

# ပျာနှစ်လီမေသကိးတင်လာ WICအတင်ခွဲးတင်ယင်ဒီးမူဒါတဖန်

ယဒီးန့ၣ်ဘဉ်တင်ဂ့ၢ်တင်ကျိးဘဉ်ယးယတင်ခွဲးယယင်ဒီးယမူဒါတဖန်ဒ်ယမ့ၢ်ပျာနှစ်လီမေသကိးတင်လာ WICန့ၣ်လီယန့ၢ်ဟံလဲယအိဉ်ဒီးတင်ခွဲးတင်ယင်လာ-

- ဒီးန့ၢ်တင်ကျိးထွဲဒီးတင်ဟံလဲလာ WIC အပျာမတင်ဖိတဖန်ဒီးကျးအပျာမတင်ဖိတဖန်လာတင်ထဲသိးတုးသိးလိာ်သးအပူန့ၣ်လီယ.
- ယတင်ဂ့ၢ်တင်ကျိးလာယဟ့ၣ်ထီဉ်ဆူ WIC န့ၣ်ကဘဉ်တင်ဟံအီလဲတင်ခွဲးအပူန့ၣ်လီယ.တင်တဘဉ်ထုးထီဉ်ရုလီဆူပုတဂလ်လံာ်လာတမ့ၢ်ပျာလာ WICအပူလဲတအိဉ်ဒီးယတင်ဟ့ၣ်ခွဲးဘဉ်န့ၣ်လီယ.
- ဒီးန့ၢ်တင်ကျိးဘဉ်ကုဉ်သ့ဘဉ်ယးတင်အိဉ်န့ၢ်ဂံၢ်ဟ့ၣ်ဘါအဂီၢ်ဒီးတင်ဂ့ၢ်တင်ကျိးဘဉ်ယးတင်ကျိးထွဲတင်အိဉ်ဆူအိဉ်ချူဒီးတင်မေတင်မေအဂလဲအမေတင်သ့န့ၣ်လီယ.
- စူးကါတင်ဖိတင်လံာ်လာတင်ဆါအီလဲကျးမ့တမ့ၢ်ကသံဉ်ကျးလာနယုယိးကီၢ်စဲဉ်အပူတဖန်လာအဘဉ်တင်ဟ့ၣ်ဖိဟ့ၣ်ဟ့ၣ်ကမိလဲအတူလိာ် WIC န့ၣ်လီယ.
- ဒီးန့ၢ်တင်အိဉ်တင်အိဉ်အတဖန်လာအဖိးလိာ်သးဒီးယတင်အိဉ်န့ၢ်ဂံၢ်ဟ့ၣ်ဘါအတင်လိာ်ဘဉ်တဖန်.မ့တမ့ၢ်လာယဖိအဂီၢ်န့ၣ်လီယ.
- ယုထီဉ်လာတင်ကဆူတင်ဆူ WICလိာ်ကဝီၢ်ခါစဲးအဂတတီလီယ.
- တင်ဘိးဘဉ်သ့ညါလာဘဉ်မန့ၢ်ယတင်န့ၢ်ဘျးလာ WICအတင်ရဲဉ်တင်ကျိးကတင်ဘဲဒဲးန့ၣ်လဲဉ်.
- ယုတင်စံဉ်ညီဉ်ဒီးကန့ၣ်တင်လာအတက့ၢ်မဲာ်တင်ဖဲယမ့ၢ်တတူလိာ်တင်ဆါတဲာ်ဘဉ်ယးယတင်ကြးတင်ဘဉ်တဖန်အကတီၢ်အခါန့ၣ်လီယ.

တင်ဂ့ၢ်တင်ကျိးလာယဟ့ၣ်ထီဉ်လာကကွဲးလာယမ့ၢ်ပျာကြးပျာဘဉ်ဒီး WIC အတင်ရဲဉ်တင်ကျိးန့ၣ်မ့ၢ်တင်လာအမ့ၢ်တင်တီ.ဒီးဒ်လာယတင်သ့ညါအိဉ်အသိးအဂလဲကတင်န့ၣ်လီယ.ယန့ၢ်ဟံလဲ-

- WICတင်ရဲဉ်တင်ကျိးအပျာမတင်ဖိတဖန်ကကွဲးကဒါက့ၢ်တင်ဂ့ၢ်တင်ကျိးလာယဟ့ၣ်ထီဉ်ဆူအဘဲသ့ညါအိဉ်တဖန်လာကမလီတင်လာအမ့ၢ်တင်လာအမ့ၢ်အတီတဖန်အဂီၢ်န့ၣ်လီယ.
- ယမ့ၢ်ရဲဉ်ကျိးလာကသုးယလီၢ်,ဆိတလဲလိတဲစီနီဉ်ဂံၢ်,တင်န့ၣ်လီလာယဟံဉ်ဖိယိတဂလ်လံာ်အတင်ဆိတလဲ.မ့တမ့ၢ်ယမ့ၢ်အိဉ်ဒီးဆိတလဲကွဲးဆူ WICအဘဲဒီးအဂတတီတီန့ၣ်.ယကဘဉ်ဘိးဘဉ်သ့ညါယ WICလိာ်ကဝီၢ်အဘဲဒီးန့ၣ်လီယ.
- ယမ့ၢ်ဟ့ၣ်တင်ဂ့ၢ်တင်ကျိးလာအကမဉ်မ့တမ့ၢ်လာကကဲထီဉ်တင်ကမဉ်သ့လာအိဉ်ဟံစါဒီးတင်ပညီဉ်လာကဒီးန့ၢ်တင်န့ၢ်ဘျးလာ WICအတင်ရဲဉ်တင်ကျိးအဂီၢ်န့ၣ်.ယကဘဉ်ဟ့ၣ်ကဒါက့ၢ်တင်န့ၢ်ဘျးလာယဒီးန့ၢ်တဖန်ဆူကီၢ်စဲဉ်အအိဉ်ခဲလဲဒဲးဆူန့ၣ်လီယ.ယကဘဉ်တင်လိာ်ဘါလိာ်ကျိးလာကမဉ်သဲးဒီးဖိလဲလာနယုယိးကီၢ်စဲဉ်အဘဲဒဲးရဲဉ်ကျိးန့ၣ်လီယ.
- ယကန့ၣ်လီမေသကိးတင်ထဲလာ WIC တင်ရဲဉ်တင်ကျိးမ့တမ့ၢ်တင်ဟ့ၣ်စါတင်အိဉ်တင်အိဉ်အဂ(Commodity Supplemental Food Program - CSFP)န့ၣ်လီယ.ယအုဉ်သးလာခဲအါန့ၣ်ယတဆဲးလီမံလာ WICအတင်ရဲဉ်တင်ကျိးအဂမ့တမ့ၢ် CSFP ဘဉ်န့ၣ်လီယ.
- WIC အတင်အိဉ်တင်အိဉ်တဖန်မ့ၢ်ဒဲးတင်ထဲလာပျာနှစ်လီမေသကိးတင်အဟံဉ်ဖိယိဖိအဂီၢ်န့ၣ်လီယ.ယအါမ့တမ့ၢ်ဟ့ၣ်ကွဲး WICအတင်အိဉ်တင်အိဉ်တဖန်ဒီး WICအခွဲးလဲးမးတဖန်တသ့ဘဉ်န့ၣ်လီယ.
- ယမ့ၢ်လိာ်ဘဉ်လာတင်ကဆိတလဲယတင်အိဉ်အဘိဉ်မ့တမ့ၢ်မပတုဉ်ကွဲးလာတင်ဆါကတီၢ်ဖုဉ်ကီၢ်ဖိန့ၣ်.ယကဘဉ်ကိးယလိာ်ကဝီၢ် WICအဘဲဒီးန့ၣ်လီယ.

ယသ့ညါလာလိာ်ကဝီၢ်ခါစဲးတဖန်ကဟ့ၣ်ယတင်အိဉ်ဆူအိဉ်အတင်မေတင်ဒီးတင်ဟ့ၣ်တင်သ့ညါန့ၢ်ဟံဘဉ်ယးတင်အိဉ်န့ၢ်ဂံၢ်ဟ့ၣ်ဘါလာယဂီၢ်.ဒီးယဘဉ်တင်ဟ့ၣ်ဂံၢ်ဟ့ၣ်ဘါလာကန့ၣ်လီမေသကိးတင်လာတင်မေတဖန်အံးန့ၣ်လီယ.

ယယုသကွဲးကညးတင်ဆါတဲာ်တမံလဲလာဘဉ်တင်ဆါတဲာ်ခိဖိလဲလာလိာ်ကဝီၢ်ခါစဲးကရတဖန်ဘဉ်ယးယတင်ကြးတင်ဘဉ်ဒီးတင်ရဲဉ်တင်ကျိးအဂီၢ်န့ၣ်လီယ.

ယသ့ညါလာတင်ဟံပနီဉ်တဖန်လာတင်ကြးတင်ဘဉ်ဒီးတင်န့ၣ်လီမေသကိးတင်လာ WICအတင်ရဲဉ်တင်ကျိးန့ၣ်မ့ၢ်တင်ဒ်သိးလိာ်သးလာပျာကိးကဒီးအဂီၢ်.လာတအိဉ်ဒီးတင်ကျိးမဲာ်လာပျာကလုဉ်န့ၣ်.ပျာဖဲးဘုဉ်အလျှံ.ပျာထုလဲဖိ.သးန့ၣ်.နီၢ်ခိတင်သ့တင်ဘဉ်.မ့တမ့ၢ်တင်ကဲမုဉ်ခါဘဉ်န့ၣ်လီယ.

## တင်အံးမ့ၢ်တင်အုဉ်အသးအတင်ဂ့ၢ်တင်ကျိးလာယဆဲးလီယမံလာခိဉ်ဖျူထာဉ်အကျိးအကျဲတချးလာယဒီးန့ၢ်ဘဉ် WICအခွဲးလဲးမးန့ၣ်လီယ-

တင်ဟ့ၣ်ကုဉ်ဟ့ၣ်ဖးယဘဉ်ယးယတင်ခွဲးတင်ယင်ဒီးတင်လာအလီဘဉ်ယတဖန်လာ WICအတင်ရဲဉ်တင်ကျိးအပူန့ၣ်လီယ.ယအုဉ်သးလာတင်ဂ့ၢ်တင်ကျိးလာယဟ့ၣ်ထီဉ်အီလဲတင်ဆါတဲာ်ယတင်ကြးတင်ဘဉ်အဂီၢ်န့ၣ်မ့ၢ်တင်အလဲအပျာဒီးမ့ၢ်ဒ်ယတင်သ့ညါအိဉ်အသိးအဂလဲကတင်န့ၣ်လီယ.တင်ဂ့ၢ်တင်ကျိးတဖန်အံးဘဉ်တင်ဟ့ၣ်အီလဲလာကဒီးန့ၢ် WICအတင်န့ၢ်ဘျးတဖန်အဂီၢ်ဒီးယန့ၢ်ဟံလဲလာလိာ်ကဝီၢ်မ့တမ့ၢ်ကီၢ်စဲဉ်အဘဲဒီးအဂတတီတီန့ၣ်.ဒီးယန့ၢ်ဟံလဲလာတင်မ့ၢ်ဟံဖျူထီဉ်လာတမ့ၢ်တတီဘဉ်န့ၣ်ယကဘဉ်တင်လိာ်ကျိးယလာတင်မေကမဉ်သဲးဒီးကီၢ်စဲဉ်ဒီး မ့တမ့ၢ်ဖဲဒဲးရဲဉ်ကမ့ၢ်ဒီးကွဲးမ့ၢ်အသဲးအိဉ်အသိးန့ၣ်လီယ.တင်ဟံဖျူထီဉ်တင်တမ့ၢ်တတီဘဉ်န့ၣ်ပုဉ်ယုဉ်ဝဲ.ဘဉ်ဆဉ်တဘဉ်တင်ဟံပနီဉ်လာအမ့ၢ်တင်မေကဘျးကဘျဉ်တင်.တင်မေဘဉ်မေဘာတင်မ့တမ့ၢ်ဟံလဲလုဉ်ဟံဉ်ဖိယိဖိအတင်ဟံန့ၣ်တဖန်.န့ၣ်ဖိထီဉ်အနီဉ်ဂံၢ်နီဉ်ဒူး.တင်ကူမီယါဘျဉ်တင်ဂ့ၢ်ထီဉ်.တင်အိဉ်ဆူအိဉ်ချူ အဂ့ၢ်.ဒီးတင်အိဉ်တင်ဆိးအလီတဖန်န့ၣ်လီယ.ယန့ၢ်ဟံလဲလာတင်ဝဲန့ၣ်ဒူးကဲထီဉ်တင်မေတင်တတီတလီမ့တမ့ၢ်တင်လာအဒူးကဲထီဉ်လာအတမ့ၢ်တတီဘဉ်မ့တမ့ၢ်တင်ဟံဖျူထီဉ်လာအကမဉ်.တင်ဟံဘဉ်ဟံဘါမ့တမ့ၢ်

ဟ်ခူသ့တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤလၢကဒုးအိၣ်ထီၣ်တၢ်ယုထၢထီၣ်ယကံၢ်ယစိၤလၢအကမၣ်ဒီးကဘၣ်ဟ့ၣ်ကဒါက့ၤတၢ်အိၣ်တၢ်အိၣ်လၢယဒီးန့ၢ်ဘၢတၢ်လံၤအိၣ်မ့ၢ်တဒီးန့ၢ်ဘၣ်တဖၣ် မ့ၢ်ဂ့ၢ်အပူၤန့ၣ်လီၤလၢခံကတၢ်ယန့ၢ်ဟ်လၢယမ့ၢ်မၤယုၣ်မၤသကိးတၢ်ထဲဒၣ်လၢ WIC အတၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျဲၤတခါဒီးမ့ၢ်တမ့ၢ်တၢ်ဟ့ၣ်တၢ်အိၣ်တၢ်အိၣ်အပူၤ (Commodity Supplemental Food Program - CSFP) မ့ၢ်တမ့ၢ်ဒီးခဲအံၤယအုၣ်ယသးလၢယတဆဲးလီၤယမံၤလ့ၤယအတၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျဲၤမ့ၢ်တမ့ၢ် Commodity Supplemental Food Program (CSFP) နီတဖုဘၣ်န့ၣ်လီၤယယုကညးလၢတၢ်ကထုးထီၣ်န့ၢ်ယဒီးလဲးမးလၢတန့ၣ်ညါအံၤန့ၣ်လီၤ.

တၢ်ယုထီၣ်တၢ်စံၣ်ညီၣ်ဒီးကန့ၣ်လၢတက့ၢ်မဲၣ်တၢ်

န့ၢ်ဘၣ်တၢ်သမၤက့ၢ်န့ၣ်လၢတၢ်န့ၣ်လီၤမၤသကိးတၢ်မ့ၢ်တမ့ၢ်တၢ်ယုထၢထီၣ်န့ၣ်လၢ WIC အတၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျဲၤဘၣ်န့ၣ်. နအိၣ်ဒီးတၢ်ခွဲးတၢ်ယာ်လၢနကယုထီၣ် တၢ်စံၣ်ညီၣ်ဒီးကန့ၣ်လၢအတက့ၢ်မဲၣ်တၢ်ဘၣ်ဖဲန့ၢ်တတူၢ်လီၤတၢ်ဆၢတဲာ်ဘၣ်အခါန့ၣ်လီၤ. နကဘၣ်ကွဲးလံာ်ဘိးဘၣ်သ့ၣ်ညါဘၣ်ယးနတၢ်ခွဲးတၢ်ယာ်လၢတၢ်ကစံၣ် ညီၣ်ဒီးကန့ၣ်လၢတအိၣ်ဒီးတၢ်ကွဲးမဲၣ်အဂီၢ်န့ၣ်လီၤ. နကဘၣ်ကိးတၢ်အိၣ်ဖျိၣ်သကိးဒီးလီၤကဝီၤတၢ်ကရကရိတဖၣ်လၢတၢ်ဆၢကတီၢ်န့ၣ်သိအတီၢ်ပုၤဒ်သိးနကတၢ် ပီၣ်သကိးနတၢ်ဘၣ်ယိၣ်တဖၣ်တချုးလၢနယုထီၣ်တၢ်စံၣ်ညီၣ်ဒီးကန့ၣ်လၢအတက့ၢ်မဲၣ်တၢ်ဘၣ်ဖဲဘၣ်အခါန့ၣ်လီၤ. နကဘၣ်ဆဲးကျိးဒီးလီၤကဝီၤတၢ်ကရကရိဒီးယု ထီၣ်တၢ်စံၣ်ညီၣ်ဒီးကန့ၣ်လၢအတက့ၢ်မဲၣ်တၢ်ဘၣ်လၢတၢ်သမၤက့ၢ်မ့ၢ်တမ့ၢ်တၢ်ယုထၢန့ၣ်ဘၣ်ခဲအလီၤခဲအသိ 60 အတီၢ်ပုၤန့ၣ်လီၤ. လီၤကဝီၤတၢ်ကရကရိအပူၤမၤတၢ်ဖဲ မၤစၢၤန့ၣ်လၢနကမၤပုၤတၢ်ဆိးထီၣ်တၢ်ဂ့ၢ်အလံာ်တက့ၢ်သ့န့ၣ်လီၤ.

**USDA တၢ်တက့ၢ်တလီၤတၢ်အလံာ်ဟ်ဖျါ**

ကီၢ်အခဲကတၢ်သ့ၣ်တၢ်ဖျးအဝဲကျိၤ (U.S. Department of Agriculture) ဩဝဲဒၣ်ဘၣ်ယးဒီးတၢ်ကွဲးမဲၣ်ထီၣ်ဒါပုၤစူးကါတၢ်မၤစၢၤတဖၣ်. ပုၤမၤတၢ်ဖိတဖၣ်ဒီးပုၤပတံထီၣ်တၢ်မၤလၢခိဖျိအကလုာ်. အဖံးအညၣ်အလဲၣ်. အတၢ်ကဲပုၤထုလံၤဖိ. သးန့ၣ်. က့ၢ်ဂီၤတလၢပုၤ. တၢ်ကဲမ့ၢ်ခါ. တၢ်ကဲမ့ၢ်ကဲခါ. တၢ်ဘျီတၢ်ဘါ. တၢ်မၤကၣ်ကဒါက့ၤတၢ်. ဒီးတၢ်တမံၤလၢလၢအဘၣ်ထွဲဒီးထံၣ်ကီၢ်သဲးအတၢ်စ့ၢ်တၢ်န့ၣ်အဂ့ၢ်. အတၢ်ဆိဟံၣ်ဆိယိတၢ်အိၣ်သး. န့ၣ်ဖိထၢဖိမ့ၢ်တမ့ၢ်မိၢ်ပၢ်အတၢ်အိၣ်သး. မ့ၢ်ခါသ့ၣ်ထံးအတၢ်လိၣ်ဘၣ်. မ့ၢ်တမ့ၢ်ပုၤခဲလၢမ့ၢ်တမ့ၢ်ပုၤတက့ၢ်စ့ၢ်စ့ၢ်အတၢ်ဟဲန့ၣ်လၢအဒီးန့ၢ်ဘၣ်ဝဲဒၣ်ခိဖျိကမ့ၢ်တၢ်ဆိၣ်ထွဲမၤစၢၤအတၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျဲၤတမံၤလၢလၢမ့ၢ်တမ့ၢ် တၢ်ဒီးလဲတၢ်အဂ့ၢ်အကျိၤလၢအဒီးသးပုၤမၤတၢ်ဖိမ့ၢ်တမ့ၢ်လၢတၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျဲၤတမံၤလၢလၢမ့ၢ်တမ့ၢ်ဟူးတၢ်ဂဲလၢဘၣ်တၢ်မၤအိၣ်မ့ၢ်တမ့ၢ်ဘၣ်တၢ်ဆိၣ်ထွဲမၤစၢၤခိဖျိလၢ ဝဲကျိၤန့ၣ်လီၤ. (တမ့ၢ်လၢတၢ်ကစူးကါတၢ်ဩဝဲဒၣ်တဖၣ်လၢတၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျဲၤဒီး မ့ၢ်တမ့ၢ်ပုၤမၤတၢ်ဖိအတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲလၢခဲလၢအဂီၢ်န့ၣ်ဘၣ်.)

န့ၢ်ဆဲၣ်ဒီးပတံထီၣ်ထံဖိကီၢ်ဖိအတၢ်ခွဲးတၢ်ယာ်အတၢ်တီၢ်ကျဲၤလၢတၢ်ဆိးထီၣ်တၢ်ကွဲးမဲၣ်တလီၤအဂီၢ် (Civil Rights program complaint of discrimination) န့ၣ်. မၤပုၤ USDA တၢ်ကွဲးမဲၣ်တလီၤအတၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျဲၤအလံာ်တက့ၢ် (USDA Program Discrimination Complaint Form) . လၢနကယုထံၣ်န့ၢ်အိၣ်သ့ၣ်လၢအထီၣ်န့ၣ်ဖိခိၣ်ဖဲ [http://www.ascr.usda.gov/complaint\\_filing\\_cust.html](http://www.ascr.usda.gov/complaint_filing_cust.html) မ့ၢ်တမ့ၢ် USDA အဝဲဒၣ်. မ့ၢ်တမ့ၢ် ကိးလိတဲစီနီၣ်ဂံၢ် (866)632-9992 လၢကယုထီၣ်လံာ်တက့ၢ်အဂီၢ်တက့ၢ်. နကွဲးလံာ်ပရၢယုဒီးတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤလၢနယုထီၣ်ခဲလၢလံာ်တက့ၢ်အပူၤန့ၣ်သ့လီၤ. ဆုထီၣ်နတၢ်ဆိးထီၣ်တၢ်ဂ့ၢ်အလံာ်တက့ၢ်လၢနမၤပုၤအိၣ်ထံမ့ၢ်တမ့ၢ်လံာ်ပရၢယုအိၣ်ခိဖျိ U.S. Department of Agriculture, Director, Office of Adjudication, 1400 Independence Avenue, S.W., Washington, D.C. 20250-9410, ခိဖျိလၢဖဲ(စ) နီၣ်ဂံၢ် (202) 690-7442 မ့ၢ်တမ့ၢ်ဆုလိပရၢယု [program.intake@usda.gov](mailto:program.intake@usda.gov) တက့ၢ်.

ပုၤတက့ၢ်လၢလၢနတၢ်အာ. န့ၢ်ယုမ့ၢ်တမ့ၢ်တဲတၢ်တသ့ဘၣ်တဖၣ်န့ၣ်ဆဲးကျိး USDA ခိဖျိ Federal Relay Service လၢလိတဲစီနီၣ်ဂံၢ် (800) 877-8339 မ့ၢ်တမ့ၢ် (800) 845-6136 (စပုၣ်က့ၢ်)

USDA မ့ၢ်တမ့ၢ်မၤကစၢ်လၢအဟ့ၣ်တၢ်ခွဲးတၢ်ယာ်လၢအထဲသိးတုၤသိးန့ၣ်လီၤ.

**နယုယိးကီၢ်စံၣ်တၢ်ကွဲးမဲၣ်တလီၤတၢ်အလံာ်ဟ်ဖျါ**

နယုယိးကီၢ်စံၣ်တၢ်ကွဲးမဲၣ်တလီၤတၢ်အလံာ်ဟ်ဖျါအဒီးသန့ထီၣ်အသးခိဖျိလၢတၢ်သိၣ်တၢ်သိအမိၢ်ပုၤ. ဟံၣ်ဖိယိဖိအတၢ်အိၣ်သးဒီးမ့ၢ်ခါအတၢ်ဟ်သ့ၣ်ဟ်သးန့ၣ်လီၤ.

ပုၤလၢအန့ၣ်ဝဲလၢအဘၣ်တၢ်ကွဲးမဲၣ်တလီၤအိၣ်ဖျိတၢ်ဂ့ၢ်လၢအဒီးသန့ထီၣ်သးလၢနယုယိးကီၢ်စံၣ်ပုၤဂီၤခွဲးယာ်သဲစးတၢ်ဘျါ (New York State Human Rights Law) အဖိခိၣ်န့ၣ်ကဘၣ်ကိးဝဲဒၣ် Growing Up Healthy Hotline လိတဲစီနီၣ်ဂံၢ် 1-800-522-5006 မ့ၢ်တမ့ၢ်ကွဲးလံာ်ပရၢယု WIC Program Director, NYSDOH, Riverview Center, 6th Floor West, Room 650, 150 Broadway, Albany NY 12204 တက့ၢ်.

