

မင်းရေ အနည်းဆုံး မဲသုံးခါ ပီးရဖို့ဆိုစွာကို မှတ်သားထားပါ။

ပြေသူလွှတ်တော်



အစိမ်းရောင်အဖုံးပိတ်ထားရေ မဲပုံးအနားသို့ လားပြီးကေ ဆန္ဒမဲလက်မှတ်ကို ထည့်ပါ။

အမျိုးသားလွှတ်တော်



အပြာရောင် အဖုံးပိတ်ထားရေ မဲပုံးအနားသို့ လားပြီးကေ ဆန္ဒမဲလက်မှတ်ကို ထည့်ပါ။

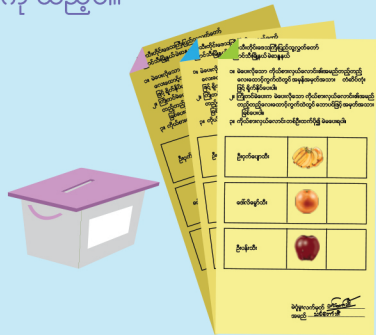
တိုင်းဒေသကြီး/ပြေနယ်လွှတ်တော်



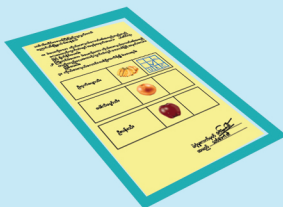
ခရမ်းရောင် အဖုံးပိတ်ထားရေ မဲပုံးအနားသို့ လားပြီးကေ ဆန္ဒမဲလက်မှတ်ကို ထည့်ပါ။

တချို့သော မဲနွသျှင်ရုံရေ တိုင်းရင်းသားလူမျိုး ကိုယ်စားလှယ်တို့ အတွက် မဲပီးခွင့် ဟီရေဆိုပါကေ

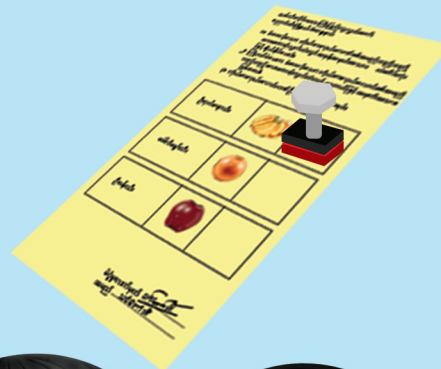
ခရမ်းရောင်အဖုံးပိတ်ထားရေ မဲပုံးအနားသို့လားပြီးကေ ဆန္ဒမဲ လက်မှတ်ကို ထည့်ပါ။



မင်း အနိန့်နန့် ဆန္ဒဟီရေ ကိုယ်စားလှယ်လောင်းကို ရာ ရှီးချယ်ပြီးကေ မဲလက်မှတ်ထက်မာ အသေအချာ တစ်ကြိမ်တည်းရာ တံဆိပ်တုံး ရိုက်နှိပ်ရဖို့ ဆိုစွာကို သတိပြုပါ။



မင်းစွ ဆန္ဒမဲကို လျှို့ဝှက်ထားပါ။



Facebook: <https://web.facebook.com/uecmyanmar/>  
Website: <https://www.uec.gov.mm/>



၂၀၂၀ ပြေနှစ် အထွေထွေရွီးကောက်ပွဲကို မကြာခင်မာ ကျင်းပပါဖို့ဗျယ်။ မဲပီးရဖို့နေးလမ်းတို့ကို တစ်ဆင့်ပြီးကေ တစ်ဆင့် ကြွေရူပါ။



Covid-19 ကြောင့် မင်းစွ ဆန္ဒမဲပီးပိုင်ခွင့်ကို မဆုံးရှုံးလားပါစီကေ။



ဖျားရေနာရေ နီမကောင်း ဖြိုက်ကေ အိမ်မာရာ နိန့်ကတ်ပါ။ ဆရာဝန်ကို ဆယ်သွယ်ပြီးကေ အကူအညီတောင်းခံကတ်ပါ။

တစ်ယောက်နန့် တစ်ယောက် (၆) စေ နိန့်ကတ်ပါ။ အကူမာ နိန့်ကတ်ပါ။

အပြင်ကို ထွက်တိုင်းမာ မက်စ် (mask) တပ်ကတ်ပါ။

လက်ဆွဲ နှုတ်ဆက်ခြင်းကို ယောင်ကြည့်ပီး ကတ်ပါ။

လက်မဆီးဘဲ မျက်နှာကို မကိုင်ကတ်ပါကေ။



နာချီ ခြောင်းဆိုးရေအခါ တစ်ခါသုံး တစ်ရူး (ယင်း သို့မဟုတ်) တန်းတောင်နန့် ပါးစနန့် နှာခေါင်းကို လုံခြုံအောင် ဖုံးအုပ်ထားကတ်ပါ။

သပုန်နန့် ရိုက် အသုံးပြုပြီးကေ လက်ကို စက္ကန့် (၂၀)ကြာအောင် မကြာမကြာ စေးစနစ်တကျ ဆီးကြောင်းကတ်ပါ။

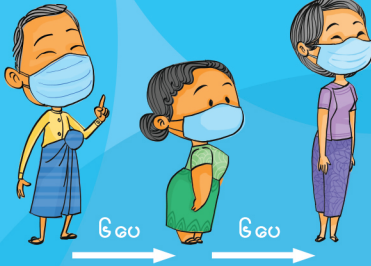
အသုံး ပြုပီးရေ တစ်သျှူးစက္ကူ တိုကို အမှိုက်ပုံးထဲကို စနစ်တကျနန့် ထည့်ကတ်ပါမေ။ လက်ကိုလေ စနစ်တကျနန့် စင်ကြယ်အောင် ဆီးကြော ကတ်ပါမေ။

# မဲရုံ အတွင်း ဝင်ရောက်ခြင်း

မဲရုံ အရှိမာ ဟိရေ မဲဆန္ဒသွင်စရင်းမှာ မိမိရရှိမိမိရရှိ မဲစရင်းနံပါတ်ကို ရှာကတ်ရပါမို့။



တခြား ဆန္ဒမဲပီးရေ လူတို့နန့် ၆ ပေ အကွားအဝေးမှာရာ အမြဲ ဟိနီဖို့ကို သတ်ပြုကတ်ရပါမို့။



မက်စ်(Mask) ကို မှန်ကန်စွာ တပ်ဆင်ကတ်ရပါမို့။



မင်းဇု လက်မာ မှင်ဆီ တို့ထားရေ အမှတ်အသား မဟိဆိုစွာကို မဲရုံ ဝင်ပေါက်မာ ဟိရေ မဲရုံလုံခြုံရေးကို ပြကတ်ရပါမို့။



မသန်စွမ်းသူတို့နန့် အကူအညီလိုအပ်နီရေ မဲဆန္ဒသွင်ရုံကို ဆန္ဒမဲပီးဖို့ တန်းစီရေအခါ ဦးစားပီး ခြင်းဖြင့် ကူညီကတ်ပါ။



# လက်ခံရယူခြင်း၊ တံဆိပ်တုံးထုခြင်းနန့် ဆန္ဒမဲပီးခြင်း

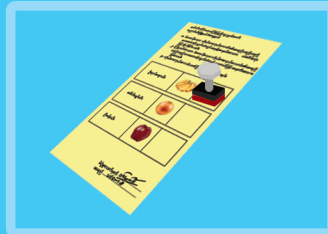
၁. စီးစစ်ပါ - မဲရုံအတွင်းမာဟိရေ မဲဆန္ဒသွင်စရင်းမာ လက်မှတ်ရွီးထိုးဖို့ အတွက် မိမိရရှိမိမိရရှိ ကိုယ်ပိုင် ဖောင်တိန့်ပန့် ယူဆောင်လာသင့်ပါရေ။ တကယ်လို့ ကိုယ်ပိုင် ဖောင်တိန့်ပန့် မယူဆောင်လာဖြိုက် ဆိုပါကေ အဆင်သင့်ထား ဟိရေ ပိုးသတ်ထားရေဖောင်တိန့်ပန့်ကို ယူပြီးကေ လက်မှတ်ထိုးကတ်ရပါမို့။



၂. ထုတ်ယူပါ - မဲလက်မှတ်လက်ခံဖြတ်ပိုင်း ထုတ်ပီးသူဘားသို့လားပြီးကေ ဆန္ဒမဲ လက်မှတ်မာ လက်မှတ်ထိုးပါ။ ပြည်သူ့လွှတ်တော်အတွက် မဲလက်မှတ်ကို ထုတ်ယူကတ်ရပါမို့။



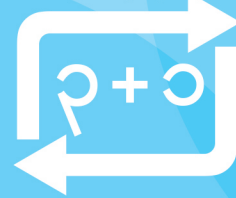
၃. တံဆိပ်တုံးထုပါ - ဆန္ဒမဲလက်မှတ်ကို လျှို့ဝှက် ဆန္ဒပြခန်းထဲမာ မိမိရရှိမဲပီး ချင်ရေ ကိုယ်စားလှယ်ကို တစ်ကြိမ်ရာ တံဆိပ်တုံးထုပြီးကေ မဲပီးကတ်ရပါမို့။



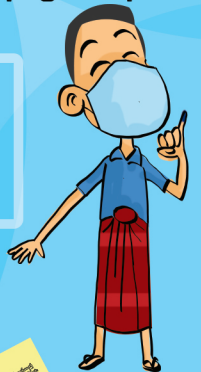
၄. ဆန္ဒမဲထည့်ပါ - မင်းဇု ဆန္ဒမဲလက်မှတ်ကို ခေါက်ပြီးကေ မဲပုံးအထဲသို့ ထေ့ရပါမို့။



၅. ထပ်ပြီးကေ လုပ်ဆောင်ပါ - အမျိုးသားလွှတ်တော်နန့် တိုင်း/ပြည်နယ် လွှတ်တော်ကို အထက်မာ ဖော်ပြထားရေ အဆင့် ၁ ကနီ အဆင့် ၃ အတိုင်း ဆန္ဒမဲထပ်ပြီးကေ ပီးကတ်ရပါမို့။ တိုင်းရင်းသားလူမျိုးဖြိုက်တေဆိုပါကေ တိုင်းရင်းသားလူမျိုးကိုယ်စားလှယ်တွက် ဆန္ဒမဲ ထပ်ပြီးကေ ထေ့ပီးကတ်ရပါမို့။

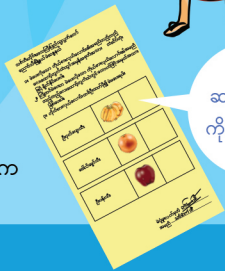


၆. ဆန္ဒမဲပီးလို့ ကျီရေအခါမာ မှင်ဆီ တို့ဖို့အတွက် မှင်ဆီတို့ပီးရေလူဘားသို့လားကတ်ရပါမို့။ မင်းဇုလက်ကို ပိုးသတ်ပါ။ စက္ကန့် ၃၀ ကြာအောင် စောင့်ပီးပါ။ ပြီးကေ မင်းဇု ဘယ်ဖက်လက်သန်းကို မှင်ဆီ တို့ပါ။ သတ်မှတ်ထားရေ ထွက်ပေါက်ကနီ မဲရုံအပြင်ဖက်သို့ ထွက်ကတ်ရပါမို့။



၇. ဒေဂုဆိုပါကေ မင်းရေ အဆင်ပြေပြေနန့် မဲပီးလို့ ကျီ ပါဗျယ် ဖြိုက်ပါရေ။

မှတ်သားထားကတ်ပါ။ ။ မိမိရရှိဆန္ဒပြချင်ရေ ကိုယ်စားလှယ်လောင်းဇု ဘေးအကွက်မာ တံဆိပ်တုံးထုပြီးကေ ဆန္ဒပြကတ်ပါ။ ဆန္ဒမဲပြခင် အကြောင်းတခုကြောင့် ဆန္ဒမဲ လက်မှတ် မတော်တဆ ပျက်စီးလားရေဆိုပါကေ ဆန္ဒမဲလက်မှတ်အသစ်ကို တောင်းခံနိုင်ပါရေ။



မိမိရရှိ ဆန္ဒပြချင်ရေ ကိုယ်စားလှယ် လောင်း