

ခိုရိနိုတ်ဆောင်အံသာ်ကူးဘို့ပျည့်စီးမှုများကသိတ်ဖို့လေတ်ကူစီယိုဘို့ဘုံးများအတွက်ဖြစ်ပါသည်။

Coronavirus is very easy to catch and there is no medication to cure this virus

တိအိပ်စီစဉ်သုတေသန (Social distancing)



Karen

တိဒရိန်စီစဉ်သုတေသန

Social distancing at home

- သူကအိပ်နှစ်ခုအားလုံးတော်ကျော်
 - ထူးကအိပ်နှစ်ခုပါရိုင်(စပါ) ဒီးစွဲပိုင်လည်(ပြု့၊
တ်ချို့သာ၊ တ်ပက်တ်ဖို့သာ), မှုံးချေ
တ်အီးထိုင်ယပ်ပို ဒီး TV ရုံးပိုးခဲ့အားလုံးတော်ကျော်။
 - အီးထိုင်နပ်ပြု့ဒီးပွန်လိုကလဲလအသိဟင်နှစ်လို
နှုံးတော်။
 - တာသို့လဲလတ်ဆိတ်ပါတယ့်ပူးလို့မဲ့အောင်အောင်
 - တ်အေရှုံးပိုင်မှုံးတ်ဖို့ဘာ့နှုံးတ်ဘာ့ဟာ့ထို့လို
ဟံ့သာတော်



တုအိုစီစုရပ်သူး လာပျော်အီအလီ

Social distancing in public

- မုသုမ္မဘာ၏လာစာတိန္ဒြေသူအဲလာစာတိန္ဒြေ
 - မုသုန္မာ၏သာကချိဂျ်ဘုရားနစ်ကိုသာကတိပါးပဲနှင့်လိုင်းဟေးထို့လတတ်သူ၏ထို့တော်ဖူးရှုံးအပျို့နှင့်တကုံ
 - ထို့တို့၏စိန်စိစာယံးပျော် ၁၅မီတာ၏နှင့်တကုံ

နဟားထို့လာနဟားချေသူဒေသတဲ့လာတ်ဂျို့ ငဗ္ဗားအံ့နှို့လီ

- දැඩුත්තියින්ද තෝපිත්තා ලේඛනයින් වූතායි
 - ගව්ද් ගවහිත ස්ථානයින්ද
 - තෝපිත්තා මුදානුම් මෙහිලා නිස්
 - සිංහ අධිකරණ ප්‍රතිඵල ස්ථානයින්ද නිස් තායි

ဟက်ဂန္ဓိလီးပဲ၊ ၁၆၂၅ခုနှစ် လျှော့လာတန်ကန်တော်သို့
တော်သို့ဘယ်အဖွဲ့အစည်းတော်သို့မြတ်လိုပါ၏။



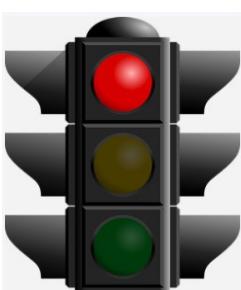
တုအိုစီစွဲလိုသားလတ်မှလို့ မှတ်မှု TAFE

Social distancing at workplace/TAFE

- ჰერნილაბერუბჭმაშვილის გარე
 - თბარენტინის და თბარენტინის გარე
 - ვუკოვერებულის გარე
 - კაპიტანის გარე
 - ფრანგის გარე
 - ბუკოვერებულის გარე
 - ლეიტონის გარე

တုအိန္ဒိစ္စလိုသားတက္ကာ (SOCIAL DISTANCING)

လေတုဟားဆွဲးခိုရီနီတ်ဆိုလှယ်တုဘို့ နကာပ်များတွေအိန္ဒိစ္စလိုသား
အတူသိန်တ်သိန့်လို့။



တုလာနမေတသူသူ့တဖ် THINGS YOU CAN'T DO	တုလာနမေသူဖဲနလိုဘုံ နှိုနှိုအဆောကတ် THINGS YOU CAN DO WHEN NEEDED	တုလာအပူဖျေးစီးနမအောင်သူသူ့တဖ် THINGS SAFE TO DO
<ul style="list-style-type: none"> လေတုလိုတ်တုကျွဲလာအောင်းပွဲက လာအတော်သို့ပုံးပုံးနေသူ့တဖ် လေလာပွဲကဟံ့သုံး လေစောင့်သုံးတ်လိုက္ခာလို လျှေလျှေတ်လေအောင်းပွဲများ တုဘာ့ယူသရို့ မူတမ်း ဖွံ့ဖြိုး ကျွဲ့ပေးခို့တ်တုဆိုပွဲလို တံ့သကိုးပဲဟားအို့သကိုးနဲ့ ဟားထို့လာဝါး၊ ကိုးကိုး လေလာလုံးရှိုး လေလာတ်သံ၊ တ်ချုပ်လိုပွဲညီအောင်း လေလာတ်တူတူဖို့ နံ့အောင်းပျော်သာကု့အမ်းနှုံး 	<ul style="list-style-type: none"> လေတုလိုလိုသားဒီးကသံ့သရုံး လေဟံ့နှုံးကသံ့သရုံး လေဟံ့နှုံးတ်အို့ ဟားလိုက္ခာ(အို့စိုးပွဲအောက်တ် ၁၁၅ မံထားခိုးပွဲကသူ့တဖ်) လေလာခဲတ်ဆို့ 	<ul style="list-style-type: none"> လေတုလိုက္ခာ ဒီးမာတ်လာဟံ့နှုံး ဖော်လာအဂ္ဂာ ဒီကန်တ်သားဝံ့ ဒီအို့တ် တဲသကိုးတ်ဒီးတံ့သကိုး၊ ဟံ့နှုံးထိုးပွဲလာဟံ့နှုံးပို့လာလာလီးတို့ နှို့လိုက္ခာသိလုံ့တာဘူးတယံ့ ကရှုံးတ်သကိုးလာလီးတ်လာဖျိုးတ်ဂို့ မာတွေ့နတ်မာလိုနှုံးပို့နေအော် မာလိုစိတ်အို့လာပွဲကဟဲချွဲလာနံ့

တိန်

နမူးအို့တ်နံ့တ်ကို့ထို့၊ ကျွဲ့ကဆဲ့ကသိတ်ဘုံးနှုံး ကိုးလိုတ်စို့ချုနကသံ့သရုံးအောင်းလာကဆာတ်လာတ်မာက္ခာ
ခို့နီတ်ဆိုလ်မာတ်တ်ဘုံး။ တ်ပဲအံ့ကမ်းတ်မာက္ခာလာနှုံး(နို့စွဲ) ဒီးနက်းယျ်နှုံးလို့။

တ်မာက္ခာမှုလိုနှုံး ဘုံးသူ့သူ့အံ့သူ့သူ့ကမာက္ခာနဲ့လာတ်မာက္ခာမှုရှို့
နီတ်ဆိုလ်မာတ်တ်ဘုံး။ မူတမ်းအံ့သူ့သူ့ကမာနဲ့လာတ်မာက္ခာမှုရှို့
နီတ်ဆိုလ်မာတ်တ်ဘုံး။

ပျော်လာနံ့နှုံးတ်ကျွဲ့သူ့သူ့အံ့တ်နံ့နှုံး လေလာဂုံးအောင်း (Emergency Department) တာဘူးလိုလာအောင်းတ်တ်ဆိုလ်
နံ့နှုံးတ်ဘုံး။

Made with the grateful support of