



## တၢ်န့ၣ်လီၤပၣ်ဃုာ်ဖဲတၢ်လိာ်ကွဲၤပူၤအတၢ်ကိၣ်ဒိတဖၣ်

ကိၣ်ဖိခဲလၢာ်လၢအန့ၣ်လီၤပၣ်ဃုာ်ဖဲ MPS သးစၢ်တၢ်လိာ်ခိၣ်လိာ်ကွဲၤကရၢတဖၣ်အပူၤကဘၣ်အိၣ်ဒီး တၢ်မၤပုၤဝံၤဝဲဒၣ်လိာ်တၢ်ကိၣ်ဒိတဖၣ်ဖဲ လၢအံၤဒီးဆၢထီၣ်ဒီးပုၤပၤဆၢကိၣ်တၢ်လိာ်ကွဲၤမူဒါခိၣ်တချးဒီးဖဲတၢ်စးထီၣ်ကရူၢ်တၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤတဖၣ်အခါ (တၢ်ဂဲၤလိသး, တၢ်မၤကွၢ်ဆိ, တၢ်ဃုာ်ကျိၣ်စ့, ဒီး/မ့တမ့ၢ် တၢ်လိာ်ကွဲၤတဖၣ်) န့ၣ်လီၤ။

ကိၣ်ဖိတဖၣ်လၢအတၢ်မၤလၢပုၤအမူဒါလၢတၢ်မၤပုၤဝံၤဝဲဒၣ်တၢ်န့ၣ်လီၤပၣ်ဃုာ်ဖဲတၢ်လိာ်ကွဲၤပူၤအတၢ်ကိၣ်ဒိတဖၣ်ဘၣ်န့ၣ်တၢ် **တဟ့ၣ်အိၣ်တၢ်ပျဲ** လၢအကန့ၣ်ပၣ်ဃုာ်ဘၣ်ဖဲ MPS သးစၢ်တၢ်လိာ်ခိၣ်လိာ်ကွဲၤ အတၢ် ဟူးတၢ်ဂဲၤတဖၣ်အပူၤဘၣ်န့ၣ်လီၤ။ တၢ်ကဘၣ်သမံထံဟံဂၢ်ဟံကျါၤ လိာ်တၢ်ကိၣ်ဒိခဲလၢာ် (ပုၤလိာ်ကွဲၤဖိ အအိၣ်ဖျၢၣ်မုၢ်နံၤဒီးအတီၤ) ခိဖျိပုၤပၤဆၢတၢ်လိာ်ကွဲၤမူဒါခိၣ်န့ၣ်လီၤ။ တၢ်ကဘၣ်ဟံဃာ်ဝဲဒၣ်လိာ်တၢ်ကိၣ်ဒိ ခဲလၢာ်အစ့ၤကတၢ် 3 န့ၣ်န့ၣ်လီၤ။

### တၢ်န့ၣ်လီၤပၣ်ဃုာ်အတၢ်ကိၣ်ဒိတဖၣ်ပၣ်ဃုာ်ဒီး-

- နီၢ်ခိတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤလီၤတၢ်လီၤဆဲး
- တၢ်ဟ့ၣ်ခွဲးတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤအခးက့
- တၢ်အၢၣ်လီၤတူၢ်လိာ်တၢ်လိာ်ကွဲၤအတၢ်ကိၣ်ဒိ
- ပုၤလိာ်ကွဲၤဖိဒီးမိၢ်ပၢ်/ပုၤကွၢ်ထွဲတၢ်ဖိအတၢ်သိၣ်တၢ်သီ
- မိၢ်ပၢ်ဒီးပုၤလိာ်ကွဲၤဖိအခိၣ်တၢ်ဘၣ်ဒိဒီးသးစံၣ်ဆိကတီၢ်သတူၢ်ကလၢာ်အဂ့ၢ်အကျိၤဒီးတၢ်အၢၣ်လီၤအီၤလီၤ
- တီၤခၢၣ်သးတၢ်ကြၢၤဝဲဘၣ်ဝဲဒီးတၢ်လိာ်ခိၣ်လိာ်ကွဲၤတၢ်မၤလိအတၢ်မၤလိာ်ကွဲၤတၢ်ကိၣ်ဒိ (ထဲဒၣ်လၢ၊ တီၤဖျၢၣ်ကိၣ်အဂီၢ်ခိၣ်)



A department of MPS

Milwaukee တပ်လီကွဲ  
YOUTH SPORTS 5225  
W. Vliet St. Rm. 163  
Milwaukee, WI 53208  
P: 414.475.8410  
mkrec.net

ဆူ, မိပ်ပ/ပုကွဲထွဲတမ်

ဖဲ Milwaukee ကမျှင်ကွဲတဖု, နဖိအတပ်ပူဖျဲးဖဲတပ်လီကွဲအဆာကတီဒီးတပ်လီကွဲအတပ်ဟူးတပ်ဂဲတဖုမုတ်အရဲဒိတ်မးန့န့လီ. ပကျဲးစး တဲဘု  
မိပ်ပ/ပုကွဲထွဲတမ်ဖဲတဖုဘုသးဒီးတပ်ပူဖျဲးအတပ်ဂုကီတဖုအဂုန့န့လီ.

ပအဲဒီးတဲဘုန့တပ်ကဲထီဝဲသတူကလပ်/တပ်ဘုဒိဘုထံးလါအကဲထီဝဲသး \_\_\_\_\_ ဖဲနဖိဂဲလီသး မုတမုတ်  
လီကွဲအခါအဂုန့န့လီ. ဖဲတပ်လီကွဲမူးအကတီ, **နဖိအခိဘုထံးဒီးအတပ်ပနီန့အိဗျါလါအခိဘု ဘုဒိ ကဲထီဝဲသးသ့ဝဲ မုတမုတ် လဲဒီဖျါဘုဝဲတပ်ဟုတ်ပလီ  
အပနီတဖုလါအဘုထွဲဒီးသးစံနဲကတီသတူကလပ်** (ကဝီလီတခါ) တက့. တပ်ထူးထီနဖိဖဲတပ်ဂဲလီသး/တပ်ဂဲလီကွဲ အပူတဘျီဃီ ဖဲတပ်ထီန့ ဝဲဒုတ်  
တပ်ဆါပနီ တဖုအံးအခါန့န့လီ.

**အိတ်ဒီးဆူတပ်လီဘုယိတ်အိတ်လါအဘုထွဲဒီးခိတ်အတပ်ဘုဒိ မုတမုတ် သးစံနဲကတီသတူကလပ် န့န့လီ. တပ်ကဘုသမံသမိးကွဲနဖိဖျါ ကသံ  
သရုတ် လါအကူစါတပ်အိတ်ဒီးလံအုတ်သးတဂါဒီးဒီးန့ဘု တပ်ကွဲလီတပ်လီဆဲးလါကသံသရုတ်ပျဲကွဲလီကွဲကဒါကွဲအဂုန့န့လီ.**

ပတပ်ပညိတ်မုတ်လါကွဲဖဲလဲကပူဖျဲးအဂီန့န့လီ. တပ်အံးပုတ်ယုတ်ဒီးတပ်မအိတ်ထီတပ်ဒူးသုတ်ညါခိတ်ဘုဒိ ကဲထီဝဲသးသ့အဂု မုတမုတ် သးစံနဲကတီ  
သတူကလပ်အဂုန့န့လီ.

ဝဲသးစူဆဲးကျဲးယဖဲနအိတ်ဒီးတပ်သံကွဲအခါတက့.

ပုဟေတပ်လီခိတ်လီကွဲမူဒါခိတ်/ပုဟေတပ်လီကွဲကရုမူဒါခိတ်- \_\_\_\_\_

လီတဲစီနီဂံ- \_\_\_\_\_

တနံအံးအနံသီ- \_\_\_\_\_

တပ်မလီတပ်လီဆဲးပုဂဲလီကွဲတမ်ဖဲဟဲကွဲထီဝဲတပ်ဂဲနီခိတ်ဟူးတပ်ဂဲ

ယသမံထဲကွဲဘု ပုဂဲလီကွဲတမ်ဖဲ အမံပျါလါလံ ဒီး ဟံဂါဟံကျါလါ အဝဲသုတ်တအိတ်ဒီး တပ်ဆါကွဲပနီ ဘုထွဲလါ ခိတ်န့တပ်ဘုဒိဘုထံး မုတမုတ်  
သတူကလပ်သးပျါပတုတ်မတပ် ပူဖျဲးဒီးတပ်စူးကါကသံကသီ လါကယါဘျါတပ်ဆါကွဲပနီတဖု အိတ်လါခိတ်န့တပ်ဘုဒိဘုထံး မုတမုတ် သတူကလပ်  
သးပျါပတုတ်မတပ် အဂီဘု ဒီး လဲထီဝဲဘုကွဲတပ်မလီမဒီးပူဖျဲးဒီးတပ်ကီတခါတဖုအလါပုဂဲန့န့လီ. လါတပ်န့အယိ ယဟံဂါဟံကျါ ပုဂဲလီကွဲတမ်ဖဲ  
အမံပျါလါလံအံ ကွဲထီဝဲဘုကွဲ တပ်ဂဲလီ ဒီးမုတမုတ် တပ်ပြါ နံတပ်န့လီအိတ်ဝဲအသီးသ့န့န့လီ./

တပ်မလီတပ်လါ(ကွီနီတခါ) ခိတ်န့တပ်ဘုဒိဘုထံး မုတမုတ် သတူကလပ်သးပျါပတုတ်မတပ်အဂီ -  
 ပုဂဲတမ်ဖဲအမံ- \_\_\_\_\_  
 နံသီဒီးဆါကတီ- \_\_\_\_\_  
 တပ်ကွဲထွဲဆူကရု- \_\_\_\_\_  
 ကသံသရုတ်ကွဲလီမံ- \_\_\_\_\_  
 ကသံသရုတ်ဆဲးလီမံ- \_\_\_\_\_

# MILWAUKEE သးစၢ်တၢ်လိာ်ခိၣ်လိာ်ကွဲကရၢတဖၣ်

## တၢ်ဟ့ၣ်ခွဲးတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤအခးက့

**\*\*\* လိာ်တကူၣ်အံၤတၢ်ကဘၣ်မၤပုၤအီၤခိၣ်ဖျါမိၢ်ပၢ်/ပုၤကွၢ်ထွဲတၢ်ဖိးသဲးစး - ဝံသးစူၤကွဲးလီၤ \*\*\***

ကိုးစၢ် \_\_\_\_\_

မံၤလီၤစၢၤ \_\_\_\_\_ မံၤခိၣ်ထံး \_\_\_\_\_ မံၤခၢၣ်သးအခိၣ်ထံးတဖျါ \_\_\_\_\_ အိၣ်ဖျါန့ၣ်သီ လၢအိၣ်န့ၣ်

ကိုး ID နီၣ်ဂံၢ် \_\_\_\_\_ ကိုးအတီၤ \_\_\_\_\_ ကိုးသးန့ၣ် \_\_\_\_\_

လိာ်အိၣ်ဆိးထံး \_\_\_\_\_ ဟံၣ်ဒၢးဖျါ # \_\_\_\_\_ ဝါ \_\_\_\_\_ စံး(ပ)နီၣ်ဂံၢ် \_\_\_\_\_

(တအိၣ်ဒီး PO BOX #s, ဝံသးစူၤ)

လီၤတံးမိ ( \_\_\_\_\_ ) \_\_\_\_\_ မၤနီၣ်လီၤတလၢဒါဖဲန့ၣ်လိာ်အိၣ်ဆိးထံးမုၢ်အသီတခါ

အသီ- ပုၤနီၣ်ဂံၢ်နီၣ်ဒွဲးအဂ့ၢ်အကျိၤ(ကိုးမိ)

နဘၣ်ထွဲဒီးကလုာ် မုတမ့ၢ် ကလုာ်ဒုၣ်အခိၣ်ကတၢၢ်ဖဲလဲၣ်တခါလဲၣ်- တၢ်ဂ့ၢ်လၢလၢအဟံၣ်ဖျါတၢ်လၢအဘၣ်ကတၢၢ်ဒီးမုၢ်ဖဲလဲၣ်တခါလဲၣ်-

စပုၣ်/လၢတုၣ် (1) _____	ပုၤဟါဝဲၣ်ယၢၣ်ထူလံၤ မုတမ့ၢ်	ပိာ်ခွါ (M) _____	တမ့ၢ်မုၢ်တမ့ၢ်ခွါ (N) _____
အမဲၤရကၢအဒံၤယၢၣ် မုတမ့ၢ် အၣ်လၢတုၣ်ထူလံၤ	ပုၤအဂၢၤဖဲပစံးဖဲးကီးမိခိၣ် (5) _____	ပိာ်မုၢ် (F) _____	တအိၣ်ဒီးစံးဆၢ (P) _____
(2) _____	ပုၤတါဖဲးမိ (6) _____	ခွါသးလီၤမုၢ်, မုၢ်သးလီၤခွါ	
ပုၤအူၤ (3) _____	ကလုာ်ခဲကလုာ် မုတမ့ၢ် အါန့ၢ်ခဲကလုာ် (7) _____	(T) _____	
ပုၤသ့ဖဲးမိ မုတမ့ၢ် အဖြဲကၢအမဲၤရကၢ (4) _____	တအိၣ်ဒီးစံးဆၢ (8) _____		

(ဝံသးစူၤမၤနီၣ်လီၤဖဲတလၢဒါလၢအကြၢးဝဲဘၣ်ဝဲ)

ဘတ်စကက်ဘော  နိုင်ငံဖြတ်ကျော်  ချီးယားလိဒ်  အလံဘောလုံး  ဘောလုံး  ဆော့ဖ်ဘော

တင်းနစ်  ခြေရာခံ နှင့် ကွင်း  T-Ball  ဘော်လီဘော  အခြား \_\_\_\_\_

ကိုး \_\_\_\_\_

ကိုးမိဆွဲကၢအခိၣ်အဆိးနီၣ်ဂံၢ် \_\_\_\_\_

သးစၢ်အခိၣ်အဆိးနီၣ်ဂံၢ်)

တၢ်ဆဲးလီၤမံၤအတကူၣ်ဒိလၢတၢ်ဆဲးမၤဆူညါဖဲ



# MILWAUKEE သးစင်တင်လိာ်ခိာ်လိာ်ကွဲကရုာ်တဖာ်

## တင်ဟ့ာ်ခွဲးတင်ဟူးတင်ဂဲအခးကွဲ

**\*\*\* လိာ်တကူာ်အံတင်ကဘာ်မာပွဲအီခီဖျိမိာ်ပာ်ပုာ်ကွဲထွဲတင်ဖိးသဲးစး - ဝံသးစူာ်ကွဲးလီာ် \*\*\***

မိာ်ပာ်ပုာ်ကွဲထွဲတင်

ဖိးသဲးစးအမံာ် \_\_\_\_\_

မံာ်လီာ်စာါ

မံာ်ခိာ်ထံး

မံာ်ခော်သးအခိာ်ထံးတဖျာ်

အိာ်ဖျာ်နံးသီလါ/သီ/နံာ်

လိာ်အိာ်ဆိးထံး \_\_\_\_\_ ဟံာ်ဒးဖျိာ် # \_\_\_\_\_ ဝုာ် \_\_\_\_\_ စံး(ပ)နိာ်ဂံာ် \_\_\_\_\_  
 (တအိာ်ဒီး PO BOX #s, ဝံသးစူာ်)

လီာ်တံး ( \_\_\_\_\_ ) \_\_\_\_\_ လီာ်ပရုာ် \_\_\_\_\_ နုာ်လိာ်အိာ်ဆိးထံးမုာ်အသီမာ်နိာ်ဖဲအံာ်

ဟံာ်ဖျါထီာ်တင်ဘာ်ဒိဘာ်ထံးဖဲအပူာ်ကွဲာ်တဖာ်အဂုာ်-

ဟံာ်ဖျါထီာ်နီာ်ခိာ်ကွဲာ်ဂီာ်တလုာ်အဂုာ်-

ဟံာ်ဖျါထီာ်တင်ဖိးလိာ်ဒီးသွဲာ်တဖာ်အဂုာ်-

ဟံာ်ဖျါထီာ်ကသံာ်ကသီလါဘာ်သ့ာ်သ့ာ်ပုာ်လိာ်ကွဲဖဲအီဝဲ မုာ်တမုာ် ကစူးကါဝဲအဂုာ်-

ကသံာ်သရုာ်လါတင်လိာ်ဘာ်- \_\_\_\_\_ လီာ်တံး- \_\_\_\_\_

**တင်မာ်နိာ်-** တင်ဘာ်ဒိဘာ်ထံးမုာ်ဝဲတင်လိာ်ခိာ်လိာ်ကွဲအနုာ်အကျါတခါနုာ်လီာ်- MPS တဟံးမူဒါလါတင်ဘာ်ဒိဘာ်ထံးတဖာ် လါအကဲထီာ်သး ဒီဖျါပုာ်လိာ်ကွဲဖဲအလိာ်ကွဲကတီာ်, အုာ်လိာ်ဆိးကွဲ  
 လိာ်သး, ဒီးဂဲလိာ်သးအခါနုာ်လီာ်- တင်ကဘာ်အုာ်ကီာ်လုာ်ဘာ်ပုာ်လိာ်ကွဲဖဲတဖာ်ဒီဖျါ အနီာ်ကစာ် ဒုာ်ဝဲတင်အုာ်ကီာ်နုာ်လီာ်-  
 ဆူာ်ချုာ်တင်အုာ်ကီာ်အမံာ်-

**ဖဲဂုာ်ဂီာ်အူတင်မာ်သးအပူာ်, ဝံသးစူာ်ဟံာ်ဖျါထီာ်ပုာ်ခဲဂါလါပကီးအီသ့ဖဲလါပဆဲးကျိးနုာ်တသ့အခါ-**

မံာ်- \_\_\_\_\_ လီာ်တံး- \_\_\_\_\_

မံာ်- \_\_\_\_\_ လီာ်တံး- \_\_\_\_\_



# တၢ်အၢၣ်လီၤတူၢ်လိာ်တၢ်လိာ်ကွဲအတၢ်ကိၣ်ဒိ



ကွဲဖဲခဲလၢၤအၢၣ်လီၤပုၤဃုာ်ဖဲ MPS သးစၢ်တၢ်လိာ်ခိၣ်လိာ်ကွဲအကၠာတဖၣ်အပူၤကဘၣ်ဖးဒီး တူၢ်လိာ်ဝဲဒၣ်လိာ်ဖျါဖဲလၢၤအံၤ, တချုးဒီးဖဲတၢ်စးထီၣ် ကၠုၣ်တၢ်ဟူးတၢ်ဂၢၤတဖၣ် (တၢ်ဂၢၤလိၤသး, တၢ်မၤကွၢ်ဆိ, တၢ်ယုၤကျိၣ်စ့, ဒီး/မ့တမ့ၢ် တၢ်လိာ်ကွဲတဖၣ်)န့ၣ်လီၤ. ဝံသးစ့ၤဆုၤကဒါက့ၤဆူ

- သးစၢ်တၢ်လိာ်ခိၣ်လိာ်ကွဲဒူးယၢ်အလံာ်န့ၣ်ကျဲ-** ယၢ်ပၢၤလၢမိၢ်ပၢၤ/ပုၤကွၢ်ထွဲတၢ်ဖိဒီးကွဲဖဲလၢၤအလိာ်ကွဲတဖၣ် ကဘၣ် လူၤဟိၢ်မၤထွဲကျဲသန့ဒီးတၢ်မၤကျိၣ်ကွဲဖဲကတီၢ် အံၤခဲလၢၤဒ်ဒုးအိၣ်ထီၣ်ခိဖျါ Milwaukee ကမျါကွဲတဖၣ် /Milwaukee တၢ်လိာ်ကွဲဒီးအဝဲသ့ၣ်အနီၢ်တၢ်ဂၢၤကွဲန့ၣ်လီၤ. Milwaukee တၢ်လိာ်ကွဲအကျဲသန့ ဒီး အတၢ်မၤကျိၣ်ကျဲ တဖၣ်အိၣ်ဝဲဖဲကတီၢ်အံၤသးစၢ်တၢ်လိာ်ခိၣ်လိာ်ကွဲဒူးယၢ်အလံာ်န့ၣ်ကျဲတဘျီအပူၤ, လၢအအိၣ်ဝဲဖဲ [www.mkerec.net](http://www.mkerec.net).
- တၢ်လိာ်ကွဲအဆၢကတီၢ်အတၢ်ဘျါတဖၣ်-** ယၢ်ပၢၤလၢသးစၢ်တၢ်လိာ်ခိၣ်လိာ်ကွဲကရၢတဖၣ်အိၣ်ဒီး တၢ်လိာ်ကွဲအ ဆၢကတီၢ် အတၢ်ဘျါတဖၣ် န့ၣ်လီၤ. တၢ်လိာ်ကွဲ အဆၢကတီၢ်လီၤဆိအတၢ်ဘျါတဖၣ်တၢ်ထံၣ်န့ၣ်အံၤသ့ဖဲကရၢတၢ်ဘျါတဖၣ်အပူၤလၢ တၢ်ဟံၣ်ဖျါဝဲဖဲ [mkerec.net](http://mkerec.net).
- တၢ်ပိးတၢ်လိာ်/ဆုၤကလိာ်ကွဲဒီးသိးလိာ်သး-** ဒ်ကွဲဖဲအမံၤဖျါလၢထးအမိၢ်ပၢၤ/ပုၤကွၢ်ထွဲတၢ်ဖိဒီးသဲးစးတၢ်ဂၢၤအသိး, ယတူၢ်လိာ် လၢယကဟံးမူဒါလၢကျိၣ်စ့ဂ့ၢ်ဝီလၢတၢ် ဟ့ၣ်ကဒါက့ၤတၢ်လိာ်ကွဲအပိးလီၤခဲလၢၤအတၢ်ပူၤဖျါဒီးကွဲတၢ်ဆိၣ်ထွဲမၤစၢၤတၢ်လိာ်ကွဲဆုၤကလိာ်ဒီးသိးလိာ်သးလၢကွဲဖဲအဂီၢ်န့ၣ်လီၤ.
- တၢ်ဆိကတီၢ်တၢ်လိာ်ကွဲ-** ယၢ်ပၢၤလၢသးစၢ်တၢ်လိာ်ခိၣ်လိာ်ကွဲအဝဲဒၣ်အိၣ်ဒီးပုၤဘၣ်မူဘၣ်ဒါလၢ အကဆိကတီၢ်ပုၤ တၢ်ဂၢၤလၢၤလၢဒီးသန့ထီၣ်သးဖဲပုၤမၤတၢ်ဖိ ဒီးအနီၢ်ကစၢ်ဒ်ဝဲပုၤဃုာ်သ့ၣ်ညါတၢ် မ့တမ့ၢ် ပုၤသမံသမိးတၢ်ဖိ အတၢ်ဟံၣ်ဖျါ အဖိခိၣ်န့ၣ်လီၤ.
- တၢ်ဆိကတီၢ်ကွဲ-** ယၢ်ပၢၤလၢတၢ်မ့ၢ်ဆိကတီၢ်ယဖိခွါ/ဖိမုၢ်ဖဲကွဲန့ၣ်အဝဲဂဲၤလိၤသး, ပြၢတၢ်, မ့တမ့ၢ် န့ၣ်လီၤပုၤဃုာ်ဖဲ တၢ်လိာ်ကွဲ တဖၣ်အပူၤတသ့ဖဲတၢ်ဆိကတီၢ် အံၤကဲထီၣ်သးအခါန့ၣ်လီၤ.
- တၢ်အိၣ်ဒီးပုၤလိာ်ကွဲဖိအသးစဲၣ်နီၢ်-** ယၢ်ပၢၤလၢတၢ်အိၣ်ဒီးပုၤလိာ်ကွဲဖိအသးစဲၣ်နီၢ်လၢအဂ့ၢ်မ့ၢ်ဝဲ တၢ်အရဲခိၣ်ဖဲ တၢ်ဟံးဃာ် ပၢၤဃာ်တၢ်ပူၤဖျါ, တၢ်သးဖဲ, ဒီးတၢ် တူၢ်လိာ်တၢ်လိာ်ကွဲအတၢ်အိၣ်သးလၢပုၤန့ၣ်လီၤပုၤဃုာ်ခဲလၢၤအဂီၢ်န့ၣ်လီၤ. တၢ်ဟံၣ်ကဲ ကွဲဖဲပုၤလိာ်ကွဲဖိတဖၣ်, ပုၤလိာ်ကွဲထီၣ်ဒါတၢ်အဂၢၤတဖၣ်, ပုၤကွၢ်ကီတၢ်, ပုၤ ဘၣ်မူဘၣ်ဒါ, ဒီး Milwaukee တၢ်လိာ်ကွဲအပူၤ မၤတၢ်ဖိမ့ၢ်တၢ်အလီၢ်အိၣ်ဒိၣ်ဒိၣ်မးလၢပုၤန့ၣ်လီၤပုၤဃုာ်တဖၣ်အတၢ်လိာ်ကွဲပြၢလၢတၢ်သ့ၣ်ဖုသးညါအပူၤန့ၣ်လီၤ. ယၢ်ပၢၤလၢတၢ်အိၣ်ဒီးပုၤလိာ်ကွဲဖိအသးစဲၣ်နီၢ်အတၢ်မၤကျဲဒီးတၢ်ကတီၢ်လၢတလီၤယုးယီၣ်ဟံၣ်ကဲတဖၣ်တၢ်တူၢ်လိာ်အံၤဖဲ Milwaukee ကမျါကွဲတဖၣ် အတၢ်လိာ်ကွဲဒီးသးစၢ်တၢ်လိာ်ခိၣ်လိာ်ကွဲအတၢ်တိာ်ကျဲတဖၣ်အပူၤဘၣ်န့ၣ်လီၤ. Milwaukee တၢ်လိာ်ကွဲအတၢ်ဟံၣ်ပုၤန့ၣ်လီၤ တၢ်ဟံၣ်သ့ၣ်ဟံၣ်သးလၢတအိၣ်ဒီး ပုၤလိာ်ကွဲဖိအ သးစဲၣ်နီၢ်ဘၣ်န့ၣ်တၢ်ကသိၣ်သီ က့ၤပုၤမၤကမ့ၢ်တၢ်(တဖၣ်)လၢတၢ်သိၣ်တၢ်သီအကျဲန့ၣ်လီၤ.
- တၢ်လဲၤတၢ်က့ၤ-** ယၢ်ပၢၤလၢမိၢ်ပၢၤ/ပုၤကွၢ်ထွဲတၢ်ဖိတဖၣ်မ့ၢ်ပုၤဟံးမူဒါလၢတၢ်လဲၤတၢ်က့ၤ အတၢ်လိၣ်လၢပုၤလိာ်ကွဲ ဖိတဖၣ်အတၢ်လဲၤဂဲၤလိၤအနံၤဒီးတၢ်လိာ်ကွဲအနံၤ တဖၣ်န့ၣ်လီၤ.
- တၢ်ဂဲၤလိာ်လုတၢ် (HAZING)-** တၢ်တြီဝဲဒၣ် တၢ်ဂဲၤလိာ်လုတၢ် (Hazing) ဖဲတီၤဖျါကွဲဒီးတီၤခၢၣ်သးကွဲအ တၢ်လိာ်ကွဲ တၢ်ဟူးတၢ်ဂၢၤတဖၣ်အပူၤန့ၣ်လီၤ. တၢ်န့ၣ် လီၤပုၤဃုာ် မ့တမ့ၢ် တၢ်မ့ၢ်တၢ်ဖျါထီၣ် တၢ်ဂဲၤလိာ်လုတၢ် (hazing) တၢ်ဟူး တၢ်ဂဲၤအတၢ်သ့ၣ်ညါန့ၣ်ပၢၤတဖၣ်ဘၣ်န့ၣ်ဒုးအိၣ်ထီၣ်တၢ်သိၣ်က့ၤသီက့ၤအံၤလၢ တၢ်သိၣ်တၢ်သီအကျဲန့ၣ်လီၤ.

လိာ်တၢ်ကိၣ်ဒိအတၢ်ပိာ်ထွဲဖဲအချၢတပၤ >



# ပုလိပ်ကွဲဖိ + မိပ်ပင်/ပုလိပ်ကွဲဖိ အတင်သိပ်တင်သိ

## ပုလိပ်ကွဲဖိ- ယအာန်လီဟ်ဖျါဖဲအံလါ-

- ယကဟ့ၣ်သဆၣ်ထီၣ်တၢ်အိၣ်ဒီးပုလိပ်ကွဲဖိအသးစဲၣ်နီၣ်လါအဂ့ၤခီဖျါတၢ်လူၤထွဲပုလိပ်ကွဲဖိ, ပုနဲၣ်လိတၢ်, ပုဘၣ်မုဘၣ်ဒါဒီးမိပ်ပင်တဖၣ်တချုးတၢ်လိာ်ကွဲ, တၢ်လိာ်ကွဲကတီၢ်ဒီး တၢ်လိာ်ကွဲ ဝံၤအလီၢ်ခံၣ်န့ၣ်လီၤ.
- ယန့ၢ်ပၢ်လၢတၢ်န့ၢ်လီၤပုၣ်ဃုာ်ဖဲလိာ်ညိၣ်သိၣ်ဒိၣ်တၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤလီၤခီအပူၤမ့ၢ်ဝဲခွဲးယာ်လီၤခီဒီးကဟ်ဃာ်ယတီၤ ဒီးတၢ်ဟ်သ့ၣ်ဟ်သးဖဲအတီၤပတီၢ်ကြါးဝဲဘၣ်ဝဲဒ်သိးယန့ၢ်လီၤပုၣ်ဃုာ်ကသ့အဂီၢ်န့ၣ်လီၤ.
- ယန့ၢ်ပၢ်လၢတၢ်န့ၢ်လီၤပုၣ်ဃုာ်ဖဲသးစၢ်တၢ်လိာ်ခိၣ်လိာ်ကွဲအတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤတဖၣ်အပူၤ, ယကဘၣ် ဟံးဃာ်တၢ် မၤလိမၤဒီးအပတီၢ်အစ့ၤကတၢ်ဖဲတၢ်မၤအါထီၣ်တၢ်ကြါးဒီးတၢ်လိာ်အဂၤတဖၣ်န့ၣ်လီၤ.
- ယကဒိကန့ၣ်တၢ်သိၣ်လိကတီၢ်အတၢ်ဘျၢတဖၣ်ဒ်ပုနဲၣ်လိတၢ်ဒုးအိၣ်ထီၣ်ဝဲအသိးန့ၣ်လီၤ.
- ယတအိၣ်ဒီးတၢ်ကျဲးစးမၤဘၣ်ဒိဘၣ်ထံးပုလိပ်ကွဲအဂၤတဂၤဘၣ်န့ၣ်လီၤ.
- ယကန့ၢ်လီၤဖဲတၢ်ဂဲၤလိသးဒီးတၢ်လိာ်ကွဲအပူၤလၢအကဲထီၣ်သးသ့ဝဲအိၣ်ဒီးအဂ့ၢ်အဝီဒီးဒုးသ့ၣ်ညါ ပုနဲၣ်လိတၢ် ဖဲလၢ ယမၤတသ့အခါန့ၣ်လီၤ.
- ယကရ့ၤဒီးပုလိပ်ကွဲအဂၤတဖၣ်, ပုနဲၣ်လိတၢ်ဒီးပုလိပ်ကွဲကတီၢ်တဖၣ်လၢတၢ်ဟ်ကဲဒီးတၢ်ယူးယိၣ်န့ၣ်လီၤ.
- ယကရဲၣ်ကျဲၤတၢ်မၤန့ၢ်အိၣ်ဒီးအပတီၢ်ဒီးတၢ်အယၣ်လၢတၢ်မၤဂ့ၤမၤဝါထီၣ်န့ၣ်လီၤ.
- ယတစူးကါ, ပုၤ, ဆါ, မ့တမ့ၢ် ပါဝဲဒၣ်ကသံၣ်မူဘျိး, သံးဇိၤကံးဇိၤ မ့တမ့ၢ် ညါသူးအပိးလီတဖၣ် ဘၣ်န့ၣ်လီၤ. ယန့ၢ်ပၢ်လၢတၢ်မၤကမၢ်တၢ်ဘျၢတဖၣ်အံၤဒုးအိၣ်ထီၣ်တၢ်သိၣ်က့ၤသီက့ၤ လၢ တၢ်သိၣ်တၢ်သိအကျဲန့ၣ်လီၤ.
- ယကဟ်ကဲပုနဲၣ်လိတၢ်ဒီးမိပ်ပင်တဖၣ်ဒီးမၤဒ်အဝဲသ့ၣ်မၤယၤအသိးန့ၣ်လီၤ. ယန့ၢ်ပၢ်လၢအဝဲသ့ၣ် အိၣ်ဒီးမၤစၢၤ လၢယကမၤအဂ့ၤကတၢ်ဒ်ယမၤသ့အသိးန့ၣ်လီၤ.
- ယသ့ၣ်ညါလၢတၢ်တလူၤဟ်မၤထွဲတၢ်သိၣ်တၢ်သိဖဲထးတဖၣ်ဘၣ်န့ၣ် ကဒုးအိၣ်ထီၣ်တၢ်အိၣ်ဒီး တၢ်လိာ်ကွဲ အဆၢကတီၢ် မ့တမ့ၢ် တၢ်ဆိကတီၢ်တၢ်န့ၢ်လီၤဖဲတၢ်လိာ်ကွဲအပူၤန့ၣ်လီၤ.

လံာ်တက့ၢ်ဒိအတၢ်ဟိာ်ထွဲဖဲအချၢတပၤ >



# ပုလိပ်ကွဲဖိ + မိပ်ပပ်/ပုလိပ်ကွဲထွဲတဖိ အတတ်သိပ်တင်သီ

## မိပ်ပပ်/ပုလိပ်ကွဲထွဲတဖိ- ယအာန်လီအီလီလော-

- ယကတိန်နိတ်တင်လိပ်ကွဲအဝဲန့ၣ်မ့ၣ်ဝဲလောဖိသုတ်တဖုၣ်အဂီၢ်တမ့ၢ်လောပုၤနီၣ်ဒိတ်တဖုၣ်အဂီၢ်ဘၣ်န့ၣ်လီၤ။
- ယကဟ့ၣ်သဆၣ်ထီၣ်တင်အိၣ်ဒီးပုလိပ်ကွဲအသးစဲၣ်နီၣ်လောအဂ့ၤခီဖျိတၢ်ဒုးန့ၣ်ဖျါထီၣ်တင်ဆိၣ်ထွဲမၤစၢၤအဂ့ၤလောပုလိပ်ကွဲဖိ, ပုၤန့ၣ်လိတ်ဒီးပုၤဘၣ်မူဘၣ်ဒါတဖုၣ်ဖဲတၢ်လိပ်ကွဲ, တၢ်ဂဲၤလိ မ့တမ့ၢ် သးစၢ်တၢ်လိပ်ခိၣ်လိပ်ကွဲတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤအဂၤတဖုၣ်ကိးခါဒီးအပူၤန့ၣ်လီၤ။
- ယကယုန့ၣ်ခိၣ်ယၢၤတၢ်အိၣ်သးလၢတအိၣ်ဒီးတၢ်တယူးယီၣ်, ကသံၣ်မူၤဘျိး, သံးဒီးညါသူး ဖဲ တၢ်လိပ်ကွဲအပူၤလၢယဖိအဂီၢ်ဒီးယတူၢ်လိတ်လၢတၢ်ကမၤစၢၤခီဖျိတၢ်ကီၤဃာ်အတၢ်စူးကါဖဲသးစၢ်တၢ်လိပ်ခိၣ်လိပ်ကွဲအတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤတဖုၣ်အပူၤ
- ယကမၤအဂ့ၤကတၢ်လၢတၢ်မၤသးဖုံသးစၢ်တၢ်လိပ်ကွဲလၢယဖိအဂီၢ်န့ၣ်လီၤ။
- ယကဟ့ၣ်လီၤတၢ်သိၣ်လိလၢပုၤန့ၣ်လိတ်တဖုၣ်အစုပူၤဒီးပၤဃာ်တၢ်မၤတၢ်ဟ့ၣ်ကူၣ်လၢပုလိပ်ကွဲ မ့တမ့ၢ်ပုၤန့ၣ်လိတ်တဖုၣ်ဖဲတၢ်လိပ်ကွဲ မ့တမ့ၢ် တၢ်ဂဲၤလိသးအခါန့ၣ်လီၤ။
- ယကဟ့ၣ်တၢ်ဆိၣ်ထွဲမၤစၢၤလၢပုၤန့ၣ်လိတ်ဒီးပုၤဘၣ်မူဘၣ်ဒါတဖုၣ်ကမၤသကိးဒီးယဖိလၢတၢ်ဟ့ၣ်လီၤမၤစၢၤတၢ်လဲၤခီဖျိလၢအဂ့ၤဒီးသ့ၣ်ဖုံသးညီလၢပုၤခဲလၢအဂီၢ်န့ၣ်လီၤ။
- ယကကျဲးစးမၤတၢ်ခဲလၢလၢယဖိအတၢ်န့ၣ်လီၤဖဲတၢ်ဂဲၤလိသးဒီးတၢ်လိပ်ကွဲတဖုၣ်အပူၤဒီးယဟ့ၣ်တၢ်ဘိးဘၣ်သ့ၣ်ညါကြးဝဲဘၣ်ဝဲဆူပုၤန့ၣ်လိတ်အအိၣ်ဖဲလၢအဝဲသ့ၣ်န့ၣ်လီၤတသ့အခါန့ၣ်လီၤ။
- ယဟ်တၢ်အရ့ဒိၣ်လၢယဖိအနီၣ်ခိၣ်ဒီးနီၣ်သးတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့ဒ်ယနီၣ်ကစၢ်တၢ်လိပ်ဘၣ်လၢတၢ်မၤန့ၣ်လီၤအဂီၢ်န့ၣ်လီၤ။
- ယကလူၤဟိၣ်မၤထွဲတၢ်ဘျါခဲလၢဒ်ကိးဒုးအိၣ်ထီၣ်ဝဲလၢယဖိခွါ/ဖိမုၢ်အတၢ်ထီၣ်ကိၣ်ဖဲ Milwaukee ကမျၢၢ်ကိၣ်တဖုၣ်/Milwaukee တၢ်လိပ်ကွဲပုၤအသိးန့ၣ်လီၤ။

ပုလိပ်ကွဲဖိဆဲးလီၤမံၤ \_\_\_\_\_

နံၤသီ \_\_\_\_\_

မိပ်ပပ်/ပုလိပ်ကွဲထွဲတဖိသဲးစးဆဲးလီၤမံၤ \_\_\_\_\_

နံၤသီ \_\_\_\_\_





A department of MPS

Milwaukee တၢ်လိာ်ကွဲ  
YOUTH SPORTS 5225  
W. Vliet St. Rm. 163  
Milwaukee, WI 53208  
P: 414.475.8410  
mkerec.net

ဆူ, မိၢ်ပၢ်/ပုၤကွၢ်ထွဲတၢ်ဒီးပုၤန့ၢ်လိာ်တၢ်အအိၣ်

Wisconsin ကီၢ်စံၣ်ဒီး Milwaukee Public Schools (MPS) သ့ၣ်ညါဟံၣ်ပနီၣ်ဝဲဒၣ်တၢ်ဒုးန့ၢ်ဖျါထီၣ်တၢ်ပနီၣ်, တၢ်ဆါပနီၣ်, ဒီး တၢ်ဟံၣ်သ့ၣ်ဟံၣ်သးအရဲဒိၣ် တဖၣ်အဂ့ၢ်လၢအဘၣ်ထွဲဒီးခိၣ်အတၢ်ဘၣ်ဒိဘၣ်ထံး/ခိၣ်ဘၣ်ဒိဒီးသးစံၣ်ဆိကတီၢ်သတူၢ်ကလၢ်မ့ၢ်လၢအဘၣ်ထွဲဒီးသးစၢ်လၢအန့ၢ်လီၤပၣ်ဃုာ်ဖဲတၢ်လိာ်ကွဲပုၤဒီး တၢ်လိာ်ကွဲအတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤအဂၤတဖၣ်အပူၤန့ၢ်လီၤ. တၢ်မၤလိာ်ခံတီၢ်လိာ်သ့ၣ်ညါ စ့ၢ်ကီးတၢ်လီၤဘၣ်ယိၣ်အန့ၢ်ဆၢၣ်လၢအကဲထီၣ်သးသ့ဝဲဖဲအဒုးန့ၢ်ဖျါထီၣ်ခိၣ် အတၢ်ဘၣ်ဒိ မ့တမ့ၢ် သးစံၣ်ဆိကတီၢ်သတူၢ်ကလၢ် မ့ၢ်လၢ တၢ်သမံသမိး မ့တမ့ၢ် ပၤဆုၤရဲၣ်ကျဲၤတၢ်ကြၢၤဝဲဘၣ်ဝဲအယိၣ်န့ၢ်လီၤ.

Wisconsin ကီၢ်စံၣ်ဖျါဝဲဒၣ် Wisconsin တၢ်သိၣ်တၢ်သီ 172 ဖဲလၢအဖျါ 2012 (ခိၣ်ဘၣ်ဒိ), ဒီး Wisconsin တၢ်သိၣ်တၢ်သီ 210 ဖဲလၢမၤရှး 2022 (သးစံၣ် ဆိကတီၢ်သတူၢ်ကလၢ်), လၢအလိၣ်ဘၣ်တၢ်မၤဂ့ၢ်ထီၣ်တၢ်မၤလိာ်ဒီးဒီးန့ၢ်ပၢ်တၢ်လိာ်ကွဲတဖၣ်လၢ အဘၣ်ထွဲဒီးခိၣ်အတၢ်ဘၣ်ဒိဘၣ်ထံး /ခိၣ်ဘၣ်ဒိဒီးသးစံၣ်ဆိ ကတီၢ်သတူၢ်ကလၢ်လၢမိၢ်ပၢ်, ပုၤလိာ်ကွဲဖဲ, ဒီးပုၤန့ၢ်လိာ် တဖၣ်အဂီၢ် န့ၢ်လီၤ. ဒ်တၢ်အစၢအိၣ်ဖျါဝဲအသိး, MPS ရဲၣ်ကျဲၤမၤဝဲဒၣ်တၢ်ကွၢ်ကဒါကွၢ်အတၢ် လိာ်ကွဲခဲလၢဒီးတၢ်လိာ်ကွဲအတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤ တဖၣ်ဒီးတၢ်လဲၤထီၣ်လဲၤထီၣ်လၢအပိာ်ထွဲထီၣ်တၢ်န့ၢ်ကျဲၤလၢတၢ်လိာ်ဘၣ်တဖၣ် လၢတၢ်မၤလိာ်တၢ်သးစၢ်လၢအန့ၢ် လီၤပၣ်ဃုာ်တဖၣ်အတၢ်ပူၤဖျဲး-

1. လၢတၢ်လိာ်ကွဲတခါစ့ၢ်စ့ၢ်အဂီၢ်, MPS ကဟ့ၣ်နီၤလီၤခိၣ်အတၢ်ဘၣ်ဒိဘၣ်ထံး/ခိၣ်ဘၣ်ဒိဒီးသးစံၣ်ဆိကတီၢ် သတူၢ်ကလၢ် အဂ့ၢ်အကျိၤအလံာ်က့ ဆူမိၢ်ပၢ်/ပုၤကွၢ်ထွဲတၢ်ဒီးသးစၢ်လၢအလိာ်ကွဲတဖၣ်လၢအန့ၢ်လီၤပၣ်ဃုာ်ဖဲတၢ်လိာ်ကွဲပြၢအတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤတဖၣ်အပူၤန့ၢ်လီၤ.
2. မိၢ်ပၢ်/ပုၤကွၢ်ထွဲတၢ်ဒီးသးစၢ်ပုၤလိာ်ကွဲဖဲတဖၣ်ကဘၣ်ဆဲးလီၤမံၤဒီးဆုၤကဒါကွၢ်တၢ်အၢၣ်လီၤအီၤလီၤအတၢ်ကီၢ်ဒိလၢအဒုးန့ၢ်ဖျါထီၣ်အတၢ်ကွၢ်က ဒါကွၢ်ဒီးန့ၢ်ပၢ်တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤဘၣ်ဃးခိၣ်အတၢ်ဘၣ်ဒိဘၣ်ထံး/ခိၣ်ဘၣ်ဒိဒီးသးစံၣ်ဆိကတီၢ်သတူၢ်ကလၢ်တချုးဖဲအန့ၢ်လီၤဖဲတၢ်လိာ်ကွဲပြၢအတၢ် ဟူးတၢ်ဂဲၤအပူၤန့ၢ်လီၤ. တၢ်တပျဲဝဲလၢသးစၢ်ပုၤလိာ်ကွဲဖဲတဖၣ်လၢ အက ဂဲၤလိသး မ့တမ့ၢ် လိာ်ကွဲပြၢတုၤလီၤလၢအဆဲးလီၤမံၤဖဲ တၢ်အၢၣ်လီၤ အီၤလီၤအလံာ်တကီၢ်ဒိလၢအအိၣ်ဖဲ MPS လံာ်တြိာ် တၢ်မၤနီၣ်အပူၤန့ၢ်လီၤ.
3. ဒ်န့ၢ်သိးတၢ်လိာ်ဘၣ်ပုၤန့ၢ်လိာ်တဖၣ်လၢအကဟ့ၣ်ကွၢ်တၢ်အၢၣ်လီၤအီၤလီၤအလံာ်တကီၢ်ဒိလၢအဒုးန့ၢ်ဖျါထီၣ်အတၢ်ကွၢ်ကဒါကွၢ်, ဒီးန့ၢ်ပၢ် တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤလၢအဘၣ်ထွဲဒီးခိၣ်အတၢ်ဘၣ်ဒိဘၣ်ထံး/ ခိၣ်ဘၣ်ဒိဒီးသးစံၣ်ဆိကတီၢ် သတူၢ်ကလၢ်အဂ့ၢ်တချုးဖဲအစးထီၣ်န့ၢ်လိာ်တၢ်သ့အခါ န့ၢ်လီၤ.

လၢန့ၢ်အမံၤညါ, မိၢ်ပၢ်/ပုၤကွၢ်ထွဲတၢ်ဒီးပုၤန့ၢ်လိာ်ခဲလၢ, ပၣ်ဃုာ်ဒီးပုၤမုာ်သးမၤကလီတဖၣ်, တၢ်ဟ့ၣ်သဆၢၣ်အဝဲသ့ၣ်သပုၤပုၤ လၢ လၢကမၤလိာ်တၢ်မၤ လိတလၢ်အပူၤခဲခါလၢအဘၣ်ထွဲဒီးတၢ်ဘၣ်လီၤဘျီခိၣ်အတၢ်ဘၣ်ဒိ (CDC) ဒီးသးစံၣ်ဆိကတီၢ် သတူၢ် ကလၢ် (NFHS) အဂ့ၢ်ဖဲသးစၢ်တၢ်လိာ်ခိၣ် လိာ်ကွဲ တဖၣ်အပူၤခိၣ်ဖျါစ့ၢ်ကိၢ်ပုၤယဲၤသန့ၢ်လၢလၢ်အံၤ <https://www.cdc.gov/headsup/youthsports/index.html> ခိၣ်ဘၣ်ဒိ (Concussions) / <https://nfhslearn.com/courses/sudden-cardiac-arrest> သးစံၣ်ဆိကတီၢ်သတူၢ်ကလၢ် (Sudden Cardiac Arrest) န့ၢ်လီၤ. လၢန့ၢ်အမံၤညါ, ပုၤန့ၢ်လိာ်လိာ်ကွဲ ပြၢအတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤတဖၣ်တၢ်လိာ်ဘၣ်ဝဲလၢအကမၤထွဲ Wisconsin Interscholastic Athletic Association တၢ်န့ၢ်ကျဲၤတဖၣ်လၢ တၢ်ပၤဆုၤရဲၣ်ကျဲၤခိၣ်အတၢ်ဘၣ်ဒိဘၣ်ထံး/ ခိၣ်ဘၣ်ဒိဒီးသးစံၣ် ဆိကတီၢ်တစီၢ် တၢ်လိာ်အဂ့ၢ်န့ၢ်လီၤ.

စံးဘျုးန့ၢ်လၢန့ၢ်မၤသကိးဒီးပုၤလၢတၢ်မၤလိာ်တၢ်သးစၢ်ပုၤလိာ်ကွဲဖဲတဖၣ်အတၢ်ပူၤဖျဲးအဂီၢ်န့ၢ်လီၤ. နမ့ၢ်အိၣ်ဒီးတၢ်သံကွၢ် လၢအဘၣ်ထွဲဒီးတၢ်လိာ်ဘၣ် တဖၣ်အံၤအဂ့ၢ်, ဝံသးစူၤဆဲးကျိးယၤဖဲ 414-475-8219 တက့ၢ်.

ပုၤဒီးတၢ်ဟံၣ်ကဲအါ,  
  
Bobbie Kelsey  
MPS တၢ်လိာ်ကွဲကမံးတံာ်

# ခိပ်ဘၢ်ဒိဒီးခိပ်အတၢ်ဘၢ်ဒိဘၢ်ထံးအဂ့ၢ်အကျိၤ

Wis. တၢ်သိၣ်တၢ်သီ § 118.293 ခိပ်ဘၢ်ဒိဒီးခိပ်အတၢ်ဘၢ်ဒိဘၢ်ထံး

**ခိပ်ဘၢ်ဒိမ့ၢ်မနုၤလၢ** ခိပ်ဘၢ်ဒိမ့ၢ်ဝဲခိပ်(ခိပ်န့ၢ်)အတၢ်ဘၢ်ဒိဘၢ်ထံးတကလုာ်လၢအဆီတလဲ ဝဲဒၣ်ခိပ်န့ၢ်ဖဲမၤ တၢ်အကျိၤကျဲၤ ဒ်ညီန့ၢ်အသိး န့ၢ်လီၤ။ ခိပ်ဘၢ်ဒိကဲထီၣ်သးခိဖျါတၢ်ဘၢ်တၢ်, တၢ်မၤဟးဂီၤ, မ့တမ့ၢ် တၢ်ဆဲးတရူၤခိပ်သ့ၣ်န့ၢ်လီၤ။ ခိပ်ဘၢ်ဒိ ကဲထီၣ်သးသ့စ့ၢ်ကိး လၢတၢ် မၤဟးဂီၤဝဲဒၣ်နီၣ်ခိမိၢ်ပုၤလၢအဒုးအိၣ်ထီၣ်ခိဒီးခိပ်န့ၢ်အတၢ်သးသးဆူမံၤညါဒီးလီၤခဲၣ်သ့ၣ်န့ၢ်လီၤ။ ဖျါလီၤကဲလၢအမၤဘၢ်တၢ်ဘၢ်ထံးခိပ် တဆဲးတက့ၢ်ဒၣ်လဲၣ်ကဲထီၣ်တၢ်ခိပ်ခိပ်မ့ၢ်သ့ဝဲန့ၢ်လီၤ။ ခိပ်ဘၢ်ဒိအိၣ်ဒီး တၢ်မၤ ဘၢ်ဒိပုၤသးစၢ်အခိပ်န့ၢ်တၢ်လဲၣ်ထီၣ်လဲၣ်ထီၣ်န့ၢ်နး ကလဲာ်သ့ ဝဲဒီးတၢ်ကဘၢ်ဘၢ်လီၤဘၢ်ဝဲဒၣ်ဂ့ၤဘၢ်ဘၢ်န့ၢ်လီၤ။ ခိပ်န့ၢ် အတၢ်ဘၢ်ဒိဘၢ်ထံးနးနးကလဲာ်လၢအပိာ်ထွဲထီၣ်တဖၣ် (ပုၤဃုာ်ဒီး ခိပ်ဘၢ်ဒိ) ဃုာ်ဒီးတၢ်ကီၤတၢ်ခဲလၢတၢ်ဆီကမိၣ်, တၢ်တီၢ် နီၣ်ဖဲဃာ်တၢ်, တၢ်မၤလီၤမၤဒီး, တၢ်မၤသကိး, တၢ်ထီၣ်သ့ၣ်, တၢ်ကတီၤ, တၢ်န့ၢ်ဟူ, တၢ်ထီၣ်, ဒီးသးအတၢ်ဆီတလဲ တဖၣ် န့ၢ်လီၤ။

**ခိပ်ဘၢ်ဒိအတၢ်ဆါပနီၣ်ဒီးအတၢ်ပနီၣ်တဖၣ်မ့ၢ်မနုၤလၢ** နထံာ်ဝဲဒၣ်ခိပ်ဘၢ်ဒိလၢမံၤတသ့ဘၢ်န့ၢ်လီၤ။ ခိပ်ဘၢ်ဒိအ တၢ်ဆါ ပနီၣ်ဒီးအတၢ် ပနီၣ်တဖၣ်ကအိၣ်ဖျါထီၣ်တဘျီဃီဖဲတၢ်ဘၢ်ဒိဘၢ်ထံးဝဲအလီၤခဲ မ့တမ့ၢ် တအိၣ်ဖျါထီၣ်သ့ၣ်သ့ၣ် မ့တမ့ၢ် တၢ် ကသ့ၣ်ညါဘၢ်ဝဲဖဲတၢ်ဘၢ်ဒိ ဘၢ်ထံးကဲထီၣ်သးအန့ၢ်ရံၣ်တဖၣ် မ့တမ့ၢ် အသီတဖၣ်ဝဲအလီၤခဲန့ၢ်လီၤ။ မ့ၢ်တၢ်အရဒိၣ်လၢတၢ် ကကွဲာ်ဝဲဒၣ်တၢ်ဆီတလဲမၤသးဖဲပုၤလီၢ် ကွဲာ် မ့တမ့ၢ် နဖဲ မ့တမ့ၢ် ပုၤဒိၣ်ထီၣ်သီတဂၤဂၤအတၢ်အိၣ်ဖျါ မ့တမ့ၢ် အတၢ်တူၢ်ဘၢ် ဒ်လဲၣ်အဖီခိပ်, ဖဲလၢအတၢ်ဆါပနီၣ်မ့ၢ်န့ၢ်ဒိထီၣ်, မ့တမ့ၢ် န/အဝဲသ့ၣ် “တူၢ်ဘၢ်ဝဲတဘၢ်” အခါန့ၢ်လီၤ။ အါတက့ၢ်ခိပ်ဘၢ်ဒိ လၢအကဲထီၣ်သးတဖၣ်တအိၣ်ဒီးတၢ်မၤလီၤမၤ တၢ်သးဆးဆ့ၣ် ဒ့ၣ်ဘၢ်န့ၢ်လီၤ။

ဖဲလၢပုၤဃုာ်သ့ၣ် မ့တမ့ၢ် ပုၤဒိၣ်ထီၣ်သီတဂၤဂၤမ့ၢ်ဟံၣ်ဖျါထီၣ်အ ခိပ်ဘၢ်ဒိတၢ်ဆါပနီၣ်ဖဲလဲာ်အံၤတကလုာ် မ့တမ့ၢ် အါကလုာ်, မ့တမ့ၢ် နမ့ၢ်သ့ၣ် ညါလီၤနီၣ်ကစၢ်တၢ်ဆါပနီၣ် မ့တမ့ၢ် တၢ်ပနီၣ်တဖၣ်, ဃုထံာ်န့ၢ်တၢ်ကူၤဆူၣ်ချုတဘျီဃီတက့ၢ်- ဖိဒဲးသ့ၣ် ဒီးပုၤဒိၣ်ထီၣ်သီ တဖၣ်အိၣ်ဝဲဖဲ ခိပ်ဘၢ်ဒိ အတၢ်ဘၢ်ယိၣ်ခိပ်ကတၢ်အကျိၤန့ၢ်လီၤ။

### တၢ်သ့ၣ်တဖၣ်အံၤမ့ၢ်ဝဲခိပ်ဘၢ်ဒိအပနီၣ်တနီၣ် (ပုၤအဂၤ တဖၣ်ထံာ်သ့ဝဲဖဲပုၤလီၢ်ကွဲာ်အတၢ်ဘၢ်ဒိဘၢ်ထံးအပုၤ)

- အိၣ်ဖျါဒ်အခိပ်တယုၤ မ့တမ့ၢ် သးလီၤကတုၤ
- တလီၤတၢ်ဝဲလၢအမး, တၢ်လီၢ်ကွဲာ်, ပုၤလၢ လီၢ်ကွဲာ်ထီၣ်ဒီးအီၤ
- အကဒုတလီၤတံာ်
- စံးဆၢတၢ်ကဒုန့ၢ်ဒီးအညီန့ၢ်အသိး
- ဟံၣ်ဖျါထီၣ်အတၢ်ဟံၣ်သ့ၣ်ဟံၣ်သး မ့တမ့ၢ် နီၣ်ကစၢ်တၢ်ဆီတလဲ တဖၣ်
- တၢ်သးဆးဆ့ၣ်ဒ့ၣ်တအိၣ် (ဖဲလၢတစီၢ်ဖိဒဲးလဲာ်)
- သံကွဲာ်ဝဲသံကွဲာ်ကွဲာ်တၢ်သံကွဲာ်တဖၣ်
- သးပုၤနီၣ်တၢ်မၤလီၤအတၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျဲၤ မ့တမ့ၢ် မ့ဒါလၢ တၢ်ဟ့ၣ်လီၤအီၤ

### တၢ်သ့ၣ်တဖၣ်အံၤမ့ၢ်ဝဲခိပ်ဘၢ်ဒိအတၢ်ဆါပနီၣ်လၢအမၤညီန့ၢ်သးတနီၣ်နီၤ (တၢ်မၤပုၤလၢပုၤလီၢ်ကွဲာ်တူၢ်ဘၢ်တၢ်ဘၢ်ဒိဘၢ်ထံး အဂ့ၢ်)

- ခိပ်ဆါ
- သးကလဲၤ မ့တမ့ၢ် ဘျီး
- ခိပ်မူၤ မ့တမ့ၢ် အိၣ်တဂၢ်
- တၢ်မၤဘၢ်ဒိအီၤလၢတၢ်ကပီၤ မ့တမ့ၢ် တၢ်သိၣ်တၢ်သဲညီ မ့တမ့ၢ် မံၤချဲကွဲာ်တၢ်ဖျါကဒု
- အိၣ်ဒီးတၢ်ကီၤတၢ်ခဲလၢတၢ်ဆီခိပ်တၢ်လီၤတံာ်လီၤဆဲး, တၢ်သးစၢ်ဆၢ, မ့တမ့ၢ် တၢ်တီၢ်နီၣ်ဖဲဃာ်တၢ်
- သ့ၣ်အန့ၢ်သးအန့ၢ်, သးအန့ၢ်, မ့တမ့ၢ် တူၢ်ဘၢ်တၢ်သးတဖၣ် အါန့ၢ်ဒီးအညီန့ၢ်အသိး
- မံၤ အါန့ၢ်ဒီး မ့တမ့ၢ် ၅၀၀၀ ဒီးအညီန့ၢ်အသိး

### ဖိဒဲးသ့ၣ်ဒီးပုၤဒိၣ်ထီၣ်သီလၢတၢ်ဆီခိပ်တယာ်လၢအအိၣ်ဒီးအ ခိပ်ဘၢ်ဒိန့ၢ်တဘၢ်က့ၢ်ဂဲၤကဒါတၢ်လီၢ်ကွဲာ် မ့တမ့ၢ် တၢ်လီၢ်ကွဲာ် အတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤတဖၣ်နီၣ်တဘျီဖဲတၢ်ဘၢ်ဒိဘၢ်ထံးကဲထီၣ်ဒီးအီၤတန့ၢ်ဃီအန့ၢ်န့ၢ် လီၤ။

တၢ်ကဘၢ်မၤစဲၤခဲအတၢ်က့ၢ်မၤကဒါက့ၢ်တၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤတဖၣ်တုၤလီၤလၢကသံၣ် သရၣ်လၢအကူၤတၢ်လၢအိၣ်ဒီးအတၢ်လဲၤခီဖျါသမံၤမိးဝဲဒၣ်အခိပ်ဘၢ်ဒိအဂ့ၢ်ဒီး စံးဝဲလၢကြးက့ၢ်လီၢ်ကွဲာ်က့ၢ်သ့အခါန့ၢ်လီၤ။ တၢ်အံၤအခိပညီမ့ၢ်ဝဲ, တုၤလီၤလၢတၢ်ဟ့ၣ်ခွဲး, လၢတက့ၢ်မၤဒါက့ၢ်တၢ်လၢ-

- Physical Education (PE) (တၢ်မၤလီၤမၤဒီးနီၣ်ခိတၢ်ဟူး တၢ်ဂဲၤ) အတၢ်မၤလီၤ
- တၢ်ဂဲၤလီၢ်သးလၢတၢ်လီၢ်ကွဲာ် မ့တမ့ၢ် တၢ်လီၢ်ကွဲာ်ကွဲာ် (game)
- နီၣ်ခိတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤဖဲတၢ်အိၣ်ဘျီကသ့ၣ်အခါ

### ဖဲနဖဲ မ့တမ့ၢ် ပုၤဒိၣ်ထီၣ်သီတဂၤဂၤမ့ၢ်အိၣ်ဒီးခိပ်ဘၢ်ဒိ တၢ်ဆါပနီၣ် မ့တမ့ၢ် အပနီၣ်တဖၣ်

ဃုထံာ်န့ၢ်တၢ်ကူၤဆူၣ်ချုတဘျီဃီတက့ၢ်- ကသံၣ်သရၣ် ကူၤစါ တၢ်လၢအိၣ်ဒီးအတၢ်လဲၤခီဖျါကသမံၤမိးဝဲဒၣ်ခိပ်ဘၢ်ဒိအဂ့ၢ်လၢအကဆၢတံာ်ဝဲဒၣ် တၢ်အိၣ်သးအံၤန့ၢ်တန့ၢ်အဂ့ၢ်ဒီးဖဲအပူၤဖျဲးဒီးတၢ်လီၤဘၢ်ယိၣ်အခါက့ၢ်မၤကဒါက့ၢ် တၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤဒ်ညီန့ၢ်အသိးသ့ဝဲ, ပုၤဃုာ်ဒီး တၢ်မၤနီၣ်ခိ တၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤဒီးတၢ်ထီၣ်ကွဲာ် (တၢ်သး စၢ်ဆၢဒီးတၢ်မၤလီၤ မၤဒီးအတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤတဖၣ်)န့ၢ်လီၤ။

ဖဲခိပ်ဘၢ်ဒိဝဲအလီၤခဲ, တၢ်ကဘၢ်ဟံးန့ၢ်တၢ်ဆါကတီၢ် လၢတၢ် ကူၤစါခိပ်န့ၢ်အဂီၢ်န့ၢ်လီၤ။ ဘၢ်သ့ၣ်သ့ၣ်တၢ်ကဘၢ် ဟံၣ်ပနီၣ်တၢ် ဟူးတၢ်ဂဲၤတဖၣ်ဖဲတၢ်မၤကဲညါထီၣ်က့ၢ်အခါန့ၢ်လီၤ။ တၢ်အံၤ ပုၤဃုာ်ဒီးတၢ်မၤနီၣ်ခိ တၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤဒီး တၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤတဖၣ် လၢ အဘၢ်ထွဲဒီးတၢ်သးစၢ်အါမးန့ၢ်လီၤ။

တၢ်မၤဘၢ်လီၢ်ဝဲဒၣ်တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤလၢ [Centers for Disease Control and Prevention \(CDC\)](#) (လီၤခၢၣ်သးလၢတၢ်ပၤဆူၣ်တၢ်ဆါဒီးတၢ်ဒီးဝဲဒၣ်အဂီၢ်) တၢ်ပၤဆူၣ်တၢ်ကျိၤခိပ်န့ၢ်တၢ်ပူၤဖျဲးန့ၢ်လီၤ။ ဂံၢ်ဆူၣ်ဘါဆူၣ်အါထီၣ်လၢခါဆူၣ်န့ၢ်လီၤ။ လၢကသ့ၣ်ညါအါထီၣ်တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤအဂီၢ်က့ၢ်ဘၢ် [CDC](#) အတၢ်ပၤဆူၣ်တၢ်ကျိၤ ပုၤသးစၢ်တၢ်လီၢ်ကွဲာ်တဖၣ်အဟ့ၣ်ယဲၤသန့ၢ်လၢပုၤလီၢ်ကွဲာ်, မိၢ်ပံၤ, ဒီးပုၤန့ၢ်လဲၣ်တၢ်တဖၣ်အဂီၢ်န့ၢ်လီၤ။



# သးစံခိကတီၢ်သတူၢ်ကလၢ်အဂ့ၢ်အကျိၤ

Wis. တၢ်သိၣ်တၢ်သီ § 118.2935 သးစံခိကတီၢ်သတူၢ်ကလၢ်  
သးစၢ်တၢ်လီၤခိၣ်လီၤကွဲးအတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤတဖၣ်

Sudden cardiac arrest (SCA) (သးစံခိကတီၢ်သတူၢ်ကလၢ်), လၢအဒူးအိၣ်ထီၣ်တၢ်သံတၢ်ပုၤလၢပုၤသးစၢ်လၢအမ့ၢ် ပုၤလီၤကွဲးဖဲအဲၤလီၤ သးအခါ မ့တမ့ၢ် န့ၣ်လီၤပုၤဃုာ်ဖဲတၢ်လီၤကွဲးပုၤပုၤ, ဘၣ်ဆၣ်တမ့ၢ်တၢ်ညီၣ်န့ၣ်ကဲထီၣ်သးဘၣ်န့ၣ်လီၤ. ပုၤလီၤကွဲးဖဲလၢအမ့ၢ်အိၣ်ဖျါပုၤဒီးတၢ်အိၣ် ဆူၣ်အိၣ်ချ့ဒုၣ်လဲၣ်တၢ်ကတီၢ်ဟံးစၢၤန့ၣ်အိၣ်တၢ်သမံထံမၤကွဲးဒ်ညီၣ်န့ၣ်အသိးဘၣ်သ့ၣ်သ့ၣ်အအိၣ်ဒီးသးတဘၣ်လီၤဘၣ်စးလၢအလီၤပျံၤလီၤ ဘၣ်ယိၣ်လၢသးသမ့ၢ်အဂီၢ်သ့အယိၣ်န့ၣ်လီၤ. SCA ဟံၣ်ဖိဃီဖိ အဂ့ၢ် အကျိၤလၢအသးစၢ်န့ၣ်ဒီး 50 မ့တမ့ၢ် cardiomyopathy (သးဖျါၣ်အညၣ် ထူၣ်တၢ်ကီၢ်တၢ်ခဲတဖၣ်) လီၤဘၣ်ယိၣ်အဲၤလီၤ လၢပုၤ လီၤကွဲးဖဲအဂီၢ်န့ၣ်လီၤ. ပုၤလီၤကွဲးဖဲတဖၣ်ကဘၣ်ဒူးသ့ၣ်ညါကသံၣ်သရၣ်လၢအကူၤစါတၢ်လၢ ကမၤကွဲးအဲၤသ့ၣ်အနီၣ်ခိ တၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤဘၣ်ဃးအဟံၣ်ဖိဃီဖိအိၣ်ဒီးသးတၢ်ဆါအဂ့ၢ်အကျိၤန့ၣ်လီၤ.

**သးစံခိကတီၢ်သတူၢ်ကလၢ်မ့ၢ်မနုၤလဲၣ်** သးစံခိကတီၢ်မ့ၢ်ဝဲသးစံခိကတီၢ်သတူၢ်ကလၢ်ဒီးဆိကတီၢ်ဝဲလၢတၢ်ဆိမိၣ်ဟံးသး န့ၣ်လီၤ. တၢ်အံၤမ့ၢ်ကဲထီၣ်သးန့ၣ်, သ့ၣ်လၢအလဲၣ်တရံးသးဖဲခိၣ်န့ၣ်ပူၤပတုၢ်, ပသိၣ်, ဒီးနီၣ်ခိကွဲးဒ်အဂၤတဖၣ် ပတုၢ် စ့ၢ်ကီၢ် န့ၣ်လီၤ.

**သးစံခိကတီၢ်အါတက့ၢ်ဒူးအိၣ်ထီၣ်တၢ်သံဖဲလၢတၢ်မ့ၢ်တကူၤစါဝဲဒီး cardiopulmonary resuscitation (CPR) (တၢ်ကူၤစါ မၤကီၢ်ညါထီၣ် သးဖျါၣ်အညၣ်ထူၣ်) ဒီး automated external defibrillator (AED) (တၢ်ကူၤစါသးဒီးစဲးပိးလီၤလၢတၢ်ချါ) ဖဲစ့ၢ်မံးန့ၣ်အတီၢ်ပူၤန့ၣ်လီၤ.**

သးစံခိကတီၢ်တဒီးသိးလီၤသးဒီး heart attack (သးတၢ်ဆါ) ဘၣ်န့ၣ်လီၤ. Heart attack (သးတၢ်ဆါ) ကဲထီၣ်သးဖဲ လၢ တၢ်တြီတံာ်ဃာ် သ့ၣ်လဲၣ်တရံးသးဖဲသးဖျါၣ်အညၣ်ထူၣ်ကျိၤန့ၣ်လီၤ. ဖဲ heart attack (သးတၢ်ဆါ) အခါ, အါတက့ၢ်သးစံခိ တအိၣ်ပတုၢ်ဝဲဒၣ်သတူၢ်ကလၢ် ဘၣ်န့ၣ်လီၤ. ဖဲသးစံခိကတီၢ်အခါသးအတၢ်စံခိကအိၣ်ပတုၢ်ဝဲန့ၣ်လီၤ.

## တၢ်ဟ့ၣ်ပလီၤအပနီၣ်ဖဲတၢ်မၤနီၣ်ခိတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤအခါပုၤလီၤ ကွဲးဖဲ/ပုၤန့ၣ်လီၤတၢ်မိၢ်ပၢ်ကဘၣ်ကွဲးဒ်မ့ၢ်မနုၤလဲၣ်

- မဲၢ်ခိးသူ/သံတယုၢ် (လီၤဆီဒုၣ်တၢ်ဖဲမၤ နီၣ်ခိတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤအခါ)
- ခိၣ်မူၤန့ၣ်မူၤ
- တၢ်ဘျးတၢ်တီၤ/ဂံၢ်ဘါစၢ်လၢအတမၤညီၣ်န့ၣ်သးအိၣ်ထီၣ်
- သးနီၣ်ခိ/သးနီၣ်ခိပံးဖဲအထူးဂံၢ်ထူးဘါအခါ
- ကသါတမ့ၢ်
- သးကလဲၤ/ဘျး
- သ့ၣ်ကနိးသးကနိး (အါတက့ၢ်သးစံခိချ့ မ့တမ့ၢ် သးစံခိ ပတၢ်တထံၣ်ဘၣ်တထံၣ်)

**တဲဖျါထီၣ်ဒီးတဲဘၣ်** ပုၤန့ၣ်လီၤတၢ်ဒီးမိၢ်ပၢ်/ပုၤကွဲးထွဲ တၢ်ဖဲနထံၣ် ဘၣ်တၢ်ကီၢ်တၢ်ခဲတဖၣ်အံၤဖဲနမၤနီၣ်ခိတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤအခါန့ၣ်တ ကွဲး

ပုၤလီၤကွဲးဖဲမ့ၢ်အိၣ်ဒီး တၢ်ဟ့ၣ်ပလီၤ SCA တၢ်ပနီၣ် တဖၣ်ဖဲအ မၤနီၣ်ခိတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤအခါ, အဝဲကဘၣ် ဃုထံၣ်န့ၣ်ကသံၣ်သရၣ် လၢအကူၤစါတၢ်ဒီးတၢ်သမံသမိးတၢ်တချုးဒီးအကူၤလီၤကွဲးကွဲးအ တၢ်လီၤကွဲး မ့တမ့ၢ် က့ၤဂဲၤလီၤသးအခါန့ၣ်လီၤ.

တၢ်လီၤဘၣ်ယိၣ်လၢအဘၣ်ထွဲဒီးတၢ်ဆဲးန့ၣ်လီၤပုၤဃုာ်ဖဲပုၤသးစၢ် တၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤအပူၤဖဲတၢ်လဲၤခီဖျါဘၣ်တၢ်ဟ့ၣ်ပလီၤအပနီၣ်တဖၣ် ဝံၤအလီၤခဲပုၤလီၤကွဲးဖဲအဝဲန့ၣ်ကလဲၤခီဖျါဝဲ SCA သ့ၣ်သ့ၣ်, အါတက့ၢ်မ့ၢ်တၢ်လၢအဒူးအိၣ်ထီၣ်တၢ်သံ ဖဲလၢတၢ်မ့ၢ်တကူၤစါဝဲဒီး CPR ဒီး AED ဖဲစ့ၢ်မံးန့ၣ် အတီၢ် ပူၤန့ၣ်လီၤ.

*ဆိကတီၢ်တၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤ/တၢ်မၤနီၣ်ခိတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤတဘျီ ဃီဖဲလၢနမ့ၢ်အိၣ်ဒီးတၢ်ဟ့ၣ်ပလီၤသးစံခိကတီၢ်သတူၢ် ကလၢ်အပနီၣ်တဖၣ်အခါတက့ၢ်*

**လာတင်သမံထံမကျော် Sudden Cardiac Arrest (SCA) အဂီၢ်အိၣ်ဒီးကျဲမနုၤတဖၣ်လဲၣ်-**

WIAA တၢ်ကတီၤဆိဟ်တၢ်သမံသမိးတချုးတၢ်န့ၣ်လီၤမနီၢ်ခိတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤ - တၢ်ကူစါဆူၣ်ချ့အဂ့ၢ်အကျိၤအတကျိၣ်ဒိပၣ်ယုၣ် ဒီးသးတၢ်ဂ့ၢ်အရ့ဒိၣ်လၢအဘၣ်ထွဲဒီးတၢ်သံကွၢ်ဒီးတၢ်လိၣ်ဘၣ်ဝဲလၢန့ၣ်အဂၤကိးန့ၣ်ဒီးန့ၣ်လီၤ. လၢန့ၣ်အမဲၣ်ညါတၢ်စူးကါတၢ်သမံ ထံမကျော်လၢ electrocardiogram (တၢ်ဒိကွၢ်သးဖျၢၣ်ဒီးစဲးပိးလီ) ဒီး/မ့တမ့ၢ် echocardiogram (တၢ်ဒိကွၢ်သးတၢ်ဖိးတၢ်မၤဒီး စဲးပိးလီ) ဘၣ်သ့ၣ်သ့ၣ် တၢ်မၤအီၤသ့ၣ်လၢမ့ၢ်အိၣ်ဒီးတၢ်ဘၣ်ယိၣ်အဂ့ၢ်အကျိၤမ့တမ့ၢ် တၢ်မၤကွၢ်နီၢ်ခိတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤဘၣ်ဆၣ်တမ့ၢ် တၢ်အလီၢ်အိၣ် (ဒီဖျိ WIAA) န့ၣ်လီၤ. မိၢ်ပၢ်/ပုၤကွၢ်ထွဲတၢ်ဖိ/ပုၤလိၣ်ကွဲးတဖၣ်ကဘၣ်တၢ်ပီၣ်တဲသကိးအ တၢ်လိၣ်လီၤဆိလၢ တၢ်မၤကွၢ်သးဖျၢၣ်အဂီၢ်ဃုာ်ဒီးကသံၣ်သရၣ်လၢအ ကူစါတၢ်အတၢ်ကွၢ်ကဒါကွၢ်ဟံၣ်ဖိယီဖိအဂ့ၢ်အကျိၤဒီးတၢ်သမံသမိးနီၢ်ခိတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤအဂ့ၢ်မ့တမ့ၢ် ဖဲလၢတၢ်လဲၤခိဖျိဘၣ် တၢ်ဟ့ၣ်ပလီၤသး စံၣ်ဆိကတီၢ်သတူၢ်ကလၢ် အပနီၣ်ဖဲတၢ်မၤနီၢ်ခိတၢ်ဟူး တၢ်ဂဲၤ အခါန့ၣ်လီၤ. တၢ်ကတီၤဆိဟ်တၢ်န့ၣ်လီၤမနီၢ်ခိတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤအပုၤကလံၤဒီး တၢ်လူၤထွဲကွၢ်တၢ်မၤကွၢ်သးတမံလၢလၢ်အဂ့ၢ်မ့တမ့ၢ် တၢ်ဟ့ၣ်ကူၣ်ဟ့ၣ်ဖးတၢ်မၤကွၢ်ပၣ်ဃုာ်ဒီး electrocardiogram မ့ၢ်ဝဲပုၤလိၣ်ကွဲး ဒီး အမိၢ်ပၢ်/ပုၤကွၢ်ထွဲတၢ် တဖၣ် ကဘၣ် ဟံးမူဒါန့ၣ်လီၤ. **တမ့ၢ်တၢ်ဃုထံၣ်သ့ၣ်ညါတၢ်မၤသးခဲလၢ် မ့တမ့ၢ် တၢ်ဒုးအိၣ်ထီၣ် SCA ဖဲပုၤလိၣ်ကွဲး သးစၢ်အပူၤဖဲ အတၢ်ဂ့ၢ်တၢ် ကျိၤ, တၢ်သမံသမိး မ့တမ့ၢ် တၢ်မၤကွၢ်အပူၤန့ၣ်လီၤ.**

**Electrocardiogram (တၢ်ဒိကွၢ်သးဖျၢၣ်ဒီးစဲးပိးလီ) မ့ၢ်မနုၤလဲၣ်, မ့ၢ်တၢ်လၢအလီၤဘၣ်ယိၣ် မ့တမ့ၢ် ဘၣ်ဘျုးလဲၣ်-** Electrocardiogram (ECG) မ့ၢ်ဝဲတၢ်မၤကွၢ်လၢအညီဒီးချ့ကတၢ်တခါလၢတၢ်စူးကါဝဲလၢတၢ်သမံသမိးသးအဂ့ၢ်န့ၣ်လီၤ. Electrodes (ဖျးစတုးအဘၣ်ဘၣ်ဆံး ကိာ်ဖိလၢတၢ်ကျးလီၤဝဲဖဲးဘၣ်အလီၤ) မ့ၢ်တၢ်ဟ်လီၤဝဲဖဲတၢ်ပနီၣ်လီၤဆိအလီၢ် ဖဲသးန့ၣ်ပုၤ, စု, ဒီးဒိၣ်လီၤန့ၣ်လီၤ. Electrodes ဘျုးစဲလီၢ် သးဒီး ECG အစဲးဒီဖျိလီၤပျံၤတဖၣ်န့ၣ်လီၤ. ဖဲန့ၣ်ဝံတၢ်ထီၣ်ကွၢ်တဲာ် ကွၢ်, တၢ်ထုးထီၣ်အဒိပညီ, ဒီးတၢ်စဲးကျဲးထုးထီၣ်ဝဲဒၣ်သးတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤဒီး လီၤသဟီၣ်အဂ့ၢ်န့ၣ်လီၤ. တၢ်တသ့ၣ်န့ၣ်လီၤလီၤသဟီၣ် ဖဲနီၢ်ခိမိၢ်ပၢ်အပူၤဘၣ်န့ၣ်လီၤ. တၢ်ဘၣ်ယိၣ်လၢအဘၣ်ထွဲဒီးတၢ်အိၣ်ဒီး ECG မ့ၢ်ဒၣ်တၢ် အစုၤဒီးတညီန့ၣ်မၤသးဘၣ်န့ၣ်လီၤ. တၢ်န့ၣ်ဘျုးလၢအပၣ်ဃုာ်ဒီးတၢ်ဝဲန့ၣ်မ့ၢ် တၢ်မၤကျိၤကျဲအညီလၢတၢ်ကမၤဝဲ, တၢ်မၤအီၤသ့ၣ်ဖဲတၢ်ကွၢ်ထွဲဆူၣ်ချ့အဝဲဒါဒါအါဖျၢၣ်အပူၤဒီးကယုသ့ၣ်ညါ သးအတၢ်အိၣ်သး ဖဲဖိဒိဖိသ့ၣ် လၢတအိၣ်ဒီးတၢ်ဆိပနီၣ်တဖၣ်အပူၤန့ၣ်လီၤ. **ECGs မ့ၢ်တၢ်ဂုၤဝဲလၢတၢ်ဃုသ့ၣ်ညါသးအတၢ်အိၣ်သးတနီၤနီၤ လၢ အဒုးအါထီၣ်တၢ်လီၤ ဘၣ်ယိၣ်လၢ SCA အဂီၢ်ဘၣ်ဆၣ်တဃုသ့ၣ်ညါတၢ်အိၣ်သးဒ်န့ၣ်သိးတဖၣ်ခဲလၢ်ဘၣ်န့ၣ်လီၤ.** တၢ်မၤဝဲဒၣ် တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤမ့ၢ်တဘၣ်ဘၣ်န့ၣ် ကဒုးအိၣ်ထီၣ်တၢ်မၤကွၢ်(အလီၢ်တအိၣ်)အါမးဒီးတၢ်သမံထံမကျော်ဆူညါန့ၣ်လီၤ. တၢ်ကဘၣ် ထုးထီၣ် ECGs အဒိပညီဒီဖျိပုၤသ့ၣ်ဘၣ်စံၣ် နီၢ်တဖၣ်လၢအဖးဝဲဒၣ် ECGs အဂ့ၢ်ဖဲဖိဒိဖိသ့ၣ်တဖၣ်အပူၤ (အဒိ, ကသံၣ်သရၣ် လၢအဃုသ့ၣ်ညါဖိသ့ၣ်သးတၢ်ဆါ)န့ၣ်လီၤ. လၢကသ့ၣ်ညါ အါထီၣ်တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤအဂီၢ်, [ကွၢ်ဘၣ် Johns Hopkins Medicine - Electrocardiogram အဟ့ၢ်ယဲၤသန့တက့ၢ်](#).

**ပုၤလိၣ်ကွဲးလၢအမ့ၢ်ကွဲးဒီးမိၢ်ပၢ်/ပုၤကွၢ်ထွဲတၢ်ဖိယုထီၣ်ဝဲဒၣ်တၢ်ပၤဆုၤရဲၣ်ကျဲၤ electrocardiogram ဒီးတၢ်မၤကွၢ်နီၢ်ခိ တၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤ လၢလၢပျဲပျဲအိၣ်ပုၤဂၤလဲၣ်-** ပုၤလိၣ်ကွဲးတဖၣ်လၢအန့ၣ်လီၤပၣ်ဃုာ်ဖဲ WIAA တၢ်လိၣ်ကွဲးတဖၣ်အပူၤ တၢ်လိၣ် ဘၣ်ဝဲလၢအကမၤကွၢ်အ နီၢ်ခိတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤဒီးတၢ်ကွၢ်ကဒါကွၢ်ဟံၣ်ဖိယီဖိအဂ့ၢ်အကျိၤဖဲန့ၣ်အဂၤတဖၣ်ကိးန့ၣ်ဒီးန့ၣ်လီၤ. သးစၢ် တၢ်လိၣ်ကွဲးအဂၤတဖၣ် အိၣ်ဒီးတၢ် လိၣ်ဘၣ်လၢအလီၤကလိာ်သးတဖၣ်န့ၣ်လီၤ. တၢ်မၤကွၢ်ဆူၣ်ချ့ဂ့ၢ်တဖၣ်အံၤအိၣ်ဒီးအပူၤ ဒၣ်လၢ်မ့ၢ်ဝဲဒၣ်ပုၤလိၣ်ကွဲးအဟံၣ်ဖိယီဖိအမူဒါ ဒီး ကိာ်ရၣ်လီၢ်ကတီၢ်အါဖျၢၣ်မၤစၢၤကွဲးလၢအတၢ်ဃုကွၢ်တၢ်အပူၤလၢအဘၣ် မ့တမ့ၢ် တလၢ်အပူၤအကျိၤကျဲတဖၣ်သ့ၣ် လၢတၢ်ဒီးန့ၣ်ဘၣ် တၢ်မၤကွၢ်သ့ၣ်တဖၣ်အံၤအဂီၢ်န့ၣ်လီၤ. ပုၤလိၣ်ကွဲးတဖၣ် ကဘၣ် ဆဲးကျိးအဝဲသ့ၣ်အကျိၤပုၤန့ၣ်တၢ်လိၣ်ကွဲးဖဲအလိၣ်ဘၣ်တၢ်မၤစၢၤဖဲ တၢ်ဒီးန့ၣ် တၢ်မၤကွၢ်အပူၤန့ၣ်လီၤ. ပုၤလိၣ်ကွဲးဖဲမ့ၢ်အိၣ်ဒီး တၢ်လီၤဘၣ်ယိၣ်နီၢ်နီၢ်, ဟံၣ်ဖိယီဖိသးတၢ်ဆါအဂ့ၢ်အကျိၤ, မ့တမ့ၢ် အိၣ်ဒီးတၢ်ဟ့ၣ်ပလီၤတၢ် ပနီၣ်တဖၣ်လၢအဘၣ်ထွဲဒီး သးစံၣ် ဆိကတီၢ်သတူၢ်ကလၢ်ဖဲတၢ်မၤနီၢ်ခိတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤအခါ, အဝဲသ့ၣ်ကဘၣ်တဲဘၣ်ကသံၣ်သရၣ် လၢအကူ စါတၢ်လၢ အကမၤကွၢ် အနီၢ်ခိတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤဒီးတၢ်ပီၣ်တဲသကိးတၢ်လိၣ်လၢအကဲထီၣ်သးသ့ၣ်လၢ electrocardiogram အဂီၢ်န့ၣ်လီၤ.

# မိတ်ပင်အတတ်အောင်လီအီလီ

ဒီမိတ်ပင်/ပုဂ္ဂိုလ်ထွဲတစ်ဖွဲ့ဒီပုဂ္ဂိုလ်ကွဲဖက်တကလအသိးမုတ်အရဒီဒ်လကသုဉ်ညါဟ်ပနီဉ်တတ်ပနီဉ်, တတ်ဆါပနီဉ်, ဒီးခိဉ်ဘဉ်ဒိ အတတ်အိဉ်သးဒီးသးစံဉ်အိဉ်ကတီၢ်သတူၢ် ကလၢ်အဂုၢ်န့ဉ်လီၤ- ဒီဖျါန့ဉ်ဆဲးလီၤမဲၤဖဲလၢ်တက့ဉ်ဒိအံၤအပူၤန့ဉ်ဖျါထီဉ်လၢန့ဉ်ဖဲဒဲး Department of Public Instruction's (DPI) (တတ်ထီဉ်လိန့ဉ်လိကမျါၢ်ဝဲၤ ကျိၤ) ဒီး Wisconsin Interscholastic Athletic Association (WIAA) (Wisconsin ကွဲတဖုၢ်တတ်လိာ်ခိဉ်လိာ်ကွဲကရၢ) ခိဉ်ဘဉ်ဒိဒီးခိဉ်အတတ်ဘဉ်ဒိဘဉ်ထံးအဂုၢ် အကျိၤ အလံာ်ကွဲ ဒီးသးစံဉ်အိဉ်ကတီၢ်သတူၢ်ကလၢ်အဂုၢ်အကျိၤအလံာ်ကွဲန့ဉ်လီၤ-

## မိတ်ပင်အတတ်အောင်လီအီလီ-

ယ, \_\_\_\_\_ န့ဉ်ဖဲဒဲး DPI အခိဉ်ဘဉ်ဒိ ဒီးခိဉ်အတတ်ဘဉ်ဒိဘဉ်ထံးအဂုၢ်အကျိၤအလံာ်ကွဲန့ဉ်လီၤ- ယအိဉ်ဒီးခွဲးယာ်လၢ ယကဖးအါထီဉ်တတ်ဂုၢ်တတ်ကျိၤဘဉ်ယးဒီးခိဉ်ဘဉ်ဒိအဂုၢ်ဖဲ Centers for Disease Control and Prevention (CDC) (လိာ်ခါဉ်သးလၢတၢ်ပၤဆၢတၢ်ဆူးတၢ်ဆါ ဒီးတၢ်ဒိသဒါအဂီၢ်) အပုၤယဲၤသန့တဖုၢ်အပူၤန့ဉ်လီၤ- ယန့ဉ်ပၤ ဝဲဒဲးခိဉ်ဘဉ်ဒိမုၢ်မနုၤဒီးဘဉ်သ့သ့အကကဲထီဉ်သးဒဲးလဲၣ်အဂုၢ်န့ဉ်လီၤ- ယန့ဉ်ပၤစုၢ်ကီၢ်တၢ်ပနီဉ်, တတ်ဆါပနီဉ်, ဒီးခိဉ်ဘဉ်ဒိ လၢအမၤညီန့ဉ်သးတဖုၢ်အဂုၢ်န့ဉ်လီၤ- ယတူၢ်လိာ်လၢတၢ်ကထုးထီဉ်ကွဲၣ်ယဖဲဖဲတၢ်ဂဲၤလိာ်သး/တၢ်ဂဲၤလိာ်ကွဲအပူၤ ဖဲတၢ်မုၢ်ဆိမိဉ် တယာ်လၢအမုၢ်ခိဉ်ဘဉ်ဒိအိဉ်ထီဉ်အခါန့ဉ်လီၤ-

ယန့ဉ်ပၤလၢမုၢ်ဝဲဒဲးယမူယဒါလၢတၢ်ဃုထီဉ်န့ဉ်တၢ်ကူစါဆူဉ်ချ့ဖဲလၢတၢ်မုၢ်ဖျါထီဉ်တၢ်ဆိမိဉ်တယာ်ခိဉ်ဘဉ်ဒိအဂုၢ်ဆူယအိဉ်န့ဉ်လီၤ- ယန့ဉ်ပၤလၢယဖဲကုၤမၤကဒါ ကွဲတၢ်ဂဲၤလိာ်သး/တၢ်ဂဲၤလိာ်ကွဲတသ့တုၤလီၤ လၢတၢ်သမံသမိးပုၤလိာ်ကွဲဖိဖျါ ကသံဉ်သရၢ ကူစါတၢ်လၢအကြးဝဲဘဉ်ဝဲတကၤဒီးဟ့ဉ်လီၤယၤတၢ်ကွဲးလီၤတၢ်လီၤ ဆဲးလၢတၢ်န့ဉ်လီၤပုၤဃုဖဲတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤအပူၤခီဖျါကသံဉ်သရၢလၢအကူစါတၢ်ဆူအဝဲသ့အပူၤန့ဉ်လိာ်အိဉ်န့ဉ်လီၤ-

ယန့ဉ်ပၤလၢခိဉ်ဘဉ်ဒိအိဉ်ဒီးတၢ်မၤဘဉ်ဒိပုၤသးစးအိဉ်န့ဉ်တၢ်လဲၤထီဉ်လဲၤထီန့ဉ်နးကလဲၣ်သ့ဝဲဒီးတၢ်ကဘဉ်ဘဉ်လီၤဘျါဘဉ်ဝဲဒဲးဂုၤဘဉ်ဘဉ်န့ဉ်လီၤ-

ယန့ဉ်ပၤဝဲဒဲးသးစံဉ်အိဉ်ကတီၢ်သတူၢ်ကလၢ်အဂုၢ်အကျိၤအလံာ်ကွဲန့ဉ်လီၤ- ယန့ဉ်ပၤလၢယဖဲကဘဉ်ပတုၢ်ကွဲတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤ/ တၢ်မၤနီၢ်ခိဉ်တၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤတဘျီဃီဖဲအ ဝဲသ့အိဉ်ဒီးတၢ်ဟ့ဉ်ပလီၤသးစံဉ်အိဉ်ကတီၢ်သတူၢ်ကလၢ်အပနီဉ်တဖုၢ်အခါန့ဉ်လီၤ- ယန့ဉ်ပၤလၢမုၢ်ဝဲဒဲးတၢ်ဟ့ဉ်ပလီၤဟ့ဉ်ပလီၤဖဲလၢ ယဖဲအိဉ်ဒီးတၢ်ဟ့ဉ်ပလီၤသးစံဉ် အိဉ်ကတီၢ်သတူၢ်ကလၢ်အပနီဉ်ဖဲအမၤနီၢ်ခိဉ်တၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤအခါ, အဝဲသ့အိဉ်ဒီးတၢ်သမံထံမၤကွဲၣ်အဆူဉ်ချ့ဂုၤဝီတချုးဖဲအမၤနီၢ်ခိဉ်တၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤအခါ မ့တမုၢ်အတၢ် ကွဲန့ဉ်လီၤပုၤဃုဖဲ ဖဲ အဝဲသ့အတၢ်လိာ်ကွဲပူၤန့ဉ်လီၤ- ယန့ဉ်ပၤလၢယၤ မ့တမုၢ် ယဖဲကဘဉ်ဟ်ဖျါထီဉ်ဟ်ဖဲဃီဖဲသးတၢ်ကီၢ်တၢ်ခဲအဂုၢ်အကျိၤ မ့တမုၢ် တၢ်ဟ့ဉ်ပလီၤ သးစံဉ်အိဉ်ကတီၢ်သတူၢ်ကလၢ်အပနီဉ်တဖုၢ်အဂုၢ်ဆူကသံဉ်သရၢကူစါတၢ်လၢအမုၢ်ပုၤသမံထံမၤကွဲၣ်ဆူဉ်ချ့ဂုၤဝီအိဉ်န့ဉ်လီၤ-

ယန့ဉ်ပၤလၢယကဘဉ်ဃုထီဉ်တၢ်ပၤဆၢရၢကျဲၤ တၢ်မၤကွဲၣ်သးဒီးအိဉ်လဲးတြီန့ဉ်ပီးလီ (electrocardiogram) အပူၤဒဲးလဲၣ်အဂုၢ်, လၢန့ဉ်အမံဉ်ညါတၢ်သမံထံမၤကွဲၣ် နီၢ်ခိဉ်ကွဲၣ်လၢလၢပုၤပုၤလၢတၢ်လိာ်ဘဉ်ဝဲလၢတၢ်န့ဉ်လီၤပုၤဃုဖဲသးစးတၢ်လိာ်ခိဉ်လိာ်ကွဲအတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤအပူၤန့ဉ်လီၤ- ယန့ဉ်ပၤလၢပုၤန့ဉ်တၢ်လိာ်ကွဲမ့ဒါခိဉ် မၤစၢၤယၤသ့သ့သ့န့ဉ်လီၤ-

\_\_\_\_\_

မိတ်ပင်/ပုဂ္ဂိုလ်ထွဲတစ်ဆဲးလီမံ

နံၤသီ \_\_\_\_\_



## ပုၤလိာ်ကွဲဖိအတၢ်အၢ်န့ၢ်လီၤအိၣ်လီၤ

ဒ်မိၢ်ပၢ်/ပုၤကွၢ်ထွဲတၢ်ဖိဒီးပုၤလိာ်ကွဲဖိတၢ်အသိးမ့ၢ်တၢ်အရ့ၣ်ဒိၣ်လၢကသ့ၣ်ညါဟ်ပနီၣ်တၢ်ပနီၣ်, တၢ်ဆါပနီၣ်, ဒီးခိၣ်ဘၣ်ဒိ အ တၢ်အိၣ်သးဒီးသးစံၣ်အိၣ်ကတီၢ်သတူၢ်ကလၢအဂ့ၢ်န့ၢ်လီၤ. ဒီဖျါန့ၢ်ဆဲးလီၤမံၤဖဲလၢတက့ၢ်ဒိအံၤအပူၤန့ၣ်ဒုးန့ၣ်ဖျါထီၣ်လၢန့ၣ်ဒုးဝဲဒၣ် Department of Public Instruction's (DPI) (တၢ်သိၣ်လိန့ၣ်လိကမျါဝဲကၣ်) ဒီး Wisconsin Interscholastic Athletic Association (WIAA) (Wisconsin ကွဲဖိတၢ်လိာ်ခိၣ်လိာ်ကွဲကရၢ) ခိၣ်ဘၣ်ဒိဒီးခိၣ်အတၢ်ဘၣ်ဒိဘၣ်ထံးအဂ့ၢ်အကျိၤ အလံာ် ကွဲဒီးသးစံၣ်အိၣ်ကတီၢ်သတူၢ်ကလၢအဂ့ၢ်အကျိၤအလံာ်ကွဲန့ၢ်လီၤ.

## ပုၤလိာ်ကွဲဖိအတၢ်အၢ်န့ၢ်လီၤအိၣ်လီၤ

ယ, \_\_\_\_\_ န့ၢ်ဖးဝဲဒၣ်ခိၣ်ဘၣ်ဒိဒီးခိၣ်အတၢ်ဘၣ်ဒိဘၣ်ထံး အဂ့ၢ်အကျိၤအလံာ်ကွဲန့ၢ်လီၤ. ယအိၣ်ဒီးခွဲးယာ်လၢယကဖးအါထီၣ်တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤဘၣ်ဘးဒီးခိၣ်ဘၣ်ဒိအဂ့ၢ်ဖဲ Centers for Disease Control and Prevention (CDC) (လီၤခါၣ်သးလၢတၢ်ပၤဆုၤတၢ်ဆုၤတၢ်ဆါဒီးတၢ်ဒိသဒါအဂီၢ်) အပုၤယဲၤသန့တဖၣ်အပူၤန့ၣ်လီၤ. ယန့ၢ်ပၢ် ဝဲဒၣ်ခိၣ်ဘၣ်ဒိမ့ၢ်မနုၤဒီးဘၣ်သ့ၣ်သ့ၣ်အကကဲထီၣ်သးဒ်လဲၣ်အဂ့ၢ်န့ၣ်လီၤ. ယန့ၢ်ပၢ်စ့ၢ်ကီးတၢ်ပနီၣ်, တၢ်ဆါပနီၣ်, ဒီးတၢ်အိၣ်သး လၢအမၤညီၣ်န့ၢ်သးတဖၣ်အဂ့ၢ်န့ၣ်လီၤ. ယန့ၢ်ပၢ်ဝဲဒၣ်တၢ်အရ့ၣ်ဒိၣ်ဘၣ်ဘးတၢ်ဟ်ဖျါထီၣ်တၢ်ဆိမိၣ်တယာ်ခိၣ်ဘၣ်ဒိ အဂ့ၢ်ဆူယပုၤန့ၣ်လိတၢ်တဖၣ်ဒီးယမိၢ်ပၢ်/ပုၤကွၢ်ထွဲတၢ်ဖိအိၣ်န့ၢ်လီၤ.

ယတူၢ်လိာ်လၢတၢ်ကထုးထီၣ်ကွဲၣ်ယဖဲတၢ်ဂဲၤလိာ်သး/တၢ်ဂဲၤလိာ်ကွဲအပူၤဖဲတၢ်မ့ၢ်ဆိမိၣ်တယာ်လၢအမ့ၢ်ခိၣ်ဘၣ်ဒိအိၣ်ထီၣ်အခါန့ၢ်လီၤ. ယန့ၢ်ပၢ်လၢတၢ်ကဘၣ်သမံသမိးယဒီဖျါကသံၣ်သရၣ်ကူစါတၢ်လၢအကြးဝဲဘၣ်ဝဲတၢ်ဂၤဒီးဟ့ၣ်လီၤတၢ်ကွဲးလီၤတၢ်လီၤဆဲးဆူပုၤန့ၣ်လိယၤအိၣ်လၢတၢ်န့ၣ်လီၤပုၤဃုာ်ဖဲတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤအပူၤဒီဖျါကသံၣ်သရၣ်လၢအကူစါတၢ်တချုးဒီးဖဲယက့ၤမၤကဒါက့ၤတၢ်ဂဲၤလိာ်သး/တၢ်လိာ်ကွဲသ့အခါန့ၢ်လီၤ.

ယန့ၢ်ပၢ်လၢဖဲယခိၣ်ဘၣ်ဒိဘၣ်ထံးဝံၤအလီၢ်ခိၣ်လိာ်ဘၣ်တၢ်ဆါကတီၢ်လၢတၢ်ကူစါယခိၣ်န့ၢ်ဒီးဘၣ်သ့ၣ်သ့ၣ်တၢ်ကူစါဝဲတဘၣ်လီၢ်ဘၣ်စးဖဲယမ့ၢ်က့ၤမၤကဒါက့ၤတၢ်ဂဲၤလိာ်သး/တၢ်လိာ်ကွဲလၢအဆိအချုတလၢကဲၣ်ဆိးအခါန့ၢ်လီၤ.

ယန့ၢ်ဖးဝဲဒၣ်သးစံၣ်အိၣ်ကတီၢ်သတူၢ်ကလၢအဂ့ၢ်အကျိၤအလံာ်ကွဲန့ၢ်လီၤ. ယန့ၢ်ပၢ်လၢယကဘၣ်ပတုၣ်ကွဲၣ်တၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤ /တၢ်မၤနီၢ်ခိၣ်တၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤတဘျီဃီဖဲယအိၣ်ဒီးတၢ်ဟ့ၣ်ပလီၢ်သးစံၣ်အိၣ်ကတီၢ်သတူၢ်ကလၢအပနီၣ်တဖၣ်အခါဒီးတၢ်ဟ်ဖျါထီၣ်တၢ်ဆါပနီၣ်တဖၣ်ဆူယပုၤန့ၣ်လိတၢ်ဒီးယမိၢ်ပၢ်/ပုၤကွၢ်ထွဲတၢ်ဖိတဖၣ်အိၣ်န့ၢ်လီၤ.

ပုၤလိာ်ကွဲဖိဆဲးလီၤမံၤ

နံၤသီ \_\_\_\_\_

