

တၢ်ကၤဘၢမၢ်သၢ်အတၢ်န့ၣ်ကျဲဲ COVID-19 အဆၢကတီၢ်

လၢမၢ်ရှး 14 သီ, 2022 တၢ်ဂ့ၢ်ကျၢၢ်တံၢ်ဆိတလဲတဖၣ်

- တၢ်မၤသီထီၣ်တၢ်ဂ့ၢ်ကျၢၢ်တဖၣ်န့ၣ်လၢအကဘၣ်လိာ်သးဒီး [န့ၣ်ရှ့ၣ်အတၢ်န့ၣ်လီၤဘၣ်ဃာ်ဒီး တၢ်ကဘၢမၢ်](#) (အိၣ်ထဲကိးလးဝါကျိၣ်)ဒီး [ကီၢ်ပဒိၣ်အတၢ်ဘိးဘၣ်သ့ၣ်ညါလီၤ](#) (အိၣ်ထဲကိးလး ဝါကျိၣ်).

တၢ်ဂ့ၢ်ဆူၢ်န့ၣ်

ဖဲနထီၣ်တၢ်ကၤဘၢမၢ်အခါန့ၣ် နဒိသဒါၤဝဲဒၣ်ပုၤလၢနခိၣ်နယၢၤတဖၣ်ဒီးနနီၢ်ကစၢ်စ့ၢ်ကီးန့ၣ်လီၤ. လၢတၢ်ခီဆၢကွၢ်ဝဲဒၣ်တၢ်ဆါဩတီၢ်အဂီၢ်, ပသ့ၣ်ညါဘၣ်လၢတၢ်ထီဝဲဒၣ်တၢ်ကၤဘၢမၢ်န့ၣ်အမၤ လီၤစ့ၤကွၢ်ဝဲဒၣ် COVID-19 တၢ်ဆါဃာ်အတၢ်ရၤလီၤအသးဒိၣ်ဒိၣ်မုၢ်မုၢ်လၢပုၤတဂၤဒီးတဂၤအဘၣ်စၢၤ, အမၤပူၤဖျဲးပုၤသးသမူဒီးမၤစၢၤဝဲဒၣ်မုၢ်ကျိၤဝဲကွၢ်ကတရံးအသးဂ့ၤဂ့ၤဘၣ်ဘၣ်ဒီးသ့သ့ဘၣ်ဘၣ်န့ၣ်လီၤ. တၢ်မ့ဆိလီၤဟံၣ်လီၤဝဲဒၣ်တၢ်မၤရဲၣ်ကျဲၤသ့ၣ်တဖၣ်ဒ်အမ့ၢ်ဝဲ တၢ်ဆဲးကသံၣ်ဒိသဒါလၢအချုးဆၢချုးကတီၢ်ဒီး တၢ်ကၤဘၢမၢ်န့ၣ်အဒိသဒါၤဝဲဒၣ်ဒ်သိးတဆိက့ဘၣ်နးနးအဂီၢ်တဂ့ၤဒီး မၤလီၤစ့ၤကွၢ်ဝဲဒၣ်တၢ် ဃၢတၢ်စံးလၢ ဆူၣ်ချ့ၣ်အတၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျဲၤသ့ၣ်တဖၣ် လီၤလီၤဆိဆိဖဲတၢ်ဆါအတၢ်ဘၣ်ကရၤလီၤ သးအါအကတီၢ်န့ၣ်လီၤ.

ဒ် Centers for Disease Control and Prevention (CDC, ပၤဆ့ၢ်ဝဲတၢ်ဆါဒီးတၢ်ဒိသဒါတၢ်ဆါအဝဲလီၢ်) စံးဝဲဒၣ်အသိး, တၢ်ကၤဘၢမၢ်ဒီးတၢ်ကသိပီးလီတနီၤအကျါန့ၣ် အတၢ်ဒိသဒါကံၢ်စီအပတီၢ်န့ၣ်ဂ့ၤဒိၣ်န့ၣ်ဒီး အဂ့ၤတဖၣ်လီၤ, ဒီးတၢ်ကၤဘၢမၢ်ဒီးတၢ်ကသိပီးလီတနီၤအကျါန့ၣ် အဘၣ်နမဲၣ်တမ့ၢ်ဘၣ်ဒီး လၢနက ထီဃာ်လၢနမဲၣ်အလိာ်န့ၣ်အကီၢ်ဒိၣ်န့ၣ်ဒီး အဂၤတဖၣ်န့ၣ်လီၤ. အဝဲအံၤအရဲဒိၣ်ဒိၣ်မးလၢ ကကၤ ဘၢဃာ် မဲၣ်ဂ့ၤဂ့ၤ မ့တမ့ၢ် တၢ်ကသိပီးလီဘၣ်ဘၣ်လၢဘၣ်ဝဲမ့ၢ်လၢနဂီၢ်ဒီးလၢအဒိသဒါန့ၣ်လီၤ. နလဲၤဃုသ့ၣ်ညါအါထီၣ်တၢ်ဂ့ၢ်ကျၢၢ်အဂ့ၤအဂၤလၢ CDC အပုၤယံာ်သန့ဖဲ [တၢ်ကဘၢမၢ်အကလုာ်ဒီးတၢ် ကသိပီးလီတဖၣ် \(types of masks and respirators\)](#) န့ၣ်လီၤ.

ပုၤလၢအိၣ်ဒီးတၢ်ဒိၣ်ထီၣ်တလၢပုၤတဖၣ်, တၢ်ဟံၣ်သ့ၣ်ဟံၣ်သးကီၢ်ခဲ, မ့တမ့ၢ် တၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့တဂ့ၤဘၣ် တဖၣ် စူးကါဝဲ တၢ်ဒိသဒါမၢ်လၢအိၣ်ဒီးတၢ်တဒိကတီၤတဖၣ်သ့ဝဲဒၣ် ဖဲအဝဲသ့ၣ်ထီတၢ်ကၤဘၢမၢ် တန့ၢ် ဘၣ်န့ၣ်လီၤ. ပုၤဖိသ့ၣ်လၢတၢ်ကွၢ်ထွဲဖိသ့ၣ်အလီၢ်တဖၣ်, မုၢ်ဆါခီတၢ်ကွၢ်ထွဲ, ဒီးကတီၤဆိတီၤဖျၢၣ်ကိတုၤလၢ ဒီး K-12 တီၤတၢ်လီၢ် တၢ်ကျဲတဖၣ် စူးကါတၢ်ဒိသဒါမၢ်လၢအိၣ်ဒီးတၢ်တဒိကတီၤတဖၣ်သ့စ့ၢ်ကီး ဖဲလၢအဝဲ သ့ၣ်ထီၣ်ဝဲဒၣ်တၢ်ကၤဘၢမၢ်လၢအဘၣ်ဒီးအီၤဂ့ၤဂ့ၤမ့တန့ၢ်ဘၣ်န့ၣ်လီၤ. ကွၢ်ဘၣ် Department of Health (DOH, ဆူၣ်ချ့ဝဲကျိၤ) တၢ်န့ၣ်လီၤလၢအဘၣ်ဃာ်ဒီး တၢ်ထီဝဲတၢ်ကၤဘၢမၢ်တၢ်ဂ့ၢ်ကျၢၢ်တဖၣ်လၢ [K-12 ကိတဖၣ်](#), [တၢ်ကွၢ်ထွဲဖိသ့ၣ်အလီၢ်](#), [ဂံၢ်ခိၣ်ထံၢ်တၢ်မၤလိအလီၢ်](#), [သးစၢ်တၢ်လဲၤထီၣ်လဲၤထီၣ်အလီၢ်](#), [ဒီးမုၢ် ခီတၢ်မၤလိတၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျဲၤအလီၢ်တဖၣ် \(လၢကညိ\)](#). လၢန့ၢ်အမဲၣ်ညါ, ကွၢ်ဘၣ် CDC အဆၢ [တၢ်ဆိ](#)

CDC တနင်္ဂနွေရက်ပေးသော အစီအစဉ်ပေးကမ်းမှု မှတစ်ဖန် K-12 ကိုအသိလှည့်ဘား(စ) မှတစ်ဖန် အသိလှည့်ဘဲတဖန် (vans) မှတစ်ဖန် ဂံခိုခိုထုံးတမ်းတက်ဟုကယာကွင်းထွေးတစ်မလီ\တက်ကွင်းထွေးသန် အတင်ရဲတင်ကျဲတဖန် ကဘန်ထီပာဝဲဒန်တင်ကဘာမဲးလဲနန်လီ. ဒ်အတင်ဆာတဲာ်အသိး, ကိုတင်ရဲတင်ကျဲတဖန်ဒီး ဂံခိုခိုထုံးတမ်းတင်ရဲတင်ကျဲတဖန်နန် မာဝဲဒန်ပုလဲအစီအစဉ်အဝဲသွန်အသိလှည့် တဖန်ထီပာဝဲဒန်တင်ကဘာမဲးလဲ သိပန်လှည့်ဘား(စ) မှတစ်ဖန် သိလှည့်ဘဲတဖန် (vans) သုဝဲဒန်နန်လီ. ဝံသးစူကွဲာ်ဘန် DOH [တင်ဟ်ပနီဒီးတင်နန်ကျဲလဲအကမာစာလီကွဲာ်ဝဲဒန် COVID-19 တင်ဘန်ကရဲလီ သးလဲ K-12 ကိုတဖန်. တင်ကွဲာ်ထွေးသန်လီ, ဂံခိုခိုထုံးတမ်းတင်မလီလီ, သးစာတင်လဲထီပာဝဲဒန်အလီ, ဒီးမုဆါခိတင်ဟူးတင်ဂဲတင်ရဲတင်ကျဲတဖန် \(ကညီ\) အတင်နန်ကျဲအတင်ဂုာ်တင်ကျဲလဲအဘန်ဘာဒီး တင်ဒီးဝဲဒန်သိပန်လှည့်ဘား\(စ\)တင်စီဆုာ်ခိဖျိတဖန်အဂီနန်လီ.](#)

ဝီရှင်ထာန်ကီစဲပဒိန်တင်ဘီးဘန်သွန်ညါ

တင်ဂုာ်တင်ကျဲဘန်ထွေးဒီးတင်ဆာမုာ်လဲလဲမုာ်ကျဲလဲကွဲာ်ဘန်ထွေးပုစူးကါတင်ဖိတဖန်အဂီဒီးပုမာတင်ဖိတဖန်အဂီနန် ရဲလီသးလဲပဒိန်အ [တင်ဘီးဘန်ရဲလီ 20-25.19 COVID-19 ဝီရှင်ထာန် နန်နန်လဲ \(အိန်ထဲကိးလးဝါကျိန်\)](#) ဒီး [တင်ဘီးဘန်ရဲလီ 21-08-ပုမာတင်ဖိအတင်ပူဖျဲး \(အိန်ထဲကိးလးဝါကျိန်\)](#).

ဝီရှင်ထာန်ကီစဲပဒိန် တင်မလီဒီးစဲးဖိကဟန် ဒီးပဒိန်တင်ဘီးဘန်ရဲလီ

ဒ်ပဒိန်အတင်ဘီးဘန်ရဲလီအိန်ဝဲအသိး တင်မလီတနီအကျဲတင်မုာ်တမာထီပာဝဲဒန်တင်ကဘာမဲး သန်ကုနန် မုာ်ကျဲဝဲကွဲာ်လဲအိန်ဒီးကစာလီဆီတဖန်အဲဒီးလဲအပုမာတင်ဖိတဖန်ကထီပာဝဲဒန်တင် ကဘာမဲးနန် မာဝဲဒန်သုဝဲဒန်လီ. ဝံသးစူဟ်ကဲ [တင်သိပန်တင်သီအဒါး](#) တက့ာ်. လဲနန်အမဲာ်ညါ ဒ် [ပဒိန်အတင်ဘီးဘန်ရဲလီဘန်ဘာဒီးပုမာတင်ဖိတင်ပူဖျဲး \(အိန်ထဲကိးလးဝါကျိန်\)](#), ပုမာတင်တနီ ကျဲအနီကစာဒ်ဝဲမုာ်အိန်ဒီးတင်အိန်ဆုာ်အိန်ချဲလဲအလီဘန်ယိန် မှတစ်ဖန် ပုလဲအိန်ဆိးယုာ်ဒီးပု အိန်ဒီးတင်ဘန်ယိန်လဲကဆီကုလဲ COVID-19 နးနးတဖန်နန်ကဘန်ထီပာဝဲဒန်တင်ကဘာမဲး, မှတစ်ဖန် အတင်ဆဲတဲာ်ဖိခိန်လဲကထီပာဝဲဒန်တင်ကဘာမဲးနန် ပုမာတင်ဖိတဖန်အိန်ဒီးတင်ခွဲးတင်ယာ်လဲကထီ ယာ်ဝဲဒန်တင်ကဘာမဲးလဲ ကဒီသဒါလဲအနီကစာသး, အဟံာ်ဖိဖိတဖန်ဒီးအဝဲသွန်ပုတဝါတ ဖန်နန်လီ. ဖဲ 2021 နန်သဲစးကရဲဟ်ဂါဟ်ကျဲဝဲဒန်တင်လဲလီာ်ဘျီဒိန်ထးလံာ်ပယံာ် 5254 တဘွန် လဲအဒီသဒါဝဲဒန်ပုမာတင်ဖိတဖန်အတင်ခွဲးတင်ယာ်လဲကထီဝဲဒန်တင်ကဘာမဲးဖဲဂုာ်ဂီအူကမုာ်တင်အိန်ဆုာ်အိန်ချဲအကတီ ဒီးတင်ဒီသဒါအံာ်နန်တင်မနီမဲာ်အီဖဲ [Revised Code of Washington \(RCW, တင်ဘီဘန်ကွဲာ်ဝဲဒန်ထာအနီဂံာ်ခူသွန်\) 49.17.485 \(အိန်ထဲကိးလးဝါကျိန်\)](#). ဝံသးစူကွဲာ်ဘန် L&I အ [တင်ဟ်ပနီတဖန်ဒီးတင်နန်ကျဲလဲအဒါ COVID-19 \(အိန်ထဲကိးလးဝါကျိန်\)](#) ဒီး [COVID-19 တင်သံကွဲာ်ညီနန်တဖန်ဘန်ဘာဒီးတင်မလီတဖန်အတင်ကဘာမဲးဒီးတင်ကဘာမဲးအတင်ဟ် ပနီတဖန် \(အိန်ထဲကိးလးဝါကျိန်\)](#) အတင်ဂုာ်တင်ကျဲလဲတင်မလီတဖန်အဂီနန်တက့ာ်.

လီကဝီကမုာ်ဆုာ်ချဲကရဲတဖန်ဒီးပုဘန်မူဘန်ဒါတဖန်

လီကဝီဆုာ်ချဲပုဘန်မူဘန်ဒါတဖန်နန်လဲအတင်စံာ်ညီပုအပူနန် အိန်ဒီးအစိကမီလဲက နန်လီတင်ဒ်သိးဒီး ကကါယာ်ဒီးဒီသဒါဝဲဒန်တင်ဆါအတင်ရဲလီသးအဂီနန်လီ. တင်နန်လီတဖန်က ဘန်ပံးဒိန်နန်ဒီးကီပဒိန်အတင်နန်လီ

သန့်ကုတဘဏ်စာရင်းဝင်ပိုင်အတန်လီၤဘဏ်လီၤ. သမထံကွဲဒီး [လီၤကဝီၤဆူၣ်ချ့စံၣ်ညီၤပာ်ပြးကရၢ](#)
(အိၣ်ထဲကိးလးဝါကျိၣ်) ဒီးဟံထွဲဘဏ်ဆူၣ်ချ့တၢ်န့ၣ်လီၤ. လၢတၢ်လီၤတကဝီၤဝဲန့ၣ်တက့ၢ်.

တၢ်အုၣ်ကီၤတဖၣ်

ဖဲတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤလၢထးပာ်ဖျါထီၣ်ဝဲဒၣ်တၢ်လိၣ်ဘဏ်လၢကဘဏ်ထီၣ်ဘဏ်တၢ်ကၤဘၢမဲၣ်လၢတၢ်လီၤလီၤဆီၤလၢဆၢကတီၢ်
အံၤအခါန့ၣ် တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤရဲၣ်လီၤသးလၢတဖၣ်အံၤ မ့ၢ်ဝဲဒၣ်တၢ်အုၣ်ကီၤလၢကမ့ၢ်
တၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့အဂ့ၢ်အကျိၤကလုာ်ကလုာ်န့ၣ်လီၤ.

[တၢ်ထီၣ်တၢ်ကၤဘၢမဲၣ်အတၢ်အုၣ်ကီၤတဖၣ်လၢ တၢ်လီၤတၢ်ကျဲၤလၢအတမ့ၢ်ဆူၣ်ချ့အတၢ်လီၤတၢ် ကျဲၤတဖၣ်.](#)

တၢ်အုၣ်ကီၤအိၣ်ဝဲလၢတၢ်ကထီၣ်ဘဏ်တၢ်ကၤဘၢမဲၣ်ဖဲန့ၣ်လၢတၢ်သ့ၣ်ထီၣ်လီၤကျဲၤလၢလၢတဖၣ်အံၤအပူၤအခါန့ၣ်လီၤ.
ဝံသးစူၤကွဲဘဏ် လီၤသနာ်-လီၤလီၤဆီၤတၢ်န့ၣ်ကျဲၤလၢလၢတဖၣ်.

- [တၢ်လီၤလၢအမၤစၢၤဝဲဒၣ်ပုၤဟံၣ်ဃီတအိၣ်တဖၣ်အလီၢ်](#) (အိၣ်ထဲကိးလးဝါကျိၣ်)
- [တၢ်ကူလဲၤမၤပီၤလဲၣ်ပနံၣ်တၢ်ကၤအလီၢ်](#) (အိၣ်ထဲကိးလးဝါကျိၣ်)(အဒိ, [တၢ်ကူလဲၤမၤပီၤလဲၣ် တအိၣ်အကဘီတဖၣ်](#)
(အိၣ်ထဲကိးလးဝါကျိၣ်), ကဘီဆုၤထီၣ်ဆုၤလီၤပနံၣ်တဖၣ်, ဒီးကဘီတီပုၤ ကညီတဖၣ်)
- [တၢ်မၤလီၢ်လၢပုၤအိၣ်ကတံၢ်ကတူအလီၢ်](#) (အိၣ်ထဲကိးလးဝါကျိၣ်) လၢတၢ်အိၣ်စီၤစုၤယံၤလိာ်သး
တသ့မ့ၢ်လၢတၢ်မၤအန့ၣ်ဆၢၣ် ဒ်အမ့ၢ်ပနံၣ်ဒၢး, စဲးဖိကဟဉ်တၢ်မၤလီၢ်, ဒီးတၢ်ဘိၣ်ထီၣ်ဝဲဒၣ်တၢ်အိၣ် တၢ်အိၣ်ဒီး
တၢ်ဖဲတၢ်ညဉ်တၢ်မၤလီၢ်ကျဲတဖၣ်
- တၢ်လီၤတၢ်ကျဲၤလၢတၢ်အိၣ်သကိးဃုာ်ဝဲဒၣ် (လီၤမဲတဟ်ဃုာ်ဘဏ်) ဟ်ဃုာ်ဝဲဒၣ် ဟံၣ်လၢပုၤဃီဖိ
လဲၤမၤတၢ်ဝံကွဲအိၣ်ဝဲအလီၢ်, ပုၤသးလီၤသးကျဲအိၣ်တၢ်လီၢ်, တၢ်သ့ၣ်ထီၣ်ကဒါက့ၤပုၤသး အတၢ်လီၤတၢ်ကျဲ မ့တမ့ၢ်
တၢ်ဒုးဃာ်အလီၢ်, ဒီးပုၤမၤတၢ်ဖိအဟံၣ်တစီၢ်တလီၢ်
- တၢ်လီၤတၢ်ကျဲအပူၤလၢပုၤပၤန့ၣ်လီၤဝဲဒၣ်လၢ ပုၤဒိၣ်တုၤခိၣ်ပုၤအဃိ, ပုၤဒိၣ်တုၤခိၣ်ပုၤအတၢ်ဒုး ဃာ်လီၢ်,
တၢ်သ့ၣ်ကဒါက့ၤပုၤသးစၢ်တဖၣ်အတၢ်အိၣ်မူ အလီၢ်အကျဲတဖၣ်န့ၣ်ဟ်ဃုာ်ဝဲဒၣ် (အဒိ., ကွီၢ်ဘျီၣ်အရူတဖၣ်).

ပုၤလၢအအိၣ်စိးဒီးမၤဘဏ်တဖၣ် တၢ်လီၤလၢပုၤအိၣ်ဝဲလၢထးတဖၣ်အံၤန့ၣ် အဝဲသ့ၣ်ကြးဟံထွဲဝဲဒၣ်
တၢ်အုၣ်အီၤတဖၣ်ဒ်သိးဒီးကမ့ၢ်အဂ့ၢ်အဂၤတဖၣ်ဖဲအဝဲသ့ၣ်တအိၣ်လၢတၢ်လီၤကျဲၤလၢထးတဖၣ် (အဒိ,
ဖဲအဝဲသ့ၣ်မ့တအိၣ်ဝဲဒၣ်ဖဲတၢ်လီၤတၢ်ကျဲသ့ၣ်တဖၣ်အံၤအဆၢကတီၢ်). ကမ့ၢ်ဆူၣ်ချ့အပုၤဘဏ်မူဘဏ်ဒါ
တဖၣ်ကဘဏ်ထီၣ်ဝဲဒၣ်တၢ်ကၤဘၢမဲၣ်လၢတၢ်အိၣ်သးတခါအဖိခိၣ်သ့ဝဲ ဒ်အမ့ၢ်ဝဲဒၣ်တၢ်ဆါအတၢ်ကဲထီၣ် သးအကတီၢ်.

တၢ်လီၤတၢ်ကျဲၤလၢအတမ့ၢ်ဝဲဒၣ်ဆူၣ်ချ့အတၢ်သ့ၣ်ထီၣ်တဖၣ် ဖဲပုၤကညီသ့ၣ်တဖၣ်အိၣ်ရိဖိၣ်အသး (ဒ်အမ့ၢ်ဝဲဒၣ်မ့ၢ်ကျိၤဝဲၤကွဲၢ်
ဒီးတၢ်ကရၢကရိတဖၣ်) န့ၣ်ကဘဏ်ထီၣ်ဘဏ်တၢ်ကၤဘၢမဲၣ်လၢတၢ်သ့ၣ် ထီၣ်သ့ၣ်တဖၣ်အပူၤသ့ဝဲဒၣ်န့ၣ်လီၤ.
တၢ်သ့ၣ်ထီၣ်တဖၣ်အံၤကြးဟံသ့ၣ်ဟ်သးလၢတၢ်ဂ့ၢ်လၢ လၢတဖၣ်အံၤဖဲအဝဲသ့ၣ်ဆၢတဲဝဲ
မ့ၢ်ကဘဏ်ထီၣ်ဘဏ်တၢ်ကၤဘၢမဲၣ်ဒါတဘဏ်ထီၣ်န့ၣ်လီၤ.

- တၢ်ဘဏ်ဒိဘဏ်ထံးလၢပုၤအိၣ်လၢတၢ်လီၤတၢ်ကျဲသ့ၣ်တဖၣ်အံၤန့ၣ်
 - ပုၤကညီတဖၣ်လၢအတဆဲးဘဏ်ကသံၣ်ဒိသဒါ COVID-19 တၢ်ဆါလၢအတ [ချးနံၤချးသီ](#)
တဖၣ်န့ၣ်မ့ၢ်ပုၤတဖၣ်လၢအဘဏ်ကိး COVID-19 တၢ်ဆါညီဒီးဒုကဲထီၣ်တၢ်ဆါလၢအနး

- ပုဂံကညီလာအိပ်ခန်း [အဘဉ်အိပ်ကသံဉ်လီလီဆီဆီ](#)
 တဖန်န့ဉ်မ့ဉ်ပုဂံတဖန်လၢအိပ်ခန်းတၢ်ဘဉ်ယိဉ်ဒိဉ်လၢကဒီးန့ဉ်ဘဉ် COVID-19 တၢ်ဆါနးနး
- တၢ်ပျဲန့ဉ်လီကလံအကံအစီလၢတၢ်လီၢ်တဖန်အံအပူၤ- ကွၢ်
[တၢ်ပျဲန့ဉ်လီကလံဒီးကလံအကွၢ်အစီလၢတၢ်ကမၤစ့ၤလီၤဝဲဒဉ် COVID-19 တၢ်ဘဉ်ကံအဂီၢ် \(wa.gov\)](#)
 (အိဉ်ထဲကိးလးဝါကျိဉ်) ဒီးတဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤဒီးတၢ်ပျဲန့ဉ်လီကလံတၢ်ဃုထၢတဖန်လၢ
[တၢ်ပျဲန့ဉ်လီကလံလၢတၢ်သ့ဉ်ထီဉ်အပူၤ | CDC](#) အဂီၢ်, ဃုာ်ဒီးတၢ်သ့ဉ်ထီဉ်လၢအအိဉ်ခိး တၢ်ကိာ်,
 တၢ်ပျဲန့ဉ်လီဟးထီဉ်ကလံ, ဒီးကလံမၤခ့ဉ်တၢ်ဒီးတအိဉ်ခိး တၢ်ကိာ်, တၢ်ပျဲန့ဉ်လီဟးထီဉ်ကလံ, ဒီးကလံမၤခ့ဉ်တၢ်
 အရဲဉ်အကျဲၤတဖန်
- ပုဂံကညီလာတၢ်လီၢ်တၢ်ကျဲသ့ဉ်တဖန်အပူၤအတၢ်အိဉ်စီၤစုာ်ယံာ်လိာ်အသးသ့ထဲလဲဉ်
- လၢအတၢ်ဆီမိဉ် မ့တမ့ၢ် တၢ်ဟံဂၢ်ဟံကျါၤလၢ COVID-19 တၢ်ဆါရၤလီၤသးလၢတၢ်လီၢ်တၢ် ကျဲဝဲအံၤ-
 တၢ်ဆါမ့ကဲထီဉ်အသးလၢအတမ့ၢ်ဆူဉ်ချ့အတၢ်လီၢ်တၢ်ကျဲဘဉ်န့ဉ် တၢ်အုဉ်ကီၤဝဲဒဉ်
 လီၤတံာ်လီၢ်ဆဲးလၢပုဂံအိဉ်ဆိးဖဲန့ဉ်တဖန်ကဘဉ်ထီဉ်ဘဉ်ဝဲဒဉ်တၢ်ကၤမဲာ်လၢတၢ်သ့ဉ်ထီဉ်အပူၤန့ဉ်လီၤ.
- ဖဲတၢ်ဆါလၢပုဂံတၢ်အပူၤအိဉ်ဝဲဒဉ်အါအဆၢကတီၢ် CDC ဒီး DOH အုဉ်ကီၤဝဲလၢပုဂံကိး
 ဂၤဒဲးအဆဲးကသံဉ်ဒီသဒါမ့ဝံၤဒဲးလဲဉ်ဂ့ၤဒဲးလဲဉ်ဂ့ၤန့ဉ်ကဘဉ်ထီဉ်ဘဉ်ဝဲဒဉ်တၢ်ကၤမဲာ်ဖဲလၢအအိဉ်လၢတၢ်သ့ဉ်ထီဉ်အ
 ပူၤလီၤ. ကွၢ်ဘဉ် [CDC COVID-19 ပုဂံတၢ်ပတီၢ်တဖန်](#)

တၢ်သ့ဉ်ထီဉ်ဆီလီၤတဖန်အံၤတၢ်ကြးဒုးကဲထီဉ်တၢ်သ့ဉ်ဟးဂီၤသးဂီၤဆူပုဂံတၢ်လၢလၢ လၢအကထီ
 ဃာ်ဝဲဒဉ်တၢ်ကၤမဲာ်ဖဲအဝဲသ့ဉ်အိဉ်ခိးဝဲအဆၢကတီၢ်န့ဉ်လီၤ. ကွၢ်ဘဉ်တၢ်အုဉ်ကီၤလၢပုဂံတၢ်
 တၢ်အတၢ်ထီဉ်ဘဉ်ဝဲဒဉ်တၢ်ကၤမဲာ်အဂီၢ်ဒီး တၢ်ဘဉ်ယိဉ်လၢအတၢ်ပဲထံနီၤဖးဆီတဖန်.

တၢ်ထီဉ်ဘဉ်တၢ်ကၤမဲာ်အတၢ်အုဉ်ကီၤလၢပုဂံတၢ်လၢလၢအဂီၢ်

ပုဂံလၢအအိဉ်ခိးတၢ်ဆါအတၢ်ပနီဉ်တဖန်, ပုဂံဒီးန့ဉ်ဘဉ်တၢ်ဆါဃာ်တဖန်, မ့တမ့ၢ်ပုဂံလၢအအိဉ်ဘူးတံာ် ဘဉ်ဒီးပုဂံလၢအဒီးန့ဉ်ဘဉ်
 COVID-19 တၢ်ဆါဃာ်တၢ်န့ဉ် အကြးထီဝဲဒဉ်တၢ်ကၤမဲာ်, ဒ်အဘဉ်လိာ် သးဒီး [နမၤကွၢ်နသးမ့ၢ်ဖျါထီဉ်လၢနဒီးန့ဉ်ဘဉ်
 COVID-19 တၢ်ဆါအဃာ်န့ဉ်နကဘဉ်မၤဒဲးလဲဉ် \(အိဉ်ထဲကိး လးဝါကျိဉ်\), နမ့ၢ်လဲၤအိဉ်ဘူးတံာ်ဘဉ်ဖးဒီးပုဂံဒီးန့ဉ်ဘဉ် COVID-19
 တၢ်ဆါဃာ်တၢ်န့ဉ် နကဘဉ်မၤဒဲးလဲဉ် \(အိဉ်ထဲကိးလးဝါကျိဉ်\), ဒီး တၢ်ဆါတံာ်ဝဲဒဉ် COVID-19
 တၢ်ဆါကွၢ်ပနီဉ်တဖန်အသ့ဉ်ဂီၤ](#) ပုဂံတၢ်လၢလၢ လၢကဘဉ်ထီဉ်ဘဉ်ဝဲဒဉ်တၢ်ကၤမဲာ်
 ဖဲတၢ်လီၢ်လၢအဝဲသ့ဉ်အိဉ်ဆိးဝဲမ့မၤအဝဲသ့ဉ်ထီဉ်ဘဉ်တၢ်ကၤ မဲာ်န့ဉ်လီၤ. ကွၢ်ဘဉ် [တၢ်စိကမီၤဒီးဆူဉ်ချ့အတၢ်န့ဉ်လီၤတဖန်](#)
 အဆၢဖိလၢတဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤလၢ အလိဉ်တဖန်တက့ၢ်.

တၢ်အိဉ်သးလၢထးမ့တဘဉ်ထွဲဒီးန့ဉ်ဘဉ်သနံက့ ဘဉ်တၢ်ဒုးသ့ဉ်ညါအီၤခီဖျါနီၢ်ကစၢ် မ့တမ့ၢ်ပုဂံ
 တၢ်တၢ်ဆါအတၢ်လီၤဘဉ်ယိဉ်ပတီၢ်ဒီး ပုဂံကညီတဖန်ထီဉ်ဘဉ်ဝဲဒဉ်တၢ်ကၤမဲာ် ဒ်အနီၢ်ကစၢ်
 အတၢ်ဘဉ်သးအသိးသ့ဝဲန့ဉ်လီၤ. တၢ်သ့ဉ်ထီဉ်တဖန်အံၤကြးဟံသ့ဉ်ဟံသးလၢတၢ်ဂ့ၢ်လၢလၢ တဖန်အံၤဖဲအဝဲသ့ဉ်ဆါတဲဝဲ
 မ့ကဘဉ်ထီဉ်ဃာ်တၢ်ကၤမဲာ်ခါတဘဉ်ထီဉ်ခါန့ဉ်လီၤ.

- နိုတဝါအတတ်ဆဲးကသံဉ်ဒီသဒါအပတီဒီး ဟံဉ်ဖိယီဖိအတတ်ဆဲးကသံဉ်ဒီသဒါအပတီဒီး တံးသကိးတဖဉ်, ဒီးပုလုလါအခိဉ်အယါတဖဉ်- ပုကညီတဖဉ်လါအတဆဲးဘဉ်ကသံဉ်ဒီသဒါ COVID-19 တတ်ဆါလါအတ [ချူးနံချူးသီ](#) တဖဉ်န့ဉ်မ့ဉ်ပုတဖဉ်လါအဘဉ်ကိးဒီး COVID-19 တတ်ဆါညီဒီးဒုကဲထီဉ်တတ်ဆါလါအနး
- ပုတဝါကါအ [တတ်အိဉ်ဆူဉ်အိဉ်ချ့အတတ်အိဉ်သးတဖဉ်](#) ဒီးအဟံဉ်ဖိယီဖိအတတ်အိဉ်ဆူဉ်အိဉ် ချ့အတတ်အိဉ်သး, အတံးသကိး, ဒီးပုလုလါအခိဉ်အယါတဖဉ်လါအဒုးအါထီဉ် COVID-19 တတ်ဆါအတတ်ဘဉ်ယိဉ်လါအနး
- တတ်လီတတ်ကျဲအကွဲအဂီလါနအိဉ်ဆိးဝဲအပူ (အဒိ, ပုကတံကတူ, ကလံနုလီ ဟးထီဉ်တဂူ)
- ဖဲတတ်ဆါလါပုတဝါအပူအိဉ်ဝဲဒဉ်အါအဆါကတီ CDC ဒီး DOH အုဉ်ကီဝဲလါပုကိးဂါ ဒဲးအဆဲးကသံဉ်ဒီသဒါမ့ဝဲဒဲးလဲဉ်ဂုဒဲးလဲဉ်ဂုန့ဉ်ကဘဉ်ထီဉ်ဝဲဒဉ်တတ်ကါဘာမဲးဖဲလါအအိဉ်လါတတ်သ့ဉ်ထီဉ်အပူ လီ. ကွဲဘဉ် [CDC COVID-19 ပုတဝါပတီတဖဉ်](#)

တတ်ဂုတတ်ကျဲအါထီဉ်ဘဉ်သးဒီး COVID-19 ဒီးတတ်မၤစၢတဖဉ်

ကွဲတတ်ဂုတတ်ကျဲချူးနံချူးသီလါ [အဲအံ COVID-19 တတ်အိဉ်သးလါWashington အပူ](#) (ပုကညီကျိဉ်), [ကီရ်နီဉ် Inslee တတ်ဘိးဘဉ်ရုလီတဖဉ်](#) (အိဉ်ထဲကိးလးဝါကျိဉ်), [တတ်ဆါပနီဉ်](#) (အိဉ်ထဲကိးလးဝါကျိဉ်), [တဖဉ်တတ်အံရုလီအသးဒဲးလဲဉ်](#) (အိဉ်ထဲကိးလးဝါကျိဉ်), ဒီး [ပုမၤကွဲသးဒဲးလဲဉ်ဒီး အခါဖဲလဲဉ်](#) (အိဉ်ထဲကိးလးဝါကျိဉ်). ကွဲပ တတ်သံကွဲလါတတ်သံကွဲအါခဲအံခဲအံ (အိဉ်ထဲကိး လးဝါကျိဉ်) လါတတ် မၤန့အါထီဉ်တတ်ဂုတတ်ကျဲအဂီန့ဉ်တကွဲ.

ပုတဝါအစၢလဲဉ်/ကလုဉ်ဒုဉ် မ့တမ့ဉ် ထံဖိကီဖိတဖဉ်, ဒဉ်ဝဲ, တအိဉ်လါတတ်လီ ဘဉ်ယိဉ်အါဒီး COVID-19 ဘဉ်န့ဉ်လီ. ဒဲးလဲဉ်ဂု တတ်ဂုထီဉ်တဖဉ် ရုလီဝဲဒဉ်လါ ပုသုဖဲးအပုတဝါတဖဉ် ဘဉ်ဒီလါတတ်ဆါ COVID-19 လါကျဲတကြးဝဲဘဉ်ဝဲ- တတ်အံမ့ဉ်လါအိဉ်ဒီးတတ်ဒီဘဉ်လါအိဉ်ကလုဉ်ဒွဲသန့အယီ, ဒီးလီဆီဒဉ်တတ်, အဲဉ်ကလုဉ်ဒွဲသန့အကျိအကျဲ, အယီကရူတနီအိဉ်ဒီးတတ်ခွဲဂုယတ်ဘဉ်စုလီ လါကဒီသဒါအဝဲသ့ဉ်အနီကစၢအသးဒီးအဝဲသ့ဉ်အပုတဝါန့ဉ်လီ. [တတ်ထံဉ်သံတတ်လါအတဂုန့ဉ် တမၤစၢထီဒါတတ်ဆူးတတ် ဆါဘဉ်](#) (အိဉ်ထဲကိး လးဝါကျိဉ်). ဟ့ဉ်ခီဟ့ဉ်နီလီထဲဒဉ်လါ တတ်ဂုတတ်ကျဲလီတတ် လီဆဲး ဒီးတဘဉ်ရုလီတတ်ကစီဉ် သီဉ်ဝဲသဲကလါဒီးတတ်ဟ့ဉ်ကမုဉ်တတ်ဂုတတ်ကျဲတဖဉ်အဂီ တဂုန့ဉ်တကွဲ.

- [ဝုဝါရုတတ်တတ်အိဉ်ဆူဉ်အိဉ်ချ့အကရုဘဉ်သးတတ်ဆါခိးရိး 2019 အတတ်သလုဉ်လီသးအဂီ \(COVID-19\) \(ကညီကျိဉ်\)](#)
- [ဝါရုတတ်ကီဝဲဉ် ခိဉ်ရိဉ်န့ဉ်ဘဲရး\(စ\)တတ်ဆါယတ် တတ်ခီဆါ \(COVID-19\) \(ကညီကျိဉ်\)](#)
- [ယုကွဲနုလီကဝီတတ်အိဉ်ဆူဉ်အိဉ်ချ့ဝဲကျိ မ့တမ့ဉ် ကီရ်နီဉ်ကဝီ \(အိဉ်ထဲကိးလးဝါကျိဉ်\)](#)
- [CDC ခိဉ်ရိဉ်န့ဉ်ဘဲရး\(စ\) \(COVID-19\) \(အိဉ်ထဲကိးလးဝါကျိဉ်\)](#)
- [နကမၤန့ဝဲဒဉ်တတ်ကါဘာမဲးလါ ပုနုတအါတဖဉ်အဂီဒဲးလဲဉ် \(HSDC\) \(အိဉ်ထဲကိးလးဝါကျိဉ်\)](#)

တတ်သံကွဲအဂုဂါအိဉ်ခါ ကိးလီတဲစိဆူပ COVID-19 ဂုဂီအူလီတဲစိ- **1-800-525-0127**

မုတနံ - ဂါခီ 6 န့ဉ်ရံဉ် တု ဟါခီ 10 န့ဉ်ရံဉ်, မုခံနံ - မုအိဉ်ဘုးနံ ဒီး [ကွဲကီဝဲဉ်နုသဘူတဖဉ်](#) (အိဉ်ထဲကိးလးဝါကျိဉ်), **ဂါခီ 6** န့ဉ်ရံဉ် တု ဟါခီ 6 န့ဉ်ရံဉ်. လါတတ်တဲကျိးထံတတ်မၤစၢတဖဉ်အဂီ, **စံလီ #** ဖဲအဝဲသ့ဉ်စံးဆါဒီး **တဲ နုကျိဉ်တကွဲ**.

တၢ်သံကွၢ်ဘၣ်ဃးဒီးနီၣ်ကစၢ်တၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့အဂီၢ်, COVID-19 တၢ်သမံသမိး, မ့တမ့ၢ် တၢ်သမံသမိးအစၢတဖၣ်, ဝံသးစူၤဆဲးကျၢ ပှၤဟ့ၣ်လီၤတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့ တၢ်ကွၢ်ထွဲတၢ်မၤစၢၤတက့ၢ်.

လၢကဃုထီၣ်လံာ်ကွဲးနီၣ်ကွဲးဃါတၢ်လၢအက့ၢ်ပနီၣ်ဒိအဂၤအဂီၢ်, ကိး 1-800-525-0127. ပှၤစူးကါတၢ်မၤ စၢၤလၢအန့ၢ်တအၢ မ့တမ့ၢ် န့ၢ်ဟ့ၣ်တၢ်ကီတဖၣ်အဂီၢ်, ဝံသးစူၤကိး 711 ([Washington Relay](#)) မ့တမ့ၢ် ဆှၢလီပရၢ ဆူ civil.rights@doh.wa.gov တက့ၢ်.

လံာ်ရဲၣ်ထံး က- စီၣ်သြဲတဖၣ်

ဆူၣ်ချ့တၢ်ကွၢ်ထွဲအလီၢ်အကျဲ

၁ [Secretary of Health's Mask Order \(ဆူၣ်ချ့အနဲၣ်ရွဲၣ် တၢ်ကၤဘၤမၢ်အတၢ်န့ၣ်လီၤ\)](#) (အိၣ်ထဲကိးလးဝါကျိၣ်),

လီၤလီၤဆီဆီလၢတၢ်အိၣ်သးတၢ်ခါအဖီခိၣ်န့ၣ် ကမျၢ် မ့တမ့ၢ် ပှၤနီၣ်တဂၤတၢ်ကရၢတကရီတခါခါလၢ

အဟ့ၣ်လီၤဝဲဒၣ်နီၣ်တဂၤဆူၣ်ချ့တၢ်ကွၢ်ထွဲအတၢ်ဖံးတၢ်မၤလၢအခိၣ်ထံးသ့ၣ်တဖၣ်န့ၣ်မ့ၢ်ဝဲဒၣ်

တၢ်ကွၢ်ထွဲဆူၣ်ချ့အလီၢ်အကျဲတဖၣ်ဒီးတၢ်ကွၢ်ထွဲလီၢ်ကျဲလၢအယံာ်ထၢတဖၣ်န့ၣ်လီၤ.

တၢ်လီၢ်တၢ်ကျဲတခါအတၢ်သ့ၣ်ထီၣ်ဆီလီၤဟံၣ်လီၤ

မ့အိၣ်သ့ၣ်လီၤအသးလၢအကဟ့ၣ်လီၤဝဲဒၣ်ဂံၢ်ခိၣ်ထံးဆူၣ်ချ့တၢ်ကွၢ်ထွဲတၢ်ဖံးတၢ်မၤတဖၣ်ဒ်သိးဝဲဒၣ်တၢ်ဆါဟံၣ်န့ၣ်ဒီး

တၢ်လီၢ်တၢ်ကျဲဝဲန့ၣ်မ့ၢ်ဝဲဒၣ်ဆူၣ်ချ့အတၢ်ကွၢ်ထွဲအတၢ်လီၢ်တၢ်ကျဲ မ့တမ့ၢ် တၢ်အံၤထွဲကွၢ်ထွဲတၢ်လီၢ်တၢ်ကျဲလၢအအိၣ်ယံာ်ထၢ

ဒီးတၢ်ကဘၣ်ထီၣ်ယံာ်ဝဲဒၣ်တၢ်ကၤဘၤမၢ်လၢတၢ်သ့ၣ်ထီၣ်ဒီတဖျါအပူၤ

ခိဖျါအအိၣ်ဝဲဒၣ်လၢတၢ်ကၤဘၤမၢ်အတၢ်န့ၣ်လီၤတၢ်အိၣ်သးလီၤလီၤဆီဆီန့ၣ်လီၤ.

တၢ်လီၢ်တၢ်ကျဲတခါအတၢ်သ့ၣ်ထီၣ်ဆီလီၤဟံၣ်လီၤ မ့အိၣ်သ့ၣ်လီၤအသးလၢအကဟ့ၣ်လီၤဝဲဒၣ်တၢ်ညိၣ်အဂၤတခါ

ဒ်သိးဝဲဒၣ်ကသံၣ်ကျးလၢတၢ်ဆါပနံၣ်တၢ်ကံာ်အကျးပူၤ မ့တမ့ၢ်က့ၢ်နး(စ)အရူပူၤန့ၣ်ဒီး ဆူၣ်ချ့တၢ်ကွၢ်ထွဲအလီၢ်အကျဲ မ့တမ့ၢ်

တၢ်ကွၢ်ထွဲလၢအအိၣ်ယံာ်ထၢအတၢ်လီၢ်တၢ်ကျဲဝဲန့ၣ် ဟံၣ်ယုာ်ဝဲဒၣ်တၢ်လီၢ်ကဝီၤလၢအဟ့ၣ်လီၤဝဲဒၣ်ဂံၢ်ခိၣ်ထံးဆူၣ်ချ့အတၢ်ကွၢ်ထွဲ

ဘၣ်ဆၣ်တဟံၣ်ယုာ်ဝဲဒၣ်ဒီးတၢ်သ့ၣ်ထီၣ်အဂုၤအဂၤဘၣ်န့ၣ်လီၤ. တၢ်လီၢ်ကဝီၤလၢအဟ့ၣ်လီၤဝဲဒၣ်ဂံၢ်ခိၣ်ထံးဆူၣ်ချ့အတၢ်ကွၢ်ထွဲန့ၣ်

ကဘၣ်ထီၣ်ယံာ်ဝဲဒၣ်တၢ်ကၤဘၤမၢ်

မ့ၢ်လၢအအိၣ်ဝဲဒၣ်လၢတၢ်ကၤဘၤမၢ်အတၢ်အိၣ်သးလီၤဆီဒီးတၢ်ပျဲကွံာ်တၢ်အတၢ်န့ၣ်လီၤအဖီလၢန့ၣ်လီၤ.

မ့တမ့ၢ်အဟံၣ်ယုာ်ဝဲဒၣ်တၢ်အိၣ်သးလၢလၢတဖၣ်, ဆူၣ်ချ့ပှၤကွၢ်ထွဲတၢ်လၢအအိၣ်ဒီးနီၣ်တဂၤအလံာ်အုၣ်ကီၤရဲၣ်လီၤအသးလၢ

[တၢ်ဟံၣ်ပနီၣ်လိာ်ဘၣ်တဖၣ်လၢဆူၣ်ချ့ပှၤကွၢ်ထွဲတၢ်ဖဲနီၣ်တဂၤအလံာ်အုၣ်ကီၤ](#) (အိၣ်ထဲကိးလးဝါကျိၣ်)

ယုာ်ဒီးပှၤတဂၤတဂၤလၢအတအိၣ်ဒီးလံာ်အုၣ်ကီၤဘၣ်ဆၣ်အအိၣ်ဒီးသဲစးအတၢ်ပျဲလၢ

ကဟ့ၣ်လီၤဝဲဒၣ်ဆူၣ်ချ့အတၢ်ကွၢ်ထွဲအတၢ်ဖံးတၢ်မၤန့ၣ်လီၤ. **ပှၤမၤတၢ်ဖိတဖၣ်ဒီးပှၤတမ့ၢ်တဖၣ်,**

ယုာ်ဒီးဆူၣ်ချ့ပှၤကွၢ်ထွဲတၢ်ဖဲနီၣ်တဖၣ်န့ၣ်

ကဘၣ်ထီၣ်ယံာ်ဝဲဒၣ်တၢ်ကၤဘၤမၢ်ဖဲအဝဲသ့ၣ်အိၣ်ဝဲဒၣ်တၢ်ဆူၣ်ချ့တၢ်ကွၢ်ထွဲတၢ်လီၢ်တၢ်ကျဲအပူၤန့ၣ်လီၤ.

တၢ်ဂ့ၢ်လၢလၢတဖၣ်အံၤမ့ၢ်ဝဲဒၣ် တၢ်လီၢ်တၢ်ကျဲလၢအတဟံၣ်ယုာ်ဝဲဒၣ်လၢဆူၣ်ချ့တၢ်ကွၢ်ထွဲတဖၣ်ဒီး

တၢ်ကွၢ်ထွဲလီၢ်ကျဲလၢအအိၣ်ယံာ်ထၢတဖၣ်အကျါဘၣ်န့ၣ်လီၤ.

- တၢ်ကွၢ်ထွဲပှၤဆါနးနးတစီၢ်တလီၢ်အလီၢ်တဖၣ်, ဟံၣ်ယုာ်, ဘၣ်ဆၣ်တဟံၣ်ပနီၣ်အီၤဆူ, တၢ်ဆါဟံၣ်တဖၣ်
- ကတီၢ်ယံာ်တၢ်ကွၢ်ထွဲပှၤဆါလၢနးနးတစီၢ်တလီၢ်အတၢ်သ့ၣ်ထီၣ်တဖၣ်
- တၢ်ကူဆါမၤဂ့ၢ်ထီၣ်က့ၢ်ပှၤဆါထီၣ်တၢ်ဆါဟံၣ်အတၢ်ဆီလီၤဟံၣ်လီၤတဖၣ်
- ပှၤဆါထီၣ်တၢ်ဆါဟံၣ်အလုၢ်လၢဆူၣ်ချ့အတၢ်ဆီလီၤဟံၣ်လီၤတဖၣ်, ဟံၣ်ယုာ်, ဘၣ်ဆၣ်တၢ်တပနီၣ်အီၤဆူ, တၢ်ပဲထံနီၤဖးဒီးတၢ်ကူဆါယါဘျါအတၢ်ဆီလီၤဟံၣ်လီၤတဖၣ်, ပှၤအိၣ်ဆိးတၢ်ကူဆါအတၢ်ဆီလီၤဟံၣ်လီၤတဖၣ်, တၢ်ကူဆါတၢ်အိၣ်ကသံၣ်အိၣ်ကအတၢ်ဆီလီၤဟံၣ်လီၤတဖၣ်
- ပှၤအိၣ်ဆိးကတီၢ်ယံာ်တၢ်ကွၢ်ထွဲအတၢ်ဆီလီၤဟံၣ်လီၤ, ဟံၣ်ယုာ်, ဘၣ်ဆၣ်တၢ်တဟံၣ်ပနီၣ်အီၤဆူ, နး(စ)အဟံၣ်, တၢ်မၤစၢၤတၢ်အိၣ်မူအတၢ်ဆီလီၤဟံၣ်လီၤ, ပှၤဒိၣ်တုၤခိၣ်ပှၤဟံၣ်ဖိယီဖိအဟံၣ်,

တစ်ဆီလီဟ်လီဖဲတစ်ဟ်ဂါဟ်ကျါဝဲဒ်ပုတတ်တဝါပုအိန်ဆိးအတတ်ဖဲးတတ်မးဒီး တစ်ဆီဉ်ထွဲမးစါတဖန်န့ဉ် ဘဉ်တတ်ဟ့ဉ်လီၤအီၤ, ဒီးတတ်မးဒိဉ်ထီဉ်တတ်ဖဲးတတ်မးတတ်ဆီလီဟ်လီၤတဖန်

- ကသံဉ်ဒီးဟးထီဉ်ဟးလီၤ (Mobile clinics) မ့တမ့ၢ် သိလံဉ်အဂုၤအဂၤတဖန်ဖဲ တတ်ဟ့ဉ်လီၤဝဲဒ်ဆူဉ်ချ့တတ်အံၤထွဲကွၢ်ထွဲ
- ပုဆါလၢတတ်ချ့အတတ်ဆီလီဟ်လီၤ, ဟ်ဃုာ်, ဘဉ်ဆဉ်တတ်တဟ်ပနီဉ်ဃာ်အီၤဆူ, တတ်ထူးကွၢ်တတ်ဘဉ်အဘဉ်သီတတ်စုဉ်တတ်ပျါအဝဲၤလီၢ်, ကသံဉ်သရဉ်စဲးနီဉ်အရူ, ဒီးလုာ်လၢသကဲးပတ်ဆူဉ်ချ့တတ်ဆီလီဟ်လီၤအလီၢ် (ဃုာ်ဒီးကသံဉ်သရဉ်အကူဆါဝဲဒ်တတ်ဆိကမိဉ်တတ်ဆါအရူ, သးတတ်အိဉ်ဆူဉ်အိဉ်ချ့အပုၤဟ့ဉ်ကူဉ်တတ်, ဒီးပုၤစဲးနီဉ်လၢအကူဆါယါဘျါဝဲဒ်တတ်သူဝဲဒ်ကဲအတတ်ဘဉ်ဘျီးဘဉ်ဒါတဖန်)
- မဲဒီးမဲအတတ်ကူဆါလီၤဆီအတတ်သူဉ်ထီဉ်လီၤဆီတဖန်
- မဲအတတ်ထံဉ်ဒီးတတ်ကူဆါမဲအတတ်ထံဉ်တတ်ဆီလီဟ်လီၤတဖန်
- ကသံဉ်ကျးတဖန် (တတ်ဃုာ်ဒီးတတ်ဆါဝဲဒ်တတ်ကဲးကစိးလီၢ်ကဝီၤတဖန်)
- တတ်စံးတတ်အရူတဖန်
(အဝဲအံၤဟ်ဃုာ်ဒီးလီၢ်ကဝီၤလၢတတ်ဆီလီဟ်လီၤတဖန်လၢတတ်စံးတတ်န့ဉ်ဘဉ်တတ်ရဲဉ်ကျဲၤအီၤလၢအတတ်ဆူဉ်ချ့အ တတ်ကွၢ်ထွဲအတတ်ဆီလီဟ်လီၤဒ်သိးဒီး စပါဒီးတတ်အိဉ်မုာ်ဆိပၤၤတတ်မးဂုၤထီဉ်နီဉ်ဒိတတ်အိဉ်ဆူဉ်အိဉ်ချ့အဝဲၤလီၢ်)
- တတ်ကူဆါယါဘျါဃံအတတ်ဆါရူတဖန်
- တတ်အိဉ်ဖျဲဉ်ဖိတတ်ဟူးတတ်ဂဲၤအလုာ်အလါတဖန် ဒီးတတ်အိဉ်ဖျဲဉ်ဖိအဝဲၤလီၢ်လီၤဆီ
- တတ်ဟ်အိဉ်လီၤဆီသးဒီးပုၤဂၤ ဒီးမ့တမ့ၢ် တတ်ဟ်အိဉ်လီၤစဲဉ်အသးအတတ်ဆီလီဟ်လီၤ
- တတ်ခွဲးပုၤဆါအတတ်ဆီလီဟ်လီၤအလီၢ်
- တတ်ကွၢ်ထွဲလၢအရူဒိဉ်အဝဲၤလီၢ်တဖန်
- တတ်ကွၢ်ထွဲပုၤဆါလၢဘူးထီဉ်သးသမူကလက်တဖန်အဂီၢ် ဒီး
- တတ်ဆီလီဟ်လီၤဖဲဟံဉ်ဃီဆူဉ်ချ့တတ်ကွၢ်ထွဲ, ဟံဉ်ဃီတတ်ကွၢ်ထွဲ, နီၢ်တဂၤတတ်ကွၢ်ထွဲ, မ့တမ့ၢ် တတ်ကွၢ်ထွဲပုၤဆါလၢအဘူးထီဉ်သးသမူကလက်တဖန်အတတ်ဖဲးတတ်မးန့ဉ် ပုၤကွၢ်ထွဲတတ်ဖိတဖန်အလၢအဒီးန့ဉ်ဘဉ်တတ်ဘူးတတ်လဲတဖန်ကွၢ်ထွဲဝဲဒ်န့ဉ်လီၤ.

ဆူဉ်ချ့တတ်ကွၢ်ထွဲတတ်ဆီလီဟ်လီၤတဖန်ဒီး ကတီၢ်ယံာ်တတ်ကွၢ်ထွဲတတ်အတတ်ဆီလီဟ်လီၤတဖန်န့ဉ်တတ်ဃုာ်ဒီး-

- တတ်လီၢ်တတ်ကျဲဖဲတတ်မးဝဲဒ် တတ်လိဉ်ခိးလိဉ်ကွဲးဒီးပုၤဟဲထီဉ်တတ်မူး မ့တမ့ၢ် ပုၤဂုၤပုၤဂၤတဖန်လၢအထီဉ်ဝဲဒ်တဖန် (ဟ်ဃုာ်ဝဲဒ်ဖဲပုၤန့ဉ်လိပုၤကွဲးတဖန်လၢအအိဉ်ဒီးအလံာ်အုဉ်ကီၤတဖန်လၢအကွၢ်ထွဲဝဲဒ်ပုၤဂဲၤလိဉ်ကွဲးဖိတဖန်) အါန့ဉ်ဒီးလီၢ်ကဝီၤအဂၤလၢအဟ့ဉ်လီၤဝဲဒ်ဆူဉ်ချ့တတ်အံၤထွဲကွၢ်ထွဲအတတ်ဖဲးတတ်မးတဖန် ဒ်အမ့ၢ်ဝဲဒ်လီၢ်ကဝီၤလၢအကဲဝဲဒ်ဂံၢ်ခိဉ်ထံးတတ်မးစါ (First Aid) (လၢအမ့ၢ်ဝဲဒ်တတ်ကွၢ်ထွဲဆူဉ်ချ့အတတ်ဆီလီဟ်လီၤတဖန်)
- Department of Children, Youth & Families (DCYF, ဖိသဉ်တဖန်အဝဲၤကျိၤ, သးစါဒီးဟံဉ်ဃီဖိတဖန်)- လံာ်အုဉ်ကီၤလၢအတတ်ဘဉ်ဟ့ဉ်ဝဲဒ်ဂံၢ်ခိဉ်ထံးဆူဉ်ချ့တတ်အံၤထွဲကွၢ်ထွဲအတတ်ဖဲးတတ်မးဆူ ဟံဉ်ဃီလၢအတတ်ဟ့ဉ်လီၤဝဲဒ် နီဉ်ဝဲဒ်ဟံဉ်ဃီလၢတတ်မးအိဉ်ဆူဉ်ဝဲဒ်အပူၤအတတ်ဖဲးတတ်မးတဖန်န့ဉ်လီၤ.
- တတ်ဃုာ်ညါတတ်အတတ်ဆီလီဟ်လီၤဖဲ တတ်ဟ့ဉ်လီၤဝဲဒ်ဆူဉ်ချ့တတ်အံၤထွဲကွၢ်ထွဲဆူပုၤကညီတဖန်လၢ

- တာ်ကူဆါကွာ်ထွဲဆာ်ဖိကီ်ဖိတာ်ဆီလီဟ်လီအလီ
- တာ်ကါယာ်ဆာ်ဖိကီ်ဖိဆီလီဟ်လီအလီ
- ပုတဝါကရုလါတမအိာ်ဘူးလဲ ဒီး
- တာ်ဆါကစဲးကစီးညါဖိကျး, ဃုာ်ဒီးပုဟ့ာ်လီဟ်တါမၤစၢၤလၢညါဖိကသံာ်တာ်ဟ့ာ်ကူာ်ဟ့ာ်ဖးအဂီၢ်

ဆူာ်ချုတါလီၢ်တာ်ကျဲတဖာ်မုမာ်နထီဃာ်ဝဲဒာ်တာ်ကၤဘၢမာ်န့ာ် နကဘာ်ဟံာ်ထွဲဒာ်အဝဲသ့ာ်အတၢ်သိာ်တၢ်သီတဖာ်န့ာ်လီၤ. ကွာ်ဘာ် ["တာ်သိာ်တၢ်သီအဒါး"](#) တက့ၢ်. တာ်ဂ့ၢ်တာ်ကျါလၢထးလၢတာ်ဂ့ၢ်တာ်ကျါအဂုၤအဂၤအဂီၢ်တက့ၢ်. ဝံသးစူၤလဲၤဟးဘာ်လၢ [တာ်ဒီသဒါ COVID-19 တာ်ဘာ်ကလၢဆူာ်ချုတါကွာ်ထွဲတာ်ဆီလီဟ်လီအလီပူၤ](#) (အိာ်ထဲကိးလးဝါကျိာ်) ဟံာ်သံာ်သန့လၢတာ်န့ာ်ကျဲလၢလၢပုၤပုၤဃုာ်ဒီး [တာ်ကါယာ်ဝဲဒာ်တာ်ဂ့ၢ်ဂံၢ်ထံးအတၢ်န့ာ်ကျဲ](#) (အိာ်ထဲကိးလးဝါကျိာ်) ဒီးတာ်န့ာ်ကျဲလၢတာ်လဲၤအိာ်သကိးဆူဆူာ်ချုတါကွာ်ထွဲလီၢ်ကျဲလီၢ်ဆီတဖာ်န့ာ်လီၤ.

တာ်သိာ်တၢ်သီအဒါး

မုာ်ကျါဝဲၤကွာ်, တာ်ကရုကိတဖာ်, တာ်လီၢ်တာ်ကျဲတဖာ်, တာ်ဖဲၤတာ်မၤတဖာ်, ဒီးတာ်ကရုကရိတဖာ်န့ာ်အိာ်ဒီးအခွဲးအယာ်လၢအကဒုးအိာ်ထီာ်ဝဲဒာ်အဝဲသ့ာ်အ နီၢ်ကစၢ်တာ်ကၤဘၢမာ်အတၢ်သိာ်တၢ်သီလၢလၢအဝဲသ့ာ်အတၢ်ဖဲၤတာ်မၤပူၤဒီးတာ်ကရုကိအပူၤန့ာ်လီၤ. မုာ်ကျါဝဲၤကွာ်န့ာ်အလီၢ်အိာ်လၢအဘာ်ဟံာ်ထွဲဒာ်တာ်လိာ်ဘာ်တဖာ်ဒ်သိးဒီး [L&I တၢ်န့ာ်ကျဲတဖာ်](#) (အိာ်ထဲကိးလးဝါကျိာ်) ဒီးအကထီဃာ်ဝဲဒာ်တာ်ကၤဘၢမာ်လၢလီၢ်ဆီလီဟ်လီအလီ (အဒိ. လၢတာ်သ့ာ်ထီာ်အချါ) လၢအကကဲထီာ်ဝဲဒာ်တာ်ဒီသဒါဒိာ်န့ာ်ဒီး အ [ဆူာ်ချုန့ာ်ရွဲာ်တာ်ကၤဘၢမာ်တၢ်န့ာ်လီၤ](#) (အိာ်ထဲကိးလးဝါကျိာ်) န့ာ်လီၤ.

လီၢ်ကဝီၤဆူာ်ချုပုၤဘာ်မုာ်ဘာ်ဒါတဖာ်ကဒုးအိာ်ထီာ်ဝဲဒာ်တာ်ကၤဘၢမာ်တၢ်န့ာ်လီၤလၢအကကဲထီာ်တာ်ဒီသဒါဒိာ်အတၢ်န့ာ်လီၤတဖာ် လၢလီၢ်ကဝီၤတဖာ်အပူၤဒ်သိးကြာ်တီဃာ်ဝဲဒာ်တာ်ဆါရုလီၤသးလၢပုၤတဝါအပူၤန့ာ်လီၤ. တာ်သိာ်တၢ်သီတဖာ်အံၤကဘာ်ကဲ ထီာ်တာ်ဒီသဒါဒိာ်န့ာ်ဒီးအ [ဆူာ်ချုအန့ာ်ရွဲာ်တာ်ကၤဘၢမာ်အတၢ်န့ာ်လီၤ](#) (အိာ်ထဲကိးလးဝါကျိာ်), ဘာ်ဆာ်တဘာ်မုာ်အဒီသဒါတာ်ဆံးဘာ်န့ာ်လီၤ.

လၢန့ာ်အမဲာ်ညါ ပုတဝါလၢလၢမုာ်အဲာ်ဒီးထီဃာ်ဒီးဝဲဒာ်တာ်ကၤဘၢမာ်န့ာ် ထီဝဲဒဲာ်သ့န့ာ်လီၤ. အဝဲသ့ာ်အိာ်ဒီးအတၢ်ခွဲးတၢ်ယာ်လၢအကထီဃာ်ဝဲဒာ်တာ်ကၤဘၢမာ်လၢကမျါအကျါ ဖဲကီၢ်ဖဲာ်မုာ်မုာ်လီၢ်ကဝီၤ တာ်ကၤဘၢမာ်တၢ်န့ာ်လီၤတအိာ်ဘာ်အဆါကတီၢ်သ့ဝဲန့ာ်လီၤ. ဝံသးစူၤဟံာ်ကဲတာ်ကၤဘၢမာ်အတၢ်ဃုထၢလၢကဒီသဒါလီၤနီၢ်ကစၢ်သး, အဟံာ်ဖိဃီဖိ ဒီးပုတဝါတဖာ်န့ာ်လီၤ. တါနီၢ်ဘာ်လၢနမုာ်ထီဃာ်ဝဲဒာ်တာ်ကၤဘၢမာ်န့ာ်တာ်ကမာ်နထုးကွံာ်ဝဲဒာ်တစီာ်တလီၢ်ဖိလၢတာ်အိာ်သးဒ်သိးဒီးတာ်သမံသမိးဟ် ဖျါထီာ်သးအဆါကတီၢ်န့ာ်လီၤ.