

တၢ်မၤစၢၤကျိၤကျဲၤလၢပုၤသုၤမၤအိၤသ့တဖၣ်

ကိး 911
လၢစ့ၢ်ဝီၤအုၤအဆၢကတီၢ်

တၢ်နးတၢ်ဖျိၣ်အကတီၢ်

1.866.223.1111

မံနံစိထံၢ်တၢ်သီတၢ်နးတၢ်ဖျိၣ်အကတီၢ်ဂ့ၢ်ဂီၢ်အုၤလီၤတံစိ
Minnesota Day One Crisis Hotline
 သုၣ်ဘၣ်လၢအဘူးအလဲတလိၣ် တၢ်မၤစၢၤလၢတၢ်ပၢ်အိၤဒ်တၢ်သုၣ်သ့ၣ်
 လၢပုၤလၢကတီၢ်စၢၤတၢ် တနံၤခံဆဲလ့ၢ်န့ၢ်ဂီၢ် ကိးဘၣ်လၢကန့ၢ်အိၤထီၣ်တၢ်
 စ့ၢ်တၢ်ကျိၤဘၣ်ယး ဟံၣ်ပုၤယီၤပုၤတၢ်မၤအၢၣ်မၤလီၢ် တၢ်မံၤယုၢ်မၤအုၣ်မၤစိး
 တၢ် တၢ်ဆါတၢ်ပုၤပုၤကညီ မ့တမ့ၢ်ထဲန့ၢ်ဘၣ်သးတဲသကိးတၢ်ဒၣ်လဲၣ်

တၢ်ဖိးတၢ်မၤ

resource-mn.org
612.752.8444

တၢ်လၢပသုၣ်အိၤသ့ ပုၤဝီၤမုၢ်လၢ တၢ်လဲလိၢ်အသးတၢ်မၤစၢၤတၢ်မၤ
RESOURCE Women in Transition Services
 တၢ်မၤလၢ results-oriented ဒီးသန့သးလၢတၢ်လၢအကဲထီၣ်အသးလီၢ်ခၢၣ်
 သးဟ့ၣ်လီၤတၢ်တိၤစၢၤမၤစၢၤတၢ်အိၣ်ဖျိၣ် workshop လၢအိးထီၣ်လၢပိၣ်မုၢ်ခဲ
 လၢၣ် ဒ်လဲၣ်စ့ၢ်ဒ်လဲၣ်စ့ၢ်လၢတၢ်မၤတၢ်လဲၤခိဖျိမုၢ်စ့ၢ် တၢ်ကျိၤဘၣ်ကျိၤသ့မ့တမ့ၢ်
 တၢ်ဟဲန့ၢ်အပတီၢ်မုၢ်စ့ၢ်လီၤ ဆဲးကျိးဘၣ် Debbie

တီၣ်ထီၣ်တၢ်ကဵုကဵုဒုၣ်လၢမံနံအဲဖိလံၣ် Minneapolis

www.dli.mn.gov
651.284.5070

တၢ်မၤကမၣ်ပုၤမၤတၢ်ဖိအတၢ်ခွဲးတၢ်ယၢ်
 ဝဲးကျိးဘၣ်မံနံစိထံၢ် ပုၤမၤတၢ်ဖိဒီးဝဲးဖိကဟ့ၣ်ဝဲးကျိၤတၢ်မၤဒ်ထးအသးလၢကတီၢ်ဖျါထီၣ်တၢ်ဘၣ်စံၢ်စ့ၢ် မ့တမ့ၢ်သံကွၢ်တၢ်သံကွၢ်ဘၣ်ယးအုၤပုၤမၤတၢ်ဖိအ
 တၢ်ခွဲးတၢ်ယၢ်

minneapolismn.gov
 ကိးမံနံအဲဖိလံၣ် Minneapolis 311

တၢ်မၤလီၢ်တၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချူဒီးတၢ်ပုၤတၢ်ဖျိး
 တၢ်သုၣ်တဖၣ်အံၤတီၣ်ထီၣ်ဘၣ်အုၤ online အိၣ်လဲမ့တမ့ၢ်ကိး 311 သုၣ်လီၤ ပုၤတီၣ်ထီၣ်တၢ်ကဵုကဵုဒုၣ်အတၢ်စ့ၢ်တၢ်ကျိၤန့ၢ်ကဘၣ်တၢ်ပၢ်အိၤလၢတၢ်သုၣ်သ့ၣ်
 ဒီးမုၢ်ဝဲဒၣ်လၢတၢ်စးဒီးတၢ်တၢ်ဟ့ၣ်လီၤသးအဖိခိၣ်လီၤ

တၢ်ကွၢ်တလီၢ်တၢ်
 တၢ်စ့ၢ်တၢ်ကျိၤဘၣ်ယးအုၤပုၤကဵုဒုၣ်တၢ်န့ၢ်ဘၣ်တၢ်ပၢ်အိၤလၢတၢ်သုၣ်သ့ၣ်ဒီးမုၢ်ဝဲဒၣ်လၢတၢ်စးဒီးတၢ်တၢ်ဟ့ၣ်လီၤသးအဖိခိၣ်လီၤ

တၢ်ကြိၤအပလံးတၢ်မၤလၢတၢ်ကြးတဘၣ်
 မၤပုၤဘၣ်တၢ်ကဵုကဵုဒုၣ်လံၣ်တၢ်မၤပုၤလၢဘၣ်တၢ်ထံၣ်န့ၢ်အိၤလၢအိၣ်လဲ online မံနံအဲဖိလံၣ်တၢ်သုၣ်ထီၣ်အဘျီၣ် မ့တမ့ၢ်လၢနဟီၣ်ကဝီၤဒု
 ဒၣ်ဝဲစ့ၢ်စ့ၢ်ဒီးအုၤထီၣ်ဘၣ်ခိဖျိအံၤလဲၣ်ထီၣ်လဲၣ်ထီၣ်လဲၣ် electronically မ့တမ့ၢ်ခိဖျိလဲၣ်ပၤတၢ်ကွၢ်

တၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချူ & အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချူစ့ၢ်

nbhs.org
612.543.2500

နီၣ်ပွဲၣ် Northpointe တၢ်သကးပဝးတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချူတၢ်မၤစၢၤ
Northpointe Behavioral Health Services
 မၤန့ၢ် တၢ်ဟ့ၣ်ကျိၤဟ့ၣ်ဖးဒီးသးအတၢ်ဆိကမိၣ်တၢ်ဆါတၢ်ကဟ့ၣ်က
 ယၢ် လၢတၢ်စးစ့ၢ်စ့ၢ်, ခံၤ, ဒီးဟံၣ်ဖိယီၤဖိ

reddoorclinic.org
612.543.5555

တၢ်ဆါဟံၣ်ဝဲကြိၤစိ
Red Door Clinic
 တၢ်မံၤယုၢ်အတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချူလၢပုၤကိးစၢၤအစိၢ်. တၢ်မၤကွၢ်တဖၣ်လၢဘၣ်
 တၢ်ပၢ်အိၤလၢတၢ်သုၣ်သ့ၣ်ဒီးတၢ်ယါဘျီလၢအပုၤဖျိး, ဘၣ်တၢ်ကဟ့ၣ်ကယၢ်အိၤ,
 အလီၢ်လီၤ.

တၢ်ဆါတၢ်ပွၤပုၤကညီ ဇီး တၢ်မံၤဃုာ်တၢ်မၤကမၤ

**traffickingresourcecenter.org/
888.373.7888**

ထံၣ်ကီၢ်ဒီးတၢ်တၢ်ဆါတၢ်ပွၤပုၤကညီ တၢ်မၤစၢၤအဝဲၤလီၢ်ခါၣ်သး
ကိးဘၣ်လၢကတီၢ်ဖျါထီၣ် တၢ်ဟ့ၣ်ကူၣ်တဖၣ်မိ, မၤဘၣ်ထွဲသးဒီး
တၢ်ထီၣ်တၢ်ဆါတၢ်ပွၤပုၤကညီအတၢ်မၤလၢနတၢ်လီၢ်ဒၣ်ဝဲ,
မ့တမ့ၢ်လၢကယုထီၣ်တၢ်သိၣ်လိဒီးတၢ်သ့တၢ်ဘၣ်အတၢ်မၤစၢၤ,
တၢ်စ့ၢ်တၢ်ကျိၤလၢအညီန့ၢ် မ့တမ့ၢ် တၢ်ထီၣ်တၢ်ဆါတၢ်ပွၤပုၤကညီ
တၢ်မၤစၢၤလီၤဆီ ဝဲခဲဆဲၣ်လွံၢ်န့ၢ်ဂ့ၢ်စ့ၢ်ဝီၤအုလီၤတဲမိအံၤတက့ၢ်

**Thefamilypartnership.org
612.728.2062**

တၢ်ဟံၣ်ကဖၢသး (တၢ်ဆါလီၤအိၣ်သးဆုတၢ်သဘျာ, တၢ်လၢကဖိ &
တၢ်ထဲသိး)

**PRIDE (Prostitution to Independence, Dignity &
Equality)**

PRIDE ဟ့ၣ်လီၤတၢ်တိၤစၢၤမၤစၢၤတၢ်မၤလၢပုၤမ့ၣ်ခါခဲလၢလၢပၣ်ဃး
လၢတၢ်မံၤဃုာ်တၢ်ဆါတၢ်ပွၤလီၤ အဝဲသ့ၣ်ဟ့ၣ်လီၤစ့ၢ်ကိး 24/7 တၢ်နးတၢ်ဖျိၣ်စ့ၢ်
ဝီၤအုလီၤတဲမိ, တၢ်ပၤဆုၤကျဲၣ်တၢ်စ့ၢ် case management, တၢ်တိၤစၢၤမၤစၢၤ
ကတုတဖၣ်, ဒီးပုၤအိၣ်ဖြဲကၣ်အမဲၤကၣ်ပိၣ်မုၣ်ကၢ်တၢ်ဖိတၢ်လံၤတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်
ချူကတု African American Women's chemical health group.

**Breakingfree.net
651.645.6557**

တၢ်ထုးဖးမၤထူၣ်ဖျဲးကွံာ်သး

တၢ်ထုးဖးမၤထူၣ်ဖျဲးကွံာ်သးဟ့ၣ်လီၤဟံၣ်ဃီဒီးတၢ်မၤစၢၤအစၢၤတဖၣ်ဆူပိၣ်မုၣ်
ဒီး ပိၣ်မုၣ်မိတဖၣ်လၢလဲၤခိၣ်ဖျိၣ်တၢ်မံၤဃုာ်တၢ်မၤကမၤအတၢ်မၤပနီၣ်တၢ်ကၤ
ဒီးပုၤဒီးလဲၤဆါလီၤသးတဖၣ်လၢသးအိၣ်လၢကဟးထီၣ်ကွံာ်လၢတၢ်ပနီၣ်တၢ်ကၤ

လၢအဘၣ်ဃးဒီးသဲစး

lawhelpmn.org

ဃုထံၣ်ဘၣ်သဲစးတၢ်စ့ၢ်တၢ်ကျိၤကလိ, ပီၤဂီၤတဖၣ်, သဲစးအလံာ်မၤပုၤတဖၣ်ဒီး
ရူ court အလံာ်မၤပုၤတဖၣ်

**Crimeandjustice.org
612-340-5400**

တၢ်ဟ့ၣ်ကူၣ်ဟ့ၣ်ဖးဘၣ်ဃး တၢ်မၤကမၤသဲစးဒီး တၢ်တီတၢ်လီၤ
Council on Crime and Justice
24/7 စ့ၢ်ဝီၤအုလီၤတဲမိလၢပုၤလၢတုၢ်ဘၣ်တၢ်မၤကမၤအိၣ်တဖၣ်

**Tubman.org
612.870.2424**

ထၣ်(ဘိ)မဲသဲစးတၢ်မၤတဖၣ်

Tubman's Legal Services

တၢ်မၤကလိ Pro-bono (ကလိ) သဲစးတၢ်မၤတဖၣ်လၢဘၣ်ဃးဟံၣ်ပုၤဃီ
ပုၤတၢ်မၤအၢၣ်မၤလီၢ်, တၢ်မံၤဃုာ်မၤဆူၣ်မၤစိးတၢ်, တၢ်ထုးဖးလိာ်သး, ဒီး တၢ်ကွံာ်
ထွဲဖိသၣ်

တၢ်မံၤဃုာ်ပုၤမၤတၢ်ဖိအတၢ်ခွဲးတၢ်ယာ်

**swopusa.org
877.776.2004**

တၢ်မံၤဃုာ်ပုၤမၤတၢ်ဖိအတၢ်ဖိအတၢ်တုၤလီၢ်တုၤကျဲၣ်တၢ်တိၤက့ၢ်

Sex Workers Outreach Project

SWOP-USA မ့ၢ်ဝဲကီၢ်ဒီးတၢ်တၢ်ဂ့ၢ်လီၢ်တၢ်တိၤတၢ်လီၤတၢ်ဘျးဝဲလၢအဟ့ၣ်
လီၤအသးလၢပုၤကညီတၢ်ခွဲးတၢ်ယာ်တၢ်သိၣ်တၢ်သိၣ်အခိၣ်သ့ၣ်စီၤလၢတၢ်မံၤဃုာ်
ပုၤမၤတၢ်ဖိတဖၣ်ဒီးအဝဲသ့ၣ်အပုၤတစၢ, တၢ်ပညိၣ်လၢကပတုၣ်ကွံာ်တၢ်တဖျိၣ်တ
ပျီၤဒီးတၢ်အလီၤအလၢတအိၣ်ဘၣ်ခိၣ်ဖျိၣ်တၢ်ကူၣ်ဘၣ်ကူၣ်သ့ဒီးတၢ်ကတိၤစၢၤတၢ်.
လၢကတုၤဆူမံၤနဲအဖိလံာ်ဖိးမံၤမုၤဒါခိၣ်အစီၢ်:

swop.welcome@gmail.com

တၢ်ဆဲးတၢ်လၢလီၤတၢ်လီၤစး

**casadeesperanza.org
651.772.1611**

Casa De Esperanza

Casa de Esperanza ဟ့ၣ်နီၤလီၤဟံၣ်ဃီ, ပုၤတဲစၢၤတၢ်, တၢ်မၤစၢၤဘၣ်ဃး
ဟံၣ်ပုၤဃီပုၤတၢ်မၤအၢၣ်မၤလီၢ်လီၤ အဝဲသ့ၣ်အိၣ်စ့ၢ်ကိးဒီး 24 န့ၢ်ဂ့ၢ်ကျိၣ်အါ
ကျိၣ်လၢတၢ်နးတၢ်ဖျိၣ်တၢ်ကိးအစီၢ်

**awum.org
612.724.8823**

ပုၤအုၤရှၢၣ်ပိၣ်မုၣ်စၢၤဖျိၣ်ကတုၤလၢမံၤနဲစိတၢ်

Asian Women United of Minnesota

AWUM အိၣ်ဒီး 24 န့ၢ်ဂ့ၢ်ကျိၣ်အါကျိၣ်လၢတၢ်နးတၢ်ဖျိၣ်တၢ်ကိးအစီၢ်လၢက
ဒုးစဲဘျးပိၣ်မုၣ်တဖၣ်ဒီးဟံၣ်ကတိၤတၢ်အိၣ်ကဒုအလီၢ်, သဲစးဒီးကျိၣ်စ့ၢ်တဲစၢၤ,
ဒီးတၢ်ယုဖံးယုမၤအတၢ်မၤစၢၤလီၤ

**miwrc.org
612.728.2000**

မံၤနဲစိထံၣ်အုၤယါပိၣ်မုၣ်တၢ်မၤစၢၤလီၢ်ခါၣ်သး

Minnesota Indian Women's Resource Center

ဟံၣ်ဃီတၢ်မၤစၢၤကျဲၣ်, သးခိၣ်န့ၢ်တၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချူတၢ်ကွံာ်ထွဲ, ဒီးတၢ်မၤအၢၣ်
တၢ်အစၢၤတဖၣ်လၢမံၤနဲအဖိလံာ်,
လၢဘၣ်တၢ်တုထီၣ်အိၣ်လၢပိၣ်မုၣ်ထူလံၤတဖၣ်အစီၢ်
MIWRC ဟ့ၣ်လီၤစ့ၢ်ကိးတၢ်ကျိၣ်တၢ်ကျဲၣ်လၢ နီၢ်သးခဲခါ ဒီး LGBTQ
လၢတစၢၤစ့ၢ်စ့ၢ်ဒၣ်ဝဲလီၤ.

**outfront.org/resources
800.800.0350**

မံၤနဲစိထံၣ်လၢတၢ်မိၣ်ညါ

Outfront Minnesota

မံၤနဲစိထံၣ်လၢတၢ်မိၣ်ညါ Outfront MN စိၣ်ဆုၤတၢ်ကျိၣ်တၢ်ကျဲၣ်ဒီးတၢ်မၤစၢၤတၢ်
မၤဆူမံၤနဲစိထံၣ် LGBTQ ဒီးလၢပုၤတစၢၤအမၤဃုာ်သကိးတၢ်တဖၣ်လီၤ
လံာ်တကဘျးအံၤဘျးဝဲဆူ LGBTQ တၢ်မၤစၢၤအစၢၤအါမၤလီၤ

လၢအဘၣ်ဃးဒီးသဲစး

lawhelpmn.org

ဃုထံၣ်ဘၣ်သဲစးတၢ်စ့ၢ်တၢ်ကျိၤကလိ, ပီၤဂီၤတဖၣ်, သဲစးအလံာ်မၤပုၤတဖၣ်ဒီး
ရူ court အလံာ်မၤပုၤတဖၣ်

**Crimeandjustice.org
612-340-5400**

တၢ်ဟ့ၣ်ကူၣ်ဟ့ၣ်ဖးဘၣ်ဃး တၢ်မၤကမၤသဲစးဒီး တၢ်တီတၢ်လီၤ
Council on Crime and Justice
24/7 စ့ၢ်ဝီၤအုလီၤတဲမိလၢပုၤလၢတုၢ်ဘၣ်တၢ်မၤကမၤအိၣ်တဖၣ်

**Tubman.org
612.870.2424**

ထၣ်(ဘိ)မဲသဲစးတၢ်မၤတဖၣ်

Tubman's Legal Services

တၢ်မၤကလိ Pro-bono (ကလိ) သဲစးတၢ်မၤတဖၣ်လၢဘၣ်ဃးဟံၣ်ပုၤဃီ
ပုၤတၢ်မၤအၢၣ်မၤလီၢ်, တၢ်မံၤဃုာ်မၤဆူၣ်မၤစိးတၢ်, တၢ်ထုးဖးလိာ်သး, ဒီး တၢ်ကွံာ်
ထွဲဖိသၣ်