



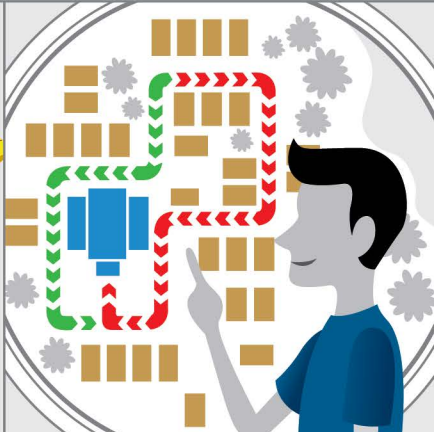
# ငလျင်လှုပ်ခြင်း

ငလျင်လှုပ်နေစဉ်အတောတွင်း အဆောက်အအုံများကိုပြိုကျပျက်ဆီးစေနိုင်သလို မီးလောင်ခြင်း၊ ဆူနာမီရေလှိုင်းများ၊ ရေကြီးခြင်းနှင့် မြေပြိုခြင်းကဲ့သို့သော အခြားသော နောက်ဆက်တွဲဘေးအန္တရာယ်များကို ဖြစ်ပွားစေပါသည်။ ငလျင်လှုပ်ခြင်းရပ်တန့်သွားသော အချိန်တွင် သင့်အတွက်အကောင်းဆုံးသော အခြေအနေ ဖြစ်စေရန်အတွက် အောက်ပါဘေးကင်းစေရေး အကြံပြုချက်များကို လိုက်နာဆောင်ရွက်ပါ။

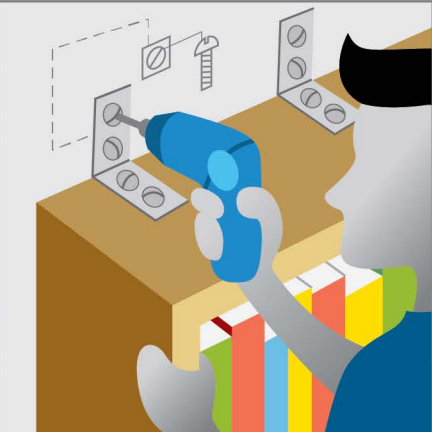
## ကြိုတင်ပြင်ဆင်ပါ



သင့်ယူဆောင်သွားမည့် အိတ်ကို ကြိုတင်ပြင်ဆင်ပါ။



လိုအပ်ပါက ဘေးကင်းရာသို့ရှေ့ပြောင်းနိုင်မည့် နေရာကို သိရှိစေရန်လေ့လာပါ။

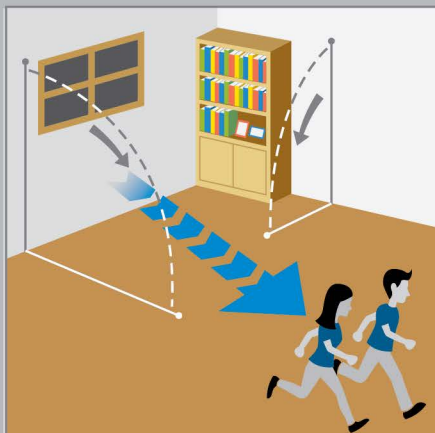


လွဲကျနိုင်သောပစ္စည်းများကို ခိုင်ခန့်စေရန်လုပ်ဆောင်ပါ။



မီးသတ်ပစ္စည်းများကို ပြင်ဆင်ပါ။

## ငလျင်လှုပ်နေစဉ်အတောအတွင်း



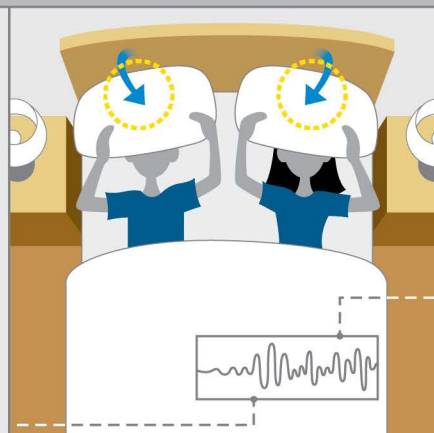
လေးလံသောပစ္စည်းများ၊ မှန်တံခါးများနှင့် ပြတင်းပေါက်များ မှဝေးသောနေရာများတွင် နေပါ။



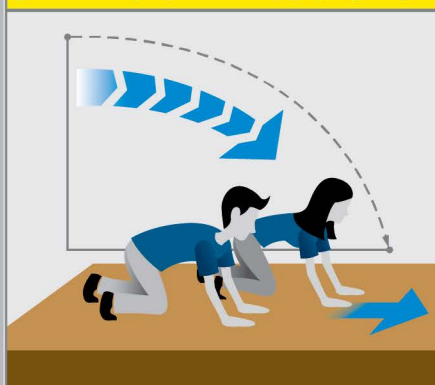
အကယ်၍မီးလောင်ခဲ့ပါက မီးသတ်ဆေးဘူးဖြင့် ချက်ချင်းငြိမ်းသတ်ပါ။



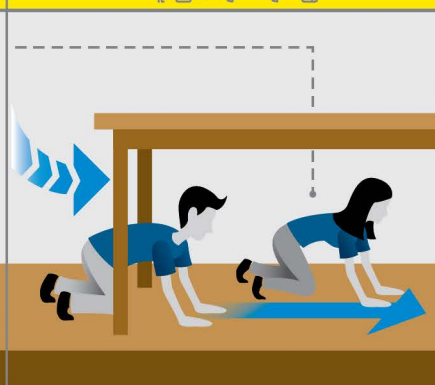
တံခါးများကို အလွယ်တကူဖွင့်နိုင်စေရန် သေချာစွာလုပ်ဆောင်ပါ။ အကယ်၍ လွယ်ကူစွာ ဖွင့်ပါက တွန်းတိုက်၍ရှောင်ပါ။



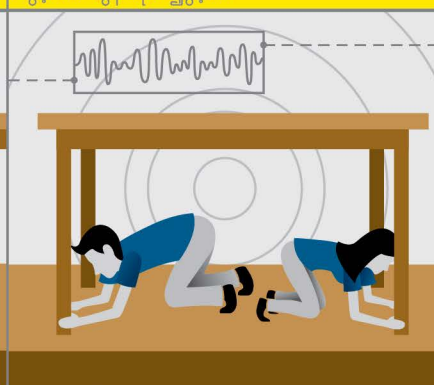
အကယ်၍သင်သည် အိပ်ရာအတွင်းတွင်ရှိနေပါက မရွေ့လျားပါနှင့် ထိုနောက် ခေါင်းအုံဖြင့် သင်၏ဦးခေါင်းကို ဖုံးအုပ်ထားပါ။



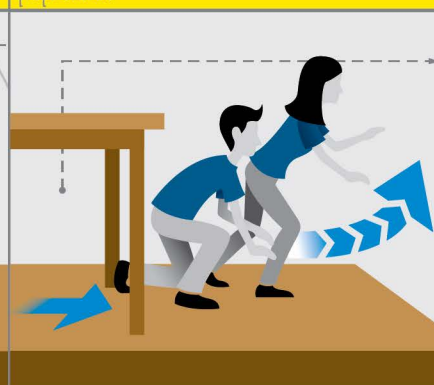
အကယ်၍သင်သည်အိမ်ထဲတွင်ရှိနေပါက လေးဘက်ထောက်ထိုင်ချပါ။



ပြီးလျှင်စာကြည့်စားပွဲခုံအောက်သို့ လေးဘက်ထောက်သွား၍ အကာကွယ်ယူပါ။



ထိုစာကြည့်စားပွဲခုံ ခြေထောက်များ၏ တစ်ဖက်တစ်ချက်စီ စွဲမြဲစွာကိုင်ထားပါ။

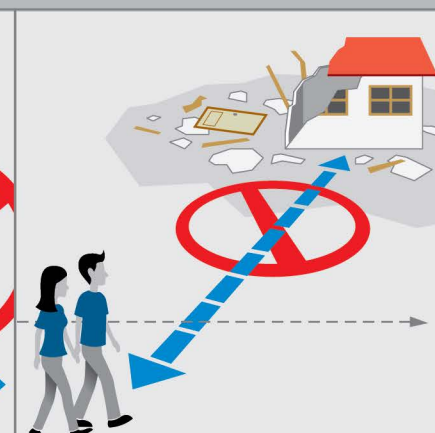


ငလျင်လှုပ်ခြင်းရပ်တန့်သွားသည်အထိစောင့်ပါပြီးလျှင် အပြင်ပြန်ထွက်ပါ။

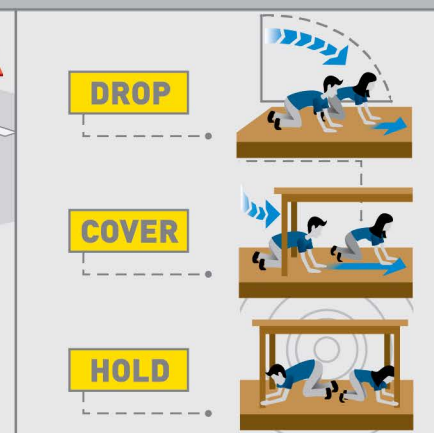
## ငလျင်လှုပ်ခတ်ပြီးနောက်



သင်ပြင်ဆင်ထားသော ယူဆောင်သွားမည့်အိတ်ကို သယ်ယူပြီး အပြင်သို့ထွက်ခွာပါ။ ထိုသို့ထွက်ခွာရာတွင် ဓာတ်လှေကားကို လုံးဝ အသုံးမပြုနှင့်။



ပျက်ဆီးနေသော အဆောက်အအုံများနှင့်ဝေးသောနေရာတွင်နေပါ။



ငလျင်ထပ်မံ လှုပ်ခတ်ခဲ့ပါကလည်း အထက်ပါ အဆင့်များအတိုင်း လုပ်ဆောင်ပါ။



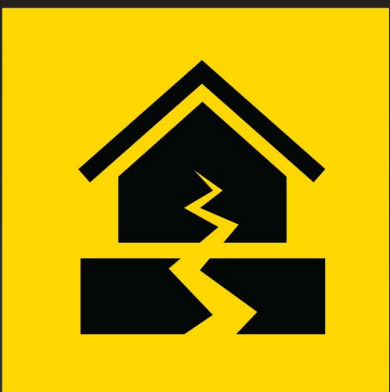
ဒေသခံ အာဏာပိုင်များထံမှ ဘေးကင်းစိတ်ချရပြီးဟု မကြေငြာမချင်း အိမ်သို့မပြန်ပါနှင့်။



# SAFE STEPS

## NATURAL DISASTERS

# ငလျင်လှုပ်ခြင်း



ငလျင်လှုပ်နေစဉ်အတောတွင်း အဆောက်အအုံများကိုပြိုကျပျက်ဆီးစေနိုင်သလို မီးလောင်ခြင်း၊ ဆူနာမီရေလှိုင်းများ၊ ရေကြီးခြင်းနှင့် မြေပြိုခြင်းကဲ့သို့သော အခြားသော နောက်ဆက်တွဲဘေးအန္တရာယ်များကို ဖြစ်ပွားစေပါသည်။ သင့်အတွင်းအကောင်းဆုံးသော အခွင့်အရေးသည် ငလျင်လှုပ်ခြင်းရပ်တန့်သွားသော အချိန်တွင်ထွက်ပေါ်လာတတ်ပြီး အောက်ပါဘေးကင်းစေရေး အကြံပြုချက်များကို လိုက်နာဆောင်ရွက်ပါ။

- ▶ ပစ္စည်းများကို ခိုင်ခန့်စေရန်လုပ်ဆောင်ပါ။
- ▶ လေးဘက်ထောက်ထိုင်ချပါ။ အကာကွယ်ယူပါ။ စွဲမြဲစွာကိုင်ထားပါ။
- ▶ ဓာတ်လျှောက်ကားကို လုံးဝအသုံးမပြုပါနှင့်။



တိုက်ဖုန်းမုန်တိုင်း



အရေးပေါ်သုံးပစ္စည်းများ



မီးလောင်ခြင်း



ရေကြီးခြင်း



# SAFE STEPS

NATURAL DISASTERS



**MANNY  
PACQUIAO**  
SAFE STEPS AMBASSADOR

သင်သည်လည်း အန္တရာယ်များမှ လွတ်မြောက်နိုင်သူတစ်ဦးဖြစ်နိုင်ပါတယ်။