



American Red Cross



မှန်အူလုတ်တၢ်ဟ့ၣ်ပလီၢ်တဖၣ်န့ၣ် ဘၣ်တၢ်အုၣ်သးလၢ အမၤစ့ၤလီၤတၢ်ဘၣ်ယိၣ်တတ်လၢ အဘၣ်ဃးဒီး တၢ်သံတၢ်ပှၢ်လၢ မှန်အူအိၣ်ဟံၣ်န့ၣ်လီၤ. **American Red Cross** ပှၤလၢအဟ့ၣ်လီၤအသးဒၣ်ဝဲတဖၣ် ကဟဲဆူနဟံၣ်လၢ ကသမံသမိဒီး ကဆီလီၤပၣ်လီၤမှန်အူလုတ်တၢ်ဟ့ၣ်ပလီၢ်တဖၣ် **လၢအကလီလီၤလၢတလိၣ်ဟ့ၣ်အပှၤဘၣ်လီၤ !** ဒိလီၤ **code** မ့တမ့ၢ်ကိး **518-694-5121** ဒ်သိးကရဲၣ်လီၤ တၢ်လဲၤအိၣ်သကိးအဂီၢ်တက့ၢ်.

ဟံၣ်တၢ်ပူၤဖျဲး တၢ်ဟ့ၣ်ကူၣ် တဖၣ်

တၢ်ကူၤစါယါဘျါဆိမှန်အူအိၣ်
(တၢ်ယါဘျါဆိမှန်အူတၢ်ကိၢ်လီၤ
ဘျါး)

- မၤခုၣ်လီၤမှန်အူတၢ်ကိၢ်လီၤဘျါးဘၣ်အလီၢ်ဒီး ထံၣ်ယွၤလီၤတက့ၢ်.
- တဘၣ်စူးကါ ထံၣ်ကိၢ်လိၣ်, ထိပး, သိ, ကနဲစီမ့တမ့ၢ် ကသံၣ်ထူးမဲတဂ့ၤ
- မၤခုၣ်လီၤအီၤအစ့ၤကတၢၢ် ၅ မံးနံးတက့ၢ်.
- ဟံးဘၢအီၤလၢ တၢ်ကံးညၢၣ်ဘူဘူဖိအကဆီ မ့တမ့ၢ် တၢ်ကံးညၢၣ်လၢအကဆီတက့ၢ်.
- ကိး ၉၁၁ မ့တမ့ၢ် ဟံးန့ၢ်ကသံၣ်တၢ်ယါဘျါအတၢ်အံးကွၢ် လၢမှန်အူတၢ်ကိၢ်လီၤဘျါးအလီၢ်လၢလီၤဘၣ်ယိၣ်အဂီၢ်တက့ၢ်.



အိမ်လူတစ်ဦးမီးဖိုချောင်ဖို့အခါ

- တစ်ဦးမီးဖိုချောင်မှုအစပြုစဉ်အိမ်ထဲမှာ
မီးလောင်မှုတုံ့ပြန်စနစ်အခါ
- နမူနာအိမ်ထဲမှာတစ်ဦးမီးဖိုချောင်အခါ၊ ကားတံဆိပ်လက်ဆွဲတက်ကွက်
- မီးလောင်မှုတုံ့ပြန်စနစ် မှတစ်ဦးမီးဖိုချောင်မှုနှင့် တစ်ဦးမီးဖိုချောင်မှုတက်ကွက်



ထိခိုက်မှု (ထိခိုက်မှု)တစ်ခုလုံး

- ဟိန်းထိခိုက်မှုတစ်ခုလုံးအခါမှာ သူတစ်ဦး 120°F (48°C) မှတစ်ဦးဟိန်းထိခိုက်မှုအခါမှာတစ်ဦးဟိန်းထိခိုက်မှုအခါမှာ
- ဒုတိယအိမ်ထဲမှာ “မီးသတ်တစ်ခုလုံးအခါ” တစ်ခုလုံး မီးဖိုချောင်မှု၊ လက်ဆွဲ၊ ဖုန်ကွက် ဒီး တစ်ခုလုံးအခါမှာတစ်ဦးဟိန်းထိခိုက်မှုအခါမှာ
- ဟိန်းထိခိုက်မှုတစ်ခုလုံးအခါမှာ တစ်ခုလုံးအခါမှာ
- တစ်ခုလုံးအခါမှာတစ်ခုလုံးအခါမှာ တစ်ခုလုံးအခါမှာ
- တစ်ခုလုံးအခါမှာတစ်ခုလုံးအခါမှာ တစ်ခုလုံးအခါမှာ
- တစ်ခုလုံးအခါမှာတစ်ခုလုံးအခါမှာ တစ်ခုလုံးအခါမှာ



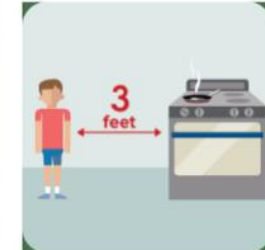
တစ်ကံတစ်ခုလုံး
တစ်ကံတစ်ခုလုံး
တစ်ကံတစ်ခုလုံး
တစ်ကံတစ်ခုလုံး

- ချိုးထိခိုက်မှုတစ်ခုလုံးအခါမှာ
- တစ်ကံတစ်ခုလုံးအခါမှာ
- ဟိန်းထိခိုက်မှုတစ်ခုလုံးအခါမှာ
- သုံးကံတစ်ခုလုံးအခါမှာ



ဒီတဒါဖိသပ်တဖပ်တကွ်

- ဟ်ယံဖိသပ်တဖပ်လၢလၢဆီ **3 feet/1 meter** တကွ်.
- မ့သ့န့ၣ် စူးကါဒ်မ့ၣ်အူလၢလၢအလီၢ်ခံတကပတကွ်.
- ဟ်သပၤစုဖိၣ်ဆူအလီၢ်ခံတကွ်.
- ဟ်ယံတၢ်အိၣ်တၢ်အိၣ်ဒီးတၢ်ထံတၢ်နီၣ်အကိၢ်တဖ်
လၢစီၣ်ခိၣ်အထိးနါတကွ်.
- တဘၣ်အိၣ်ဘူးဒီး/ဖိၣ်ဖိသပ် ဖဲဖိတၢ်အခါတဂ့ၤ
တဘၣ်စိၣ်ဖိသပ်
- ကွီၤထီၣ်တၢ်ပိးတၢ်လီၤအပျံၤဖိတဖ် ဒီးဟ်ယံအီၤလၢ
စီၣ်ခိၣ်အထိးနါတဖ်တကွ်.



သိ မ့တမ့ၢ် သိဃီး
လၢဒုးအိၣ်ထီၣ်မ့ၣ်အူ

တဘၣ်စူးကါထံတဂ့ၤ

- ကးတံၢ်လၢၢ်ဆီ ဖဲအပူၤဖျဲးအခါတကွ်
- ကျၢၢ်ဘၢ သပၤအခိၣ်တကွ်.
- တဘၣ်သုးကွံၣ်သပၤ ဖဲအကိၢ်ဒီးအခါတဂ့ၤ.
- ကးတံၢ်ဃာ်သပၤအခိၣ်တုၤလၢသပၤန့ၣ်လီၤအခါတကွ်.
- ဟးထီၣ်ဒီးကိး **911** မ့မ့ၣ်အူဒိၣ်ထီၣ်ဝဲအခါတကွ်



ကဟၣ်ကိၢ်လၢလၢအလီၢ်

- ဟ်ကဟၣ်ကိၢ်လၢလၢ ဖဲဒါခိၣ်တကွ်.
- ဟ်အီၤမ့ၢ်ယံ **3 feet/1 meter** လၢလီၢ်မံခိၣ်တဖ်,
ယၣ်ဘူးတဒါတဖ်, တၢ်ကူတၢ်သီးတဖ်
ဒီးတၢ်ဖိတၢ်လံၤတကွ်.
- ဆွံတံၢ်ဃာ်ကဟၣ်ကိၢ်လၢလၢအပျံၤဆူတၢ်ဒုၣ်လၢလီၤမ့ၣ်အူအနီၣ်
ဆိုး အိၣ်အလီၢ်အပူၤတကွ်.
- တဘၣ်စူးကါ တၢ်မၤထီၣ်ထီၣ်လီၤမ့ၣ်အူအပျံၤ မ့တမ့ၢ်
ဂံၢ်သဟီၣ်ပျံးထီၣ်.
- ကးတံၢ်ဃာ်အီၤတချုးလၢနဟးထီၣ် မ့တမ့ၢ် နမံအခါတကွ်.



နအိမိန်န့် - အိမိန်လၢတၢ်ချၢတက့ၢ် နမ့ၢ်အိမိန်န့်.	• စူးကါ မိၣ်ဖၣ်ဆါသီတ့ၤ လၢအပူၤယိၣ်တက့ၢ်. • မၤသံမိၣ်ထူဝါအမ့ၢ်အူ စီဖုၣ်ကလုၤတက့ၢ်. • တဘၣ်အိမိန်ဖဲလီၢ်မံခိၣ်တဂ့ၤ. • တဘၣ်အိမိန် ဖဲနမံၣ်အခါတဂ့ၤ. • တဘၣ်အိမိန် ဘူးဒီးကသံၣ်ကသီအအီၣ်စံၣ်က့ၢ်ကပၤတဂ့ၤ.	
ဝံၣ်တံၣ်မ့ၢ်အူတၢ်ပီးတၢ်လီၤတက့ၢ်	• ဟံၣ်ယံၣ် မ့ၢ်ဒွဲး ဒီး လၢမ့ၢ် တဖၣ် လၢဖိသၣ်တက့ၢ်. • ဟံၣ်ယံၣ် မိၣ်ထူဝါ, မိၣ်သဝံ (ဘူး) ဒီး တၢ်အိမိန်အပိးအလီၤတဖၣ် လၢဖိသၣ်တက့ၢ်. • ဟံၣ်တၢ်ပီးတၢ်လီၤတဖၣ်အံၤလၢတၢ်ဖးထီ မ့တမ့ၢ် လၢဘၣ်ဒိၣ်လၢ တၢ်တံၣ်တံၣ်အီၤန့ၢ်တဖျါၣ်အပူၤတက့ၢ်.	
အိၣ်ပတုၣ်, သုးလီၤ, လီၤတလ့ၣ်	• မ့ၢ်အူမ့ၢ်အိၣ်တၢ်ကူတၢ်သီး အိၣ်ပတုၣ် သုးလီၤ မၤဘၢနမဲၣ် လီၤတလ့ၣ် • လီၤတလ့ၣ် မဲၣ်ညါလီၤခံ တကပၤဝံၣ်တကပၤ တုၤလၢမ့ၢ်အူလီၤဟံၣ်တစုတက့ၢ်. • ကိး 9-1-1	