



ဖိသပ်သ့ပ်, တံဝါယူဒီးခါရိနါ

ပုၤမၤနၢၤတၢ်ဒုး

A Comic for **COVID-19** Awareness

COVID-19 တၢ်ဟ့ၣ်ပိညါကးတိ



တံဝါယူ-ပုၤနူပုၤဟီၤ, ပုၤလၢမၤတၢ်လၢ
တၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့ နီၤခိၣ်လၢန့ၣ်ဆၢၣ်.
မ့ၢ်အမၤနၢၤခါရိနါခါ

ခိရိနါ-မ့ၢ်တၢ်ဆါဟံၣ် လၢ
အသလၣ်လီၤသးချ့ နီၤဒုးကဲထီၣ်
ခိဝံး ၁၉ တၢ်ဆါ

Dr. Ravindra Khaiwal
Dr. Suman Mor





ဖိသပ်သွပ်, တံငါယူဒီးခါရိုနာ - ပျားမနာတတ်ဖူး

COVID-19 တတ်ဟုတ်ပိညါကးတိ

လာထံဖိကီဖိအကျိတ်ဘဉ်ကီဘဉ်ဂီ, တံလီဘဉ်ယိဉ်ဘဉ်ယးခါရိုနာတံဆါဟဲကဲထီဉ်သးန့ဉ်လီ. ပျားတတဖိတဖဉ် န်သီးအဝဲသုဉ် ကသုသုဝဲ ပိညါတံဖိတံလီအမု, လံာ်တံကစီဉ်, တံရလီတံကစီဉ်, နီးတံဂီမု န်သီးကသုပလီသးအဂီ, စးထီဉ်သးပျားတုဖိသုဉ်, မုမဆါတနဲတဲသကီးတံ ဘဉ်ယးခါရိုနာတံဆါအဂီန့ဉ်လီ. ဘဉ်ဆဉ်ဖိသုဉ်လီဆီဉ်တံသးန့ဉ် ၁၂န့ဉ်အဖိလံာ်တဖဉ်အဂီ ဘဉ်ယး ခါရိုနာ တံဆါအလံာ်အဂီအံကဲထီဉ်တံဂီနီ နီဖျိ ကတံလီအဂီတသုဘဉ်နီးလီဘဉ်ယိဉ်န့ဉ်လီ. မိာ်တဖဉ်ကြားတဲသကီး တံ နီးဖိသုသုဉ် န်သီးအသုတပျားတံတ ဂျားအဂီန့ဉ်လီ.

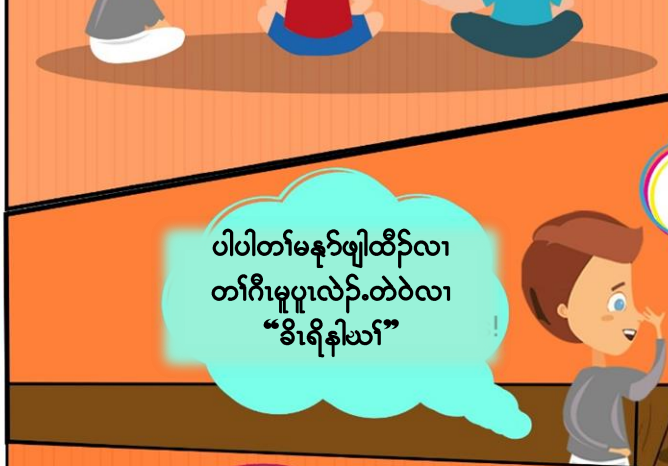
တဘျီတစီဉ် မိာ်တဖဉ် တရူးတဒေးလာကဲနံဟံ အဝဲသုဉ်အဖိ န်သီးသုတပျားတံတဂျားဘဉ်လီ. လာတံန့ဉ်အလံ (PGIMER- Chandigarh, India, and Panjab University-Chandigarh) လာကီလီသုကီတမီ နီးအိဉ်ထီဉ် ကးတိ ဖိတဘုဉ်အံန်သီးဖိသုသုဉ် ကသုသုညါ နံဟံ ဘဉ်ယးခါရိုနာတံဆါအတံဘဉ်ယိဉ်နီးန်သီးကသုပျားဖျိ မာ်တိ ထွဲကျိကျဲတဖဉ်အံန့ဉ်လီ. ကးတိအံဘဉ်တံ နီးအိဉ်ထီဉ် အတံပညိဉ်မုဝဲ န်သီး ကသုမာလီန့ဉ်တံ, ယုးနီးတံသုဉ်ဖုံ သးညီ, မာသုဉ်တံသးဝဲဖိသုသုဉ်တဖဉ်, န်သီးကဲပျားပျားလီလာကသုကြိပဒီးနီး မနာ ကျား ခါရိုနာအဂီန့ဉ်လီ.

တံငါယူ, မုကီလီသုထံဖိကီဖိတကအိဉ်စီးလာဟုမာလံယါကစာ်ခိဉ်ထံ, နီးမုပျားပျားလီလာအမာတံနီးဆူဉ်ချ နီးခိဉ်ယာန့ဆာ် ကရီန့ဉ်လီ. တံဟုဉ်အီမုဒါလာ ကလဲဒေးထီခါခါရိုနာတံဆါအလံနီးကြိပဒီဖိသုသုဉ်တဖဉ်သု တံ ပျားတံဖုးတံအဂီန့ဉ်လီ.



Technical Support:















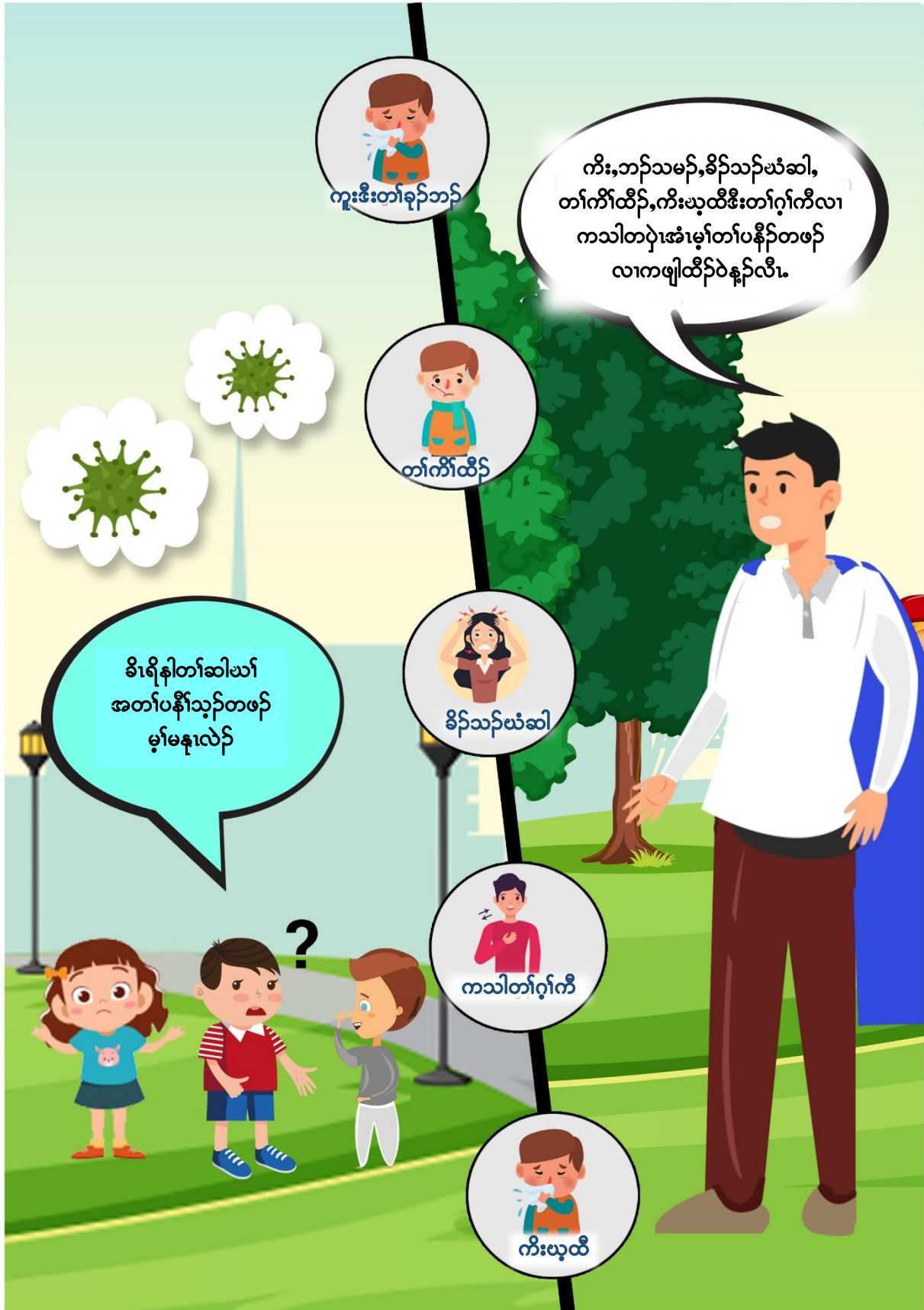
တၢ်ဃၢ်လၢအိၣ်လၢဆဲပူၤတဖၣ်ဒိၣ်ထီၣ်ဝဲ
ဒီးတုၤမ့ၢ်ဆဲတဖၣ်ပွဲၤဒီးတၢ်ဃၢ်တဘျီ
ပိၢ်ဖးထီၣ်ဝဲဝဲသလၢလီၤတၢ်ဃၢ်
တဖၣ်ဆူဆဲအဂၢၤတဖၣ်ဒိၣ်သီးကမၤအါထီၣ်
တၢ်ဃၢ်တဖၣ်န့ၣ်လီၤ



အဃိအဝဲသ့ၣ်ဇုးဆိက့ပှၤန့ၣ်ဓါ

တုၤမ့ၢ်အဝဲသ့ၣ်အါထီၣ်လၢကကွၢ်
တဘျီဇုးဆိက့ပှၤသ့ဝဲန့ၣ်လီၤ.
လၢပသးသမူပူၤ,တၢ်ဃၢ်တဖၣ်
ဟဲဘၣ်ပှၤတဘျီလၢအဘျီဘၣ်
ဆၣ်ပအိၣ်ဒီးနီၢ်ခိတၢ်တြီပဒီးသး
အဂီၢ်အဘါလၢကမၤဘျီတၢ်သ့ရူ
ဝဲန့ၣ်လီၤ.





ကူးဒီးတစ်ခုခု

ကိး,တၢ်သမၤ,ခိၣ်သၢ်ဃံဆါ,
တၢ်ကိၢ်ထီၣ်,ကိးဃုထီၣ်ဒီးတၢ်ဂ့ၢ်ကိလၢ
ကသါတၢ်အံၤမ့ၢ်တၢ်ပနီၣ်တဖၣ်
လၢကဖျါထီၣ်ဝဲန့ၣ်လီၤ.



တၢ်ကိၢ်ထီၣ်



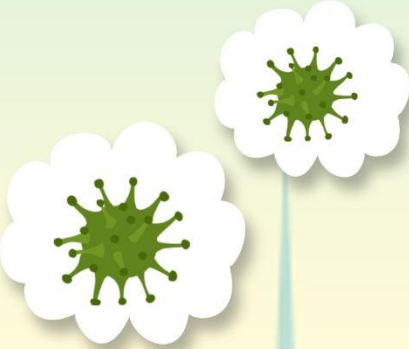
ခိၣ်သၢ်ဃံဆါ



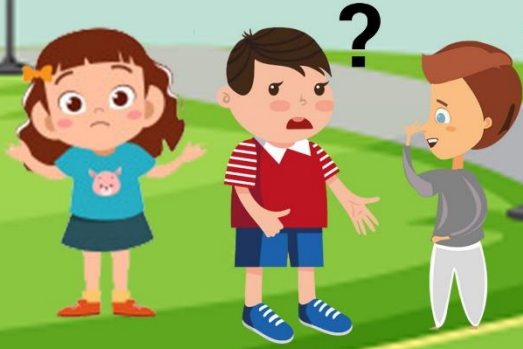
ကသါတၢ်ဂ့ၢ်ကိ



ကိးဃုထီၣ်



ခါရီၣ်နီၣ်တၢ်ဆါဃၢ်
အတၢ်ပနီၣ်သ့ၣ်တဖၣ်
မ့ၢ်မနုၤလဲၣ်



?

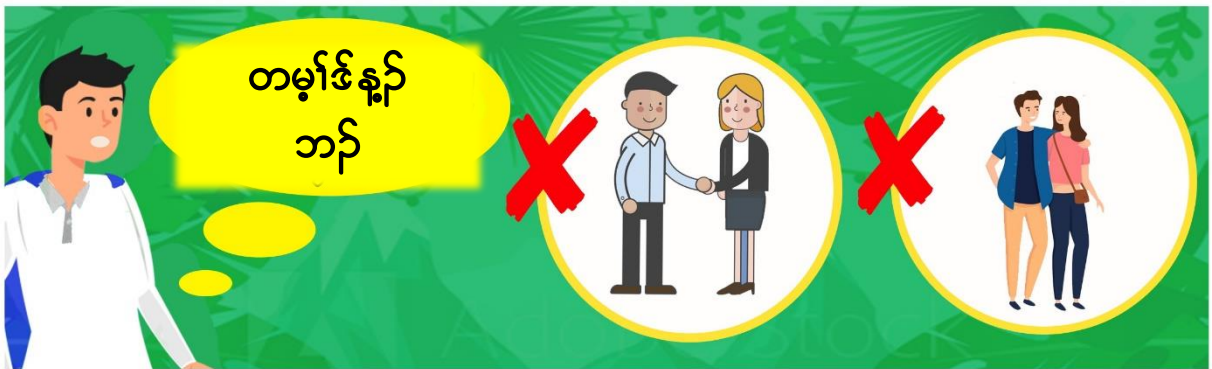












တကတီၢ်ဃီ,ကးးယးတၢ်အိၣ်စီၤဖျါလီၢ်သးတမံထၢၣ်တက့ၢ်



ဟးဆဲးတၢ်လဲၤလၢကမျၢၢ်အါ
ဟီၣ်ကတီၢ်ကျိတက့ၢ်



အိၣ်,အယိပဲကွီတဖၣ်
ပတုၣ်ယးသးဒီးဘၣ်
အိၣ်လၢဟံၣ်



ဖိသၣ်သ့ၣ်,မ့တမ့ၣ်ဝီၤအူ
ဘၣ်န့ၣ်,ဝံသးစူၤဟးဆဲးတၢ်လဲၤ
ဆူတၢ်လီၢ်ဖဲမိၤရဲၣ်နီၤတၢ်ဆါအ
ယၢ်အိၣ်တၢ်လီၢ်တဖၣ်တက့ၢ်



တၢ်ဘျူးလီၤတံတံၤ,
မ့သ့တမံပကမၤစ့ၢ်ကိး
ပမိပပါတဖၣ်သုတဟးထီၣ်
ဟးလီၤတဂ့ၢ်စ့ၢ်ကိးလီၤ.



နမ့်ကူး, တၢ်ကိၢ်ထီၣ်မ့တမ့ၢ်ကသၢ်ကီတခီ,
ဆဲးကျိၣ်ဘၣ်ကသံသရၣ်တဘျီယီၤဒီးပိၣ်ထွဲ
တၢ်ဟ့ၣ်ကူၣ်ဟ့ၣ်ဖး ဒ်ကသံသရၣ်
န့ၣ်လီၤအသိးတက့ၢ်

ဟၤလီၤဖိသၣ်သ့ၣ်

အအံၤမ့ၢ်ကျဲၣ်ညိၣ်တဖၣ်
လာပတြီၤပဒီးခါရီၣ်တၢ်ဆါ
အသၢ်ဒီးတၢ်ဆါအဂၤ
တဖၣ်န့ၣ်လီၤ.











ဂုလံဖိသဉ်သုဉ်မိသုပုဉ်တကုာ် ဘါဘာ.



ဒီရိုနိုတ်ဆီယာ်



လၢဖိသၢ်သးနံၣ်ၤနံၣ်တုၤ ၂ နံၣ်အဂီၢ်,

ဒါရီနီတဲအိအယံတဖၣ်အံၤ မ့ၢ်တဲအိအယံဟံၣ်ဖီၣ်လၢ
 နးကဲထီၣ်တဲအိက့အိဘီ, စးထီၣ်သးလၢတဲချီၣ်ဘၣ်တုၤလီၤဆူ
 တဲဆူးတဲအိအဂၤတဖၣ်သ့ဝဲလီၤ. နီအမ့ၢ် (Middle East
 Respiratory Syndrome (MERS- CoV) and Severe Acute
 Respiratory Syndrome
 (SARS-CoV)) တဲအိအသိးန့ၣ်လီၤ.

တံဘဉ်ကူဘဉ်ကံတံပနီတနီဟံယုဒီးတံကသါထီဉ်ကသါ
လီၤကီၤ, တံဘဉ်တမုဉ်, တံလီၤကိၤ, တံကူး, တံကသါကိဝဲ
န့ဉ်လီၤ. လၢပှၤတနီၤနီၤဒုးကဲထီဉ်ဝဲဒၣ် ပသီဉ်ညီၤ, တံကသါက
လံၤကျီၤတံဂံၢ်ကီၤ, ကလုာ်ဟးဝါဒီးတုၤသံဝဲသ့န့ဉ်လီၤ.

(Source: WHO, 2020)

Concept, Script and Idea: ©

Dr. Ravindra Khaiwal
Additional Professor of Environment Health
Department of Community Medicine and School of Public Health
PGIMER, Chandigarh -160012, India
Khaiwal@yahoo.com, Khaiwal.ravindra@pgimer.edu.in



Dr. Suman Mor
Associate Professor and Chairperson
Department of Environment Studies
Panjab University, Chandigarh -160014, India



Contribution:

Aaditya Khaiwal, Ankur School, Chandigarh, India



Lakshya Khaiwal, Chitkara International School, Chandigarh, India



Anchita Thakur and Kirti Dutt, Panjab University, Chandigarh, India



Graphics: Sonali Verma and Shruti Govil, Panjab University, Chandigarh, India



Technical Support:

National Centre for Disease Control (NCDC), New Delhi, India

Acknowledgement:

Health Care Without Harm (HCWH)
Chandigarh Pollution Control Committee (CPCC)
Ministry of Environment, Forest and Climate Change



NOT FOR SALE



Translation and Editing for Karen Language:

Kanika Tamrongsaksanguan, ADAR Thailand

Saw Kelly, ADRA Thailand