

တၢ်ဒီသဒါ COVID-19 အတၢ်ရၤလီၤ



အိၣ်ယံၤဒီးပုၤလၢနဟံၣ်အချၢတဖၣ်ဖဲ 6 ပုၣ်အတီၢ်ပူၤ
ဟးဆွဲးတၢ်ထိးဘူးလိာ်သးဒီးပုၤတဂၤဂၤလၢအဆိးက့



ကးဘၢနကိာ်ပူၤဒီးနါဒဲးလၢတၢ်ကံးညၣ်
ကးဘၢမၢ်ဖဲနအိၣ်လၢတၢ်ချၢန့ၣ်တက့ၢ်.
အိၣ်ယံၤနသးဒီးပုၤအဂၤလၢ 6 ပုၣ်အတီၢ်ပူၤတ
သ့ဖဲအသ့တက့ၢ်.



သ့ဘၢနစုဒီးဆးပုၣ်ထံၣ်ချီၣ်ကိာ်အယံၤအစဲၤကးခံဆံ.
ဆးပုၣ်ဒီးထံၣ်တအိၣ်, သ့ဘၢနစုဒီး Hands sanitizer လၢ
အပုၣ်ဒီး alcohol ယုဆံဖၢၤဖဲၣ်.



အိၣ်လၢဟံၣ်ပူၤတသ့ဖဲအသ့န့ၣ်တက့ၢ်.
တဘျီဟးထီၣ်ဆူတၢ်ချၢ မတမ့ၢ်လၢတၢ်ဒီးန့ၣ်တၢ်လိာ်ဘၣ်နီၣ်နီၣ်
တဖၣ်ဒဲးသးတၢ်အိၣ်ဒီးကသံၣ်ကသီ မ့တမ့ၢ် တၢ်လဲၤဆူတၢ်မၤ
အဂီၢ်အယိတဂ့ၤ.



နစုမ့ၢ်ဘၣ်အၢန့ၣ်တဘျီလိာ်ဖိာ်န
မၢ်ချီၣ်, နနါဒဲးဒီးနကိးပူၤဘၣ်.



နမ့ၢ်လဲၤလၢတၢ်လီၤလၢအအိၣ်ဒီး COVID-19 မ့
တမ့ၢ်နသ့ၣ်ညါပုၤကညီလၢအအိၣ်ဒီးတၢ်ဆါတခါ
အံၤပလီၤနသး.
နမ့ၢ်တၢ်ဘၣ်လၢတၢ်ကိာ်ထီၣ်နၤ, ကိးမ့တမ့ၢ်နကသၢလီၤဆီ, လဲၤ
လၢတၢ်ဆါဟံၣ်တဘျီဖီ. တဘျီလိာ်ကွဲၤထွဲလီၤနသးဘၢ.



မၤကဆိတၢ်လၢနဖိာ်အီၤတဖၣ်ကိးဘျီဒဲး.
သ့စီသံကွဲၤထံၣ်ပီၤအနီၣ်တံၢ်တဖၣ်, တြၢအကမိာ်တဖၣ်, တၢ်
ပိးတၢ်လီၤအတၢ်ဖိာ်တဖၣ်, မ့ၢ်အူအနီၣ်ခွဲးတဖၣ်, ဒီးတၢ်
အဂၤ တနံၤလွဲၤဘျီတက့ၢ်.



နမ့ၢ်ဆိးက့န့ၣ် အိၣ်လၢတၢ်လီၤဖးလၢနဟံၣ်ပူၤတက့ၢ်.
တဘျီလဲၤဆူတၢ်မၤလီၤ, ကိ, မ့တမ့ၢ် ကမ့ၢ်အတၢ်လီၤတဖၣ်တ
ဂၤ. အိၣ်လီၤဖးနသးဒီးနဟံၣ်ဖိာ်ဖိအဂၤတက့ၢ်. မ့ၢ်သန့ၣ်, ဟံၣ်ဖိ
ယိဖိကိးဂၤကဘျီအိၣ်လၢနီၣ်ကစၢ်တၢ်ဟံၣ်လီၤဆီ (အိၣ်လၢဟံၣ်)ပူၤ
ဒီးခိးကွဲၤလၢအဝဲသ့ၣ်ဆိးက့န့ၣ် န့ၣ်လီၤ.



ဖဲနကိးဒီးကခဲအခါန့ၣ်ကၤဘၢဒီးထံၣ်ဆူ, တၢ်ကၤကၤဆူ
တၢ်ကမ့ၢ်ဒီးပူၤဒီးသ့နစုတဘျီဖီ.
ထံၣ်ဆူမၢ်တအိၣ်ဘၣ်န့ၣ်, ကၤဘၢတၢ်ကိၤမ့တမ့ၢ်ဖဲနကခဲခါကၤ
ဘၢအိၣ်ဒီးနစုန့ၣ်ခံမ့တမ့ၢ်နဆူကၤ, တဘျီလိာ်သ့နစုညါသးဘၣ်.



နတူၢ်ဘၣ်မ့ၢ်နးလဲၤလၢတၢ်ဆါဟံၣ်တဘျီဖီ.
နမ့ၢ်တၢ်ဘၣ်လၢနအိၣ်ဒီး COVID-19, ကိးနတၢ်ဆါဟံၣ်သရၣ်
မ့ၢ်တဖၣ်တချ့းလၢနလဲၣ်တၢ်ဆါဟံၣ်ဒဲးသးသရၣ်သ့ၣ်
မ့ၢ်တဖၣ်ကအိၣ်ကတၢ်ကတီၤသး.

သ့နစုတဖၣ်တက့ၢ်.



1. သ့နစုဒီးထံၣ်လၢအလၢၤ, အ
ကဆိဒီးဟံၣ်လၢထံပီၤတက့ၢ်.



2. မၤထီၣ်အသဘဲခိဖျါတၢ်ဒီးဒဲးနစုတ
ဖၣ်တက့ၢ်. မၤလီၤတၢ်လၢနဒီးဒဲးနစုအ
လီၢ်ခံ, စုမ့ၢ်တဖၣ်အကဆူး ဒီးစုမ့ၢ်တ
ဖၣ်အဖီလံာ်တက့ၢ်.



3. ထးနစုအစၢကတၢ် 20 စဲး
ကိးတက့ၢ်. မၤနတၢ်ဆါကတီၢ်
ခိဖျါတၢ်သးဝံၣ် "happy
birthday" ခံဘျီတက့ၢ်



4. သ့စီနစုဒီးထံၣ်လၢအကဆိ, ထံၣ်လၢဟံ
လၢထံပီၤတက့ၢ်. ပံးတံၢ်ထံပီၤအနီၣ်တံၢ်
ဒီးစးခိထီၣ်စု မ့တမ့ၢ် နစုန့ၣ်ခံလၢနစုတ
ဖၣ်အလီၢ်တက့ၢ်.



5. မၤယုနစုဒီးခိၣ်ဖျါလၢအကဆိ
တက့ၢ်. ဖဲကမ့ၢ်တၢ်ဟးလီၢ်တဖၣ်
အပူၤ, သ့စးခိထီၣ်စုလၢအကဆိ မ့
တမ့ၢ် ကလံၤမၤယုထီတၢ်တက့ၢ်.