



ကာကွယ်ဆေးထိုးခြင်းသည် သင့်မိသားစုနှင့် အသိုင်းအဝိုင်းကို Covid-19 မှ ကာကွယ်ရန် အကောင်းဆုံးနည်းလမ်းဖြစ်သည်။

လူမှုအကွာအဝေးကို ထိန်းသိမ်းခြင်း၊ လက်ကို မကြာခဏ ဆေးကြောခြင်း နှင့် မျက်နှာကို အကာအကွယ် ဝတ်ဆင်ခြင်းတို့ကလည်း ရောဂါပိုးကူးစက် နိုင်ခြေကို လျော့နည်းစေသည်။



learn.tearfund.org
✉ publications@tearfund.org

Registered office: Tearfund, 100 Church Road, Teddington, TW11 8QE, United Kingdom. Registered in England: 994339. A company limited by guarantee
Registered Charity No. 265464 (England & Wales) Registered Charity No. SC037624 (Scotland). ဖွဲ့: Tearfund



Covid-19 ကာကွယ်ဆေးများသည် ပြင်းထန်သော ဖျားနာမှုအန္တရာယ်ကို သိသိသာသာလျော့ချ ပေးသည်။

ကျန်းမာရေးနဲ့ ညီညွတ်တဲ့ အစားအသောက်၊ လေ့ကျင့်ခန်းမှန်မှန်လုပ်ပြီး
အိပ်ရေးဝဝအိပ်တာက ကိုယ်ခံအားစနစ်ကို အားကောင်းစေပါတယ်။



learn.tearfund.org
✉ publications@tearfund.org

Registered office: Tearfund, 100 Church Road, Teddington, TW11 8QE, United Kingdom. Registered in England: 994339. A company limited by guarantee
Registered Charity No. 265464 (England & Wales) Registered Charity No. SC037624 (Scotland). ဖွဲ့: Tearfund