

# အကြောင်းအရာ

ပြည်ပတွင်မွေးဖွားမှု လူဦးရေ

- လူဦးရေ ၆.၃ မီလီယံသည် ပြည်ပတွင်မွေးဖွားသူများဖြစ်ပါသည်။ (အမေရိကန်နိုင်ငံ လူဦးရေ၏ ၁၃.၉ ရာခိုင်နှုန်းဖြစ်ပါသည်)
- လူဦးရေ ၄.၄၆ မီလီယံသည် နယူးယောက်ပြည်နယ်တွင်နေထိုင်ပါသည်။ (၂၂.၇ ရာခိုင်နှုန်း)
- အီရီကောင်တီတွင် ၇၀,၀၀၀ နေထိုင်ပါသည်။ (၇.၄ ရာခိုင်နှုန်း)
- ဘတ်ဖလိုမြို့တွင် ၃၀,၀၀၀ နေပါသည်။ (၁၀.၈ ရာခိုင်နှုန်း)

နယူးယောက်သို့ အသစ်ရောက်ရှိလာသူများ

အောက်ပါလူဦးရေတို့သည် နယူးယောက်သို့ရောက်ရှိလာခြင်း သို့မဟုတ် မကြာသေးမီက ရရှိနိုင်သည့် ၂၀၂၂ ခုနှစ်တွင် ၎င်းတို့၏ လူဝင်မှုကြီးကြပ်ရေး အခြေအနေကိုပြောင်းလဲရန် လျှောက်ထားကြပါသည်။

- ဒုက္ခသည် ၁,၃၉၉ ဦး
- နိုင်ငံခိုလှုံခွင့်တောင်းသူ ၇,၄၁၀ ဦး
- “ဂရင်းကတ်” ကိုင်ဆောင်သူ ၁၁၁,၃၁၀ ဦး
- ယာယီဖိစီးဖြင့် နေထိုင်သူ ၄,၂၂၉,၂၄၀ ဦး

**ဒုက္ခသည်**ဆိုသည်မှာ လူမျိုး၊ ဘာသာ၊ လူမျိုးရေး၊ လူမှုရေး၊ သီးသန့်အဖွဲ့အစည်းတစ်ခုတွင် အဖွဲ့ဝင်ဖြစ်နေခြင်း သို့မဟုတ် နိုင်ငံရေးအမြင်မတူသောကြောင့် ဖိနှိပ်ခံထားရသောကြောင့် မိမိနိုင်ငံတွင် နေထိုင်နိုင်ခွင့်မရှိခြင်း သို့မဟုတ် မိမိနိုင်ငံသို့ ပြန်လည်နေထိုင်လိုခြင်းမရှိတော့သော ပုဂ္ဂိုလ်တို့ဖြစ်ပါသည်။

**နေထိုင်ခွင့်တောင်းခံသူဆိုသည်မှာ** ဒုက္ခသည်ဟုခေါ်ဆိုနိုင်သော အချက်အလက်များနှင့် ကိုက်ညီမှုဖြစ်ပြီး အမေရိကန်နိုင်ငံတွင် နေထိုင်နေပြီး သို့မဟုတ် ပြည်တွင်းသို့ဝင်နိုင်သောလမ်းကြောင်းတစ်ခုခုကို ရှာဖွေနေသူဖြစ်ပါသည်။

# မြို့နေပြည်သူများနှင့်ဆိုင်သော အဖွဲ့အစည်းများ

စီစဉ်ညွှန်ကြားသူများသည် ဤလူထုဆွေးနွေးခန်းတွင် ပါဝင်သည့် အဖွဲ့အစည်းအားလုံးကို ကျေးဇူးတင်ကြောင်းဖော်ပြလိုပါသည်။

- Asian Mental Health Counseling
- Buffalo Immigrant Leadership Team
- Buffalo String Works
- Catholic Charities of Buffalo
- International Institute of Buffalo
- Jewish Family Services of WNY
- Journey’s End Refugee Services
- Justice for Migrant Families
- Karen Society of Buffalo
- New York Immigration Coalition
- Partnership for the Public Good
- RAHAMA
- St. Joseph’s University Parish
- Stitch Buffalo
- WEDI Buffalo

စီစဉ်ကြီးကြပ်သူများသည်လည်း ရွှေ့ပြောင်းမိသားစုများအား တရားမျှတမှုနှင့် ဂျာနီအန်းဒုက္ခသည်ဆိုင်ရာဝန်ဆောင်မှုတို့ကိုလည်း ဤပွဲတွင်စုစည်းပေးသည့်အတွက် အထူးကျေးဇူးတင်ရှိပါသည်။

John Templeton ဖေါင်ဒေးရှင်းမှ ဂရုန်အမှတ် ၆၃၃၅၀ “မတူကွဲပြားမှု၊ တက်ကြွမှုနှင့် ပါဝင်မှုလစ်ဘရယ်ဝါဒကိုလေ့လာခြင်းအတွက် ဘက်စုံနည်းလမ်းသစ်နည်းလမ်းတစ်ခု” ၏ပံ့ပိုးကူညီမှုဖြင့် ဤပွဲကို ဖြစ်မြောက်အောင်လုပ်ဆောင်ခဲ့သည်။

ဤလက်ကမ်းစာစောင်တွင် ဖော်ပြထားသောအချက်အလက်ကို ပြန်လည်သုံးသပ်ရန် ကျေးဇူးပြု၍ ဝင်ရောက်ကြည့်ရှုရန် [TINYURL.COM/PJYJXCXY](http://TINYURL.COM/PJYJXCXY)

လူထုအခြေပြုအကျိုးဆောင်ဖို့ရမ်ကို ဖွင့်လှစ်ပေးထားသည်

# နယူးယောက်ပြည်နယ်အနောက်ပိုင်းသို့ အသစ်ပြောင်းရွှေ့ ရောက်ရှိလာသူများကို ကြိုဆိုခြင်းဖြစ်ပါသည်။



သောကြာနေ့၊ ဒီဇင်ဘာ ၆ ရက်၊ ၂၀၂၄။  
AT THE JACOBS SCHOOL  
ACTIVE LEARNING ROOM 1220  
955 MAIN ST, BUFFALO, NY 14203

- ညနေ ၄:၃၀ စရင်းသွင်းခြင်း
- ညနေ ၅:၀၀ ကြိုဆိုပါသည်။
- ညနေ ၅:၁၀ စကားပိုင်း
- ညနေ ၆:၁၅ အရင်းအမြစ်ဆွေးနွေးမှု အမေးအဖြေ
- ညနေ ၇:၀၀ ညနေစာ

အဆက်အသွယ်မပြတ်ပါစေနှင့်  
[PHI-PPE@BUFFALO.EDU](mailto:PHI-PPE@BUFFALO.EDU)

# ထပ်တိုးမှု

အသစ်ရောက်ရှိလာသူတို့သည် အမေရိကန်နိုင်ငံသို့ ရောက်ရှိနိုင်ရန် နည်းလမ်းမျိုးစုံကိုအသုံးပြုခဲ့ကြရပါသည်။ ဤတွင် နေရာလူထု အသစ်တွင် ပါဝင်ရန် အဓိကအကြောင်းအရာတစ်ချို့ ဖြစ်ပါသည်။

- အလုပ်
- ကျောင်း
- မိသားစုပြန်လည်ပေါင်းစည်းရေး
- လုံခြုံရေး

မိမိနေရပ်မှတိမ်းရှောင်ရန် ဆုံးဖြတ်သူများအပြင်၊ အချို့မှာ ကြေကွဲဖွယ် အကျပ်ကိုင်လုပ်ဆောင်မှုများ (ဥပမာ။ လူကုန်ကူးခံရသူများ) နှင့် အချို့မှာ မိမိကိုယ်ပိုင် ဆုံးဖြတ်ချက်ချရန် အလွန်ငယ်ရွယ်သူများဖြစ်ပါသည်။

ပူးပေါင်းပါဝင်မှုသည် တရားဝင်ခွင့်ရခြင်း ထက် ပိုမိုပါသည်။ (ဆိုလိုသည်မှာ- အမေရိကန် နိုင်ငံသို့ ဝင်ရောက်ရန် တရားဝင်ခွင့်ပြုရခြင်း သို့မဟုတ် ရောက်ရှိလာသည်နှင့် တရားဝင်နေထိုင်ခွင့်ရှိသူကို ဆိုလိုသည်။) ပူးပေါင်းပါဝင်မှုတွင် လက်ခံမှု၊ ပိုင်ဆိုင်မှု၊ တန်းတူညီမျှမှု၊ အခွင့်အရေး၊ လွတ်လပ်မှု၊ အရင်းအမြစ်များ၊ တာဝန်များ၊ ဆက်ဆံရေး၊ လူထုအသိုင်းအဝိုင်းတွင် ပါဝင်နိုင်ပြီး မတူညီသောလူများအတွက် ကွဲပြားသောအရာများကို ဆိုလိုပါသည်။

## ဆွေးနွေးပြောဆိုမှုများအတွက် မေးခွန်းများ

ပါဝင်မှု ဆိုသည်မှာ မည်သည်ကို သင်ဆိုလိုပါသနည်း။ ဥပမာပေးရလျှင်၊ အဖွဲ့တစ်ခု သို့မဟုတ် နေရာတစ်ခုတွင် သင်ပါဝင်ခံစားခဲ့ရသည့်အချိန်ကို သင်ပြန်လည်စဉ်းစားနိုင်ပါသလား? ထိုသို့သင်မည်သို့ ခံစားရပါသနည်း?

# စိန်ခေါ်မှုများ

လူတိုင်းသည် မတူကွဲပြားကြပါသည်။ သို့သော် နိုင်ငံသို့အသစ်ရောက်ရှိလာသူ တော်တော်များများသည် စိန်ခေါ်မှုအချို့ကို ကြုံတွေ့ရနိုင်ပါသည်။

- ဘာသာစကား ကန့်သတ်မှုများ
- ပညာရေး ရရှိနိုင်မှု
- အလုပ်အသစ်ရှာဖွေခြင်း
- ကျမ်းမာရေးအာမခံ ရရှိနိုင်မှု
- တရားရေးဆိုင်ရာအချက်အလက်များ ထိန်းသိမ်းထားခြင်း
- အိမ်ရှာဖွေခြင်း
- ဗျူရိုကရေစီကို သွားရောက်ခြင်း (ဥပမာ လိုင်စင်ရုံး)
- မိသားစုနှင့် ဝေးနေရခြင်း
- စိတ်ဒဏ်ရာခံစားချက်များမှ ကုစားနေခြင်း
- ဝတ်ပြုကိစ္စကွယ်ရန် နေရာရှာဖွေခြင်း
- အစားအစာလုံလောက်စေမှု
- ယဉ်ကျေးမှုပုံစံသစ်များကိုလိုက်လျောညီထွေနေထိုင်မှု
- မိတ်ဆွေသစ်ဖွဲ့ခြင်း
- ပူးပေါင်းလုပ်ဆောင်ရန် တွန်းအားပေးခြင်း

## ဆွေးနွေးမှုများအတွက် မေးခွန်းများ

နိုင်ငံသို့အသစ်ရောက်ရှိလာသူများသည် နွေးထွေးစွာ ကြိုဆိုသည်ကို မည်သို့ခံစားနိုင်မည်နည်း? ရွှေ့ပြောင်းနေထိုင်သူများ၊ ခိုလှုံခွင့် လျှောက်ထားသူများနှင့် ဒုက္ခသည်များကဲ့သို့ သော အသစ်ရောက်ရှိ လာသူများရင်ဆိုင်နေရသော အရေးကြီးသည့်စိန်ခေါ်မှုများမှာ အဘယ်နည်း? ထိုသူတို့အတွက် မည်ည့်ဝန်ဆောင်မှုအမျိုးအစားများ လိုအပ်သည်ဟု သင်ထင်ပါသနည်း?

# အထောက်အပံ့

ဘတ်ဖလိုမြို့နှင့် နယူးယောက်ပြည်နယ်အနောက်ပိုင်းရှိ လူတစ်ဦးချင်းစီနှင့် အဖွဲ့အစည်းများစွာသည် နိုင်ငံသို့အသစ်ရောက်ရှိလာသူများကို နည်းလမ်းအမျိုးမျိုးဖြင့် ပံ့ပိုးကူညီနိုင်ရန် လုပ်ဆောင်နေပြီဖြစ်ပါသည်။

## ဝန်ဆောင်မှု ဥပမာများ

- ဒုက္ခသည်ပြန်လည်နေရာချထားရေး
- ဥပဒေရေးရာ ဝန်ဆောင်မှု
- အလုပ်ရှာဖွေရန် ကူညီပေးမှု
- လူငယ်နှင့် လူကြီးအတွက် ပညာရေး
- ကျမ်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှု
- ယာယီနေထိုင်စရာနှင့် အခြားအိမ်နှင့်ပတ်သတ်သောအထောက်အပံ့များ
- လူထုအခြေပြု ပွဲလမ်းသဘင်များ
- စည်းရုံးရေး

## ဆွေးနွေးရန်အတွက် မေးခွန်းများ

ဘတ်ဖလိုမြို့နှင့် နယူးယောက်ပြည်နယ်အနောက်ပိုင်းတို့ကို ပိုမိုပူးပေါင်းပါဝင်နိုင်စေရန် မည်သို့လုပ်ဆောင်သင့်ပါသနည်း? သင်၏လူ့အသိုင်းအဝိုင်းသို့ အသစ်ရောက်ရှိလာသူများကို ကူညီပံ့ပိုးပေးရန် သင် သို့မဟုတ် သင့်အဖွဲ့အစည်း၏အရေးကြီးဆုံးအရာမှာ အဘယ်နည်း?