ငလျှင်လှုပ်ခြင်း

ဖြစ်ပွားပါက

WWW.CIVILDEFENCE.GOVT.NZ

Burmese

ငလျှင်လှုပ်ခြင်း ဖြစ်ပွားပါက

ဂုတ်ချ၊ အကာအကွယ်ယူ၊ မြဲမြဲကိုင်ထား

ငလျှင်လှုပ်ခြင်း အန္တရာယ် သည်၊ နယူးဇီလန် တနိုင်ငံလုံးတွင်ရှိနေပါသည်၊ ငလျှင်လှုပ်ပါက၊ မှန်ကန်သွက်လက်သော လှုပ်ရှားမှုများကို မည်သို့ လုပ်ဆောင်ရမည်ကို သိရှိထားခြင်းက၊ ထိခိုက်ဒါဏ်ရာရခြင်းကို ကာကွယ်နိုင်ပြီး၊ အသက်ပေါင်းများစွာကို ကယ်တင်နိုင်ပါသည်။

ငလျှင်လှုပ်ချိန်အတွင်း၊ **ဂုတ်ချ၊ အကာအကွယ်ယူ၊ မြဲမြဲကိုင်ထား။** ထိုသို့ လုပ်ဆောင်ခြင်းက၊ သင့်ကို တစ်စုံတစ်ခုနှင့် ထိခိုက် လဲကျခြင်းမှ ကာကွယ်ပေးသည်၊ ထိုသို့လုပ်ဆောင်ခြင်းဖြင့်၊ လဲပြိုမကျနိုင်လောက်အောင်၊ လွင့်စင်လာသော အပိုင်းအစများ မထိမှန်နိုင်လောက်အောင် သင့်ကို သေးငယ်သော ပစ်မှတ်တစ်ခုဖြစ်သွားစေပြီး၊ သင်၏ဦးခေါင်း၊ လည်တိုင် နှင့် အရေးပါသော ကိုယ်အင်္ဂါအစိတ်အပိုင်းများကို အကာအကွယ်ဖြစ်စေပါသည်။

- သင့်လက်နှင့် ဒူးခေါင်းပေါ်မှာ **ဂုတ်ချ** ပါ၊ ထိုသို့လုပ်ဆောင်ခြင်းက၊ သင့်ကို လဲကျခြင်းမှ အကာအကွယ်ပေးသလို လိုအပ်ပါက၊ သင်လှုပ်ရှားနိုင်သည်။
- သင့်ဦးခေါင်းနှင့် လည်တိုင် တို့ကို (သို့မဟုတ် ဖြစ်နိုင်ပါက သင့်ကိုယ်ခန္ဓာ တစ်ခုလုံး) တို့ကို၊ တောင့်တင်းခိုင်ခန့်သည့်၊ စားပွဲ၊ (သို့မဟုတ်) ခုံ (အကယ်၍ ခြေလှမ်းအနည်းငယ်အတွင်းဖြစ်ပါက) တို့၏အောက်တွင် **အကာအကွယ်ယူ** ပြီးနေပါ၊ ၊အကယ်၍၊ အမိုးအကာ အနီးအနားမှာ မရှိပါက၊ သင့်ဦးခေါင်း၊ လည်တိုင်တို့ကို သင့်လက်လက်မောင်းလက်ဖျံ တို့ဖြင့် ကာကွယ်ထားပါ။
- လှုပ်ခါခြင်း ရပ်တန့်သွားသည်အထိ၊ သင့်အကာအကွယ်တစ်ခုခုကို **မြဲမြဲကိုင်ထား** ပါ၊ (သို့မဟုတ် သင့်ဦးခေါင်းနှင့် လည်တိုင်ကို ကာကွယ်နိုင်သည့် အနေအထားတွင်ထားပါ)၊ အကယ်၍လှုပ်ခါခြင်းကြောင့် သင်အကာအကွယ်ယူထားသည့် အရာ ဟိုဟိုသည်သည်၊ ရွေ့လျားပါက၊ ၄င်းနှင့်အတူ လိုက်ရွှေ့ အကာအကွယ်ယူပါ။

အကယ်၍၊ အကာအကွယ် အနီးအနားတွင် မရှိပါက၊ အခန်းဒေါင့် တစ်နေရာသို့ တွားသွားပြီး၊ သင့်ဦးခေါင်း၊ လည်တိုင်တို့ကို သင့်လက်လက်မောင်းလက်ဖျံ တို့ဖြင့် ကာကွယ်ထားပါ။ အပြင်သို့ ထွက်မပြေးရ၊ အဝင်အထွက် တံခါးပေါက်တွင် ရပ်မနေရ။ လူအများစုမှာ လှုပ်ခါ နေစဉ်**အချိန်အတွင်း** လှုပ်ရှားသွားလာရန်ကြိုး စားသည့်အတွက် ထိခိုက်ဒါဏ်ရာရခြင်းဖြစ်ပါသည်။ လှုပ်ခါ ခြင်း ရပ်တန့်သွားသည်အထိ **ဂုတ်ချ၊ အကာအကွယ်ယူ၊ မြဲမြဲကိုင်ထား** ခြင်းက ပိုပြီး လုံခြုံစိတ်ချရပါသည်။

ယနေ့ပင် ကြိုတင်စီစဉ်မှုများပြုလုပ်ပါ၊ မည်သူက သင့်ကို အကူအညီပေးနိုင်မည်၊ သင့်အကူအညီကို မည်သူက လိုနိုင်သည်တို့ကို သိရှိထားပါ။ သင့်မြို့နယ်ရှိ ပြည်သူ့ အရေးပေါ် ကာကွယ်မှု စီမံခန့်ခွဲရေးအဖွဲ့ တွင် သင့်ဒေသအတွက် သတင်းအချက်အလက်များ ရရှိနိုင်ပါသည်။

Civildefence.govt.nz