



"ခိုလှုံရန်"
မည်သ
ည့်အရာများ
ပဏ္ဍိတ်သင့်
ပါသလဲ။



ခိုလှုံခင်းသည် မူလတန်းကျောင်း/ ဂျနီယာ အထက်တန်းကျောင်း၊
သို့မဟုတ် ကွန်မန်ဒိုတီစင်တာ စသည်တို့ထဲ
ချိုးရိုး ပြင်ဆင်မှုခံရခြင်းထက် ပိုမိုရုပ်ထွေးပါသည်။
"ခိုလှုံခင်း" သည် အန္တရာယ်မှ လွတ်မြောက်ရာသို့
ပြောင်းရွှေ့ခင်းကို ဆိုလိုသည်။
ပဏ္ဍိတ်ရသည့် အဆင့် ၄ အင့် ရှိပါသည်။



ဒေသဆိုင်ရာ အာဏာပိုင်များ
စီစဉ်သတ်မှတ်ထားသည့် ခိုလှုံရန်နေရာတွင် ခိုလှုံပါ။

ဆွမျိုး သို့မဟုတ် အသိမိတ်ဆွ၏
လုံခြုံရေး အိမ်တွင် ခိုလှုံပါ။

မိမိနှင့် သယ်ဆောင်သွားရမည့်
ပစ္စည်းများ
ပါးစပ်နှင့်အခေါင်းစည်းများ
ပိုးသတ်ဆေးရည်
အပူချိန်တိုင်းကိရိယာ
ဧည့်ပုံမိန့်များ စသည်

ဘေးအန္တရာယ်ကျရောက်ချိန်တွင်
ခိုလှုံရန်အတွက်
၎င်းတို့ကို ကြိုတင်ပြင်ဆင်ထားရမည်။

မှတ်ချက်- နေရာလုံခြုံမှုမရှိ
ဘေးအန္တရာယ်ပျံ့နှံ့နေသည့် နေရာတွင် နေထိုင်ပါ။

ဘေးအန္တရာယ်
ကျရောက်ချိန်တွင်
မည်သို့ပြုမည်ကို
ကြိုတင်ဆုံးမ
ထားပါ။

လုံခြုံရေး ဟိုတယ်၊ တည်းခိုခန်း
စသည်တို့တွင် ခိုလှုံပါ။

အဆောက်အဦးအတွင်းတွင် နေထိုင်ပါ။

ဘေးအန္တရာယ်ကျရောက်
ချိန်တွင် ခိုလှုံရန်အတွက်
၎င်းတို့ကို ကြိုတင်ပြင်
ဆင်ထားရမည်။

ပုံမှန်တည်းခိုသည့်
အစိုးအပေးရန်
လိုအပ်ပါသည်။
ကျင့်သုံး အခန်းမှာယူပါ။

အောက်တွင်ရှင်းပြထားသော
"အနုအသား ၃ မျိုး" နှင့် ကိုက်ညီမှုရှိပါက
မိမိ၏ ဘေးအန္တရာယ်ပြင်ဆင်မှုတွင်
စစ်ဆေးရန်လိုအပ်သည်။

မှတ်ချက်- မပြုနိုင်သည့် အန္တရာယ်ရှိပါက
အဆောက်အဦးအတွင်းတွင်
တည်းခိုနေရာချခင်း
မပြုသင့်ပါ။

အမည်ဆုံး ရလေ့မ်းမိုးနိုင်ခဲ
ပြုနိုင်သည့်အမှတ်

"အနုအသား ၃ မျိုး" နှင့် ကိုက်ညီမှုရှိပါက ရကောဗြဟ္မာနုဗျေဒနာပင်လျှင် အဆောက်အဦးအတွင်း ခိုလှုံရန် မပြုနိုင်ပါသည်။

❶ သင့်အိမ်သည် အိမ်များပြုပြင်မှုမရှိသည့်
ရလေ့မ်းမိုးနိုင်သည့်ဟု ယူဆရသော နေရာတွင် မတည်ရှိခြင်း။

(တည်ရှိလျှင်...)

ယူဆရသော အိမ်များသည်
ရလေ့မ်းမိုးနိုင်မှု အရှိန်မပြင်းသော
ကနဦးအဆင့်ရှိပါသည်။

မပြုပြင်ပြုပြင်မှုမရှိသော
ကနဦး သင့်အိမ်တစ်ခုလုံး
မျှတပါသွားနိုင်ပါသည်။

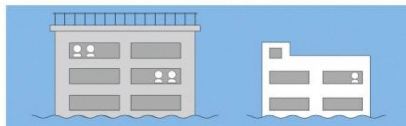
❷ သင့်အိမ်သည် ရလေ့မ်းမိုးနိုင်သည့် အမှတ်ထက် အမီတွင်ရှိခြင်း။

အဆောက်အဦးအတွင်းတွင်	5-10 မီတာ (ရလေ့မ်းမိုးနိုင်သည့် အဆောက်အဦးအတွင်းတွင်)
အဆောက်အဦးအတွင်းတွင်	3-5 မီတာ (ရလေ့မ်းမိုးနိုင်သည့် အဆောက်အဦးအတွင်းတွင်)
အဆောက်အဦးအတွင်းတွင်	0.5-3 မီတာ (ရလေ့မ်းမိုးနိုင်သည့် အဆောက်အဦးအတွင်းတွင်)
အဆောက်အဦးအတွင်းတွင်	0.5 မီတာအောက် (ရလေ့မ်းမိုးနိုင်သည့် အဆောက်အဦးအတွင်းတွင်)

❸ ရေ/ရေကုစာစသည်ရှိပါက ရေကျသွားသည်အထိ နေထိုင်သည့် အနုအသားရှိခြင်း။

(ထိုသို့မဟုတ်လျှင်...)

ရေ၊ ရေကုစာ၊ ဆေးဝါး စသည်တို့ လုံလောက်အောင် ရရှိနိုင်ရန် ကြိုးပမ်းရန်လိုအပ်သည်။ သို့မဟုတ် လျှပ်စစ်၊ ကတ်စ်၊ ရေနှင့် အိမ်သာစသည့်အရာများ
အသုံးပြုမှုမရဘဲ မရှိနိုင်ပါသည်။



မှတ်ချက်- ဘေးအန္တရာယ်ပျံ့နှံ့နေသည့် ခိုလှုံရန်အတွက် ခိုလှုံရန်နေရာတွင် ရလေ့မ်းမိုးနိုင်သည့်ဟု ယူဆရသော နေရာနှင့် ခိုလှုံရန်နေရာများ (ရလေ့မ်းမိုးမှု ကြိုတင်)
စသည်တို့ကို မဖြစ်မနေ ခြုံငုံထားရမည်။ စည်းပုံအားဖြင့် အာဏာပိုင်အဖွဲ့ကို ဆက်သွယ်မေးမြန်းပါ။

မိုးပြင်းထန်စွာ ရွာသွန်းနေချိန်တွင် အပြင်ထွက်ခြင်းသည် ကားဖြင့်ဆို
လျှင်ပင် အန္တရာယ်ရှိပါသည်။ ကားပေါ်တွင် မဖြစ်မနေ ညအိပ်ရမည်ဆိုပါ
က သင့်ပတ်ဝန်းကျင်ကို အထူးဂရုပြုစစ်ဆေးခြင်း စသည်ဖြင့် ရလေ့မ်း
မိုးမှုတွင် ပိတ်မိမနေစေရန် လုပ်ဆောင်ပါ။