

တၢ်ကသါအကျိၤတၢ်ဆါအယၢ် COVID-19 တၢ်မၤလိ

စီၤညါ	ယုၤကွၢ်လၢ်ဗဲၣ်ဖျါတၢ်ကတိၤတဖၣ်အံၤလၢတၢ်မၤလိအပူၤ
တၢ်ဆါယၢ်	တၢ်ဆါယၢ်ဆဲးကီၣ်ဖိလၢအမူတခါလၢအဒုးကဲထီၣ်တၢ်ဆုးတၢ်ဆါ
ဘၣ်ထွဲဒီးတၢ်ကသါကလံၤကျိၤ	မိၢ်ပှၢ်ကွၢ်ဂီၤအကျိၤတခါလၢအမၤစၢၤန့ၣ်ကသါ,ဒ်အမ့ၢ်ပသိၣ်
တၢ်ဆါသံသ့တြီၣ်	တၢ်ဆါတခါလၢအရၤလိအသးလၢဟီၣ်ခိၣ်ချ့ဒိတဘျီ
တၢ်ဆါအပနီၣ်တဖၣ်	တၢ်ဆါအပနီၣ်တဖၣ်ဒ်အမ့ၢ်တၢ်ကူးမ့တမ့ၢ်တၢ်လိကီၢ်
ဘၣ်ကုဘၣ်ကံၢ်	ဆုးဆါထီၣ်
သ့စီၤကွၢ်တၢ်ဆါအယၢ်	သ့ကဆိတၢ်ဒီးကဲသံးမ့တမ့ၢ်အျုၣ်ဝါထီၣ်လၢကမၤသံတၢ်ယၢ်
ဟံၤလိဆိ	ဆိၣ်လၢဟံၣ်မ့တမ့ၢ်ဆိၣ်ယံၤဒီးပုၤအဂၤလၢနကပတၣ်တၢ်ဆုးတၢ်ဆါတၢ်ရၤလိအသး

တၢ်ကသါအကျိၤတၢ်ဆါအယၢ် Covid-19 မ့ၢ်ကလံၤကျိၤတၢ်ဆါတခါလၢအဘၣ်တၢ်ဒုးဆိၣ်ထီၣ်အိၣ်လၢတၢ်ဆါအယၢ်ဘၣ်ကဲးအိၣ်လၢခိၣ်ရီၤန့ၣ်လိၤ. န့ၢ်ဟံၤဆါထီၣ်ဘၣ်ယးတၢ်ကသါအကျိၤတၢ်ဆါအယၢ် Covid-19 မၤစၢၤန့ၣ်သ့လၢနကဆိၣ်ဘၣ်ဆိၣ်ဘၣ်ဒီးဒိသဂၤပုၤအဂၤတဖၣ်န့ၣ်လိၤ.

တၢ်ကသါအကျိၤတၢ်ဆါအယၢ် Covid-19 အတၢ်ပနီၣ်တဖၣ်မ့ၢ်မန့ၢ်လဲၣ် ?



တၢ်ဆါအပနီၣ်တဖၣ်ကစၢ်မ့တမ့ၢ်ကနးဝဲဒီးဆိၣ်ဖျါထီၣ်လၢ ၂ သီတၢ်ဝၣ်သ့ဝဲန့ၣ်ဆိၣ်ဘျးဒီးပုၤလၢအဘၣ်တၢ်ဆါတဂၤဝဲအလီၢ်ခဲန့ၣ်လိၤ. န့ၢ်ဆိၣ်ဒီးတၢ်ဆါအပနီၣ်တဖၣ်အံၤန့ၣ်ကွၢ်နသးန့ၣ်လိၤ. န့ၢ်ကွၢ်ဆိၣ်လိၤဆိၣ်န့ၣ်ဆိၣ်ခိးကွၢ်တၢ်စံးဆါအခါန့ၣ်လိၤ. န့ၢ်ကွၢ်ဆိၣ်လိၤဆိၣ်အစုၤကတၢ်ဝၣ်သ့ဝဲန့ၣ်မ့ၢ်ဒီးန့ၢ်ဘၣ်တၢ်စံးဆါလၢနဘၣ်တၢ်ဆါလဲန့ၣ်လိၤ. **တၢ်နီၣ်-ပုၤလၢအဘၣ်တၢ်ဆါတဂၤန့ၣ်တၢ်ဆါအပနီၣ်တဖၣ်ဘၣ်သ့ဝဲ,ဘၣ်ဆၣ်ဟ့ၣ်န့ၣ်တၢ်ဆါအယၢ်သ့ဝဲလိၤ.တၢ်အံၤမ့ၢ်တၢ်အရူၤဒိၣ်လၢပကဘၣ်ပလီၢ်သ့ၣ်ပလီၢ်သးလၢပုၤလၢပခိၣ်ပယၢ်န့ၣ်လိၤ.**

- ပုၤတဂၤမ့ၢ်ဆိၣ်ဒီးတၢ်ဆါအပနီၣ်တဖၣ်အံၤယုၤတၢ်မၤစၢၤတၢ်ဖျါတက့ၢ်.ကိးဂ့ၢ်ဂီၤအလီၢ်ဝဲစိၣ်ဝဲတၢ်ဖျါတက့ၢ်မ့ၢ်လဲၣ်အုၤဂီၢ်အုၤတၢ်ဆါဟံၣ်တက့ၢ်.
- တၢ်ကသါထီၣ်ကသါလိၤတၢ်ကီၢ်ခဲ
 - တၢ်ဆါအုၤစိၣ်အုၤထုးမ့တမ့ၢ်တၢ်ဆိၣ်သနးလၢသးန့ၢ်ပှၢ်အပူၤလၢအတဟါမၤတၢ်ဖျါတက့ၢ်
 - မံၤလၢထၢၣ်တန့ၢ်မ့တမ့ၢ်ဆိၣ်ဒီးမံထီၣ်
 - ထးခိၣ်ပုၤမ့တမ့ၢ်မဲၣ်သၣ်လၢအဲး

တၢ်လၢ်ကီၢ်-နီၢ်ခိတၢ်ကီၢ်တၢ်န့ၣ်ဘၣ်လီၢ်ဘၣ်စးလၢပုၤနီၢ်ဒိၣ်အဂီၢ်မ့ၢ်၉98.5 F (37 C)
 တၢ်ကီၢ်တၢ်န့ၣ်100 F (38 C)ဆူအဖီခိၣ်အခီပညီမ့ၢ်၉န့ၣ်တဆူၣ်အိၣ်တရွၢ ဘၣ်န့ၣ်လီၢ်.


တၢ်ကသိအကျိတၢ်ဆါအယၢ်Covid-19ရၤလီၤအသးဒ်လၢန့ၣ်?

- တၢ်ကသိအကျိတၢ်ဆါအယၢ်Covid-19ရၤလီၤအသးဒ်တၢ်တက့ၢ်လၢပုၤတက့ၢ်ဆူပုၤအကတကန့ၣ်လီၢ်.
- န့ၣ်န့ၢ်ဘၣ်တၢ်ဆါသ့ခိဖျိတၢ်ဆိၣ်ဘူးဒီးပုၤတက့ၢ်လၢအဆိၣ်ဒီးCovid-19တၢ်ဆါအယၢ်.၆ခိၣ်ယီၢ်ယၣ်ယၣ်(၂မံထၢၣ်)
- န့ၣ်န့ၢ်ဘၣ်တၢ်ဆါသ့ခိဖျိလၢတၢ်ကသိအကျိအထံလီၤစိဆံးကိၣ်ဖိ(ထံလီၤစိဆံးကိၣ်ဖိလၢကလံကျိ)ဖဲပုၤဆါတက့ၢ်ကူး,ကဆဲဒီးကတိတၢ်ဆါန့ၣ်လီၢ်.
- န့ၣ်န့ၢ်ဘၣ်တၢ်ဆါသ့ခိဖျိတၢ်ဆိၣ်ဘၣ်တၢ်ဆါအဖဲဒ်ခိၣ်မ့ၢ်တမ့ၢ်တၢ်ပိးတၢ်လိတၢ်ဖိတၢ်လံလၢအဆိၣ်ဒီးတၢ်ယၢ်လၢအလီၤ.တံးဒီးနထံးဘၣ်န့ၣ်န့ၢ်ပုၤန့ၣ်ဒုမ့ၢ်မ့ၢ်ခိၣ်တဖၣ်န့ၣ်လီၢ်.

န့ၣ်သၢအလီၤန့ၣ်ဒီးပုၤအကတဖၣ်သ့ဒ်လၢန့ၣ်?



အိၣ်စိစ့ၤယၢ်လီၢ်သးဒီး ပုၤအကတဖၣ် အစ့ၤကတၢ် ၆ ခိၣ်ယီၢ် (လၢအလံအိၣ်ဝဲ စ့ၣ်တီၢ်ခိမိယၣ် ယၣ်) န့ၣ်တက့ၢ်.



ယကးဘၢယၢ်န့ၣ်နီၢ်ပုၤဒီးထံးရှုဖဲန့ၣ်ကူး မ့တမ့ၢ် ကဆဲအခါ, ဒီးစူးကွဲၣ်နထံးရှုဖဲတယၢ်အပုၤဒီးသ့ ကွဲၣ်နစုတဘျီယီတက့ၢ်.



န့ၣ်အိၣ်လၢကမျိၢ်အသိးအကျိအခါ, ဖျိၣ်ယၢ်နီၣ်ကျိၢ်ဘၢမဲၣ်လၢအဟံဘၢဝဲဒၣ် န့ၣ်ဒီးကိၣ်ပုၤ န့ၣ်တက့ၢ်.



တဘၣ်ဖိၣ်လီၤန့ၣ်ခဲၣ်ချဲ, နီၣ်ဒု, ဒီးကိၣ်ပုၤတဂ့ၢ်.



မၤကဆိၣ်ဒီးမၤသံတၢ်အပုၤအယၢ် ဝဲတၢ်ဖိတၢ်လံအလီၤဒီး တၢ်အဖဲဖဲဒိၣ် လၢတၢ်ယံးဘၣ်ဖိၣ်အီၤခဲ အံၤခဲအံၤအလီၢ်တက့ၢ်.



မ့တမ့ၢ်ဘၣ်လၢ နဘၣ်လဲၤကူစါယါဘျီသးအယီ ဖဲန့ၣ်အိၣ် တဆူၣ်တဆူၣ်အခါအိၣ်လၢဟံၣ်တက့ၢ်.



သ့ကဆိၣ်န့ၣ်ဒီး ဆးပျံၣ်ဒီးထံးအံၤခဲအံၤ သ့အီၤအစ့ၤကတၢ်အဖဲဒီးကိၣ် ၂၀ တက့ၢ်.

တၢ်ဂီၤမုၢ်တၢ်ကွၢ်ကအါ-ဆိၣ်လီၤခံၣ်ဘျီလၢတၢ်ဂီၤမုၢ်တဖၣ်အလီၤလၢနကကွၢ်အီၤအဂီၢ်တက့ၢ်
ပတုၣ်တၢ်ဆါရုလီၤအသး(အဲကလံးကျိၣ်)



အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့

<https://www.youtube.com/watch?v=gUqr9iVb76I>



ပတုၣ်တၢ်ဆါရုလီၤအသး

တၢ်ကသါအကျိတၢ်ဆါအယၢ်Covid-19: တၢ်မၤလိသ့သးတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲတဖၣ်

1. ထီၣ်ဘၣ်.ဝံဒီးကွဲးလီၤမ့တမ့ၢ်တဲး-တၢ်ယုမံၤလၢနမၤအိၣ်သ့လၢနကဒိသအလီၤနသးဒီးပုၤအဂၤလၢတၢ်ဆါအယၢ်န့ၣ်မ့ၢ်မနုၤလဲၣ်?

1.



2.



3.



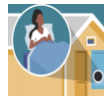
4.



5.



6.



နမ့ၢ်ဆူးက့ဆါဘီန့ၣ်အိၣ်လၢဟံၣ်န့ၣ်တက့ၢ်.

ထူးကဆီတၢ်အဲၣ်မံးခိၣ်လၢဂၢၢ်ကသံၣ်ဖဲနထိးဘၣ်အိၣ်တလီၢ်လီၢ်န့ၣ်တက့ၢ်.

သ့ကဆီနစုတဖၣ်ခဲအံၤခဲအံၤလၢဆၣ်ဖျၢၣ်ဒီးထံအစ့ကတၢ် ၂၀စးကိးတက့ၢ်.

တဘၣ်ထိးဘူးနမ့ၢ်န့ၣ်တဖၣ်,နါဒ့မ့တမ့ၢ်ကိၣ်ပူၤတဂ့ၤ.

သိးတၢ်ကးဘၢနါဒ့ဖဲနဟးလၢတၢ်ချၢန့ၣ်တက့ၢ်.

အိၣ်စိၤစုၤယံၤဒီးပုၤအဂၤအစ့ကတၢ်ဖဲခိၣ်ယီၢ်တက့ၢ်.

2. တၢ်တဲသကိး-ဆိကမိၣ်ထီၣ်ဘၣ်ပးတၢ်လၢနမၤလိတၢ်လံၣ်ဘၣ်ပးတၢ်အိၣ်ဘၣ်အိၣ်ဘၢဒီးအိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့ဖဲတၢ်ဆါသံသတြိၣ်အတီၢ်တက့ၢ်. ဟ့ၣ်ထီၣ်နတၢ်ဟ့ၣ်က့ၣ်ဘၣ်ပးဒီးတၢ်အိၣ်သးလၢအဖီလၢတဖၣ်အကျိတၢ်ခါတက့ၢ်. တဲသကိးဒီးနကြူးမ့တမ့ၢ်နသရၣ်,သရၣ်မ့ၢ်တက့ၢ်.

- စိၤခါနမၤတၢ်လၢတၢ်ဒဲးတကီၢ်ဆၣ်သ့ၣ်ပျီပူၤလီၤ. ကိးဂီၤဒဲးအဲၣ်ဘၣ်လဲၤဒီးသိလ့ၣ်ဘဲနဆူအတၢ်မၤလိၢ်န့ၣ်လီၤ. သိၣ်လ့ၣ်ဘဲနအံၤပျဲကတံၢ်ကတူၣ်ဒီးပုၤမၤတၢ်ဖဲအဂၤတဖၣ်လီၤ. အဲၣ်ကြးဒီးသအလီၤအသးဒီးပုၤအဂၤတဖၣ်လဲၣ်?
အဲၣ်ကြး: _____
- နီၢ်နဲၣ်မ့ၢ်မိၢ်တဂၤလၢအအိၣ်ဒီးဖိဆံးသးစၢ်ခံၣ်လီၤ. အဲၣ်ဂုၢ်ကျဲးစးအိၣ်လၢဟံၣ်တသ့ဖဲအသ့မ့ၢ်လၢတၢ်ဆါအယၢ်အယီၤလီၤ. ဘၣ်ဆၣ်တဘျီတခိၣ်အဲၣ်ဘၣ်လဲၤပူၤအိၣ်တၢ်လၢကျးတၢ်ဆါတၢ်ပူၤတၢ်အိၣ်အလီၢ်န့ၣ်လီၤ. အဲၣ်ဒိသအလီၤအသး. အဖီတဖၣ်. ဒီးပုၤအဂၤလၢကအိၣ်ဘၣ်အိၣ်ဘၢလၢတၢ်ဆါအယၢ်သ့ၣ်လဲၣ်?
အဲၣ်ကြး: _____

တက်ကသိုလ်ကျောင်းတော်ဆိုင်ရာ COVID-19: တက်မလိတ်တိုင်ကျွေး

တက်ပီးတက်လိတ်တော်
တက်မလိတ်
တက်ဂီမုတက်ကွက်ကဒါ
ကိုဖိတက်မလိတ်သွေးကဘျားပု
တချူးဒီးစဲး/ဒီးစဲးဝံအလိတ်ခံ

တက်ဂိုမိတ်ပျက်တဖန်	တက်ဟူးတက်ဂဲတဖန်
တချူးဒီးစဲး	ဟ့ဉ်လိတ်တချူးဒီးစဲးလိတ်က့
တက်ကတိလောညါ	တဲနဲဟ်အိတ်လောအရူဒိတ်ဝဲလောတက်ကသ့ဉ်ညါအါထီဉ်ဘဉ်ပးတက်ဆါအယာဒ်သီးပမစလိတ်ပသးဒီးပုဂလကကအိတ်ဆုဉ်အိတ်ချတက့.
၁.ဝီဩဒီးတက်နဟ်တက်ဆါအယာ	ကွက်ကဒါကွဒီးတဲနဲဟ်တက်မလိတ်ဝီဩလောတိတ်ပုလောကဘျားပအဖိခိဉ်၁.လောတက်ကနဟ်ဆဲးအဂီၢ်.ဆူးကါဝီဩလိတ်ဖျဉ်တဖန်လောလိတ်ပုကျိအဂတခါ.အဒိ.တက်ဆါအယာအတံပနီဉ်တဖန်မ့ဉ်ဝဲ..... သမံသမိးလောတက်နဟ်အဂီၢ်ခိဖျိတက်သံကွက်ကိုဖိလောကဟ့ဉ်တက်အဒိတခါလောလိတ်ဖျဉ်တဖန်စုဉ်တက့.
၂.တက်ဆါအပနီဉ်ဒီးတက်ဂုလိတ်သး	ဖးဘဉ်ပးဒီးတက်ဆါအပနီဉ်တဖန်ဒီးတက်ဆါအယာအတံဂုလိတ်သးတက့.မလိတ်တက်လောကိုဖိတဖန်သ့ဉ်ညါလောကဘဉ်လဲမကွက်သးအခါဖဲလဲဉ်ဒီးကဘဉ်လဲမကွက်သးလောခိဉ်ရီၢ်န့ဉ်တက်ဆါဖဲလဲဉ်န့ဉ်တက့.ကွက်ကဒါကွဒီးမိတ်ပျက်တက်ကီၢ်တက်ခုဉ်တက်ဘဉ်လိတ်ဘဉ်စးမနုဒီးကဘဉ်ယုဂုဂီၢ်အူတက်မစလိတ်အခါဖဲလဲဉ်န့ဉ်တက့.
၃.ယဒိတ်သလိတ်သးဒီးပုအဂသ့လောကွဒ်လဲဉ်.	ကွက်တက်ဂီတဖန်ဒီးဖးတက်ဂိုတက်ကျိဘဉ်ပးဒီးလောတက်ကဒိတ်သလိတ်သးဒီးပုဂလဒ်လဲဉ်န့ဉ်တက့.
တက်ကွက်ကဒါကွ	နမ့မလိတ်လောခိဉ်ဖျဉ်ထာဉ်ပီးလိတ်ဖျဉ်ဖျဉ်အပူ.ဆူးကါတက်ဂီမုလောတက်ဟ်ဖျဉ်ယာဉ်ဟ်စလောနကကွက်ကဒါကွ.တက်မလိတ်န့ဉ်တက့.ဆီလိတ်ခံဘျိလောတက်ဂီမုအလိတ်လောနကကွက်အိတ်အဂီၢ်န့ဉ်တက့.နအ့ဉ်ထာဉ်နဲးမ့ဉ်အိတ်နကွက်တက်ဂီမုအဂလောယုထျဉ်တက်ဘျားစဲအကျိသ့လိတ်.နမ့ဆူးကါလိတ်ကဒီးစါဘိန့ဉ်.ကွက်ကဒါကွ.တက်မလိတ်လောနကမသ့ဉ်နီဉ်ထီဉ်ကွဒီးသးလောတက်မလိတ်တက်ဂိုလောအရူဒိတ်တဖန်န့ဉ်တက့.
တက်မလိတ်သွေးတက်ဟူးတက်ဂဲတဖန်	တက်ဟူးတက်ဂဲ#၁,ထီဘဉ်/တဲပုး/ကွဒီးလိတ်. မကိုဖိတဖန်ထီဘဉ်လိတ်ဖျဉ်တဖန်ဒီးတက်ဂီတဖန်ဒီးတဲပုး.မ့တမ့ကွဒီးလိတ်.တက်လောအဝဲသ့ဉ်မသ့လောကဒိတ်သလိတ်သးဒီးပုအဂလောတက်ဆူးတက်ဆါအံးန့ဉ်တက့. တက်ဟူးတက်ဂဲ# ၂,တက်တဲသကိး. ဖးတက်မဲးအဂုမိတ်ပျက်လောတက်ဟ့ဉ်လိတ်အိတ်တဖန်.မကိုဖိဟ့ဉ်ထီဉ်အတံဟ့ဉ်က့ဉ်ဘဉ်ပးတက်ဆါအိတ်ဘဉ်အိတ်ဘုပုဖျူးဒီးအိတ်ဆုဉ်အိတ်ချ ခိဖျိတက်လောအဝဲသ့ဉ်မလိတ်လောတက်မလိတ်အံးအပူတက့.
မလိတ်တံပံးန့ဉ်တက်ဒီးစဲး	ဟ့ဉ်တက်မလိတ်တံပံးဒီးစဲးယုဉ်ဒီးတက်သံကွက်အမ့းတခါတက့.

မံ _____

မုာ်နံ့မုာ်သီ _____

တၢ်ကသါကလံာ်ကျိတၢ်ဆါအယၢ်Covid-19တချုးတၢ်မၤလိဒီးတၢ်ဟံးန့ၢ်တၢ်ဒီးစး

- ၁. ယုခိၣ်ယီၢ်မုာ်စုဒုၣ်တီၤတခါအထိလၢတၢ်အိၣ်ယံးဒီးပုၤတဂၤန့ၣ်လီၤ. ဘၣ်/တဘၣ်
- ၂. နဒီးန့ၢ်ဘၣ်တၢ်ဆါအယၢ်လၢပုၤတဂၤအအိၣ်လၢအတအိၣ်ဒီးတၢ်ဆါအတၢ်ပနီၣ်နီတမံၤဘၣ်သ့န့ၣ်လီၤ. ဘၣ်/တဘၣ်
- ၃. နဒီးန့ၢ်ဘၣ်တၢ်ဆါအယၢ်ခိဖျိတၢ်ကသါန့ၣ်တၢ်ကဆဲအထံလီၤစိဆံးကိၣ်ဖိလၢကလံာ်ကျိသ့န့ၣ်လီၤ. ဘၣ်/တဘၣ်
- ၄. 98.5 F မုာ်နီၣ်ခိမိာ်ပုၤတၢ်ကိာ်တၢ်ခုၣ်လၢအဘၣ်လီၢ်ဘၣ်စးန့ၣ်လီၤ. ဘၣ်/တဘၣ်
- ၅. လၢနကမၤလီၤမၤတၢ်ဆါအယၢ်အဂီၢ်န့ၣ်န့ၣ်ကြးသ့ကဆိၣ်န့ၣ်တဖၣ်အစ့ၤကတၢ်၁၅တုၤ၂၀စးကိး ဘၣ်/တဘၣ်

ဘၣ်ခဲလၢာ် _____

တၢ်ကသါကလံာ်ကျိတၢ်ဆါအယၢ်Covid-19တၢ်မၤလိဝံဒီးတၢ်ဟံးန့ၢ်တၢ်ဒီးစး

- ၁. ယုခိၣ်ယီၢ်မုာ်စုဒုၣ်တီၤတခါအထိလၢတၢ်အိၣ်ယံးဒီးပုၤတဂၤန့ၣ်လီၤ. ဘၣ်/တဘၣ်
- ၂. နဒီးန့ၢ်ဘၣ်တၢ်ဆါအယၢ်လၢပုၤတဂၤအအိၣ်လၢအတအိၣ်ဒီးတၢ်ဆါအတၢ်ပနီၣ်နီတမံၤဘၣ်သ့န့ၣ်လီၤ. ဘၣ်/တဘၣ်
- ၃. နဒီးန့ၢ်ဘၣ်တၢ်ဆါအယၢ်ခိဖျိတၢ်ကသါန့ၣ်တၢ်ကဆဲအထံလီၤစိဆံးကိၣ်ဖိလၢကလံာ်ကျိသ့န့ၣ်လီၤ. ဘၣ်/တဘၣ်
- ၄. 98.5 F မုာ်နီၣ်ခိမိာ်ပုၤတၢ်ကိာ်တၢ်ခုၣ်လၢအဘၣ်လီၢ်ဘၣ်စးန့ၣ်လီၤ. ဘၣ်/တဘၣ်
- ၅. လၢနကမၤလီၤမၤတၢ်ဆါအယၢ်အဂီၢ်န့ၣ်န့ၣ်ကြးသ့ကဆိၣ်န့ၣ်တဖၣ်အစ့ၤကတၢ်၁၅တုၤ၂၀စးကိး ဘၣ်/တဘၣ်

၆. တၢ်သံက့ၢ်အပိာ်အဘျီၣ်လၢတၢ်မၤလိဝံဒီးတၢ်ဟံးန့ၢ်တၢ်ဒီးစး - တဲပုးကျဲတနီၤလၢနဒီသဒါလီၤနသးသ့လၢတၢ်ဆါအယၢ်တက့ၢ်.

- _____
- _____
- _____

ဘၣ်ခဲလၢာ် _____

Sources

Information for this lesson based on CDC guidance.

Graphics and videos for this lesson from CDC, NE DHHS, and the Refugee Response Youtube Channel

