

# ရွှေ့ပြောင်းလွှတ်သားများအတွက် ဖုန်းလက်ခွဲစာအုပ်



CONTACT BOOK



FIND  
PHONE  
NUMBER





## ပုံနှိပ်မှတ်တမ်း

- 📄 ထုတ်ဝေသည့်နှစ် - နိုဝင်ဘာ ၂၀၂၀
- 📄 ထုတ်ဝေသူ - မက် (ပိ) မောင်အေးရှင်း
- 📄 စီစဉ်သူ - တုမ်မောက်ဟန်
- 📄 စာအုပ်အပြင်အဆင် - Tong Chai
- 📄 မျက်နှာဖုံးဒီဇိုင်း - Cover Design: Bom
- 📄 အုပ်ရေ - ၃၅၀၀ (ပထမအကြိမ်)
- 📄 ပုံနှိပ်တိုက် - နန်ထကန် ပလင့်ထိန်းဟောက်စ်



## ကိုယ်ရေးကိုယ်တာ Personal

အမည် Name: \_\_\_\_\_

အိမ်လိပ်စာ Home Address: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

အိမ်ဖုန်းနံပါတ် Telephone: \_\_\_\_\_

ဖုန်းနံပါတ် Mobile: \_\_\_\_\_

## အလုပ်အကိုင် Business

ကုမ္ပဏီ Company: \_\_\_\_\_

နေရပ်လိပ်စာ Address: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

ဖက်စ် Fax: \_\_\_\_\_

အီးမေးလ် E-mail: \_\_\_\_\_

ဝက်ဆိုက် Website: \_\_\_\_\_

## အရေးကြီးသတင်းအချက်အလက် Important Data

မှတ်ပုံတင်နံပါတ် Identity Card: \_\_\_\_\_

နိုင်ငံကူးလက်မှတ် Passport: \_\_\_\_\_

ယာဉ်မောင်းလိုင်စင် Driver's License: \_\_\_\_\_

ဖုန်းနံပါတ် Mobile: \_\_\_\_\_

အီးမေးလ် E-mail: \_\_\_\_\_

## ကျန်းမာရေးအချက်အလက် Health Data

သွေးအုပ်စု Blood type: \_\_\_\_\_

ကျန်းမာရေးအာမခံကဒ် Health Insurance: \_\_\_\_\_

ယာဉ်မောင်းလိုင်စင် Driver's License: \_\_\_\_\_

Allergies: \_\_\_\_\_





ရွှေ့ပြောင်းသွားလာခြင်းတွင် ပြဿနာများ ဖြစ်ပေါ်ခဲ့ပါက သတင်းအချက်အလက်ရယူရန်နှင့် အကူအညီတောင်းနိုင်သောဌာနများ နှင့် အဖွဲ့အစည်းများ၏ ဆက်သွယ်ရန် နံပါတ်များ

**နေပြည်တော်တိုင်းဒေသကြီး**

ရွှေ့ပြောင်းအလုပ်သမားဌာနခွဲ တိုင်ကြားရေးဌာနခွဲ  
☎ 01650089 ➡ 067430183

တိုင်ကြားရေးဌာန  
☎ 067430184

**ရန်ကုန်တိုင်းဒေသကြီး**

အလုပ်သမားညွှန်ကြားရေးဦးစီးဌာန (MRC) ရန်ကုန်  
☎ 09 403 900 929



**မန္တလေးတိုင်းဒေသကြီး**

အလုပ်သမားညွှန်ကြားရေးဦးစီးဌာန (MRC) မန္တလေး

☎ 094 016 42497 ➡ 097 722 0852 ➡ 02 403 6943

အလုပ်သမားညွှန်ကြားရေးဦးစီးဌာန (MRC) မြင်းခြံ

☎ 094 580 30887 ➡ 094 933 423 ➡ 066 304 88 ➡ 066 203 0488

အလုပ်သမားညွှန်ကြားရေးဦးစီးဌာန (MRC) မိတ္ထီလာ

☎ 099 777 220 853 ➡ 064 230 48

အလုပ်သမားညွှန်ကြားရေးဦးစီးဌာန (MRC) ကျောက်ဆည်

☎ 099 772 20855 ➡ 066 503 40

**မကွေးတိုင်းဒေသကြီး**

အလုပ်သမားညွှန်ကြားရေးဦးစီးဌာန (MRC) မကွေး

☎ 063 210 19 ➡ 069 200 11

**ဧရာဝတီတိုင်းဒေသကြီး**

အလုပ်သမားညွှန်ကြားရေးဦးစီးဌာန (MRC) ပုသိမ်

☎ 09 899 829 560 ➡ 044 210 52



### တနင်္သာရီတိုင်းဒေသကြီး

အလုပ်သမားညွှန်ကြားရေးဦးစီးဌာန (MRC) ထားဝယ်

☎ 059 210 42 ➡ 059 234 83 ➡ 094 014 75811

### ကရင်ပြည်နယ်

အလုပ်သမားညွှန်ကြားရေးဦးစီးဌာန (MRC) ဘားအံ

☎ 09 899 829 552 ➡ 098 998 29553

### ချင်းပြည်နယ်

အလုပ်သမားညွှန်ကြားရေးဦးစီးဌာန (MRC) ဟားခါး

☎ 07 021 094

### မွန်ပြည်နယ်

အလုပ်သမားညွှန်ကြားရေးဦးစီးဌာန (MRC) မော်လမြိုင်

☎ 09 899 829 559

## ရခိုင်ပြည်နယ်

အလုပ်သမားညွှန်ကြားရေးဦးစီးဌာန (MRC) စစ်တွေ

☎ 04321201

## ရှမ်းပြည်နယ်

အလုပ်သမားညွှန်ကြားရေးဦးစီးဌာန (MRC) တောင်ကြီး

☎ 081 212 11226 ➡ 098 995 2812 ➡ 094 571 40516

## ကယားပြည်နယ်

အလုပ်သမားညွှန်ကြားရေးဦးစီးဌာန (MRC) လွိုင်ကော်

☎ 083 222 1075







ပြည်ပနိုင်ငံများသို့ ရွှေ့ပြောင်းလုပ်ကိုင်ရာတွင် ပြဿနာများဖြစ်ပေါ်ခဲ့ပါက အကူအညီ တောင်းနိုင်သော အရပ်ဖက်အဖွဲ့အစည်းများနှင့် အလုပ်သမားအဖွဲ့အစည်းများ၏ ဆက်သွယ်ရန်နံပါတ်များ

### မြန်မာနိုင်ငံတွင် ဆက်သွယ်ရန်

#### ရန်ကုန်

- မြန်မာနိုင်ငံလုံးဆိုင်ရာ အလုပ်သမားများအဖွဲ့ချုပ် (CTUM)  
☎ 098 907 000 01 ➡ 098 907 000 02
- ရွှေ့ပြောင်းအလုပ်သမားများအခွင့်အရေးကွန်ရက် (MWRN)  
☎ 09262758501
- Good Move Centre - လှိုင်သာယာ ☎ 092 690 00167
- ရောင်ခြည်ဦး အလုပ်သမားအခွင့်အရေးအစည်းအရုံး (YCOWA)  
☎ 09792240199 ➡ 09978092734
- Association for Labour and Development  
☎ 099 660 68689

#### ပဲခူး

- အနာဂတ်အလင်းတန်းဆုံမှတ် (FLC) ☎ 097 949 32344 ➡ 097 710 36877

## ကျိုင်းတုံမြို့

မော်ကွမ်ဒေသဖွံ့ဖြိုးရေးအဖွဲ့

☎ 084 239 43 ➡ 095 252 486

## တာချီလိတ်မြို့

မော်ကွမ်ဒေသဖွံ့ဖြိုးရေးအဖွဲ့

☎ 094 090 33320 ➡ 097 895 282885

➡ 062 957 0048 (Thai phone)

## ကျော့သောင်းမြို့

ပညာရေးနှင့်ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးဖောင်ဒေးရှင်း (FED)

☎ 092 628 47657 ➡ 092 618 22677 ➡ 096 757 84016





## မြတ်တို့မြို့

Samaritan's Purse

☎ 097 678 89802 ➡ 092 618 22677

## လားရှိုးမြို့

ရှမ်းပြည်နယ်မြောက်ပိုင်းခရစ်ယာန်သာသနာအဖွဲ့ချုပ် (အမျိုးသမီးဌာန)

☎ 09 440772896




## ရှမ်းပြည်နယ်

အလုပ်သမားညွှန်ကြားရေးဦးစီးဌာနဟိုတိုဌာန (MRC) တောင်ကြီး


☎ 0812121283 ➡ 09899532812

## မလေးရှားနိုင်ငံတွင် ဆက်သွယ်ရန်

### Selangor နှင့် Kuala Lumpur


Tenaganita	 +60 377703691
Malaysian Trade Union Congress	 +60 380242953
Hotline	 +60 012 3734041

### Penang

Malaysian Trade Union Congress	 +60 4 3981175
--------------------------------	---

## ဂျပန်နိုင်ငံတွင် ဆက်သွယ်ရန်

### Osaka

General Union	 +81 663529619
Consultation Hotline	 +81 647083637

### Tokai

General Union	 +81 5055399619
---------------	--

### Tokyo

Consultation Hotline	 +81 364275902
----------------------	---

Nagoya

Consultation Hotline

+81 524145901

Kanagawa

Salaa Hotline

+81 0455303992

Kanagawa

HELP (အမျိုးသမီးများအတွက်)

+81 0333688855

မြန်မာနိုင်ငံသား လုပ်သမားသမဂ္ဂများအဖွဲ့ချုပ်

ဂျပန်ပြည် FWUBC

+81 09098030412





ထိုင်းနိုင်ငံအတွင်း လိမ်လည်လှည့်ဖြားခံရခြင်း၊ ဖိနှိပ်စော်ကားခံရခြင်း  
 တရားမျှတမှုမရှိခြင်း၊ အလုပ်သမားစသည်တို့ နဲ့ ပတ်သက်ပြီး  
 တိုင်ပင်ဆွေးနွေးရန် အောက်ပါအစိုးရမဟုတ်တဲ့အဖွဲ့ တွေဆီ  
 ဆက်သွယ်နိုင်ပါသည်

01 တိုင်းရင်းသားအလုပ်သမား ကျန်းမာရေး နှင့် ပညာပေးအစီအစဉ်  
 မက် (ပီ) ဖောင်ဒေးရှင်

ဝန်ဆောင်မှုလုပ်ငန်းများ	နေရာ	ဖုန်း
အလုပ်သမားအခွင့်အရေး ကျန်းမာရေး နှင့် အမျိုးသမီး အခွင့်အရေး	မဲဆောက် ချင်းမိုင်	☎ 055 536 685 ☎ 053 328 134

02 ရောင်ခြည်ဦး အလုပ်သမားအခွင့်အရေးအစည်းအရုံး

ဝန်ဆောင်မှုလုပ်ငန်းများ	နေရာ	ဖုန်း
အလုပ်သမားအခွင့်အရေး အလုပ်သမားသမဂ္ဂ	မဲဆောက်	☎ 089 565 9899 ☎ 083 411 7870

03 အမ်ပါဝါ (EMPOWER)

ဝန်ဆောင်မှုလုပ်ငန်းများ	နေရာ	ဖုန်း
အမျိုးသမီးအခွင့်အရေး	ချင်းမိုင်	📞 053 282 504

04 အမျိုးသမီးဖောင်ဒေးရှင်း (FFW)

ဝန်ဆောင်မှုလုပ်ငန်းများ	နေရာ	ဖုန်း
အမျိုးသမီးအခွင့်အရေး ဒုက္ခရောက်	ဘန်ကောက်	📞 089 565 9899
နေသည့်အ မျိုးသမီးများ ကူညီပံ့ပိုးခြင်း		📞 083 411 7870

05 လူ့အခွင့်အရေးနှင့်ဖွံ့ဖြိုးရေးဖောင်ဒေးရှင်း (HRDF)

ဝန်ဆောင်မှုလုပ်ငန်းများ	နေရာ	ဖုန်း
အလုပ်သမားအခွင့်အရေး	မဲဆောက်	📞 055 536 994
အလုပ်သမားဆွေးနွေးပွဲ	ချင်းမိုင်	📞 053 218 707
	ဘန်ကောက်	📞 086 756 0835





06 အစ်ဆာရာ (ISSARA INSTITUTE)

ဝန်ဆောင်မှုလုပ်ငန်းများ	နေရာ	ဖုန်း
ရွှေ့ပြောင်းအလုပ်သမားများကို ကူညီပေးနေသောလူမှု ကူညီရေးအဖွဲ့	ချင်းမိုင်	☎ 053 218 707 ☎ 076 486 351

07 Labour Protection Network - LPN

မျှတနီစီစဉ်အဖွဲ့အစည်းအရောက်အဖွဲ့အစည်းအရောက်

ဝန်ဆောင်မှုလုပ်ငန်းများ	နေရာ	ဖုန်း
အလုပ်သမားအခွင့်အရေး	မဟာချိုင်	☎ 096 765 2384 ☎ 085 714 4320

08 လင်းလက်ဖောင်ဒေးရှင်း

မျှတနီစီစဉ်အဖွဲ့အစည်းအရောက်အဖွဲ့အစည်းအရောက်

ဝန်ဆောင်မှုလုပ်ငန်းများ	နေရာ	ဖုန်း
ပညာရေး	ချင်းမိုင်	☎ 053 200 024





FED - Foundation for Education and Development  
 ပညာရေးနှင့် ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးမောင်ဒေးရှင်း

ဝန်ဆောင်မှုလုပ်ငန်းများ	နေရာ	ဖုန်းနံပါတ်
- ကျောင်းတွင်းဘေးကင်းလုံခြုံရေးစီမံကိန်း	မဲဆောက်	☎ 055 533 285
- ရွှေ့ပြောင်းသွားလာသောကလေးများ စီမံကိန်း	ဖန်ငါး	☎ 076 679 574
- ရွှေ့ပြောင်းအလုပ်သမားလှုံ့ ဆော်မှုအတွက် စွမ်းရည်မြှင့်တင်မှု		☎ 076 486 351

World Vision Foundation of Thailand

ဝန်ဆောင်မှုလုပ်ငန်းများ	နေရာ	ဖုန်းနံပါတ်
ကျမ်းမာရေး နှင့် ပညာရေး	ဘန်ကောက်	☎ 02 022 9200 - 2



Suwannimit Foundation - Light House

ဝန်ဆောင်မှုလုပ်ငန်းများ

နေရာ

ဖုန်းနံပါတ်

- နိုင်ငံခြားသားအလုပ်သမားများ ဥပဒေနှင့် ပတ်သက်သည့်အကူအညီပေးရေးအဖွဲ့

မဲဆောက်

☎ 055 030 425

☎ 095 643 6226

ရွှေ့ပြောင်းအလုပ်သမားဌာနခွဲ Complaint Mechanism

☎ 06 7430442 ➡ 06 7430185

☎ 06 7430184 ➡ 06 7430284

☎ 01 650089 ➡ 01 650187

ထိုင်းနိုင်ငံရှိ မြန်မာအလုပ်သမား သံအရာရှိများ

ဘန်ကောက်တာဝန်ခံ (0066) 948 845484

ဘန်ကောက်တာဝန်ခံ (0066) 652 206952

ချင်းမိုင်တာဝန်ခံ (0066) 990 592352

မဲဆောက်တာဝန်ခံ (0066) 652 206953

ရနောင်းတာဝန်ခံ (0066) 652 206951

ထိုင်းနိုင်ငံထဲသို့ ယာယီရွှေ့ပြောင်းအလုပ်လုပ်ကိုင်နေသူများ  
အရေးပေါ်ဆက်သွယ်နိုင်မည့် ဖုန်းနံပါတ်များ

အလုပ်သမားကြီးကြပ်ကာကွယ်ရေးရုံး ဖုန်းနံပါတ်များ

ချင်းမိုင်ခရိုင်	☎ 053 890 472 - 3
မယ်ဟောင်ဆောင်	☎ 053 611 972 ➡ 081 884 6710
ချင်းရှင်း	☎ 053 750 515 - 6
တာခွဲခရိုင်	☎ 055 511 505
လမ်းဖွန်း	☎ 053 525 617 - 8
လမ်းပန်း	☎ 054 265 035 - 6
ဆမ္ဘတ်ဆာခွန်း	☎ 034 413 729 - 0 ➡ 034 411 040
ဆမ္ဘတ်ဆုန်ခရောင်း	☎ 034 711 899
ဆမ္ဘတ်ပလာကန်း	☎ 023 946 972
ပထမ်းထားနီး	☎ 025 675 101 - 2
နွန်ထပူးရီး	☎ 025 800 716 - 8
လနောင်း	☎ 077 826 303 ➡ 077 821 478





အလုပ်သမားကြီးကြပ်ကာကွယ်ရေးရုံး ဖုန်းနံပါတ်များ

- လယောင်း ☎ 038 694 117 - 9
- ချွန်းပူးရီး ☎ 038 323 665 ➔ 038 322 502
- ဖူးကေတ် ☎ 076 354 414
- ကန်စနပူးရီး ☎ 034 518 991 ➔ 034 511 253
- ပလာကျပ်ဆီးရီးခန် ☎ 032 611 354 ➔ 032 604 011
- နခွန်းပထုပ် ☎ 034 340 067 - 9
- ဖန်ငါး ☎ 076 412 142
- ဆတွန်း ☎ 074 711 162
- ဆူလတ်ထားနီး ☎ 077 355 414 - 5
- ချချိုင်းဆောင် ☎ 038 511 600
- နခွန်းဖနံ ☎ 042 511 390
- ဒူတွန်းထားနီး ☎ 042 222 284
- နောင်ခိုင် ☎ 042 420 701 ➔ 042 412 547
- ဥတွန်းထားနီး ☎ 042 222 284 ➔ 042 243 329

ခရိုင်အလိုက်အလုပ်သမားရှာဖွေခန့် ထားရေးရုံး ဖုန်းနံပါတ်များ

ချင်းမိုင်ခရိုင်	☎ 053 112 744 - 5
မဲ့ဟောင်ဆောင်	☎ 053 611 088
ချင်းရိုင်း	☎ 053 152 051 - 4
လမ်းဖွန်း	☎ 053 525 543 - 4 ဆက် 515 - 516
လမ်းပန်း	☎ 054 265 049 - 52
တာခွဲခရိုင်	☎ 055 514 - 569 ဆက် 13
နွန်ထပူးရီး	☎ 020 703 717 ➡ 086 084 9724
ပလာကျင်းပူးရီး	☎ 063 213 5925 - 6
ပလာကျုပ်ခီးရီးခန်	☎ 032 602 270
ဖန်ငါး	☎ 076 460 671 - 4
ဖေဖ်ပူးရီး	☎ 032 488 382 - 3
ဆတွန်း	☎ 074 722 512 - 3
ဆမွတ်ပလာကန်း	☎ 02 3 955 990 - 3
ဆမွတ်ဆုန်ခရမ်း	☎ 034 714 342
ဆမွတ်ဆာခွန်း	☎ 034 836 223 - 5 ဆက် 106
ဆုရတ်ထားနီး	☎ 077 355 422 - 3



ခရိုင်အလိုက်အလုပ်သမားရှာဖွေခန့်ထားရေးရုံး ပုန်းနံပါတ်များ

- လယောင်း ☎ 038 694 023 ဆက် 201 - 209
- လနောင်း ☎ 077 862 026 - 8
- ရွှန်းပူးရီး ☎ 038 398 054 ➡ 038 398 051
- ဖူးကော် ☎ 076 219 660 - 1
- နွန်းနိုင်းယုတ် ☎ 037 313 204 ➡ 037 313 186
- ချချိုင်းဆောင် ☎ 038 514 842 - 3 ➡ 088 202 1265 - 66
- ကန်စနပူးရီး ☎ 034 564 309 - 15
- နွန်းပထမ် ☎ 034 250 861 - 2
- ပထမ်းထားနီး ☎ 025 674 107 ➡ 025 670 630 - 3



ဘန်ကောက်နယ်မြေရှိ အလုပ်သမားရှာဖွေခန့် ထားရေးရုံး ပုန်းနံပါတ်များ

ဘန်ကောက် နယ်မြေ	👤 01	☎	02 235 0620 ဆက် 22 - 25
ဘန်ကောက် နယ်မြေ	👤 02	☎	02 427 6109 ➡ 02 427 5918
ဘန်ကောက် နယ်မြေ	👤 03	☎	02 398 6630
ဘန်ကောက် နယ်မြေ	👤 04	☎	02 509 2590 ➡ 02 510 3602
ဘန်ကောက် နယ်မြေ	👤 05	☎	02 540 7003 - 9
ဘန်ကောက် နယ်မြေ	👤 06	☎	02 434 6575 - 8
ဘန်ကောက် နယ်မြေ	👤 07	☎	02 422 3916 ဆက် 109 - 115
ဘန်ကောက် နယ်မြေ	👤 08	☎	02 221 7313 - 5
ဘန်ကောက် နယ်မြေ	👤 09	☎	02 576 1780 - 4
ဘန်ကောက် နယ်မြေ	👤 10	☎	02 617 6581 - 2





ဘန်ကောက်နယ်မြေရှိ အလုပ်သမားကြီးကြပ်ကာကွယ်ရေးရုံး ဖုန်းနံပါတ်များ

ဘန်ကောက် နယ်မြေ	☎ 01	☎ 02 210 0480 - 3
ဘန်ကောက် နယ်မြေ	☎ 02	☎ 02 428 969629 - 33
ဘန်ကောက် နယ်မြေ	☎ 03	☎ 02 328 8179 ➡ 02 328 7672
ဘန်ကောက် နယ်မြေ	☎ 04	☎ 02 510 2246
ဘန်ကောက် နယ်မြေ	☎ 05	☎ 02 247 7903 ➡ 02 247 7902
ဘန်ကောက် နယ်မြေ	☎ 06	☎ 02 439 0767 ➡ 02 439 0772
ဘန်ကောက် နယ်မြေ	☎ 07	☎ 002 448 5764 ➡ 02 488 9187
ဘန်ကောက် နယ်မြေ	☎ 08	☎ 02 221 0947 ➡ 02 211 1893
ဘန်ကောက် နယ်မြေ	☎ 09	☎ 02 513 2042 ➡ 02 513 5169
ဘန်ကောက် နယ်မြေ	☎ 10	☎ 02 540 5199 ➡ 02 540 5298 ➡ 02 50 5298

















ထိုင်းနိုင်ငံလူဝင်မှုကြီးကြပ်ရေးရုံး ဖုန်းနံပါတ်များ

ချင်းမိုင်ခရိုင်	☎	053 201 755 - 6
မွဲဟောင်ဆောင်	☎	053 612 106
ချင်းရှိုင်း	☎	053 731 008 - 9
လမ်းဖွန်း	☎	053 584 275
လမ်းပန်း	☎	054 209 534





ထိုင်းနိုင်ငံလူဝင်မှုကြီးကြပ်ရေးရုံး ဖုန်းနံပါတ်များ

တာခွဲခရိုင်		055 563 000
နွန်ထပူးရီး		024 082 320
ပလာကျပ်ဆီးရီးခန်		032 520 620 ➔ 032 520 617
ဖန်ငါး		076 460 512
ဆတွန်း		074 711 080
ဆမ္မတ်ပလာကန်း		023 892 351
ဆမ္မတ်ဆုန်ခရမ်း		034 711 878
ဆမ္မတ်ဆာခွန်း		034 867 666
ဆုရတ်ထားနီး		077 380 881 - 2
လယောင်း		038 684 544
လနောင်း		077 826 938
ဖူးကေတ်		076 221 905
ချချိုင်းဆောင်		038 554 516
ကန်စနပူးရီး		034 564 279
နွန်းပထမ်		034 318 997
ပထမ်းထားနီး		021 475 111 - 2

အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာလေဆိပ် လဝကရုံး

ဒေါင်းမိုင်းလေဆိပ်	☎ 025 351 327 ➡ 025 351 192	Don Muang Int'l Airport
သုဝဏ္ဏဘူမိလေဆိပ်	☎ 021 340 841 - 4 ➡ 021 321 888	Suvarnabhumi Airport
ချင်းမိုင်းလေဆိပ်	☎ 053 277 190 ➡ 053 922 000	Chiang Mai Airport

တိုင်းနိုင်ငံအတွင်း အရေးပေါ်အမြန်ဖုန်းနံပါတ်များ ဆက်သွယ်ရန်

- ☎ 191 ရဲတပ်ဖွဲ့
- ☎ 199 မီးသတ်ဖွဲ့
- ☎ 1192 မော်တော်ဆိုင်ကယ် နှင့် ယာဉ်ခိုးယူပြစ်မှုများ တိုင်းကြားရန်ရဲတပ်ဖွဲ့
- ☎ 1669 အရေးပေါ်သူနာပြုအဖွဲ့
- ☎ 1413 အရက်သေစာ တိုင်ပင်ဆွေးနွေးရန်စင်တာ
- ☎ 1556 ဆေးဝါးနှင့် ကုန်ပစ္စည်းအတုများတိုင်းကြားရန် ပြည်သူ့ကျန်းမာရေးဝန်ကြီးဌာန
- ☎ 1663 (AIDS) အေအိုင်တီအေတ် ရောဂါ တိုင်ပင်ဆွေးနွေးနိုင်သည့်အဖွဲ့
- ☎ 1323 စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ကျန်းမာရေးဌာန
- ☎ 1546 လူမှုမှုလုံရေး နှင့် ကာကွယ်စောင့်ရှောက်ရေးဝန်ကြီးဌာန



## Chiang Mai Office

No. 9/34 M.1 Ing Doi Village T.Chang Phueak  
A.Mueang Chiang mai 50300

☎ 053 328 134



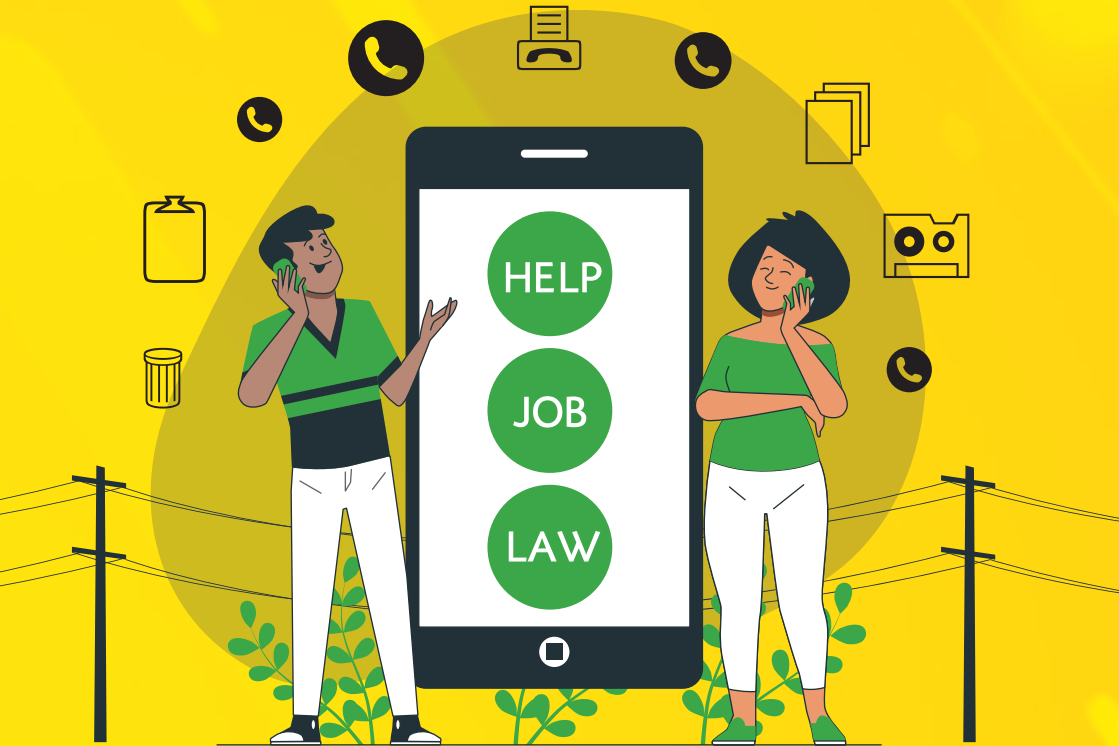
## Mae Sot Office

No. 1/5 Amina Uthit Road, Mae Sot, Tak 63110

☎ ☎ 055 536 685

✉ map@mapfoundationcm.org

Website: [www.mapfoundationcm.org](http://www.mapfoundationcm.org) listen online radio at [www.mapradio.org](http://www.mapradio.org)



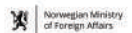
Supported by:



International  
Labour  
Organization



### Livelihoods and Food Security Fund



managed by UNDP