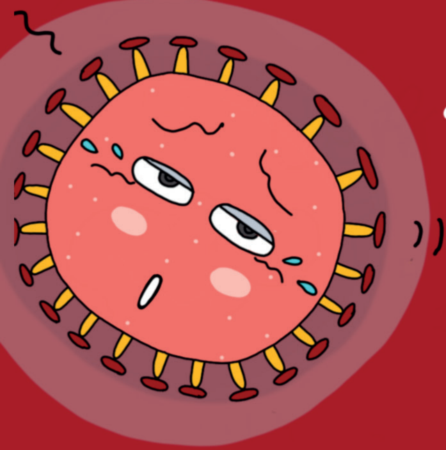
တို့တွေအားလုံးက သူရဲကောင်းတွေချည်းပါပဲ

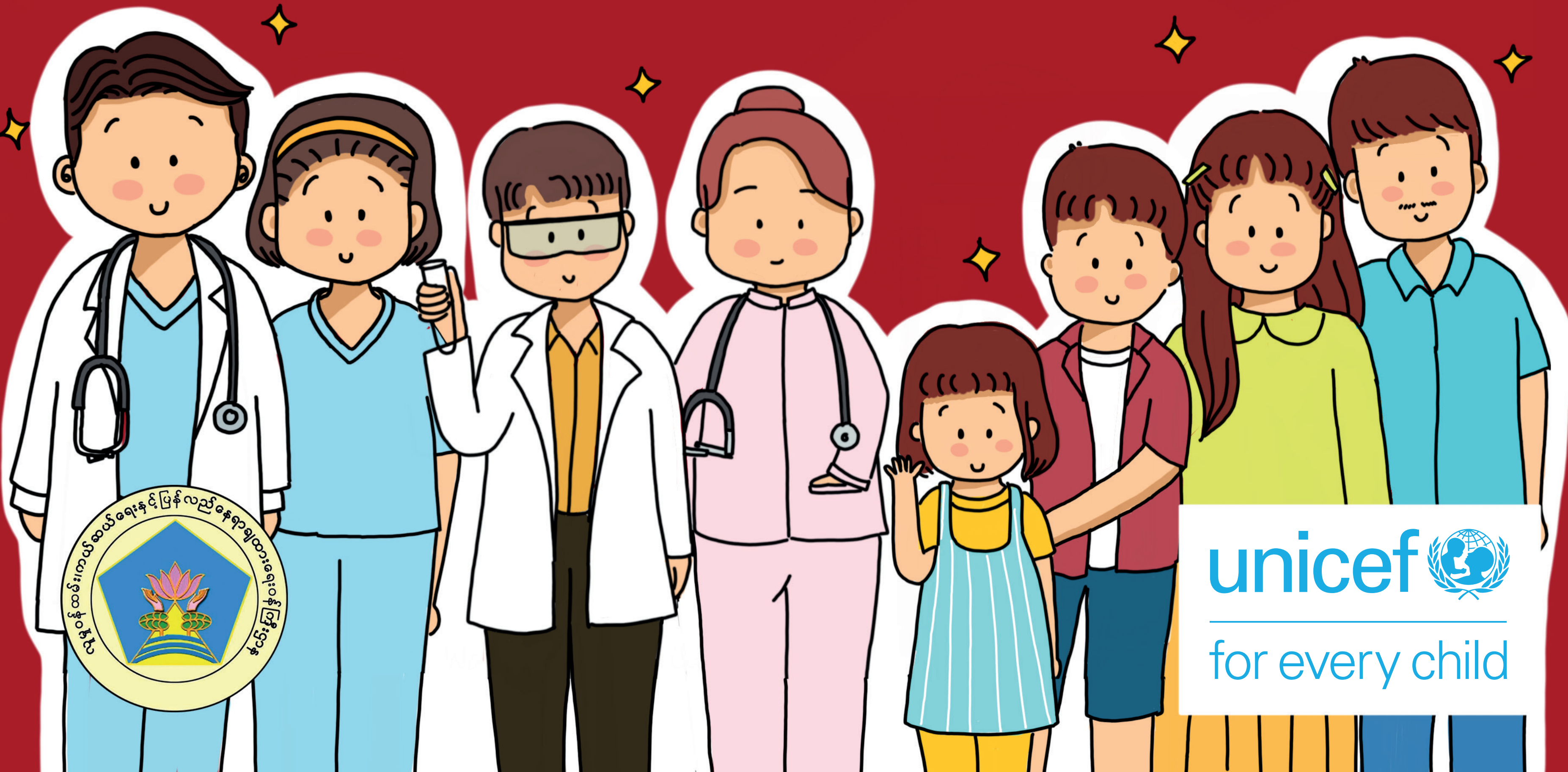


စာရေးဆရာ : Watiek Ideo
Nindia Maya

ကာတွန်းသရုပ်ဖော် : Luluk Nailufar

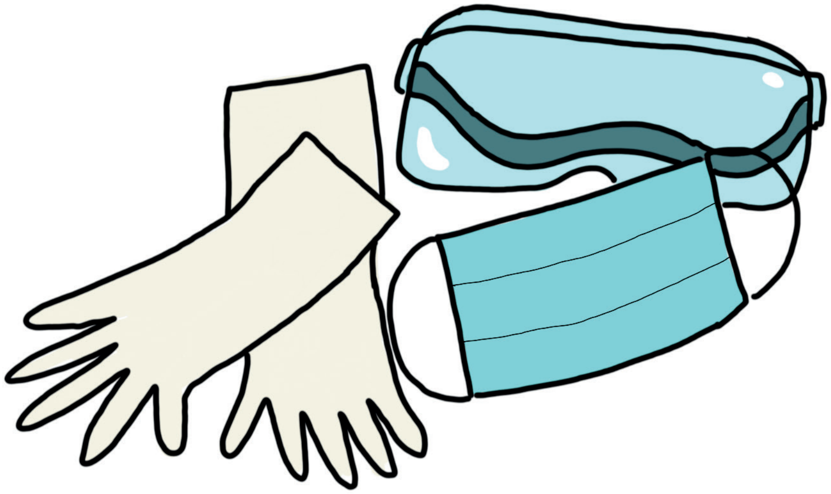
အင်္ဂလိပ်ဘာသာပြန်ဆိုသူ : Fitri Kurniawan

မြန်မာဘာသာပြန်ဆိုသူ : Khin Thiri Win



unicef
for every child

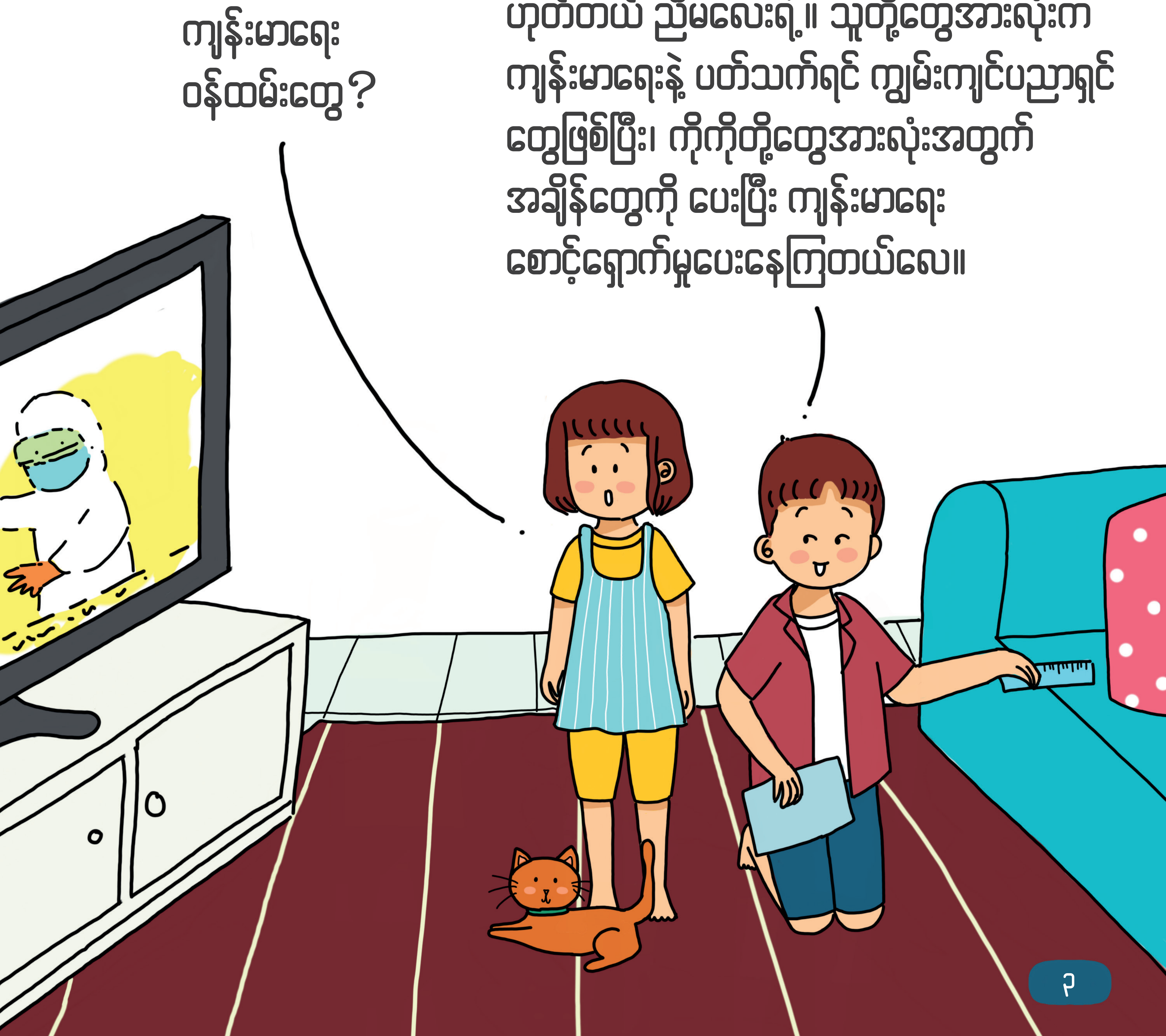
တို့တွေအားလုံးက သူရဲကောင်းတွေချည်းပါပဲ



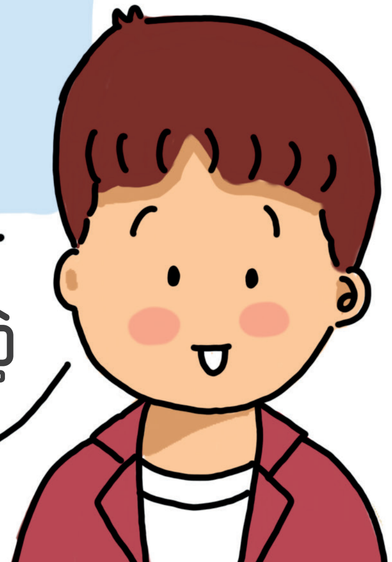
စာရေးဆရာ : Watiek Ideo
Nindia Maya
ကာတွန်းသရုပ်ဖော် : Luluk Nailufar
အင်္ဂလိပ်ဘာသာပြန်ဆိုသူ : Fitri Kurniawan
မြန်မာဘာသာပြန်ဆိုသူ : Khin Thiri Win

unicef
for every child

ကိုကို ဘာတွေ ကြည့်နေတာလဲ?
ကိုကိုက ကျန်းမာရေးဝန်ထမ်းတွေ ကိုဗစ်–၁၉ ရောဂါခံစားနေရသူတွေကို ပြုစုကုသပေးနေတာတွေ ပြတဲ့အစီအစဉ်ကို ကြည့်နေတာ ညီမလေး . . .


ကျန်းမာရေး
ဝန်ထမ်းတွေ?
ဟုတ်တယ် ညီမလေးရဲ့။ သူတို့တွေအားလုံးက
ကျန်းမာရေးနဲ့ ပတ်သက်ရင် ကျွမ်းကျင်ပညာရှင်
တွေဖြစ်ပြီး၊ ကိုကိုတို့တွေအားလုံးအတွက်
အချိန်တွေကို ပေးပြီး ကျန်းမာရေး
စောင့်ရှောက်မှုပေးနေကြတယ်လေ။

သူတို့တွေကတော့



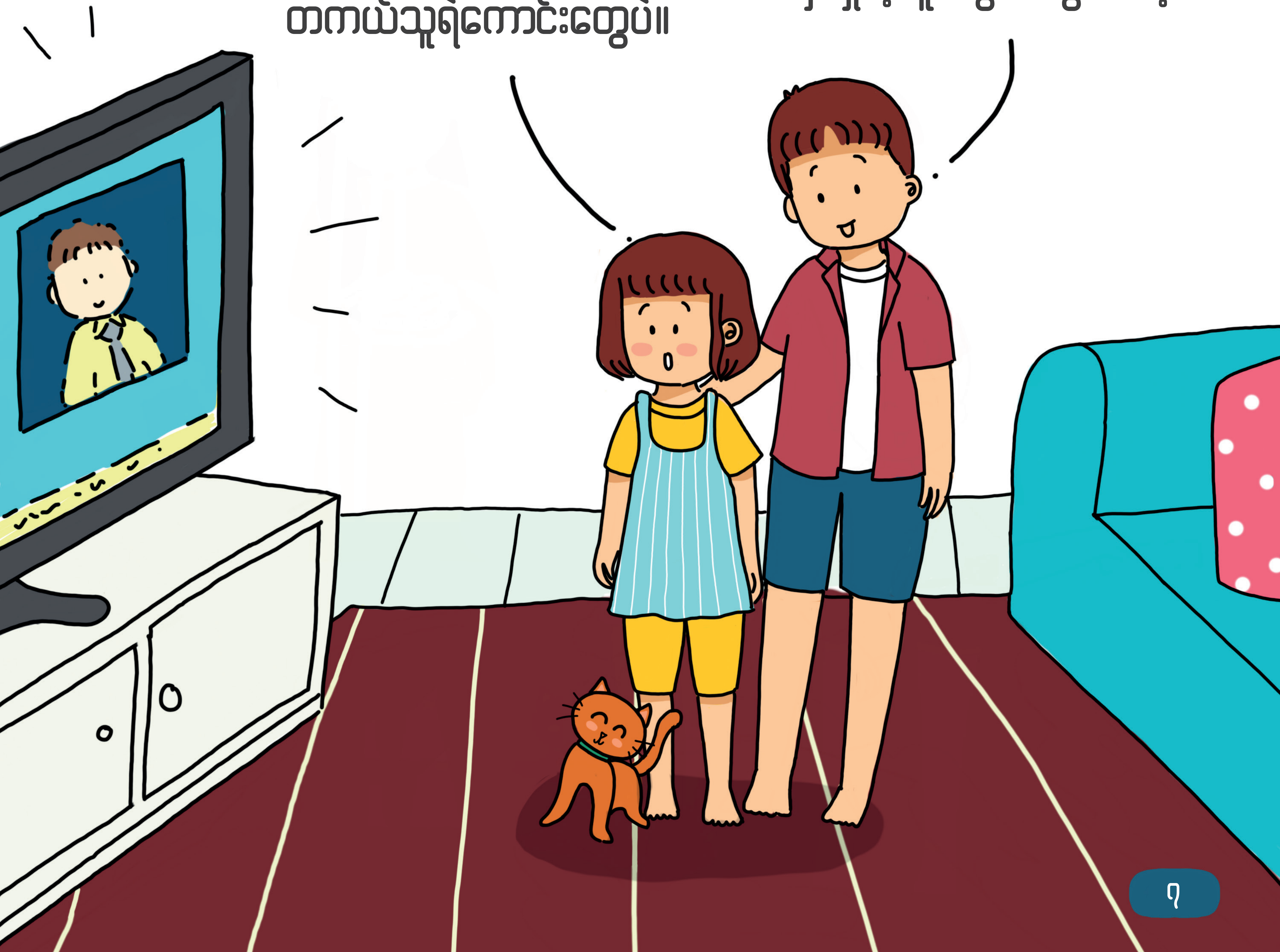
စေတနာ့ဝန်ထမ်းလုပ်အားပေးတွေ၊ ဆေးရုံတွေမှာရှိတဲ့ လူမှုရေးလုပ်သားတွေလည်း ပါကြတယ်လေ။

ဘာလို့ သူတို့တွေက
အာကာသဝတ်စုံတွေ
ဝတ်ထားတာလဲ?
အဲ့ဒါ အာကာသဝတ်စုံ
မဟုတ်ဘူး။ ဒီဝတ်စုံတွေက
ရောဂါပိုးမကူးစက်အောင်
ကာကွယ်ပေးလို့လေ။
TVQT

ဒါကတော့ အကာအကွယ်ပေးတဲ့ဝတ်စုံပေါ့။

ပူအိုက်နေမှာပဲနော် ကိုကို၊
နောက်ပြီး ရောဂါပိုးလည်း
ကူးနိုင်မှာပဲနော်။ သူတို့တွေက
တကယ်သူရဲကောင်းတွေပဲ။

ကိုကိုတို့ကိုယ်တိုင်လည်း
သူရဲကောင်းဖြစ်နိုင်တယ်လေ။
ကိုကိုတို့နဲ့ ဘေးပတ်ဝန်းကျင်
မှာရှိတဲ့လူတွေ အတွက်ပေါ့။



သူရဲကောင်းဖြစ်ဖို့ ဒါတွေလုပ်ရမယ်။

၁ ကိုယ်ခံအားကောင်းအောင်လုပ်ရမယ်။

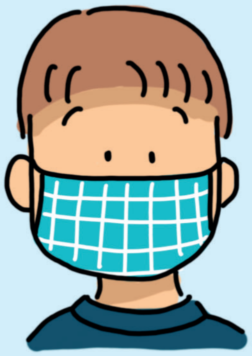
က။ အာဟာရပြည့်ဝတဲ့ အစားအစာတွေကို စားရမယ်။

ခ။ ကောင်းကောင်း အနားယူ ရမယ်။

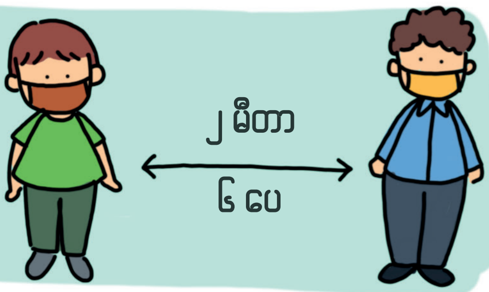
ဂ။ ကိုယ်လက်လှုပ်ရှား လေ့ကျင့်ခန်းလုပ်ရမယ်။

၂ လက်ကို ရေနဲ့ ဆပ်ပြာနဲ့ ခဏခဏသေချာဆေးရမယ်။

၃ အပြင်သွားတဲ့အခါတိုင်း ပါးစပ်နဲ့နှာခေါင်းစည်းကို သုံးရမယ်။



၄ လူတစ်ယောက်နဲ့ တစ်ယောက် ခပ်ခွာခွာနေရမယ်။



အော်ဟုတ်လား?
ဟုတ်တယ် ညီမလေးရဲ့။ အဲဒီလိုလုပ်မှ ကိုယ့်ကို ရောဂါပိုးကူးစက်တာက ကာကွယ်နိုင်သလို ကျန်းမာရေးဝန်ထမ်းတွေ အတွက်လည်း ကူညီရာရောက်တယ်။

အဲဒါကြောင့် တို့တွေအားလုံးလည်း
သူရဲကောင်းတွေပဲလေ။
ကိုရိုနာရောဂါပိုးကူးစက် မပြန့်ပွားအောင်
အားလုံးကပူးပေါင်းပြီး သေချာကာကွယ်ကြတာပေါ့။
ကိုယ့်ကိုကိုယ်အန္တရာယ်ကင်းအောင်နဲ့
ကျန်းမာအောင် နေကြရအောင်နော်။

စာရေးသူများ

@watiekideo

အိမ်မှာအလုပ်လုပ်တဲ့ မိခင်တစ်ဦးဖြစ်ပြီး
သူမရဲ့အချိန်တွေကို ကလေးတွေအတွက်
ပုံပြင်စာအုပ်များရေးသားခြင်းဖြင့်
နှစ်မြှုပ်ထားသူတစ်ဦးပါ။

@ nindiamaya

တက်ကြွသောဆရာမတစ်ယောက်ဖြစ်ပြီး
ကလေးများအတွက် ပုံပြင်တွေရေးသားပြီး
ပုံပြင်တွေကို ပြောပြရတာကို နှစ်သက်သူတစ်ဦးပါ။

ကာတွန်းသရုပ်ဖော်ရေးဆွဲသူ

@Lunamira_doodle

ပျော်ရွှင်စွာနေသော မိခင်တစ်ယောက်ဖြစ်ပြီး
ကလေးစာအုပ်များအတွက်လည်း
ရုပ်ပုံလေးများရေးဆွဲခြင်းကို နှစ်သက်သူတစ်ဦးပါ။

အင်္ဂလိပ်ဘာသာပြန်ဆိုသူ

@fitrikurn7

အချိန်ပြည့် မိခင်တာဝန်ကိုယူထားသလို တက္ကသိုလ်မှာလည်း
စာပေပို့ချသူတစ်ဦးဖြစ်ပါတယ်။ သူမဟာ ကလေးတွေအတွက်
စာအုပ်တွေရေးတာကိုလည်း နှစ်သက်သူတစ်ဦးပါ။

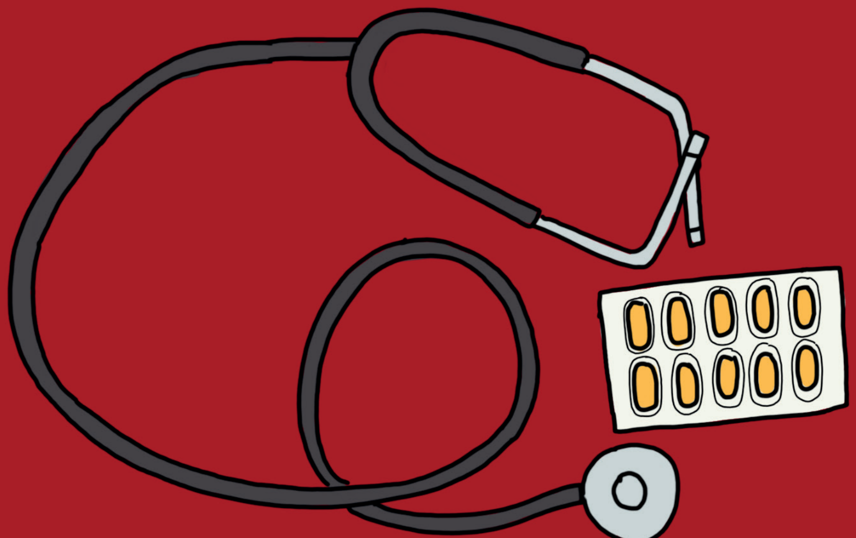
မြန်မာစာ ဘာသာပြန်ဆိုသူ

ခင်သီရိဝင်း

ကျန်းမာရေးဝန်ထမ်းတွေဟာ ကိုဗစ်–၁၉ ကိုရိုနာရောဂါပိုးကို ပြုစုကုသတဲ့အခါမှာ အရေးကြီးတဲ့နေရာက ပါဝင်နေကြပါတယ်။ သူတို့တွေက အကာအကွယ်ပေးတဲ့ ဝတ်စုံကြီးတွေကို ရောဂါပိုးရှိတဲ့ လူတွေကို စမ်းသပ်တဲ့အခါ၊ ရောဂါကုသပေးတဲ့အခါတွေမှာ ဝတ်ကြရတယ်။ ဝတ်စုံတွေ ဝတ်တဲ့အခါမှာ အရမ်းပူအိုက်နိုင်သလို သက်တောင့်သက်သာလည်း မရှိကြဘူး။

သူတို့တွေဟာ တကယ့်ကိုတော်တဲ့ သူရဲကောင်းတွေပါပဲ။

တို့တွေအားလုံးလည်း သူရဲကောင်းတွေဖြစ်နိုင်ကြတယ်လေ။ ဘယ်လိုဖြစ်နိုင်လည်းသိလား၊ ဒီစာအုပ်လေးကို ဖတ်ကြည့်ကြရအောင်။



unicef
for every child