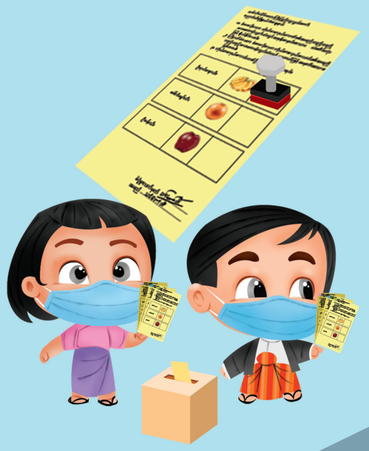
မဲဖျိုနတ်ဖြတ်ပုဒ်။ ပဉ်အီး ဒ်တ်ခူ သူဉ်တက့်.

တယံဉ်လၢဘဉ် ဒီး ၂၀၂၀ တ်ဃုထၢ အမူးကတုၤဃီၤဝဲလီၤ. ကွ်ပနီဉ်ဃဉ် တ်ဟ့ဉ် တ်ဖး အကျိၤအကျဲတဖဉ် တပတီ် ဝံၤတပတီ်တက့်.



ခီဖျိလၢ COVID-19 အယိ, မ်နတ် ဟ့ဉ်တ် ဖးသုတဟးဂီၤတဂုၤ.

နအိဉ်မ့်တဆူဉ်ဘဉ်နှဉ် အိဉ်ဆီးဒဉ်လၢနတံဉ်ဒဉ်နဲ တက့်. ဆဲးကျိးဒီးကသံဉ် သရဉ်ဒိဉ်ဒီးယ့တ်မၤစၢၤ တက့်.
အိဉ်စီၤစုၤလိဉ်သးတဂၤဒီးတဂၤတ်ဘၢဉ်စၢၤ(၆)ခဉ်ယီ်လီ်တက့်.
ထီထီဉ်ဃဉ်နိဉ်ကျၢ်ဘၢနါဒ့ဒီးထးခိဉ်ဖဲန လဲၤဆူတ်ချၢတဘျိလ်လ်တက့်
ဟးဆဲးတ်ဟံးစု ကွ်မဲဉ်လိဉ်သးတက့်.
နမ့်တသ့နစုဘဉ် ဒီးတဘဉ်ဖိဉ်လီၤ ကှၤနမဲဉ်သဉ်တဂုၤ.
နမ့်ကူးဒီးကဆဲန့ဉ်,ကးဘၢဃဉ်နထးခိဉ်ဒီးနါဒ့ ဘံဉ်ဘံဉ်ဘၢဘၢ လၢတဘျိဂီ်စးခိထံးချ မ့တမ့် လၢနစုနၢဉ်ကှဉ်ကျိၤတက့်.
စူးကါ ထံဒီးချါသိ ဒီးသ့စီနစု ယဲဉ် အစုၤကတၢ်(၂၀)စံးကး မူ်မူ်နိ်နိ်ၢ် တက့်.
တၢၤကွံဉ်စးခိထံးချုလၢနစူးကါ တ့ဂ်လံအီၤတဖဉ် ဆူတ်ကမ့ဲၤ ဒၢပူၤမူ်မူ် နိ်ၢ်နိ်ၢ်တက့်. ဝံၤသ့စီကွံဉ် နစုစီစီမူ် မူ်နိ်ၢ်နိ်ၢ်တက့်.

တ်လဲၤနုဉ်လီၤဆူတ်ဟ့ဉ်တ်ဖးဒၢးပူၤ

ယုကွ်နမံၤအနိ်ၢ်ဂံ်လၢပှၤဟ့ဉ်တ်ဖးစရီပူၤ လၢအကျးလီၤအသးလၢပှၤဟ့ဉ်၊ တ်ဖးဒၢးအမဲဉ်ညါတက့်.

ပဉ်သူဉ်ပဉ်သးလၢနကအိဉ်စီၤစုၤဒီးပှၤဟ့ဉ်တ်ဖးအဂုၤအဂၤတဖဉ် တ်ဘၢဉ်စၢၤ(၆) ခဉ်ယီ်လီ်တက့်.

ထီထီဉ်ဃဉ်နိဉ်ကျၢ်ဘၢနါဒ့ဒီးထးခိဉ်(mask) ဘဉ်ကျိၤဘဉ်ကွဉ် တက့်.

ဒုးနဲဉ်ပှၤဟ့ဉ်တ်ဖးဒၢး တ်ဘဲဉ် တ်ဘၢ အပှၤဘဉ်မူဘဉ်ဒါဖဲ တ်ဖး ဒၢးအကျဲ စၢၤလၢတ်ပနိဉ် တအိဉ်လၢနစုလီၤ နီတမံၤဘဉ် နှ့ဉ်တက့်.

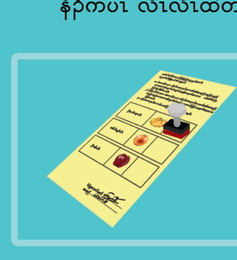
နမ့်ထံဉ်ပှၤဖၢစ်ဖိဒီးပူၤလၢအလိဉ်ဘဉ် တ်မၤစၢၤတဖဉ်ရဲဉ်လီၤ အသး နှ.ဉ် မၤစၢၤအီၤ ခီဖျိလၢတ်ဒုးဟ့ဉ်ဆိတ်ဖးတက့်.

တ်တူ်လိဉ်ဟံးနှ.်, တ်ဒ်ပနီဉ် လီၤတ်ဒီး တ်ဟ့ဉ်တ်ဖး

၁. သမံသမီးကွ်တက့်. ဒ်သိးနကဆဲးလီၤနမံၤလၢပှၤဟ့ဉ်တ်ဖးစရီပူၤလၢအအိဉ်လၢပှၤဟ့ဉ် တ်ဖးဒၢးပူၤအဂီ်အလိ်အိဉ်လၢနကဘဉ် ဟဲစိဉ်နနီ်ကစ်ဒဉ်နဲ အထိဉ်ဒံးဘိလီၤ. နမ့်တဟဲစိဉ်နနီ်ကစ်ဒဉ်နဲအထိဉ်ဒံးဘိ ဘဉ်နှ.ဉ် ဟံးနှ.်ထိဉ်ဒံးဘိလၢတ်ကတဲဉ်ကတီၤပဉ်စၢၤအီးဒီးတ်မၤသံပဉ်စၢၤတ်ဆါဃ်ဒီးဆဲးလီးနမံၤတက့်.

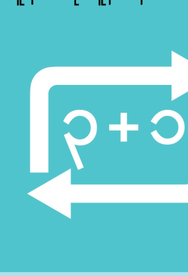
၂. ဟံးနှ.်ထုးထိဉ်တက့် လဲၤဆူပှၤဘဉ်မူဘဉ် ဒါလၢအထုးတီဉ်ဟ့ဉ်လီၤတ်ဖးပနီဉ်လဲဉ်ကဘျံးအလဲဉ်ဖျိတဲဉ်ဒီးဆဲးလီၤနမံၤတက့်. အဆိကတၢ်ထုးထိဉ်တ်ဖးပနီဉ်လဲဉ်ကဘျံးလၢကမျၢ်ဘျိဉ်ဖိဉ်အဂိ်ၢ် တက့်.

၃. ပနီဉ်တ်ဒ်ပနီဉ်တက့် ဟံးနှ.် တ်ဖးပနီဉ်လဲဉ်ကဘျံးဒီးလဲၤဆူပှၤဟ့ဉ် တ်ဖးလီၤတဒၢဝဲၤ ဒ်လီၤတ်ဒ်ပနီဉ်လၢခၫဉ်စး ပတြိဉ်လၢနဘဉ်သးအီၤအတ်ပနီဉ်ကပၤ လီၤလီၤထဲတဘျီဓိၤတက့်.

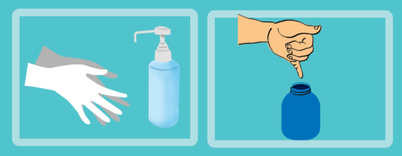


၄. ဒၢနုဉ်လီၤနတ်ဖးတက့်. ကၢ်ချံးနတ်ဖးပနီဉ်လဲဉ်ကဘျံးဝံၤဒၢနဉ်လီၤအီၤဆူတ်ဖးဒၢပူၤတက့်.

၅. မၤကဒီးဆူညါတက့်ဒ်အဖျါလၢအပတီ်(၁)တုၤလၢအပတီ်(၃) အသိး ဟ့ဉ်ကဒီးတ်ဖးဆူ ဒီကလုဉ်ဘျိဉ်ဖိဉ် ဒီး ကီ်ခီ။ကီ်စဲဉ်ဘျိဉ် ဖိဉ်ဒ်နှ.ဉ်အသိးတက့်. နမ့မ့်ကလုဉ်ဒူဉ်တဖုဖုန့ဉ် ဟ့ဉ်ကဒီးတ်ဖးဆူနကလုဉ်ဒူဉ်ခၫဉ်စးအဂီ်တက့်.



၆. တုၤနဟ့ဉ်တ်ဖးဝံၤခဲလၢဉ်နှ.ဉ်ဒ်သိးနကထိးနစုမ့်ဒီးကသံဉ်ထံအဂီ်၊်,လဲၤဆူပှၤဘ်မူဘဉ်ဃးဒီးတ်ထိးကသံဉ်ထံအိဉ်တက့်. မၤသဲကွံဉ် တ်ဃ်လၢနစုလိၤတက့်. အိဉ်ခိးနဲဒဉ်ယဲဉ်စဲးကး(၃၀)တက့်. မ့်ဝံၤဒီးထိးဘဉ်နစုဆဉ်ဒီးကသံဉ်ထံတက့်. ဟးထီဉ်ဆူကျဲစၢၤလၢ တ်ပဉ်ပနီဉ်အီၤတက့်.



ရ. အခဲအံၤနဟ့ဉ်တ်ဖးဝံၤဝဲဘျဘျဆီ့ဆီ့လဲန့ဉ်လီၤ.

မၤနိဉ်ဃဉ်တက့် ဒ်လီၤတ်ဒ်ပနီဉ်လၢခၫဉ်စးပတြိဉ်လၢနဘဉ်သးအီၤအတ်ပနီဉ်ကပၤတ်ကဝီၤပူၤတက့်. တချုးလၢနဟ့ဉ်တ်ဖးဒံးဘဉ်ဒီးလၢတ်ဂ့်တဖံမံၤအယိနတ်ဖးပနီဉ်လဲဉ်ကဘျံးမ့်ဟးဂီၤန့ဉ်နဃ့န့်ကဒီး တ်ဖးပနီဉ်လဲဉ်ကဘျံးအသီတကဘျံးသ့ဝဲန့ဉ်လီၤ.

မၤနိဉ်မၤဃါဃဉ် လၢနကဘဉ်ဟ့ဉ် တ်ဖးအစ့ၤ ကတ်ၢ်(၃)ဘျီတက့်.

ကမျၢ်ဘျိဉ်ဖိဉ်

လဲၤဆူတ်ဖးဒၢလၢ အိဉ်ဒီး အခိဉ်ကျးအလွဲ် လါဟ့အိဉ်ဒီး ဒၢနုဉ်လီၤ နတ်ဖးတက့်.

ဒီကလုဲဝဲ ဘျိဉ်ဖိဉ်

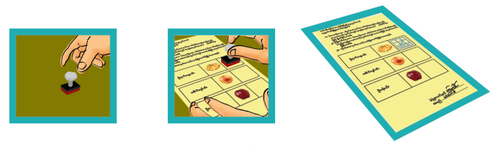
လဲၤဆူတ်ဖးဒၢလၢအအိဉ်ဒီး အခိဉ်ကျး အလွဲ်လါအဲး အိဉ်ဒီးဒၢနုဉ် လီၤ နတ်ဖးတက့်.

ကီ်ခီမ့တမ့် ကီ်စဲဉ်ဘျိဉ်ဖိဉ်

လဲၤဆူတ်ဖးဒၢလၢအအိဉ်ဒီး အခိဉ်ကျး အလွဲ်အလုးအိဉ်ဒီး ဒၢနုဉ်လီၤနတ်ဖး တက့်

ပှၤဟ့ဉ်တ်ဖးဖိတနီၤလၢအအိဉ်ဒီးတ်ခွဲးတ်ဃဉ် လၢကဘဉ်ဟ့ဉ်တ်ဖးဆူကလုဉ်ဒူဉ်ခၫဉ်စးတဖဉ်အဂီ်၊်, လဲၤဆူတ်ဟ့ဉ်တ်ဖးဒၢလၢအိဉ်ဒီးအခိဉ်ကျးအလွဲ်အလုးဒီးဒၢနုဉ်လီၤနတ်ဖးတက့်

ယုထၢခၫဉ်စးပတြိဉ်လၢနဘဉ်သးအီၤ လၢတ်ဖးပနီဉ်လဲဉ်ကဘျံးပူၤဝံၤလၢအဝဲအတ်ပနီဉ်ကပၤလိၤလိၤပဉ်သူဉ်ပဉ်သးလၢနကဒ်ပနီဉ်လီၤတ်ၢ် ထဲတဘျိဓိၤ လီၤတံ်ၢ် လီၤတံ်ၢ်လီၤဆဲးတက့်.



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

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

Australian Aid · Canada · DENMARK · Schweizerische Eidgenossenschaft Confédération suisse Confederazione Svizzera Confederaziun svizra Swiss Agency for Development and Cooperation SDC · UKaid · USAID FROM THE AMERICAN PEOPLE · IFES