

Tompkins ကီရ်ရုပျာတဝါဆူဂ်ချ့တၢ်ကွၢ်ထံဆိကမိၣ်လံာ်အဒိ

ပစံးဘျုးဘၣ်နၤလၢ နတၢ်န့ၣ်လီၤမၤသကိးတၢ်ဒီးပျာတဝါဆူဂ်ချ့တၢ်ကွၢ်ထံဆိကမိၣ်လံာ်အဒိန့ၣ်လီၤ!
 နတၢ်စံးဆါတဖၣ်န့ၣ်ကဘၣ်တၢ်ဘိးဘၣ်သ့ၣ်ညါဝဲဒၣ် လီၤကဝီၤဆူဂ်ချ့တၢ်မၤခိၣ်ထံးတဖၣ်န့ၣ်လီၤ.

- တၢ်ကွၢ်ထံဆိကမိၣ်လံာ်အဒိန့ၣ် ကယံာ်ဝဲဒၣ်အမံးနံး 10 လၢကမၤပျဲၤအဂီၢ်န့ၣ်လီၤ
- နတၢ်စံးဆါခဲလၢာ်အပူၤ နမံၤတအိၣ်ဖျါဘၣ်
- နကဘၣ်မ့ၢ်န့ၣ်ပျာလၢအအိၣ်ဆိးဖဲ Tompkins ကီရ်ရုဒီး အသးအိၣ် 18 နံၣ် မ့တမ့ၢ် ဆူအဖီခိၣ် ဒ်သိးကစံးဆါ တၢ်ကွၢ်ထံဆိကမိၣ်လံာ်အဒိအဂီၢ်လီၤ

တၢ်န့ၣ်ကျဲတဖၣ်- ဝံသးစူၤစံးဆါတၢ်သံကွၢ်လၢအဖီလၢတဖၣ်လၢ နတၢ်လဲၤခိဖျိဒီးနတၢ်သ့ၣ်ညါနၢ်ပၢၢ်အဖီခိၣ်တက့ၢ်.
 နတၢ်ဟံၣ်ဖျိၣ်မၤသကိးတၢ်န့ၣ်မ့ၢ်ဝဲ နတၢ်မုၢ်သးမၤကလီၤ, ဒီး နတၢ်စံးဆါတဖၣ်န့ၣ် ကဘၣ်တၢ်ဟံၣ်အီၤခူသ့ၣ်န့ၣ်လီၤ.

* 1. နမ့ၢ်ပျာလၢအအိၣ်ဆိးဖဲ Tompkins ကီရ်ရုဒီး အသးအိၣ် 18 နံၣ် မ့တမ့ၢ် ဒိၣ်န့ၣ်အီၤဒါ.

- မ့ၢ်
- တမ့ၢ်ဘၣ်

မ့ၢ်ကျိၤဝဲၤကွၢ်အဂၢၢ်အကျါၤ

2. လၢနတၢ်ဆိကမိၣ်အပူၤ, တၢ်ဂ့ၢ်အကါဒိၣ်ကတၢ်သၢမံၤလၢအတ့ၢ်ကဲထီၣ် “ပျာတဝါလၢအအိၣ်ဆူဂ်ချ့အိၣ်ချ့”
 န့ၣ်မ့ၢ်မနုၤတဖၣ်လဲၣ်. (ကွၢ်သမံသမိး နတၢ်ဂ့ၢ်အကါဒိၣ်ကတၢ် 3 ခါ)

- ခိၣ်ဃၢၤလၢအကဆဲးကဆီ
- ဆူဂ်ချ့တၢ်ကွၢ်ထွဲလၢ ပျာတူၢ်အပူၤန့ၢ်
- တၢ်ကွၢ်ထွဲဖိသ့ၣ်ဘၣ်ဘၣ်ဘၢလၢ ပျာတူၢ်အပူၤန့ၢ်
- ဟံၣ်ဃီလီၢ်ကျဲဘၣ်ဘၣ်ဘၢလၢ ပျာတူၢ်အပူၤန့ၢ်
- ဒွဲလၢကူၣ်သ့ၣ်ဒီး တၢ်ဆဲးတၢ်လၢတၢ်မၤအသးတဖၣ်
- ညီဝဲဒၣ်လၢကဟးလၢခိၣ်ဒီး ကဒီးလ့ၣ်ယီၢ်အဂီၢ်
- တၢ်ဖံးတၢ်မၤတဖၣ်လၢအန့ၢ်လါလဲၣ်ဂ့ၤ
- ကိုလၢအဂ့ၤတဖၣ်

- သွန်ညါပုၤအိၣ်လၢယခိၣ်ယဃၤတဖၣ်
- ထံလီၤကီၢ်ပူၤတၢ်ကစီၣ်ဒီး တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤတဖၣ်
- သးသွန်ညါဆူၣ်ချ့တၢ်တိၣ်စၢၤမၤစၢၤတဖၣ်
- တၢ်ခွဲးတၢ်ယၢ်တဖၣ်လၢ ကမၤလိတၢ်ကူၣ်ဘၣ်ကူၣ်သ့ဆူညါအဂီၢ်
- တၢ်ဒိတဒါဆူၣ်ချ့တၢ်ဟ့ၣ်မၤစၢၤတဖၣ် (ဂံၢ်ခိၣ်ထံးတၢ်ကွၢ်ထွဲ, တၢ်ယုသ့ညါတၢ်ဆူးတၢ်ဆါ, တၢ်ဒိသိးအံၤတဖၣ်)
- ကမျၢၢ်တၢ်ဝံစိၣ်တီဆုၤ
- ခိၣ်ယၤလၢအအိၣ်ဒီးတၢ်ဘၣ်တၢ်ဘၤ
- တၢ်ကူၣ်စါယါဘျါတၢ်စဲကသံၣ်မူၤဘျိး
- တၢ်ဟံၣ်ဖျါလၢထးအသိးတမ့ၢ်နီၣ်တမံၤဘၣ် မ့တမ့ၢ် တသ့ညါဘၣ်
- အဂ့ၢ်အဂၤ (ဝံၤသးစူၤဟံၣ်ဖျါလီၤတၢ်လီၤဆဲး) _____

3. နံၣ်လၢအပူၤကွၢ်န့ၣ်, နၤ မ့တမ့ၢ် နပုၤဟံၣ်ဖိဃီဖိအကျါတဂၤဂၤ မ့ၢ်ဘၣ်ကွၢ်ဆၢၣ်မဲၢ်တၢ်ကီၢ်တၢ်ခဲလၢ ကဟ့ၣ်တၢ်အဘူးအလဲလၢ တၢ်ဟံၣ်ဖျါလၢလၢအံၤအဂီၢ်နီၤ. (ယုထၢတၢ်လၢအဘၣ်ထွဲလိာ်သး ကိးထံၣ်ဒဲးတက့ၢ်)

- တၢ်အိၣ်
- တၢ်ကွၢ်ထွဲဖိသၣ်
- တၢ်ဝံစိၣ်တီဆုၤ
- ကသံၣ်ကသီအပူၤ
- ဒီးလဲ မ့တမ့ၢ် တၢ်ဟံၣ်ကီၤတၢ်
- ဟံၣ်ဃီတၢ်လိၣ်တဖၣ် (အဒိ, လီမ့ၢ်အူ, ဆဲးကျိးန့ၣ်တီၤ)
- တဘၣ်ထွဲလိာ်သးဘၣ်, ယတဘၣ်ကွၢ်ဆၢၣ်မဲၢ်တၢ်ကီၢ်တၢ်ခဲဒိသိးအံၤတဖၣ်ဘၣ်
- အဂ့ၢ်အဂၤ (ဝံၤသးစူၤဟံၣ်ဖျါလီၤတၢ်လီၤဆဲး) _____

တၢ်ရဲလိာ်ဘၣ်ထွဲဒီး ပုၤတဝၢအဂ့ၢ်အကျိၤ

4. နံၣ်လၢအပူၤကွၢ်န့ၣ်, မ့ၢ်နတူၢ်ဘၣ်တၢ်ကီၢ်တၢ်ခဲ မ့တမ့ၢ် တၢ်သ့ၣ်ကိာ်သးဂီၤဘၣ်ဃး မၤဘၣ်လိာ်ဘၣ်စးတၢ်လိၣ်နီၣ်နီၣ်တဖၣ်တန့ၢ်ဘၣ်ဖုးပံၤဘျိလဲၣ် (အဒိ, ဟံၣ်ဃီ, တၢ်အိၣ်, မ့တမ့ၢ် ဆူၣ်ချ့တၢ်ကွၢ်ထွဲ).

- ထီဘိဃာ်ဃာ်

- အါစုအါဘျီ
- တဘျီတခိန်
- တနီစိမေအသးဘဉ်
- နီတဘျီ

5. မှ်နလဲခိဖျိတၢ်တၢ်ဟ်ဖျါလၢလၢအံအသး လၢနံၣ်လၢအပူၤကွံၣ်န့ၣ်ဒါ. (ဃုထၢတၢ်လၢအဘဉ်ထွဲလိာ်သး ကိးထံၣ်ဒဲးတက့ၢ်)

- တူၢ်ဘဉ်တၢ်အိၣ်သယုာ်ထဲတဂၤ မ့တမ့ၢ် ဘဉ်အိၣ်ယံၤလိာ်သးဒီးပုၤဂၤ
- တၢ်တံာ်တၢ်အိၣ်ဒီး ပှ်ဘျးစဲဆိၣ်ထွဲတၢ်ရဲလိာ်မုာ်လိာ်ဒီးပုၤဂၤ (အဒိ, တံၤသကိးတဖၣ်, ဟံၣ်ဖိဃီဖိ)
- ဆိကမိၣ်လၢကမၤဘဉ်ဒိဘဉ်ထံးလီၤက့ၤသး မ့တမ့ၢ် တၢ်မၤသံလီၤသး
- စူးကါတၢ်လၢအဖီလၢတဖၣ် အါန့ၢ်ဒ်နသးအိၣ်အီၤ - ကသံၣ်မူၤဘျီ, THC ပနံၣ်တဖၣ်, သံးဇိၤကံးဇိၤ, ညါသူး, မ့တမ့ၢ် နံၣ်ကိၣ်တ့ပနံၣ်တဖၣ်
- တၢ်ဟ်ဖျါလၢထးအသးတမ့ၢ်နီတမံၤဘဉ်

6. နံၣ်လၢအပူၤကွံၣ်န့ၣ်, မှ်နဘျးစဲတၢ်ဒီးတၢ်အိၣ်ယၢၤတမံၤမံၤလၢပုၤတဝၢပူၤ ဒ်သးကမၤဘဉ်လိာ်ဘဉ်စးတၢ်လိာ်နီၢ်နီၢ်တဖၣ်အဂီၢ် မ့တမ့ၢ် ကမၤဂ့ၤထီၣ်နသးသ့ၣ်ညါဆူၣ်ချ့အဂီၢ်ဒါ.

- မ့ၢ်, ဒီးတၢ်အိၣ်ယၢၤတဖၣ် အစ့ၤကတၢ်မၤစၢၤယတၢ်လိာ်ဘဉ်တနီၤန့ၣ်လီၤ
- မ့ၢ်, ဘဉ်ဆဉ်တၢ်အိၣ်ယၢၤတဖၣ် တကဲထီၣ်တၢ်မၤစၢၤလၢယတၢ်လိာ်ဘဉ်အဂီၢ်နီတမံၤဘဉ်
- တမၤဘဉ်, ယသ့ၣ်ညါတၢ်အိၣ်ယၢၤတဖၣ်အဂ့ၢ်ဘဉ်ဆဉ် ယတဘျးစဲယသးဒီးအီၤဘဉ်
- ယတသ့ၣ်ညါဘဉ်ဃးတၢ်အိၣ်ယၢၤတဖၣ်လၢ အမၤစၢၤယတၢ်လိာ်ဘဉ်တဖၣ်သ့ၣ်အဂ့ၢ်ဘဉ်
- ယတလိာ်ဘဉ်တၢ်နီတမံၤလၢ ကလိာ်ဘဉ်တၢ်အိၣ်ယၢၤတဖၣ်ဘဉ်

7. နဟ့ၣ်တၢ်အစၢၤလၢနတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့အဂီၢ် ဒ်လၢတၢ်နီၤဖးပတီၢ်လၢလၢအံအသးထဲလဲၣ်.

	စ့ၤဒိၣ်မး	ဖဲအကြၢး	ဂ့ၤဝဲ	ဂ့ၤဒိၣ်မး	အဂ့ၤကတၢ်	တအဲၣ်ဒီးစံးဆၢဘဉ်
နနီၢ်ခိတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့						
နသးသ့ၣ်ညါ မ့တမ့ၢ် တၢ်သးဂဲၤဆူၣ်ချ့						

ပုအိန်လၢခိန်ဃၢဒီး တၢ်ဘျီထီၣ်ခိန်ဃၢတၢ်အိန်သး

8. နဟ့ၣ်တၢ်အစၢလၢ နပုအိန်လၢခိန်ဃၢအတၢ်ဘိၣ်တၢ်ဘၢအဂီၢ် ထဲလဲၣ်.

- တၢ်ဘိၣ်တၢ်ဘၢဂ့ၤမး
- တၢ်ဘိၣ်တၢ်ဘၢဂ့ၤဖဲအကြး
- တၢ်ဘိၣ်တၢ်ဘၢတဂ့ၤကဲၣ်ဆိးဘၣ်
- တၢ်ဘိၣ်တၢ်ဘၢတအိန်ဘၣ်
- တလီၤတံၢ်ဘၣ်

9. နဆိကမိၣ်လၢနပုတဝၢပူၤ ဒ်သိးကမၤနီၢ်ခိတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤအဂီၢ် တၢ်အိန်ကသ့ၣ်အလီၢ်တဖၣ် (အဒိ, ဖိကရၢၢ်, ကျဲစိဆံး, ပုတဝၢတၢ်ထံၣ်လိာ်အိန်သကိးတၢ်သ့ၣ်ထီၣ်လိာ်ကျဲတဖၣ်) အိန်လၢလၢလီၢ်လိာ်ကစီဒါ.

- မ့ၢ်
- တမ့ၢ်ဘၣ်
- တလီၤတံၢ်ဘၣ်

တၢ်ဒီးန့ၢ်ဆူၣ်ချ့တၢ်ကွၢ်ထွဲဒီး အကံၢ်အစီ

10. လၢတၢ်ဟ့ၣ်မၤစၢၤတခါစုၣ်စုၣ်အဂီၢ်, ဝံသးစူၤဟ်ဖျါထီၣ်တၢ်အဒုၣ်အဆၢလၢ နဘၣ်ကွၢ်ဆၢၣ်မဲာ်တၢ်လၢအပူၤကွၢ်အန့ၣ် ဒ်သိးနကဒီးန့ၢ်တၢ်ဟ့ၣ်မၤစၢၤတဖၣ်အံၤအဂီၢ်တက့ၢ်.

	တၢ်လၢၣ်ဘျီလၢၣ်စ့ၤ	စ့အုၣ်ကီၤတအိန်ဘၣ်	တၢ်ဝံစိာ်တီဆုၢ်တအိန်ဘၣ်	ဘၣ်ခိးတၢ်ဆၢကတီၢ်ဖးယံာ်လၢ တၢ်ထံၣ်လိာ်သးအဘျီတဖၣ်အ
တၢ်ဃုထံၣ်သ့ၣ်ညါခဲစၢၣ်တၢ်ဆါ				
တၢ်ကွၢ်ထွဲမဲဆူၣ်ချ့				
သးသ့ၣ်ညါတၢ်ဆူၣ်ချ့တၢ်ကွၢ်ထွဲ				
တၢ်ကွၢ်ထွဲမဲတချုးအိန်ဖျဲၣ်ဖိ				

တၢ်ဒိတဒၢကွၢ်ထွဲလၢနဖိတဖၣ်အဂီၢ် (အဒိ, ကသံၣ်ဒိတဒၢတဖၣ် မ့တမ့ၢ် တၢ်ဃုထံၣ်သ့ၣ်ညါတၢ်ဆါ)				
ဂံၢ်ခိၣ်ထံးဆူၣ်ချ့တၢ်ကွၢ်ထွဲ				
တၢ်ကူစါယါဘျါတၢ်စဲကသံၣ်မူၤဘျိး				

တၢ်ဒီးန့ၢ်တၢ်ကူၣ်ဘၣ်ကူၣ်သ့ဒီး အကံၢ်အစီ

11. နသးအိၣ်ဟ့ၣ်တၢ်အစၢဘၣ်ဃး တၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့ဒီး တၢ်ပံၤဂံၢ်ပံၤဘါ တၢ်အိၣ်ယၢၤတဖၣ်အကံၢ်အစီအိၣ်ဖဲ
နလီၢ်ကဝီၤကွဲၤ-ကီၢ်ရၢၢ်အပူၤဒဲလဲၣ် (အဒိ, သးသ့ၣ်ညါတၢ်ဆူၣ်ချ့ အတၢ်ဟ့ၣ်ကူၣ်ဟ့ၣ်ဖး မ့တမ့ၢ်
ဆူၣ်ချ့တၢ်ကူၣ်ဘၣ်ကူၣ်သ့).

- အဂ့ၢ်ကတၢၢ်
- ဂ့ၤဒိၣ်မး
- ဂ့ၤဝဲ
- ဖဲအကြး
- စ့ၤဒိၣ်မး
- တၢ်အိၣ်ယၢၤဒဲသိးအံၤတဖၣ်တအိၣ်ဝဲဘၣ်
- တလီၤတံၢ်ဘၣ်
- တဘၣ်ထွဲလိာ်သးဘၣ်, ယတသ့ၣ်ညါဘၣ်ဃးလီၢ်ကဝီၤကွဲၤတဖၣ်အဂ့ၢ်ဘၣ်

ဘၣ်ထွဲဒီးပုၤကညီၣ်ဂံၢ်နီၣ်ဒွဲးအဂ့ၢ်အကျါတဖၣ်

လာတၢ်မၤစၢၤပတၢ်န့ၢ်ပၢၢ်ဘၣ်ဃး တၢ်ထံၣ်တၢ်ဆိကမိၣ်လီၤဆီတဖၣ်လၢ ပပှၤတၢ်ပူၤအဂီၢ်,
ဝံသးစူၤဆိကမိၣ်လၢကစံးဆၢန့ၢ် တၢ်သံကွၢ်တဖၣ်လၢအဘၣ်ထွဲဒီးပှၤကညီနီၣ်ဂံၢ်နီၣ်ဒွဲးအဂ့ၢ်အကျိၤတဖၣ်တက့ၢ်.
နတၢ်စံးဆၢတဖၣ်န့ၣ် ကဘၣ်တၢ်ဟံၣ်အီၤခူသ့ၣ်န့ၣ်လီၤ.

12. သးနံၣ်

- 18-24
- 25-34
- 35-44
- 45-54
- 55-64
- 65+
- တအဲၣ်ဒီးစံးဆၢဘၣ်

13. စံး(ပ)နီၣ်ဂံၢ်

- 13053
- 13062
- 13068
- 13073
- 13102
- 13736
- 13864
- 14817
- 14850
- 14851
- 14852
- 14853
- 14854
- 14867
- 14881
- 14882
- 14883
- 14886
- တအဲၣ်ဒီးစံးဆၢဘၣ်

14. နအိၣ်ဆိးလၢကီၢ်ဆၢဖဲလဲၣ်အပူၤလဲၣ်.

- ဝုၢ်ဖးဒိၣ်ဘၣ်ဃး Ithaca

- Caroline
- Danby
- ဝှော်ဘန်ယား Dryden
- ဒူသဝီဘန်ယား Dryden
- Freeville
- Enfield
- ဝှော်ဘန်ယား Groton
- ဒူသဝီဘန်ယား Groton
- ဝှော်ဘန်ယား Ithaca
- Lansing
- Newfield
- Ulysses
- Trumansburg
- Etna
- McLean
- Brooktondale
- Varna
- Cayuga Heights
- Slaterville Springs
- တအဲန်ဒီးစီးဆာဘန်

15. ပုဂံလှော်/ကလှော်ဒူန် (ယုထာတင်လါအဘန်ထွဲလိာ်သး ကီးထံန်ဒဲးတကွာ်)

- ပုဂံအမဲရကါအူဒံယါဖိ မ့တမ့ာ် Alaska ပုဂံထူလံဖိ
- ပုဂံအူရှာန်ဖိ မ့တမ့ာ် ပုဂံအူရှာန်အမဲရကါဖိ
- ပုဂံသုဖဲဖိ မ့တမ့ာ် ပုဂံအါဖရံကါအမဲရကါဖိ
- ပုဂံကီာ်မုာ်ထီန်လီာ်ခါာ်သးဖိ မ့တမ့ာ် ကလံစီးပုဂံအါဖရံကါဖိ
- Hawai ပုဂံထူလံဖိ မ့တမ့ာ် ပစံးဖူးပုဂံကီးဖိအဂုဂါ
- ပုဂံဝါဖဲဖိ
- တအဲန်ဒီးစီးဆာဘန်

- တပ်ယူထာအလီလါဘန်တပ်ဟ်ဖျါတုတ်တဖုန် ဟုန်ဒုးသုန်ညါနပုကလုန်ဒီး
နကလုန်ဒုန်အဂုန်အကျါလီတပ်လီဆဲး မုတ်တသ့နီတမံဘန်အယိ, ဝံသးစူဒုးသုန်ညါဘန်ဖဲအံၤ -

16. နမုတ်ပုၤစပုန်ဖိ မုတ်မုတ် ပုၤလဲးတုတ်အမဲရကါဖိခါ.

- မုတ်
- တမုတ်ဘန်
- တအဲန်ဒီးစံးဆါဘန်

17. တပ်ဂုန်လါလုန်အံၤမနုၤတမံၤ ဟ်ဖျါထီန်နဂုန်နကျါအဂုၤကတါလဲန်.

- ဟိန်ခွါ
- တအိန်လီတပ်လီဆဲးဘန်
- ဟိန်မုန်
- တအဲန်ဒီးစံးဆါဘန်
- အဲန်ဒီးဟ်ဖျါလီက့ၤသးလါ - _____

18. နတပ်ဘန်သးဒီးမုန်/ခွါ တပ်ထုးနုးသးမုတ်နမနုၤလဲန်.

- သးတစဲ မုန်/ခွါ ခံဂါလုန်ဘန်
- သးစဲ မုန်/ခွါ ခံဂါလုန်
- ကဲဟိန်ခွါဒီးသးစဲဟိန်ခွါ
- သးစဲဒုန် မုန်/ခွါ တပ်အိန်သးလီဆီ မုတ်မုတ် ပုၤလါအတသးစဲ ခွါကဲကဲ, မုန်ကဲကဲ
- ကဲဟိန်မုန်ဒီးသးစဲဟိန်မုန်
- ကဲတပ်သးစဲလါ မုန်/ခွါ တပ်အိန်သးခဲလုန်အဂီၢ်
- ပုၤလီဆီတကလုန်လါ အတဖိးမံလိာ်သးဒ်တပ်ဟ်ဖျါလါထးအသိး
- တအဲန်ဒီးစံးဆါဘန်
- အဲန်ဒီးဟ်ဖျါလီက့ၤသးလါ - _____

19. မှန်ဆိကမိဂ်လီနသးလၢ နမ့ၢ်ပှၤဆီတလဲတ့ၢ် မုၢ်/ခွါ က့ၢ်ဂီၤဒါ.

- မ့ၢ်
- တမ့ၢ်ဘၣ်
- တအဲၣ်ဒီးစံးဆၢဘၣ်

20. မ့ၢ်နအိၣ်ဒီးပှၤတဂၤတဂၤလၢအသးစၢ်န့ၣ် 18 နံၣ်လၢနဟံၣ်ဖိဃီဖိအကျါဒါ.

- မ့ၢ်
- တမ့ၢ်ဘၣ်
- တအဲၣ်ဒီးစံးဆၢဘၣ်

21. ဟံၣ်ဖိဃီဖိစ့ဟဲန့ၣ် -

- စ့ၤန့ၣ် \$15,000
- \$15,000-\$25,000
- \$25,000-\$49,999
- \$50,000-\$74,999
- \$75,000-\$99,999
- \$100,000-\$149,999
- အါန့ၣ် \$150,000
- တအဲၣ်ဒီးစံးဆၢဘၣ်

22. တၢ်ကူၣ်ဘၣ်ကူၣ်သ့အတီၤ မ့တမ့ၢ် က့ၢ်အတီၤအထီကတၢ်လၢ နဖျိတ့ၢ်ဝဲန့ၣ်မ့ၢ်မနုၤလဲၣ်.

- စ့ၤန့ၣ်ဒီးတီၤထီဖျိက့ၢ်
- တီၤထီဖျိက့ၢ် မ့တမ့ၢ် တၢ်လၢအလီၤကံးဒီးအီၤ
- ဒီလ့ၣ်က့ၢ်, တအိၣ်ဒီးဒိၣ်ကရံၣ်ဘၣ်
- ဖျိတီၤထီက့ၢ်ဝံၤ မၤန့ၢ်ဒိၣ်ကရံၣ်အဆိကတၢ်
- ဒီလ့ၣ်/ဖျိစိမိၤ ဒိၣ်ကရံၣ်
- ပတီၢ်ထီတၢ်ကူၣ်ဘၣ်ကူၣ်သ့ ဒီလ့ၣ်/ဖျိစိမိၤ ဒိၣ်ကရံၣ်
- တအဲၣ်ဒီးစံးဆၢဘၣ်

23. နတ်ဖိတ်တံတော်အိတ်သးအဲအံမုနုလဲန့. (ဃုထာတံလၢအဘၣ်ထွဲလိာ်သး ကိးထံၣ်ဒဲးတက့ၢ်)

- ပုၤအံးထွဲကွၢ်ထွဲပုၤလၢအလိၣ်ဘၣ် မ့တမ့ၢ် ပုၤကွၢ်ထွဲဟံၣ်ဃီ
- ဖံးမၤတၢ်လၢာ်ဆၢလၢာ်ကတီၢ်
- ဖံးမၤတၢ်ဒိအကစၢ်အဆၢကတီၢ်ဒၣ်ဝဲ
- အိၣ်ဘျဲးက့ၤလၢတၢ်မၤ
- ထီၣ်ကိၣ်လၢာ်ဆၢလၢာ်ကတီၢ်
- ထီၣ်ကိၣ်ဒိအကစၢ်အဆၢကတီၢ်ဒၣ်ဝဲ
- မ့ၢ်လၢနီၢ်ခိက့ၢ်ဂီၤတလၢပုၤအယိ မ့တမ့ၢ် တၢ်ဂ့ၢ်အဂၤအယိ ဖံးမၤတၢ်တန့ၣ်ဘၣ်
- တၢ်မၤတအိၣ်ဘၣ်
- တအဲၣ်ဒိးစံးဆၢဘၣ်

ပစံးဘျးဘၣ်နုၤလၢ နတၢ်န့ၣ်လီၤမၤသကိးတၢ်ဒိးပုၤအယိလီၤ!

ပစံးဘျးဘၣ်နုၤလၢ နမၤလၢပုၤတၢ်ကွၢ်ထံဆိကမိၣ်လံာ်အဒိအံၤအယိလီၤ! တၢ်ဒိးန့ၢ်ပတၢ်ဟံၣ်ဖျါအဂ့ၢ်အကျိၤ သ့ဝဲဒၣ်ဖဲ
 2025 နံၣ်တၢ်ကိာ်ခါအလၢာ်ဆၢကတီၢ် လၢ Tompkins County Whole Health ပုၤယဲသန့ဖီခိၣ်ဒိး
 လၢပုၤတၢ်ပုၤန့ၣ်လီၤ. ဝံၤသးစူၤဟ့ၣ်သဆၣ်ထီၣ် နတံၤသကိး, နဟံၣ်ဖိဃီဖိ, ပုၤအိၣ်လၢန့ၣ်နုၤလၢ, ဒိး
 ပုၤမၤသကိးတၢ်ဒိးနုၤတဖၣ်လၢ ကမၤလၢပုၤတၢ်ကွၢ်ထံဆိကမိၣ်လံာ်အဒိန့ၣ်တက့ၢ်!
 ဝံၤသးစူၤတဘၣ်စံးဆၢတၢ်ကွၢ်ထံဆိကမိၣ်လံာ်အဒိ အါန့ၣ်တဘျီတဂ့ၢ်.