**Myanmar (Burma)**

RIKU
RIKOSUHRIPÄIVYSTYS

# ရာဇဝတ်မှုကျူးလွန်ခံရသူများအတွက် အချိန်ပြည့်ဆောင်ရွက်ပေးခြင်း

## ရာဇဝတ်ကျူးလွန်မှုခံရသူများအတွက်အထောက်အကူနှင့်လမ်းညွှန်မှုပေးခြင်း

### ရာဇဝတ်မှုကျူးလွန်ခံရသူများအတွက်အချိန်ပြည့်ဆောင်ရွက်ပေးခြင်း (အတိုချုပ်အားဖြင့် "ရိကူ")

ရိကူ၏ရည်ရွယ်ချက်မှာ ရာဇဝတ်မှုကျူးလွန်ခြင်းခံရသူများ ၏ အခြေအနေတိုးတက်လာရန်အတွက်ထိရောက်စေရန် နှင့် အကူအညီရရှိရန်အတွက်မထင်မရှားလမ်းစဖေါ်ပေးခြင်း ဖြစ်သည်။

ရိကူအနေနှင့်ရာဇဝတ်ကျူးလွန်မှုခံရသူများ၊၎င်းတို့နှင့်နီးစပ်သည့်သူများနှင့် ရာဇဝတ်မှုများတွင် သက်သေလိုက် ရသူများအတွက် အထောက်အကူနှင့်လမ်းညွှန်မှုပြုခြင်းတို့ကိုကမ်းလှမ်းသည်။ ဤကဲ့သို့ဝန်ဆောင်ပေးခြင်း၏ရည်ရွယ်ချက်မှာတိုက်ရိုက်သက်ဆိုင်သည့်အုပ်စုအနေနှင့်ဆက်လက်ရှင်သန်နိုင်ရေးနှင့်၎င်းတို့၏လုံခြုံရေးအတွက်အခွင့်အရေးကိုအကောင်အထည်ဖေါ်ရန်အထောက်အကူပြုပေးခြင်းဖြစ်သည်။ဝန်ဆောင်ပေးသည့်ဌါနအများစုမှာကျွမ်းကျင်မှုပညာရှင်များ၏ညွှန်ကြားမှုအောက်တွင်လုပ်အားပေးဆောင်ရွက်လျှက်ရှိသူများနှင့်အဓိကအားဖြင့်အခြေခံလျှက် လုပ်ကိုင်ဆောင်ရွက်ကြသည်။ ကိုယ်ပိုင် အခွင့်အရေးကို ကိုယ်တိုင်တောင်းဆိုသည့်သူများကို လေးစားပြီး၊ ကျွန်ုပ်တို့၏ ကျွမ်းကျင်မှုပညာနှင့်ပတ်သက်ပြီးလျှို့ဝှက်ထားရမည်။ဝန်ဆောင်ပေးမှုအားလုံးသည်အခမဲ့ဖြစ်သည်။ (အခြေခံဖုန်းခမှလွဲ၍)

**အကယ်၍**

- အကယ်၍ သင်သည်ရာဝတ်မှုကျူးလွန်ခြင်းကို ခံရသူ (သို့မဟုတ်) ခံရသည်ဟုသံသယဖြစ်ပါက
- သင်နှင့်နီးစပ်သူ၊ ရင်းနီးသူသည်ရာဇဝတ်ကျူးလွန်မှုကိုခံရပါက
- ရာဇဝတ်မှုတွင်သက်သေအဖြစ်လိုက်ရပါက
- သင်၏ရာဇဝတ်မှုနှင့်ပတ်သက်သည့်အတွေ့အကြုံကို ဆွေးနွေးလိုပါက

**ရိကူဝန်ဆောင်ပေးမှုများသည်သင့်အတွက်ဖြစ်သည်။**

**တစ်ဦးချင်းပုဂ္ဂိုလ်အရအထောက်အကူပြုပေးခြင်း**

လိုအပ်ပါက၊ တစ်ဦးချင်းပုဂ္ဂိုလ်အရအထောက်အကူပေးသည့်ပုဂ္ဂိုလ်ကိုရနိုင်သည်။ ၎င်းအနေနှင့်စစ်ဆေးမေးမြန်းခြင်းပြုသောအချိန်များတွင်ရဲဌါနနှင့်တရားရုံးသို့သာမကအနီးကပ်လာရောက်သည်ကို တားမြစ်ခြင်း (သို့မဟုတ်) လျော်ကြေးများတောင်းခံရန်လျှောက်ထားခြင်းတို့တွင်အကူအညီပြုနိုင်သည်။ ပုဂ္ဂိုလ်ရေးအရအထောက်အကူပြုသူနှင့်သင်၏အတွေ့အကြုံများကိုဆွေးနွေးနိုင်ပြီး၊ မည်ကဲ့သို့ရှေ့ဆက်လုပ်ဆောင်ရန်အတွက်ဖြစ်နိုင်ခြေ တို့ကိုဆွေးနွေးနိုင်သည်။

**အကူအညီပေးသည့်ဖုန်း ၀၂၀၃ ၁၆၁၁၆**

ဝန်ဆောင်သည့်အချိန်များမှာ တနင်္လာ — အင်္ဂါနေ့များတွင်နေ့လည် ၁ နာရီမှ ည ၉နာရီအထိ၊ ဗုဒ္ဓဟူး – သောကြာ ညနေ ၅ နာရီမှ ၉နာရီ၊ ရာဇဝတ်မှုနှင့်ဆက်နွယ်သည့် ကိစ္စ များကို ဖုန်းဖြင့် အကြံပြုမှုနှင့် လမ်းညွှန်မှုများကိုရသည်။

**ရှေ့နေများ၏ ဖုန်းဖြင့်အကြံပြုမှု ၀၂၀၃ ၁၆၁၁၇**

တနင်္လာနေ့ကြာသပတေးနေ့ညနေ၅နာရီမှ၇နာရီအထိဝန်ဆောင်ပေးသည်။အကြံပြုသည့်ဌါနမှဥပဒေအရသင်၏ခံစားခွင့်များကိုမေးမြန်းစစ်ဆေးပေးနိုင်သည်သာမက၎င်းတို့နှင့်ပတ်သက်သည့်လမ်းညွှန်မှုများကိုလည်းရရှိနိုင်သည်။

**WWW.RIKUNET.FI**

အင်တာနက်ထဲရှိရိကူနက်မှတစ်ဆင့်ရာဇဝတ်မှုနှင့်ပတ်သက်သည့်သင်မေးလိုသည့်မေးခွန်းများကိုစာဖြင့်ရေးသားထားသည့်၎င်းမေးခွန်းများ၏အဖြေကိုစိတ်ချယုံကြည်စွာနှင့်အကြောင်းအရာများမပေါက်ကြားရန်ဝန်ဆောင်ပေးသည်။

**ရိကူမိုဘီးလီ ၁၈၁၈၄**

ရိကူမိုဘီးလီသည်စာပို့ရသည့်ဝန်ဆောင်ပေးမှုဖြစ်သည်။ အစအနေနှင့် " ရိကူ" RIKU ဟုရေးပြီး၊ နံပါတ် ၁၈၁၈၄ သို့ပို့ပါ။ နံပါတ်ကို မှတ်မိရန်သိမ်းထားပါ။

**FACEBOOK**

ရိကူသည်ယခုအခါအင်တာနက် FACEBOOK ထဲတွင်ရှိသည်။အကယ်၍သင့်တွင်မေးမြန်းလိုသည့်အကြောင်းအရာရှိပါကအင်တာနက်စာမျက်နှာ၏တာဝန်ခံ tiina.rantanen@riku.fiကိုဆက်သွယ်ပါ။ အကျွမ်းတဝင်ဖြစ်အောင်ပြုလုပ်ပြီးစတင်အသုံးပြုပါ။

**www.riku.fi**

ရိကူအင်တာနက်စာမျက်နှာမှရိကူအကြောင်းကိုပိုသိနိုင်ပြီး၊လမ်းညွှန်မှုနှင့်အကြံပြုမှုများသာမကအခြားသောအကြောင်းအရာများကိုဘာသာစကားအတော်များများဖြင့်ရနိုင်သည်။

**လုပ်ကိုင်ဆောင်ရွက်ပေးနိုင်ရန်အတွက်အခွင့်အရေးများ**

ရိကူတွင်ဗဟိုဌါနချုပ်ရုံး၊နယ်မြေရုံး၇ခုနှင့်ဝန်ဆောင်ပေးသည့်ဌါနပေါင်း ၂၇ ခုရှိသည်။ လခစား ကျွမ်းကျင်မှု ပညာရှင်အယောက် ၂၀ရှိပြီး၊လုပ်ငန်းများလုပ်ဆောင်ရန်တွက်ပညာပေးသင်တန်းတက်ထားသူလုပ်အားပေး ၃၀၀ လုပ်ဆောင်ရန် ရွေးချယ် ထားပြီးဖြစ်သည်။ ရိကူကို ငွေအားဖြင့်အများဆုံး ထောက်ပံ့သူများ မှာ Raha-automaattiyhdistys အဖွဲ့အစည်း နှင့် နိုင်ငံတော်အစိုးရဖြစ်သည်။

ရိကူနှင့်တွဲဖက်ပြီးလုပ်ကိုင်ဆောင်ရွက်ကြသည့်အဖွဲ့အစည်းများမှာ Ensi-ja turvakotienliitto,Mannerheim ကလေးများ၏လုံခြုံမှုသမဂ္ဂ၊ Suomen Mielenterveys-seura၊ ဖင်လန်နိုင်ငံ၏ကြက်ခြေနီ အဖွဲ့၊Naisasialiitto Unioni နှင့် Kirkkohallitus, Suomen Setlementtiliitonတို့နှင့်ညှိနှိုင်းဆောင်ရွက်မှုများဖြစ်သည်