

འགན་འཛིན་ལྷན་ཚོགས་ (Board of Regents) གྱིས་ཆམ་རིམས་འདྲ་བའི་ནད་རྟགས་ཡོད་མཁའ་ལས་བྱེད་དུས་མཁའ་ཉིན་ལྔ་ལས་མ་བརྒལ་བའི་ནད་དགོངས་ལྷན་ལ་བར་སྐྱོན་པའི་ངོས་སྤོང་ཡི་གེ་གནས་སྐབས་རིང་མི་དགོས་པ་བཟོ་འཆར་ཡོད་པས། སྤྱི་ཟླ་ ༧ པའི་ཚེས་ལྔ་ལ་བསྐྱེད་སྐབས་ཁོང་ཚོས་དེ་དོན་མོས་མཐུན་ཐག་གཅོད་བྱུང་ཚེ་སྐྱོན་ཁང་རྣམས་ལས་བྲལ་ཆེས་བསྐྱེད་བཞག་གི་ཡོད།

ལས་བྱེད་དང་ལས་རོགས། སློབ་མ་རྣམས་ལ་གསལ་བཤད།

ལྷན་ཚོགས་པ་དང་སྡེ་ཚན་འགན་འཛིན་ཚོས་ལས་རོགས་དང་སློབ་མ་རྣམས་ལ་ཁོང་ཚོ་ཆམ་རིམས་འདྲ་བའི་ནད་རྟགས་ཡོད་མཁའ་ལས་བྱེད་དང་འབྲེལ་བྱུང་ཡོད་སྐོར་གསལ་བསྐྱེད་བྱས་པ་བྱེད་དགོས། (ལས་བྱེད་ཀྱི་མིང་བཤད་མི་ཚོགས་) ཆམ་རིམས་འདྲ་བའི་ནད་རྟགས་ཡོད་མཁའ་ལ་མཐོང་རྒྱུ་དང་བརྟུན་བཅོས། རོ་སྐྱོལ་བྱེད་རིགས་བྱུང་ཚེ་གྲུ་ཡངས་བཟོད་སློབ་བྱེད་མི་ཐུབ་ཞིག་ཡིན། ལྷན་ཚོགས་སྐབས་འཛིན་ཇི་ལྟར་བྱ་རྒྱུ་ལྟེན་བྱེད་ཕྱོགས་ལམ་སྟོན་ཆ་ཚང་། ༡ ཟུར་འཇར་ 2 ། ལ་གཟིགས་རོགས།

གང་ལྟར། སྡེ་ཚན་ཚང་མས་ནད་ལོག་སའི་སྡེ་ཚན་གྱི་མིང་དང་ཆམ་རིམས་འདྲ་བའི་ནད་རྟགས་བྱུང་ཉིན། ལས་བྱེད་ཅི་ཅུམ་ལས་ཀར་ཡོང་མེད་པའི་གྲངས་འབོར་རྣམས་སློབ་གྲྭ་ཆེན་མོའི་འཕྲོད་བསྟེན་སྤྱི་ལའ་ (University Health Services) ལ་ཨི་མེལ་ལ་བྱང་ pandemicinfo@mhub.uwgd.wisc.edu ཐོག་བསྐྱེད་ཕྱོགས་ལ་བཤད་བྱེད་དགོས། ཡིན་ནའང་ལས་བྱེད་ཚོའི་མིང་མཁོ་སྤོང་བྱེད་མི་དགོས། ཆམ་རིམས་འདྲ་བའི་ནད་རྟགས་ན་མཁའ་ག་དུས་བྱུང་ཡང་གསལ་བསྐྱེད་བྱེད་ཐུབ་པ་བྱེད་དགོས་ལ། སྡེ་ཚན་རྣམས་གྱིས་སོ་སོའི་འཛིན་སྐྱོང་གནས་སྐབས་ལྟར་གནས་ཚུལ་འདི་རིགས་སྐྱོན་སྐྱོད་ཡར་ལྷན་བྱེད་པར་འབྲེལ་ལམ་ཇི་ལྟར་བྱ་རྒྱུ་ཐག་གཅོད་བྱེད་ཆོག

ལས་བྱེད་གང་ཞིག་ཆམ་རིམས་འདྲ་བའི་ནད་རྟགས་ཡོད་མཁའ་དང་འབྲེལ་བྱུང་བའམ་ཕག་ཆམ་ (HINI) ཡོད་པ་གཏན་འཁེལ་དང་དོགས་པ་བྱུང་སྐབས།

ལས་བྱེད་གང་ཞིག་ཆམ་རིམས་འདྲ་བའི་ནད་རྟགས་ཡོད་མཁའ་དང་འབྲེལ་བྱུང་བའམ་ཕག་ཆམ་ཡོད་པ་གཏན་འཁེལ་དང་དོགས་པ་བྱུང་ཚེ་རང་ཉིད་ལ་དབུགས་བསགས་དང་གཅིན་སྲི་བྲལ་བྱེད་པ་ལོད་པ། ཡང་ན་ལུས་སྟོབས་ཞན་པ། སྐྱུ་མ་ཡིན་ཚེ་སོ་སོའི་སྐྱེད་པར་སྟོན་དགོས། དེ་མིན་དམིགས་བསལ་ཐབས་ཤེས་ཅི་ཡང་བྱེད་མི་དགོས། ཆམ་རིམས་འདྲ་བའི་ནད་རྟགས་མེད་པའི་ལས་བྱེད་ཚང་མ་རྒྱུན་ལྟར་ལས་ཀར་ཡོང་ཆོག

གནད་ཡོད་ལས་བྱེད་ངོས་འཛིན་བྱེད་པ།

ལས་དོན་རྒྱུན་འབྲེལ་འཆར་གཞི་ COOP ཡི་བྱེད་ཕྱོགས་ཚུ་དོན་ལྟར་ན། སྡེ་ཚན་ཚང་མས་ཇི་ལྟར་གནས་ཚུལ་བྱུང་སྐབས་སོ་སོའི་སྡེ་ཚན་གནད་ཡོད་ལས་བྱེད་རིགས་ངོས་འཛིན་བྱེད་ཐུབ་དགོས། ཁོང་ཚོ་མི་ཇི་ལྟར་གནས་སྐབས་འོག་ལས་ཀ་བྱེད་དགོས་པའི་ལས་བྱེད་རིགས་ཡིན། གནད་ཡོད་ལས་བྱེད་མིན་པའི་ལས་ཀ་དེ་ཇི་ལྟར་གནས་སྐབས་ལ་དེ་ཅུམ་འབྲེལ་བ་མེད་རིགས་ཡིན། གནད་ཡོད་ལས་བྱེད་ཚོས་སོ་སོའི་གནས་སྐབས་ཇི་ལྟར་ཡིན་མིན་གསལ་བཤད་དང་ལས་ཀར་ཡོང་བུ་མེད་ཚེ་ལས་ཚབ་སུ་ཡིན་མིན་གྱི་སྒྲིག་བྱེད་དགོས།

ནད་ཁྱིམ་དུ་ལས་ཀ་བྱེད་མཁའ་ལས་བྱེད་ལ་ལམ་སྟོན།

ནད་ཡམས་ཚབས་ཆེན་ཆགས་སྐབས། སློབ་གྲྭ་ཆེན་མོས་སྤྱི་ཚོགས་རྒྱུ་སྐྱེད་ (social distancing) ཅེས་པའི་སྲིད་ཚུལ་ལག་བསྟར་བྱེད་སྲིད། དེ་ནི་གནད་ཡོད་ལས་བྱེད་མིན་རིགས་ལས་བྱེད་པ་ཡོང་མི་དགོས་པར་ལས་ཀ་ནད་ཁྱིམ་ནས་བྱེད་ཆོག་ཟེར་བ་ཡིན། ཇི་ལྟར་གནས་སྐབས་འདི་རིགས་བྱུང་སྐབས། ནད་རྟགས་ལས་ཀ་བྱེད་ཆོག་གན་རྒྱུའི་འབོད་ཤོག་དགང་མི་དགོས། ལྷན་ཚོགས་ནད་ཁྱིམ་དུ་ལས་ཀ་བྱེད་མཁའ་ལས་བྱེད་སྐོར་སྐྱོན་ཚུན་ནས་ཤེས་རྟོགས་བྱེད་དགོས་ལ། དེ་ཡང་ལས་བྱེད་ཚོས་ནད་ཁྱིམ་དུ་ལས་བྱེད་པ་བྱེད་ཡོད་མེད་དང་བརྟུན་དུ་བྱེད་པའི་ལམ་ནས་ནད་ཁྱིམ་དུ་ལས་ཀ་བྱེད་ཐུབ་མིན་སྐོར་བརྟུན་ཞིབ་བྱེད་སྲིད།

ནད་ཡམས་ཚབས་ཆེན་སྐབས་སྐྱོད་དང་སྐྱོད་མེད་གཞི་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་གྱི་ཕྱོགས།

ལས་བྱེད་གང་ཞིག་ཆམ་རིམས་འདྲ་བའི་ནད་རྟགས་བྱུང་དེ་ལས་ཀར་ཡོང་མ་ཐུབ་པ། གསོག་ལྷན་གྲུབ་གསེང་ཐོབ་ཐང་ལྷན་བསྐྱེད་ཡོད་པའི་ལས་བྱེད་ཚོས་སློབ་གྲྭ་ཆེན་མོ་དང་མང་འཕྲིལ་གཞུང་གི་སྲིད་ཚུལ་དང་མ་འགལ་བའི་ཐོག་ནས་ནད་དགོངས་དང་སྤོང་གསེང་གཞི་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ (vacation leave) ། སྐྱོད་ལྷན་གསེང་གཞི་རིགས་ལེན་པར་བཀའ་འཕྲོལ་ལྷན་

དགོས། སློབ་ཡོད་གུང་གསེང་ཞུ་ལེན་བྱས་ཚེ་པ་དང་ཞུ་བ་སྐྱོད་མེད་རིགས་ལས་བྱེད་ལ་སྤྲི་བཞག་གཞི་ལྟར་སློབ་ཡོད་གུང་གསེང་སྤྲོད་ཚེས་ སློབ་ལྷན་ཆེན་མོར་གསོག་ལྷག་གུང་གསེང་ཐོབ་ཐང་ཇི་
སྤྲོད་པ་ལས་སློབ་ཡོད་གུང་གསེང་སྤྲོད་པའི་དབང་ཆ་མེད་པས། ཐག་གཅོད་འདི་རིགས་མངའ་སྡེ་སློབ་ཆེན་གྱིས་གནང་དགོས་པ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད།

ཆམ་རིམས་འདྲ་བའི་ནད་རྟགས་ལ་བརྟེན་ནས་ལས་ཀར་ཡོང་མ་ཐུབ་པའི་ལས་བྱེད་ཀྱིས་སོ་སོར་ཡོད་པའི་སློབ་ཡོད་གུང་གསེང་ནད་དགོངས། ལོ་རེའི་ཐོབ་གསེང་དེ་སྤྲོད་གསེང་གུང་གསེང་
ཞུ་ལེན་བེད་སྤྲོད་བྱས་ཏེ་ལས་ཀར་ཡོང་མ་ཐུབ་པར་ཁ་གསལ་བྱེད་ཚེས་ལ། ཡང་མིན་ལྟ་རྟོག་པས་ལས་ཆད་ཉིན་གྲངས་ཁ་གསལ་ཇི་ལྟར་བྱ་བྱུ་བཞག་སྤྲོད་དགོས། འཕྲལ་སེལ་ལས་
བྱེད་(FLSA overtime provisions) ཁོངས་ཡོད་) ཚོས་གཏན་ཐབས་ལས་འབྲུར་ལྟར་ཚུ་ཚོད་རེ་ལོ་འགོད་བྱེད་དགོས། སློབ་ཡོད་ལས་བྱེད་ཚོས་ (salaried
employees) སོ་སོའི་ཆེད་ལས་འགན་འཁུན་དང་བསྐྱེད་ཏེ་ལྟ་རྟོག་པའི་བཀའ་འཁྲུལ་ལྟར་ཚུ་ཚོད་ཐོ་འགོད་བྱེད་དགོས།གལ་སྲིད་སློབ་ཁྲིད་པར་འགྲུངས་བྱས་ཚེ། དགོ་ཆེན་ཚོས་རྗེས་
ནས་སློབ་ཁྲིད་ཚུ་ཚོད་ཁ་གསལ་བྱེད་པའི་དུས་ཚོད་བཟོ་དགོས་ལ། ཡང་མིན་ཏེ་ཐོག་ནས་སློབ་ཁྲིད་ཁ་གསལ་བྱེད་ཐུབ་པ་བྱ་དགོས།

གནད་ཡོད་ཡིན་པའི་རིགས་ལས་བྱེད་རྣམས་ལས་ཀར་ཡོང་མ་དགོས་པར་ནང་ཁྲིམ་དུ་སྤྲོད་དགོས་བཟོས་པ།

སྤྲི་བཞག་ཁག་ཅིག་ནི་སློབ་ལྷན་ཆེན་མོའི་ཕྱགས་རྒྱུད་རིང་པོའི་ལས་དོན་གྲུབ་འབྲས་ལ་གལ་ཆེན་པོ་ཡིན་ནའང་ཇོ་དག་དུས་ལྷན་ནང་གལ་ཆེན་དེ་འདྲ་མིན། སློབ་ལྷན་ཆེན་མོས་སྤྲི་བཞག་རྒྱུད་སྤྲོད་
སྤྲོད་རྒྱུ་གཏན་འབེབས་ལག་བསྟར་བྱེད་ཚེ། གལ་ཆེད་འགན་འཁུན་མེད་པའི་ལས་བྱེད་ཚོས་ནང་ནས་ལས་ཀ་བྱེད་དགོས་པ་བཀའ་ཁྲུབ་གཏོང་སྲིད། གལ་སྲིད་ལས་ཀ་ནང་ནས་བྱེད་མི་
ཐུབ་ཞིག་ཡིན་ཚེ། གནས་སྐབས་རིང་ལས་ཁུངས་ལ་ཡོང་མི་དགོས། ཡིན་ནའང་ལས་ཁུངས་ལ་ཕྱིར་ལས་ཀ་བྱེད་དུ་ཡོང་རྒྱུར་བྱ་སྤྲི་བཞག་བྱེད་དེ་སྤྲོད་དགོས།

གནད་ཡོད་ལས་བྱེད་ལ་ཡང་སྤྲི་བཞག་རྒྱུད་སྤྲོད་ཀྱི་སྤྲོད་རྒྱུ་དོན་འཁྲུལ་ཡོང་ཆེད་ནང་ནས་ལས་ཀ་བྱེད་པར་བཞག་ཁྲུབ་གཏོང་སྲིད། རང་ནས་ལས་ཀ་བྱེད་མཁན་གྱིས་སོ་སོའི་གཞུང་འབྲེལ་
ལས་འགན་བསྐྱབ་ཀྱི་ཡོད་པར་བརྟེན་སློབ་ཆུ་མཐུན་སྤྲོད་ཀྱི་ཡིན།

ལས་ཀ་བྱེད་ཐུབ་ཀྱང་ལས་ཁུངས་ལ་ཡོང་མི་དགོས་པར་ནང་ནས་འདུག་དགོས་པ་བཟོས་ཤིང་ནང་ནས་ཀྱང་ལས་ཀ་བྱེད་ཀྱི་མེད་པའི་ལས་བྱེད་རྣམས་ལ་མངའ་སྡེ་དང་དབུས་གཞུང་། འགན་
འཛིན་ལྷན་ཚོགས་བཅས་ཀྱི་ཁྲིམས་དང་སྤྲི་བཞག་གཞི་ སྤྲོད་རྒྱུ་དང་བསྐྱེད་པའི་བཀའ་འཁྲུལ་ཐོབ་ཉིན་བར་བར་སློབ་ཆུ་མཐུན་སྤྲོད་ཀྱི་ཡིན། ལས་བྱེད་འདི་རྣམས་མི་སྡེ་འོག་སིན་སློབ་ལྷན་ཆེན་
མིའི་དགོས་མཁོ་ལྟར་སློབ་ལྷན་གྱི་ལོགས་ནས་རང་འཁྲུལ་ལས་ཀ་བྱེད་པར་འབོད་འགྲུག་བྱེད་སྲིད། ཆམ་རིམས་ནད་ཡམས་ཀྱི་ཇོ་དག་རང་བཞིན་ལ་བལྟས་ཏེ་གནས་སྐབས་དང་གཏན་
འཇགས་ལས་འབྲུར་ (temporary and/or permanent layoffs) བྱ་བྱུ་ལག་བསྟར་བྱེད་དགོས་ཆགས་སྲིད།

ལས་བྱེད་གང་ཞིག་ལ་ཚམ་རིམས་འདྲ་བའི་ནད་རྟགས་ཡོད་ཐད་ལྟ་རྟོག་པའི་སྐབས་འཛིན་བྱེད་ཕྱོགས།

ཚམ་རིམས་འདྲ་བའི་ནད་རྟགས་ནི།

- མིད་པ་ན་བ་དང་ཚྲ་གངས་ ༡༠༠ འཕུལ་ཤིང་མང་བ་འཕམ་བ། ཡང་ན།
- རློ་རྒྱུག་པ་དང་ཚྲ་གངས་ ༡༠༠ འཕུལ་ཤིང་མང་བ་འཕམ་བ།

༡། ལས་བྱེད་ཅིག་གིས་(ཁ་པར་དང་ཨི་མེལ་བརྒྱུད་ནས་) རང་ཉིད་ན་གི་འདུག་ཅེས་ལབ་ཚེ། ལས་བྱེད་དེ་ལ་ཚམ་རིམས་འདྲ་བའི་ནད་རྟགས་ (flu-like symptoms) ཡོད་ (ཚྲ་གངས་ ༡༠༠ འཕུལ་ཤིང་མང་བ་འཕམ་བ། མིད་པ་ན་བ་དང་རློ་རྒྱུ་བ་གང་རུང་ཞིག་) ན། (ཚབ་གཅོག་པའི་སྐབས་རིགས་མ་འབྲུང་བར) རྒྱུ་ཚུན་ ༢༤ རིང་ཚབ་རང་བཞིན་གྱིས་མེད་པ་ཆགས་རྒྱུ་བར་ནང་ཁྲིམ་ནས་འདུག་དགོས་སྐོར་འགྲེལ་བཞེད་བྱེད་དགོས། ལས་བྱེད་ཅིག་གིས་རང་ཉིད་ལ་ཚམ་རིམས་འདྲ་བའི་ནད་རྟགས་ཡོད་ཅེས་ལབ་ཚེ། གཤམ་འོག་ཕ་འཛིན་གསལ་བསྐྱབས་དང་སྐྱོད་མེད་ལུ་ཕྱོགས་དེ་སྤོང་ལུ་དགོས།

ལས་བྱེད་ཅིག་གིས་ལས་ཀ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་དང་ཚམ་རིམས་འདྲ་བའི་ནད་རྟགས་སྟོན་གྱི་ཡོད་ཚེ། (ཚབ་གཅོག་པའི་སྐབས་རིགས་མ་འབྲུང་བར) རྒྱུ་ཚུན་ ༢༤ རིང་ཚབ་རང་བཞིན་གྱིས་མེད་པ་ཆགས་རྒྱུ་བར་ནང་ཁྲིམ་དུ་ཕྱིར་ལོག་བྱེད་དགོས་སྐོར་འགྲེལ་བཞེད་བྱེད་དགོས། ལས་བྱེད་དེ་ལ་ཁ་རས་(ཡོད་ཚེ)སྤོང་དགོས་ལ་ལས་བྱེད་པ་ནས་ཕྱིར་ལོག་ལམ་མེད་བྱེད་མ་ཐུབ་ཚེ་མི་མེད་ས་ཞིག་ཏུ་སྤོང་དུ་འཇུག་དགོས། ལས་བྱེད་གང་ཞིག་གིས་སྤྱི་སྤྱོད་སྐོར་ལ་མེད་སྤོང་གཏོང་གི་ཡོད་ཚེ་སྐོར་འཁོར་ནང་མ་མོ་ཏེ་གཞན་རིགས་ནད་ཡོད་རྒྱུ་འབོད་སྐུལ་ལུ་དགོས། གཤམ་འོག་ཕ་འཛིན་གསལ་བསྐྱབས་དང་སྐྱོད་མེད་ལུ་ཕྱོགས་དེ་སྤོང་ལུ་དགོས། ལས་བྱེད་གང་ཞིག་རྒྱུ་ཚུན་ ༢༤ རིང་ཚབ་མེད་པ་ཆགས་ཏེ་བདེ་ཐང་ཡིན་ཞེས་བྲིས་པའི་སྐབས་འདི་ལོ་སྤོང་ཡི་གེ་སྐོར་ལས་ཀ་བྱེད་དུ་ཡོད་ཚེ་ག

༢། དཔྱད་འཕྲིན་སྤོང་དུ་བཀའ་མས་པའི་ཚམ་རིམས་འདྲ་བའི་ནད་རྟགས་ཡོད་པའི་ལས་བྱེད་ལ་སྤོང་རྒྱུ་འདི་ཡིག་ཆ་ (Information for Employees with Flu like Symptoms- Attachment 1) དེ་ལས་བྱེད་དེ་རྒྱུ་ལུ་དགོས་ལ། ལས་ཀ་བྱེད་བཞིན་པ་ཡིན་ཚེ་དེ་འདི་ལོ་སྤོང་གཅིག་སྤོང་དགོས་པ་དང་སྤོང་གྱ་ཆེན་མོ་འདི་ལྟོགས་ (<http://flu.wisc.edu/>) ལ་བཟུ་རྒྱ་དེ་སྤོང་ལུ་དགོས། གཞན་ལས་བྱེད་དེ་ལ་ནད་རྟགས་མ་ཐོན་གོང་རྒྱུ་ཚུན་ ༢༤ རིང་ལས་ཀ་བྱེད་པ་མི་སྐུ་ལ་འགྲེལ་བྲག་བྱུང་བ་ཡིན་སྐོར་སྐད་ཆ་འདྲི་དགོས།

༣། ལས་བྱེད་གང་ཞིག་ལ་ལས་ཀ་བྱེད་སར་དབུགས་གཏོང་དགའ་བ་དང་དབུགས་བཙུགས་པ། བུང་ལོག་དང་གོང་ལོག་ཏུ་གཞན་ལུགས་དང་ལྷག་རྒྱུག་པ། རློ་བུར་དུ་མགོ་ཡུ་འཁོར་བ། མགོ་འཐོམ་པ། སྐྱུགས་པ་སྐྱུག་ཆེ་བའམ་ཡུན་རིང་སྐྱུག་པ་བཅས་ཀྱི་རྩ་དྲག་ནད་རྟགས་ཡོད་ཚེ། ༢༠༡༡ ལ་ཁ་པར་གཏོང་དགོས།

༤། ལུང་འཛེར་ ༣ ནང་གི་ཚོག་བཞེད་ཐེད་སྤོང་གིས་ལས་བྱེད་དང་སྤོང་མ་གང་ཞིག་ལ་ ནད་རྟགས་མ་ཐོན་གོང་རྒྱུ་ཚུན་ ༢༤ རིང་ནད་མཚན་ལས་བྱེད་སྐུ་ལ་འགྲེལ་བྲག་བྱུང་བ་ཡིན་སྐོར་གསལ་བཤད་བྱེད་དགོས། (ནད་མཚན་ལས་བྱེད་དེ་འདི་མི་སྤོང་མི་དགོས) གནས་ཚུལ་འདི་རིགས་ཨི་མེལ་དང་སྐུར་ཡིག་ དག་ཐོག་ནས་འགྲེལ་བཞེད་བྱེད་ཚེ་ག

༥། རློབ་གྲྭ་ཆེན་མོའི་འཕྲོད་བསྟེན་སྤྱི་ལུ་ཁང་ (University Health Services) ལ་ཨི་མེལ་ལ་བྱང་ pandemicinfo@mhub.uwgd.wisc.edu ཐོག་ནད་འདི་བྱུང་སའི་སྤྱི་ཆེན་གྱི་མིང་དང་ཕོག་ཉིན། ཚམ་རིམས་འདྲ་བའི་ནད་རྟགས་ན་མཁའ་མི་གངས་ཇི་ཡོད་བཅས་ཨི་མེལ་བརྒྱུད་ནས་བསྐྱར་འོགས་གནང་། (སྤྱི་ཆེན་མོ་མོས་སྤོང་གྱ་ཆེན་མོའི་འཕྲོད་བསྟེན་སྤྱི་ལུ་ཁང་ལ་འགྲེལ་བཤད་གསལ་བྱེད་པར་རང་ཉིད་ཀྱི་ཕ་འཛིན་སྐྱིག་གཞི་མཉམ་བསྐྱར་བྱེད་ཚེ་ག)

