

# 2020 Kawram Pumpi Thimnak Ah Pum Tlamtinglo Hna Thimfung Thlaknak

(A tu lio ah a karh chuahmah mi Covid-19 zawtnak khamnak ding ah chuahmi nawl ning in tuah a si lai)

Thimnak lei phung ning in pum tlamtinglo hna zong za lawng tein le mi theih lo a thli tein thimfung thlaaknak nawl an ngei.



Thimnak ni ah pum tlamting lo pawl thimfung fawi tein an thlak khawhnak ding ah tawrel mi



### A fiangfai mi lam

Pum tlamting lo pawl thimfung thlak ding ah thimfung thlaknak zung lei ah an kal tik ah zehmanh harsatnak le hnahnawhnak a um lai lo. Thimfung thlaknak zung ah dawnkhantu le ai bingbo mi thil ze hmanh um hlah seh. Bawmchantu an um a si ahcun an kio zawn in hruai hna lai i, tih awk um lo ding tawk ai hlatnak in bawmh chanh an si lai.



### Thimfung thlaknak zung ah siarem tein an luh

Khawhnak ding le hawi hlan ah luh ter an si lai Pum tlamting lo hna sia rem tein thimfung an thlak khawhnak ding ah thimfung thlaknak zung cu a dot khat nak a si lo le dat hlei (lift) a um mi ah tawrel piak a si lai. Pum tlamting lo, kum upa, nau a rak i puak mi nu hna kha thimfung thlaknak zung ah hawi hlan ah luh ter an si lai.



### Siarem tein thimfung thlaknak khaan

Thimfung thlaknak khaan chung ah an chiahmi cabuai le thimfung kuang i a niamsan cu pumtamtling lo hna an siarem ning in chiah piak an si lai.



### Thimfung Thlak Tik Ah Bawmh A Herhmi cu Bawmh An Si Lai

Pum tlamting lo hna nih thimfung an thlak tik ah an mah le an duh mi minung kha a bawmtu ah rak i rawihnak nawl an ngei. Bawmtu a rak i sawm ve lo mi zong bawmh a herh ahcun bawmh an si lai. Pum tlamting lo nu nih bawmh a herh a si ahcun thimfung zung ah tuanvo a ngeimi nu nih bawmhnaak a peek lai.



Na dam lo a si ahcun inn chung ah um ziar. Sibawi te kha pehtlai hna law, bawmh hal hna.



Pakhat le pakhat peeruk dan in um to ti hna u.



Leng na chuah tik poah ah hmaiuh (mask) i hruk zungzal.



Kut tlaih kha hrial.



Na hmai kha tawngtham hlah.



Na haathio, na khuh na khuh tik ah na hnar le na kaa kha him tein hup hna. Si lo le tissue kha hmang law i rung veng.



Na kut kha ti le sapiat in a tu le a tu in i tawl.



Na hman cang mi tissue hna kha hnawm bawm ah tha tein hlonh hna. Na kut kha thiag tein i tawl.