

**တၢ်သံကွၢ်တဖၣ်ဘၣ်ဃးပုၤမၤတၢ်ဖိအတၢ်လုၢ်ဘၢဟံၣ်ဃုာ်တၢ်ဟ့ၣ်စ့အိၣ်လိးဒီးခိၣ်ရိၣ်န့ၣ်ဘဲရၢး  
(COVID-19)**

- 1. မ့ၢ်ယကဆဲးဒီးဒီးန့ၢ်ဘၣ်တၢ်ဆူကွၢ်တၢ်ဖိးတၢ်မၤဆၢကတီၢ်အဘူးလဲၤခါ။**  
မ့ၢ် နဖံးမၤတၢ်မ့ၢ်တသ့ခိဖျိလၢနတၢ်ဘၣ်ဒိဘၣ်ထံး မ့တမ့ၢ် ဆိးက့ဆါဘီဘၣ်ထွဲဒီးတၢ်ဖိး  
တၢ်မၤအယိ၊ နတၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျဲၤတၢ်ဖိးတၢ်မၤဆၢကတီၢ်အဘူးလဲၤကဆဲးရှုၣ်ကွၢ်န့ၣ်လီၤ။
- 2. ယကဒီးန့ၢ်ဘၣ်တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤဘၣ်ဃးယတၢ်ဃုအိၣ်လိးအပတီၢ်ကသ့ဒ်လဲၣ်။**  
ဒီးန့ၢ်လီၤတဲစိးတၢ်ဘိးဘၣ်သ့ၣ်ညါတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤလၢအဲကလံးကျိၣ် မ့တမ့ၢ် စပုၣ်ကျိၣ်  
သ့ခိဖျိတၢ်ကိးလီၤတဲစိး **1-800-831-5227 တက့ၢ်။**
- 3. ယမ့ၢ်တဒီးန့ၢ်ဘၣ်တၢ်ပရၢဖဲယတၢ်ဖိးတၢ်မၤပံးကွၢ်သးအခါန့ၣ် တၢ်န့ၣ်လီၤဒီးတၢ်ဘိး  
ဘၣ်သ့ၣ်ညါကမ့ၢ်တၢ်ဆၢတံၢ်သံကွၢ်အီၤန့ၣ်ခါ။**  
နမ့ၢ်တဒီးန့ၢ်ဘၣ်တၢ်န့ၣ်လီၤလၢတမ့ၢ်နတၢ်ကမၣ်ဒၣ်နဲအယိဘၣ်န့ၣ်နကဘၣ်ဃုထီၣ်က့ၤတၢ်လၢတၢ်  
ကြၢးမၤန့ၢ်ဒီးတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤအမ့ၢ်ဘၣ်မနုၤယိလၢနတဒီးန့ၢ်ဘၣ်တၢ်ပရၢအယိလဲၣ်န့ၣ်လီၤ။
- 4. တၢ်ဒီးန့ၢ်ဘၣ်ကိၢ်စၢဖျိၣ်တၢ်ဟ့ၣ်ဆူၣ်ထီၣ်သးသဟီၣ်စ့ကနၤမၤဘၣ်ဒိယတၢ်ရှုၣ်ကွၢ်တၢ်ဖိးတၢ်မၤဆၢကတီၢ်  
မ့တမ့ၢ် ပုၣ်စ့ၣ်ကျိၣ်စ့ခါ။**  
တမ့ၢ်ဘၣ်
- 5. ယသ့ၣ်ဆၢကတီၢ်ဆူၣ်ချ့တၢ်ဒီးကွၢ်သးဒီးတၢ်ဖိးတၢ်မၤလၢလီၤတဲစိးသ့ခါ။**  
မ့ၢ်
- 6. ခဲအံၤယကသံၣ်သရၣ်လီၤမူဒါကွၢ်ယၤတချုးဘၣ်လီၤ။ ယကဘၣ်မၤဒ်လဲၣ်။**  
သံကွၢ်နကသံၣ်သရၣ်လၢမ့ၢ်အဝဲသ့ၣ်မၤတၢ်ဒီးကွၢ်သးလၢလီၤယံၤခိတုၤသ့ခါ မ့တမ့ၢ် နသံကွၢ်  
လီၤတၢ်တၢ်ဂ့ၢ်ဒီးအီၤလၢလီၤတဲစိးသ့န့ၣ်လီၤ။
- 7. တၢ်ဆိကတီၢ်ဟံၣ်စၢယတၢ်ကူစါယါဘျါသးတၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျဲၤန့ၣ်လီၤ။ တၢ်အံၤမၤဘၣ်ဒိယ  
တၢ်ဃုထီၣ်တၢ်လၢတၢ်ကြၢးဒီးန့ၢ်ဒ်လဲၣ်။**  
နမ့ၢ်လိၣ်ဘၣ်တၢ်ကူစါယါဘျါသးဆူညါန့ၣ် နတၢ်ဃုအိၣ်လိးတကးတံၢ်ကွၢ်သးဒီးဘၣ်န့ၣ်လီၤ။  
ပကဟ့ၣ်နတၢ်ဆၢကတီၢ်လၢကမၤလၢပုၤဘၣ်နတၢ်ကူစါယါဘျါသးဖဲတၢ်အိးထီၣ်က့ၤဆူၣ်ချ့တၢ်ဖိး  
တၢ်မၤန့ၣ်လီၤ။
- 8. ယအဲၣ်ဒီးသုးယံၤထီၣ် မ့တမ့ၢ် ရဲၣ်ကျဲၤလီၤက့ၤ ဆူၣ်ချ့တၢ်သမံထံကွၢ်နီၢ်ကစၢ်လီၤခါ  
(independent medical evaluation, IME) ခိဖျိလၢယဘၣ်ယိၣ်တၢ်ဘၣ်ဃး  
ခိၣ်ရိၣ်န့ၣ်တၢ်ဆါရၢလီၤသးအယိန့ၣ်လီၤ။ ယကဘၣ်မၤဒ်လဲၣ်။**

ဆေးကျန်းပျာရဲရဲကျဲတော်ယုအိန်လိးအစ့ကတော် 5 သီတချူးနသ့ဆာကတိတ်လၢကမၤန့တော်  
ဟံဂါဟံကျဲအဂီတကွံ

**9. တၢ်ဆိကတိတ်ကွံဆူတၢ်သ့ဆာကတိတ် မ့တမ့ၢ် တၢ်ဖံးတၢ်မၤကျဲပတိတ်ခိဖျိလၢတၢ်  
ဘၣ်ယိၣ်ဘၣ်ဃးခိၣ်ရိၣ်န့ၣ်ဘဲရးအယိန့ၣ်မ့ၢ်တၢ်လၢအကြးအဘၣ်ဒါ**

ဆေးကျဲနကသံၣ်သရၣ်လၢမ့ၢ်အဝဲသ့ကဟ့ၣ်ကူၣ်ဟ့ၣ်ဖးနၤဒဲလဲၣ်န့ၣ်တကွံ

**10. စးထီၣ်လၢယဖိအကိုတၢ်ကးတံၢ်ကွံအီၤန့ၣ် တၢ်ကွံထွဲန့ၣ်ယဖိတအိၣ်ဘၣ်ဒီးအဲၣ်ဒီးသုး  
ယံၤထီၣ်ဆူတၢ်မ့တမ့ၢ် တၢ်ဖံးတၢ်မၤအတၢ်သ့ဆာကတိတ်န့ၣ်လီၤ ယကဘၣ်မၤဒဲလဲၣ်**

ထဲးဂံၢ်ထဲးဘါတသ့ဖဲအသ့လၢကရဲၣ်ကျဲဘၣ်တၢ်ကွံထွဲသ့အဂီတကွံ မၤမ့ၢ်တသ့ ဆေးကျဲန  
တၢ်မၤဂ့ၤထီၣ်တၢ်လုၢ်အိၣ်သးသမ့ပုၤဟ့ၣ်ကူၣ်ဟ့ၣ်ဖးတၢ် (vocational rehabilitation  
counselor, VRC) မ့တမ့ၢ် ကသံၣ်သရၣ်တကွံ

**11. ယဘၣ်ယိၣ်တၢ်ဘၣ်ဃးဒီးတၢ်လဲၤမၤလိမၤဒီးတၢ် မ့တမ့ၢ် တၢ်ပၣ်ဃုာ်မၤသကိးတၢ်လၢယ  
တၢ်ထီၣ်က့ၤတၢ်သိၣ်လိအတၢ်တိတ်ကျဲခိဖျိလၢဘဲရးတၢ်ဆါဃာ်အယိန့ၣ်လီၤ ယကဘၣ်မၤဒဲလဲၣ်**

ဆေးကျဲန VRC လၢကမၤန့ၣ်ဘၣ်တၢ်ဃုထၢအကျဲအဂီတကွံ

**12. ယတၢ်ဖံးတၢ်မၤအဖုံတစိတ်တလီၢ်တအိၣ်လၢဘၣ်ခိဖျိလၢဘဲရးတၢ်ဆါဃာ်အယိန့ၣ်လီၤ  
ယကဘၣ်မၤဒဲလဲၣ်**

ဆေးကျဲနပျာရဲရဲကျဲတော်ယုအိန်လိးတကွံ

**13. ယတၢ်မၤကစၢ်ဟံထီၣ်ကွံယၤလၢတၢ်ဖံးတၢ်မၤခိဖျိလၢခိၣ်ရိၣ်န့ၣ်ဘဲရးတၢ်ဆါရၤလီၤသးအယိဒီး  
ယအိးထီၣ်တၢ်ဃုအိန်လိးကျိၣ်စ့န့ၣ်လီၤ တၢ်အံၤမၤဘၣ်ဒိယတၢ်န့ၣ်ဘျးဒဲလဲၣ်**

ပကတူၢ်လိာ်ဟ့ၣ်ခွဲးန့ၣ်ဆူတၢ်ကူၣ်စါယါဘျါလၢအကြးအဘၣ်ဒီးနတၢ်ဃုအိန်လိးအဂ့ၢ်န့ၣ်လီၤ  
ပကဟ့ၣ်နတၢ်ဆာကတိတ်လၢကမၤလၢပွဲၤဘၣ်နတၢ်ကူၣ်စါယါဘျါသးတချူးနကးတံၢ်ကွံနတၢ်ဃု  
အိန်လိးန့ၣ်လီၤ

**14. ယဘၣ်တၢ်ထုးထီၣ်ကွံလၢတၢ်ဖံးတၢ်မၤ ဘၣ်ဆၣ်ယတအိၣ်ဒီးတၢ်ဖံးတၢ်မၤလၢကက့ၤ  
မၤဘၣ်အီၤလၢဘၣ်, ဒီးတၢ်ဖံးတၢ်မၤဖျါလၢအိၣ်စ့ၤဒိၣ်မးခိဖျိလၢခိၣ်ရိၣ်န့ၣ်ဘဲရး  
တၢ်ဆါရၤလီၤသးအယိန့ၣ်လီၤ ယကဘၣ်မၤဒဲလဲၣ်**

မ့ၢ်တၢ်ဘျုးတဂ့ၤတီၢ်တဝါ, ဝဲကျဲဟ့ၣ်န့ၣ်ဘၣ်တၢ်ဂ့ၢ်ကွံတၢ်ဖံးတၢ်မၤအဆာကတိတ်အတၢ်န့ၣ်  
ဘျုးတသ့ဘၣ်တုၤလၢနမၤဘၣ်က့ၤတၢ်ဖံးတၢ်မၤသ့န့ၣ်လီၤ နခွဲးယာ်ကအိၣ်လၢတၢ်တန့ၣ်  
ဖံးန့ၣ်မၤတၢ်န့ၣ်ဘျုးအဂီခိဖျိ Employment Security Department  
(တၢ်န့ၣ်ဖံးန့ၣ်မၤဘၣ်ဘၢဝဲကျဲ) သ့န့ၣ်လီၤ

**15. မှ် L&I ဟ့ၣ်တၢ်ပျဲလၢ COVID-19 မှ်တၢ်ဆူးတၢ်ဆါဒ်အမှ်တၢ်ဆူးတၢ်ဆါလၢဘၣ်ထွဲဒီးတၢ်ဖံးတၢ်မၤဒါ**

လၢခိၣ်ဃၢၤတၢ်အိၣ်သးဖီလၢအံၤ ဖဲပှၤမၤတၢ်ဖိအတၢ်ဖံးတၢ်မၤဖျါလၢကဘၣ်ဒီးဘၣ်ကံးဒီးတၢ်ဆူးတၢ်ဆါအါဒိၣ်ခိၣ်ဖျါလၢတၢ်ဖံးတၢ်မၤအပိ (တၢ်အဒိတဖၣ်ပၣ်ဃုာ်ဒီးပှၤခိၣ်ဆါတၢ်ခိၣ်ထံးကတၢ်တဖၣ် မ့တမ့ၢ် ဆူၣ်ချ့ပှၤမၤတၢ်ဖိတဖၣ်) န့ၣ်လီၤ. ကဘၣ်အိၣ်စ့ၢ်ကိးဒီးတၢ်မၤနီၣ်မၤယါ မ့တမ့ၢ်တၢ်ဘၣ်ဒိဘၣ်ကံးလၢဘၣ်ထွဲဒီးတၢ်ဖံးတၢ်မၤသ့, ဒီးပှၤမၤတၢ်ဖိတဂၤ/တၢ်မၤကစၢ်တဖၣ်အတၢ်ဘၣ်ထွဲလိာ်သးန့ၣ်လီၤ.

**16. L&I ကဂ့ၢ်လိာ်ကွံာ်တၢ်ဃုအိၣ်လိးအခါဖဲလဲၣ်**

ဖဲတၢ်မ့ၢ်သ့ၣ်ညါလၢအိၣ်ဒီးတၢ်ဘၣ်ကံးန့ၢ် COVID-19 လၢတၢ်ဖံးတၢ်မၤလီၢ် (ဒ်အမှ်ဝဲၤဒါးပှၤမၤတၢ်ဖိတဂၤဘၣ်ကူဘၣ်ကံးန့ၢ်တၢ်ဆါလၢအပှၤမၤသကိးတၢ်တဂၤ) န့ၣ်လီၤ.

**17. ယကတီၣ်ထီၣ်တၢ်ဃုအိၣ်လိးလၢ COVID-19 အဂီၢ်ကသ့ဒ်လဲၣ်**

ခိၣ်ဖျါတၢ်ကိးလီတဲစိ- **1-877-561-3453**

လၢနကသံၣ်သရၣ်အဝဲၤဒါး (ဖဲတၢ်မၤလၢမၤပျဲၤ Report of Accident) န့ၣ်လီၤ.