တယံာ်လၢၤဘၣ် ဒီး ၂ဝ၂ဝ တၢ်ယုထၢ အမူးကတုၤဃီၤဝဲ လီၤ. ကွၢ်ပနီၣ်ဃဉ် တၢ်ဟ့ၣ် တၢ်ဖး အကျိၤအကျဲတဖၣ် တပတီၢ် ဝံၤတပတီၢ်တက့ၢ်.

နအိၣ်မ့ၢ်တဆူၣ်ဘၣ်နၣ် အိၣ်ဆိးဒၣ်လၢနဟံၣ်ဒၣ်နဲတက့ၢ် ဆဲးကျိးဒီးကသံၣ်သရၣ်ဒိၣ် ဒီးယုတၢ်မၤစၢၤတက့ၢ်.

အိၣ်စီၤစုၤလိဉ်သးတဝၤ ဒီးတဝၤတၢ်ဘၢၣ်စၢၤ(၆) ခီၣ်ယီၢ်လီၢ်တက့ၢ်.

ထီထိၣ်ဃဉ်နီၣ်ကျၢၢ်ဘၢ နါဒ့ဒီးထးခိၣ်ဖဲနလဲၤ ဆူတၢ်ချၢတဘျီ လၢ်လၢ်တက့ၢ်

ဟးဆုံးတၢ်ဟံးစုကွၢ် မဲာ်လိာ်သးတက့ၢ်.

နမ့ၢ်တသ့နစုဘၣ်ဒီး တဘၣ်ဖိၣ်လီၤကူၤ နမဲာ်သၣ်တဝ့ၤ.

နမ့ၢ်ကူးဒီးကဆဲနၣ်,ကးဘၢဃာ်နထးခိၣ်ဒီးနါဒ့ ဘံၣ်ဘံၣ်ဘၢဘၢလၢတဘျီဂီၢ်စးခိထံးရှ့ မ့တမ့ၢ် လၢနစုနၢၣ်တ့ၣ်ကျိၤတက့ၢ်.

စူးကါ ထံဒီးချါသိ ဒီးသ့စီနစု ယံာ် အစုၤကတၢၢ်(၂ဝ)စဲးကး မူၢ်မူၢ်နီၢ်နီၢ် တက့ၢ်.

တၢၤကွံာ်စးခိထံးရှ့လၢနစူးကါတ့ၢ်လံအီၤတဖၣ် ဆူတၢ်ကမုံၤ ဒၢပူၤမူၢ်မူၢ် နီၢ်နီၢ်တက့ၢ်. ဝံၤသ့စီကွံာ် နစုစီစီမူၢ်မူၢ်နီၢ်နီၢ်တက့ၢ်.

ဒီဖျိလၢ COVID-19 အဃိ, မ်နတၢ် ဟ့ၣ်တၢ် ဖးသုတဟးဂီၤတဝ့ၤ. လုပိာ် မၤထွဲ ဆူၣ်ချ့ဒီးတၢ်လိာ်ခိၣ်လိာ်ကွဲ ကိတိာ်ဝဲၤကျိၤဒိၣ်အတၢ်နဲၣ်ကဲ တဖၣ်တက့ၢ်. မ်နနီၢ် ကစၢ်ဒၣ်နဲ ဒီးတၢ်အိၣ်လၢနခိၣ် နဃၢၤ တဖၣ်ကပူၤ ဖှံးဒီးတၢ်ဘၣ်ယိာ် ဘၣ်ဘှီဒီးဘံၣ်ဘၢတက့ၢ်. ဖဲနဟ့ၣ်တၢ်ဖးအခါ ပလိၢ်နသး ဟူး ဝဲၤဒ်သိး နကပူၤဖှံး ဒီးတၢ်ဆါ အတၢ်လီၤပျံၤလီၤဖုးတက့ၢ်. မ်ပကမၤ သတိး ဒ်သိး ပဝဲကီး ဝၤဒဲး ပတၢ် ဟ့ၣ်တၢ်ဖးလၢ တၢ်ယုထၢ အမူးအံၤကလဲၤ အသးဘျ့ဘျ့ ဆှီဆှီ ဒီး ပကပူၤဖှံး သတိးဒီး COVID-19 တၢ်ဆါအဂီၢ် တက့ၢ်

မၤဖျါနတၢ်ဖးတဝ့ၤ. ပာ်အီၤ ဒ်တၢ်ခူ သူၣ်တက့ၢ်.

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

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

မၤနီၣ်မၤဃါဃဉ် လၢနကဘၣ်ဟ့ၣ် တၢ်ဖးအစှၤ ကတၢၢ်(၃)ဘျီတက့ၢ်.

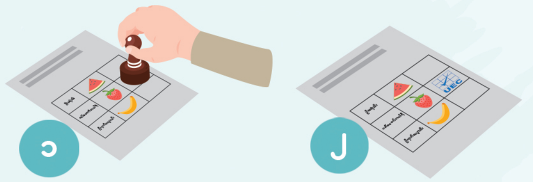
ကမျၢ်ဘျိၣ်ဒိၣ်
လဲၤဆူတၢ်ဖးဒၢလၢ အိၣ်ဒီး အခိၣ်ကျးအလွဲၢ် လါဟ့အိၣ်ဒီး ဒၢနၣ်လီၤ နတၢ်ဖးတက့ၢ်.

ဒီကလုာ် ဘျိၣ်ဒိၣ်
လဲၤဆူတၢ်ဖးဒၢလၢအအိၣ်ဒီး အခိၣ်ကျး အလွဲၢ်လါအဲး အိၣ်ဒီး ဒၢနၣ် လီၤ နတၢ်ဖးတက့ၢ်.

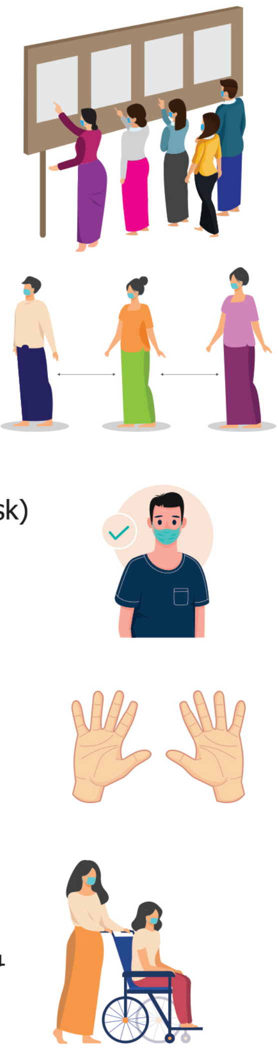
ကီၢ်ခီမ့တမ့ၢ် ကီၢ်စဲာ်ဘျိၣ်ဒိၣ်
လဲၤဆူတၢ်ဖးဒၢလၢအအိၣ်ဒီး အခိၣ်ကျး အလွဲၢ်အလုးအိၣ်ဒီး ဒၢနၣ်လီၤနတၢ်ဖး တက့ၢ်

ပှၤဟ့ၣ်တၢ်ဖးဖိတနီၤလၢအအိၣ်ဒီးတၢ်ခွဲးတၢ်ယာ် လၢကဘၣ်ဟ့ၣ် တၢ်ဖးဆူကလုာ်ဒူၣ်ခၢၣ်စးတဖၣ်အဂီၢ်, လဲၤဆူတၢ်ဟ့ၣ်တၢ်ဖးဒၢလၢ အိၣ်ဒီးအခိၣ်ကျးအလွဲၢ်အလုး ဒီးဒၢနၣ်လီၤနတၢ်ဖးတက့ၢ်

ယုထၢခၢၣ်စးပတြီာ်လၢနဘၣ်သးအီၤ လၢတၢ်ဖးပနီၣ်လံာ်ကဘျံး ပူၤဝံၤလၢအဝဲအတၢ်ပနီၣ်ကပၤ လီၤလီၤပာ်သူၣ်ပာ်သးလၢနက ဒိပနီၣ်လီၤတၢ် ထဲတဘျီဓိၤ လီၤတံၢ် လီၤတံၢ်လီၤဆဲးတက့ၢ်.



တၢ်လဲၤနုာ်လီၤဆူတၢ်ဟ့ၣ်တၢ်ဖးဒၢးပူၤ



ယုကွၢ်နမံၤအနီၢ်ဂံၢ်လၢပှၤဟ့ၣ်တၢ်ဖးစရီပူၤ လၢအကျးလီၢ်အသးလၢပှၤဟ့ၢ် တၢ်ဖးဒၢးအမဲာ်ညါတက့ၢ်.

ပာ်သူၣ်ပာ်သးလၢနကအိၣ်စီၤစုၤဒီးပှၤ ဟ့ၣ်တၢ်ဖးအဂုၤအဂၤတဖၣ် တၢ်ဘၢၣ်စၢၤ (၆) ခီၣ်ယီၢ်လီၢ်တက့ၢ်.

ထီထိၣ်ဃဉ်နီၣ်ကျၢၢ်ဘၢၤနါဒ့ဒီးထးခိၣ်(mask) ဘၣ်ကျိၤ ဘၣ်ကွဲာ် တက့ၢ်.

ဒုးနဲၣ်ပှၤဟ့ၣ်တၢ်ဖးဒၢး တၢ်ဘံၣ်တၢ်ဘၢ အပှၤဘၣ်မူဘၣ်ဒါဖဲ တၢ်ဖး ဒၢးအကျဲ စၢၤလၢတၢ်ပနီၣ်တအိၣ်လၢနစုလိၤ နီတမံၤဘၣ်နၣ်တက့ၢ်.

နမ့ၢ်ထံၣ်ပှၤဖၢစၢ်ဖိဒီးပှၤလၢအလိၣ်ဘၣ်တၢ် မၤစၢၤတဖၣ်ရဲၣ်လီၤ အသး နၣ် မၤစၢၤအီၤ ခီဖျိလၢတၢ်ဒုးဟ့ၣ်ဆိတၢ်ဖးတက့ၢ်.

တၢ်တူၢ်လိာ်ဟံးန့ၢ် , တၢ်ဒိပနီၣ် လီၤတၢ်ဒီး တၢ်ဟ့ၣ်တၢ်ဖး

၁ **သမံသမိးကွၢ်တက့ၢ်.** - ဒ်သိးနကဆဲးလီၤနမံၤလၢပှၤ ဟ့ၣ်တၢ်ဖးစရီပူၤလၢအအိၣ်လၢပှၤဟ့ၣ် တၢ်ဖးဒၢးပူၤအဂီၢ် အလီၢ်အိၣ်လၢနကဘၣ်ဟဲစိာ်နနီၢ်ကစၢ်ဒၣ်နဲအထိၣ်ဒံးဘိ လီၤ. နမ့ၢ်တဟဲစိာ်နနီၢ်ကစၢ်ဒၣ်နဲအထိၣ်ဒံးဘိ ဘၣ်နၣ် ဟံးန့ၢ်ထိၣ်ဒံးဘိလၢတၢ်ကတဲာ်ကတီၤပာ်စၢၤအီးဒီးတၢ် မၤသံပာ်စၢၤတၢ်ဆါယၢ်ဒီးဆဲးလီးနမံၤတက့ၢ်.

၂ **ဟံးန့ၢ်ထုးထိၣ်တက့ၢ်** - လဲၤဆူပှၤဘၣ်မူဘၣ်ဒါလၢအထုး တိၣ်ဟ့ၣ်လီၤတၢ်ဖးပနီၣ်လံာ်ကဘျံးအလံာ်ဖိုတဲာ်ဒီးဆဲးလီၤ နမံၤတက့ၢ်. အဆိကတၢၢ်ထုးထိၣ်တၢ်ဖးပနီၣ်လံာ်ကဘျံး လၢကမျၢ်ဘျိၣ်ဒိၣ်အဂီၢ် တက့ၢ်.

၃ **ဒိလီၤတၢ်ဒိပနီၣ်တက့ၢ်** - ဟံးန့ၢ်တၢ်ဖးပနီၣ်လံာ်ကဘျံးဒီး လဲၤဆူပှၤဟ့ၣ်တၢ်ဖးလီၢ်တဒၢဝံၤ ဒိလီၤတၢ်ဒိပနီၣ်လၢ ခၢၣ်စး ပတြီာ်လၢနဘၣ်သးအီၤအတၢ်ပနီၣ်ကပၤ လီၤလီၤထဲတဘျီဓိၤတက့ၢ်.

၄ **ဒၢနၣ်လီၤနတၢ်ဖးတက့ၢ်.** - ကၢ်ချံးနတၢ်ဖးပနီၣ်လံာ် ကဘျံးဝံၤဒၢနၣ်လီၤအီၤဆူတၢ်ဖးဒၢပူၤတက့ၢ်.

၅ **မၤကဒီးဆူညါတက့ၢ်** - ဒ်အဖျါလၢအပတီၢ်(၁)တုၤလၢ အပတီၢ်(၃)အသိး ဟ့ၣ်ကဒီးတၢ်ဖးဆူ ဒီကလုာ်ဘျိၣ်ဒိၣ် ဒီး ကီၢ်ခီ॥ကီၢ်စဲာ်ဘျိၣ်ဒိၣ်ဒ်နၣ်အသိးတက့ၢ်. နမ့မ့ၢ်ကလုာ်ဒူၣ်တဖုဖုနၣ် ဟ့ၣ်ကဒီးတၢ်ဖးဆူနကလုာ်ဒူၣ်ခၢၣ်စးအဂီၢ်တက့ၢ်.

၆ တုၤနဟ့ၣ်တၢ်ဖးဝံၤခဲလၢာ်နၣ်ဒ်သိးနကထိးနစုမုၢ်ဒီးကသံၣ်ထံ အဂီၢ်,လဲၤဆူပှၤဘၢ်မူဘၣ်ဃးဒီးတၢ်ထိးကသံၣ်ထံအိၣ်တက့ၢ်. မၤသံကွံာ် တၢ်ယၢ်လၢနစုလိၤတက့ၢ်. အိၣ်ခိးနဲဒၣ်ယံာ်စဲးကး(၃ဝ) တက့ၢ်. မ့ၢ်ဝံၤဒီးထိးဘၣ်နစုဆၣ်ဒီးကသံၣ်ထံတက့ၢ်. ဟးထိၣ်ဆူကျဲစၢၤလၢ တၢ်ပာ် ပနီၣ်အီၤတက့ၢ်.

၇ အခဲအံၤနဟ့ၣ်တၢ်ဖးဝံၤဝဲဘျ့ဘျ့ဆှီဆှီလံနၣ်လီၤ.

မၤနီၣ်ဃဉ်တက့ၢ်

ဒိလီၤတၢ်ဒိပနီၣ်လၢခၢၣ်စးပတြီာ်လၢနဘၣ်သးအီၤအတၢ်ပနီၣ်ကပၤ တၢ်ကဝီၤပူၤတက့ၢ်. တချူးလၢနဟ့ၣ်တၢ်ဖးဒံးဘၣ်ဒီးလၢတၢ်ဂ့ၢ် တမံၤမံၤအဃိနတၢ်ဖးပနီၣ်လံာ်ကဘျံးမ့ၢ်ဟးဂီၤနၣ်နဃ့န့ၢ်ကဒီး တၢ်ဖးပနီၣ်လံာ်ကဘျံးအသီတကဘျံးသ့ဝဲနၣ်လီၤ.

Australian Aid
Canada
DENMARK
Schweizerische Eidgenossenschaft / Confédération suisse / Confederazione Svizzera / Confederaziun svizra — Swiss Agency for Development and Cooperation SDC
UKaid
USAID
IFES