

တၢ်မၤအဂ့ၤကတၢၢ် ၈ ထံၣ်လၢသးဖျါၣ်သ့ၣ်ကျိၤတၢ်ဆါဒီးဆံၣ်ဆၢတၢ်ဆါအဂီၢ်
တၢ်ပာ်သ့ၣ်ပာ်သးဝဲဒၣ်သးအတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့.

လၢ “တၢ်မၤအဂ့ၤကတၢၢ် ၈ ထံၣ်” ခဲလၢ်အဖီခိၣ်

တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤလၢလၢ်တခါစုၣ်စုၣ်ပာ်ဖျါထီၣ်ဝဲဒၣ်တၢ်မၤအဂ့ၤကတၢၢ် ၈ ထံၣ်အကျိၤတထံၣ်အတၢ်ဟ့ၣ်ကူၣ်ဟ့ၣ်ဖးလၢတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့အဂီၢ်န့ၣ်လီၤ.
ဝံသးစူၤမၤထွဲတၢ်လၢလၢ်အံၤအကျိၤတထံၣ်ထံၣ် မ့တမ့ၢ် အါထီၣ်-



အိၣ်ဒီးတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤ.



အိၣ်တၢ်အိၣ်တၢ်အိၣ်လၢအဂ့ၤ.



ဂဲၤလိသးလၢတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်
ချ့အဂီၢ်.



ထီၣ်ကွၢ်နသ့ၣ်ဂံၢ်အိၣ်.



သၣ်ညါန့ၢ်ပာ်န
သ့ၣ်ဆၢအနီၣ်ဂံၢ်နီၣ်ဒူးတဖၣ်.



သုၣ်ညါန
ခိၣ်လဲးစကြိအတီၤပတီၢ်တဖၣ်.



ဟးဆူးကွံာ်
တၢ်အိၣ်ဒီးတၢ်ဆူးသဝံးတၢ်အ
လုၣ်ဒီး မိၣ်ထူပိးလီ (Vape)
တဖၣ်တက့ၢ်.



လူၤပိၣ်မၤထွဲနကသံၣ်သရၣ်
အတၢ်ဟ့ၣ်ကူၣ်ဟ့ၣ်ဖး
နၤအသိးတက့ၢ်.

တၢ်ဟ့ၣ်ကူၣ်ဟ့ၣ်ဖးအါထီၣ် မ့တမ့ၢ် တၢ်မၤနီၣ်မၤလါအါထီၣ်-



DOH 345-368 September 2019 Karen