



LGBT တို့အတွက် လုံခြုံရေးထွေးသော မိသားစု



- ◆ မိဘလက်ခံလိုကလေးတွေစိတ်ချမ်းသာနေတာကောင်းတဲ့မင်္ဂလာမဟုတ်လား။
- ◆ လူ့ဖြစ်ပွားတယ်၊ မပွားဘူးဆိုတာ LGBT မှမဟုတ်ဘူး။ လူဖြစ်တာ အပွားအမြတ်တွက်ဖို့လား။
- ◆ သားမွေးပြီးသမီးရတာ၊ သမီးမွေးပြီးသားရတယ်ဆိုတာကကောင်းတာပေါ့။ သားလိုရော သမီးလိုပါ အားကိုးလိုရတယ်မဟုတ်လား။
- ◆ မျိုးသက်ပွားတာ မပွားတာထက် ပိုနေတဲ့ မျိုးသက်မပျက်အောင် ဖြစ်တည်မှုကို တန်ဖိုးထားဖို့က လက်တွေ့ပကျဘူးလား။

LGBT များအပေါ်မိသားစုလက်ခံနိုင်မှုဆိုတာ

သားသမီးများ၏ လိင်စိတ်တိမ်းညွတ်မှု၊ လိင်ပိုသေသံယူချက်နှင့် လိင်ပိုသေသံ ဖော်ပြချက် တို့ ကွဲပြားသော်လည်း ၎င်းတို့၏ဖြစ်တည်မှု အပေါ် နားလည်၊ လက်ခံပြီး ရှေ့ဆက်လျှောက်လှမ်းရမည့် ဘဝကို ထိန်းကြောင်းပုံပြင် ချစ်ခင်ပေးသည့် လက်ခံမှုမျိုးဖြစ်ပါသည်။

ကိုယ့်မိသားစုထဲမှာ LGBT ရှိလာခဲ့ရင် ဘာတွေလုပ်သင့်သလဲ

- LGBT ကလေးတွေရဲ့ ဖြစ်တည်မှုအပေါ် သိရှိနားလည်ရန်အတွက် လေ့လာရမည်။
- လိင်စိတ်တိမ်းညွတ်မှု၊ လိင်ပိုသေသံယူချက်နှင့် လိင်ပိုသေသံ ဖော်ပြချက် တို့ ဆိုသည်မှာ လုပ်ယူခြင်း မဟုတ်သလို ဆေးပညာအရ ပြောင်းလဲမရဘူးဆိုတာ သိရှိလာမည်။
- ဘဝရှေ့ရေးတိုးတက်မှု၊ ဖြစ်တည်မှုတွေအပေါ်မှာ ဝိုင်းဝန်းပြီး အကောင်းဆုံးဖြည့်ဆည်းပေးနိုင်ရန် အားထုတ်ရမည်။
- ဖြစ်တည်မှုကို လက်ခံပေးပြီး ပတ်ဝန်းကျင်က တိုက်ခိုက်မှုတွေရှိလာလျှင် မိသားသမီးဘက်မှ မားမားမတ်မတ်ရပ်တည်ပေးခြင်း၊ သားသမီးတွေဖြစ်ချင်သော ဘဝကို အကောင်းဆုံးပံ့ပိုးပေးခြင်းတို့ လုပ်ပေးသင့်ပါသည်။

မိသားစုလက်ခံမှုတွေဘာကြောင့်အရေးကြီးသလဲ/ဘာကြောင့်လိုအပ်သလဲ?

မြန်မာတို့၏ ယဉ်ကျေးမှုနဲ့ လူမှုစံနှုန်းတွေဟာ တင်းကြပ်လွန်းပါတယ်။ မတူကွဲပြားမှုများအပေါ်တွင် လက်ခံနိုင်သည့် ယဉ်ကျေးမှုတစ်ရပ်တွင်းကားအောင် ကြိုးပမ်းအားထုတ်နေကြသည့် အချိန်လည်း ဖြစ်ပါတယ်။ LGBT များကိုလည်း ပတ်ဝန်းကျင်လူမှုစံနှုန်းတွေနဲ့ နှိုင်းယှဉ်ပြီး မိသားစုအချင်းချင်း နားလည်လက်ခံပေးခြင်း၊ ကျောင်းတွင်းခွဲခြားဆက်ဆံခြင်း၊ အလုပ်ခွင်အတွင်း တန်းတူအလုပ်လုပ်ခွင့်မရပေးခြင်း၊ ဥပဒေအရ အကာအကွယ်မရရှိခြင်းတို့ တွေ့ကြုံခံစားရပါတယ်။



မိသားစုများအနေနဲ့ အခက်အခဲများစွာကြားထဲကနေ ရှင်သန်နေထိုင် ကြိုးစားနေသည့် LGBT များအပေါ် နားလည်လက်ခံပေးခြင်းနဲ့ သူတို့လေးတွေဘဝ လှပဖို့ အသက်ရှင်နေထိုင်ဖို့အတွက် အပံ့အပိုးဖြစ်နိုင်ပါတယ်။ မိသားစုများက ပစ်ပယ်ခံခဲ့ရသော LGBT အချို့တွေဟာ - ပညာမတက်နိုင်ခြင်း၊ အလုပ်လက်ခံခြင်းမရခြင်း၊ အကျင့်စာရိတ္တပျက်ပြားခြင်း၊ လိင်လုပ်သားအဖြစ်သော်လည်းကောင်း၊ ဒုစရိုက်သမားအဖြစ်သော်လည်းကောင်း၊ ဥပဒေဘောင်အပြင်ဘက်မှ အသက်မွေးဝမ်းကြောင်းပြုရခြင်း၊ HIV ရောဂါကူးစက်ခံရခြင်းနှင့် မိမိကိုယ်ကို သတ်သေခြင်းတို့ ရင်ဆိုင်ကြုံတွေ့ရသောကြောင့် မိသားစုဝင်များရဲ့ လက်ခံမှုဟာ အရမ်းကို အရေးကြီးပါတယ်။ မိဘ/မိသားစုဝင်များက လက်ခံ၊ ချစ်ခင်၊ ပံ့ပိုးပေးတာကြောင့် LGBT တွေကို ပတ်ဝန်းကျင်က ခွဲခြားဆက်ဆံမှုတွေ လျော့နည်းလာပြီး တန်ဖိုးရှိသော ဘဝများကို ပိုင်ဆိုင်ရန်ကြိုးစားရာတွင် စိတ်ဓာတ်ခွန်အားဖြစ်စေပါသည်။

- လုံခြုံနွေးထွေးတဲ့ရပ်ဝန်းကနေ ကင်းကွာမသွားဖို့ မိသားစုရဲ့ နွေးထွေးတဲ့ မေတ္တာ ရရှိလိုပါတယ်။
- မိသားစုက လက်ခံနိုင်မှသာ LGBT သားသမီးတွေဟာ ကိုယ့်ကိုကိုယ် ယုံကြည်မှုရှိစွာ ရှေ့ဆက်နိုင်မယ်။
- မိဘကိုယ်တိုင်က မားမားမတ်မတ်ရပ်တည်မှသာ ပတ်ဝန်းကျင်က မခော်ကားရဲမှာ ဖြစ်တယ်။
- ဥပဒေအရ အကာအကွယ်ရမယ်ဆိုရင် မိဘတွေရဲ့ စိုးရိမ်မှုတွေလည်း လျော့နည်းပြီး ပိုမို စိတ်ချ လက်ခံလာနိုင်မည်။
- မိသားစုလက်ခံမှုသည် သားသမီးအတွက် အဓိက အကြီးမားဆုံး အင်အားဖြစ်သည်။

LGBT ကိုလက်ခံပို့မိဘတွေအနေနဲ့ဘာတွေသိထားသင့်သလဲ ?

မိမိဘဝကို ဘယ်လိုပုံဖော်မလဲ၊ မိမိက ဘယ်သူ့ကို ရွေးချယ်ချစ်သင့်မလဲဆိုတာ လူတစ်ယောက်ချင်း မွေးရာပါ အခွင့်အရေး ဖြစ်ပါသည်။ လိင်စိတ်တိမ်းညွှတ်မှု၊ လိင်ဝိသေသခံယူချက် နှင့် လိင်ဝိသေသ ဖော်ပြချက်ဆိုတာ ရွေးချယ်လို့ ရတဲ့အရာမဟုတ်ဘဲ မိဘများက ကိုယ်ပိုင် သတ်မှတ်ချက်ဖြစ်ပါသည်။

၎င်းစိတ်ခံစားချက်တွေကို မိဘများ/ မိသားစုများအနေဖြင့် စိတ်ရောဂါလို့ မမှတ်ယူရန်နှင့် ဆေးဝါးများဖြင့် ကုသခြင်းဖြင့် ပျောက်ကင်းနိုင် တယ်လို့ မမှတ်ယူသင့်ပါဘူး။ ဘာလို့လဲဆိုရင် လိင်တူခြင်းချစ်ခင်တယ်ဆိုတာ ရောဂါမဟုတ်ဘူးလို့ World Health Organization (WHO) ကနေပြီးတော့ ၁၉၉၀ ခုနှစ် မေလမှာ တရားဝင် ရောဂါသည်မှတ်တမ်းကနေပြီးတော့ ပယ်ဖျက်ထားပြီးဖြစ်ပါသည်။ ၂၀၁၉ ခုနှစ် မှာလည်း Transgender တွေဟာ စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ဖွံ့ဖြိုးရေးအခွင့်အရေး မဟုတ်ဟု ထပ်မံကြေညာခဲ့ပါသေးသည်။

လိင်စိတ်ခံယူမှုကွဲပြားသူတွေဟာ မိမိရဲ့ မိသားစုဝင်တစ်ဦးတည်း မဟုတ်ဘူးဆိုတာကို သတိပြုရမှာ ဖြစ်ပါသည်။ LGBT နှင့်ပါတ်သတ် သော သတင်း၊ ဆောင်းပါးများကို Google, Facebook မှာ ရှာဖွေဖတ်ရှုနိုင်ပါသည်။

မိသားစုက လက်ခံတဲ့ LGBT များဟာ ဘဝကို ဖော်ရွှင်ငြိမ်းချမ်းစွာ ဖြတ်သန်းရပြီး၊ မိသားစုက လက်မခံတဲ့ LGBT များဟာ ဘဝကို စိတ် ပင်ပန်းစွာဖြတ်သန်းရတယ်ဆိုတာကိုလည်း သိရှိထားမှာ ဖြစ်ပါသည်။

မိဘအများစုဟာ သားသမီး LGBT ဆိုတာသိပြီးနောက်မှာ အတင်းအကျပ်အိမ်ထောင်ပြုစေခြင်းဖြင့် မူလဘဝကို ပြန်ရမယ်လို့ လွှဲပြားစွာ တွေးထင်တတ်ကြပါသည်။ တစ်ချို့ကလည်း မျိုးဆက်မပြတ်စေဖို့လို့ အကြောင်းပြောကြပါတယ်။ မျိုးဆက်ကျန်ဖို့ထက် လက်ရှိမိမိပိုင်ဆိုင် ထားတဲ့ မျိုးဆက်ဖြစ်တဲ့ LGBT သားသမီး၊ မိသားစုဝင်တစ်ဦးကို လက်လွှတ်မဆုံးရှုံးဖို့ပိုအရေးကြီးပါသည်။

မြန်မာ့ရုပ်ရှင်ဇာတ်ကားတွေထဲက LGBT ဇာတ်ကောင်၊ ဇာတ်ရုပ်များနှင့် လက်တွေ့ဘဝတွင် နေထိုင်သော LGBT များ၏ ဘဝမှာ လုံးဝ ကွဲ လွဲပြီး ပြင်ပလက်တွေ့ဘဝမှာရှိတဲ့ LGBT တွေဟာ ပိုမိုသိက္ခာရှိကြောင်း သိရှိထားရပါမည်။



- သားသမီးခံစားချက်ကို မိဘက လေ့လာ သုံးသပ်နိုင်ရမည်။
- သားသမီးနှင့် ဆွေးနွေးစကားပြောဆိုနိုင်ရန် အချိန်ပေးနိုင်ရမည်။

• မိမိသားသမီးရဲ့ပတ်ဝန်းကျင်ကို လေ့လာသင့်



• မိဘများအနေဖြင့် LGBT နှင့်သက်ဆိုင်သည့် ကန့်သတ်ချက် (ဆရာဝန်) တွေနဲ့ တိုင်ပင်ဆွေးနွေးမှု ပြုလုပ်

• လိင်စိတ်တိမ်းညွှတ်မှု၊ လိင်ဝိသေသခံယူချက်နှင့် လိင်ဝိသေသဖော်ပြချက်တို့ အဓိပ္ပါယ်ကို နားလည်သိရှိအောင် စာပေ၊ website များမှ တဆင့် လေ့လာသင့်

LGBT သားသမီးတွေဘက်က မိဘတွေ လက်ခံအောင် ဘယ်လို ပြုမူနေထိုင်သင့်သလဲ ?



- အသောက်အစား အပျော်အပါး အလွန်အကြွေးမလုပ်ဖို့
- မူးယစ်ဆေးဝါးရှောင်ကြဉ်ရန်



- အကျင့်စာရိတ္တကောင်းအောင်၊ နာမည်ပျက်မရှိအောင် နေရန်
- ပတ်ဝန်းကျင်က လေးစားရတဲ့ အနေအထားဖြစ်အောင် နေရန်



- အသက်မွေးဝမ်းကျောင်း တစ်ခုခုကို တတ်ထားရန်
- မိဘ၏ ယုံကြည်မှုကို တည်ဆောက်ရရန်
- အမြဲကြိုးစားရန်

LGBT ကို မိဘများက လက်ခံလာစေရန်အတွက် LGBT များအနေဖြင့် လူ့ကျင့်ဝတ်နှင့်အညီ လူ့ဂုဏ်သိက္ခာရှိစွာ နေထိုင်ရမှာ ဖြစ်ပါသည်။ ပတ်ဝန်းကျင်ရှိ ခွဲခြားဆက်ဆံမှုများကြောင့် အခွင့်အလမ်းမရှိဘဲ စိတ်ကို ဖျောက်ဖျက်ပြီး နေရာဒေသ လူမှုပတ်ဝန်းကျင် နဲ့ သဟဇာတဖြစ်အောင် ပြောဆို ပြုမူနေထိုင်ဖို့ ကြိုးစားရမှာ ဖြစ်ပါသည်။

ပညာရေး (သို့) အတတ်ပညာတစ်ခုကို တတ်မြောက်အောင် သင်ကြားပြီး မိမိဘဝကို သမာအာဇီဝကျကျ ရပ်တည်နိုင်တဲ့သူ ဖြစ်ရပါမယ်။

မိသားစုနဲ့ ပတ်ဝန်းကျင်က လေးစားအားကိုးရတဲ့သူတစ်ဦးဖြစ်အောင်၊ မိသားစုတာဝန်နဲ့ ရပ်ရွာအကျိုးကို ကူညီထမ်းပိုးနိုင်သူဖြစ်အောင် ကြိုးစားရပါမယ်။

ရရှိထားသော မိသားစုရဲ့ချစ်ခင်မှု၊ ယုံကြည်မှုတို့ကို ပစ်ပယ်ပြီး နေချင်သလိုနေသည့်ဘဝကို မရွေးချယ်မိအောင် ကြိုးစားရပါမယ်။

ပတ်ဝန်းကျင်မှ စကားလုံးတွေကို မိဘတွေအနေနဲ့ ဘယ်လိုတုံ့ပြန်မလဲ ?

ပတ်ဝန်းကျင်က မိမိရဲ့ သားသမီးအပေါ် ဘာသာတရားအရသော်လည်းကောင်း၊ ယဉ်ကျေးမှုအရသော်လည်းကောင်း၊ ပြောဆိုဆက်ဆံ ခွဲခြားခြင်းပြုလာပါက သားသမီးဘက်ကနေပြီး မားမားမတ်မတ်ရပ်တည်ပေးရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ မိမိကို တိုက်ခိုက်ပြောဆိုလာပါကလည်း လိင်စိတ်တိမ်းညွတ်မှု၊ လိင်စိတ်သေသစ်ယူချက်နှင့် လိင်စိတ်သေသ ဖော်ပြချက်တို့ကို နားလည်စေရန် အသိပညာဖြန့်ဝေပေးခြင်းကို အလျဉ်း သင့်သလို အားထုတ်နိုင်ပါသည်။ အောက်ပါ စကားစုများကိုလည်း အလျဉ်းသင့်သလို သုံးစွဲနိုင်ပါသည်။

ဥပမာ -

- မိဘလက်ခံလို့ ကလေးတွေ စိတ်ချမ်းသာနေတာ ကောင်းတဲ့မင်္ဂလာ မဟုတ်လား။
- လူ့ဖြစ်ရိုးတယ်၊ မရှုံးဘူးဆိုတာ LGBT မှမဟုတ်ဘူး။ လူ့ဖြစ်တာ အရှုံးအမြတ် တွက်ဖို့လား။
- သားမွေးပြီး သမီးရတာ၊ သမီးမွေးပြီး သားရတယ်ဆိုတာ ကံကောင်းတာပေါ့။ သားလိုရော သမီးလိုပါ အားကိုးလို့ ရတယ်မဟုတ်လား။
- မျိုးဆက်ပွားတာ မပွားတာထက် ရိုနေတဲ့ မျိုးဆက်မပျက် အောင် ဖြစ်တည်မှုကို တန်ဖိုးထားဖို့က လက်တွေ့ကျ ဘူးလား။



ကိုယ့်သားသမီးက LGBT ပါလို့ဖွင့်ပြောလာရင် ဘယ်လိုတုံ့ပြန်မလဲ / ဘယ်သူတွေ့သိက အကြံဉာဏ်ယူမလဲ ?

မိမိရဲ့သားသမီးက LGBT ဖြစ်နေတယ်လို့ ယူဆမိတဲ့အခါ လိင်တူချင်း ချစ်နေပါပြီလို့ ဖွင့်ဟပြောဆိုလာတဲ့အခါ စိတ်မလှုပ်ရှားပါနဲ့။ မိဘ / မိသားစုဝင်တွေကို ကိုယ်ဖွင့်ပြောလာဖို့ LGBT တစ်ယောက်အနေနဲ့ များစွာ သတ္တိဓမ္မ၊ အချိန်ယူပြီးမှ ဖွင့်ဟပြောဆိုခြင်းသာ ဖြစ်တယ်ဆို တာကို အမှတ်ရပြီး စိတ်မလှုပ်ရှားဘဲ ဆွေးနွေးတိုင်ပင်ရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။

အကယ်လို့ စိတ်လှုပ်ရှားလွန်းနေရင် “နောက်မှ အေးအေးဆေးဆေး ဆွေးနွေးကြရအောင်” ဆိုပြီး တုံ့ပြန်သင့်ပါတယ်။ မိဘတိုင်းက မိမိရဲ့သားသမီးအပေါ် ချစ်ခြင်းမေတ္တာများကြောင့် အခက်အခဲများနှင့် ခွဲခြားဆက်ဆံမှုများစွာ ခံစားကြရမယ့် LGBT ဘဝကို မဖြစ်စေချင် တဲ့ သဘာဝ ရှိကြပါတယ်။

ဒါ့ကြောင့် မိမိရဲ့ သားသမီးကို လက်ခံပေးနိုင်ဖို့အတွက် မိမိကဲ့သို့ LGBT များရဲ့မိသားစုဝင်များနှင့် စကားပြောပါ။ အကြံဉာဏ်ယူပါ။ Google, Facebook များတွင် LGBT တို့နှင့်ပတ်သက်သော စာများကို ရှာဖွေလေ့လာပါ။ ကျန်းမာသော LGBT တစ်ယောက်အဖြစ် နေထိုင် အကြံပေးနိုင်ရန်အတွက် ကျန်းမာရေးအကြောင်းနားလည်သော ဆရာဝန်များနှင့် တိုင်ပင်ပါ။ LGBT အဖွဲ့အစည်း များနှင့် ဆက် သွယ်ပြီး လိုအပ်သည့် အကြံဉာဏ်များကို ရယူပါ။ မိမိရဲ့ ဒေါသကို သားသမီး မမြင်စေရန် ထိန်းသိမ်းပြီး နှစ်ဦးနှစ်ဖက် အဆင်ပြေပုံ ရလဒ် များ ရသည့်အထိ ဆွေးနွေးပါ။

LGBT များကမိဘကိုမိမိ LGBT ဖြစ်ကြောင်းဘယ်လိုဖွင့်ဟပြောဆိုကြပါလဲ။

မိမိကိုယ်ကို ဆန်းစစ်ပါ။ မိမိကိုယ်ကို LGBT တစ်ယောက်ဖြစ်ပါဘယ်လို မရေမရာ အမြဲမထွက်လျှင် LGBT များနှင့်သော်လည်းကောင်း၊ LGBT အဖွဲ့အစည်းများဖြင့်သော်လည်းကောင်း ဆက်သွယ်ပြီး ဆွေးနွေးတိုင်ပင်ပါ။

မိမိရဲ့ ဖြစ်တည်မှုကို လက်ခံပေးမည့် စိတ်ချရသည့် သူငယ်ချင်း၊ မိတ်ဆွေ၊ မိသားစုဝင် တစ်ဦးဦးကို ရွေးချယ်တိုင်ပင်ပြီး အမြဲရင်ဖွင့်ပါ။

မိဘကို ဖွင့်ဟပြောဆိုရန်အတွက် အချိန်ယူပြီး တုံ့ပြန်လာနိုင်သည့်အကြောင်းအရာများကို ကြိုတင်စဉ်းစားပါ။

LGBT နှင့်ပတ်သက်သည့် ဘာသာရေး၊ အခွင့်အရေး၊ ကျန်းမာရေး၊ ဆေးပညာရပ်ပဟုသုတများကို လေ့လာထားပါ။

မိဘက ယုံကြည်ကိုးစားရသူ၊ စိတ်ချရတဲ့သူဖြစ်သည်အထိ ကြိုးစားပါ။

တုံ့ပြန်လာသော အကြောင်းအရာများအားလုံးကို ရင်ဆိုင်လက်ခံနိုင်သည့် အချိန်တွင် မိဘနှင့် မိသားစုဝင်များကို ဖွင့်ဟပြောဆိုပါ။

ဖွင့်ဟပြောဆိုသည့်အခါ အချိန်၊ နေရာနှင့် စကားလုံးတို့ကို သတိပြုပါ။ ဥပမာ မိသားစု အနားယူသည့်အချိန်၊ ဖျော်ရွှင်နေချိန်တို့ကို ရွေးပြီး ပေါ့ပေါ့ပါးပါးဖြင့်သာ ပြောဆိုပါ။

မိဘ / မိသားစုဝင်များ ပင်ပန်းနေချိန်၊ ဒေါသဖြစ်နေချိန်များကို ရှောင်ပါ။ ပြောဆိုနေသည့်အခါတွင်လည်း မိမိဘက်မှအထက်စီးဆန်ဆန်၊ ဒေါသတကြီးဖြင့် ပြောဆိုခြင်းကို ဆင်ခြင်ပါ။

LGBT ကိုလက်ခံနိုင်တဲ့မိဘတွေကလက်မခံတဲ့မိဘတွေကိုဘယ်လိုလက်ခံအောင်လုပ်ပါလဲ?

မိဘအချင်းချင်း၊ မိသားစုဝင်အချင်းချင်း နားလည်ပေးဖို့အတွက် ဆွေးနွေးနားချခြင်းဖြင့် ကူညီနိုင်ပါတယ်။ LGBT နှင့်ပတ်သက်တဲ့ စာအုပ်စာပေ၊ သင်တန်းများမှ သိရှိထားသော ဗဟုသုတများကို ပြန်လည်မျှဝေအသုံးပြုခြင်းဖြင့် လက်ခံလာအောင် စည်းရုံးနိုင်ပါတယ်။ ဒုတိယအဆင့်အနေဖြင့် LGBT တို့၏ ပွဲလမ်းသဘင်များ၊ ဆွေးနွေးပွဲများ၊ အစည်းအဝေးများကို ၎င်းမိဘများတက်ရောက်လာစေရန် အတွက်ဖိတ်ကြားပါ။ မြန်မာ့ရုပ်ရှင်တွေထဲကလို LGBT များ၏ လက်တွေ့ဘဝနေထိုင်မှုမှာ မတူကွဲပြားသည်ကို ရှင်းလင်းပြောပြပါ။ LGBT တို့နှင့် ဆိုင်သော စာအုပ်၊ စာပေ၊ ရုပ်ရှင်၊ ဖြစ်ရပ်မှန်များကို လေ့လာခွင့်ရအောင် ကူညီပေးပါ။

LGBT ပွဲတော်တွေမှာ လက်ခံတဲ့မိဘတွေကို ကိုယ်တိုင်တက်ရောက်ဆွေးနွေးပေးမယ်။

LGBT စာအုပ်စာပေများ၊ စာတ်လမ်းရုပ်ရှင်များ

LGBT အသိုင်းအဝိုင်းများ၊ အဖွဲ့အစည်းများနှင့် တွေ့ဆုံခြင်း

LGBT မြင်ပရုပ်စုံကာတွန်း

ရှိုးပွဲ၊ Social Media များမှ တစ်ဆင့် ဆွေးနွေးခြင်း

အောင်မြင်နေသော LGBT Role Model များကို ဥပမာပေးပြသခြင်း

SOGIE သင်တန်း အမြင်ဖွင့်သင်တန်းများ တက်ရောက်ဖို့ ဖိတ်ခေါ်ခြင်း

ယခုအကြောင်းအရာများနှင့်ပတ်သက်ပြီး တိုင်ပင်နှိုးနှောစရာများရှိပါက -

Colors Rainbow

အမှတ် ၆၀၄ - ၆၀၅၊ (၆) လွှာ၊ ကမ်းသာယာပလာစာ၊ ကမ်းနားလမ်း၊

ကြည့်မြင်တိုင်မြို့နယ်၊ ရန်ကုန်မြို့

ဖုန်း - ၀၉ ၄၀၀၄၄၇၁၀၁၊ ၀၉ ၉၉၄၂၀၇၉၂၀

Email : www.colorsrainbow.com, info@colorsrainbow.org

Website : www.colorsrainbow.org

