

လှခရပ်ပဒိန်ကို LPS ဟံဉ်ဖိယီဖိတဖဉ်,

ဝံသးစူဖးဝဲဒဉ်တနွံအံၤအတၢ်ကစီဉ်ဒုးသ့ဉ်ညါလၢအဘဉ်ယးဒီးတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျါလၢအရူဒိဉ်ဒီးတၢ်ကစီဉ်ဒုးသ့ဉ်ညါချုးဆါချုးကတီၢ်သ့ဉ်တဖဉ်န့ဉ်တက့ၢ်.

ဖဲအံၤန့ဉ် အိဉ်ဒီးတၢ်ကွဲးဖျါထီဉ်တၢ်ဂ့ၢ်ခိဉ်တီလၢကမၤစၢၤနၤအဂီၢ်-

- ကိုဖိလံာ်န့ဉ်လံာ်လါလၢ လါမၢ်ရှး ၂၂သီ - လါအုဖျဉ် ၂သီ
- တီၤထီကို တၢ်မၤကွၢ် COVID-19 တၢ်ဆူးတၢ်ဆါ
- တၢ်ဆီတလဲတဖဉ်လၢလှခရပ်ပဒိန်ကို LPS တၢ်ဖဲတၢ်မၤအကျါအကျဲလၢအဘဉ်ယးဒီးတၢ်သိဉ်တၢ်သီတဖဉ်လၢပုၤကွၢ်ကီတၢ်ဖိအဂီၢ်
- လှခရပ်ပဒိန်ကိုတဖဉ် မၤသကိးတၢ်ဘဉ်ယးလၢတီၤထီကိုတၢ်ဂဲၤကလံဉ်အမူး prom လီၤတၢ်လီၤဆဲး
- တၢ်တီၢ်ကျါဘဉ်ယး မံးလၢတၢ်ဟးသကိး Extra Mile Walk - VIRTUAL
- တၢ်ဆိဉ်ထွဲမၤစၢၤလၢဟံဉ်ဖိယီဖိတဖဉ်အဂီၢ်

ကိုဖိလံာ်န့ဉ်လံာ်လါလၢ လါမၢ်ရှး ၂၂သီ - လါအုဖျဉ် ၂သီ

လၢလါအီးကထိဘဉ်, တၢ်ကူဉ်ဘဉ်ကူဉ်သ့ကမံးတံာ်မိၢ်ပုၢ်ဟံးန့ဉ်/တူၢ်လိာ်တၢ်ဆီတလဲသ့ဉ်တဖဉ်လၢကိုအလံာ်န့ဉ်လံာ်လါ. နကထံဉ်န့ဉ်ဝဲဒဉ်တၢ်ဘိဘဉ်ကဒါက့ၤအလၢအပွဲၤဖဲ [student calendar here](#) တၢ်ဘျးစဲအပူၤ. လၢတၢ်ဖိလံာ်အံၤမ့ၢ်ဝဲဒဉ်ကိုဖိအလံာ်န့ဉ်လံာ်လါလၢခါဆူညါခံနွံအဂီၢ်န့ဉ်လီၤ-

မုၢ်ဆဉ်/မုၢ်တနံၤ, လါမၢ်ရှး ၂၂သီ

- ကိုထီဉ်/တီၤသ့ဉ်တဖဉ်အိဉ်ဝဲဒဉ်လၢကိုဖိခဲလၢာ်အဂီၢ်.
- တၢ်ဟ့ဉ်နီၤလီၤတၢ်အိဉ်လၢပုၤမၤလိမၤဒီးစီၤစုၤ/စၢၤစိတၢ်အဂီၢ် ([Click here for more information](#)) စံးလီၤဖဲအဲကလံးကျိဉ်လံာ်မဲာ်ဖျါလါအဲးဖိခိဉ်လၢကဒီးန့ဉ်ဘဉ်အါထီဉ်တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျါအဂီၢ်န့ဉ်တက့ၢ်.

မုၢ်ယုာ်/မုၢ်ခံနံၤ, လါမၢ်ရှး ၂၃သီ

- ကိုထီဉ်/တီၤသ့ဉ်တဖဉ်အိဉ်ဝဲဒဉ်လၢကိုဖိခဲလၢာ်အဂီၢ်.

မုၢ်ပျဲ/မုၢ်သၢနံၤ, လါမၢ်ရှး ၂၄သီ

- ကိုထီဉ်/တီၤသ့ဉ်တဖဉ်အိဉ်ဝဲဒဉ်လၢကိုဖိခဲလၢာ်အဂီၢ်.
- တီၤထီကို - ကိုပျါဆိ

မုၢ်လၢ်ဇၢ်/မုၢ်လၢ်နံၤ, လၢမၢ်ရှး ၂၅သီ

- ကိုထီၣ်/တၢ်သ့ၣ်တဖၣ်အိၣ်ဝဲဒၣ်လၢကိုဖိခဲလၢ်အဂီၢ်.

မုၢ်ဖိဖး/မုၢ်ယံၢ်နံၤ, လၢမၢ်ရှး ၂၆သီ

- ကိုထီၣ်/တၢ်သ့ၣ်တဖၣ်အိၣ်ဝဲဒၣ်လၢကိုဖိခဲလၢ်အဂီၢ်.

မုၢ်ဆၣ်/မုၢ်တနံၤ, လၢမၢ်ရှး ၂၉သီ

- ကိုထီၣ်/တၢ်သ့ၣ်တဖၣ်အိၣ်ဝဲဒၣ်လၢကိုဖိခဲလၢ်အဂီၢ်.
- တၢ်ဟ့ၣ်နီၤလီၤတၢ်အိၣ်လၢပုၤမၤလိမၤဒီးစီၤစုၤ/စၢၤစိတၢ်အဂီၢ် ([Click here for more information](#))
စံၢ်လီၤဖဲအဲၤကလံးကျိၣ်လံာ်ခဲၣ်ဖျၢၣ်လၢအဲၤဖိခိၣ်လၢကဒီးန့ၢ်ဘၣ်အါထီၣ်တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၣ်အဂီၢ်န့ၣ်တက့ၢ်.

မုၢ်ယုၢ်/မုၢ်ခံနံၤ, လၢမၢ်ရှး ၃၀သီ

- တၢ်ဖိသ့ၣ် တုၤလၢ ၈တီၤ - ကိုပျၢ်ဆိထီၣ်
- ကတီၤဆိကိုဖိတဖၣ် - ကိုတအိၣ်/ကိုတထီၣ်ဘၣ်
- တၢ်ထီၣ်ကို - ကိုထီၣ်/တၢ်သ့ၣ်တဖၣ်အိၣ်ဝဲဒၣ်လၢတၢ်ထီၣ်ကိုဖိတဖၣ်အဂီၢ်.

မုၢ်ပျဲၤ/မုၢ်သၢနံၤ, လၢမၢ်ရှး ၃၁သီ

- ကိုထီၣ်/တၢ်သ့ၣ်တဖၣ်အိၣ်ဝဲဒၣ်လၢကိုဖိခဲလၢ်အဂီၢ်.
- တၢ်ထီၣ်ကို - ကိုပျၢ်ဆိ

မုၢ်လၢ်ဇၢ်/မုၢ်လၢ်နံၤ, လၢအုၣ်ဖြၣ် ၁သီ

- ကတီၤဆိကိုဖိ တုၤလၢ ၈တီၤ - ကိုထီၣ်/တၢ်သ့ၣ်တဖၣ်အိၣ်ဝဲဒၣ်လၢကိုဖိခဲလၢ်အဂီၢ်.
- တၢ်ထီၣ်ကို - ကိုတထီၣ်/တၢ်သ့ၣ်တဖၣ်တအိၣ်လၢကိုဖိတဖၣ်အဂီၢ်ဘၣ်, ကိုသရၣ်/မုၢ်တၢ်သိၣ်လိတၢ်
ရဲၣ်တၢ်ကျဲၤမုၢ်နံၤ.

မုၢ်ဖိဖး/မုၢ်ယံၢ်နံၤ, လၢအုၣ်ဖြၣ် ၂သီ

- ကတီၤဆိကိုတုၤလၢ ၁၂တီၤ- ကိုတထီၣ်ဘၣ်, ဝဲၤဒၢးခဲလၢ်ကးတံာ်အသး/တအိးထီၣ်ဘၣ်.

တီထွေမှု တာမကွာ COVID-19 တာဆူးတာဆါ

လုခာပဒိန်ကို Lincoln Public Schools အိန်ဒီးတာအာနီလီအီလီအသီကဒီးတဘျီလာတာကပန်ယုတ်မာသ ကိးတာ လာတာဟုန်လီသး/မာသကိးတာလာတာမကွာ COVID-19 တာဆူးတာဆါလာတီထွေမှုအပူ တာမကွာ တာတိတ်ကျဲအံဘာတာမာသကိးအီဒီးတာအိန်ဆူအိန်ချ့ဝဲကျဲ Department of Health ဒီး Human Services (DHHS), တာကူဘာကူသ့ဝဲကျဲ Department of Education ဒီးကရူလာအဟူးဂဲမာသကိး တာဒီး Test Nebraska နံနံတြာစကန်တာမကွာ/တာသမံသမိးတာနုလီ. တာမကွာ/တာသမံသမိးမကွာဆိ တာတိတ်ကျဲအဝဲအံမာစာလီကဝီ တာအိန်ဆူအိန်ချ့ ပုဘာမူဘာဒါလာအဖိးသဲစးတဖန်လာကယုသု ညါဒီးဆာတဲာ တာလာအမာညါနီအသး လာ COVID-19 တာဆါလာအတအိန်ဒီးတာဆူးတာဆါအပနီတဖန်, ဒီးတာပူဖျဲဒီးတာဘာယိန်အတာသိန်တာသီတာဘျဲမနုလာတာလိန်မာဘာလိန်အါထိန်က့အီလာတာကမာ စုလီ COVID-19 တာဆူးတာဆါ/အတာဘာယိန်ဘာဘျီအတာရလီသးအဂီနုလီ.

လာတာဆဲးလီမံအဂီ

အိန်ဒေယိယိလာတာကမာပဲထိန်အဂီ, ဆဲးလီမံဒီးဟဲက့စိကဒါက့လံတာအာနီလီဟုန်အခွဲအလံဒီ လာတာမာပဲထိန်အီလာတာမကွာသးအမုနံနုတက့. နထံနု/နမာနုလံအဒီသ့ဝဲအံ စံလီဖဲအဲက လံကျိန်လံမဲာယျာလါအဲအဖိခိန် [consent form here](#) နုတက့. နစဲကျဲထူးထိန်လံတာအာနီလီဟုန်အ ခွဲမုတသု/တညီဘာနု, နပုက့ဖိဟဲဟံးနုလံလာတာမဲကျဲထူးထိန်တုလံအဝဲနုသ့ဝဲဒန်လာက့အတာအိန် ဆူအိန်ချ့ဝဲဒေး လာတာကမာပဲထိန်အီဒီး ဟဲက့ဆုကဒါက့ဖဲတာဟဲမကွာသးအမုနံနုတက့.

တာမကွာ/တာသမံသမိးတာရဲလီပာတာဆါကတီမုနံတဖန်

ကအိန်ဒီးတာသမံသမိး/တာမကွာထဲတသီလာတီထွေမှုတဖျာဘာတဖျာနုလီ.

မုပျဲ/မုသါနံ, လါမာရှး ၂၄သီ
ဂီဒီ ဂူး၃၀နုရဲ - ၁၁:၀၀နုရဲ
လုခာတီထွေမှု
North Star တီထွေမှု
Southwest တီထွေမှု

မုၢ်လၢၣ်ဇိၤ/မုၢ်လၢၣ်နံၤ, လါမၢ်ရှး ၂၅သီ

ဂီၤခီ ၇:၃၀န့ၣ်ရံၣ် - ၁၁:၀၀န့ၣ်ရံၣ်

East တီၤထီၣ်က့ၢ်

Northeast တီၤထီၣ်က့ၢ်

Southeast တီၤထီၣ်က့ၢ်

တၢ်ဆိတလဲတဖၣ်လၢ လုၤခၢၣ်ပဒိၣ်က့ၢ် LPS တၢ်ဖံးတၢ်မၤအကျိၤအကျဲလၢအဘၣ်ယးဒီးတၢ်သိၣ် တၢ်သီတဖၣ်လၢပုၤကွၢ်ကိတၢ်ဖိအဂီၢ်

တယံၣ်ဒဲးဘၣ်န့ၣ် လုၤခၢၣ်ပဒိၣ်က့ၢ် LPS ကွၢ်ကဒါက့ၤဝဲဒၣ်ပုၤလဲၤကွၢ်ကိတၢ်ဖိ အတၢ်န့ၣ်ကျဲတဖၣ်ယုၣ်ဒီးလုၤခၢၣ် လဲၣ်ခဲးစတၢ် ကီၢ်ရှ့ၣ်ဟီၣ်ကဝီၤ တၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့ဝဲၤကျိၤန့ၣ်လီၤ. ဒီးသန့ၤထီၣ်အသးလၢအဆၢကတီၢ်ခဲအံၤ ပုၤတဝၢတၢ်အိၣ်သးတဖၣ်, ဒီးတၢ်ဆိတလဲတဖၣ်လၢအပိၣ်ထွဲထီၣ်အခံကဘၣ်တၢ်စးထီၣ်သူၤအီၤ/မၤထွဲအီၤတုၤ လီၤတီၤလီၤတဘျီယီ (၃/၁၈/၂၁) အိၣ်ဒီးအဂ့ၢ်အကျိၤလၢတၢ်လူၤပိၣ်ထွဲဝဲဒၣ်ဆၢကတီၢ်ခဲအံၤတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ် ချ့အတၢ်န့ၣ်လီၤအနီၣ်ထီၣ်သ့ၣ်တဖၣ်-

တၢ်ဖံးတၢ်မၤအကျိၤအကျဲ လၢတၢ်ဂဲၤလိာ်ကွဲအပျီပူၤ ဘၣ်ယးတၢ်လိာ်ကွဲတၢ်သ့ၣ်ထီၣ်/ကရၢၢ်

- တၢ်ဖံးတၢ်မၤအကျိၤအကျဲလၢပုၤကွၢ်ကိတၢ်ဖိအဂီၢ် တၢ်ပြၢသ့ၣ်တဖၣ် လၢအဘၣ်တၢ်မၤအီၤလၢတၢ် ဂဲၤလိာ်ကွဲအပျီပူၤ Beechner ကဘၣ်တၢ်ဟံၣ်ပနီၣ် ပုၤကွၢ်ကိတၢ်ဖိအနီၣ်ဂံၢ် တုၤလၢ ၇၅ မျးကယၤ. တုၤလၢပုၤကွၢ်ကိတၢ်ဖိအနီၣ်ဂံၢ်ပုၤထီၣ်တစုန့ၣ်, တၢ်တပျဲန့ၣ်လီၤအါထီၣ်ပုၤကွၢ်ကိတၢ်ဖိသ့ၣ်တဖၣ်လၢတၢ်မၤမူး/တၢ်ပြၢအပူၤလၢဘၣ်.
- ပုၤဂဲၤလိာ်ကွဲဖိတဂၤန့ၣ်တၢ်ဟံၣ်ပနီၣ်န့ၣ်အီၤ ပုၤကွၢ်ကိတၢ်ဖိအနီၣ်ဂံၢ်လီၤလီၤဆီဆီလၢဘၣ်. တၢ်ပျဲန့ၣ် လီၤလၢအဆၢကတီၢ်ခဲအံၤန့ၣ် ကအိးထီၣ်ဝဲဒၣ်လၢပုၤတဂၤဂ့ၤတဂၤဂ့ၤလၢအဖဲဆိ, ကန့ၣ်လီၤဘၣ်ဆိ/ တၢ်ကပျဲန့ၣ်လီၤအီၤန့ၣ်လီၤ. တၢ်ကျဲၤမၤဘၣ်လိာ်ကွဲတၢ်ဖံးတၢ်မၤအံၤညီၣ်န့ၣ်ဘၣ်ယးလၢပုၤကွၢ်ကိတၢ်ဖိ အတၢ်ဖဲထီၣ်အနီၣ်ဂံၢ်-တုၤလၢအတုၤထီၣ်ဆၢကတီၢ်ခဲအံၤ DHMS ဟံၣ်ပနီၣ်ပုၤအနီၣ်ဂံၢ်-လၢတၢ်ကမၤ ဘၣ်လိာ်ကွဲပုၤကွၢ်ကိတၢ်ဖိအနီၣ်ဂံၢ်အဂီၢ်န့ၣ်ဒီးသန့ၤထီၣ်အသးလၢပုၤဖဲကွၢ်တၢ်ညီၣ်န့ၣ်မၤအသး/အတၢ် ထီၣ်ယူအဖိခိၣ်န့ၣ်လီၤ.

တၢ်ဖံးတၢ်မၤအကျိၤအကျဲလၢက့ၢ်တၢ်အလီၢ်တဖၣ်

- ဒိဖျိလၢတၢ်မၤမူးအလီၢ် တၢ်လီၢ်တၢ်ကျဲဆံးဒီးအံၣ် ဒီးတၢ်ဟံၣ်ပနီၣ်ပုၤအနီၣ်ဂံၢ်အယီၤန့ၣ်, ပကဆဲးဟံၣ်ပနီၣ် ပုၤကွၢ်ကိတၢ်ပုၤဂဲၤလိာ်ကွဲတၢ်ဖိသ့ၣ်တဖၣ်အနီၣ်ဂံၢ် ပုၤဂဲၤလိာ်ကွဲဖိတဂၤန့ၣ်ကွဲပုၤကွၢ်ကိတၢ်ဖိလဲၤန့ၣ်ထဲတ ဂၤဇိၤန့ၣ်လီၤ. တၢ်အဝဲအံၤမၤလီၤတံၢ်ဝဲဒၣ်လၢပုၤဂဲၤလိာ်ကွဲဖိတဂၤဘၣ်တဂၤန့ၣ်အိၣ်ဒီးပုၤကွၢ်ကိတၢ်ဖိ တဂၤလၢအလဲထီၣ်/လဲၤကွၢ်ကိတၢ်သ့ဝဲဒၣ်န့ၣ်လီၤ.

တၢ်သိၣ်တၢ်သီတဖၣ်လၢကအိၣ်ဒ်အလီၢ်လီၢ်ဒ်လၢတၢ်မၤအကျိၤအကျဲအိၣ်ဝဲအသိး ဒီးစၢ် spring အဆၢကတီၢ် တၢ်ဂၤလိာ်ကွဲအဂၤတဖၣ်

- ပုၤကွၢ်ကိတၢ်ဖိခဲလၢကဘၣ်မၤကွၢ်အသးလၢအဘၣ်သးဒီးတၢ်ဆါအတၢ်ပနီၣ်တဖၣ် [self-screen for COVID-19 symptoms](#) တချုးဒီးလၢကလဲၤထီၣ်/ကလဲၤကွၢ်တၢ်ပြုၤ/မူး တမံၤဂ့ၤတမံၤဒီးဘၣ်န့ၣ်လီၤ. နမ့ၢ်စံးဆၢလၢ (မ့ၢ်/အိၣ်ဒီးတၢ်ပနီၣ်) လၢတၢ်မၤကွၢ်တၢ်သံကွၢ်သ့ၣ်တဖၣ်အဖီခိၣ်န့ၣ်, ဝံသးစူၤအိၣ်လၢ ဟံၣ်တက့ၢ်.
- ပုၤကွၢ်ကိတၢ်ဖိတဖၣ်ကဘၣ်ကးဘၢဝဲဒၣ်အနီၤဒုကိာ်ပုၤလၢတၢ်ကးဘၢမဲာ်လၢအဘၣ်တၢ်ဆးအိၤအါန့ၣ်တ ကကြၢထီၣ် (ဒီးတကတီၢ်) ဝဲလၢအဝဲသ့ၣ်အိၣ်လၢတၢ်လိာ်ကွဲ/တၢ်ပြုၤအဆၢကတီၢ်န့ၣ်လီၤ.
- လီၢ်ဆ့ၣ်နီၤလၢပုၤကွၢ်ကိတၢ်အလီၢ်န့ၣ်ကအိၣ်ဝဲဒၣ်ဘၣ်ဆၣ်ကအိၣ်ဒီးတၢ်ဟံပနီၣ်ပုၤနီၣ်ဂံၢ်လၢတၢ်လိာ်တ နီၤနီၤန့ၣ်လီၤ. ပုၤကွၢ်ကိတၢ်ဖိတဖၣ် တၢ်ဟ့ၣ်ဂံၢ်ဟ့ၣ်ဘါအဝဲသ့ၣ်လၢ ကဟဲစိာ်ဝဲဒၣ်အဝဲသ့ၣ်အနီၤကစၢ် အလီၢ်ဆ့ၣ်နီၤတဖၣ်ဒီးကဘၣ်အိၣ်စီၤစူၤလိာ်အသးတဂၤဒီးတဂၤအစ့ၤကတၢ် ဖိခိၣ်ယီၢ် ဒီးကဘၣ်အိၣ် ယံၤဒီးလီၢ်ဆ့ၣ်နီၤလၢပုၤကွၢ်ကိတၢ်အလီၢ် ဒီးတၢ်လိာ်ကွဲအပျီအစ့ၤကတၢ် ၁၀ခိၣ်ယီၢ်န့ၣ်လီၤ.
- ဒီးသန့ၤထီၣ်အသးလၢပုၤလိာ်ကွဲ/ပုၤန့ၣ်လီၤပြုၤတၢ်အဖီခိၣ် ဒီးပုၤနီၣ်ဂံၢ်တြီၢ်လၢတၢ်လိာ်ကွဲအလီၢ်ဒ်နီၢ်ခိ ကွၢ်ဂီၤတၢ်အိၣ်စီၤစူၤလိာ်သး, ပုၤလိာ်ကွဲဖိတဂၤစုာ်စုာ်န့ၣ် တၢ်ဟံပနီၣ်ပုၤကွၢ်ကိတၢ်ဖိအနီၣ်ဂံၢ်ဒ်အပျီ လၢအဖီလၢအသိးန့ၣ်လီၤ.
 - Baseball - Den Hartog (4), Sherman Field (4), Densmore (4), School Sites (4)
 - Soccer ဖျါတူ - Seacrest (6), Beechner (6), Speedway (4), Den Hartog (4)
 - Tennis (4)
 - Golf (4)
- တၢ်ဆါတၢ်အိၣ်ကစးကစီးအနီၣ်ဂံၢ်တဖၣ်ကဘၣ်တၢ်ဟံပနီၣ်အိၤန့ၣ်လီၤ. ပုၤတဂၤစုာ်စုာ်အိးထီၣ်/မၤ လီၤတၢ်ကးဘၢမဲာ်/နီၤဒုကိာ်ပုၤဝဲအိၣ်တၢ် အိတၢ် အဆၢကတီၢ်သ့ဝဲ, ဘၣ်ဆၣ်ကဘၣ်ကးဘၢကဒါက့ၤ အကိာ်ပုၤဒီးအနီၤဒုကိာ်ပုၤအိၣ်ထီၣ်/အအိၣ်ထီၣ်တၢ်အိ မ့တမ့ၢ်တၢ်အိဝဲအလီၢ်ခဲန့ၣ်လီၤ. ပုၤကွၢ်ကိတၢ်ဖိ သ့ၣ်တဖၣ်တၢ်ဟ့ၣ်တၢ်ပျဲလၢကဘၣ်ဟဲစိာ်န့ၣ်တၢ်အိၣ် မ့တမ့ၢ်တၢ်အိလၢတၢ်ချၢသ့ၣ်တဖၣ်ဘၣ်.

လ့ၤခၢၣ်ပဒိၣ်ကွဲ LPS တီၤထီၣ်ကွဲတဖၣ်မၤသကိးတၢ်ဘၣ်သးဒီးတီၤထီၣ်ကွဲတၢ်ဂဲၤကလံၣ်အမူး prom လီၤတၢ်လီၤဆဲး

တီၤထီၣ်ကွဲယုၤဖျါလၢလ့ၤခၢၣ်ပဒိၣ်ကွဲအပူၤအံၤန့ၣ် အိၣ်ဒီးတၢ်မၤဂ့ၤထီၣ်တၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျဲၤတဖၣ်လၢတီၤထီၣ်ကွဲတၢ် ဂဲၤကလံၣ်အမူး prom လၢအကဘၣ်လိာ်အသးလၢလ့ၤခၢၣ်-လဲၣ်ခဲးစတၢ် ကီၢ်ရ့ၣ်ဟီၣ်ကဝီၤ တၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ် ချ့ဝဲၤကျိၤတၢ်န့ၣ်လီၤတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့တၢ်ထီၣ်နီၣ်တၢ်နီၣ်လၢတၢ်မၤမူးသးဖုံလၢအဒိၣ်သ့ၣ်တဖၣ် ဒီးမၤစ့ၤလီၤ တၢ်ဘၣ်ယိၣ်ဘၣ်ဘိၣ်လၢ COVID-19 တၢ်ဆါရၤလီၤသးအဂီၢ်န့ၣ်လီၤ. ပနၢ်ပၢ်လၢတနံၣ်အံၤအပူၤတဆံခံတီၤဖျိ ကွဲအတီၤ တချုးန့ၢ်/တပျါကွဲဝဲဒၣ်တၢ်အိၣ်သးလၢအရ့ၤဒိၣ်မူးသးဖုံအဝဲအံၤလၢအပူၤကွဲတနံၣ်, ဒီးလ့ၤခၢၣ်ပ

ဒိုင်ကို LPS အံ့အိပ်ဒီးတံဂုင်ကျဲးစားထဲးဂံထဲးဘါ လာကဟ့ုတ်တံခွဲးတံယံအဝဲအံ့ လာပုာတဆံခံတံကို ဖိတဖှ် လာအပူဖျဲးဒီးတံဘၣ်ယိၣ်ဖဲလာတံဆါရလီၤသးန့ၣ်လီၤ.

လုခါၣ်ပဒိုင်ကို တံထီကိုတဖျါၣ်ဘၣ်တဖျါၣ်ကဟ့ုတ်လီၤအါထီၣ်တံဂုင်တံကျါလာဟံၣ်ဖိယိဖိတဖှ်လါခဲကံၣ် တန့ၣ်လာအဘၣ်ယးဒီးတံဂုင်ကျဲးတဖှ်လာတံဟ့ုတ်အခွဲးလာတံထီကိုဖိတံဂဲၤကလံၣ်အမူး promအံ့န့ၣ် လီၤ. ပုာတဆံခံတံဟံၣ်ဖိယိဖိတဖှ်, ဝံသးစူၤခိးကွံာ်ဘၣ်နလီပရၢ email လာကဒီးန့ၣ်ဘၣ်အါထီၣ်တံဂုင်တံ ကျါအဂီၢ်န့ၣ်တက့ၢ်. Bryan Community Focus တံဂုင်ကျဲး ဒီး Yankee Hill ပုာတဆံခံတံကိုဖိတဖှ် ကဘၣ်တံကွဲးအဝဲသ့ၣ်လာကလဲၤထီၣ်ဝဲဒၣ်လာအဝဲသ့ၣ်အနီၢ်ကစံာ်တံထီကိုအတံမၤမူးသးဖံ့န့ၣ်လီၤ.

တံပူဖျဲးဒီးတံဘၣ်ယိၣ် တံသိၣ်တံသီတဖှ်ပၣ်ယုၣ်ဒီး -

- တံထီကိုတံဂဲၤကလံၣ်အမူး Prom ကဘၣ်တံမၤအီၤ/တံအိးထီၣ်အီၤထဲဒၣ်လာတံထီကို ပုာတဆံခံ တံထီကိုဖိသ့ၣ်တဖှ်အဂီၢ် (လာအပၣ်ယုၣ်ဒီးပုာလာအဖျါထီၣ်လာတံလံလာကိုတံမၤလိနံၣ်တတ်အပူတ ဖှ် မ့တမ့ၢ်ပုာသ့ၣ်တဖှ်လာအဖျါထီၣ်ဆိ). ခိဖျါလာတံပၣ်ပနီၣ်ပုာအနီၣ်ဂံၢ်လာတနံၣ်အံ့အပုာတဆံခံ တံထီကိုဖိသ့ၣ်တဖှ်အယိန့ၣ်, ပတဖှ်ပၣ်ယုၣ်ဒီးပုာတမ့ၢ်သ့ၣ်တဖှ် မ့တမ့ၢ် ပုာကိုဖိလာအထီၣ်တံထီကို မ့တမ့ၢ်ခိလုၣ်ကိုသ့တဖှ်ဘၣ် လာတံလူၤပိာ်မၤထွဲဝဲဒၣ်ဒဲးတံလိၣ်ဘၣ်ပုာနီၣ်ဂံၢ်တဖှ်အသိးန့ၣ်လီၤ.
- တံကလိၣ်ဘၣ်ဝဲဒၣ်လာတံကဘၣ်ကးဘါဝဲဒၣ်အနါဒုကိာ်ပူလာတံကးဘါမဲာ်လာအဘၣ်တံဆးအီၤ အါန့ၣ်တကထြာထီၣ်ဘိ/ဒီးတကတီၢ် လာတံဂဲၤကလံၣ်မူးအဆါကတီၢ်န့ၣ်လီၤ.
- ကိုဖိတဖှ်တံမၤအဝဲသ့ၣ်လာကမၤဝဲဒၣ် တံသမံသမိးမၤကွံာ်လီၤနီၢ်ကစံာ်အသးဘၣ်ယးဒီး COVID-19 တံဆါတချးဒီးလာအဝဲသ့ၣ်ကလဲၤဝဲဒၣ်မူးသးဖံ့ဒီးဘၣ်န့ၣ်လီၤ. ကိုဖိတဂၤဂုာတဂၤဂုာ လာအစံးဆါမ့ၢ် ယအိၣ်ဒီးတံဆါပနီၣ်လာတံသံကွံာ်တဖှ်အဖိခိၣ်န့ၣ်ကဘၣ်အိၣ်လာဟံၣ်န့ၣ်လီၤ.
- တံတဟ့ုတ်လီၤဒုးအိၣ်တံအိၣ် မ့တမ့ၢ်တံအီၤသ့ၣ်တဖှ်ဘၣ်. ထံကအိၣ်ဝဲဒၣ်လာကိုဖိသ့ၣ်တဖှ်အဂီၢ် ဖဲလာတံမၤမူးသးဖံ့အဆါကတီၢ်န့ၣ်လီၤ.
- တံဆုၣ်နီၤအလီၢ်ကဘၣ်တံမၤလီၤဆိအီၤလာတံဂဲၤကလံၣ်အလီၢ်ကဝီၤ, ဒီးနီၢ်ခိကွံာ်ဂီၤတံအိၣ်စီၤစုၤ လိာ်သးကဘၣ်တံဂုင်သဲကတီၢ်ပၣ်အီၤလာတံဆုၣ်နီၤအလီၢ်ကဝီၤန့ၣ်လီၤ.
- ဟံၣ်ဖိယိဖိတဖှ်ဒီးတံကရၢကရီလာတံချၢသ့ၣ်တဖှ်လာအမၤဝဲဒၣ် pre တချးဒီးတံဂုင်ကျဲး ဒီး post ဖဲလာတံထီကိုတံဂဲၤကလံၣ်မူးတံပၣ်ဖိၣ်ထီၣ်လိာ်သးန့ၣ် ကဘၣ်လူၤပိာ်မၤထွဲဝဲဒၣ်တံပူဖျဲးဒီး တံဘၣ်ယိၣ်အတံသိၣ်တံသီတံဘျါတဖှ်ဒဲးသိးဒီးတံထီကိုသ့ၣ်တဖှ်အသိး လာကမၤစၢၤတံမၤ စုၤလီၤ COVID-19 တံဆါရလီၤသးလာပုာတဝါ ဒီးကိုတဖှ်အပူန့ၣ်လီၤ. မူးသးဖံ့သ့ၣ်တဖှ်အံ့ တဘၣ်တံဟ့ုတ်မၤစၢၤ မ့တမ့ၢ်အံ့ထွဲကွံာ်ထွဲအီၤခိဖျါလာ LPS ဘၣ်, ဘၣ်ဆၣ်ကဘၣ်လူၤပိာ်မၤထွဲဝဲဒၣ်ဒဲး တံအိၣ်ဆုၣ်အိၣ်ချ့တံန့ၣ်လီၤတံထီၣ်တံတံတဖှ်လာအဘၣ်တံပၣ်လီၤအီၤခိဖျါလာ LLCHDအသိး န့ၣ်လီၤ.

လှေခါးပုဒ်ကို LPS ကဆေးခန်းကွင်းကွင်းထံသမံသမိပုတဝါအတိအဆိသးတဖု်ယု်ဒီး LLCHD နှံလီၤ. တံၢ်ရဲၣ်တံၢ်ကျဲၤခဲလၢတံၢ်ထီၣ်တံၢ်ဂဲၤကလံၣ်အမူး prom ဆိတလဲအသးသ့ဝဲဒၣ် ဖဲလၢပုတဝါတံၢ်အိၣ်သးတဖု်မ့ၢ်ဆိတလဲသးအဆၢကတီၢ်နှံလီၤ. အခိပညီပုတဝါတံၢ်အိၣ်သးမ့ၢ်ဆိတလဲအသးနှံ တံၢ်ထီၣ်တံၢ်ဂဲၤကလံၣ်အမူးတံၢ်ဆိတလဲအိၣ်ထီၣ်သ့ဝဲဒၣ်နှံလီၤ.

လၢတံၢ်ဖိလၢအံၤမ့ၢ်ဝဲမ့ၢ်နံၤမ့ၢ်သီ, တံၢ်ဆၢကတီၢ်ဒီးတံၢ်လီၢ်တံၢ်ကျဲၤအတံၢ်ရဲၣ်လီၤကျဲၤလီၤတဖု်လၢကွဲၤတကွဲၤဘၣ်တကွဲၤနှံလီၤ-

East တံၢ်ထီၣ်

လါအုၤဖြၣ် ၂၄သီ, ဟါခိ ၈:၃၀ - ၁၁:၃၀န့ၣ်ရံၣ်
ကွဲၤတံၢ်ဂဲၤလီၢ်ကွဲၤအလီၢ်လၢကလံၣ်ထံးတကပၤ South Gym

လှေခါးပုဒ်တံၢ်ထီၣ်

လါမ့ၢ် ၁သီ, ဟါခိ ၈:၃၀ - ၁၁:၃၀န့ၣ်ရံၣ်
Robber's Cave

North Star တံၢ်ထီၣ်

လါအုၤဖြၣ် ၁၇သီ, ဟါခိ ၈:၀၀ - ၁၁:၀၀န့ၣ်ရံၣ်
School Commons

Northeast တံၢ်ထီၣ်

လါအုၤဖြၣ် ၁၇သီ, ဟါခိ ၈:၀၀ - ၁၁:၀၀န့ၣ်ရံၣ်
Center Gym

Southeast တံၢ်ထီၣ်

လါအုၤဖြၣ် ၁၇သီ, ဟါခိ ၈:၀၀ - ၁၁:၀၀န့ၣ်ရံၣ်
School Commons

Southwest တံၢ်ထီၣ်

လါအုၤဖြၣ် ၂၄သီ, ဟါခိ ၈:၀၀ - ၁၁:၀၀န့ၣ်ရံၣ်
School Commons

တံၢ်တိၣ်ကျဲၤဘၣ်ပးဒီးမံးလၢတံၢ်ဟးသကိး **Extra Mile Walk - VIRTUAL** လီၤကၢ်ဒ်သိးပုၤ
ဟးနီၢ်ကီၢ်ဘၣ်ဆၣ်တံၢ်ဟ်လီၤက့ၤလၢခိၣ်ဖျူထၢၣ်/ကလံၣ်ကျဲၤ

မံးလတ်တံးဟးသကိး Extra Mile Walk အံးမုတ်တခါလတ်မးသကိးအီလီ LPS လုခါဒိန်ကို ဒီးတံးအိန် အတးလးလုခါ Food Bank of Lincoln အဘျဉ်စးလတ်မးအါထီဉ်စုလး LPS's Backpack လုခါပဒိန် ကိုအထျဉ်ဝံချုတ်ရဲဉ်တံးကျဲဒီး Food Markets တံးအိန်အကျးသုဉ်တဖဉ်အဂီၢ်န့ဉ်လီၤ. တနံဉ်အံးန့ဉ်, တံး ဟးကဘဉ်တံးမးဒုးအိဉ်ထီဉ်အီၤခဲလတ်လးခိဉ်ဖျုထျဉ်/ကလံးကျဲ virtual ဖဲလးလါအုဉ် ၂၆သီ - ၃၀သီအ နံးန့ဉ်လီၤ.

မုၢ်ပျဲ/မုၢ်သးနံး, လါမးရှး ၃၀သီန့ဉ်မုၢ်ဝဲဒဉ်တံးဆါကတီၢ်အလီၢ်ခံကတံးလတ်ကဆဲးလီၤမံးလတ်မးလိာ် လးကဒီးန့ဉ်ဘဉ် Extra Mile Walk t-shirt အဆုကးထံဉ်ရှးအဂီၢ်န့ဉ်လီၤ. နမုၢ်အဲဉ်ဒီးဟ့ဉ်မးဘျဉ်ဒီးမးလီ အါထီဉ်ဘဉ်ပးဒီးတံးဂုၢ်အံးန့ဉ်စံးလီၤဖဲအဲကလံးကျိဉ်လံာ်မဲာ်ဖျုဉ်လါအဲးအဖိခိဉ်န့ဉ်တက့ၢ်. [You can donate online and learn more about the virtual event on the Extra Mile Walk website.](#) ဝံးစူၤတီၢ်နီဉ်, န မုၢ်အဲဉ်ဒီးန့ဉ်ဘဉ်ဆုကးရှး, နကဘဉ်လဲၤခိဖျိဝဲဒဉ်လး "တံးဆဲးလီၤမံးလတ်မးမူးသးဖဲဝဲအံး Register For This Event" button အိဉ်ဝဲဒဉ်လးခိဉ်ဖျုထျဉ်တံးဂုၢ်ထျဉ်အလံာ်ကဘျးအခိဉ်ထံး/အမဲာ်ညါကတံး.

ဖိသုဉ်တဖဉ်မုၢ်ပတ်လုာ်ဒိဉ်ပုၤဒိဉ်/တံးအကါဒိဉ်ကတံးဒီးမုၢ်တံးလးအလုာ်အပုၤအိဉ်တဖဉ်, ဒီးတံးယုထံဉ်သုဉ် ညါဒုးနဲဉ်ဖျါထီဉ်ဝဲဒဉ်လးတံးလးအဒုးအိဉ်ဆူဉ်အိဉ်ချုတ်/တံးဒုးနဲဉ်ဖျါထီဉ်တံးကဲထီဉ်လိဉ်ထီဉ်န့ဉ်, ဖိသုဉ်တ ဖဉ်လးအအိဉ်ဘဉ်တံးအိဉ်န့ဉ်ဂံၢ်န့ဉ်ဘါသုဉ်တဖဉ်န့ဉ်မုၢ်ပုၤမးလီၤန့ဉ်တံးဂုၤဒိဉ်ကတံးန့ဉ်လီၤ. ဖဲလးတနံးအတီၢ်ပုၤ န့ဉ်, ပပုၤကိုဖိတဖဉ်လးအဒီးန့ဉ်ဘဉ်တံးအိဉ်ကလီၤ ဒီးတံးမးစုၤလီၤမုၢ်ဆါခိတံးအိဉ်အပုၤတဖဉ်န့ဉ်ဘဉ်တံးဟ့ဉ် နီၤလီၤတံးအိဉ်န့ဉ်ဂံၢ်န့ဉ်ဘါလးဂီၤခိဒီးမုၢ်ထူဉ်တံးအိဉ်လးကိုန့ဉ်လီၤ. တံးဂုၢ်လးအမးသးနီၢ်နီၢ်/အမုၢ်အတီ, လး ကိုဖိတနီၤ, ကိုအဂီၤခိတံးအိဉ်ဒီးမုၢ်ဆါခိတံးအိဉ်န့ဉ်မုၢ်အဝဲသုဉ်အတံးအိဉ်တံးအီထဲဒဉ်လးတနံးအဂီၢ် အခိပညီ ကိုဖိတနီၤန့ဉ်အိဉ်ဘဉ်တံးအိဉ်ထဲကိုအဂီၤခိတံးအိဉ်ဒီးမုၢ်ထူဉ်တံးအိဉ်လးကိုဟ့ဉ်လီၤဝဲလးဟံဉ်န့ဉ်တအိဉ်ဒီးတံး အိဉ်သုဉ်တဖဉ်ဘဉ်. နဲလဲဉ်ဂုၤနဲလဲဉ်ဂုၤ, ဖဲလးန့ဉ်ကတံးန့ဉ်တံးအံးဒုးအိဉ်ထီဉ်တံးအိဉ်တံးပံးတံးစုၤ/တံးကိတံး ခဲသုလးကိုဖိသုဉ်တဖဉ်အံးဒီး အဝဲသုဉ်ဟံဉ်ဖိဖိတဖဉ်အဂီၢ်, န့ဉ်အကတံးမုၢ်တံးဆါကတီၢ်လးအထီ/အယံာ်ဝဲ လးအဝဲသုဉ်ကဘဉ်အိဉ်ဝဲ/ကဘဉ်လဲၤဝဲလးတအိဉ်ဒီးတံးအိဉ်/တအိဉ်ဘဉ်တံးအိဉ်ဘဉ်န့ဉ်လီၤ.

ကိးလါဒီးန့ဉ်, လုခါပဒိန်ကို ကိုဖိအါန့ဉ်ဒီး ၅,၀၀၀၀၀ လးကို ၅၄ဖျါအပုၤ ဒီးတံးရဲဉ်တံးကျဲတဖဉ် ဒီးန့ဉ် ဘဉ်ဝဲဒဉ်တံးအိဉ်ထွဲမးစးတံးအိဉ်ခိဖျိလးတံးအိဉ်အတး Food Bank's Child Hunger တံးရဲဉ်တံးကျဲတဖဉ်, ယုာ်ဒီးထျဉ်ဝံချု Backpack တံးရဲဉ်တံးကျဲ, ကိုတံးအိဉ်အကျး School Food Market တဖဉ်ဒီးကိုဖိလးအဖိ အိဉ်အကဲမိာ်ကဲပာ် Student-Parent တံးရဲဉ်တံးကျဲန့ဉ်လီၤ.

တံးဘျးလးနတံးအိဉ်ထွဲမးစးလီၤဆီဒဉ်တံးအဂုၢ်အကျိလးအကါဒိဉ်ဝဲအံးန့ဉ်လီၤ.

တၢ်ဆိၣ်ထွဲမၤစၢၤလၢဟံၣ်ဖိယီဖိတဖၣ်အဂီၢ်

ပသ့ၣ်ညါလၢတနံၣ်ညါအံၤန့ၣ်တလီၤကၢ်ဒီးနံၣ်လၢအဂၤသ့ၣ်တဖၣ်န့ၣ်ဘၣ်. တၢ်အဝဲအံၤမ့ၢ်တၢ်အရူၤဒိၣ်မးလၢ ပကသ့ၣ်ညါလၢအိၣ်ဒီးပုၤကူပုၤကညိလၢအမၤစၢၤပုၤသ့. ဝဲလၢနၤ မ့တမ့ၢ်နဟံၣ်ဖိယီဖိအကျိတဂၤဂၤဘၣ်ကွၢ်ဆၢၣ်မၢ်ဒီးတၢ်ကိတၢ်ခဲ/တၢ်ဆိၣ်သနဲး. ဝဲအံၤန့ၣ်ပအိၣ်ဒီးတၢ်ဟ့ၣ်လီၤမၤစၢၤတၢ်အလီၢ်တနီၤလၢနကဆဲးကျိးတဘျီဂ့ၤတဘျီဂ့ၤလၢမ့ၢ်ဆါခိ မ့တမ့ၢ် မ့ၢ်နၤခိ, တနံၣ်ဂ့ၤတနံၣ်ဂ့ၤလၢတနံၣ်အပူၤ/တသီဂ့ၤတသီဂ့ၤသ့ဝဲ-

- CenterPointe Helpline (Lincoln): 402-475-6695; ပုၤသးစၢ် Youth ဒီး Family ဟံၣ်ဖိယီဖိအဂီၢ်တၢ်ဟ့ၣ်လီၤမၤစၢၤ လီၤတဲစိနီၣ်ဂံၢ် 402-475-5161 ext. 547; email လီၤပရၢ youthandfamily@centerpointe.org; လဲၤထံၣ်လိာ်သးလၢနီၢ်ကစၢ်လၢတၢ်မၤစၢၤအဂီၢ် လဲၤဝဲ 1000 S. 13th Street.
- Bryan Health: bryanhealth.com - search Counseling
- Nebraska Family နံၣ်တြၢၤစကၢ်ဟံၣ်ဖိယီဖိ Helpline: 1-888-866-8660
- National Suicide Prevention Lifeline: 1-800-273-8255
- [Your Life Your Voice](#) (Boys Town) 1-800-448-3000 မ့တမ့ၢ် ဒိလီၤ/ကွဲးလီၤလိာ် တၢ်က လုၢ် VOICE ဆူ 20121 (တၢ်ကဟံးန့ၢ်အပူၤ text charges from your phone carrier may apply)
- လုၢ်ခၢ်ပၤကီၢ်ဝဲၤကျိၤ Lincoln Police Department: ဂ့ၢ်ဂီၢ်အူအဂီၢ်ကိး 911; မ့တမ့ၢ်ဂ့ၢ်ဂီၢ်အူကိး 402-441-6000
- MyLink အံၤမ့ၢ်ဝဲပုၣ်ယဲၤသန့ (<https://mylink.app>) ဒီးလီၤတဲစိလၢပုၤစိာ်လၢစု mobile app (လၢ Apple ဒီး Android - search ယု MyLink) လၢအအိၣ်ဒီးတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤလၢအဘၣ်ယးဒီးပုၤတၢ်တၢ်ဟ့ၣ်လီၤတၢ်မၤစၢၤတဖၣ်. တၢ်အဝဲအံၤန့ၣ် downloaded ဒိလိးလီၤအီၤသ့လၢ အအိၣ်ဒီးအ့ထၢၣ်နဲး wi-fi environment ဒီးန့ၣ်အဝဲအံၤသ့ဝဲဒၣ်ဝဲလၢ wi-fi မ့တမ့ၢ်အဆၢကတီၢ်သ့ဝဲန့ၣ်လီၤ. ဘၣ်ဆၢဝဲန့ၣ် downloaded ဒိလိးအဆၢကတီၢ်ကဘၣ်အိၣ်ဒီးအ့ထၢၣ်နဲး wi-fi န့ၣ်လီၤ. ဘၣ်တၢ်ဟ့ၣ်လီၤပုၤကတီၢ်ကျိးထံတၢ်တဖၣ်လၢ Arabic, Somali, Spanish, ဒီး Vietnamese.
- Mental Health ဘၣ်ယးဒီးသးအတၢ်ဆိကမိၣ် တၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့ 101 ဘၣ်တၢ်ဒိယာ်တၢ်ဂီၤမူတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤခိဖျိလၢ Blue Valley Behavioral Health - န့ၣ်လီၤကွၢ်တၢ်ဂီၤမူ/တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤသ့ဝဲဒၣ်ဝဲအံၤ [clicking this link](#).

အိၣ်ဒီးတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤလၢအဂ့ၤဒိၣ်မးလၢအ့ထၢၣ်နဲး online အိၣ်လဲအပူၤန့ၣ်လီၤ. ဒိနယုထံၣ်န့ၢ်တၢ်ဂ့ၢ်ခိၣ်တီတဖၣ်လၢနအဲၣ်ဒီးဖး/နသးဝဲအီၤသ့ၣ်တဖၣ်, သ့ၣ်နီၣ်ထီၣ်ဒီးကွၢ်ထံဆိကမိၣ်တၢ်ဂ့ၢ် ဒီးမၤလီၤတၢ်လၢနဒီးန့ၢ်တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤလၢအလီၤတၢ်လီၤဆဲး ဒီးနန့ၢ်တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤသ့/ကဲဘျူးကဲဖျိၣ်လၢနဂီၢ်န့ၣ်တက့ၢ်.