



RediPlan

အရေးပေါ်အခြေအနေအတွက် ကြိုတင်ပြင်ဆင်ခြင်း



လွယ်ကူရှင်းလင်း - မြန်မာ



စကားလုံးခက်ခက်များ

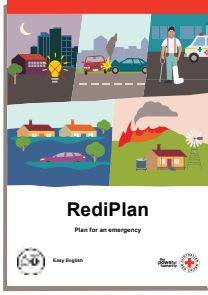
ဤစာအုပ်တွင် စကားလုံးခက်ခက်အချို့ ရှိပါသည်။

ပထမဆုံးအကြိမ် စကားလုံးခက်ခက်တစ်လုံးကို ရေးသောအခါ

- ထိုစကားလုံးကို **အပြာရောင်**နှင့် ဖော်ပြမည်
- ထိုစကားလုံး၏အဓိပ္ပာယ်ကို ဖော်ပြမည်။

ဤစာအုပ်ကို သြစတြေးလျနိုင်ငံ ကြက်ခြေနီအဖွဲ့ (Australian Red Cross) မှ ရေးသားပါသည်။





ဤစာအုပ်က ဘာအကြောင်းပါလဲ။

ဤစာအုပ်သည်

- အရေးပေါ်အခြေအနေများအကြောင်း ရှင်းပြသည်
- သင်၏ အရေးပေါ်အခြေအနေအတွက် ကြိုတင်ပြင်ဆင်ခြင်း ဖြစ်ပါသည်။



သင်၏ အရေးပေါ်အခြေအနေအတွက် ကြိုတင်ပြင်ဆင်ခြင်း အကြောင်းကို ဤစာအုပ်တွင် ရေးနိုင်ပါသည်။

သင့်အားလပ်ချိန်တွင် သင့်ကြိုတင်ပြင်ဆင်ခြင်း၏ အပိုင်း တစ်ခုစီကို ရေးနိုင်ပါသည်။

ဤစာအုပ် နောက်ကျောဖုံးတွင် အကြောင်းအချက်များ ထပ်ရေး နိုင်ပါသည်။



သင်အနေဖြင့် ကူညီမည်ဟု ယုံကြည်ရသောသူကို အကူအညီ တောင်းနိုင်ပါသည်။

အရေးပေါ်အခြေအနေဆိုတာ ဘာပါလဲ။

အရေးပေါ်အခြေအနေ ဆိုသည်မှာ

- အသည်းအသန်ဖြစ်နိုင်သည်
- အန္တရာယ်ရှိပြီး ကြောက်စရာ ဖြစ်နိုင်သည်။





အရေးပေါ်အခြေအနေဖြစ်နေစဉ်နှင့် ဖြစ်ပြီးချိန်တွင် သင် အကူအညီ လိုအပ်နိုင်သည်။



အရေးပေါ်အခြေအနေ ဆိုသည်မှာ

- တောမီးလောင်ခြင်း



- ရေလွှမ်းမိုးခြင်း



- ကားမတော်တဆမှုဖြစ်ခြင်း



- ဆေးရုံအရေးပေါ်ကိစ္စဖြစ်ခြင်း



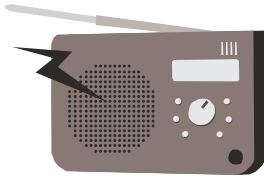
- မီးပျက်ခြင်း သို့မဟုတ် ဓာတ်ငွေ့ပြတ်ခြင်း ဖြစ်နိုင်ပါသည်။



အရေးပေါ်အခြေအနေ၌ သတင်းအချက်အလက်များ ရယူမည့်နေရာကို သိပါ။

အရေးပေါ်အခြေအနေတစ်ရပ်သည် ပြောင်းလဲနိုင်သောကြောင့် သင့်အနေဖြင့် အကောင်းဆုံး သတင်းအချက်အလက်များ လိုအပ်ပါသည်။

အရေးပေါ်အခြေအနေများဆိုင်ရာ သတင်းအချက်အလက်များကို အရေးပေါ်ဝန်ဆောင်ဌာနများ နှင့် **ပြန်ကြားရေးမီဒီယာများ**မှ သင်ရနိုင်ပါသည်။



ပြန်ကြားရေးမီဒီယာဆိုရာတွင်

- သင့်ဒေသခံ အေဘီစီ (ABC) ရေဒီယို



- ရုပ်မြင်သံကြား (TV)



- လူမှုကွန်ရက် မီဒီယာ
 - ဥပမာ- ရဲဌာနနှင့် မီးသတ်ဌာနတို့၏ တွစ်တာ (Twitter)။



သင့်အတွက် အချက်အလက်များကို ရေးထားပါ

အရေးပေါ်အခြေအနေတွင် သင်လိုအပ်သည့်အချက်အလက်များ ရရှိမည့်နေရာကို ရေးပါ။

ကိုယ့်လုပ်နိုင်စွမ်းများကို သိပါ



အရေးပေါ်အခြေအနေတွင် သင်သည် အကူအညီ ပို၍ လိုအပ်နိုင်ပါသည်

- အကြောင်းအချက်များကို ဖတ်ပြီး နားမလည်ပါက



- နေ့စဉ်လုပ်ငန်းဆောင်တာများကို မလုပ်နိုင်ပါက
 - ဥပမာ- လမ်းလျှောက်ခြင်း သို့မဟုတ် မြင်နိုင်ခြင်း။



သင့်အတွက် အချက်အလက်များကို ရေးထားပါ

အရေးပေါ်အခြေအနေတွင် သင်အကူအညီ လိုအပ်နိုင်သည့်အရာများကို ရေးထားပါ။

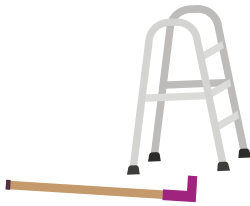


သင်၏ ကျန်းမာရေးလိုအပ်ချက်များအတွက် ကြိုတင်ပြင်ဆင်ပါ

အရေးပေါ်အခြေအနေတွင် သင်၏ ကျန်းမာရေးဌာနများမှ အကူအညီရရှိနိုင်စွမ်း မရှိနိုင်ပါ။

အောက်ပါ အရေးကြီးအချက်အလက်များကို သင်ရေးချနိုင်ပါသည်

- အလုပ်ချိန်ပြင်ပ ကျန်းမာရေးဌာနတစ်ခု
- သင့်ကျန်းမာရေးအခြေအနေများ
- သင့်ဆေးဝါးများ
 - ဥပမာ - သင် ဆေးသောက်ရမည့်အချိန်
- သင့် ကျန်းမာရေးဆိုင်ရာ အထောက်အပံ့များ။



သင့်အတွက် အချက်အလက်များကို ရေးထားပါ



သင်၏ ကျန်းမာရေးဆိုင်ရာလိုအပ်ချက်များနှင့် ပတ်သက်သော အချက်အလက်များကို ရေးပါ။



ဘယ်သူ ကူညီနိုင်မလဲ။

သင်၏ အထောက်အကူကွန်ရက်က ကူညီပေးနိုင်သည်

အရေးပေါ်အခြေအနေတစ်ရပ်တွင် သင်၏

အထောက်အကူကွန်ရက်မှ အကူအညီကို သင် ရနိုင်ပါသည်။



အထောက်အကူကွန်ရက်ဆိုသည်မှာ သင်သိရှိပြီး

အရေးပေါ်အခြေအနေတွင် ကူညီမည်ဟု သင်ယုံကြည်ရသူများ ဖြစ်သည်။

သင်၏ အထောက်အကူကွန်ရက်တွင်း ထည့်ထားနိုင်ရန်

သင်သိရှိသူ ၃ဦး နှင့်အထက်ကို မေးမြန်းသင့်သည်။



ဥပမာအားဖြင့်

- မိသားစု



- သူငယ်ချင်းများ



- အလုပ်ထဲမှလူများ

- အိမ်နီးချင်းများ



- ပြုစုစောင့်ရှောက်သူများ။



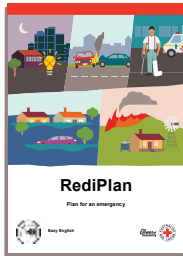
သင်၏ အထောက်အကူကွန်ရက်တွင်းရှိ လူများအား
အောက်ပါအကြောင်းများကို သင်ပြောပြနိုင်သည်

- သင်၏ အရေးပေါ်အခြေအနေကြိုတင်ပြင်ဆင်ခြင်း

- သင့်လိုအပ်ချက်များ



- အရေးပေါ်အခြေအနေတွင် ၎င်းတို့ကို
ဖုန်းခေါ်မည့်အစီအစဉ်။



သင့်အထောက်အကူကွန်ရက်တွင်းရှိ လူများကို သင်၏
ကြိုတင်ပြင်ဆင်ချက် မိတ္တူတစ်ခု ပေးနိုင်ပါသည်။

အရေးပေါ်ဝန်ဆောင်ရေးဌာနများမှ ကူညီနိုင်သည်။



အရေးပေါ်အခြေအနေတွင် အရေးပေါ်ဝန်ဆောင်ရေးဌာနများမှ
အကူအညီကို သင်လိုအပ်နိုင်သည်။



အသက်အန္တရာယ်ရှိပါက
ရဲတပ်ဖွဲ့ မီးသတ် လူနာတင်ယာဉ်သို့
000 မှတစ်ဆင့် ဖုန်းခေါ်ပါ
နားထောင်ရန် ခက်ခဲပါက တယ်လီဖုန်းဖြင့်
စာတိုရိုက်ပို့သည့်စက် (TTY) နံပါတ် 106 သို့ ဖုန်းခေါ်၍
စာတိုပေးပို့ပါ။

ရေလွှမ်းမိုးခြင်းနှင့် မုန်တိုင်းများအတွက် အကူအညီရရန် **SES**
သို့မဟုတ် မြောက်ပိုင်းနယ်မြေ အရေးပေါ်ဝန်ဆောင်ရေးဌာန
(Northern Territory Emergency Service) သို့
132 500 မှ ဖုန်းခေါ်ပါ။



ဆက်သွယ်ရန်စာရင်းတစ်ခု ထားရှိပါ

အရေးပေါ်အခြေအနေတွင် အောက်ပါသူများကို ဆက်သွယ်ကောင်း ဆက်သွယ်ရနိုင်သည်

- သင့်မိသားစု



- သင့်ထောက်အကူကွန်ရက်။

အရေးပေါ်ဆက်သွယ်ရန်မည့်သူများစာရင်း ရေးထားရန် သင့်ကလေးများကိုလည်း ကူညီသင့်သည်။



သင့်အတွက် အချက်အလက်များကို ရေးထားပါ

သင့်မိသားစုနှင့် အထောက်အကူကွန်ရက်ရှိ လူများ၏ အမည်များနှင့် ဖုန်းနံပါတ်များကို ရေးပါ။



ကျန်းမာရေးဆိုင်ရာ အဆက်အသွယ်စာရင်းကိုလည်း
ရေးထားနိုင်သည်။

ဥပမာအားဖြင့်

- သင့်ဆေးရုံ



- သင့်ဆရာဝန်

- သင့်ဆေးဝါးကျွမ်းကျင်ပညာရှင်။



သင့်အတွက် အချက်အလက်များကို ရေးထားပါ

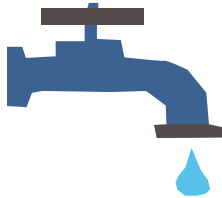
သင့်ကျန်းမာရေးဆိုင်ရာ အဆက်အသွယ်များရရှိရန်
အမည်များနှင့် ဆက်သွယ်ရန် အချက်အလက်များကို ရေးပါ။

အရေးပေါ်အခြေအနေတွင် အရေးကြီးဝန်ဆောင်မှုဌာနများကို ဆက်သွယ်ရန် လိုအပ်နိုင်ပါသည်။



ဥပမာအားဖြင့်

- လျှပ်စစ်နှင့် ဓာတ်ငွေ့



- ရေ

- အင်တာနက်



- ပြုစုစောင့်ရှောက်ရေးဝန်ဆောင်မှု။



သင့်အနီးတစ်ဝိုက်တွင် ထိုဖုန်းနံပါတ်များ ရှိနေသောအခါတွင် သင်သည် စိတ်ဖိစီးမှု နည်းပါလိမ့်မည်။

သင့်အတွက် အချက်အလက်များကို ရေးထားပါ



အရေးကြီးဝန်ဆောင်မှုဌာနများ၏ အမည်များနှင့် ဖုန်းနံပါတ်များကိုရေးပါ။

အရေးပေါ်အခြေအနေတွင် တစ်နေရာရာသို့ သွားနိုင်ရန် ပြင်ဆင်ထားပါ



အရေးပေါ်အခြေအနေတွင် အောက်ပါတို့သည် ဘေးမကင်းနိုင်ပါ

- သင့်အိမ်တွင် နေခြင်း



- သင့်အိမ်သို့ ပြန်သွားခြင်း။

အရေးပေါ်အခြေအနေတွင် သွားရမည့်နေရာ ၃ နေရာ ရှိထားရန် အရေးကြီးပါသည်။



အောက်ပါတစ်နေရာရာသို့ သင် သွားနိုင်ပါသည်

- သင့်အိမ်အပြင်ဘက်
 - ဥပမာ- စာတိုက်ပုံးအနီး



- သင့်အိမ်နီးဝန်းကျင်အပြင်ဘက်
 - ဥပမာ- အားကစားကွင်းများ



- သင် အချိန်ကြာကြာ နေနိုင်သောနေရာ
 - ဥပမာ- သင့်သူငယ်ချင်းနှင့်အတူ။



သင်အနေနှင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်သင့်သည်

- သင့်အိမ်ရှိသူများ၊ သင့်အထောက်အကူကွန်ရက်တွင်း ရှိသူများနှင့်အတူ ထိုနေရာများကို ညှိနှိုင်းသဘောတူရန်
- ထိုနေရာတစ်ခုစီသို့ သင်မည်သို့သွားရောက်မည်ကို စဉ်းစားရန်
- သင့်ကလေးများနှင့် ဤအစီအစဉ်များအကြောင်း ဆွေးနွေးရန်။



သင့်အတွက် အချက်အလက်များကို ရေးထားပါ

အရေးပေါ်အခြေအနေတွင် သင်သွားနိုင်သည့်နေရာများကို ရေးထားပါ။

စိတ်ဖိစီးမှုကို မည်သို့ ထိန်းရမည်ကို နားလည်ပါ

အရေးပေါ်အခြေအနေဖြစ်နေစဉ်နှင့် ဖြစ်အပြီးတွင် သင်သည် စိတ်ဖိစီးမှု ခံစားရနိုင်သည်။

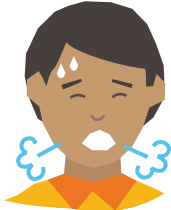


စိတ်ဖိစီးမှုများသည် သင့်ကို အောက်ပါတို့ကို ဖြစ်စေနိုင်သည်

- နေမကောင်းခြင်း



- အသက်ရှူမဝခြင်း



- စိတ်ဆိုးခြင်း



- စိုးရိမ်ခြင်း



- ပင်ပန်းနွမ်းနယ်ခြင်း။





အရေးပေါ်အခြေအနေတွင် စိတ်ဖိစီးမှုနည်းပါးစေရန်

- အသက်ပြင်းပြင်းရှူပါ။၏



- မိမိကိုယ်မိမိ အပြုသဘောဆောင်သောနည်းလမ်းဖြင့် ပြောဆိုပါ

- ဥပမာ- ငါ ဒါကို လုပ်နိုင်တယ်



- အခြားသူများကို စိတ်တည်ငြိမ်စေရန် ကူညီပေးပါ



- သင့်အရေးပေါ်အစီအစဉ်ကို အနီးတွင် ထားရှိပါ။



သင့်အတွက် အချက်အလက်များကို ရေးထားပါ

အရေးပေါ်အခြေအနေတွင် စိတ်ဖိစီးမှုနည်းပါးစေရန်
သင်လုပ်နိုင်သည့်အရာများကို ရေးထားပါ။



နေ့စဉ် ကိုယ့်ကိုကိုယ် သတိထားနေပါက
အရေးပေါ်အခြေအနေတွင် စိတ်ဖိစီးမှု နည်းပါးသွားနိုင်ပါသည်။

ဥပမာ - သင်လုပ်နိုင်သည်များမှာ -

- ကျန်းမာသန်စွမ်းစေရန်



- အချိန်ယူ၍ အနားယူရန်



- သူငယ်ချင်းများ မိသားစုများနှင့် အချိန်ဖြုန်းရန်။



သင့်အတွက် အချက်အလက်များကို ရေးထားပါ

အရေးပေါ်အခြေအနေ၌ စိတ်ဖိစီးမှုနည်းပါးစေရန် သင့်အတွက်
သင်လုပ်နိုင်သောအရာများကို ရေးထားပါ။



သင်၏ အာမခံလိုအပ်ချက်များအတွက် စီစဉ်ထားပါ

မှန်ကန်သင့်လျော်သော **အာမခံကို** ရယူသင့်ပါသည်။

အာမခံဆိုသည်မှာ သင်နှင့် အာမခံကုမ္ပဏီကြား သဘောတူညီချက်တစ်ခု ဖြစ်ပါသည်။

အရေးပေါ်အခြေအနေတွင် လျှော်ကြေးငွေရရန် သင်သည် အာမခံလက်မှတ်များ ဝယ်ထားခြင်းဖြစ်ပါသည်။



အရေးပေါ်အခြေအနေသည် သင့်အတွက်

- ငွေကုန်စေနိုင်သည်



- သင့်အိမ်ကို ပျက်စီးစေနိုင်သည်



- သင့်ကားကို ပျက်စီးစေနိုင်သည်



- သင့်အတွက် အရေးကြီးသောအရာများကို ပျက်စီးစေနိုင်သည်



- သင်အလုပ်မလုပ်နိုင်ခြင်း ဖြစ်စေနိုင်သည်။

အာမခံအမျိုးအစားအမျိုးမျိုး ရှိပါသည်။

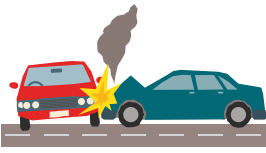
ဥပမာအားဖြင့်



- အိမ်နှင့် အိမ်တွင်းပစ္စည်းအာမခံ



- ကျန်းမာရေးအာမခံ



- ကားအာမခံ



- အလုပ်အာမခံ။

သင့်အတွက် အချက်အလက်များကို ရေးထားပါ



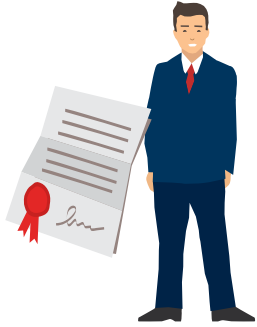
သင့်အာမခံကုမ္ပဏီများအတွက် အမည်များနှင့် ဆက်သွယ်ရန် အချက်အလက်များကို ရေးထားပါ။



သင်၏ ဥပဒေပိုင်းဆိုင်ရာလိုအပ်ချက်များအတွက် စီစဉ်ပါ

သေတမ်းစာတစ်ခု လုပ်ထားသင့်ပါသည်။

သေတမ်းစာသည် သင်သေလျှင် ဘာလုပ်ရမည်ကို သင့်မိသားစုအား ရှင်းပြပါသည်။



သေတမ်းစာနှင့်ပတ်သက်သည့် အချက်အလက်များအကြောင်းကို ရှေ့နေတစ်ဦးထံမှ ပိုမိုရရှိနိုင်ပါသည်။

သင့်အတွက် အချက်အလက်များကို ရေးထားပါ



သင့်ရှေ့နေအတွက် အမည်နှင့် ဆက်သွယ်ရန် အချက်အလက်များကို ရေးထားပါ။



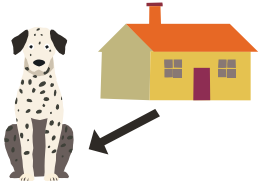
သင်၏တိရစ္ဆာန်များအတွက်စီစဉ်ပါ

အရေးပေါ်အခြေအနေတွင် သင့်တိရစ္ဆာန်များကို မည်သို့ပြုစုစောင့်ရှောက်ရမည်ကို စဉ်းစားရန်လည်း အရေးကြီးပါသည်။



ဥပမာအားဖြင့်

- သင်၏တိရစ္ဆာန်များကို ရွှေ့ပြောင်းပို့



- သင်၏တိရစ္ဆာန်များ နေနိုင်မည့်နေရာ



- သင်၏တိရစ္ဆာန်များ လိုအပ်နိုင်မည့်အစာ



- သင်၏တိရစ္ဆာန်များ လိုအပ်နိုင်မည့်ဆေးဝါးများ



- တိရစ္ဆာန်ဆရာဝန်ကို ဆက်သွယ်ပုံ။



သင့်အတွက် အချက်အလက်များကို ရေးထားပါ

သင့်တိရစ္ဆာန်များအကြောင်းနှင့် အရေးပေါ်အခြေအနေတွင် ၎င်းတို့ကို မည်သို့ပြုစုစောင့်ရှောက်ရမည့်အကြောင်း အချက်အလက်များကို ရေးထားပါ။



သင့်တိရစ္ဆာန်ဆေးကုဆရာဝန်အတွက် အမည်နှင့် ဆက်သွယ်ရန် အချက်အလက်များကို ရေးပါ။



အရေးပေါ်သုံးလက်ဆွဲအိတ် ထုပ်ထားပါ

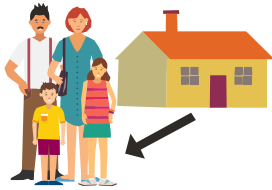
အောက်ပါတို့အတွက် သင့်အား ကူညီနိုင်သောပစ္စည်းများ

ပါရှိသည့် **အရေးပေါ်သုံး လက်ဆွဲအိတ်** ရှိရန် အရေးကြီးပါသည်



- အရေးပေါ်အခြေအနေတွင် အိမ်၌ နေရသောအခါ

သို့မဟုတ်



- အရေးပေါ်အခြေအနေတွင် အိမ်မှ ထွက်ခွာသောအခါ။

သင့် အရေးပေါ်သုံးလက်ဆွဲအိတ်တွင် အောက်ပါတို့

ပါရှိသင့်သည်



- ကြာရှည်ခံသောအစားအစာ
 - ဥပမာ- စည်သွတ်ဘူး



- ၃ ရက်စာ သို့မဟုတ် ထို့ထက်ပိုသော သောက်ရေ

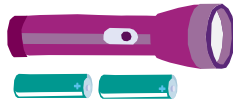


- အဝတ်အစားများ။

သင့် အရေးပေါ်သုံးလက်ဆွဲအိတ်တွင် ဆေးဝါးများလည်း



• ပါသင့်သည်



• ဓါတ်မီးနှင့် ဓါတ်ခဲ



• သင့်အတွက် အထူးလိုအပ်သော ပစ္စည်းများ
– ဥပမာ- ဓာတ်ပုံများ။



သင့်ကလေးများကို အရေးပေါ်အခြေအနေတွင်
သူတို့ယူသွားချင်သော ပစ္စည်းများကို မေးနိုင်ပါသည်။
ဥပမာ - ဝက်ဝံရုပ်။



သင့်အတွက် အချက်အလက်များကို ရေးထားပါ

**သင်နှင့်အတူ ယူဆောင်သွားလိုသော သင့်အိမ်ရှိ
အရေးကြီးပစ္စည်းစာရင်းကို ရေးထားပါ။**

အရေးကြီးစာရွက်စာတမ်းမိတ္တူများကို သင့်လက်ဆွဲအိတ်တွင် သိမ်းဆည်းထားသင့်သည်။

ဥပမာအားဖြင့်

- မွေးစာရင်း

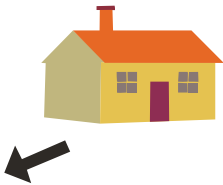


- အာမခံစာရွက်စာတမ်းများ

- နိုင်ငံကူးလက်မှတ်



- သေတမ်းစာ။

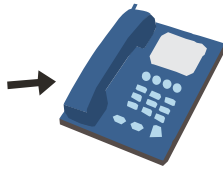


သင့်အိမ်နှင့်ဝေးရာ လုံခြုံသောနေရာတွင်လည်း အရေးကြီး စာရွက်စာတမ်းမိတ္တူများကို သိမ်းဆည်းထားသင့်သည်။ ဥပမာအားဖြင့် သင်၏အထောက်အကူကွန်ရက်တွင်းရှိ လူတစ်ဦးနှင့်။



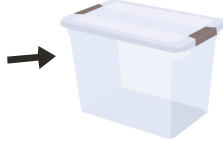
သင့်အတွက် အချက်အလက်များကို ရေးထားပါ

**သင့်၏ အရေးကြီးစာရွက်စာတမ်းများ၏
အသေးစိတ်အချက်အလက်များကို ရေးထားပါ။**



အောက်ပါတို့ကိုလုပ်ထားခြင်းက အတွေးကောင်းတစ်ခုဖြစ်သည်

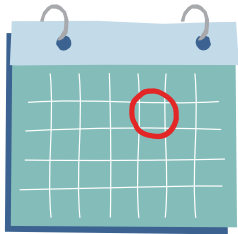
- သင်၏ အရေးပေါ်အစီအစဉ်ကို အနီးအနားတွင်ထားရန်



- သင့်အစီအစဉ်၏မိတ္တူကို သင်၏အရေးပေါ်လက်ဆွဲအိတ်တွင် ထည့်ထားရန်



- သင့်အရေးပေါ်လက်ဆွဲအိတ်ကို ထားသည့်နေရာကို သင့်မိသားစုနှင့် အထောက်အကူကွန်ရက်ကို ပြောပြထားပါ



- သင့်အရေးပေါ်လက်ဆွဲအိတ်ကို နှစ်စဉ်စစ်ဆေးပြီး ဖြည့်ဆည်းထားပါ။



သင့်အတွက် အချက်အလက်များကို ရေးထားပါ

သင်၏ အရေးပေါ်လက်ဆွဲအိတ် ထားရှိမည့်နေရာကို ရေးထားပါ။

___ / ___ / ___

သင့်အရေးပေါ်လက်ဆွဲအိတ် စစ်ဆေးရမည့်ရက်စွဲကို ရေးထားပါ။



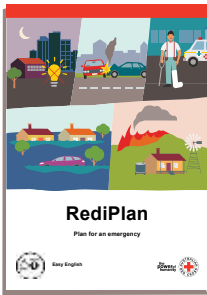
အခြားသူများကို အရေးပေါ်အခြေအနေတစ်ရပ်အတွက် ကြိုတင်ပြင်ဆင်ရန် ကူညီပံ့

အခြားသူများအား အောက်ပါတို့ကို ပြောပြနိုင်သည်

- သင့်အကြောင်း



- အရေးပေါ်အခြေအနေများနှင့် ပတ်သက်၍ သင်သိထားသည်များ



- အရေးပေါ်အစီအစဉ်တစ်ခု ပြုလုပ်ပုံ။



ထပ်ဆောင်းအချက်အလက်များရရှိရန်

ကျွန်ုပ်တို့၏ဝက်ဘ်ဆိုက်သို့ သွားပါ
redcross.org.au/prepare



Lined writing area with 28 horizontal lines for text input.

သင်သည် ဤစာရွက်စာတမ်းကို သင်၏ ကိုယ်ပိုင်စီးပွားရေး
မဟုတ်သောရည်ရွယ်ချက်များအတွက်သာ အသုံးပြုနိုင်သည်။

RediPlan ® သည် မှတ်ပုံတင်ထားသော Australian Red Cross အမှတ်တံဆိပ် ဖြစ်သည်။

© Australian Red Cross၊ မတ်လ 2018။ ဤထုတ်ဝေမှုတွင် မူပိုင်ခွင့် ရှိသည်။
မူပိုင်ခွင့်အက်ဥပဒေ 1968 ပါ ဥပဒေပြဋ္ဌာန်းချက်များနှင့်အညီမှလွဲ၍ မည်သည့်လုပ်ငန်းစဉ်မှ
မည်သည့်အပိုင်းကိုမျှ ပြန်လည် ထုတ်လုပ်ခွင့် မရှိပါ။

Australian Red Cross သည် ဤစာတမ်းပါ အကြောင်းအရာအားလုံးအတွက် မူပိုင်ခွင့်ကို
ရယူထားပြီး ထုတ်ဖော်ရေးသားခွင့်ပြုခြင်းမရှိဘဲ အသုံးပြုခြင်း၊ ကူးယူခြင်း သို့မဟုတ်
ပြန်လည်ထုတ်လုပ်ခြင်းအား တားမြစ်ထားသည်။

ဤထုတ်ဝေမှုကို အင်တာနက်တွင် ရနိုင်သော PDF ဖော်မတ်ပုံစံဖြင့် ရရှိနိုင်ပါသည်။

redcross.org.au/prepare

