

တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤဘၣ်ဃးဘံးထိရံၤယါသးတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့ ဒီးတၢ်အိၣ်မ့ၢ်ဆိးပၤအသဲစး

Karen S'gaw | ကညီကျိၣ်

OFFICIAL

ဘံးထိရံၤယါသးတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့အသိဒီးတၢ်အိၣ်မ့ၢ်ဆိးပၤ

တၢ်ဂ့ၢ်အကဘျးတခါအံၤအိၣ်ဒီးတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤလၢတၢ်ကမၤစၢၤန့ၣ်လၢတၢ်ကနီၤပၤဘံးထိရံၤယါသးတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့ဒီးတၢ်အိၣ်မ့ၢ်ဆိးပၤအသဲစးအသိ (Mental Health and Wellbeing Act 2022) န့ၣ်လီၤ.

သဲစးတခါအံၤဒီးသန့ၤထီၣ်လၢပုၤဂ့ၢ်ဝီခွဲးယာ်တဖၣ်န့ၣ်လီၤ. အပညိၣ်လီၤဝဲဒၣ်လၢတၢ်က-

- မၤစၢၤပုၤကညီတဖၣ်အိၣ်ဒီးသးတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့လၢအဂ့ၤ
- ဒီးသဒၢပုၤလၢအအိၣ်ဒီးသးဂ့ၢ်ဝီတၢ်ဆူးတၢ်ဆါတဖၣ်
- မၤစၢၤဟံၣ်ဖိဃီဒီးပုၤကွၢ်ထွဲကတုၤကယာ်တၢ်တဖၣ်ဃုာ်ဒီးသးဂ့ၢ်ဝီတၢ်ဆူးတၢ်ဆါ

သဲစးအသိအိၣ်ဒီးတၢ်ဘျးမိၢ်ပုၤလၢတၢ်ကမၤလီၤတၢ်သးတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့ဒီးတၢ်အိၣ်မ့ၢ်ဆိးပၤအတၢ်မၤစၢၤလၢအပူၤဖျဲးလၢပုၤကီးဂၤဒဲးအဂီၢ်န့ၣ်လီၤ. အခိပညိၣ်န့ၣ်သဲစးတဖၣ်အံၤဒုးဟံၣ်ဃုာ်ဟံၣ်ဂီၢ်တၢ်ဒီးတၢ်မၤန့ၣ်သ့ဘၣ်အီၤသ့န့ၣ်လီၤ.

တၢ်ဘျးမိၢ်ပုၤတဖၣ်အံၤဝဲဒၣ်လၢသးတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့အတၢ်မၤစၢၤတဖၣ်ကဘၣ်ဟံၣ်ပုၤခဲလၢအအိၣ်လၢပုၤတဝါအပူၤလၢအဟံၣ်ဃုာ်ပုၤလၢအအိၣ်ဟဲလၢဆဲးလၢထူၤသန့အါမံၤ, ကျိၣ်ကရူၢ်တဖၣ်ဒီးတၢ်စ့ၢ်တၢ်န့ၣ်အတၢ်အိၣ်သးလၢတၢ်ဒဲးသိးလိာ်အသးတဖၣ်န့ၣ်လီၤ.

ခွဲးယာ်တဖၣ်အတၢ်ဟံၣ်ဖျါ

သဲစးအသိဝဲဒၣ်လၢပုၤတဂၤကဘၣ်တၢ်ဟ့ၣ်လီၤအီၤဒီးခွဲးယာ်အတၢ်ဟံၣ်ဖျါတဖၣ်ဖဲအဝဲသ့ၣ်မၤန့ၣ်တၢ်မၤစၢၤလၢအဝဲသ့ၣ်အသးတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့လၢတၢ်ဆါဟံၣ်တဖျါအပူၤအခါန့ၣ်လီၤ.

ခွဲးယာ်အတၢ်ဟံၣ်ဖျါတဘျးန့ၣ်မ့ၢ်လိာ်တခါလၢအရဲပုၤဝဲဒၣ်ပုၤတဂၤအသဲစးအခွဲးယာ်တဖၣ်န့ၣ်လီၤ. ပုၤမၤတၢ်ဖိလၢတၢ်ဆါဟံၣ်ကဘၣ်မၤစၢၤပုၤတဂၤလၢအကနီၤပၤခွဲးယာ်အတၢ်ဟံၣ်ဖျါတခါအံၤန့ၣ်လီၤ.

ခွဲးယာ်အတတ်ဟ်ဖျါန့ၣ်တၢ်ကျိးထံဃာ်အီၤလၢပုၤတၢ်အကျိၣ်တဖၣ်ဒီးအိၣ်ဝဲဒၣ်လၢတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့အတၢ်ကူၤစးဒီးတၢ်ကွၢ်ထွဲအပူၤန့ၣ်လီၤ.
မ့ၢ် www.health.vic.gov.au/mental-health-and-wellbeing-act အလိၤလီၤ.

တၢ်အဲၣ်ဒီးဘၣ်သးအတတ်ဟ်ဖျါဆိဟ်လၢညါ

တၢ်အဲၣ်ဒီးဘၣ်သးအတတ်ဟ်ဖျါဆိဟ်လၢညါတခါန့ၣ်မ့ၢ်ဝဲဒၣ်ဖဲပုၤတၢ်ကွဲးတၢ်လၢအဝဲသ့ၣ်အဲၣ်ဒီးမၤဒီးတအဲၣ်ဒီးမၤဝဲဒၣ်လၢအသး
တၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့အတၢ်ကူၤစးဒီးတၢ်ကွၢ်ထွဲအပူၤန့ၣ်လီၤ.

တၢ်အဲၣ်ဒီးဘၣ်သးအတတ်ဟ်ဖျါဆိဟ်လၢညါတဲဘၣ်ပုၤတၢ်ကွဲးတၢ်လၢအဲၣ်ဒီးတၢ်မၤစၢၤဒ်လဲၣ်ဖဲအဝဲသ့ၣ်မၤန့ၢ်တၢ်ကူၤစးဒီးတၢ်ကွၢ်ထွဲအပူၤန့ၣ်လီၤ.
ဘၣ်မၤန့ၢ်အီၤအခါန့ၣ်လီၤ. အဒိန့ၣ်,အဝဲသ့ၣ်စံးလၢအတအဲၣ်ဒီးကသံၣ်ကသီတနီၤဘၣ်န့ၣ်သ့လီၤ.

ပုၤမၤတၢ်ဖိကဘၣ်ကျဲးစးမၤတၢ်လၢအအိၣ်လၢတၢ်ဟ်ဖျါအပူၤန့ၣ်လီၤ. ဖဲပုၤမၤတၢ်ဖိမ့ၢ်တမၤတၢ်လၢအအိၣ်လၢတၢ်ဟ်ဖျါအပူၤဘၣ်
န့ၣ်,အဝဲသ့ၣ်ကဘၣ်ကွဲးလီၤဘၣ်မနုၤအပိၤလဲၣ်န့ၣ်လီၤ.

ပုၤတၢ်ကွဲးတၢ်လၢအဲၣ်ဒီးဘၣ်သးအတတ်ဟ်ဖျါဆိဟ်လၢညါလၢတၢ်ဆၢကတီၢ်တခါလၢလၢအဂီၢ်သ့လီၤ.

ပုၤဆိၣ်ထွဲတၢ်လၢတၢ်ဃုထၢဟ်အီၤတၢ်က

ပုၤဆိၣ်ထွဲတၢ်လၢတၢ်ဃုထၢဟ်အီၤတၢ်ကန့ၣ်မ့ၢ်ပုၤတၢ်ကွဲးတၢ်လၢအဃုထၢကမၤစၢၤအဝဲသ့ၣ်ဖဲအဝဲသ့ၣ်မ့ၢ်ကဘၣ်မၤန့ၢ်တၢ်ကူၤစးဒီးတၢ်ကွၢ်ထွဲအပူၤ
သ့ဘၣ်အခါန့ၣ်လီၤ.

ပုၤဆိၣ်ထွဲတၢ်လၢတၢ်ဃုထၢဟ်အီၤတၢ်ကမၤစၢၤပုၤတၢ်ကွဲးတၢ်လၢ-

- ကသံၣ်ကသီအတၢ်ဆၢကတီၢ်တဖၣ်လၢအဘၣ်ဃးဒီးသးတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့အတၢ်ကူၤစးဒီးတၢ်ကွၢ်ထွဲ
- တဲဘၣ်ကသံၣ်သရၣ်တဖၣ်ဒီးတၢ်လၢပုၤတၢ်ကွဲးတၢ်လၢအဲၣ်ဒီးအီၤန့ၣ်လီၤ.

ပုၤတၢ်ကွဲးတၢ်လၢကဘၣ်ကွဲးလီၤပုၤလၢအဝဲသ့ၣ်အဲၣ်ဒီးဒ်ပုၤတၢ်ကွဲးတၢ်လၢအကဆိၣ်ထွဲအီၤ,ဒီးအဝဲသ့ၣ်ကဘၣ်အၢၣ်လီၤတူၢ်လီၤဝဲဒၣ်လၢကမ့ၢ်ပုၤ
ဆိၣ်ထွဲတၢ်လၢတၢ်ဃုထၢထီၣ်အီၤန့ၣ်လီၤ.

တမ့ၢ်သဲစးဂ့ၢ်ဝီအတၢ်ကတိၤခဲးတၢ်

တၢ်မၤစၢၤလၢတၢ်ကိးအမံၤလၢတမ့ၢ်သဲစးဂ့ၢ်ဝီသးတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့အတၢ်ကတိၤခဲးတၢ်အတၢ်မၤစၢၤန့ၣ်အိၣ်ဝဲဒၣ်လီၤ.

တမ့ၢ်သဲစးဂ့ၢ်ဝီအတၢ်ကတိၤခဲးတၢ်အိၣ်ပညိမ့ၢ်ဝဲန့ၣ်မၤန့ၢ်တၢ်မၤစၢၤလၢပုၤတၢ်ကွဲးတၢ်လၢအအိၣ်လၢအတမ့ၢ်ပီၢ်ရီၤတၢ်ကအအိၣ်န့ၣ်လီၤ.
ပုၤတၢ်ကွဲးတၢ်ကိးအမံၤလၢပုၤကတိၤခဲးတၢ်န့ၣ်လီၤ.

ဖဲပုၤတၢ်ကွဲးတၢ်မၤန့ၢ်တၢ်ကူၤစးဒီးတၢ်ကွၢ်ထွဲအပူၤန့ၣ်လီၤ,အဝဲသ့ၣ်ကဘၣ်ဟ့ၣ်လီၤအီၤဒီးပုၤကတိၤခဲးတၢ်တၢ်ကအတၢ်မၤစၢၤန့ၣ်လီၤ.
ဖဲအဝဲသ့ၣ်မ့ၢ်တအဲၣ်ဒီးပုၤကတိၤခဲးတၢ်တၢ်ကအခါအဝဲသ့ၣ်စံးလၢတအဲၣ်ဒီးဘၣ်သ့လီၤ.

တၢ်မၤစၢၤတခါအံၤအမံၤမ့ၢ်ဝဲ သးတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့အတၢ်ကတိၤခဲးတၢ်သဘျုးကရၢ (Independent Mental Health Advocacy,
IMHA))

သးတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့ဒီးတၢ်အိၣ်မုၢ်ဆိးပၤအခိၣ်မံးရှၢၣ်

သးတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့ဒီးတၢ်အိၣ်မုၢ်ဆိးပၤအခိၣ်မံးရှၢၣ်အသိတခါအံၤမၤစၢၤမၤလီၤတံၢ်သးတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့အတၢ်မၤစၢၤန့ၣ်ပူၤဖျဲးဒီးအိၣ်ဝဲဒၣ်လၢပုၤကိးဂၤဒဲးအဂီၢ်န့ၣ်လီၤ.

ဖဲပုၤတဂၤအသးမုၢ်တမုၢ်ဒီးသးတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့ဒီးတၢ်အိၣ်မုၢ်ဆိးပၤအတၢ်မၤစၢၤန့ၣ်,အဝဲသ့ၣ်တဲဘၣ်ခိၣ်မံးရှၢၣ်န့ၣ်သ့လီၤ. ခိၣ်မံးရှၢၣ်ကကန့ၣ်ဒီးကျဲးစးယုၤန့ၣ်တၢ်အစၢၤတခါလီၤ.

မ့ၢ်တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤတခါအံၤတၢ်သ့အိၣ်ဒီးနီၤဟ့ၣ်အိၣ်ဒဲးလဲၣ်.

သဲးစးအသိစံးဝဲဒၣ်လၢသးတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့ဒီးတၢ်အိၣ်မုၢ်ဆိးပၤအတၢ်မၤစၢၤန့ၣ်နီၤဟ့ၣ်တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤယုၤဒီးပုၤအဂၤသ့

- ဖဲပုၤတဂၤမ့ၢ်စံးလၢမ့ၢ်သ့လီၤအခါ
- မ့ၢ်တမ့ၢ်တၢ်ကျိၤတခါလၢတၢ်ကဟံၣ်ပုၤတဂၤပူၤပူၤဖျဲးဖျဲးဒီးမုၢ်ပၤပၤအခါလီၤ.

လၢသဲးစးအသိအံၤအဖီလၢ,တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤန့ၣ်တၢ်နီၤဟ့ၣ်အိၣ်ဒီးတၢ်မၤစၢၤအတၢ်ဖဲတၢ်မၤအဂၤသ့ဝဲဒၣ်မ့ၢ်ဒိးသိးတၢ်ကဟံၣ်ပုၤကမ့ၢ်ဒီးတၢ်ဆိၣ်ထွဲလၢအကဲထီၣ်သ့အဂ့ၢ်ကတၢ်အဂီၢ်န့ၣ်လီၤ.

တၢ်အံၤဘၣ်သ့ၣ်သ့ၣ်မ့ၢ်

- ဟံၣ်ဃီတၢ်မၤစၢၤအတၢ်ဖဲတၢ်မၤ
- ကသံၣ်မူၤဘျီဒီးသံးကဲအတၢ်မၤစၢၤတဖၣ်န့ၣ်လီၤ.

ပုၤတဂၤယုၤထဲအဝဲသ့ၣ်မ့ၢ်အိၣ်ဒီးတၢ်ကနီၤဟ့ၣ်တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤယုၤဒီးတၢ်မၤစၢၤအဂၤအခါန့ၣ်သ့လီၤ.

တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤန့ၣ်တၢ်နီၤဟ့ၣ်စ့ၢ်ကိးဒီးသိလ့ၣ်တီၣ်ပုၤဆါအတၢ်မၤစၢၤဖဲဂ့ၢ်ဂီၢ်အူတၢ်အိၣ်သးအကတီၢ်န့ၣ်သ့လီၤ.

မ့ၢ်ယကွၢ်ယုၤတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤဆူၣ်ညါကသ့လၢဖဲလဲၣ်.

လၢတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤလၢခံကတၢ်အဂီၢ်,ဝံသးစူၤလဲၤအိၣ်သကိးဘၣ်သးတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့ဒီးတၢ်အိၣ်မုၢ်ဆိးပၤအသဲးစး

<<https://www.health.vic.gov.au/mental-health-and-wellbeing-act>>

အကဘျးလၢဘံးထီၣ်ယါတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့အဝဲကျိၤအပုၤယဲၤသန့အလီၤတက့ၢ်.

လၢတၢ်ကဒီးန့ၣ်တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤတခါအံၤလၢကွၢ်ဂီၢ်အဂၤအပူၤအဂီၢ်အံၤမ့ၢ်(လ)ဘၣ် mhwa@health.vic.gov.au
 <mhwa@health.vic.gov.au> တက့ၢ်.

ဘၣ်တၢ်ဟ့ၣ်စိဟ့ၣ်ကမိၤဒီးစဲးကျဲးထုးထီၣ်အိၣ်လၢ ဝံးထီၣ်ယါပဒိၣ်, 1 Treasury Place, မဲ(လ)ဘၢန့ၣ်လီၤ.

© State of Victoria, Australia, Department of Health, အီကူး 2023.

ISBN 978-1-76131-217-5 (pdf/online/MS word)

အိန်ဒဲဒိန်လၢပုၣ်ယဲၤသန့ [Mental Health and Wellbeing Act](https://www.health.vic.gov.au/mental-health-and-wellbeing-act) <https://www.health.vic.gov.au/mental-health-and-wellbeing-act>