

မိုးခေါင်ရေရှားဘေးအတွက် ကြိုတင်ပြင်ဆင်ရန်များ

၆။ ရောဂါဖြစ်ပွားပါက နီးစပ်ရာကျန်းမာရေးဌာနများမှ ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုများကို အချိန်မီရယူပါ။



၇။ ပူပြင်းခြောက်သွေ့မှုလွန်ကဲသောကြောင့် ဖြစ်ပေါ်တတ်သည့် မီးဘေးအန္တရာယ်ကို သတိပြုပါ။



၈။ သက်ကြီးရွယ်အိုများ၊ နို့တိုက်မိခင်များ၊ ကိုယ်ဝန်ဆောင်မိခင်များ၊ ကလေးသူငယ်များနှင့် မသန်စွမ်းသူများကို ဦးစားပေးကူညီစောင့်ရှောက်ပါ။



မိုးခေါင်ရေရှားဖြစ်ပေါ်ပြီးချိန်တွင် ပြုလုပ်ရန် အချက်များ

၁။ ထိခိုက်ပျက်စီးမှုများကို သက်ဆိုင်ရာဌာနများသို့ တိုက်ရိုက်ဖြစ်စေ၊ ဒေသခံလူမှုအဖွဲ့များမှတစ်ဆင့် ဖြစ်စေ အကြောင်းကြား၍ အကူအညီရယူပါ။

အမျိုးသားသဘာဝဘေးအန္တရာယ်ဆိုင်ရာစီမံခန့်ခွဲမှုကော်မတီ

လူမှုဝန်ထမ်း၊ ကယ်ဆယ်ရေးနှင့် ပြန်လည်နေရာချထားရေး ဝန်ကြီးဌာန

အထွေထွေအုပ်ချုပ်ရေးဦးစီးဌာန

၂။ ယခင်အတွေ့အကြုံများကို အခြေခံပြီး ကြိုတင်ပြင်ဆင်မှု များဆောင်ရွက်ထားပါ။



၃။ ပတ်ဝန်းကျင်စိမ်းလန်းစိုပြည်ရေးကို မိမိတတ်စွမ်းသရွေ့ ဆောင်ရွက်ပါ။



၄။ မိုးခေါင်ခြင်းအတွက် ရေအရင်းအမြစ်ပြုပြင်မှုများပြုစုရေးဆွဲရာတွင် ဝိုင်းဝန်းကူညီဆောင်ရွက်ပါ။



၅။ တွေ့ကြုံခဲ့မှုများအားအခြေခံ၍ ဒေသအလိုက်မိုးခေါင်မှုအကဲခတ်နိုင်သော စိုက်ပျိုးရေးနည်းစနစ်များအကြောင်းကို အခြားသူများအားအသိပေးပါ။



သဘာဝဘေးအန္တရာယ်ကြုံတွေ့လျှင်ဆက်သွယ်ရန် လူမှုဝန်ထမ်း၊ ကယ်ဆယ်ရေးနှင့် ပြန်လည်နေရာချထားရေး ဝန်ကြီးဌာန မိုးအမှတ်(၂၃) ဝန်ကြီးဌာန ဦးစီးဌာန - ၂၄ နာရီဆက်သွယ်ရန် - ၀၆၇ - ၃၄၀၄၆၆၆၊ ၀၆၇ - ၃၄၀၄၇၇၇ Email - ddmrelief.lm@gmail.com, reliefupper2020@gmail.com, myanmarreoc.rrd@gmail.com

Download on the App Store or Get it on Google Play

Developed and Printed by:



လူမှုဝန်ထမ်း၊ ကယ်ဆယ်ရေးနှင့် ပြန်လည်နေရာချထားရေး ဝန်ကြီးဌာန



မိုးခေါင်ရေရှားပညာပေးစာစောင်

မဖြစ်မီ ကြိုတင်ပြင်ဆင်ရန်များ

၁။ သက်ဆိုင်ရာဌာနများမှတစ်ဆင့်ပေးအပ်သောဒေသအလိုက်ရာသီဥတုဆိုင်ရာသတင်းအချက်အလက်များကို စဉ်ဆက်မပြတ်ရယူပါ။ အခြားသူများကိုလည်းပေးပါ။



၂။ ရာသီအလိုက်ဖြစ်ပေါ်သော မိုးခေါင်ရေရှားခြင်း လက္ခဏာများမှာ

- ပူပြင်းခြောက်သွေ့သည့်ကာလကြာရှည်လာခြင်း
- စိမ်းလန်းသောသစ်ပင်များ ညှိုးနွမ်းခြောက်သွေ့လာခြင်း
- ရေတွင်းရေကန်များ လျော့ပါးခြောက်သွေ့လာခြင်းစသည့် တို့ကို သိရှိထားပြီး ကြိုတင်ပြင်ဆင်မှုများ ပြုလုပ်ထားပါ။



၄။ သက်ဆိုင်ရာဌာနမှ အကြံပြုထားသည့် ရာသီဥတုအကဲခတ်နိုင်သော သီးနှံနှင့်မျိုးစေ့များကိုစိုက်ပျိုးပါ။



၆။ မိုးခေါင်ရေရှားခြင်းဖြစ်နိုင်ခြေရှိကြောင်းသတိပေးချက်ရရှိပါကမိမိရရှိရသည့်ရေတွင်း၊ ရေကန်များကိုစနစ်တကျ ထိန်းသိမ်းသုံးစွဲပါ။



၇။ အရိပ်ရသစ်ပင်များကိုစိုက်ပျိုးထားပါ။



မိုးခေါင်ရေရှားဖြစ်နေစဉ်လိုက်နာရန် အချက်များ

၁။ ရေကို ပြီးမြဲ ဓလွှတာသုံးစွဲပါ။ မျိုးရေသုံးစေရမည့်အခြားသင့်တော်သည့်နေရာများတွင်ပြန်လည်အသုံးပြုပါ။



၂။ ရေကိုကျိတ်ချက်၍သောက်ပါ။ (သို့မဟုတ်) အခြားရေသန့်စနစ်တစ်မျိုးမျိုးကိုအသုံးပြုပါ။



၃။ မိုးခေါင်ရေရှားခြင်းနှင့် ပတ်သက်၍ သက်ဆိုင်ရာဌာနများမှ ထုတ်ပြန်သည့် အရေးပေါ်သတိပေးချက်များကိုစဉ်ဆက်မပြတ် ရယူပြီးလိုက်နာဆောင်ရွက်ပါ။



၄။ သက်ဆိုင်ရာဌာနများလူမှုရေးအဖွဲ့များနှင့် ရိုက်ဆက်ဆောင်ရွက်ပြီးအကူအညီရယူပါ။

စိုက်ပျိုးရေးဦးစီးဌာန ကျန်းမာရေးဦးစီးဌာန

လူမှုဝန်ထမ်း၊ ကယ်ဆယ်ရေးနှင့် ပြန်လည်နေရာချထားရေး ဝန်ကြီးဌာန

ဓမ္မမြူးရေးနှင့်ကုသရေးဦးစီးဌာန

၅။ မိသားစုအလိုက်လိုအပ်ချက်များကိုသိရှိထားပြီး သန့်ရှင်းသောသောက်သုံးရေများနှင့် အစားအစာများကို ကြိုတင်စုဆောင်းထားပါ။



၈။ စည်းကမ်းမဲ့ သစ်ခုတ်ခြင်း၊ တောမီးရှို့ခြင်း နှင့် တောင်ယာခုတ်ခြင်းများမပြုလုပ်ပါနှင့်။



၆။ တစ်ကိုယ်ရေသန့်ရှင်းရေးနှင့် ပတ်ဝန်းကျင်သန့်ရှင်းရေးကို ဂရုစိုက်ပါ။



၉။ မိသားစုအလိုက်လိုအပ်ချက်များကိုသိရှိထားပြီး သန့်ရှင်းသောသောက်သုံးရေများနှင့် အစားအစာများကို ကြိုတင်စုဆောင်းထားပါ။

၅။ တစ်ကိုယ်ရေသန့်ရှင်းရေးနှင့် ပတ်ဝန်းကျင်သန့်ရှင်းရေးကို ဂရုစိုက်ပါ။

မီးဘေးအန္တရာယ်ကြိုတင်ပြင်ဆင်ရန်များ

၂။ မီးလောင်နေစဉ်တွင် ဝင်လမ်း/ထွက်လမ်း ပိတ်ဆို့ခြင်း၊ လူစုခြင်း၊ လမ်းပေါ်တွင် ပစ္စည်းများချထားခြင်း မပြုလုပ်ရ။



၃။ အထပ်မြင့်တိုက်များတွင် မီးလောင်နေစဉ် ခုန်ချခြင်း မပြုလုပ်ရ။(အရေးပေါ် ထွက်ပေါက်ကိုအသုံးပြုပါ။)



မီးငြိမ်းပြီးပါက ပြုလုပ်ရန်အချက်များ။



၁။ မိသားစုဝင်များကို ဖုံးမတုံ့စစ်ဆေးပါ။



၂။ ထိခိုက်ဒဏ်ရာရသူများကို စစ်ဆေးပြီး လိုအပ်သော အကူအညီများပေးပါ။



၃။ သက်ဆိုင်ရာအစိုးရဌာန၏ ခွင့်ပြုချက်ရရှိမှသာ မီးလောင်ပြီးသောအဆောက်အအုံအတွင်းသို့ဝင်ပါ။

၄။ လုံခြုံရေးအစီအမံများအတွက် ကူညီဆောင်ရွက်ပါ။

မီးလောင်မှုဖြစ်ပွားသည့်ပုံစံနှင့် မီးငြိမ်းသတ်ရန်နည်းလမ်းများ။

၁။ လူနှင့်အဝတ်အစားများကို မီးလောင်ခြင်း။

- ကြောက်လန့်တကြားမပြေးပါနှင့်။
- မြေကြီး(သို့) ကြမ်းပြင်ပေါ်သို့ လှဲချ၍ ခန္ဓာကိုယ်ကို လှိမ့်ပါ။
- ရေရှိသောအဝတ်စင်မြင့် မီးလောင်သူကို ဖုံးအုပ်ပါ။



၂။ သစ်သား၊ စက္ကူများလောင်ကျွမ်းခြင်း။

- ရေ၊ ရေခဲအိတ်(သို့) သဲ၊ မီးသတ်ဆေးဘူးဖြင့် ငြိမ်းသတ်ပါ။



၃။ ဓာတ်ဆီ၊ ဓာတ်သုံးဆီများလောင်ကျွမ်းခြင်း။

- ရေခဲအိတ်၊ သဲတို့နှင့် အုပ်၍ (သို့) မီးသတ်ဆေးဘူးအသုံးပြု၍ ငြိမ်းသတ်ပါ။ (ရေဖြင့်မငြိမ်းရ။)

၄။ လျှပ်စစ် ဝါယာရှော့ဖြစ်ခြင်း။

- ပင်မ မိန်းခလုတ်ကိုပိတ်ပါ။ (မိန်းခလုတ်မပိတ်ဘဲရေဖြင့် မငြိမ်းရ။)
- ခြောက်သွေ့သောအဝတ်ပိတ်စတိုဖြင့် ရိုက်ပုတ် ငြိမ်းသတ်ပါ။
- မီးသတ်ဆေးဘူး အသုံးပြုပါ။

၅။ အိမ်သုံး ဂက်စ်အိုး မီးလောင်ခြင်း။

- ဓါတ်ငွေ့ထွက်ပေါက်ကို လက်(သို့)သင့်လျော်သော ပစ္စည်းဖြင့် ပိတ်ပါ။ ဓါတ်ငွေ့ ပိုက်လိုင်းကို ခေါက်၍ အပြန်ဆုံး ပိတ်နိုင်အောင် ဆောင်ရွက်ပါ။
- မီးသတ်ဆေးဘူး အသုံးပြုပါ။
- မီးသတ်ဌာနကိုဆက်သွယ်ပါ။



လူမှုဝန်ထမ်း၊ ကယ်ဆယ်ရေးနှင့် ပြန်လည်နေရာချထားရေး ဝန်ကြီးဌာန



မီးဘေး ပညာပေးစာစောင်

မီးဘေးအတွက်ကြိုတင် ပြင်ဆင်ရန်များ

၁။ မီးငြိမ်းသတ်ရန်ပစ္စည်းများ(မီးသတ်ဦးစီးဌာန၏ စံနှုန်းနှင့် ကိုက်ညီသော မီးချိတ်၊ မီးကပ်၊ ရေပုံး၊ သဲအိတ်များ၊မီးသတ်ဆေးဘူးများ)အသင့်ထားရှိပါ။



၂။ မြို့၊ရပ်ကွက်၊ ကျေးရွာအလိုက် အပေါ့စားမီးသတ်စက်များ၊ မီးသတ်ရေကန်များ၊ မီးငြိမ်းသတ်ရေးပစ္စည်းကိရိယာများ အသင့် ရှိ စေရေး အတွက် ပူးပေါင်းပါဝင်ပါ။

၃။ မီးလောင်နေစဉ်တွင် ပြုမူနေထိုင်ရမည့် နည်းလမ်းများကို မိသားစုဝင်များအား အသိပေး လေ့ကျင့်ထားပါ။



၄။ အရေးပေါ်အချိန်တွင် သယ်ယူမည့်ပစ္စည်းများ၊ အရေးကြီးစာရွက်စာတမ်းများကို ကြိုတင်ပြင်ဆင်ထားပါ။



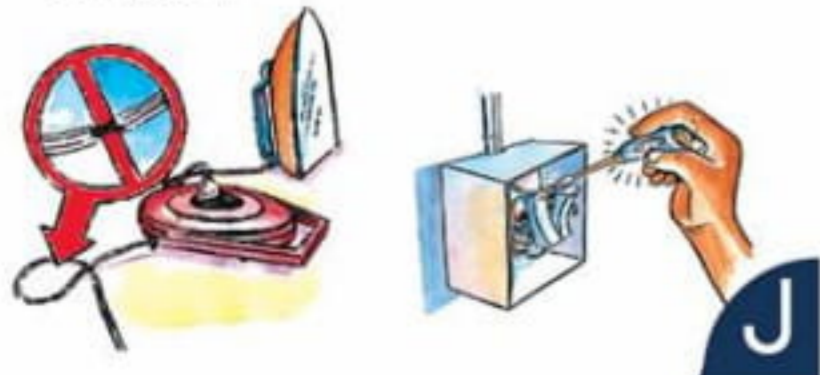
၅။ အိမ်နှင့်ပတ်ဝန်းကျင်တွင် မီးလောင်လွယ်သောပစ္စည်းများ၊လောင်စာဆီများ၊ အမှိုက်များကိုရှင်းလင်းထားပါ။



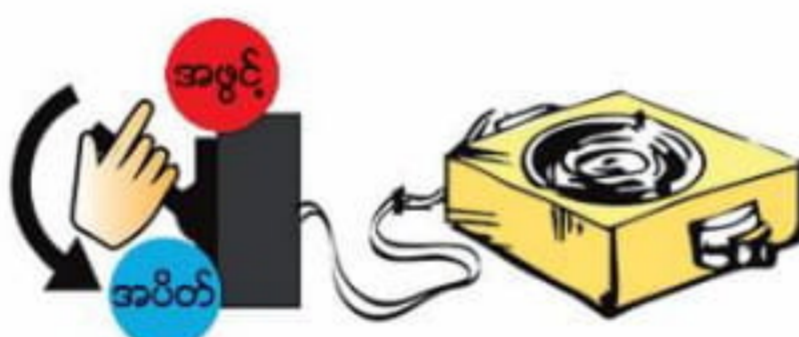
၆။ လျှပ်စစ်မီး၊ ဂက်စ်မီး အပါအဝင် မီးသုံးစွဲလျှင် အမြဲသတိရှိပါ။ မီးကြွင်းမီးကျန်များ အထူးသတိပြုပါ။



၇။ ဝါယာကြိုးများနှင့် လျှပ်စစ်ပစ္စည်းများ ပေါက်ပြဲ ယှက်စီးမှုရှိမရှိ အမြဲမပြတ် စစ်ဆေးပါ။



၈။ မီးပျက်လျှင် မီးခလုတ်များကိုပိတ်ပါ။အပြင်ထွက်လျှင် မိန်း(ပင်မမီးခလုတ်)ကို ပိတ်ခွဲပါ။



၉။ မီးလောင်လျှင် အရေးပေါ်ဆက်သွယ်ရမည့် ဖုန်းနံပါတ်များ(မီးသတ်၊လျှပ်စစ်ရုံး၊ ရဲတပ်ဖွဲ့)ကိုမှတ်သားထားပါ။



ရှောင်ရှားသင့်သည့်အချက်များ

၁။ မီးလောင်လွယ်သည့် ပစ္စည်းများကို အိမ်တွင်းနှင့် အနီးတစ်ဝိုက်တွင် သိုလှောင်ထားခြင်းမပြုရ။



၂။ ကလေးများ၊ စိတ်ကျန်းမာရေးချို့ယွင်းသူများ၊ အိုမင်း မစွမ်းသူများကို မီးခြစ်၊ဖယောင်းတိုင်ကဲ့သို့ မီးလောင်မှု ဖြစ်ပေါ်စေနိုင်သော ပစ္စည်းများ အသုံးမပြုစေရ။



၃။ ခြင်ဆေးခွေ၊ ဖယောင်းတိုင်၊ အမွှေးတိုင်တို့ကို အောက်ခံခွက် (အပူခံခွက်) မပါဘဲ အသုံးမပြုရ။



၄။ ဖယောင်းတိုင်၊မီးခွက်တို့ကို အိမ်ယာ၊ ခြင်ဆောင်၊ နံရံစသည့် မီးလောင်လွယ်သည့်နေရာများနှင့် နီးကပ်စွာ မထွန်းရ။



၅။ နေ့လယ်ခင်း အပူချိန်မြင့်တက်ချိန်တွင် ပလတ်စတစ်ပုံးဖြင့် ဓာတ်ဆီထည့်ခြင်း၊ ဖလှယ်ခြင်း မပြုရ။



မီးလောင်နေစဉ်တွင် လိုက်နာရန်အချက်များ

၁။ အလွန်အမင်းကြောက်ရွံ့ထိတ်လန့်မှုမဖြစ်ပါနှင့်၊ သတိရှိပါ။တည်ငြိမ်မှုရှိပါ။



၂။ မိမိ ပြင်ဆင်ထားသော မီးသတ် ပစ္စည်းများဖြင့် ငြိမ်းသတ်ပါ။ တစ်ချိန်တည်းတွင် ပတ်ဝန်းကျင်ကို အကူအညီတောင်းပါ။ မီးသတ်ကို အကြောင်းကြားပါ။



၃။ မီးခိုးများ ပြည့်နေသော အခန်းအတွင်းမှလွတ်မြောက်ရာသို့ထွက်ရာတွင် ကြမ်းပြင်ပေါ်တွင်းသွားပြီးထွက်ရပါ။ (ကြမ်းပြင်ပေါ်တွင်းသွားခြင်းဖြင့် အောက်စီဂျင် ပြတ်လပ် ခြင်းကို ကာကွယ်နိုင်ပြီး ရေမြင်ကွင်းကို မြင်နိုင်ကာ ထွက်ပေါက်ရှိရာကိုလည်း မြင်သာသောကြောင့်ဖြစ်သည်။)



၄။ မျက်နှာအား မီးလောင်ခြင်းမှ ကာကွယ်ရန်နှင့် မီးခိုးများမရှူမိစေရန် ရေခဲအိတ်(သို့)လက်နှစ်ဖက်ဖြင့် မျက်နှာကိုကာကွယ် ဖုံးအုပ်ထားပါ။

၅။ မီးသတ်ယာဉ်များအမြန်ရောက်ရှိစေရေး ကူညီဆောင်ရွက်ပါ။

မီးလောင်နေစဉ်တွင်ရှောင်ရှားသင့်သည့် အချက်များ။

၁။ မီးလောင်နေသော အဆောက်အအုံ အတွင်းသို့ ပြန်လည်ဝင်ရောက်ခြင်း မပြုရ။

