

Burmese | မြန်မာ

ဩစတြေးလျအစိုးရ ကျန်းမာရေး
နှင့် သက်ကြီးရွယ်အို စောင့်ရှောက်
ရေးဌာနမှ ထောက်ပံ့ပါသည်

သင်သည် အတိတ်ဖြစ်ရပ်များ၊ စိုးရိမ်ပူပန်မှုများ ဖြင့် မွန်းကျပ်နေသည်ဆိုပါက သင် တစ်ယောက်တည်းမဟုတ်ပါ...

ဤသည်မှာ စိတ်ဒဏ်ရာအပေါ် သာမန်တုံ့ပြန်မှု ဖြစ်ပါသည်။

စိတ်ခံစားရသည်များကို နာမည်ပေးပြီး ကိုယ့်ကိုကိုယ်
ညင်သာစွာ သတိပေးပါ။

“ဒီခံစားချက်က အရင်တုန်းက
- အခု ငါ အန္တရာယ်ကင်းသွားပြီ။”
အခြေခံလေ့ကျင့်ခန်းဖြင့် အစားထိုးပါ။



migrant
resource
centre
TASMANIA

အရုံငါးပါး နည်းပညာ



သင့်အား အခြေခံပြန်ရစေရန်

သင်မြင်နိုင်
သောအရာ

၅ ခု



သင်ထိတွေ့
နိုင်သော
အရာ ၄ ခု



သင်ကြား
နိုင်သော
အရာ ၃ ခု

သင်အနံ့ခံ
နိုင်သော
အရာ ၂ ခု



သင်အရသာ
ခံနိုင်သော
အရာ ၁ ခု

