

# ဟံ့ဃာ်န့စဲးမၤ ကိာ်ထီၣ်ထံ

## ဖဲဂ့ၢ်ဂီၤအူအကတီၢ်နကမၤန့ၢ်သ့ထံလၢ န့စဲးမၤကိာ်ထီၣ်ထံအအိၣ်ဒဲလဲၣ်.

ဖဲဂ့ၢ်ဂီၤအူအခါအဒိတၢ်ဂိၢ်ခါကလံၤမ့ၢ်လီၤမ့တမ့ၢ်ဟံၣ်ခိၣ်ဟူၤအခါနဟံၣ်ထံ တဟံၣ်ဘၣ်သ့သ့လၢတစီၢ်တလီၢ်န့ၣ်လီၤ.

တၢ်ဒဲအံၤမ့ၢ်ကဲထီၣ်ထံအခါနဟံၣ်ထံမၤကိာ်ထီၣ်ထံအံၤဟ့ၣ်န့ၣ်ထံ ၃၀-၈၀ ကၣ် လၢနကအိၣ်, ကဖိအိၣ်ဖိအိၣ်ဒီးမၤကဆဲကဆိတၢ်အဂီၢ်လီၤ. (ဖဲမၤကိာ်ထီၣ်ထံ တၢ်ထံဒၢဖးဒိၣ်မ့ၢ်တအိၣ်ဘၣ်ဒီးဟ့ၣ်ထံဖဲထံတအိၣ်အခါတသ့ဘၣ်)

### တချုးမၤန့ၢ်သ့ထံလၢန့စဲးမၤကိာ်ထီၣ်ထံအအိၣ်န့ၣ်

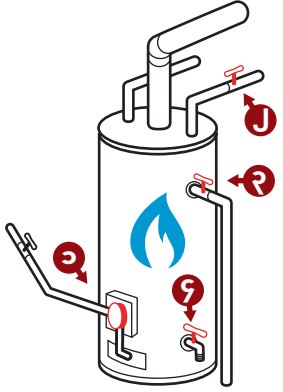
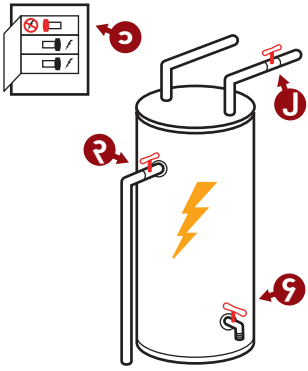
- သ့ၣ်ညါန့စဲးမၤကိာ်ထီၣ်ထံအလီၢ်တက့ၢ်- ညီၣ်န့ၣ်ထံကိာ်အစဲးတဖၣ်အိၣ်ဝဲဒၣ်လၢ ဟံၣ်အဖိလံာ်တကထၢမ့တမ့ၢ်လၢတၢ်ဟံၣ်သိလ့ၣ်အဒါလၢဟံၣ်လၢအတအိၣ်ဒီးဟံၣ်ခိၣ်လၢဒါးတဖၣ်ဒီးအိၣ်ဝဲဒၣ်လၢဘၣ်ဒိၣ်တဖၣ်အပူၤလၢဟံၣ်အဖးမဲးဒီးဟံၣ်လၢ တၢ်တ့အိၣ်ဝဲဒီးတၢ်တံၢ်အိၣ်လၢကါတဖၣ်န့ၣ်လီၤ.
- ပုးကွၢ်ထံကျိၤလၢနဟံၣ်တက့ၢ်-မၤတၢ်အံၤလီၤဆီဒၣ်တၢ်ဖဲဟံၣ်ခိၣ်ဟူၤအဒိၣ်အမ့ၢ် ကဲထီၣ်ထံအလီၢ်ခဲတက့ၢ်. တၢ်အံၤမၤစၢၤမၤလီၤတၢ်ထံအိၣ်လၢထံဒၢအပူၤကဆိဒီး ပူၤဖျဲးလၢတၢ်ကသ့အံၤအဂီၢ်န့ၣ်လီၤ. တၢ်ကးတံၢ်ထံအကမိာ်န့ၣ်ညီၣ်တၢ်ထံၣ်န့ၣ်အံၤ သ့လၢဟံၣ်ဖိလံာ်တကထၢ, တၢ်စ့ၤန့ၣ်လီၤ, မ့တမ့ၢ်တၢ်ဟံၣ်သိလ့ၣ်အလီၢ်, မ့တမ့ၢ်အိၣ် လၢဟံၣ်ချါတၢ်သ့ၣ်ထီၣ်ထံအအိၣ်တဖၣ်အလီၢ်န့ၣ်လီၤ. ပုးဘၣ်နီၣ်တြီတခါအံၤလၢ တၢ်ကကးတံၢ်ထံကျိၤလၢအဟဲဆူနဟံၣ်န့ၣ်တက့ၢ်.

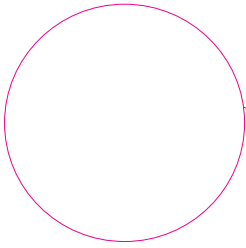
### တၢ်န့ၣ်လိတချုးနမၤန့ၢ်ထံလၢထံစဲးကိာ်ဒၢအအိၣ်

၁ ကးတံၢ်သံကွၢ်န့စဲးမၤကိာ်ထီၣ်ထံအမ့ၢ် အူကျိၤန့ၣ်တက့ၢ်. တၢ်မၤတခါအံၤအရူ ဒိၣ် လၢတၢ်ကမၤလီၤတၢ်နတၢ်ပူၤဖျဲးန့ၣ်လီၤ. ဘၣ်တဘၣ်နကအဲၣ်ဒီးဟံၣ်ဃာ်မ့ၢ်ဘဲး(ဒး မံ), မံကး, စုဖျိၣ်, ဒီးနီၣ်တံ(ဝဲးအူးလ့း) လၢတၢ်မၤန့ၢ်သ့အံၤညီၣ်ညီၣ်အလီၢ်န့ၣ်လီၤ.

ဖဲမၤကိာ်ထီၣ်ထံလၢတၢ်သ့လီမ့ၢ်အူ- ကး တံၢ်သံကွၢ်န့စဲးမၤကိာ်ထီၣ်ထံအမ့ၢ်အူအ ကျိၤခိဖျိတၢ်ဃာ်ကဒါမ့ၢ်ပဒုလၢအဘၣ်တ တၢ်တခါလၢအအိၣ်လၢနလီမ့ၢ်အူအဘၣ် ဘၣ်လီၤန့ၣ်လီၤ.(ဟံးန့ၢ်တၢ်ဆၢကတီၢ်လၢ တၢ်ကမၤသ့ၣ်ညါန့သးဒီးနီၣ်ဖ့ၣ်ပတုာ်မ့ၢ် အူအဂီၢ်လၢအဘၣ်ကတၢ်တခါတချုးတၢ် ကဲထီၣ်န့ၣ်မ့ၢ်တၢ်ဟ့ၣ်ကူၣ်တခါလီၤ.)

ဖဲမၤကိာ်ထီၣ်ထံလၢအသ့န့ၣ်ဆၢၣ်ကံ သဝံတဖၣ်- သ့ၣ်ညါတၢ်အိးထီၣ်/ကး တၢ်အမ့ၢ်ပဒုအတၢ်လီၢ်အိၣ်လၢန့စဲး မၤကိာ်ထီၣ်ထံအလီၢ်ဒီးတံၢ်တၢ်အက မိာ်ဆူတၢ်န့ၣ်ထံကျိၤအတၢ်ဆီလီၤ အိၣ်အသိး-တဘၣ်ကးတံၢ်ကွၢ်လၢာ် လၢာ်ဆုဆုတဂ့ၢ်.





**၂** ကးတံာ်ကွံာ်နစဲးမးကိာ်ထီၣ်ထံအတံာ်ဟ့ၣ်ထံ န့ၣ်တက့ၢ်. သ့ၣ်ညါတံာ်ကးတံာ်ထံအ နီၣ်တြီအိၣ်အလီၤဒီးတံာ်ခိၣ်ခံကဒါအီၤတုၤလီၤလၢအအိၣ်ပတုာ်တစုတက့ၢ်. နီၣ်တြီတ ခါအံၤညါန့ၢ်အိၣ်ဝဲဒၣ်လၢစဲးမးကိာ်ထီၣ်ထံအဖီခိၣ်န့ၣ်လီၤ.

**၃** ပျဲကလံၤလဲၤန့ၢ်လီၤဆူနစဲးမးကိာ်ထီၣ်ထံအပူၤတက့ၢ်. နမၤတံာ်အံၤသ့ၣ်ခိၣ်တံာ် အိးထီၣ်နီၣ်တြီ(ဝံာ်ထီၣ်စုဖီၣ်ဒ်သိးကအိၣ်ဆါထၢၣ်လီၤလဲၤမ့တမ့ၢ်တစဲးဘူးလၢၤဘၣ်.) တံာ်အံၤအိၣ်ဝဲဒၣ်လၢထံဒါအကပမ့တမ့ၢ်အိၣ်ဝဲဒၣ်လၢတံာ်အိးထီၣ်ထံကျိၤအပီၤနိး လၢအအိၣ်လၢဒါးမိၢ်ပျံၤအပူၤမ့တမ့ၢ်ဟံၣ်ဖီခိၣ်တကထၢန့ၣ်လီၤ. တံာ်အံၤကမၤစၢၤပျံၤ လီၤထံလၢနစဲးမးကိာ်ထီၣ်ထံအအိၣ်လီၤ.

**၄** သ့ၣ်ညါနီၣ်ဒုးယွၤလီၤထံလၢအအိၣ်ဝဲဒၣ်လၢနစဲးမးကိာ်ထီၣ်ထံအခံတကပဒီး ပျံၤလီၤထံလၢထံဒါအပူၤဒ်န့ၣ်လီၤဘၣ်အသိးတက့ၢ်. ဟံၤလီၤတံာ်ဒါလၢအကဆီၣ်လၢထံ ဟံၤလီၤအလီၤဒ်သိးနကမၤန့ၢ်ထံအဂီၢ်ဒီးပုးကွံာ်ထံပီၤနိးမ့တမ့ၢ်တံာ်နစဲးမးကိာ်ထီၣ် ထံအနီၣ်ဒုးယွၤဆူအဆုၣ်တကပတက့ၢ်. ပလီၤသးတက့ၢ်မ့ၢ်လၢထံအံၤဘၣ်တဘၣ် ကကိာ်သွးဒိၣ်ဒိၣ်န့ၣ်လီၤ. တံာ်ဟ့ၣ်ကူၣ်န့ၢ်လၢနကဖျိၣ်စုဖျိၣ်, ဒီးတံာ်ပူၤဖျးအမံၤဒီးလၢ တံာ်ကဒိသဒါန့ၢ်အဂီၢ်လီၤ. ကးတံာ်ထံပီၤအနိးမ့တမ့ၢ်တံာ်အံၤဆူအထွဲတကပဒ်သိး ထံသုတယွၤလၢၤတဂ့ၢ်န့ၣ်လီၤ. မၤအံၤဒ်အံၤခဲအံၤခဲအံၤဒ်န့ၣ်လီၤဘၣ်အသိးတုၤထံလၢ တစုတက့ၢ်.

**မၤသံတံာ်အဃးအဃာ်လၢထံအပူၤမ့တမ့ၢ်ပျံၤကဆီၣ်ကွံာ်ထံတခါလၢလံာ် လၢနကသ့အီၤလၢတံာ်အိၣ်, တံာ်ကတံာ်ကတီၤတံာ်အိၣ်တံာ်အိၣ်ဒီးတံာ်ကဆဲး ကဆဲးအဂီၢ်တက့ၢ်. တံာ်အဝဲအံၤမ့ၢ်တံာ်ကဘၣ်မၤအံၤဒ်လဲၣ်န့ၣ်လီၤ.**

• ဒိကလံာ်ထီၣ်ထံအံၤတုၤအပူၤထီၣ်တမံးနိးန့ၣ်တက့ၢ်-ပျဲအခုၣ်လီၤဒီးသ့အီၤတက့ၢ်.  
**မတမ့ၢ်**

• ပၤန့ၣ်လီၤထံလၢထံဒါကဆီၣ်ဒီးမၤကဆီၣ်ဒီးကဟံၣ်ဝါအထံလၢတံာ်ကျိၣ်ကျိၣ်အီၤဝံၤလၢ အတံာ်န့ၢ်မ့တမ့ၢ်ဘၣ်န့ၣ်တက့ၢ်. လၢတံာ်ကမၤကဆီၣ်တံာ်ဒါအဂီၢ်ထၢန့ၣ်လီၤကဟံၣ် ဝါအထံဒီးတရုၢ်အီၤဆူၣ်ဆူၣ်(ထံလွံၢ်ခွဲးဒီးကဟံၣ်ဝါတနီၣ်တၢၢ်လးဖးထံနီၣ်တၢၢ်) လၢအစဲးကီးသၢဆံအတီၢ်ပူၤ, မၤလီၤတံာ်လၢကဟံၣ်ဝါဘၣ်တံာ်ဒါမံၤသ့ၣ်ကိးကပၤ. လူကွံာ်တံာ်ထံဒီးပျဲယုထီၣ်တံာ်ဒါတက့ၢ်. မၤပဲၤန့ၣ်ထံဒါဒီးထံဝံၤထၢန့ၣ်လီၤကဟံၣ်ဝါအ ထံလၢတံာ်ကျိၣ်ကျိၣ်ဃာ်ဝံၤတပူၤဃိးပူၤလၢထံတဂၣ်လၣ်အဂီၢ်န့ၣ်တက့ၢ်.

**မတမ့ၢ်**

• သ့ဘၣ်ကစၢ်အထံပျံၤလၢကထုးကွံာ်တံာ်ဃူးတံာ်ဃာ်မ့တမ့ၢ်ထိးကလံာ်တဖၣ်တက့ၢ်. မၤလီၤတံာ်လၢနကဖးဒီးမၤထွဲတံာ်ပျံၤထံပျဲထုးထီၣ်တံာ်ဖိအတံာ်န့ၣ်ကျဲၤတဖၣ်တက့ၢ်.

**တံာ်ကတံာ်ကတီၤထံကိာ်စဲးတံာ်ဟ့ၣ်ကူၣ်တဖၣ်**

တံာ်ကတံာ်ကတီၤထံကိာ်စဲးမ့ၢ်တံာ်အကါဒိၣ်တခါလၢထံအိၣ်လၢစဲးပူၤအိၣ် ဒီးအကံာ်အစီၣ်န့ၣ်လီၤ.  
ဆီလီၤနစဲးမးကိာ်ထီၣ်ထံလီၤတံာ်လီၤဆဲးမ့ၢ်ဒ်သိးကအိၣ်ဘျးအသးဂ့ၢ်ဂ့ၢ် ဒီးတံာ်ဒူၣ်ပဒီးနထံအဒုတဖၣ်န့ၣ်လီၤ.  
သ့ကဆီၣ်နစဲးမးကိာ်ထီၣ်ထံတန့ၣ်တဘျီန့ၣ်တက့ၢ်. တံာ်အံၤမၤစၢၤလီၤတံာ်အ ကမ့ၢ်ကဖုလၢအလီၤဒ်လၢထံဒါအခံဒိၣ်ဒိၣ်မ့ၢ်မ့ၢ်သ့ဝဲဒၣ်ဒီးဘၣ်တဘ

လီၤကဝီၤဒိၣ်ပူၤဟ့ၣ်ထံတဖၣ်အကရၢဟံၣ်ဖိၣ်အံၤမ့ၢ်တံာ်ကရၢကရီ လၢအမၤသကိးတံာ်ဒီးရဲၣ်ကျဲၤပၤဆူၤသကိးတံာ်တဖုလၢအမၤ တံာ်ဒ်သိးတံာ်ကမၤဂ့ၢ်ထီၣ်တံာ်ရဲၣ်လီၤကျဲၤလီၤဒီးတံာ်ပၤဆူၤဝဲဒၣ် ဝုၢ်ဒိၣ်အထံလၢတံာ်ဟ့ၣ်လီၤအီၤတဖၣ်လၢအအိၣ်ဝဲဒၣ်လၢဖိးတံာ် လဲ (Portland, OR) ဝုၢ်မၤထီၣ်တံာ်လီၤန့ၣ်လီၤ. မၤန့ၢ်အါထီၣ်တံာ် ဝုၢ်တံာ်ကျိၣ်ဒီးတံာ်အိၣ်သးဖဲ [www.regionalh2o.org](http://www.regionalh2o.org) တက့ၢ်.

