မုတ်သုံးရာသီ
ဘေးအန္တရာယ်ကြိုတင်ပြင်ဆင်ရေး အကြံပြုချက်များ

ဆိုင်ကလုံးမုန်တိုင်းများသည် ဘင်္ဂလားပင်လယ်အော်၌ဖြစ်ပေါ်ပြီးရခိုင်ကမ်းရိုးတန်းနှင့်မြစ်ဝကျွန်းပေါ်ဒေသများသို့ရံဖန်ရံခါဖြတ်ကျော်တိုက်ခတ်တတ်သည်။

မုန်တိုင်းရာသီ	မိုးကြိုကာလ.... ဧပြီ - မေ။ မိုးနှောင်းကာလ.. စက်တင်ဘာ၊ အောက်တိုဘာ၊ နိုဝင်ဘာ။
မုန်တိုင်းများကြောင့်	လေပြင်းတိုက်ခတ်ခြင်း၊ မုန်တိုင်းဒီရေတက်ခြင်း၊ မိုးသည်းထန်ခြင်း၊ ရေကြီးခြင်း၊ မြေပြိုခြင်း ဖြစ်နိုင်သည်။
မုန်တိုင်းဖြစ်ပေါ်ပါက	မိုးလေဝသဗဒေါနမှသတိပေးချက်ကို ရေဒီယို၊ တီဗီ၊ သတင်းစာဖြင့်ထုတ်ပြန်ချက်များကို အောက်ပါအရောင်များဖြင့်ဖော်ပြသည်။

အဝါရောင်	လိမ္မော်ရောင်	အနီရောင်	အညိုရောင်	အခိမ်းရောင်
မုန်တိုင်းဦးတည်ရာ လမ်းကြောင်းသည် မြန်မာ့ကမ်းရိုးတန်းနှင့် သက်ဆိုင်ခြင်းမရှိ။	မုန်တိုင်းသည် မြန်မာ့ကမ်းရိုးတန်းသို့ ဦးတည်နေသည်။ (ကြိုတင်ပြင်ဆင်ရန်လိုအပ်သည်။)	မုန်တိုင်းသည်မြန်မာ့ကမ်းရိုးတန်းသို့ နီးကပ်စွာဦးတည်နေသည်။ (အန္တရာယ်ရှိသည်။ စီမံချက်ပါအတိုင်းကြိုတင်ပြင်ပြီးစီးအောင်ဆောင်ရွက်ပါ။ အထူးသဖြင့်ဦးတည်ဒေသနှင့် ကမ်းရိုးတန်းဒေသ)	မုန်တိုင်းသည်မြန်မာ့ကမ်းရိုးတန်းသို့ဖြတ်ကျော်ဝင်ရောက်နေသည်။ (စနစ်တကျတုံ့ပြန်ရန်၊)	မုန်တိုင်းသည်ကုန်းတွင်းသို့ရောက်ရှိပြီး အားပျော့ပျက်ယွင်းသွားပြီ။ (ဘေးဖြစ်ပြီးကယ်ဆယ်ရေး လုပ်ငန်းဆောင်ရွက်ရန်)

မုန်တိုင်းမကျရောက်မီကြိုတင်ပြင်ဆင်ခြင်း

- ဓာတ်ခဲသုံးရေဒီယိုနှင့်အပိုဓာတ်ခဲဆောင်ထားပါ။ မိုးလေဝသသတင်းနားထောင်ပါ။
- မိုးကြိုးပစ်နေပါကကွင်းပြင်၌မနေပါနှင့်။ သတ္တုပစ္စည်းများအနီးမနေပါနှင့်။
- မုန်တိုင်းခိုလှုံရေးစခန်းနှင့်သွားရာလမ်းကြောင်းကိုသိရှိထားပါ။ မိမိအိမ်တွင်လုံခြုံသည်ဟုယူဆပါကလုံခြုံရာနေရာရွှေးထားပါ။
- မုန်တိုင်းသတိပေးချက်ထုတ်ပြန်မည့်ဆက်သွယ်ရေးဗဟိုချက်နှင့်ဆက်သွယ်ရေးလမ်းကြောင်းကိုသိရှိထားပါ။
- ရေနှင့် အသင့်စားသုံးနိုင်သောတာရှည်ခံအစားအစာများကိုထုပ်ပိုးထားပါ။
- အဖိုးတန်ပစ္စည်း၊ အရေးကြီးစာရွက်စာတမ်းတို့ကိုရေလုံအိတ်ဖြင့်ထည့်၍လုံခြုံစွာသိမ်းထားပါ။
- သတင်းရရှိပြန့်ဝေပေးနိုင်မည့်ကြက်ခြေနီတပ်ဖွဲ့ဝင်များကိုရှာဖွေဆက်သွယ်ထားပါ။
- မိမိနေအိမ်ကိုပိုမိုခိုင်ခံ့အောင်ပြုလုပ်ပါ။ (အမိုးများအပေါ်မှ ဝါး၊ သစ်သားဖြင့်ဖိ၍ ချည်နှောင်ခြင်း။ အမိုးတန်းများကိုခိုင်ခံ့အောင်ချည်နှောင်ခြင်း။ အိမ်ကိုကြိုး၊ ဒေါက်တို့ဖြင့်ခိုင်ခံ့အောင်တုတ်နှောင် ထောက်ကန်ခြင်းစသည်...)
- လေကာပင်များကိုပင်လယ်ကမ်းခြေ၊ မြစ်ကမ်းပါး၊ ရပ်ရွာအနီး၊ အိမ်အနီးဝန်းကျင်တွင်စိုက်ထားပါ။

မုန်တိုင်းကျရောက်စဉ်

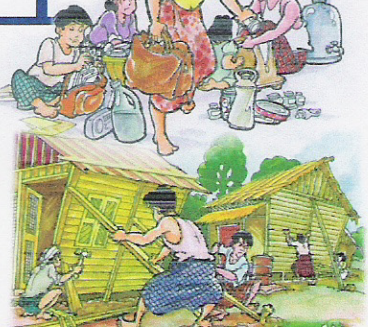
- လျှပ်စစ်အသုံးအဆောင်များ၏ခလုပ်နှင့်ပလပ်မျက်ပိတ်ထားပါ။ ဓာတ်ခဲသုံးရေဒီယိုဖြင့်မုန်တိုင်းသတင်း စဉ်ဆက်မပြတ်နားထောင်ပါ။
- မိုးကြိုးပစ်ခံရတတ်၍တယ်လီဖုံးသုံးစွဲမှုကိုရှောင်ပါ။ မိုးကြိုးလျှပ်စစ်ဖြစ်ပေါ်နိုင်၍ သံရေပိုက်၊ ရေပိုက်ခေါင်း၊ ရေချိုးကန်တို့အနီးမနေပါနှင့်။
- ပြင်ပတွင်ရောက်နေပါကလုံခြုံသောခိုလှုံရန်နေရာရှာဖွေခိုလှုံပါ။
- မော်တော်ယာဉ်အတွင်းဖြစ်ပါက မှန်နှင့်တံခါးများလုံခြုံစွာ ပိတ်ထားပါ။
- တာဝန်ရှိသူများကပြောင်းရွှေ့ရန်မလိုကြောင်းပြောပါကမိမိအိမ်တွင်လုံခြုံစွာနေပါ။
- သက်ဆိုင်ရာမှညွှန်ကြားချိုးဖြစ်စေ၊ မိမိဆုံးဖြတ်ချက်အရဖြစ်စေခိုလှုံရေးစခန်းသို့ပြောင်းရွှေ့ရပါက နေအိမ်မှမထွက်မီ လျှပ်စစ်ပစ္စည်းများ၊ ရေပိုက်၊ ခါတင်ငွေ့ပိုက်များကိုလုံခြုံစွာပိတ်ပါ။
- အိမ်မွေးတိရစ္ဆာန်များကို ပိတ်လှောင်ချည်နှောင်မထားပါနှင့် ။
- မိမိဒေသသို့မုန်တိုင်းမဖြတ်ပါကလည်း မိုးသည်းထန်ခြင်းကြောင့်ရေဘေးနှင့် မြေပြိုဘေးဖြစ်နိုင်သည်ကိုဂရုပြုပါ။

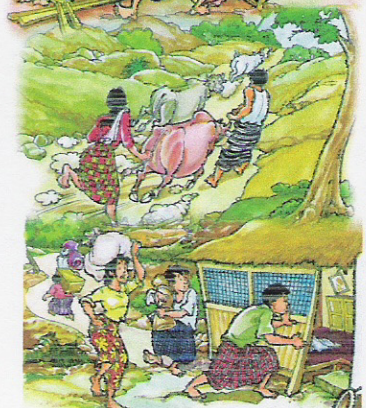
ကောလဟလများကိုမယုံပါနှင့်၊ မှန်ကန်သောသတင်းများကိုအောက်ပါတို့မှရရှိနိုင်သည်

- ရေဒီယို၊ ရုပ်မြင်သံကြား၊ ဒေသဆိုင်ရာအာဏာပိုင်အဖွဲ့၊ မြန်မာနိုင်ငံရဲတပ်ဖွဲ့၊ ကြက်ခြေနီအသင်းစေတနာလုပ်အားရှင်များ၊

အောက်ပါတို့ကို ကြိုတင်ပြင်ဆင်ထားရန်

- ပျက်စီးဆုံးရှုံးမှုနှင့် ဒဏ်ရာအနာတရဖြစ်ပါက ဒေသအာဏာပိုင်အဖွဲ့နှင့်ကြက်ခြေနီစေတနာလုပ်အားရှင်များအာ သတင်းပို့ဆက်သွယ်ပါ။
- မုန်တိုင်းအပြီးတွင်ရေကောင်း၊ ရေသန့်ပြတ်လပ်ပြီး ဝမ်းပျက်ဝမ်းလျော၊ အဆုပ်အအေးမိရောဂါ၊ ၄က်ဖျားရောဂါ စသည်တို့ဖြစ်နိုင်သည်။ (ရေကောင်းရေသန့်ရရှိရေး၊ ကျန်းမာရေးနှင့်အညီ နေထိုင်ဆောင်ရွက်ရန်)
- စိုက်ပျိုးရေး၊ မွေးမြူရေး၊ စာနယ်ဇင်းတို့ကိုပျက်စီးစေနိုင်သည်။ (ကြိုတင်ကာကွယ်ရန်)
- အသက်ရှင်ရပ်တည်ရေးဆိုင်ရာ ရေဖြန့်ဝေမှု၊ လျှပ်စစ်ဓာတ်အားလိုင်း၊ ဆက်သွယ်ရေးလိုင်း၊ သယ်ယူပို့ဆောင်မှုတို့ကိုပျက်စီးစေနိုင်သည်။ (ကြိုတင်အစီအစဉ်များပြုလုပ်ရန်)





ဆိုင်ကလုံးမုန်တိုင်းအပြင် အောက်ပါလေဘေးများကိုလည်းဂရုပြုရန်လိုအပ်သည်-

- လေဆင်နှာမောင်း၊ မိုးသက်လေပြင်း၊ မိုးကြိုးမုန်တိုင်း။