မင်းဇွ ဆန္ဒမဲကို လျှို့ဝှက်ထားပါ။

၂၀၂၀ ပြေ့နှစ် အထွေထွေရွီးကောက်ပွဲကို မကြာခင်မာ ကျင်းပပါဖို့ဗျယ်၊ မဲပီးရဖို့နေးလမ်းတို့ကို တစ်ဆင့်ပြီးကေ တစ်ဆင့် ကြွေ့ရှုပါ။

မဲရုံ အတွင်း ဝင်ရောက်ခြင်း

မဲရုံ အရှိမာ ဟိရေ မဲဆန္ဒသျှင်စရင်းမာ မိမိရို့ဇွ မဲစရင်းနံပါတ်ကို ရှာကတ်ရပါဖို့။

တခြား ဆန္ဒမဲပီးရေ လူတို့နန့် ၆ ပေ အကွားအဝီးမာရာ အမြဲဟိနီဖို့ကို သတိပြုကတ်ရပါဖို့။

မက်စ်(Mask) ကို မှန်ကန်စွာ တပ်ဆင်ကတ်ရပါဖို့။

မင်းဇွ လက်မာ မှင်ဆီ တို့ထားရေ အမှတ်အသား မဟိဆိုစွာကို မဲရုံဝင်ပေါက်မာ ဟိရေ မဲရုံလုံခြုံရေးကို ပြကတ်ရပါဖို့။

မသန်စွမ်းသူတို့နန့် အကူအညီလိုအပ် နီရေ မဲဆန္ဒသျှင်ရို့ကို ဆန္ဒမဲပီးဖို့ တန်းစီရေအခါ ဦးစားပီးခြင်းဖြင့် ကူညီကတ်ပါ။

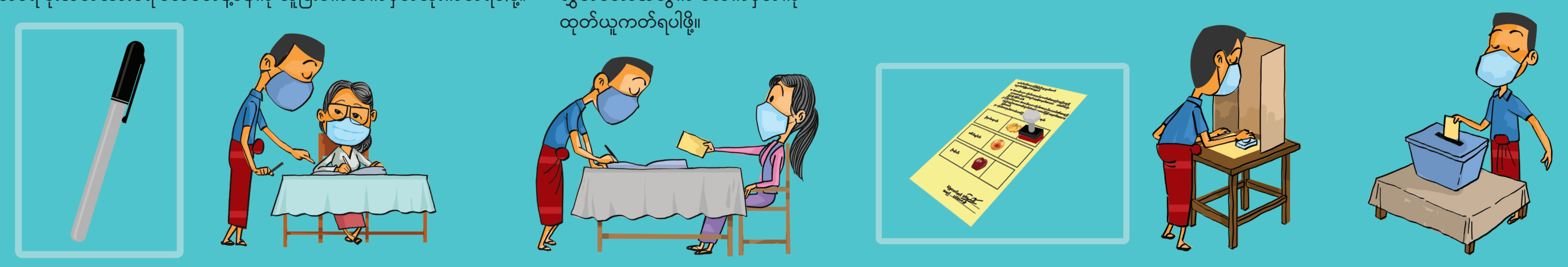
လက်ခံရယူခြင်း၊ တံဆိပ်တုံးထုခြင်းနန့် ဆန္ဒမဲပီးခြင်း

၁. စီးစစ်ပါ – မဲရုံအတွင်းမာဟိရေ မဲဆန္ဒသျှင်စရင်းမာ လက်မှတ်ရွီးထိုးဖို့ အတွက် မိမိရို့ဇွ ကိုယ်ပိုင် ဖောင်တိန့်ပန် ယူဆောင်လာသင့်ပါရေ။ တကယ်လို့ ကိုယ်ပိုင် ဖောင်တိန့်ပန် မယူဆောင်လာဖြို့က် ဆိုပါကေ အဆင်သင့်ထား ဟိရေ ပိုးသတ်ထားရေ ဖောင်တိန့်ပန်ကို ယူပြီးကေလက်မှတ်ထိုးကတ်ရပါဖို့။

၂. ထုတ်ယူပါ – မဲလက်မှတ်လက်ခံဖြတ်ပိုင်း ထုတ်ပီးသူဘားသို့လားပြီးကေ ဆန္ဒမဲ လက်မှတ်မာ လက်မှတ်ထိုးပါ။ ပြည်သူ့ လွှတ်တော်အတွက် မဲလက်မှတ်ကို ထုတ်ယူကတ်ရပါဖို့။

၃. တံဆိပ်တုံးထုပါ – ဆန္ဒမဲလက်မှတ်ကို လျှို့ဝှက် ဆန္ဒပြခန်းထဲမာ မိမိရို့မဲပီးချင်ရေ ကိုယ်စားလှယ်ကို တစ်ကြိမ်ရာ တံဆိပ်တုံးထုပြီးကေ မဲပီးကတ်ရပါဖို့။

၄. ဆန္ဒမဲထည့်ပါ – မင်းဇွ ဆန္ဒမဲလက်မှတ်ကို ခေါက်ပြီးကေ မဲပုံးအထဲသို့ ထေ့ရပါဖို့။



၅. ထပ်ပြီးကေ လုပ်ဆောင်ပါ – အမျိုးသားလွှတ်တော်နန့် တိုင်း/ ပြည်နယ်လွှတ်တော်ကို အထက်မာ ဖော်ပြထားရေ အဆင့် ၁ ကနီ အဆင့် ၃ အတိုင်း ဆန္ဒမဲထပ်ပြီးကေ ပီးကတ်ရပါဖို့။ တိုင်းရင်းသားလူမျိုးဖြို့က်တေဆိုပါကေ တိုင်းရင်းသားလူမျိုးကိုယ်စားလှယ်တွက် ဆန္ဒမဲ ထပ်ပြီးကေ ထေ့ပီးကတ်ရပါဖို့။

၆. ဆန္ဒမဲပီးလို့ ကျီရေအခါမာ မှင်ဆီ တို့ဖို့အတွက် မှင်ဆီတို့ပီးရေလူဘားသို့လားကတ်ရပါဖို့။ မင်းရို့ဇွ လက်ကို ပိုးသတ်ပါ။ စက္ကန့် ၃၀ ကြာအောင် စောင့်ပီးပါ။ ပြီးကေ မင်းဇွ ဘယ်ဖက်လက်သန်းကို မှင်ဆီ တို့ပါ။ သတ်မှတ်ထားရေ ထွက်ပေါက်ကနီ မဲရုံအပြင်ဖက်သို့ ထွက်ကတ်ရပါဖို့။

၇. ဒေဂုဆိုပါကေ မင်းရေ အဆင်ပြေပြေနန့် မဲပီးလို့ ကျီပါဗျယ် ဖြို့က်ပါရေ။

မှတ်သားထားကတ်ပါ။ ။ မိမိရို့ဆန္ဒပြုချင်ရေ ကိုယ်စားလှယ်လောင်းဇွ ဘေးအကွက်မာ တံဆိပ်တုံးထုပြီးကေ ဆန္ဒပြုကတ်ပါ။ ဆန္ဒမပြုခင် အကြောင်းတခုခုကြောင့် ဆန္ဒမဲ လက်မှတ် မတော်တဆ ပျက်စီးလားရေဆိုပါကေ ဆန္ဒမဲလက်မှတ်အသစ်ကို တောင်းခံနိုင်ပါရေ။

မင်းရေ အနည်းဆုံး မဲသုံးခါ ပီးရဖို့ဆိုစွာကို မှတ်သားထားပါ။

ပြည်သူ့လွှတ်တော်

အစိမ်းရောင်အဖုံးပိတ်ထားရေ မဲပုံးအနားသို့ လားပြီးကေ ဆန္ဒမဲလက်မှတ်ကို ထည့်ပါ။

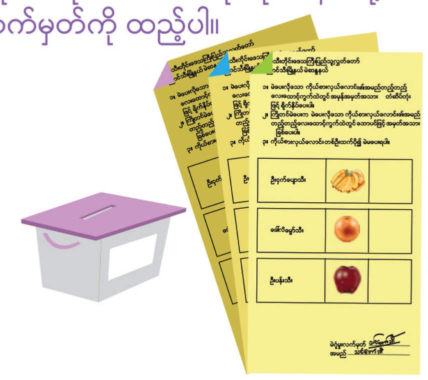
အမျိုးသားလွှတ်တော်

အပြာရောင် အဖုံးပိတ်ထားရေ မဲပုံးအနားသို့ လားပြီးကေ ဆန္ဒမဲလက်မှတ်ကို ထည့်ပါ။

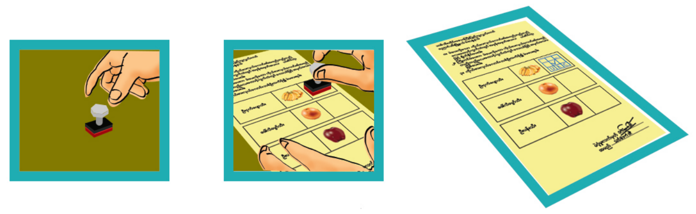
တိုင်းဒေသကြီး/ပြေနယ်လွှတ်တော်

ခရမ်းရောင် အဖုံးပိတ်ထားရေ မဲပုံးအနားသို့ လားပြီးကေ ဆန္ဒမဲလက်မှတ်ကို ထည့်ပါ။

တချို့သော မဲဆန္ဒသျှင်ရို့ရေ တိုင်းရင်းသားလူမျိုး ကိုယ်စားလှယ်တို့ အတွက် မဲပီးခွင့် ဟိရေဆိုပါကေ ခရမ်းရောင်အဖုံးပိတ်ထားရေ မဲပုံးအနားသို့လားပြီးကေ ဆန္ဒမဲလက်မှတ်ကို ထည့်ပါ။



မင်း အနိုန်နန့် ဆန္ဒဟိရေ ကိုယ်စားလှယ်လောင်းကို ရာ ရွီးချယ်ပြီးကေ မဲလက်မှတ်ထက်မာ အသေအချာ တစ်ကြိမ်တည်းရာ တံဆိပ်တုံး ရိုက်နှိပ်ရဖို့ ဆိုစွာကို သတိပြုပါ။



Covid-19 ကြောင့် မင်းဇွ ဆန္ဒမဲပီးပိုင်ခွင့်ကို မဆုံးရှုံးလားပါစီကေ့။

ဖျားရေနာရေ နီမကောင်း ဖြို့က်ကေ အိမ်မာရာ နိန်ကတ်ပါ။ ဆရာဝန်ကို ဆယ်သွယ်ပြီးကေ အကူအညီ တောင်းခံကတ်ပါ။

တစ်ယောက်နန့် တစ်ယောက် (၆) ပေ အကွာမာ နိန်ကတ်ပါ။

အပြင်ကိုထွက်တိုင်းမာ မက်စ်(mask) တပ်ကတ်ပါ။

လက်ဆွဲ နှုတ်ဆက်ခြင်းကို ယှောင်ကြဉ်ပီးကတ်ပါ။

လက်မဆီးဘဲ မျက်နှာကို မကိုင်ကတ်ပါကေ့။

နှာချီ ချောင်းဆိုးရေအခါ တစ်ခါသုံးတစ်ရှူး (ယင်း သို့မဟုတ်) တန်းတောင်နန့် ပါးစနန့် နှာခေါင်းကို လုံခြုံအောင် ဖုံးအုပ်ထားကတ်ပါ။

သပုန်နန့် ရီကို အသုံးပြုပြီးကေ လက်ကို စက္ကန့် (၂၀)ကြာအောင် မကြာမကြာ စေးစနစ်တကျ ဆီးကြောပီးကတ်ပါ။

Facebook:
https://web.facebook.com/uecmyanmar/

Website:
https//www.uec.gov.mm/