



သံကွပ်ဘဉ်ပှၤဘဉ်
ဃးတၢ်မၤဟးဂီၤဟး,
တၢ်ဒိသဒါဟးဒီး
သွံဉ်ထံးအတၢ်အိဉ်
ဆူဉ် အိဉ်ချ့တက့ၢ်.

သွပ်ညါနဲနတ်ယု ထာတဖန်တကွါ.



ဆဲးကျိးဘဉ်ပှါ



1800 My Options အံၤဟ့ၣ်ဝဲ ဒၣ်တၢ် ဂ့ၢ်
တၢ်ကျိၤဘဉ်ထွဲ ကသိၣ်ဒီသဒါဟူး, ဟူးသး
အိၣ်ထီၣ်လၢအတအိၣ်ဒီးတၢ်ရဲၣ်ကျဲၤဆိဟ်
တဖန်အတၢ်ယုထာတဖန်,တၢ်မၤဟးဂီၤဟူး
ဒီးသွပ်ထံးအတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့လၢဘဲးထံ
ရံၤယါအပူၤန့ၣ်လီၤ.

1800 696 784

ပဟ့ၣ်ဝဲဒၣ်တၢ်မၤစၢၤအတၢ်ဖိးတၢ်မၤလၢ
အကလီၤ,ဟ်တၢ်ဂ့ၢ်လၢတၢ်ခူသ့ၣ်,ဟ့ၣ်တၢ်အ
ကါဒိၣ်လၢတၢ်ယုထာ,ခိၤဖျါလီၤတဲစိဒီးလီၤဟ်
ယဲၤဖိခိၣ် တဖန်လီၤ.

နွံအနံၤအသီတဖန်(မုၢ်ဆဉ်တုၤမုၢ်ဖိ
ဖး) ဂီၤ 9 နနံၣ်ရံၣ် - 5 နနံၣ်ရံၣ်
လီၤဟ်ယဲၤတၢ်ကတိၤတၢ် ဂီၤ 9 နနံၣ်
ရံၣ် - ဟါ 4:30 နနံၣ်ရံၣ်
1800myoptions.org.au
info@1800myoptions.org.au

ကွၢ်ယုဆူၣ်ချ့အတၢ်မၤစၢၤတဖန်

ပကမၤစၢၤကွၢ်ယုစၢၤန့ၣ်-

- တၢ်ကူးကွဲးဒီးကသိၣ်ကသီအတၢ်မၤစၢၤ
တၢ်မၤဟးဂီၤဟူးအကသိၣ်ဒါးတဖန်
- တၢ်ဒီသဒါဟူး IUD ဒီးတၢ်ထၢန့ၣ်လီၤပိး
လီၤဆူဒါလီၤပူၤအတၢ်မၤစၢၤတဖန်
- STI ဒီး CST အတၢ်မၤကွၢ်
- တၢ်ဒါထီၣ် အတၢ်ယုထာကျိၤကျဲၤအတၢ်
တၢ်ပီၣ်ဟ့ၣ်ကူၣ်ဟ့ၣ်ဖး

ပကွၢ်ယုစၢၤန့ၣ်န့ၣ်တၢ်မၤစၢၤတဖန်လၢအဘဉ်
လီၤသးဒီးနတၢ်လိာ်ဘဉ်တဖန်သ့လီၤ.ပက
ကွၢ်ယုစၢၤ (အဒိ-တၢ်လီၤတၢ်ကျဲ, တၢ်ရဲၣ်ကျဲ,
ဟ်လီၤကျိၣ်စ့ဒီးကျိၣ်တဖန်န့ၣ်သ့လီၤ)

ပှၤကတိၤကျိၣ်ထံတၢ်- 13 14 50
ပတူၤလီၤမုၢ်တၢ်ကိးလီၤတဲစိခိၤဖျါ
National Relay Service န့ၣ်လီၤ..



1800 my options



1800 My Options န့ၣ်မ့ၢ်ဝဲဒၣ် Women's Health Victoria (ဟိမုၢ်တၢ်အိၣ်ဆူၣ် အိၣ်ချ့ လၢဘဲးထံရံၤယါ) အတၢ်မၤစၢၤ အ
တၢ် ဖိးတၢ်မၤတခါဒီး ဘဉ် တၢ်ဟ့ၣ်စ့ ဆိၣ် ထွဲခိၤဖျါ လၢဘဲးထံရံၤယါပဒိၣ်န့ၣ်လီၤ.