

မိုးနဒီးနွ်ဘဉ်တၢ်ကူစါ လၢစဲး(ဖ)စဲး(စ)အဂီၢ်ဧါ.

စဲး(ဖ)စဲး(စ)ကဲထီၣ်အသးဖဲနီၣ်ခိခိဆၢတၢ်ဆါအတၢ်ဘဉ်ကူဘဉ်ကဲလၢအမၤဘဉ်ဒိအနီၣ်က
စၢ်အထံးရှုဒီးကွၢ်ဂီၢ်အဂၤလၢအဆူၣ်ချ့တဖၣ်အခါန့ၣ်လီၤ. နမၤန့ၣ်တၢ်ဆါအတၢ်ဘဉ်ကူ
ဘဉ်ကဲတခါလၢဘဉ်သ့ၣ်သ့ၣ်ကဒးကဲထီၣ်စဲး(ဖ)စဲး(စ)န့ၣ်လီၤ. စဲး(ဖ)စဲး(စ)န့ၣ်မ့ၢ်တၢ်ဆူး
တၢ်ဆါအဂီၢ်အူလၢအလိၣ်ဘဉ်ဂီၢ်အူကသံၣ်ကသီအတၢ်ကွၢ်ထွဲန့ၣ်လီၤ.

မ့ၢ်တၢ်ကူစါ စဲး(ဖ)စဲး(စ)ဒ်လဲၣ်.

စဲး(ဖ)စဲး(စ)န့ၣ်တၢ်ကူစါအီၤလၢတၢ်ဆါဟံၣ်အပူၤဒီးတၢ်ကူစါမၤ
တၢ်အဂ့ၢ်ဒိၣ်ကတၢ်ဖဲတၢ်စးထီၣ်အီၤလၢအဆဲးအချ့အခါလီၤ. ပူၤ
တနီၤန့ၣ်အိၣ်ဒီး စဲး(ဖ)စဲး(စ)န့ၣ်လိၣ်ဘဉ်တၢ်ကူစါလၢတၢ်ကွၢ်ထွဲ
လုၤတုၤလုၤတီၤအပူၤလီၤ.

တၢ်ကူစါတဖၣ်ဟံၣ်ယုာ်ကသံၣ်မၤသံတၢ်ဃၢဒီးဖဲမ့ၢ်လိၣ်ဘဉ်အခါ-

- ကသံၣ်ကသီအဂၤ
- ကသံၣ်ထံၣ်သြီလၢသ့ၣ်ကျိၤ
- တၢ်ကသါအတၢ်ဆီၣ်ထွဲ
- တၢ်ကူးကွဲးအိးထီၣ်နီၣ်ခိ, တၢ်ကွဲးမၤဘဉ်ကူတၢ်န့ၣ်လီၤ.

တၢ်ဘျါကူဒီးတၢ်စံၣ်လီၤလၢတၢ်ဆါဟံၣ်

တချုးနစံၣ်လီၤလၢတၢ်ဆါဟံၣ်န့ၣ်, နဆူၣ်ချ့တၢ်ကွၢ်ထွဲအကရူၢ်က
တဲပုးနီၣ်-

- နတၢ်ဘျါကူဒီးအကယံၢ်ဆဲးယံၢ်လဲၣ်
- ကဘဉ်ဟးဆူးတၢ်ဆါဘဉ်ကူဘဉ်ကဲဒ်လဲၣ်
- တၢ်ပနီၣ်တၢ်ကကွၢ်ဖဲနမ့ၢ်တဂ့ၢ်ထီၣ်, မ့တမ့ၢ်တူၢ်ဘဉ်နးထီၣ်အ
ခါန့ၣ်လီၤ.
- နကသံၣ်တဖၣ်ဒီးနကအီၤလီၤပူၤပူၤဖျဲးဖျဲးဒ်လဲၣ်
- ကတီၢ်ယံၢ်တၢ်ဘဉ်ဒိဘဉ်ထံးဒီးတၢ်လၢနကလိၣ်ဘဉ်အီၤလၢခံ
မ့ၢ်န့ၣ်လဲၣ်န့ၣ်လီၤ.

ဖဲန စဲး(ဖ)စဲး(စ)မ့ၢ်အိၣ်, နအိၣ်ဒီးခဲးယံၢ်လၢကမၤန့ၣ်ကဒီးအသီတ
ဘျါန့ၣ်လီၤ. ဖဲနမ့ၢ်ဘဉ်ယံၢ်လၢနအိၣ်ဒီးတၢ်ဆါပနီၣ်လၢအနးထီၣ်ဖဲ
နစံၣ်လီၤတၢ်ဆါဟံၣ်ဝံၤအလီၢ်ခံန့ၣ်, ဝံၤသးစူၤကဲးဘဉ် **13Health**
လၢတၢ်ဟ့ၣ်ကူၣ်အဂီၢ်သ့, ထီၣ်လိာ်သးဒီး ကသံၣ်သရၣ်ထီၣ်ရီၤမ့တ
မ့ၢ်ကွၢ်ကဒါဆူတၢ်ဆါဟံၣ်တက့ၢ်.

ကတီၢ်ယံၢ်တၢ်ဘဉ်ဒိဘဉ်ထံးတဖၣ်

တၢ်ဘျါကူလၢစဲး(ဖ)စဲး(စ)န့ၣ်ယံၢ်တၢ်ဆါကတီၢ်လီၤ, ဒီးပူၤတနီၤ
န့ၣ်အိၣ်ဒီးတၢ်ဂီၢ်ကီၤလၢအကဲတၢ်အယံၢ်အထၢန့ၣ်လီၤ. ဘဉ်သ့ၣ်
သ့ၣ်နကတူၢ်ဘဉ်တမ့ၢ်တလၢလၢတစီၢ်တလီၢ်အဂီၢ်မ့တမ့ၢ်န
ထီၣ်လၢကကီၤလၢကကွၢ်မၤကွၢ်တၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤညီၣ်န့ၣ်တဖၣ်န့ၣ်လီၤ.
ဖဲနမ့ၢ်ဘဉ်ယံၢ်တၢ်အခါ, ကတီၢ်တၢ်ဒီးနကသံၣ်သရၣ်မ့တ မ့ၢ်ဆူၣ်
ချ့တၢ်ကွၢ်ထွဲအကရူၢ်လၢတၢ်ဆီၣ်ထွဲအဂီၢ်တက့ၢ်.

နဂီၢ်တြီဆၢတၢ်ဆါအသန့ဘဉ်သ့ၣ်သ့ၣ်ကစၢ်လီၤလၢတၢ်ဆါက
တီၢ်တခါအဂီၢ်လီၤ, တၢ်အံၤမၤအါထီၣ်တၢ်ဆါဘဉ်ကူဘဉ်ကဲအ
တၢ်အိၣ်သးန့ၣ်လီၤ. ဆဲးကသံၣ်ဒိသဒါ, မၤဘဉ်တၢ်ကဆုကဆီအ
လုၢ်အလၢ်လၢ အဂ့ၢ်ဒီးသံကွၢ်ဘဉ်နဆူၣ်ချ့တၢ်ကွၢ်ထွဲအကရူၢ်ဘဉ်
ဃးတၢ်ကူစါလၢအမၤစၢၤတၢ်သ့န့ၣ်တက့ၢ်.

တၢ်ဆီၣ်ထွဲဖဲစဲး(ဖ)စဲး(စ)ကဲထီၣ်အသး အခါဒီးကဲထီၣ်ဝံၤအလီၢ်ခံ

ဒုးသ့ၣ်ညါဘဉ်နဆူၣ်ချ့တၢ်ကွၢ်ထွဲအကရူၢ်ဖဲနမ့ၢ်လိၣ်ဘဉ်ပူၤကတီၢ်
ကျိးထံတၢ်မ့တမ့ၢ်လုၢ်လၢ်တၢ်ဆဲးတၢ်လၢတၢ်ဆဲးကျိးအပဒိၣ်တက့ၢ်.

ကွၢ်ဘဉ် QR အနီၣ်ဂံၢ်လၢလၢ်, မ့တမ့ၢ်ကွၢ်ယုာ် စဲး(ဖ)စဲး(စ)အိး စတြ
လယါ, လၢစဲး(ဖ)စဲး(စ)အတၢ်ဆီၣ်ထွဲအကရူၢ်လၢ အမၤစၢၤန့ၣ်ဒီးန
ဟံၣ်ဖိဃီဖိဖဲဘျါကူအဆၢကတီၢ်ကသ့န့ၣ်တက့ၢ်.



စကဲ(န)လီၤ QR အနီၣ်ဂံၢ်လၢအအိၣ်လၢ
တၢ်ဂီၢ်တၢ်ကျိၤ အလိာ်တဘျီအံၤဖဲနမ့ၢ်
အိၣ်ဒီးတၢ်ဟ့ၣ်ကဒါထီၣ်တမံၤလၢ်လၢ
တက့ၢ်.



စကဲ(န)လီၤ QR အနီၣ်ဂံၢ်လၢတၢ်ဂီၢ်
တၢ်ကျိၤ ဆူညါအဂီၢ်ဒီးတၢ်ဆီၣ်ထွဲ
လၢ စဲး(ဖ)စဲး(စ)အဂီၢ်တက့ၢ်