



လူနစ်ချင်ခိုခံရရှင်လူအဘဉ်းဟ်ဒ်ခိဉ်ဖိခွဲးယာ်

- ပတၢ်ကရၢကရိမုၢ်ဝဲ တၢ်ကရၢကရိလၢအအိဉ်လၢအဘဉ်စၢ, အဘဉ်ထွဲဘဉ်ယးဒီးတၢ်ယုထံဉ်သ့ဉ်ညါလီၤ.
- ပမုၢ်ပုၤလၢအယုထံဉ်န့ၢ်တၢ်ဂ့ၢ်လၢအမုၢ်အတိၤလၢအအိဉ်ဒီးတၢ်သဘျီဒီးပဟ့ၣ်ထီဉ်တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိတဖၣ်အုပုၤအခိဉ်အနၢ်တဖၣ်လၢတၢ်စံညီဉ်တၢ်တၢ်အဂီၢ်လီၤ.
- ပသမံသမိးတၢ်ကျဲးက့ၢ်တဖၣ်သ့ဉ်လၢအကဲထီဉ်အသးဖဲလုန့ၢ်ခၢဉ်တၢ်ဟ်ပနီဉ်ပုၤလီၤ.
- တၢ်ဂ့ၢ်အါဉ်တက့ၢ်န့ၣ်, နကဘဉ်ဟ်ဖိဉ်ထီဉ်နတၢ်ကျဲးက့ၢ်တဖၣ်ဖဲတန့ၣ်အတီၢ်ပုၤလၢတၢ်ကျိမဲဉ်တၢ်လၢအဘဉ်တၢ်ဖဲအတၢ်တၢ်အိၣ်ကဲထီဉ်အမုၢ်န့ၢ်လီၤ.

ကဟ်ဖိဉ်ထီဉ်တၢ်ကျဲးက့ၢ်တဖၣ်အဂီၢ်န့ၣ်

- ဆဲးကျိးဆူ 402.441.7624 ဒီးကကတၢ်တၢ်ပုၤသမံသမိးတၢ်.
- ပုၤသမံသမိးတၢ်ကသံကျိးန့ၢ်တၢ်ကကတၢ်တၢ်ပုၤသမံသမိးတၢ်လၢန့ၢ်စး, လၢနကဘဉ်ကျိးကၢၤအိၣ်ဒီးဆဲးလီၤနမံလီၤ.
- ပသမံသမိးတၢ်ကျိးမဲဉ်တၢ်လၢအဘဉ်ယးဒီးပုၤကလုဉ်, မုၢ်ခွါ(gender), တၢ်ဘျဉ်တၢ်ဘါ, ထံကီၢ်အခိဉ်ထံးသးန့ၣ်(ဆူ ၄၀အဖိခိဉ်), က့ၣ်ဂီၤတဂ့ၤတဘဉ်, တၢ်ဆိဟ်ဉ်ဆိယိအတၢ်အိဉ်အသး, ဟ်ဉ်ဖိယိဖိအတၢ်အိဉ်သး မုတမုၢ် တၢ်ဟ့ၣ်ကဉ်, လၢဘဉ်တၢ်ကဲထီဉ်သးသုလၢနတၢ်မၤအလီၢ်, ဟ်ဉ်မုတမုၢ် တၢ်ဖဲတၢ်မၤလၢအိးထီဉ်သးဆူကမုၢ်အဂီၢ်လီၤ.

နတၢ်ဂ့ၢ်ကဘဉ်တၢ်ကျိးကၢၤအိၣ်လၢပုၤအခိဉ်အနၢ်တဖၣ်, နကံးန့ၢ်ဘဉ်လံာ်တဘျဉ်ဘဉ်ယးအတၢ်ထံဉ်သ့ဉ်တဖၣ်လၢနတၢ်ဂ့ၢ်အဂီၢ်လီၤ.



တၢ်ကျိးမဲဉ်တၢ်န့ၣ်မုၢ်တၢ်မနုၤလဲဉ်?

တၢ်ကျိးမဲဉ်တၢ်ကဲထီဉ်အသးဖဲနဘဉ်တၢ်မၤန့ၢ်လၢအတၢ်သိးလၢပုၤတဂ့ၤကလၢအမၤဘၢတၢ်, တၢ်ဖဲတၢ်မၤ, မုတမုၢ် ပုၤဟ့ၣ်ဟ်ဉ်ယိတဖၣ်ဒီးတၢ်တဖၣ်အဲၤကဲထီအသးခိဖျိနတၢ်အိဉ်သးဘဉ်ယးဒီးတၢ်ဂ့ၢ်အဖိလၢအသး

- ကလုဉ်န့ၣ်
- အလွဲ (ဖဲညဉ်, အဘျဉ်အလွဲဒီးတၢ်အလွဲလၢအဖျါက့ၢ်)
- အမိၢ်အဖါ (မုၢ်ခွါ, ပဉ်ယုဒီးတၢ်ထီဉ်ဖိ)
- တၢ်ဘျဉ်တၢ်ဘါ
- ထံကီၢ်အခိဉ်ထံး မုတမုၢ် တၢ်လိၤစၢလီၤသ့ဉ် (ထံကီၢ်လၢန့ၢ် မုတမုၢ် နဟ်ဉ်ဖိယိဖိဟဲ, ပဉ်ယုဒီးအကလုဉ်ထီဉ်ဒီးကလုဉ်န့ၣ်)
- သးအန့ၣ် (အါန့ၢ် ၄၀) - ဖဲတၢ်ဖဲတၢ်မၤအပုၤ
- တၢ်ကျိးဂီၤတဂ့ၤ
- တၢ်ဆိဟ်ဉ်ဆိယိအတၢ်အိဉ်သး (သဘျီ မုတမုၢ် ဆိဟ်ဉ်ဆိယိဟဲ)
- ဟ်ဉ်ဖိယိဖိအတၢ်အိဉ်သး (ဖိသဉ်လၢအန့ၣ်အဖိလၢ, ပဉ်ယုဒီးတၢ်ထီဉ်ဖိဒီးယုန့ၢ်တၢ်ကျိးမဲဉ်တၢ်လၢအဘဉ်တဖၣ်) - ထံဉ်လၢဟ်ဉ်ပုၤ
- တၢ်ဟ့ၣ်ကဉ်



လူနစ်ချင်ခိုခံရရှင်လူအဘဉ်းဟ်ဒ်ခိဉ်ဖိခွဲးယာ်(The Lincoln Commission on Human Rights)မၤတၢ်သိးကျဲးဟးထီဉ်က့ၢ်တၢ်ကဲထီတၢ်ကျိးမဲဉ်တၢ်လၢအဘဉ်ဖိးသးစး ဒီးသိးကမၤလီၤတၢ်ကျိးမဲဉ်တၢ်လၢအဘဉ်တၢ်ယာ်သိးသိးလၢပုၤထံဖိကီၢ်ဖိခဲလၢအဂီၢ်လီၤ. ခိဉ်ခိဉ်ခိဉ်ဟ့ၣ်ဖျါကိးတၢ်ကျိးမဲဉ်တၢ်လၢအဘဉ်တဖၣ်ဒီးတၢ်မၤစၢတုၤလီၢ်တုၤကျိးသိးကမၤအါထီဉ်ပုၤတဂ့ၤလၢလၢအတၢ်န့ၢ်ပၢ်လၢအခွဲးယာ်တဖၣ်အဂီၢ်လီၤ.

ပတၢ်ဖဲတၢ်မၤတဖၣ်မုၢ်တၢ်ကလိ (တအိဉ်ဒီးတၢ်ဟ့ၣ်ဘဉ်အပူၤဘဉ်).

Lincoln Commission on Human Rights
555 S 10th St, Ste. 304
Lincoln, NE, 68508 USA humanrights.lincoln.ne.gov
Telephone 402.441.7624
Fax 402.441.6937
Hours: 8 a.m. to 4:30 p.m. weekdays



LINCOLN COMMISSION ON HUMAN RIGHTS

humanrights.lincoln.ne.gov
 402-441-7624
 555 S. 10th St. Ste. 304
 Lincoln, NE 68508

တၢ်ဖဲးတၢ်မၤအတၢ်ကွၢ်မံင်

တၢ်ဖဲးတၢ်မၤအတၢ်ကွၢ်မံင်ကဲထီၣ်အသးဖဲန့ၣ်တၢ်မၤန့ၣ်လၢအတၢ်သိးလၢပုၤမၤတၢ်ဖိအဂၤတၢ်မၤဖျိန့ၣ်ကလုာ်န့ၣ်, ဖဲးညးအလုၢ်, အမိၤအဖါ(မုၢ်ခါ), တၢ်ဘျုးတၢ်ဘၢ, ထံကီၢ်အခိၣ်ထံး မ့တမ့ၢ် တၢ်လီၤစၢၤလီၤသ့ၣ်, သးအန့ၣ် (အါန့ၢ် ၄၀), တၢ်ကွၢ်ဂီၤတဂ့ၤ, တၢ်ဆိဟံၣ်ဆိယီၤအတၢ်အိၣ်သး, မ့တမ့ၢ်တၢ်ဟ့ၣ်ကၢ်လၢတၢ်န့ၣ်လီၤမၤသကိးတၢ်လၢတၢ်ဟ့ၣ်တၢ်ဂၤလၢအဘၣ်တၢ်သံၤယၢ်အိၣ်လီၤ.

တၢ်ဆိတဖၣ်ပၣ်ယုၢ်

- တၢ်တကဲထီၣ်လိၣ်ထီၣ်ဘၣ်လၢတၢ်ငါန့ၢ်တၢ်
- တၢ်ဖဲးတၢ်မၤကတီၢ်တၢ်ဆိသးလၢအလီၤဆိ
- တၢ်မၤတံၢ်တၢ်ပုၤ
- တၢ်မၤတံၢ်တၢ်ဘၣ်ယးမုၢ်ခါသ့ၣ်ထံ
- တၢ်မၤကတၢ်ကွၢ်တၢ် မ့တမ့ၢ် တၢ်ပးထီၣ်ကွၢ်တၢ်ဖဲးတၢ်မၤလၢတၢ်မၤဆုၣ်အိၣ်
- တၢ်တကဲထီၣ်လိၣ်ထီၣ်ဘၣ်လၢအတၢ်အိၣ်သးထီၣ်ထီၣ်
- လါလဲ မ့တမ့ၢ် တၢ်ဟ့ၣ်စ့အိၣ်လီၤလၢအတၢ်သိးလိာ်သး
- တၢ်ပၤလီၤအလီၤအလၢ
- တၢ်တကဲထီၣ်လိၣ်ထီၣ်ဘၣ် မ့တမ့ၢ် တၢ်ဂ့ၢ်လိာ်တၢ်လၢအကဟ့ၣ်တၢ်ဆိသးလီၤလၢအကြးအဘၣ်ခိၣ်န့ၣ်တၢ်ကွၢ်ဂီၤတဂ့ၤ,တၢ်ထီၣ်ဖိ, တၢ်ဘျုးတၢ်ဘၢအလုၢ်အလၢတဖၣ်အဂီၢ်

တၢ်ဆဲးမ့ၢ်တၢ်လၢအတၢ်ဖိးသဲးလၢတၢ်မၤကတၢ်တဖၣ်မၤကတၢ်ကွၢ်တၢ်ဆုၣ်ပုၤမၤတၢ်ဖိတဖၣ်ခိၣ်န့ၣ်တၢ်ကွၢ်မံင် မ့တမ့ၢ်တၢ်ကွၢ်မံင်န့ၣ်ဘၣ်ယးတၢ်မၤတံၢ်တၢ် မ့တမ့ၢ်တၢ်မၤသကိးတၢ်လၢတၢ်မၤလီၤအတၢ်ယုၢ်ထီၣ်ညးညးဘၣ်ယးတၢ်ကွၢ်မံင်အဂီၢ်လီၤ.

ဟံၣ်ဖိယီၤအတၢ်ကွၢ်မံင်

တၢ်သိၣ်တၢ်သီၤသံၤယၢ်န့ၣ်လၢန့ၣ်အိၣ်ဆိးဖဲတၢ်လီၤလၢန့ၣ်အိၣ်, တဘၣ်ယးန့ၣ်ကလုာ်န့ၣ်, ဖဲးညးအလုၢ်, အမိၤအဖါ(မုၢ်ခါ), တၢ်ဘျုးတၢ်ဘၢ, ထံကီၢ်အခိၣ်ထံး မ့တမ့ၢ် တၢ်လီၤစၢၤလီၤသ့ၣ်, တၢ်ကွၢ်ဂီၤတဂ့ၤ, တၢ်ဆိဟံၣ်ဆိယီၤအတၢ်အိၣ်သး, ဟံၣ်ဖိယီၤဖိအတၢ်အိၣ်သး, မ့တမ့ၢ်တၢ်ဟ့ၣ်ကၢ်လၢတၢ်န့ၣ်လီၤမၤသကိးတၢ်လၢတၢ်ဟ့ၣ်တၢ်ဂၤလၢအဘၣ်တၢ်သံၤယၢ်အိၣ်တဖၣ်ဘၣ်.

ဟံၣ်ဖိယီၤအတၢ်ကွၢ်မံင်ကဲထီၣ်အသးဖဲ

- န့ၣ်တၢ်တုၤန့ၣ်န့ၣ်လီၤခိၣ်ခိၣ်ခိၣ်ဖျိတၢ်ထီၣ်ဖိ မ့တမ့ၢ် တၢ်ဆိသးမိၢ်ပၢ် မ့တမ့ၢ်ပုၤလၢအကွၢ်ထွဲတၢ်အသိးလီၤ.
- တၢ်အပုၤလၢအဘၣ်တၢ်တဘၣ်အိၣ်အံၤလီၤဆိလိာ်အသးလၢန့ၢ်ခိၣ်ဖျိတၢ်ထီၣ်ဖိ မ့တမ့ၢ် ဖိသၣ်အယီၤလီၤ.
- တၢ်ဂ့ၢ်လိာ်တၢ်လၢကဟ့ၣ်တၢ်ဆိသးအလီၤလၢအကြးလၢပုၤအကွၢ်အဂီၢ်တဂ့ၤ.
- န့ၣ်တၢ်သံၤကွၢ်န့ၢ်တၢ်သိး “န့ၣ်အိၣ်ပျဲၤဂၤလဲၣ်?” “န့ၣ်အိၣ်ဆိးဖဲအံၤဆဲးယံၢ်လဲၣ်?” “န့ၣ်တၢ်အကလဲးကွၢ်ခါ?” “န့ၣ်သိးထီၣ်ကိာ်ပးထီၣ်ဘၣ်ခါ?”
- န့ၣ်တၢ်သုးယံၢ်န့ၣ်လၢ မ့တမ့ၢ်ဆုၣ် တၢ်လီၤလီၤဆိလၢအဘျးန့ၣ်. “န့ၣ်အိၣ်တၢ်ဘၣ်လိာ်ဖိးဖဲတၢ်လီၤအံၤလီၤ.”
- ဟံၣ်ဖိယီၤအတၢ်စ့အိၣ်ခိၣ်တကး မ့တမ့ၢ် ပုၤလဲးဖိအတၢ်ဟံၣ်ဖျိထီၣ်တဖၣ်တဘၣ်တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်မံၤလၢသမၤန့ၣ်လၢတၢ်ငါအိၣ်ဟံၣ်
- န့ၣ်တၢ်ဘျုးတၢ်ဘၢမ့ၢ်တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်

တၢ်အိၣ်တၢ်ဆိးလီၤလၢကမ့ၢ်အဂီၢ်

တၢ်သိၣ်တၢ်သီၤသံၤယၢ်န့ၣ်န့ၣ်ယၢ်အဂီၢ်ခိၣ်ထံးလၢတၢ်မၤဘၣ်ပုၤလၢလၢတၢ်ကွၢ်မံင်တၢ်တၢ်သိးလိာ်တၢ်ဖဲးတၢ်မၤတဖၣ်တၢ်သ့ၣ်ထီၣ်တဖၣ်လၢအိၣ်အသးဆုၣ်ကမ့ၢ်အဂီၢ်လီၤ. ကျဲးလဲၤန့ၣ်တဖၣ်ကးတၢ်ပတုၢ်ယီၤညီၤတၢ်လဲၤန့ၣ်တဘၣ်အိၣ်တၢ်ကွၢ်မံင်ဘၣ်လီၤ. န့ၣ်အိၣ်တၢ်ခွဲးယၢ်လၢန့ၣ်လၢသးစုၤလၢတၢ်ခွဲးတၢ်ယၢ်တဖၣ်လၢအဆိးထီၣ်အသးဆုၣ်ကမ့ၢ်လီၤ.

တၢ်ကွၢ်မံင်ကဲထီၣ်အသးဖဲ

- န့ၣ်တၢ်သံၤမံၤမိးန့ၣ် မ့တမ့ၢ် ကွၢ်ထွဲန့ၣ်လၢကွၢ် မ့တမ့ၢ် တၢ်ဆိသးကွၢ်အပုၤမၤတၢ်ဖိတဖၣ်
- န့ၣ်တၢ်သံၤကွၢ်န့ၣ်လၢတၢ်အကျိၢ်အကျဲးလၢအန့ၣ်န့ၣ်တဖၣ်
- န့ၣ်တၢ်သံၤမဲးန့ၣ်ပုၤတၢ်ဖိတၢ်လဲၤ, တၢ်ဆိသးတၢ်ဆိဖဲတၢ်ဆိသးကွၢ် မ့တမ့ၢ်လဲးမးတဖၣ်လၢတၢ်မၤသ့ၣ်ဖဲသးညီၣ်အတၢ်လီၤတဖၣ်

ကမ့ၢ်တၢ်ဆိသးလီၤတဖၣ် ပၣ်ယုၢ်တၢ်လီၤတဖၣ်သိးကသ့ၣ်, တၢ်ဆိသးကွၢ် မ့တမ့ၢ် တၢ်ဆိတၢ်အလီၤတဖၣ်, တၢ်မၤသ့ၣ်ဖဲသးညီၣ်အတၢ်လီၤတဖၣ်, ကမ့ၢ်တၢ်ထီၣ်လိာ်သးအလီၤတဖၣ်, တၢ်ဆိတၢ်ပုၤ မ့တမ့ၢ် ဟံၣ်ငါအိၣ်တၢ်အလီၤတဖၣ်, ကမ့ၢ်တၢ်စိာ်ဆုၣ်တၢ်အသးန့ၣ်တဖၣ်, တၢ်ကွၢ်ဘၣ်ကွၢ်သ့ၣ်တဖၣ်, တၢ်ဂ့ၢ်လိာ်အသးတၢ်ဖဲးတၢ်မၤအလီၤတဖၣ်, တၢ်မၤပုၤပသး မ့တမ့ၢ်တၢ်လိာ်ကွၢ်အလီၤတဖၣ်, ဖိကရၢတဖၣ်, တၢ်လီၤတဖၣ်လၢကမ့ၢ်အတၢ်ဟံၣ်ဖျိတဖၣ်လီၤ.

တၢ်သ့ၣ်ထီၣ်တဖၣ်လၢကသမၤတၢ်အဖိးသဲးပၣ်ယုၢ် တၢ်ဘျုးတၢ်ဘၢ, တၢ်ကရၢကရိလၢတအိၣ်နီၢ်ကတၢ်ဘျုးတဖၣ်, ကရၢလၢအဘၣ်ယးထဲလၢအကတၢ်တဖၣ် မ့တမ့ၢ်တၢ်လီၤတဖၣ်လၢတအိၣ်အသးဆုၣ် ကမ့ၢ်လီၤ.