖဲကတိၤသကိးတၢ်ဒီးန့ၣ်တဖၣ်ဃးကသံၣ်မူၤဘျးဒီးတၢ်ဘၣ်ယိၣ်ဘၣ်ဘိတမံၤလၢလၢအဆိၣ်ဒီးန့ၣ်ဘၣ်ဃးအဝဲသ့ၣ်တၢ်သူကသံၣ်မူၤဘျးအခါ,အရဲဒိၣ်ဝဲဒၣ်လၢတၢ်ကကွၢ်လီၤလီၤဆူအဝဲသ့ၣ်အတၢ်ပူၤဖျိဒီးအတၢ်အိၣ်မ့ၢ်ဆိးပၤအဂီၢ်,ကန့ၣ်အဝဲသ့ၣ်အတၢ်ဘၣ်ယိၣ်တဖၣ်,လၢတၢ်ကနီၤဟ့ၣ်န့ၣ်တၢ်ဘၣ်ယိၣ်တဖၣ်ဒီးဒုးညါအိၣ်ဒီးတၢ်ဘၣ်ဒိဘၣ်ထံးလၢအဆိၣ်ထီၣ်သ့တဖၣ်လၢအဝဲသ့ၣ်ဘၣ်တဘျီကလဲၤခိဖျိဝဲဒၣ်န့ၣ်လီၤ.

ဖဲသးစါအါဒၣ်တၢ်တက့ၢ်တဆိၣ်ဒီးတၢ်ဂ့ၢ်ကိလၢသံးကိးမ့တမ့ၢ်ကသံၣ်မူၤဘျးဘၣ်သန့ၣ်က့.တၢ်အိၣ်ဒီးခိၣ်ယၢၤတၢ်အိၣ်ဝးတရံးတခါဖဲတၢ်သံကွၢ်တဖၣ်တၢ်သံကွၢ်အိၣ်သ့ဒီးတၢ်စံးဆၢအိၣ်ပျိပျိဒီးတိတိလီၤလီၤမၤလီၤတၢ်န့ၣ်လၢန့ၣ်သးဖဲလၢန့ၣ်ဆိၣ်ဒီးန့ၣ်ပၤအဝဲသ့ၣ်ဒီးဖဲအဝဲသ့ၣ်မ့ၢ်လီၤဘၣ်လၢတၢ်ကိတၢ်ဖဲအပူၤအခါန့ၣ်ဆိၣ်ဒၣ်လၢအဂီၢ်န့ၣ်လီၤ. (လၢတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျါအူညါအဂီၢ်ကွၢ်ဘၣ်မိာ်ပၤအဂီၢ်တၢ်ဂ့ၢ်နီၢ်အလံာ်ကဘျးနီာ်ဂံာ်၁-တဲဘၣ်တၢ်ဒီးန့ၣ်တဖၣ်ဘၣ်ဃးသံးကိးဒီးကသံၣ်မူၤဘျးလၢအကၢ်တဖၣ်လၢအဆိၣ်လၢအပုၤယဲၤဘျးဖဲအလီၤန့ၣ်တက့ၢ်.)





ဗုဒ္ဓကိရိယာအသုံးပြုခြင်း

နတ်အိပ်ဆေးဝါးအသုံးပြုခြင်းသည် အန္တရာယ်ရှိပြီး အကျိုးရှိစွာ အသုံးပြုနိုင်ခြင်းမရှိပါ။ နတ်အိပ်ဆေးဝါးအသုံးပြုခြင်းသည် အကျိုးရှိစွာ အသုံးပြုနိုင်ခြင်းမရှိပါ။

လူမှုဝန်ထမ်းများအတွက်

SDERA
 လိတ်စာ- (08) 9402 6415
 အီးမေးလ်- sdera.co@education.wa.edu.au
 ဖုန်းနံပါတ်- www.sdera.wa.edu.au

အိတ်စတြေးလျသမ္မတနိုင်ငံအတွက် အင်္ဂလိပ်စာပြော
 (Australian Alcohol and Drug Foundation)
 ဖုန်းနံပါတ်- www.adf.org.au

တရားဝင်သုံးစွဲမှုများအကြောင်း
 (Drug Aware)
 ဖုန်းနံပါတ်- www.drugaware.com.au



လူမှုဝန်ထမ်းများအတွက်

မိသားစုဝန်ထမ်းများအတွက် (Meth Helpline)
 အိတ်စတြေးလျသမ္မတနိုင်ငံအတွက် အင်္ဂလိပ်စာပြော
 သူများအတွက် အင်္ဂလိပ်စာပြော အထောက်အကူပြု
 လိတ်စာ- 1800 874 878
 အီးမေးလ်- alcoholdrugsupport@mhc.wa.gov.au
 ဖုန်းနံပါတ်- alcoholdrugsupport.mhc.wa.gov.au

သမ္မတနိုင်ငံအတွက် အင်္ဂလိပ်စာပြော
 (Alcohol and Drug Support Line)
 လိတ်စာ- (08) 9442 5000
 လိတ်စာ- 1800 198 024 (ဖုန်းကိတ်လမ်းအဆင့်အသုံးပြုမှုများ
 အကြောင်းအရာ)
 အီးမေးလ်- alcoholdrugsupport@mhc.wa.gov.au

မိဘများနှင့် မိသားစုဝန်ထမ်းများအတွက်
 (Parent and Family Drug Support Line)
 လိတ်စာ- (08) 9442 5050
 လိတ်စာ- 1800 653 203 (ဖုန်းကိတ်လမ်းအဆင့်အသုံးပြုမှုများ
 အကြောင်းအရာ)
 အီးမေးလ်- alcoholdrugsupport@mhc.wa.gov.au

သမ္မတနိုင်ငံအတွက် အင်္ဂလိပ်စာပြော
 (Aboriginal Alcohol and Drug Service)
 လိတ်စာ- (08) 9221 1411
 အီးမေးလ်- info@aada.org.au
 ဖုန်းနံပါတ်- www.aads.org.au

အင်္ဂလိပ်စာပြော အထောက်အကူပြု

မိသားစုဝန်ထမ်းများအတွက် အင်္ဂလိပ်စာပြော အထောက်အကူပြု
 အင်္ဂလိပ်စာပြော အထောက်အကူပြု အင်္ဂလိပ်စာပြော
 ဟုတ်စကားပြော အင်္ဂလိပ်စာပြော အထောက်အကူပြု
 အင်္ဂလိပ်စာပြော (Translating and Interpreting Service)
 နေပြည်တော်
 လိတ်စာ- 131 450

အင်္ဂလိပ်စာပြော အထောက်အကူပြု

မိသားစုဝန်ထမ်းများအတွက် အင်္ဂလိပ်စာပြော အထောက်အကူပြု
 အင်္ဂလိပ်စာပြော အထောက်အကူပြု အင်္ဂလိပ်စာပြော
 အင်္ဂလိပ်စာပြော အထောက်အကူပြု အင်္ဂလိပ်စာပြော
 အင်္ဂလိပ်စာပြော (National Relay Service) နေပြည်တော်
 လိတ်စာ- 1800 555 660
 အီးမေးလ်- elpdesk@relayservice.com.au
 ဖုန်းနံပါတ်- www.relayservice.gov.au

