

ပပ်.မိာ်တွင်း နှိုင်းဂါခင်ယါခင်မိုင်း

MIGRANT DIARY

2024

လွှားပိုင်လွှားခင်းထိုင်
သုခင်,လိးနှိုင်းဂါခင်



မံာ်တုင်ဂးဂးကိတ်,ကွက်,

ကိုဝ်းပု	-	ပုမံာ်တုင် နှိုင်းဂးဂးယာ်မိုင်း 2024
ကိတ်,ကွက်,	-	မုလ်ဆိထိဗိပ်, (18/12/2023)
စပ်းခိုင်	-	MAP Multi-Media
စပ်	-	MAP Multi-Media
ပိဆိ,ဗျေ,သျ,	-	ယိုင်းရှမ်
ရှာင်းဆူးပုဂ်,	-	MAP Multi-Media
တၢင်းဆမ်	-	3,000 ပု

တားမုန်း (Vision)

ဆင်၊ရှိုပ် ပါဆဲဖဝေရှိုင်းဂါဆဲယါဆဲမိုင်း လိုဝ်းလုဂ်မိုင်းမာဆဲးမး ပေးတေစိုဂ်တွဆဲးလိုဝ်
သေဂပ်,ခလး ကမ်,မီးလွင်းလီဂ်,လီဂ်းသေ စပ်းထိုင်လွင်းသုဆဲး,လံးသုဆဲး,ပီဆဲးရှိုင်းဂါဆဲး။

ယိုင်းမီ (Mission)

- ① ဆင်၊ရှိုပ်ရှိုင်းဂါဆဲယါဆဲမိုင်း စပ်းထိုင်လွင်းစေးမုဆဲး ၊ စပ်းထိုင်လွင်းဂမ်ထီမ်ဂူးပိုင် ခလး
စပ်းဂုမ်းပးဆဲးလွင်းတူင်ဆိုင် ဂူးဗှာ,ဂူးပံး။
- ② တိုဂ်းတေး လွင်းစီ,ဆဲးဂ်းတံဂ်းတံင် ဆိုင်ရှိုင်းဂါဆဲ လိုဝ်းရှိုတ်းဂါဆဲဂူးပိုင်ပိုင် ဆဲးလိုင်းထံး။
- ③ ပုဂ်းပွင်တူင်,ပုင်း ရှိုင်းဂါဆဲယါဆဲမိုင်း ကမ်,ဝး ပံးတူင် ၊ ပံးလှဲ ခလး ပံးတူင်,ပုင်းဂူးဆဲး
ရှိုင်းမီးလွင်းမိုင်းယို,တိုဝ်းတွဆဲး။
- ④ ပုဂ်းပွင်ဆဲမဂတ်ရှိုင်းဂါဆဲ ဆင်,ရှိုပ်ပေးတေမီးသုဆဲး,စပ်းဂုမ်း ဆဲးဂါဆဲတိုဂ်းသုဆဲး၊ မဂ်းမဆဲး
ပဂ်းပိုင်ကမ်ဂပ်,စွင်းရှိုင်းဂါဆဲ ဆဲးလိုင်းထံး။
- ⑤ ဆင်,ရှိုပ်တေမီးပိုဆဲးတီး တွဆဲးတု,ရှိုင်းဂါဆဲ လိုဝ်းပီဆဲးဆင်းယိုင်း လံးလှဲ,တိုဝ်းသုဆဲး,လံး
လပ်းဂပ်,ခလး ဗိုမ်ထီမ်ဆဲမဂတ်လပ်းဂပ်,။
- ⑥ တိုဂ်းဂုလ်းခလး ပဆဲးရှိုင်းဂါဆဲ ရှိုင်းရှိုင်းဂါဆဲယါဆဲမိုင်း ပေးမီးသုဆဲး,လံးစွမ်းတုမ်ခလး ဂေ,၊
တင်းမုဂ်လုမ်းဂူးဆဲးရှိုင်းဂါဆဲ။
- ⑦ ဂိုတ်းယိုတ်းလွင်းလီဂ်,ခဗေဂူးပိုင်ပိုင်။

ယိုင်းကဆဲး (Objective)

- ☞ ဆင်,ရှိုပ်မံမီးဂူးပိုင် ကမ်ဂပ်,စွင်းလွမ်း ရှိုင်းဂါဆဲယါဆဲမိုင်း ရှိုင်းပေးမဂ်းမဆဲးလံးသေ
လှဲ,တိုဝ်းလံးတေ လွမ်းဆင်းဗှာ,ပာင်း ပိုင်သုဆဲး,လံးသုဆဲး,ပီဆဲးဂူးဆဲး။
- ☞ ဆင်,ရှိုပ်တူင်,ပုင်းရှိုင်းဂါဆဲယါဆဲမိုင်း ပေးတေမီးကွင်းတီးရှိုတ်းဂါဆဲ ငံးငံးမီးလုမ်လှဲ ခလး
မီးလွင်းယူ,သပ်းဂါဆဲသါင်း ဂိုမ်းမဆဲးတိုဝ်းတွဆဲး။
- ☞ ဆင်,ရှိုပ်တူင်,ပုင်းထံး ပေးတေပွင်,လှဲပဆဲး ဝပ်းလံးရှိုင်းဂါဆဲယါဆဲမိုင်း ကမ်ပီဆဲးယူ,သေ
ခလး ရှိုင်းမီးလွင်းလုတ်းယွမ်း ဂါဆဲလီဂ်,ခဗေဂူးဆဲး ဆိုင်ရှိုင်းဂါဆဲ။

ခက်.တွင်းတီးတေလီးလွမ်းရှိုတ်း ဖွင်းမိုဝ်းဝတ်းဝှ်ဂှ်

- (1) သင်ဝုးဝတ်းဝှ်ဂှ်ဒ်းဂါဆ်ယါဆ်မိုဝ်း ဖေတ်သ်ပွတ်,တူဂ်းရှါဆ် နှ်းဂျါ,လီင်းလွင်းတင်းဝံတီး လဝ်းဆုးတီးတမ်,ဂူတ်,ထံး ဖိုဆ်တီးဂါဆ်ဖေတ်သ်ပွတ်,လဝ်းဂပ်,တူဂ်းရှါ။
- (2) နှ်းရှိုင်းဂါဆ်ယါဆ်မိုဝ်း ကပ်ဝှ်လီင်းလွင်းတင်းခလး ဝတ်းဝှ်ဂှ်တူဝ် တီးလဝ်းတူဝ်မး မိုဆ်ဆင်, ဝတ်းဝှ်ဂပ်းတူဝ်မိုဝ်းမါဆ်း ၊ သီဆ်းမံဂှ်ဆ်းရှိုဆ်းဆ်ဆ်သေ နှ်းဂျါ,တိတ်းတေ့, တီးလုမ်းဖွင်းတင်မါဆ်း / ဂုင်းသုဆ်မါဆ်းသေ ထံး,ခိုဆ်းဖေတ်သ်ပွတ်,ကမ်မို,။



ကေ,ဂသါဆ်ကမ်လုဝ်,လီးရှါဒ်းရှိုဆ်း
ဖွင်းမိုဝ်း ဝှ်ခွါင်,ရှိုတ်းဂါဆ် ဧလး ဝှ်သီခွင်ဂှ်



- ❖ ဝှ်လီင်းလွင်းတင်းဝတ်းဝှ် တီးတမ်,ဆူတ်,ကွဂ်,ပဆ်
- ❖ ဖိုဆ်မိုဆ်ဝှ်ဂပ်းတူဝ် ကမ်,ဆဆ သီဆ်းမံဂှ်ဆ်းဆ်းလင်း (သင်ဝုးဆ်းလင်းပီဆ်ဂှ်ဆ်းယုဝ်းယုဝ်း)
- ❖ ဖိုဆ်မိုဆ်သီဆ်းမံပရီးသတ်း ကမ်,ဆဆ ဝှ်ပရီးသတ်း(သင်ဝုးဆ်းလင်းပီဆ်ပရီးသတ်း)
- ❖ ဖိုဆ်လိဂ်းမွပ်းကမ်ဆတ်း တိတ်းကျးဂွဆ်းသတီမ် 10 ဝါတ်,ခလး ဖိုဆ်မိုဆ်ဝှ်ဂပ်း တူဝ်ဂှ်ဆ်းတီးရှပ်ပုဆ်းဖွဆ်း။ (သင်ဝုးဆ်းလင်းလံးမွပ်းကမ်ဆတ်း ပဆ်ဂှ်ဆ်းတင်, ဂေ့ဆ် နှိုင်းဂါဆ်တေလီးလွမ်း ယွဆ်ပိုဝ်းလုဝ်,ထံး,စီပ်းရှါဒ်း။ ဂျးလွံ.လံး, 60 ဝါတ်,



“ ကွင်းတီးတိတ်တော့ ”

- နှိုင်းဂါမ်ယာမ်မိုင်း တီးခိုခိမ်းသံမံတီးဂုင်းထိပ်း နှိုင်းတိတ်တော့၊ နှိုင်းဝတ်းဝတ်းဝတ်းဝတ်းဝတ်း၊ တီးသုခ်ပေးဂါမ်ဂုမ်းမိုင်းလုမ်းဗေ၊ ကုတ်ပိုင်၊ ဝင်းခုံးယုး တိုက်လုမ်းဗေ၊ ကုတ်ပိုင်၊ (ဝင်းခုံးယုး) သိမ်းတင်းဆွမ်းသဝမ် ယိက်တုသိတ်၊ နိတ်တုသိတ်၊ ဂုင်းထိပ်း(10300)

- နှိုင်းဂါမ်ယာမ်မိုင်းတီးခိုခိမ်းသံမံ ဆွဲပိုခိမ်းတီးတင်၊ လိုင်းနှိုင်းတိတ်တော့၊ နှိုင်းဝတ်းဝတ်းဝတ်းဝတ်းလံးတီး သုခ်ခိုခိမ်းသံမံ ကိုင်းဆွဲခလးတွမ်းလွဲ ခလးတွမ်းဆွဲ။

ဝတ်းဝတ်းဝတ်းဝတ်းဝတ်းမံ၊
တွမ်းတု၊ နှိုင်းဂါမ်တီး မီးဝတ်းဝတ်းဝတ်းဝတ်းဝတ်း လံးကပ်လုဂံ၊ လုဂံ / ပိမ်း၊ ခေးမုမ်းတီးယု၊ ယုခ်ပိုင်ပိမ်းခိမ်းလင်းဆဲ လိုင်း တိတ်တော့လံးတီး သုခ်ခိုခိမ်းသံမံကိုင်းခလးတွမ်း ဂိုင်းမံ၊ မံ 189 ၊ မူ (1) တမ်၊ ပုခ်ခိုခိမ်းတုံး ကမ်၊ ဗိုင်း လွံသဂိုင်း ခလးတွမ်းဂိုင်းမံ။

ထုဂ်၊ လီဂိုင်းနှိုင်းလက်ထမ်း လွမ်းဆင်၊ ပုးတုးဆွဲ
သင်ဝတ်းဝတ်းဝတ်းဝတ်း ကမ်၊ ဆမ် လုဂံ

- (1) ဝတ်းဝတ်းဝတ်းဝတ်းဝတ်း တီးလုမ်းတမ်၊ ဆူတ်၊ ဗုး ထွမ်းကွတ်၊ ပမ်
- (2) ဗိုင်းမိုခိမ်းဝတ်းဝတ်းဝတ်းဝတ်း / ထေးဇေး 38/1
- (3) လက်ထမ်းတီးမီးမံ 13 တုင်။

တွင်းထမ်ခေးမုမ်းလံးတီး လုမ်းလတ်းဂုဂါမ်ဂိုင်းမံ၊ ခလး လုမ်းဗေ၊ ဂုမ်းထိင်းလွင်းနှိုင်းဂါမ်ယာမ်မိုင်း မံဗုခ်ဆွဲ 053 112 912-4 ဆွဲဝမ်းနှိုင်းဂါမ်။



သင်ဝုးဆံးလောင်းယိုတီးဝတ်းဝှ် ရှိုင်းဂါဆဲခဲ တေလံးရှိုတ်းလိုင်.ရှိုတ် ?



(ထမ်) သင်ဝုးဆံးလောင်း ယိုတီးသိမ်းဝတ်းဝှ်ရှိုင်းဂါဆဲ ကမ်,ဆဆဲ ဂော,ဂသါဆဲကမ်လမ်, လွင်းသေကမ်ကမ်ခွင်ရှိုင်းဂါဆဲဆံ လွင်း,ဆံးလောင်း,ဗိတ်းပတ်းပိုင်မံမီးရှိုတ် ?

(တွပ်) တမ်းဗိတ်းပတ်းပိုင်မံမီးဂမ်းလီဝ်။ ယွဆံဝုးဆံးလောင်း ကမ်,မီးသုဆဲ,တေယိုတီးသိမ်း လံးဆဆဲယဝှ်။

တမ်,ဆင်,ခေးပိုင် မတ်းတု (131) ဝုးဝှ်ဆဆဲ သင်ဝုးဆံးလောင်း ယိုတီးသိမ်းဝတ်းဝှ်ရှိုင်းဂါဆဲ /ဂော,ဂသါဆဲလမ်,လွင်းခွင်ရှိုင်းဂါဆဲဆံ မီးတူတ်းတမ်,တင်းဗိတ်း လိုင်ဆင်,ပုးတုးဆံ



- (1) တမ်,တူတ်းခွင် ကမ်,ပူဆံ 6 လိုဆံ
- (2) တမ်,ငိုဆံး 10,000 - 100,000 ဝတ်း,
- (3) ကမ်,ဆဆဲ ဝုးတမ်,ခွတ်း ခလး တမ်,ငိုဆံးတင်းသွင်ပိုင်



မံတွင်း / သင်လိုင်ဝုးရှိုင်းဂါဆဲ ကပ်ဝတ်းဝှ်လပ်းဂပ်, / ဂော,ဂသါဆဲကမ်လမ်,လွင်းခွင်လပ်း ဂပ်,ဆဆဲ ရှိုင်းဆံးလောင်း ရံပ်းသိမ်းဝှ်ပဆဲဆဲတေ တမ်,ဆင်ပတ်းပိုင်မံမီး လံးတမ်းဝင်းဝှ်ဆဆဲ ဆံး လောင်းဂေးယင်းကမ်,ပံ,ခပ်းခွပ်,ပပ်းပိုင် ဗိတ်းပတ်းပိုင်မံမီး။ ယွဆံးဝုးတင်တူပ်ရှိုင်းဂါဆဲဆဆဲ ဖွမ်လိုင်သေ ဗေဂ်,ရှိုင်းဆံးလောင်းဂံပ်းသိမ်းပံ,ပဆဲဆဆဲယဝှ်။ ရှုလုးဂူး မိုဝ်းရှိုင်းဂါဆဲယွဆံးခိုဆံး မိုဝ်းလိုင်ဆံ ဆံးလောင်းတမ်းတေလံးပဆဲခိုဆံးဂမ်းလီဝ်။ သင်လိုင်ဝုးဆံးလောင်း ကမ်,ပဆဲခိုဆံးဆံ တမ်းဗိတ်းပတ်းပိုင် တမ်,ဆင်ခေးမတ်းတု (131) ဆဆဲယဝှ်။



သင်ဝုးရှိုင်းဂါဆဲဂေးလိုင် လံးထုးဝုးဆံးလောင်းယိုတီးဝတ်းဝှ်ဆံရှိုင်းဂါဆဲ တိုင်,လာတ်,လံးတီး လုမ်းဖှံး,ဂီတ်,ခစခဂုဂင်းပဆဲ သုဆဲ,လံးရှိုင်းဂါဆဲ ရူး ခလးတွမ်း ကမ်,ဆဆဲ မံယွဆံးရှိုပ်းဆဲတ်း - 1546

“လွင်းတိုင်းပိခပ် ထိပိ”



(1) လွင်,လဝ်းဂဝ်, ပိခပ်ဂူခင်းဂျေ.ကခပ် ခပ်းခါ,လွမ်းခင်,ပုးတုးခိ.ရှိပ်?

- ပိခပ်ဂူခင်းယူ,ရှိုခင်းဂွင်းလိပ်ဂခပ် တင်းဗူးပိခပ်တိုင်းပိခပ်ထိ,ပိ။
- ပိခပ်ဂူခင်းယမ်းယူ,ရှိုခင်းလမ်တင်း ဂူခင်းပိခပ်တိုင်းပိခပ်ထိ,ပိ။
- ပိခပ်ဂူခင်း ရှိတ်းဂါခပ်ရှိုခင်းလမ်ဂခပ်တင်း ဂူခင်းပိခပ်တိုင်းပိခပ်ထိ,ပိ။



(2) လွင်,လဝ်းဂဝ်, မီးဟှင်ရှင်း လွမ်းခင်,ပုးတုးခိ.ရှိပ်?

ကံထဝ်းဂခပ်မုး
ရှိုခင်းဆင်းသေ (2) ဝူခင်း

①



④

ကံမီးစီးတိုဝ်, |
ကံကွတ်,ပုးလိုတ်း

မီးလူမ်းဆပ်ကိတ်းကီး

②



⑤

ရှိုပ်,ကွတ်,မိုဝ်းဂင်ခိုခင်း

ကမ်,စွဲးဂိခပ်ယံမံ

③



⑥

ဆမ်ဆင်းလူတ်း

(3) သင်လဝ်းဂဝ်, မီးဟှင်ရှင်း လွမ်းခင်,ခေးပုးခိုဝ်ခခပ်.လိုင် လဝ်းဂဝ်,ထုဂ်,လိဂှိတ်းရှိပ်?

ဥျးဂူတ်,လိတ်းစီးတိုဝ်,



ပေး.ထတ်းမခင်း,
တိုဝ်,ပင်,လဝ်းဆေးတီးရှင်းယု /
လဝ်းဆေးတီးမုလ်ဆိထိမိပ်,



(4) သင်လဝ်းဂဝ်, မီးဟှင်ရှင်း လွမ်းခင်,ပုးခိုဝ်ခခိ လဝ်းဂဝ်,ဥျးဂူတ်,လိတ်းလိးတီးလွဲးပွင်း?

- ဥျးဂူတ်,လိတ်းလိးတီးရှင်းယု
- ဥျးဂူတ်,လိတ်းလိးတီးမုလ်ဆိထိမိပ်, / သုခ် DIC



၆၆ တောင်းပီခင် ကိတ်.ချ်ကံ၊ဝီ, ၈၈

(1) ထွင်းထင်းဂပ်, မီးတောင်းယမ်း; ထွင်းခင်း,ခေးပုးတိုးခင်းရှိုပ်?

ရှမ်းဂျ၊မ
ကမ်း,လွဲ.တိုင်းထူင်ယာင်



ပီခင်ရှမ်းမီး
ရှူးဆွမ်းခမ်း

လွဲ.စီမ်ကမ်းကမ်း,
မူတီးသိုရှမ်းဂခမ်း



သင်းဥပုးလို့တီး
ကမ်းမီးလို့ဂံတို.ချ်ကံ၊ဝီ,

(2) သင်ထင်းဂပ်, မီးကကျင်.တောင်း,ယမ်း; ထွင်းခင်း,ခေးပုးခိုပ်ခခင်း. ထင်းဂပ်,ထုင်,လီ
ရှိုတ်းလို့င်.ရှိုပ်?

- တိုင်,ပင်း,တင်း ထင်းဆူးတီးရှင်းယု / မုလ်ဆိထိမိပ်,
- ရှုတ်,လိတ်းလို့တီး / ရှုတ်,လိတ်း Oral Fluid



(3) ထွင်းထင်းဂပ်, မီးတောင်းယမ်း; ထွင်းခင်း,ခေးပုးခိုပ်ခခင်း.ခခိ
ထင်းဂပ်,ရှု,ရှုတ်,လိတ်းလီးတီးလွဲဖွင်း?

- ရှု,ရှုတ်,လိတ်းတီးရှင်းယု
- ရှု,ရှုတ်လုမ်းမုလ်ဆိထိမိပ်, / သုဆ် DIC



သုခင်လိပ်းရှိုမ်း ဂိပ်,ဂပ်းပီးယု,လီ တျ,ရှိုင်းဂခမ်းယာခင်းမိုင်း (DIC)

- ရှပ်ရှုတ်,လိတ်းလို့ခမ်း; ရှုလို့ဝိုင်မိင်းကိတ်,ချ်ကံ၊ဝီ, တွမ်းတျ,ရှိုင်းဂခမ်းယာခင်းမိုင်း။
- ပခမ်းပင်သွခမ်း ပိုခင်းရှု.လွင်းကိတ်,သ် ၊ လွင်းရှမ်းဂျ၊မ ၊ လွင်းတောင်းပီခင်ပွတ်,မိင်း ၊ လွင်းသိုပ်,လို့ဝိုင်သံဖခမ်း ဧလး; ရှိုတ်းရှိုင်းယုခံတီး; Mobile Clinic။
- ပိုတ်,ရှူးဝခမ်းပုတ် ထိုင် ဝခမ်းသပ်။ ခာပ်းယမ်း (5) မူင်းရှိုပ်ခမ်းထိုင် (7) မူင်းဂခင်းခမ်း။
- ကွင်းတီး သခမ်းတီ,ထမ်း ၊ သွံး (2) ကမ်းဖိုင်းမိုင်းဂိင်းမိ,။



ဂျားမာပ်, မွဲ မါမီးရှေးလူတ်. ရှေးဂျား မိုင်းထိး
မဂ်းမခင်းလွဲ. တိုင်းတင်းဒတ, ဝခင်းထိ 5/9/2022



တၢမ်, 4,000 ဝါတ်,
ရှေးလူတ်/ရှေးဂျားဗွင်းပူဆံ့
ကမ်, မိခင်းတၢမ်ဆင်ဆင်, ခေး
မဂ်းမခင်းမံမီး



တၢမ်, 2,000 ဝါတ်,
ရိုတ်းလူတ် / ရိုတ်းဂျားဝံတီး
ကမ်မီးခိုင်းမံမီး



တၢမ်, 2,000 ဝါတ်,
ကမ်, ရှေးလူတ်/ဂျား ဂျးလွမ်း
တၢင်းတီးနှိုတ်းဝံ (ယွဆံ့သွဆံ)



တၢမ်, ခွဂ်း 1 ပီ / တၢမ်, ငိုဆင်း
5,000 - 20,000 ကမ်, ဆဆံ
တင်းသွင်ပိုင်
ကမ်, ရှေးလူတ်/ဂျား ကမ်, ပူဆံ့
ထိုင်လွင်းလွတ်းဗေး တူပ်ဂပ်,
/ ဂူဆင်းတၢင်း, ဂေး.



တၢမ်, 4,000 ဝါတ်,
ရှေးလူတ်/ရှေးဂျားပူဆံ့
ပိဆံ့ခိုင်းမံ ဗွင်းလိုင်



တၢမ်, 2,000 ဝါတ်,
ကမ်, တိုင်းမဂ်း, ရှင်
ဗွင်းစီ, လူတ်ခိုင်း



တၢမ်, 2,000 ဝါတ်,
ကမ်, သျှ, သံမိတ်တူပ်



တၢမ်, 4,000 ဝါတ်,
ကမ်, ရိုတ်းလူတ် / ရိုတ်း
ဂျားပဆံ့ဂူဆင်းပံမံမီးတၢင်း
(သီဆင်းလံးမံမီးတၢင်း)

ဂျနီဗားခရီးစဉ်၊ ခင်းမှိုင်းထီး ပီ 2022

မင်းမင်းလှိုင်တိုင်းများ တင်းဒတ၊ 01/10/2022

(3) ဧကးတွမ်း 354 ဝါတ်၊

- ချွမ်းပူးဂိုး
- ဂယွင်း
- ဗူးဂိတ်

(6) ဧကးတွမ်း 338 ဝါတ်၊

- မုတ်တုဂှာမ်
- ဂလူးသိမ်း
- သဂှမ်းဆွမ်း
- သမုတ်၊ သူင်စဂျမ်း
- လမ်းထပူးဂိုး
- ဆွမ်းခံးယူဂ်

(14) ဧကးတွမ်း 340 ဝါတ်၊

- ပဂျ၊ ဂျမ်းပူးဂိုး ၊ ဆွင်ခံး
- ဂူပမ်းဂျထဆီး၊ ဂိမ်းမံ၊
- ဗင်ဂျး ၊ ဂဝီ ၊ တဂျ၊
- ခွမ်းဂိမ်း ၊ သူင်းစလျ
- သုဗမ်းပူးဂိုး၊ သဂျ၊ ပူးဂိုး
- သုဂတ်ထူးဆီး၊ လူမ်းပူးဂိုး
- ဆွမ်းဂျသီမား

(6) ဧကးတွမ်း 353 ဝါတ်၊

- မိုင်းဂွတ်၊
- ဆွမ်းထပူးဂိုး
- ဆွမ်းပထူမ်
- ပထမ်းထူးဆီး
- သမုတ်၊ ပဂျ၊ ဂါမ်း
- သမုတ်၊ သျှမ်း

(19) ဧကးတွမ်း 335 ဝါတ်၊

- ဗိတ်ပူးဂိုး ၊ ပိုင်းဂါမ်း
- ဂမ်းဂျဆပူးဂိုး၊ ချွမ်းခါမ်း
- ဆွမ်းဗဆွမ်း၊ ဗယာဝ်း
- သူ၊ ဂိမ်း၊ ယူးသုတ်ထမ်း
- ဂွမ်းဂိတ်၊ ၊ ဗိတ်ထလင်း
- လိုလ်း ၊ ဂုတ်လတ်၊
- ဆွမ်းသဝမ်း၊ သျှ၊ ဂိတ်
- ဂါင်၊ ထွင်း၊ ပူးဂိုးလမ်း
- ပဂျ၊ ဂျှပ်၊ ခီဂိုးခမ်း
- ဗိတ်ထလူဂ်၊ ဗိတ်ချ်ပမ်း

(1) ဧကးတွမ်း 343 ဝါတ်၊

- ဗဂျ၊ ဆွမ်းသီ
- ဂျယထယူး

(1) ဧကးတွမ်း 345 ဝါတ်၊

- ချွမ်းချိုင်းသင်း

(22) ဧကးတွမ်း 332 ဝါတ်၊

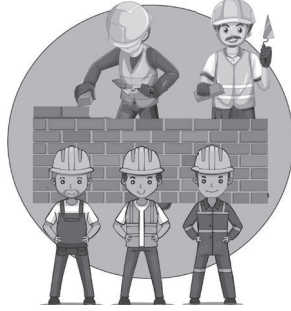
- ဂမ်းခါတ်ဂျလိုမ်း၊ တါဂ်
- ခမ်းဂွင်းသွမ်း ၊ ဂိမ်းဂှံး
- တလင်း ၊ သီသဂိတ်၊
- ဆွင်ပုင်းလမ်းဗူး ၊ ဗဗူး
- လမ်းပင်း၊ ဂူ၊ ထူးထူးဆီး
- လမ်းပမ်း၊ ချွမ်းဗူး
- မဂျ၊ သဂျ၊ ခါမ်း၊ ဗိတ်ဂျတ်၊
- သိပ်ပူးဂိုး ၊ သတုမ်း ၊
- သူ၊ ဂွင်းထီး ၊ ဂဆွင်း
- ဂမ်း၊ ဗိတ်ဗိတ် ၊ ချွမ်းဗူး
- ဂျတ်ချ်ပူးဂိုး
- ဆွမ်းသီထမ်မဂျတ်

(5) ဧကးတွမ်း 328 ဝါတ်၊

- ဗဂျ၊ ထိဝါတ် ၊ ခါမ်း
- ပတ်းတခီး ၊ ယလူး
- ဂူးတွမ်းထူးဆီး

သုခလွှဲထိမ်နှိုင်းဂာခမ် ဒလးတွမ်းဂိုင်းမိ၊

ကျွန်ုပ်တို့အဖွဲ့က အလုပ်အကိုင်
အသစ်ကို



သုခလွှဲထိမ်နှိုင်းဂာခမ်နဲ့ ပိုတ်၊လုမ်းမီးဝံ့ယူ၊
တီးသုခကသိတ်၊သိမ်းစားဖောက်ဆွဲ ငလ်း 3
ပိုတ်၊နှိုင်းဂာခမ် ဝမ်းလမ်းထိုင် ဝမ်းသုဂ်း
စားယမ်း 9 မှုးဂာခမ်ထိုင် 4 မှုးရှုမ်းစမ်း။
နှိုင်းဂာခမ်ဂေ့လွဲသေမဝ်၊ဝး သင်လံးရှုမ်းထွင်း
ပခမ်ရှု မှုးခမ်၊ ပးတုးဆဲးထိုင် ခမ်းဂျ၊ယွမ်း
တင်းလွှဲထိမ်လံးဂမ်းလိပ်။



မှုးမီးလွှဲယာပ်၊ဗိုတ်၊
တု၊တိမ်းပိပ်၊ဖွမ်း လွှဲ
ဂာခမ်တေ့၊ဝတ်းပွဲ။



နှိုင်းဂာခမ် နှိုင်းစားလင်း
ရှုမ်းဂး ဆေးလင်းဂေ့-
ဂပ်၊ ဂမ်း၊ယွမ်းသိမ်း
ကျွန်၊ပခမ်။



မီးလွှဲစွင့်စမ် လွှဲဆေး
လင်း ဂမ်း၊လံ၊ဂးမု၊
ဂးနှိုင်း၊ လွှဲဆေးလင်း
ယိုတ်းဝတ်းပွဲ၊ လွှဲဆေး
လင်းပေ့ဂိမ်း စီးခမ်း
တိမ်းတိုင် လိုင်းဆဲးကျပ်၊
ကျွန်တိုင်း၊ပင်၊လံး။



ဆေးလင်းလိင်းကျွန်၊နှိုင်း
ဂာခမ်လုမ်းဂမ်း၊လံးမွန်
လုမ်းလင်းလုမ်းဆေး။

သုခလွှဲထိမ်နှိုင်းဂာခမ်ဆဲး မီးဝံ့လံ၊လံ၊လုမ်းစမ်း
ရှုမ်းနှိုင်းဂာခမ်ဝံ့။ ဂမ်း၊ဝး လွှဲလွှဲထိမ်နှိုင်း
ဂာခမ် မှုးလုမ်း၊တင်းလွှဲထိမ်မးဆဲး မီးလုမ်း
မှုးခမ်၊ လုမ်းလုင်းပွင့်ထိုင် ၊ လုမ်းတုင်၊ဝုင်း
ရှုမ်း ၊ လုမ်းကျွန်လီ နှိုင်းဂာခမ်ပွတ်းဆဲးလိုင်း
ဆဲးစမ်းရှုမ်းပးဝံ့။



ကျွန်၊ကျွန်တင်းထမ်းစာ
တွမ်းဂာခမ်တေ့၊လွှဲ
ဝတ်းပွဲ။

ဖုန်းနံပါတ် / 089 1234 250



ဂွင်တိုခင်းငိုခင်းသားတီခင်း

กองทุนเงินทดแทน

Workers' Compensation Fund

ထာမ်

ဂွင်တိုခင်းငိုခင်းသားတီခင်းဆဆံ့ ပီခင်းလွင်းသင်?

တွပ်,

ပီခင်းဂွင်တိုခင်းတီးမီးမူးမိုဝ်းပီ 2537။ ပီခင်းမံမီးတီးတူလုး ထိုင်လုဂ်းလောင်း ဖွင်းယမ်းနှိတ်းဂါခင်းလွမ်း ဆဲးလောင်းယဝ် ထုပီးဖေးဂိုင့်ဂါင့် ဆွဲးတီးနှိတ်းဂါခင်း၊ ကမ်,ယူ,လီဂါခင်းဝါခင်း လုဂ်း / တံဂျု,လီဝ်းဆဆံ့။ သင်တုးလုဂ်းလောင်း ထုပီးလုး လွင်းလီဝ်းဆဆံ့ မံမီးဆဆံ့တေတူလုးထိုင်ပခင်းလုဂ်းလောင်း။



ထာမ်

ဖွပ်ပီခင်းဂူခင်းသုင်,ငိုခင်းစပ်းဂွင်တိုခင်းဆဆံ့?

တွပ်,

ဆဲးလောင်းပီခင်းဂူခင်းသုင်,ငိုခင်းစပ်းဂွင်တိုခင်းဆဆံ့ဂေ့.လီဝ်။

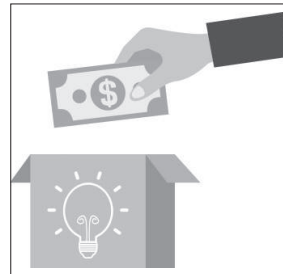


ထာမ်

ဖူးလွဲဖွဲ လံးစှပ်လွင်းတူလုးထိုင်ပုး ဖှံး,တုးဂွင်တိုခင်းဆဆံ့?

တွပ်,

လုဂ်းလောင်း တီးနှိတ်းဂါခင်းလွမ်းဆဲးလောင်း မိုဝ်းထုပီးဖေးဂိုင့် ဂါင့်၊ ကမ်,ယူ,လီ လု.ဂ်း၊ ကမ်,ဆဆံ့ တံဂျု, ယွဆဲးပိုဝ်းနှိတ်း ဂါခင်းပခင်းလောင်း။ လွင်းထုပီးလုးဖေးလီဝ်းဆဆံ့ တေလံး



ပီဆဲဗွင်းယမ်းနှိတ်းဂါဆဲပဆဲခါးလင်း ရှမ်းပုးဗေးခိုင်ဂါင့် တီးထုပ်းလျးယွဆဲပိုင်းစုဂင်းပဆဲ ဆမ်တွမ်းခါးလင်း။ ပိဂ် သမ်ဝုး ကမ်,လှ်းဆဲးစါးယမ်းနှိတ်းဂါဆဲဂေး လုဂ်းလင်း တေလံးရှပ် ငိုဆဲးသံးတီဆဲးဆဲယူ။

ထာမ်

ထုဂ်,လီလံးနှိတ်းလိုင်ရှပ် မိုဝ်းထုပ်းလျးဗေးခိုင်ဂါင့်?

တွပ်,

(1) လုဂ်းလင်းတေလံးမွဂ်,လါတ်းဆဲးလင်း လွင်းကမ်,ယူ, လီကမ်,ဆမ် လွင်းထုပ်းလျးဗေး ဆင်,ရှပ်ဆဲးလင်း တေ သူင်,ဝှဲဗွမ်း (ဂေးထေး 16) ဂျ,တီးဂွင်တိုဆဲးငိုဆဲးသံး တီဆဲးစလး သူင်,လုဂ်းလင်းဂျ, ရှပ်လွင်းယူတ်းယုတီးရှင်း ယုးယုခိုမ်းလမ်။

(2) သင်ဝုးဆဲးလင်းကမ်,ယုမ်, ကမ်,ဆမ် ကမ်,ယွမ်းသူင်, လုဂ်းလင်းဂျ,ယူတ်းယုတူင်ဆဲလိုင် လုဂ်းလင်းတေလံးကပ် ဝှဲလပ်လွင်းရှင်းယု ဂျ,ပဆဲတီးဆဲးလင်း ဆင်,ရှပ်ပေးတေ ပီဆဲသါဂ်းသေ,လွင်းကမ်,ယူ,လီ ကမ်,ဆမ် လွင်းထုပ်းဗေး ဆမ်။ ဂျ,လှ်,လံ,ယူတ်းယုတူင်ဆဲ လုဂ်းလင်းတေလံး လီဂ်းဝှဲဂွမ်း။ ယဝ်ဂင်,ကပ်ဝှဲလံ,ငိုဆဲးသေ ဂျ,ယွမ်းခိုမ်း တီးဆဲးလင်း ကမ်,ဆမ် ယိုမ်းတီးဂွင်တိုဆဲးငိုဆဲးသံးတီဆဲး ဆဲးစါးတင်း 90 ဝမ်း။

(3) လုဂ်းလင်း ကမ်,ဆမ် ဗူးမီးသုဆဲ,လံး တေလံးယိုမ်း ယွမ်းဂွင်တိုဆဲးငိုဆဲးသံးတီဆဲး ဆဲးစါးတင်း 180 ဝမ်း စတ,ကပ်,ဝမ်းတီးထုပ်းလျးဗေး၊ ကမ်,ယူ,လီ ကမ်,ဆမ် လှုဂ်။

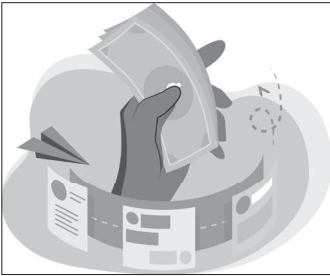
ထာမ်

သုဆဲ,လံးဂွင်ထုဆဲးငိုဆဲးသံးတီဆဲးဆမ် မီးလွင်းသင်ဗွင်း?



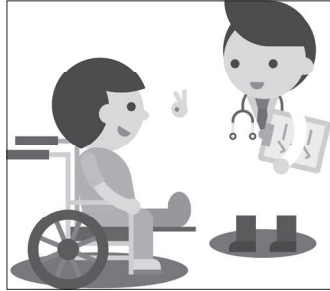
တွပ်,

(1) ဂျားယူတ်းယုတ်းရှင်းယုတ်းယုတ်း ပီဆဲးဂျားလွဲ.လံာ်.လွင်းဂူတ်.လီတ်း၊ ယူတ်းယုတ်း လုမ်းလုး ကမ်.ဆဲဆဲ ဂျားလွဲ.လံာ်.တီးတေ ဂှ်တီးရှ်းလွင်းလီပ်းယံဆဲးစီဆဲးမုး မိုဝ်းကမ်.ယူ.လီ။

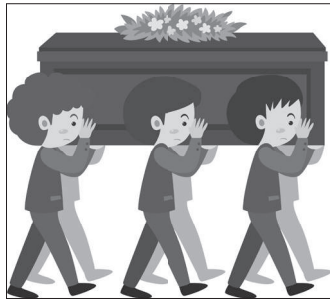


(2) ဝိုဆဲးလွံးထီမ် ယွဆဲးပိုဝ်းစာတ်.လံာ်.လံး ပီဆဲးဝိုဆဲးတီးလုဂ်းလောင်းတေလံးရှပ် သင်ဝုးထူဝ်းလုးဖေး / ကမ်.ယူ.လီသေ ခလးဂှ်တီးရှ်းလုဂ်းလောင်း ကမ်.လောင်းဂှ်တီးဂါဆဲ။ ခတ.ကပ် ဝဆဲးတီးယုတ်းဆုးဂါဆဲဆဲဆဲ လုဂ်းလောင်းတေလံးရှပ်ဝိုဆဲး ပီဆဲးလံာ်လို့ဆဲ 70% ခွင်ဂျားလောင်း တွဆဲးတုးစာတ်းတောင်းကမ်.ပူဆဲ 1 ပီ။

(3) ဝိုဆဲးလွံးထီမ် ယွဆဲးပိုဝ်းလုသုမ်း ကင်.ဂျားတူပ်စိင်းပီဆဲး ဝိုဆဲးတီးလုဂ်းလောင်း တေလံးရှပ် သင်ဝုးဂှ်တီးဂါဆဲ ခလးလုဂ်းလောင်းလံးလုသုမ်း ကင်.ဂျားတူပ်စိင်းဂျား။ လုဂ်းလောင်း တေလံးရှပ်ဝိုဆဲးပီဆဲးလံာ်လို့ဆဲ 70% ခွင်ဂျားလောင်း ကမ်.ပူဆဲ 10 ပီ။



(4) ဝိုဆဲးလွံးထီမ် သင်ဝုးပီဆဲးတုစိတ်။ တုစိတ် မီးတီးပွင်.ဝုးလုသုမ်းကင်.ဂျားတူပ်စိင်း ကမ်.ဆဲဆဲ လုသုမ်းကီဆဲးရှ်းဆဲးတူပ်စိင်း ခလး ဂှ်တီးရှ်းလုဂ်းလောင်း ဂှ်တီးဂါဆဲကမ်.လံး မိုဆဲးမိုဝ်းဂွဆဲ. ကမ်.ဆဲဆဲ ကမ်.လောင်းဂှ်တီးဂါဆဲလံးထီင်း ခလး သင်ဝုးလွင်းတောင်းပီဆဲးဆဲဆဲ ပီဆဲးမုး ယွဆဲးပိုဝ်းဂှ်တီးဂါဆဲပဆဲဆဲလောင်းဆဲလိုင် လုဂ်းလောင်းတေလံးရှပ်ဝိုဆဲးပီဆဲးလံာ်လို့ဆဲ 70% ခွင်ဂျားလောင်း တီးခက.သုတ်း 15 ပီ။



(5) ဝိုဆဲးလွံးထီမ် သင်ဝုးလုဂ်းလောင်းဂှ်တီးဂါဆဲ လွမ်းဆဲးလောင်းသေခလး လုတံဆဲလိုင် ခွပ်းခွပ်းလုဂ်းလောင်း တေလံးရှပ်ဝိုဆဲးတုး 2 လွင်း။ (1) ခွပ်းခွပ်းလုဂ်းလောင်း တေလံးရှပ် ပီဆဲးဝိုဆဲး 100 ပုဆဲးခွင်ဂျားရှ်းစဆဲးတီမ်. လွမ်းဆင်.မံမီးမဂ်းမဆဲးဝဲ။ (2) ဝိုဆဲးလံာ်လို့ဆဲ 70% ခွင်ဂျားလောင်းခွင်လုဂ်းလောင်းတီးလုတံ ဆမ်သုတ်း 10 ပီ။

ထာမ်

ရှုင်စေးကမ်းလှ်အွင်းတီးဂွင်တိုဆ်းငိုဆ်းသီးတီးဆ်းတေကမ်၊ တူလှ်းလွမ်?

တွပ်

(1) လုဂ်းလောင်းလှ်တိုဝ်း ယးမဝ်းဂမ် ကမ်,ဆမ် ဆမ်မဝ်း တာင်းလှ်ဝ်း အွင်းယမ်းရှိုတ်းဂါဆမ်။ ပေးပီဆ်းလှ်ဝ်းဆင်,ဆမ် လုဂ်းလောင်း တေကမ်,လံးရှပ် သုဆ်း,လံးသင် လွမ်းဆင်,မံမီး ဆံ့။ မိုဆ်ဆင်, ဂိဆ်လဝ်းသေ မးရှိုတ်းဂါဆမ် ခလး ရှိုတ်းရှိုတ်း ပီဆ်းမေးဂိုင်ဂင် အွင်းယမ်းရှိုတ်းဂါဆမ်။



(2) လုဂ်းလောင်းတင်းလှ် ရှိုတ်းရှိုတ်းတူဂ်,မတ်,လီပ်း အွင်း ယမ်းရှိုတ်းဂါဆမ်။ လှ်ဝ်းဆင်,ဆမ်ဂေး လုဂ်းလောင်းတေ ကမ်, လံးရှပ်သုဆ်း,လံးသင်။ မိုဆ်ဆင်, လုဂ်းလောင်း တင်းလှ်ပေး, လီဂ်းမဂ်,ဆေး သှ်းမိုဝ်းတူဂ်, ဆင်,ရှိုတ်ပေးတေလံးငိုဆ်း လှ်းတီမ် လွမ်းဆင်,မံမီး။



(3) သင်ဝုးလုဂ်းလောင်း ရှိုတ်းဂါဆ်ရှပ်,စူဝ်းစံ၊ တေကမ်,လံး ရှပ်သုဆ်း,လံးလွမ်းဆင်,မံမီးဆံ့။

(4) သင်ဝုးလုဂ်းလောင်း ရှိုတ်းဂါဆ်ခမးဝါဆ်း ကမ်,ဆမ်ရှပ် ဂါဆ်မးရှိုတ်းတီးရှိုတ်းဆံ့ဂေး ကမ်,လံးရှပ်သုဆ်း,လံး လွမ်း ဆင်,မံမီးဆံ့။

(5) လုဂ်းလောင်းလှ်ဝ်းပီဆ်တမ်,ငး ကမ်,လံးရှပ်လွင်းတူလှ်း လွမ်ပးတှ်းမံမီးဆံ့။ ဂူလှ်းဂး သင်ဝုးဆ်းလောင်း ဂျှ်းရှိုတ်း ကမ်,ဆမ် ပရီးသတ်းလောင်း ရှ်းဂျှ်းရှိုတ်းဆံ့လှ် လုဂ်းလောင်း ဂေး တေလံးရှပ်လွင်းတူလှ်းလွမ် လွမ်းဆင်,မံမီးဆံ့ယူ။



(6) လုဂ်းလောင်းတီးရှိုတ်းဆေးဂါဆ်သုဆ် ဂူလှ်းဂး ကမ်,လှ်း ဆေးဂါဆ်သုဆ်တင်းပီ မိုဆ်ဆင်, ဂျှ်းဂီပ်းမဂ်,လမ်းယံး လွမ်း စိင်,စာဝ်းဆံ့လှ် လုဂ်းလောင်းတေလံးရှပ် လွင်းတူလှ်းလွမ်။

လွင်းရှင်းနှိုင်းကော့၊ဂသါခင်

မိုဝ်းတေယံ၊ / ခါ၊ ထပီခင်းဝါခင်း၊ ဝိုပိုခင်းတီးသုင်



ကမ်၊ဝုးဖုးလုံဖွံ / နှိုင်းဂါခင်ဂေ့၊လုံဂေ့၊ယဝို သင်မီးဝိုပိုခင်းတီး သုင်သေ နှိုးခံတီးယူ၊ ထပီခင်းဝါခင်း၊ ကမ်၊ခေခင် ဝိုမုင်ဂေ့၊ခိုခင်း ခေတေလံးနှိုတ်းလွမ်းခေးမုခင်းပုးတိုးခံ

ကော့၊ဂသါခင် ကခင်လုင်၊လီးရှင်းနှိုင်း



- ဝိုပိုခင်းတီးသုင်လဝ်းဂပ်၊ ကခင်စတုမခင်း / တုင်စတုမခင်း။
- သီခင်းမံဝိုမုင်ဂေ့၊ခိုခင်း / ဝိုခွပ်းခွပ်း ကခင်စတုမခင်း / ဝိုပိုခင်းဂိုပ်း ထပီခင်းပုးဝတ်၊။
- ဗိုခင်းမိုခင်း ဝိုမုင်ဂေ့၊ခိုခင်း တီးယူ၊မို၊ ကခင်ရှင်းတေယံခပ်း။
- ဂျ၊တင်၊ယိုခင်းတီးခလးဝိုင်း / ကမ်၊ဖိုဝိုင်း ရှင်းယူ၊ခေခင် သေဗှံ၊တင်းကမ်းဖိုဝိုင်းတေကွဂ်၊ပခင် ဝိုလီင်းကွဂ်၊။



- သင်လံးမုး ဝိုလီင်းကွဂ်၊ယဝို သိုဝ်၊ဂျ၊ယံခပ်းတီး ထပီခင်း ပါခင်းတီးယူ၊မို၊ / သီခင်းမံဝိုမုင်ဂေ့၊ခိုခင်းကခင်မို၊။
- ထပီခင်းဝါခင်း၊ ကခင်ရှင်းတေယံခပ်းယူ၊ခေခင် မီးယူ၊တီး ခလးတွခင်းလုံဂေ့၊ လုင်၊ဂျ၊ယံခပ်းတီး ခလးဝိုင်းခေခင်။
- မီးခပ်းယမ်းယံ (15) ဝခင်း ကမ်၊ပူခင်း (3) ဝခင်း။



- မိုဝ်းဂျ၊ယံခပ်းခေခင် တေလံးပုးလဝ်းခွင်ခိုခင်းဂျ၊ တျ၊ရှပ် ခပ်းခင်းထပီခင်းဝါခင်းကခင်မို၊ / ဝိုမုင်ဂေ့၊ခိုခင်းကခင်မို၊။
- မိုဝ်းယံခပ်းယဝို သိုဝ်၊ထံ၊ဝတ်းဝိုမို၊ဂမ်၊လီဝ် ခင်း၊ရှိုဝ်ဝတ်း ဝိုလဝ်းဂပ်၊ တေမိုခင်ကခင်တင်း ခင်းထပီခင်းဝါခင်းကခင်မို၊ ကမ်၊ခေခင် သီခင်းမံမုင်ဂေ့၊ခိုခင်းကခင်မို၊။

ပုဂ္ဂိုလ်ထိမ်ခမ်းဂတ်. လုဂ်းကွမ်,သီခမ်းရှုခမ်းမ့်, ရှ်းသိုဝ်းမူခမ်းလွမ်းပါးပူခမ်းမ့်, ကခမ်ပီခမ်တၢင်းတိုဝ်းဂမ်ပိုင်လီ

ဝမ်းမိုဝ်းလီဝ် ပေးခမ်းတၢင်းလံးဝံ ဆမ်ဆမ်းဆိုင် လွင်းပံးပုဂ်,လုဂ်,လုဂ်းကွမ်, ခလး လွင်းရှုခမ်း သၢခမ်မိုဝ်းကခမ်ထုဂ်,မိခမ်း မိုခမ်ဆင်, လွင်းသၢင်းပိုခမ်တီးရှုခမ်း,လုခမ်း တွမ်းတၢ,လုဂ်းကွမ်,တေကုပ်, ကျွမ်း ၊ ဇိုဂ်းရှ်းလုဂ်းကွမ်, ရှုပွင်,လွင်းပံးလုံတူဝ်ဂပ်, ၊ ဇိုဂ်းရှ်းလုဂ်းကွမ်,မေဂ်ရှုဂ်ခမ်းဆ်းရှုခမ်း ဆ်းရှိုခမ်းသေ ရှတ်းရှုခမ်းကုပ်,လၢတ်းလွင်းတၢင်းခပ် လွမ်းပေးခမ်း ရှုခမ်းပုးလွင်းပံးလုံလှိုဝ်းဆံ။ ဈေးတိုဝ်းဂမ် လွင်းရှုခမ်းသၢင်းကခမ်ထုဂ်,မိခမ်းဆံ ဂမ်လွ်းရှ်းပံးလုံလုဂ်းကွမ်, လီတိုဝ်းမး။ ဂေ့.ပီခမ် ပေးခမ်းဆမ် ထုဂ်,လီတိုဝ်းလွမ်းဆင်, လွင်းလံးပုးတီးဆံ။

(1) ဂေ့.ပီခမ်ပေးခမ်း တၢင်းလံး မေဂ်ပွဲထွမ်,လွင်းတၢင်းခလး ပခမ်တၢင်းရှုခမ်ထိုင်။



(4) ရှုခမ်းလွမ်းယုဂ်ယွင်းလွင်း တၢင်းခတ်းလှ်းကခမ်ကွင်, ခပသေညိုဝ်းခဝးလွင်းလှ်းတိုဝ်း ဂီခမ်ရှိုင်းတေ့,လုဂ်းကွမ်။

(2) ဆင်,ရှိုဝ်ပေးတေ့လှိုဝ်လံး ခလး ဂမ်ထိမ်ပခမ်လွင်းပံးလုံ လုဂ်းကွမ်,ဆမ် တၢင်းလံး ပခမ်ခတ်းယၢမ်းလုဂ်းကွမ်။



(6) ပုဂ်းပွင်ရှ်းလုဂ်းကွမ်,မေ့ ပွင်,လုံလွမ်းငဝ်းလံးကခမ် ပီခမ်တေ့ခလး,မေ့ယွမ်းရှပ် လွင်းပံးလုံခပ်။

(3) ကုပ်,ကုပ်းခလးယွမ်းတၢင်း ရှုခမ်ထိုင် လွမ်းပေးခမ်းတၢင်း, ဂေ့.ခလး ဂမ်ထိမ်ပခမ်လုဂ်း ကွမ်,ရှ်းပေးမေ့လှိုဝ်ထိမ် ကျွမ်းဂေ့။



(7) ပုဂ်းပွင် ရှ်းလုဂ်းကွမ်,မေ့ ကပ်ပုခမ်းဗွမ်း မေ့ဆပ်ယမ် ပိုခမ်းသေ မီးလွင်းတိုဝ်းဂမ် ကခမ်ပီခမ်ပိုင်လီ။

ယွမ်းပိုင်ခမ်း လွင်းရှုခမ်းသၢင်းဆ်းဆ်းရှိုခမ်း တေဂမ်ထိမ်ပခမ်လုဂ်းကွမ်, ရှတ်းလၢတ်း၊ ရှတ်းရှိုတ်း၊ ယုံ,မးတေကမ်,လှ်းလွင်းရှုဂ်းရှိုင်းတေ့, ဆ်းဆ်းရှိုခမ်းခလး တူင်,ပူင်းရှုခမ်း။ တင်းမူတ်းဆံ တၢင်းတေ လံးခတ,မးတီးဆ်းစွပ်းစုဂ်းဆ်းရှိုခမ်းကွမ်တၢင်း။ မိုခမ်ဆင်, ဂမ်ထိမ်လွင်းပံးပုဂ်,လုဂ်,လုဂ်း ကွမ်းသိုဝ်, ရှိုခမ်းခလး ရှ်းလုဂ်းတီပီးတတ်းသီခမ်လှိုဝ်ရှုခမ်းပူဂ်း။ ပေးခမ်း မီးပုခမ်းဗွမ်း တီးတေဂမ်ထိမ် ရှ်းလုဂ်း မီးလွင်းစိုခမ်းယုံ,လွင်းပံးပုဂ်,လုဂ်။



သုခမ်,လီးလုဂ်းကွခမ်, Children's Rights

ဒါဘိတီဂံ

ပေးစမးပီးဆွင့် နှိုင်းဂါခမ်ယါခမ်မိုင်း လိုဝ်းဂိုတ်,လုဂ်းခင်းမိုင်းထံး ပိဂ်သမ္ပဝါးမီးဝတ်းစလး ကမ်,မီးဝတ်း (ဝှ်ဂပ်းတူဝ်) ဂေးယဝ် မီးသုခမ်,လံးဂျ,လီင်းဂိုတ်,လံး လွမ်းဆင်,သုခမ်,လံးသုခမ်,ပီခမ် လုဂ်းကွခမ်။ ပိဂ်သမ္ပဝါး ကမ်,လံးဂိုတ်,တီးဂွင်းယုဂေး ဂျ,လီင်းဂိုတ်,လံး။ ပေးစမးတေလံးဂိုတ်းလွမ်းဆင်,လွမ်းလံးပုးတီးဆံ။

- ① သင်ဝါးဂိုတ်,တီးဂွင်းယု ဂွ်းကပ်ဝှ်ဂပ်းလွင်း လွင်းလီင်းဂိုတ်,တီးဂွင်းယု။
- ② ဂျ,လီင်းဂိုတ်,တီးကမ်,ဗိုဝ်း။ တေလံးပီခမ်ကမ်,ဗိုဝ်း ဆွင်းပိုဆံးတီးလှိုတီးဆဆံ။
(သင်ဝါးဂိုတ်,တီးဂပ်းပီခမ်ဖေတ်သ်ပွတ်, တေလံးဂျ,ပီခမ်,ဗေ,သျ,တီးစမ်းပခိး)
- ③ သင်ဝါးဂိုတ်,ဆွင်းသုခမ် တေလံးပခမ်လပ်းစွင်သုခမ် / ခမ်းလောင်း စလး ဂုခမ်းတီးဂိုတ်,ပခမ် မိုခမ်ဆင်, မေယုစမးဂီပ်း ဂျ,ဂွင်လွင်းပခမ်တီးကမ်,ဗိုဝ်း။
- ④ သင်ဝါးဂိုတ်,ဆိုဝ်လူတို တေလံးကွခမ်ဂုခမ်းဂေးလူတို ဂျ,ပီခမ်သဂ်းသေ။
- ⑤ သင်ဝါးဂိုတ်,တီးဂွင်းဂေး လပ်းစွင်လွင်းဂေး တေလံးဂျ,ဂွင်လွင်းပခမ်။

ကေ,ဂသါခမ် ကခမ်လုဝ်,လီးဂှင်းဂိုခမ်း



ဝါးပေးစမး မီးဖေတ်သ်ပွတ်, ဂွ်းထံး,ဗိုဝ်းမိုခမ်
2 လုမ်, (ပေး 1 လုမ်, စမး 1 လုမ်,)စလး တေလံး
ကပ်ကီဂ်,ဂသါခမ်ခမ်းလောင်းဂျ,လွမ်း ဂုခမ်းပုးဝှ်ဂပ်းလွင်း
လွင်းဂါခမ်ဂိုတ်,တီးဂွင်းယု။

ဝါးပေးစမး ကမ်,မီးဝှ်ဂပ်းတူဝ် ဂျ,လီင်းဂိုတ်,လံးတီးကမ်,ဗိုဝ်းမိုခမ်ဂပ်,ဂုလုဂ်းဂေးတေ
လံးမီးပုးဝှ်ဂပ်းလွင်းဂါခမ်ဂိုတ်,တီးဂွင်းယု။

ယွဆံပိုဝ်းဆဆံ ကမ်,ဝါးပေးစမးနှိုင်းဂါခမ်ယါခမ်မိုင်း တီးမီးဖေတ်သ်ပွတ်, / ဝတ်းဝှ်ပိုဆံတီးသုင်
လိုဝ်းကမ်,လံးဂိုတ်,လုဂ်းတီးဂွင်းယုဆဆံ တေလံးမီးလပ်းစွင်ဂိုခမ်း ကမ်,ဆဆံ လပ်းစွင်လွင်းဂေး
ပီခမ်သဂ်းသေ,စလး ဂျ,ဂွင်လွင်းတီးကမ်,ဗိုဝ်း။ ကိင်ဆိုဝ်ကမ်,ဗိုဝ်းထီင်းဂမ်းဆိုင်းဝါး တေလုဝ်,
သဂ်းသေ,လှိုဝ်လံလံ။ ဂမ်းပုးဆဆံ သင်ဝါးကမ်,လံးဂိုတ်,တီးဂွင်းယု တေလံးလွင်သဂ်းသေ,
ဂုခမ်းဂု,ဂှ်ဆဆံယမ်းလပ်းတွင်လိုဝ်းဆံ ဂှ်လွင်းပခမ်ထီမ်းဂမ်းဆိုင်း။

လွင်းနှိတ်.ရှီ.လျ.ဆိုက်လုဂ်းကွမ်,ခလးဆင်းယိင်း

လွင်းတူင်ဆိုင် နှိးဂိုတ်းယိုတ်း လွင်းနှိတ်းရှီ.လျ.ဆိုက်လုဂ်းကွမ်,ခလးဆင်းယိင်း ဆင်းမိုင်းထံးဆေန် ထုဂ်,လီရှမ်းပုးလွင်းမူဆံ့မေး လွင်းပံးဝူဆံ့ ၊ လွင်းယုမ်,ယမ်ဆိုက် လုဂ်းကွမ်, ခလး ဆင်းယိင်း နှိးပေးရှတ်းမွဂ်,လာတ်း လွင်းတီးလံးထုဂ်,လျး လွင်းနှိတ်းရှီ.လျ.လွမ်းဂူဆင်းရှိမ်းရှမ်းနှိတ်း ဆင်, နှိပ်ပေးတေလံးခဂးလိတ်းပဆံ့ရှုခလး ဂိုတ်းယိုတ်းလွင်းနှိတ်းရှီ.လျ. ထိုင်ပေးနှိတ်းရှိးဂေး.လုံ ဂေး.ဆိုင်; လုသုမ်းကသားဂျး။ ရှမ်းပုးထိုင်ပံးဝူဆံ့လွင်းယုမ်,ယမ်၊ ဈေးမဂ်းမဆံ့ဂျးစဆံ့ဂူဆင်း ဆင်,နှိပ်ပေးတေလံးဂလံး; ဈေးတိုင်းဂမ်ယိင်းလံး ကမ်,ဆဆံ ဗူဝ်မေး နှိးပေးဆပ်ယမ်ဂမ်၊ ယုမ်ယမ်ဂမ်၊ ထွမ်,ပဆံ့ဂမ်လှိုင်းဆဆံ့ တေဝီဆင်ဂ်းစမ်း,ပိုဆံ့ထာဆံ နှိးတင်းရှုဂ်မဆံ့ဂိုမ်း ဆင်းဆေး ဂေးတေရှိုဆင်း။

ခေးတိုင်းဂမ် 5 ခေး တျ.ခဂ.ဂင်းလွင်းနှိတ်းရှီ.လျ.

①

မီးသတိ၊ ကမ်,လွ်.တေးသ။
ကမ်,လွ်.လွင်းရှမ်းနှိတ်း။



②

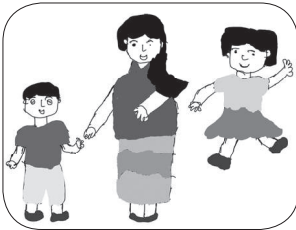
ရှုလံးတင်း ကပ်တူပ်
ကွဂ်,မုးနှိးလံး ဆင်းပိုဆံ့
တီးမီးလွင်းသုဂ်ယုင်း
ကူဆံ့ဂမ်း။

③

လိင်းလွင်းတင်း၊ ယွမ်းတင်း
လွံးထီမ်တီးသုဆံ့လွံးလှိုင်တူင်,
ဝူင်း လုဂ်းကွမ်,၊ ဆင်းယိင်း
ဂူဆင်းထပ်းခလး ဂူဆင်းတုခ်
တျ.မံးဗူဆင်း 1300။

④

ဂိုင်းသိမ်းဝံမံးဗူဆင်းကမ်
လမ်,လွင်းတျ.သေ။



ယွမ်းတင်းလွံးထီမ်လံးတီး -

⑤

- မုလ်ဆိထီယိင်းလံးဂာဂ်ဂံ မံးဗူဆင်း 0 -2513-2889
- မုလ်ဆိထီမိပ်, မံးဗူဆင်း 053-328134
- ဝဆင်းလဆံ- ဝဆင်းသုဂ်း
- စာဂ်းယမ်း 09:00-17:00 (ရှမ်းတီးခလးရှမ်းမာဆင်း)

ရှမ်းမီယူဆင်းယေးငိုခင်း လိုင်းထီး
မိုင်းမီးလွင်းရှိုပ်ခေတ်း လူပ်,တောင်းလွီးထီမ်

တိတ်းတေ့,လီး 24 လုင်းမူင်း



ဂူးသီဂွမ်းထီး

0-2888-8888
တေ့, 001



ဂုင်းထီး

0-2111-1111
တေ့, 108



ဂုင်းသီ,ကယုထယုး

1572 တေ့, 5
Krungsri Call Center



ဂုင်းထီပ်း

1333/ 0-2645-5555
တေ့, *3



ထီးဖျေးခိတ်

0-2777-7575



ထရှာခေထီး

1428
တေ့, 03

Bank of Thailand




























ပံ့ပိုးဆောင်ရွက်ပေးရေး၊ လုပ်ငန်းများမှူးမား Immigration တိုင်းပိုင်းထံ:

	လေးတွင်းခင်းခင်းမံ,	-	053 201 755 - 11
	စမ်းခင်းခင်းခင်း	-	053 612 106
	ခင်းခင်းခင်း/စမ်းခင်း	-	053 175 376 053 731 008 - 9 တေး, 24
	လမ်းပုခင်း	-	053 584 235
	လမ်းပင်း	-	054 209 534
	လေးတွင်းခင်းခင်းခင်း,	-	055 563 000 055 563 002
	ခင်းခင်းခင်းခင်းခင်း	-	024 082 320 025 728 500
	ပရုခင်းခင်းခင်းခင်းခင်း	-	032 520 620 032 520 617
	ခင်းခင်းခင်း	-	076 460 512 076 460 647
	သတင်းခင်း	-	074 711 080
	သမုတ်,ပရုခင်းခင်းခင်း	-	023 950 029
	သမုတ်,ခင်းခင်းခင်းခင်း	-	034 711 878
	သမုတ်,သတင်းခင်းခင်း	-	034 867 666 080 894 5833
	သု,ခင်းခင်းခင်းခင်းခင်း	-	077 380 881 - 2
	ရခင်းခင်း	-	038 684 544 038 684 544 တေး, 21
	ရခင်းခင်း	-	077 826 938
	ခင်းခင်းခင်း,	-	076 221 905 076 212 108
	ခင်းခင်းခင်းခင်းခင်း	-	038 554 516
	ခင်းခင်းခင်းခင်းခင်းခင်း	-	034 564 279
	ပထမ်းခင်းခင်းခင်းခင်း	-	021 475 111 - 2 025 931 212
	ခင်းခင်းခင်းခင်းခင်း	-	035 328 411
	ခင်းခင်းခင်း	-	042 990 935






















ခင်းခင်းခင်းခင်းခင်း ခင်းခင်းခင်းခင်း International Airport

- (1) ခင်းခင်းခင်းခင်းခင်း ခင်းခင်းခင်းခင်း (Don Muang Int'l Airport) **025 351 192**
- (2) ခင်းခင်းခင်းခင်းခင်း ခင်းခင်းခင်းခင်းခင်း (Suvarnabhumi Int'l Airport) **021 321 888**
- (3) ခင်းခင်းခင်းခင်းခင်း ခင်းခင်းခင်းခင်း (Chiangmai Int'l Airport) **053 922 000**
- (4) ခင်းခင်းခင်းခင်းခင်း ခင်းခင်းခင်းခင်း (Chiangrai Int'l Airport) **053 798 000**

မိတ္တူကူးစားမှု၊ လုပ်ငန်းခွင်၊ ကုသရေး၊ ကုသရေး၊ ကုသရေး တိုင်းပိုင်ဆိုင်မှု

-  ခင်းစားမှု၊ ကုသရေး - 053 112 744 - 6 | 053 112 911 - 4
-  ခင်းစားမှု၊ ကုသရေး - 053 611 088 | 053 611 972
-  ခင်းစားမှု၊ ကုသရေး - 053 152 051 - 4
-  ခင်းစားမှု၊ ကုသရေး - 053 525 543 - 4 တေး၊ 501 - 519
-  ခင်းစားမှု၊ ကုသရေး - 054 265 049 - 52
-  ခင်းစားမှု၊ ကုသရေး - 055 563 639
-  ခင်းစားမှု၊ ကုသရေး - 020 037 441
-  ပုဂ္ဂိုလ်၊ ကုသရေး - 037 454 022 - 3
-  ပုဂ္ဂိုလ်၊ ကုသရေး - 032 602 270
-  ခင်းစားမှု၊ ကုသရေး - 076 460 674
-  ခင်းစားမှု၊ ကုသရေး - 032 488 382
-  ခင်းစားမှု၊ ကုသရေး - 074 722 512 - 3
-  ခင်းစားမှု၊ ကုသရေး - 023 955 992
-  ခင်းစားမှု၊ ကုသရေး - 034 714 342 - 3
-  ခင်းစားမှု၊ ကုသရေး - 034 836 223 - 5
-  ခင်းစားမှု၊ ကုသရေး - 077 355 422 - 3
-  ခင်းစားမှု၊ ကုသရေး - 038 694 023 တေး၊ 26, 28
-  ခင်းစားမှု၊ ကုသရေး - 077 862 026 - 8
-  ခင်းစားမှု၊ ကုသရေး - 038 398 057 | 038 398 051
-  ခင်းစားမှု၊ ကုသရေး - 076 219 660 - 1
-  ခင်းစားမှု၊ ကုသရေး - 037 313 204 | 037 313 186
-  ခင်းစားမှု၊ ကုသရေး - 038 514 842 - 3 | 088 202 1265 - 66
-  ခင်းစားမှု၊ ကုသရေး - 034 564 309 | 034 564 315
-  ခင်းစားမှု၊ ကုသရေး - 034 271 434 - 5
-  ခင်းစားမှု၊ ကုသရေး - 025 674 107 | 025 670 630 - 1








ပံ့ပိုးမှုဆိုင်ခန်းများ၊ တိုင်းရင်းစား၊ တိုင်းရင်းစား၊ တိုင်းရင်းစား တိုင်းရင်းစား

	စတိုးဆိုင်ခန်းများ	-	053 890 472 - 3
	စတိုးဆိုင်ခန်းများ	-	053 611 300
	စတိုးဆိုင်ခန်းများ	-	053 750 515 - 6
	ကုမ္ပဏီများ	-	035 336 296 - 8 035 336 547
	စတိုးဆိုင်ခန်းများ	-	055 511 505
	စတိုးဆိုင်ခန်းများ	-	053 525 617 - 8
	စတိုးဆိုင်ခန်းများ	-	054 265 035 - 6
	သတင်း၊ သတင်းများ	-	034 413 730 034 413 729
	သတင်း၊ သတင်းများ	-	034 711 899
	သတင်း၊ သတင်းများ	-	023 946 970 023 946 972
	ပထမဆုံးဆိုင်	-	025 675 102 025 675 101 တေး၊ 2
	ဆိုင်ခန်းများ	-	025 800 716 - 8
	လမ်းဆုံ	-	038 694 117 - 9
	ဆိုင်ခန်းများ	-	038 323 665
	ဖုန်းဂိတ်	-	076 220 760 076 211 995
	ဂေဟစနစ်ဆိုင်	-	034 518 991 034 511 253 တေး၊ 108
	ပရား၊ ရေ၊ စီးရီးစစ်	-	032 611 354
	ဆိုင်ခန်းများ	-	034 340 067
	ဖင်းစား	-	076 412 142
	သတင်း	-	074 711 162
	သတင်း၊ သတင်းများ	-	077 355 414
	ဆိုင်ခန်းများ	-	038 511 600
	ဆိုင်ခန်းများ	-	042 511 390
	ဆိုင်ခန်းများ	-	042 420 701

မိဘုရား: လုမ်းဟွံ,လတ်းဂျာဂါခင် ခင်းပိုင်.တီ; ဂုင်းထိပ်;


	ပိုင်တီ; (စိတ်, 1)	-	02 235 0620 -22 တေ, 17 - 19
	ပိုင်တီ; (စိတ်, 2)	-	02 427 4113 024 275 918
	ပိုင်တီ; (စိတ်, 3)	-	02 398 6630 02 398 6612
	ပိုင်တီ; (စိတ်, 5)	-	02 540 7003 02 540 7008
	ပိုင်တီ; (စိတ်, 7)	-	02 422 3916 - 19
	ပိုင်တီ; (စိတ်, 8)	-	02 221 7313 02 221 7315
	ပိုင်တီ; (စိတ်, 9)	-	02 576 1780 - 1
	ပိုင်တီ; (စိတ်, 10)	-	02 617 6566 02 247 9423


မိဘုရား: လုမ်းဟွံ,တူလုးလွမ်ဂိုင်းဂါခင် ခင်းပိုင်.တီ; ဂုင်းထိပ်;


	ပိုင်တီ; (စိတ်, 1)	-	02 210 0480 - 3
	ပိုင်တီ; (စိတ်, 2)	-	02 428 9630
	ပိုင်တီ; (စိတ်, 3)	-	02 328 8179 02 328 8288
	ပိုင်တီ; (စိတ်, 4)	-	02 510 2246
	ပိုင်တီ; (စိတ်, 6)	-	02 439 0771 02 439 0767
	ပိုင်တီ; (စိတ်, 8)	-	02 221 1893 - 4
	ပိုင်တီ; (စိတ်, 10)	-	02 540 5198 02 540 9298


ကုင်,ကူဝ်းတိုင်,ပင်, လွင်းဝတ်းဂွံ, လွင်းပံးယူ,လီ ဂလး, လွင်းကွံးထံမ်ကိုင်
တိတ်းတေ,မုးလံး, ကွမ်းခင်,မံးဟူခင်းပုးတုးခံ.


	မုလ်ခိထိ မိပ်, (လွင်းသုခ်,လံးနှိုင်းဂါခ် သုခ်,လံးခါင်းယိုင်း (ခမးသွတ်,)	(ဂိုင်းမံး)	053 328 134 099 139 1212 055 536 685
---	---	-------------	---


	ကုမ်းနှိုင်းဂါခ်ဂုခ်းမိုင်းမါခ်း “ယွင်းစို,ဂူး” (လွင်းသုခ်,လံးနှိုင်းဂါခ်)	(ခမးသွတ်,)	086 9382757 083 411 7870
---	---	------------	---


	မုလ်ခိထိ ဂါမ်းဗေးဂိုဝ်, “ကုမ်းပုဂ်းပွင်ဂါခ်နှိုင်းခါင်းယိုင်း”	(ဂိုင်းမံး)	082 5611198
---	---	-------------	--------------------


	မုလ်ခိထိ ခါင်းယိုင်း (FFW) (လွင်းနှိုတ်းဂွံ,ကဆိုင်ခါင်းယိုင်း)	(ဂုင်းထိပ်း)	02 433 5149
---	---	--------------	--------------------

	ဂိုတ်.လတ်ဝီးသျိုခ်း (World Vision) (လွင်းပံးပရ်,ရာ, ဂလး, ပံးယူ,လီ)	(ဂုင်းထိပ်း)	02 022 9200-2 02 022 9200
---	---	--------------	--

	ကုမ်းပုဂ်းပွင်သုခ်,လံးနှိုင်းဂါခ် (LPN) (လွင်းသုခ်,လံးနှိုင်းဂါခ်)	(သမုတ်,သျှခ်း)	08 41211609 06 3443 4726
--	---	----------------	---

	မုဂ်ကုမ်းပုဂ်းပွင်သုခ်,လံးသုခ်,ပိခ်ဂုခ်း (HRDF) (လွင်းသုခ်,လံးနှိုင်းဂါခ်)	(ဂိုင်းမံး) (ခမးသွတ်,)	081 595 7578 055 535 994
---	---	---------------------------	---

	မုလ်ခိထိ သုခ်း - SWAN Foundation (လွင်းပံးပရ်,ရာ,ဂလး, သုခ်,လံးခါင်းယိုင်း)	(ဂိုင်းမံး)	081 992 1121
---	---	-------------	---------------------

	မုလ်ခိထိ ပုဂ်းပွင်ခါခ်,ဂါခ်ဂလးနှိုင်းဂါခ် (Homenet) ပုခ်းတု,ဗေး,သု,မါခ်း, ဂလး, ယါင်း		02 513 924
---	---	--	-------------------

☎ မုလ်ဆိထိ FED (စမးသွတ်,) 053 112 2713
 (သုခ်,လံးနှိုင်းဂါခ်ခလးပံးယူ,လီ) (ဖင်းငး) 076 679 574

☎ နှိုင်းဂါခ် နှိုင်းယုနှိုင်းဂါခ် (LLC) (စမးသွတ်,) 055 535 994

☎ နှိုင်းဂါခ် ဆင်းယိုင်းနှိုင်းဂါခ် (MWP) (စမးသွတ်,) 088 427 7151

☎ ဂါခ်ပုဂ်းပွင်ခလးလွင်းမခ်းဂိုမ်းတူင်,ဂူင်းဂူခ်း (ဂိုင်းမံ,) 053 112 716
 พิฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์







☎ နှိုင်းပလိဂ်း ဖူးထွမ်း ဂိုင်းမံ, (ဂိုင်းမံ,) 053 247 180

☎ မုလ်ဆိထိ ဂုဂ်တိုက်, (ဂိုင်းမံ,) 053 212 757



ပံးဗုခ်လမ်းလွင်း; မိုင်းလုင်,လွင်းလွံးထံမ်ခွဲးမိုင်းထံး

- ☎ 191 - နှိုင်းပလိဂ်းဂါခ်။
- ☎ 199 - တပုခ်စဗုခ်။
- ☎ 1192 - နှိုင်းပလိဂ်းဂါခ် တၢ,တိုင်း,လာတ်; မိုင်းဗုခ်လုဂ်တုဂ်း။
- ☎ 1669 - သုခ်ပံးယူ,လီဂိုင်းခိတ်း။
- ☎ 1413 - သုခ်တိုင်း,ပာင်,တၢ,တိုတ်းလဝ်းယုး။
- ☎ 1556 - သုခ်တိုင်း,လာတ်; ယုးယု ခလး နှိုင်းဂူခ်,ပွမ်။
- ☎ 1663 - သုခ်တိုင်း,ပာင်, လွင်းတၢင်းပိခ်ခိတ်းဂါခ်ဂါတ်,သိ။
- ☎ 1323 - သုခ်ပံးယူ,လီ ပံးလွံး။
- ☎ 192 - နှိုင်းဂါခ်ပိုခ်ဖၢဝ်, ဖေးသဖၢဝ်။
- ☎ 1182 - နှိုင်းဂါခ်ဖိုင်းဖုဂ်,သီ။
- ☎ 1387 - သုခ်ပခ်လွင်းလွံးထံမ်လုဂ်းကွခ်း။
- ☎ 1300 - သုခ်ပခ်လွင်းလွံးထံမ်တူင်,ဂူင်းဂူခ်း။
- ☎ 1599 - သုခ်တိုင်း,လာတ်;လွင်းဂိုတ်းဂုဂ်။

မိဘူရ်း ရှင်းယုခင်းဂိုင်းမိ,

	ရှင်းယုလိုင် ဆစွဆ်ဇိင်း	(ဂိုင်းမိ)	053 999 200
	ရှင်းယုလိုင် မရှုဂါတုံ (သူဆ်တွဂ်)	(ဂိုင်းမိ)	053 936 150
	ရှင်းယုသဆ်သံး	(ဂိုင်းမိ)	053 921 199
	ရှင်းယုလုံသဂ်တံး	(ဂိုင်းမိ)	053 495 166
	ရှင်းယုသုလဇိး	(ဂိုင်းမိ)	053 321 179
	ရှင်းယုရှင်တုင်း	(ဂိုင်းမိ)	053 442 390

မိဘူရ်း ရှင်းယုခင်းဗမးသွတ်, (တဂ်)

	ရှင်းယုဗမးသွတ်,	(တဂ်)	055 531 229
	ရှင်းယုဗမးတဂ်း စလိဆ်းဆိဂ်, Mae Tao Clinic (ဝိုင်းဗမးသွတ်, ၊ ဗလးတွဆ်းတဂ်း)		
	- ရှင်းယု ပုဆ်းတု,ဂူဆ်းလိုင် (ပိုတ်,ဝဆ်းလဆ် - ဝဆ်းသုဂ်း)		062 428 5570 (ဆေးတီ,တီ,ဂေး)
	- ရှင်းယု ပုဆ်းတု,လုဂ်းကွဆ်, (ပိုတ်,ဝဆ်းပုတ် - ဝဆ်းသုဂ်း)		063 089 1109 (ဆေးဂဇေးလေး)
	- ရှင်းဗေ,တတ်း (ပိုတ်,ဝဆ်းလဆ် - ဝဆ်းသုဂ်း)		086 202 4155

မုဂ်.လုမ်းမုဂ်,ဂွဆ် ဂိုင်းတုင်

(1) မုဂ်လုမ်းမုဂ်,ဂွဆ်ဂိုင်းတုင် (Mawk Kon Local Development Organization)

ဝဆ်တဂ်းလုံးထီမ်	ကွင်းတီး	မိဘူရ်း
- ပံးယု,လီ	- ဂိုင်းတုင်	- 095 8423 943
- ပုဂ်းပွင်ဆမ်ဂတ်	- တုးစီးလီဂ်း	- 092 553 86472
- လွင်းဂါဆ်ရှုလီင့်တွင့်		
- ပိုဆ်ရှု.လွင်းရှိုင်းဂါဆ်ယါဆ်မိုင်း		
- ဗဂူဂင်းဂိုတ်,ဗစပဆ် လွင်းဂု.စံဂူဆ်း		

January 2024

ဝင်းဖတ်	ဝင်းချစ်	ဝင်းသစ်/ ကျေးတိတ်
<p>4</p> <p>ဝင်းပျော်၊ မူလှိုင်းဂွင်</p>	<p>5</p>	<p>6</p> <p>ဝင်းပျော်</p> <p>7</p>
<p>11</p> <p>လှိုင်းဂွင်၊ 1 ခန်း</p>	<p>12</p> <p>ဝင်းပျော်</p>	<p>13</p> <p>14</p>
<p>18</p>	<p>19</p> <p>ဝင်းပျော်</p>	<p>20</p> <p>21</p>
<p>25</p> <p>လှိုင်းဂွင်မူလှိုင်း ○</p>	<p>26</p> <p>လှိုင်းဂွင်လှိုင်း 1 ခန်း</p>	<p>27</p> <p>28</p>
<p>မံတွင်း/</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p>		

4th ဝင်းသင်းစေ့ မိုင်းရှမ်းတုမ်မိုင်းမာမ်း 13th ဝင်းလှိုင်းကွမ်းလှိုင်းထံး
 16th ဝင်းစူးလှိုင်းထံး

ပို့ခင်ရိုမ်းဃာဃခင်း 2567

ဝခင်းကခင်း

ဝခင်းကင်းဂါခင်း

ဝခင်းပုတ်.

မံာ်တွင်း/


.....

.....

.....

<p>5</p> <p>မူလှ်ဂဝ်းခွင်</p>	<p>6</p>	<p>7</p> <p>ဝခင်းပျတ်း</p>
<p>12</p> <p>ဝခင်းပျတ်း</p>	<p>13</p>	<p>14</p>
<p>19</p> <p>ဝခင်းပျတ်း</p>	<p>20</p>	<p>21</p>
<p>26</p> <p>ဝခင်းပျတ်း</p> <p>လှိုခင်းသမ်လွင်း 1 ခမ်း</p>	<p>27</p>	<p>28</p>

7th ဝခင်းလှိုဝိုင်းလတ်းလှိုင်းတံး 10th ပီမိုးခစ, 12nd ဝခင်းမိုင်းရှမ်းတုမ်မိုင်းမခင်း

 ဝခင်းထုခင်း - 1, 3, 8, 12, 13, 20, 22, 27, 29

February 2024

ဝင်းမင်း	ဝင်းသုဂ္ဂ	ဝင်းသစ်/ ကျေးတိတ်
1	2 လှိုင်ခင်မလွင် 8 ဘမ်း	3 4
8	9 ဝမ်းပျက် လှိုင်ခင်မလမ်း ●	10 လှိုင်ခင်မမိမ့် 1 ဘမ်း 11 ဝမ်းပျက်
15 မူလှိုင်လှိုင်	16 မူလှိုင်ခင်မလွင်	17 18 ဝမ်းပျက်
22	23	24 လှိုင်ခင်မမူမင်း ○ 25 ဝမ်းပျက်
29	မံတွင်း/	

13th ဝမ်းလှက်၊ ကွမ်း၊ မိုင်း၊ နှမ်း၊ တုမ်မာဆေး
24th ဝမ်းလမ်း၊ လွင်း၊ လမ်းပုတ်ထ

14th ဝမ်းတင်း၊ ရှက်

ပို့ဆောင်ရေးမှူး 2567

ဝင်းထင်	ဝင်းကင်းဂျင်း	ဝင်းပုတိ
<p>4</p> <p>ဝင်းပျတ်း</p>	<p>5</p>	<p>6</p>
<p>11</p>	<p>12</p> <p>ဝင်းပျတ်း</p>	<p>13</p> <p>ဝင်းပျတ်း</p>
<p>18</p>	<p>19</p> <p>မူလှိုက်းခွင်</p>	<p>20</p> <p>ဝင်းပျတ်း</p>
<p>25</p> <p>လှိုဆီ၊လှိုင်း 1 ဗမ်း</p>	<p>26</p> <p>ဝင်းပျတ်း</p>	<p>27</p> <p>ဝင်းပျတ်း</p>

မံာတွင်း/

.....


.....

.....

March 2024

ဝင်းမတ်	ဝင်းချစ်	ဝင်းသစ်/ ကျမ်းတိတ်
	1	2 မူလုံလုံ 3 ဝမ်းပျက် လှိုဆိသမ်လွင်း 8 ဗမ်း
7	8	9 လှိုဆိသမ်လမ်း ● 10 လှိုဆိသီမ့်, 1 ဗမ်း
14	15	16 မူလုံလုံ 17
21	22	23 24 လှိုဆိသီ, မူဆိ ○
28	29	30 31 မူလုံဂမ်းဂွင်

2nd ဝမ်းကပ်းနှုံးကပ်းဆူးမိုင်းမာဆိ 8th ဝမ်းဆင်းယိုင်းလုမ်းဖှာ

 ဝမ်းထုဆိ - 1, 5, 7, 10, 17, 23, 24, 28, 30

ပို့ခင်မေးသုံးယူခင်း 2567

ဝခင်းကခင်း	ဝခင်းကင်းဂါခင်း	ဝခင်းပုတ်.
1	2 ဝခင်းပျတ်း	3
8 လို့ခင်းသီ,လပ်း ●	9 လို့ခင်းရှားမ့်, 1 ဗမ်း	10
15	16 လို့ခင်းရှားမ့်, 8 ဗမ်း	17 မူလှိုဂင်းဂွင်
22	23 လို့ခင်းရှားမူခင်း ○	24 လို့ခင်းရှားလွင်း 1 ဗမ်း
29	30	

6th ဝခင်းတင်းစိုဝ်းရှေးခမ်း ဂျက်းဂရီခ
17th ဝခင်းပီမ့်,ဂေးးကျ, ၁၃၈၆ ခ်း

13th - 15th ဝခင်းပွဲးသွခင်းခမ်
28th ဝခင်းလွင်းလွတ်းဖေးတီးနှိုတ်းဂါခ်

April 2024

ဝင်းမင်း	ဝင်းသုဂ္ဂ	ဝင်းသစ်/ ကျေးတိတ်
4	5	6
11	12	7
18	19	13 ဝမ်းပျက်
25	26	14
	မုန့်လှိုင်	20 ဝမ်းပျက်
		21
ဝမ်းပျက်		27 ဝမ်းပျက်
ဝမ်းပျက်		28
ဝမ်းပျက်		



ဝမ်းထုန်း - 6, 10, 12, 15, 19, 22, 29, 30

ပို့ခင်မဂ်ိုတ်.သမးခွမ်း 2567

ဝခင်းကခင်း

ဝခင်းကင်းဂါခင်း

ဝခင်းပုတ်.

မံာတွင်း/

.....

.....

.....

1

လို့ခင်းရှေးလွင်း 8 စမ်း

6

7

8

ဝခင်းပျတ်း

လို့ခင်းရှေးလပ်း ●

လို့ခင်းရှေးမို့ 1 စမ်း

13

14

15

ဝခင်းပျတ်း

20

21

22

ဝခင်းပျတ်း

လို့ခင်းရှေးမူခင်း ○

27

28

29

○

ဝခင်းပျတ်း



ဝခင်းထုခင်း - 3, 6, 9, 11, 14, 16, 18, 23, 25, 30

May 2024

ဝင်းမင်း:	ဝင်းချစ်:	ဝင်းသစ်/ ကျွန်ုပ်တို့
2 ဝင်းပျော်	3	4 ဝင်းပျော်
9	10 ဝင်းပျော်	5 မူလှိုင်ဂွင်
16	17 ဝင်းပျော်	11
23 လှိုင်စန်းလွင် 1 နေ့	24 ဝင်းပျော်	12
30 လှိုင်စန်းလွင် 8 နေ့	31 ဝင်းပျော်	18
		19 မူလှိုင်ဂွင်
		25
		26


1st ဝင်းစိုင်းဂါးလှိုင်

21st ဝင်းတင်သိုင်းလှိုင်

22nd ဝင်းလှိုင်လှိုင်ပုတီး

ပုဒ်မိတ္တုဒုဗျာဒ် 2567

ဝၢင်းကၢင်	ဝၢင်းကၢင်းဂၢင်း	ဝၢင်းပုတ်.
3	4	5 ဝၢင်းပုတ်;
10 ဝၢင်းပုတ်;	11	12
17 မူလ်ဂၢင်းခွင်	18	19
24 ဝၢင်းပုတ်;	25	26

 ဝၢင်းထုဒ်း - 1, 6, 7, 11, 13, 18, 20, 25

June 2024

ဝင်းမင်း:	ဝင်းသုဂ္ဂ:	ဝင်းသစ်/ ကျေးဇူးတင်:
		1 လှိုင်လှိုင်လှိုင် 10 နှစ်
6 လှိုင်လှိုင်လှိုင်လှိုင် ●	7 လှိုင်လှိုင်လှိုင်လှိုင် 1 နှစ်	2
13	14	8
20	21 လှိုင်လှိုင်လှိုင်လှိုင် ○	9 ဝင်းပျောက်
27 မူလှိုင်လှိုင်	28 မူလှိုင်လှိုင်လှိုင်	15
		16 ဝင်းပျောက်
		22 လှိုင်လှိုင်လှိုင်လှိုင် 1 နှစ်
		23 ဝင်းပျောက်
		29 လှိုင်လှိုင်လှိုင်လှိုင် 8 နှစ်
		30

5th ဝင်းသိမ်းပိုင်သေ့၊ဝင်္ကံတုံလှိုင်
26th ဝင်းသားစက်ယားမင်းဂမ်လှိုင်လှိုင်

20th ဝင်းဂူခင်းပုံး၊မင်းလှိုင်လှိုင်

ပို့ခင်ဂရုဂတုးခွမ်း 2567

ဝခင်းကခင်း	ဝခင်းကင်းဂါခင်း	ဝခင်းပုတ်.
<p>1</p> <p>ဝခင်းပျုတ်း</p>	<p>2</p>	<p>3</p>
<p>8</p>	<p>9</p> <p>ဝခင်းပျုတ်း</p>	<p>10</p> <p>ဂါခင်းထုခင်း/ဝံးဝခင်းပျုတ်း</p>
<p>15</p>	<p>16</p> <p>ဝခင်းပျုတ်း</p>	<p>17</p> <p>ဂါခင်းထုခင်း/ဝံးဝခင်းပျုတ်း</p>
<p>22</p>	<p>23</p> <p>ဝခင်းပျုတ်း</p>	<p>24</p> <p>ဂါခင်းထုခင်း/ဝံးဝခင်းပျုတ်း</p>
<p>29</p>	<p>30</p> <p>ဝခင်းပျုတ်း</p>	<p>31</p> <p>ဂါခင်းထုခင်း/ဝံးဝခင်းပျုတ်း</p>

 ဝခင်းထုခင်း - 2, 4, 7, 8, 10 14, 17, 24, 31

July 2024

ဝင်းမင်း	ဝင်းသုဂ္ဂ	ဝင်းသစ်/ ကျမ်းတိတ်
4	5 လှိုင်လှိုင်လှိုင်	6 လှိုင်လှိုင်လှိုင် 1 နှစ် 7
11 မုန်တိုင်း	12 မုန်တိုင်း	13 14
18	19	20 လှိုင်လှိုင်လှိုင် 21 မုန်တိုင်း လှိုင်လှိုင်လှိုင် 1 နှစ်
25	26	27 မုန်တိုင်း 28 လှိုင်လှိုင်လှိုင် 8 နှစ်

1st ဝမ်းကိုက်ယေးခိုင်းဂင်ပီ (ထံး)

19th ဝမ်းဖူးရှက်ငါးခါ

20th ဝမ်းစပ်းတု၊

28th ဝမ်းရှိတ်၊ ခုခင်းရှေးခင်းထံး တူခင်းထံ 10


ပို့ဆောင်ရေးနှစ် 2567

ဝင်းထွန်း

ဝင်းကင်းစင်

ဝင်းပိုင်

5 လှိုင်စိမ်းစိမ်း၊ 1 နှစ်	6	7
12 လှိုင်စိမ်းစိမ်း၊ 8 နှစ်	13	14
19 လှိုင်စိမ်းစိမ်း	20 လှိုင်စိမ်းစိမ်း၊ 1 နှစ်	21
26	27 မူလှိုင်စိမ်းစိမ်း လှိုင်စိမ်းစိမ်း၊ 8 နှစ်	28 မူလှိုင်စိမ်းစိမ်း

 ဝမ်းထူး - 7, 9, 14, 16, 21, 23, 30

August 2024

ဝင်းမင်း	ဝင်းချစ်	ဝင်းသစ်/ ကျွဲတိတ်
<p>1</p> <p>လှိုင်မိတ်,လွင်း 12 စမ်း</p>	<p>2</p>	<p>3</p> <p>4</p> <p>လှိုင်မိတ်,လင်း ●</p>
<p>8</p> <p>ဝမ်းပျက်</p>	<p>9</p>	<p>10</p> <p>မူလှိုင်ဂင်းခွင်</p> <p>11</p>
<p>15</p> <p>ဝမ်းပျက်</p>	<p>16</p>	<p>17</p> <p>ဝမ်းပျက်</p> <p>18</p>
<p>22</p> <p>ဝမ်းပျက်</p>	<p>23</p>	<p>24</p> <p>ဝမ်းပျက်</p> <p>25</p>
<p>29</p> <p>ဝမ်းပျက်</p>	<p>30</p>	<p>31</p> <p>ဝမ်းပျက်</p>

- 8th ဝမ်းလှက်နှိမ်း,တုန်းယွမ်း တီ,မူဝ်,စရေ,သီ,မိုင်းမာမ်း
- 8th ဝမ်းဂေး,တင်း လိုင်းမိုင်းကျ,သီ,ယမ်း
- 9th ဝမ်းလောင်းနှိုင်းလှမ်း,ဖြေ, 12nd ဝမ်းစမ်းလိုင်းထံး ။

ပို့ခင်ဂခင်းယုးယူခင်း 2567

ဝခင်းကခင်း	ဝခင်းကင်းဂခင်း	ဝခင်းပုတ်.
30		
2 လို့ခင်းဂင်းလင်း ●	3 လို့ခင်းသိပ်းမ့်, 1 ဗမ်း	4 ဝခင်းပျုတ်း
9	10 မူလို့လိုင် လို့ခင်းသိပ်းမ့်, 8 ဗမ်း	11 ဝခင်းပျုတ်း
16	17 လို့ခင်းသိပ်းမူခင်း ○	18 ဝခင်းပျုတ်း လို့ခင်းသိပ်းလွင်း, 1 ဗမ်း
23 ○	24	25 ဝခင်းပျုတ်း လို့ခင်းသိပ်းလွင်း, 8 ဗမ်း

 ဝခင်းထုခင်း - 5, 7, 12, 14, 19, 21, 24, 26, 28

September 2024

ဝင်းမင်း:

ဝင်းသုဂ္ဂ:

ဝင်းသစ်/ ကျွဲတိတ်.

မံာ်တွင်း/

5

6
 ဝမ်းပျက်;

1

7

8

12

13
 ဝမ်းပျက်;

14

15

19

20
 ဝမ်းပျက်;

21

22

26


27
 ဝမ်းပျက်;

28

29
 မူလှိုင်းခွင်

ပို့ဆင့်တူ, လှမ်းခွမ်း 2567

ဝင်းကင်	ဝင်းကင်းဂါး	ဝင်းပုတ်.
	1	2 လှိုင်သိမ်းလမ်း ●
7 ဝင်းပျတ်း	8	9
14 ဝင်းပျတ်း	15	16
21 ဝင်းပျတ်း လှိုင်သိမ်းကံတီးလွင်း 8 ဗမ်း	22 မူလုံလုံ	23
28 မူလုံဂမ်းခွင်	29	30

 ဝမ်းထုန်း - 3, 8, 15, 17, 18, 22, 24, 29, 31

ပုံနှိပ်ရန်အတွက် သင်တန်းစာအုပ် 2567

ဝမ်းကွဲ

ဝမ်းကွဲကား

ဝမ်းပုတ်


မံာ်တွင်း/

.....

.....

.....

<p>4</p> <p>မူလ်လူင်</p>	<p>5</p> <p>ဝမ်းပျတ်</p>	<p>6</p> <p>ဂင်ဆွဲထုမ်း/ဝံးဝမ်းပျတ်</p>
<p>11</p> <p>မူလ်ဂမ်းခွင်</p>	<p>12</p> <p>ဝမ်းပျတ်</p>	<p>13</p> <p>ဂင်ဆွဲထုမ်း/ဝံးဝမ်းပျတ်</p>
<p>18</p>	<p>19</p> <p>ဝမ်းပျတ်</p>	<p>20</p> <p>ဂင်ဆွဲထုမ်း/ဝံးဝမ်းပျတ်</p>
<p>25</p>	<p>26</p> <p>ဝမ်းပျတ်</p>	<p>27</p> <p>ဂင်ဆွဲထုမ်း/ဝံးဝမ်းပျတ်</p>

 ဝမ်းထုမ်း - 1, 8, 15, 22, 29

November 2024

ဝင်းမင်း:	ဝင်းသုဂ္ဂ:	ဝင်းသစ်/ ကျေးတိတ်.
	<p>1</p> <p>လှိုင် 12 မှ်, 1 ဗမ်း</p>	<p>2</p> <p>3</p>
<p>7</p>	<p>8</p> <p>လှိုင် 12 မှ်, 8 ဗမ်း</p>	<p>9</p> <p>10</p>
<p>14</p>	<p>15</p> <p>လှိုင် 12 မှ်</p>	<p>16</p> <p>လှိုင် 12 လွင်း 1 ဗမ်း</p> <p>17</p>
<p>21</p> <p>မူလှိုင်</p>	<p>22</p>	<p>23</p> <p>လှိုင် 12 လွင်း 8 ဗမ်း</p> <p>24</p>
<p>28</p>	<p>29</p>	<p>30</p> <p>လှိုင် 12 လမ်း</p>

15th ဝမ်းလွဲးဂျူထူင်း

20th ဝမ်းလှိုင်ကွမ်းလမ်းဖှာ

25th ဝမ်းသားစတ်း လွင်းရှိုတ်းရှိုတ်း၊ တေ၊ဆင်းယိုင်း ခလး လှိုင်ကွမ်း

ပို့ဆောင်ရေးဝါးခွမ်း 2567

ဝင်းကင်	ဝင်းကင်းဂါး	ဝင်းပုတ်
<p>30</p> <p>ပို့ဆောင်မှု၊ 1 ခန်း</p>	<p>31</p> <p>ဝင်းသင်းပီ 2023</p>	
<p>2</p>	<p>3</p>	<p>4</p> <p>ဝင်းပုတ်</p>
<p>9</p>	<p>10</p> <p>မူလှိုင်းဂွင်</p>	<p>11</p> <p>ဝင်းပုတ်</p>
<p>16</p> <p>ပို့ဆောင်မှု၊ 1 ခန်း</p>	<p>17</p>	<p>18</p> <p>ဝင်းပုတ်</p>
<p>23</p> <p>ပို့ဆောင်မှု၊ 8 ခန်း</p>	<p>24</p>	<p>25</p> <p>ဝင်းပုတ်</p>

1st ဝင်းတိုင်းတေး တင်းပီဆင်ကတ်, သံလှမ်းဖျာ
 5th ဝင်းပေး လိုင်းထံ

1th ဝင်းပွဲပီပွဲ, တံ
 10th ဝင်းမံမီးလိုင်းထံ

December 2024

ဝင်းမင်း:

ဝင်းချစ်:

ဝင်းသစ်/ ကျွန်ုပ်တို့:

မိတ်ဆက်/

5

6
 ဝမ်းပျက်;

1
 လှိုင်းလှိုင်း၊ 1 ခန်း

7

8
 လှိုင်းလှိုင်း၊ 8 ခန်း

12

13
 ဝမ်းပျက်;

14

15
 လှိုင်းလှိုင်းမူဆီး ◯

19

20
 ဝမ်းပျက်;

21
 မူလှိုင်းဂင်းခွင်

22

26

27
 ဝမ်းပျက်;

28

29
 လှိုင်းလှိုင်းလမ်း ●

18th ဝမ်းနှိုင်းဂါဆိယာဆိမိုင်းလမ်းဖွဲ့၊ 25th ဝမ်းစရိတ်လက်သံမာတ်

🕯️ ဝမ်းထူးဆန်း - 5, 8, 12, 14, 19, 26, 28,

○ ○ ○ ○ ○ ○ ○
လခဲ ဂါခဲ ပုတုံ ဇတဲး သုဂ်း သင် တီတုံ

ဝခဲးထံ / / 2024



A series of horizontal dotted lines for writing, consisting of 20 rows.

○ ○ ○ ○ ○ ○ ○
လခမ် ဂါခမ်း ပုတုံ အတိုး သုဂ်း သပ် တီတုံ

ဝမ်းထံ / / 2024



A series of horizontal dotted lines for writing.

○ ○ ○ ○ ○ ○ ○
လခိ် ဂါခိ်း ပုတုံ့ ဖေတံး သုဂ်း သပ် တိတုံ့

ဝခိ်းထံ / / 2024



A series of horizontal dotted lines for writing.

○ ○ ○ ○ ○ ○ ○
လခိ် ဂါခိ်း ပုတုံ့ အတိ်း သုဂ်း သပ် တိတုံ့

ဝခိ်းထိ် / / 2024



A series of horizontal dotted lines for writing.

SUPPORTED BY

MIGRANT DIARY 2024



Chiang mai Office:

9/34 หมู่ 1 หมู่บ้านอิงคอย
ถ.เลียบคลองชลประทาน ต.ช้างเผือก อ.เมือง
จ.เชียงใหม่ 50300, โทรศัพท์: 053-328134



Mae Sot Office:

1/5 ถนนอมินาอุทิศ
ต.แม่สอด อ.แม่สอด จ.ตาก 63110
โทรศัพท์: 055-536-685

Website: www.mapfoundationcm.org Listen online radio at www.mapradio.org