မိမိအသက်အန္တရာယ်ကို ကာကွယ်ဖို့ သတိရှိကြပြီး သင့်လျော်သော ဘေးလွတ်ရာသို့ တိမ်းရှောင်ကြပါ

နိုဗယ်ကိုရိုနာဗိုင်းရက်စ် (COVID-19) ရောဂါအခြေအနေမှာ လျော့ပါးသွားခြင်း မရှိသေးသော်လည်း

ရောဂါဘေး ကြုံတွေ့လာသည့်အခါ ***ယေဘုယျအနေဖြင့်ဆိုပါက ဘေးအန္တရာယ်ရှိသော နေရာများမှ ဘေးလွတ်ရာသို့ သင်တို့ တိမ်းရှောင်ကြရမည်။***

သတိပြုရမည့် အချက် ၅ ချက်

- ဘေးလွတ်ရာသို့ တိမ်းရှောင်ရမည်ဆိုသည်မှာ ဘေးအန္တရာယ်ရှိသောနေရာမှ ဝေးရာသို့ တိမ်းရှောင်ခြင်းကို ဆိုလိုသည်။ **အကယ်၍ သင်သည် ဘေးကင်းသောနေရာ၌ ရှိနေပါက တိမ်းရှောင်စခန်းတစ်ခုသို့သွားရန် မလိုအပ်ပါ။**

- မူလတန်းနှင့် အလယ်တန်းကျောင်းများ (သို့) အများပြည်သူခန်းမများသာလျှင် တိမ်းရှောင်ရမည့်နေရာများ မဟုတ်ပါ။ **အကယ်၍ ဘေးကင်းလုံခြုံသည်ဆိုပါက ဆွေမျိုး (သို့) မိတ်ဆွေတစ်ဦး၏ အိမ်၌ တိမ်းရှောင်ရန်** စဉ်းစားထားပါ။

- ပါးစပ်နှင့်နှာခေါင်းစည်းများ၊ ပိုးသတ်ဆေးရည် နှင့် ကိုယ်ပူချိန်တိုင်းကိရိယာများ ရှားပါးနေပါသည်။ ထို့ကြောင့် သင် တစ်ကိုယ်ရည် အသုံးပြုရန်အတွက် ယူနိုင်သလောက် များများယူလာပါ။

- ဒေသခံအစိုးရက သတ်မှတ်စီစဉ်ပေး**သော စုဝေးတိမ်းရှောင်ရန်နေရာများမှာ အပြောင်းအလဲ (သို့) လူဦးရေများပြားလာခြင်း ရှိကောင်းရှိနိုင်ပါသည်။ ရောဂါကပ်ဘေး ဆိုက်ရောက်စဉ် သင်၏ ဒေသခံအစိုးရ၏ ဝက်ဘ်ဆိုက် အစရှိသည်တို့ကို** အစဉ်မပြတ်စောင့်ကြည့်လေ့လာပါ။

- **ကားထဲမှာရှိနေသော်လည်း** သည်းထန်စွာမိုးရွာသွန်းချိန်တွင် အပြင်သွားခြင်းမှာ **အန္တရာယ်ရှိပါသည်။** အကယ်၍ **မဖြစ်မနေ သင်၏ ကားထဲ၌ တစ်ညတာ နေရမည်ဆိုပါက** ရေကြီးသည့်အခြေအနေ၌ ပိတ်မိခြင်း မရှိစေရန် **ပတ်ဝန်းကျင်အနေအထားတို့ကို သတိကြီးစွာ စောင့်ကြည့်ပါ။**

အစိုးရဝန်ကြီးရုံး (ဘေးအန္တရာယ်ဆိုင်ရာ စီမံခန့်ခွဲရေး) နှင့်
မီးဘေး နှင့် ဘေးအန္တရာယ်ဆိုင်ရာ စီမံခန့်ခွဲရေးဌာန

ယခု သင်၏ နေအိမ်မှာ

ဘေးကင်းလုံခြုံမှု ရှိမရှိ

စစ်ဆေးရမည့် အချိန်ဖြစ်သည်

ဘေးလွတ်ရာသို့တိမ်းရှောင်ရန် ဆုံးဖြတ်ချက် ဇယား

စတင်ပါ **တိမ်းရှောင်ရန်အတွက် မည်သည့်အရာတို့ကို လုပ်ဆောင်သင့်ပါသနည်း။**

ဘေးအန္တရာယ်ပြမြေပုံ* ပေါ်တွင် သင်၏နေအိမ်ကို ရှာဖွေပြီး အမှတ်အသားပြုလုပ်ပါ။

* ဘေးအန္တရာယ်ပြမြေပုံဆိုသည်မှာ ရေကြီးခြင်း (သို့) မြေပြိုခြင်း အစရှိသည့် ဘေးအန္တရာယ်ကြီးမားသောနေရာများကို အရောင်ဖြင့် ဖော်ပြထားသောမြေပုံ ဖြစ်သည်။ သို့သော် အရောင်ဖြင့် ဖော်ပြထားခြင်းမရှိသောနေရာများတွင်လည်း ဘေးအန္တရာယ်များ ကျရောက်နိုင်ပါသည်။

↓

သင်၏နေအိမ်သည် အရောင်ဖြင့် ဖော်ပြထားသောနေရာ၌ တည်ရှိနေပါသလား။

→ **မရှိပါ** → အရောင်ဖြင့်ဖော်ပြထားသောနေရာ၌ သင် မနေထိုင်သော်လည်း ထိုနေရာမှာ ဘေးပတ်ဝန်းကျင်နေရာများထက် မြေနိမ့်ပိုင်း (သို့) ချောက်ကမ်းပါးနှင့်နီးစပ်ပါက ဒေသခံအစိုးရမှ ထုတ်ပြန်သော သတင်းအချက်အလက်များကို စောင့်ကြည့်ပြီး သင့်လျော်သည့်အတိုင်း တိမ်းရှောင်သင့်ပါသည်။

↓ **ရှိသည်**

သင်၏နေအိမ်အပေါ် ဘေးအန္တရာယ်ကျရောက်နိုင်သဖြင့် ယေဘုယျအားဖြင့်* သင်၏နေအိမ်မှ ဘေးလွတ်ရာသို့ ထွက်ပြေးတိမ်းရှောင်ရပါမည်။

→ **ခြွင်းချက်** → * ရေဘေးအန္တရာယ်ကျရောက်နိုင်သည့် နေရာများ၌ ရှိနေသော်လည်း အောက်ပါအခြေအနေများတွင် နေအိမ်၌ သင် ဘေးကင်းလုံခြုံစွာ နေနိုင်ပါသည် -
၁) သင်သည် ရေဘေးကြောင့် နေအိမ်များ ပြိုကျနိုင်သော (သို့) ပျက်စီးနိုင်သော အန္တရာယ်များသည့် နေရာ၌ မရောက်ရှိနေခြင်း။
၂) သင်၏နေအိမ်သည် ရေလွှမ်းမိုးသည့် ရေမျက်နှာပြင်အနက်ထက် ပို၍မြင့်သောကုန်းမြင့်၌ တည်ရှိနေခြင်း။
၃) ရေကြီးခဲ့လျှင်လည်း ရေကျသည့်အချိန်အထိ စောင့်ဆိုင်းရန် သင်၌ သောက်သုံးရေ၊ အစားအစာ နှင့် အခြားအထောက်အပံ့များ အလုံအလောက် ရှိနေခြင်း။
* မြေပြိုနိုင်သည့် အန္တရာယ်ကျရောက်နိုင်သောနေရာများ၌ ရှိနေလျှင်လည်း တိုက်ခန်းများအစရှိသည့် အလွန်ခိုင်ခံ့သောအဆောက်အအုံများ၏ အထပ်မြင့်များ၌ သင်နေထိုင်ပါက နေအိမ်၌ ဘေးကင်းစွာ နေနိုင်ပါသည်။

↓

သင် သာမက သင်နှင့်အတူရှိသောသူများ ထွက်ပြေးတိမ်းရှောင်ရန် အချိန်ကြာမြင့်ပါသလား။

ကြာမည် ↓

ဘေးကင်းလုံခြုံသောနေရာတစ်ခု၌ နေထိုင်သော သင်၏ ဆွေမျိုး (သို့) မိတ်ဆွေတစ်ဦး သင်၌ ရှိပြီး ၎င်းတို့နှင့်အတူ သင် ခေတ္တနေနိုင်ပါသလား။

- **နေနိုင်** → အဆင့် ၃ သတိပေးချက် ထုတ်ပြန်ပါက ဘေးကင်းလုံခြုံသောနေရာရှိ ဆွေမျိုး (သို့) မိတ်ဆွေတစ်ဦး၏ နေအိမ်သို့ တိမ်းရှောင်ပါ။ (ထွက်ပြေးတိမ်းရှောင်လာမည့်အကြောင်း ဘေးအန္တရာယ်မကျရောက်မီ ခွင့်တောင်းထားပါ။)
- **မနေနိုင်** → အဆင့် ၃ သတိပေးချက် ထုတ်ပြန်ပါက သင်၏ဒေသခံအစိုးရက သတ်မှတ်စီစဉ်ပေးထားသော ရှောင်တိမ်းရာ စခန်းသို့ တိမ်းရှောင်ပါ။

မကြာပါ ↓

ဘေးကင်းလုံခြုံသောနေရာတစ်ခု၌ နေထိုင်သော သင်၏ ဆွေမျိုး (သို့) မိတ်ဆွေတစ်ဦး သင်၌ ရှိပြီး ၎င်းတို့နှင့်အတူ သင် ခေတ္တနေနိုင်ပါသလား။

- **နေနိုင်** → အဆင့် ၄ သတိပေးချက် ထုတ်ပြန်ပါက ဘေးကင်းလုံခြုံသောနေရာရှိ ဆွေမျိုး (သို့) မိတ်ဆွေတစ်ဦး၏ နေအိမ်သို့ တိမ်းရှောင်ပါ။ (ထွက်ပြေးတိမ်းရှောင်လာမည့်အကြောင်း ဘေးအန္တရာယ်မကျရောက်မီ ခွင့်တောင်းထားပါ။)
- **မနေနိုင်** → အဆင့် ၄ သတိပေးချက် ထုတ်ပြန်ပါက သင်၏ဒေသခံအစိုးရက သတ်မှတ်စီစဉ်ပေးထားသော ရှောင်တိမ်းရာ စခန်းသို့ တိမ်းရှောင်ပါ။