



THE CENTER

ကီၢ်စၢ်ဖျိၣ်ပဒိၣ်ကစးထီၣ်ဆၢ တၢ်မၤကွၢ်ခိၣ်ဘူးလၢဟံၣ် တၢ်ပီးတၢ် လီၤသ့ၣ်တဖၣ်လၢတလၢ်ဒီးအပူၤဆူ ကီၢ်အမဲၤရကၤဟံၣ်ဖိၣ်ဖိၣ် တဂၤလၢ်လၢ်အသ့ထီၣ်ဝဲန့ၣ်လီၤ...  
မၤလိာ်နတၢ်, တနံၤအံၤတ က့ၢ် !

- တၢ်မၤလိာ်လၢအချ့ (အပူၤတလၢ်, တလိၣ်တၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့ တၢ်အုၣ်ကီၤဘၣ်)
- ဟံၣ်ဖိၣ်ဖိၣ်တဒူၣ်စ့ၣ်စ့ၣ်ကဒီးန့ၢ်ဘၣ်ဝဲတၢ်ဘိၣ်တဘိၣ်, လၢအပၣ် ယုၢ်ဒီး တၢ်မၤကွၢ် က်လၢအထီၣ်ဟူးဂဲၤနီၢ်ခိၣ်ဂံၢ်တြီၢ်ဆၢ လၢအချ့ ဖဲဟံၣ် လွံၢ်ခါန့ၣ်လီၤ.
- နယုထီၣ်တၢ်မၤလိာ်ဝံၤအလီၢ်ခံ, တၢ်မၤကွၢ်တၢ်ပီးတၢ်လီၤကဘၣ် တၢ်ဆၢဆူဟံၣ် ဖိၣ်ဖိၣ်အိၣ်ဆိးအလီၢ် ခိၣ်ဖျိၣ် အမဲၤရကၤကီၢ်စၢ်ဖျိၣ်တၢ် ဆၢထီၣ်ဆၢလီၤတၢ်ဘိၣ် တၢ်ကရၢကရီ (USPS) န့ၣ်လီၤ.
- နမ့ၢ်ဟ့ၣ်ထီၣ်နလီၤပရၢန့ၣ် နလူၤဟိၣ်နတၢ်မၤလိာ်အကျိၤသ့လီၤ.
- ဟံၣ်ဖိၣ်ဖိၣ်ပၣ်ယုၢ်အါဒူၣ် အခိၣ်ထံး တၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျဲၤ ကဟ့ၣ်ဝဲတၢ်အိၣ်တၢ်ဆိးလီၢ် တခါန့ၣ် ထဲဒၣ်တၢ်မၤကွၢ် ၄ ခါဧၤလၢတလၢ်ဒီးအပူၤဘၣ်န့ၣ်လီၤ. တၢ်ယုထၢအဂၤ အိၣ်ဝဲအါမး လၢကဒီးမၤကွၢ်သးလၢတလၢ်ဒီးအ ပူၤဘၣ်, ပၣ်ယုၢ်ဒီးတၢ်မၤကွၢ်အလီၢ်လၢတလၢ်ဒီးအပူၤ ၂၀,၀၀၀ ဘျဲၣ်လၢကီၢ်ဒီဘ့ၣ်ညါန့ၣ်လီၤ

**<https://www.cms.gov/how-to-get-your-at-home-OTC-COVID-19-test-for-free>**

- နမ့ၢ်အိၣ်ဒီးတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့ တၢ်အုၣ်ကီၤန့ၣ်, နတၢ်အုၣ်ကီၤက
- ဟ့ၣ်န့ၢ်တၢ်လၢ်ဘျဲၣ်လၢ်စ့လၢ တလိၣ်တၢ်ပူၤအီၤ, တၢ်မၤကွၢ် လၢဟံၣ် (တၢ်မၤကွၢ်လၢဟံၣ်တလၢ် တုၤၤခါ လၢပူၤတဂၤ စ့ၣ်စ့ၣ်အဂီၢ် လၢနတၢ်တိာ်ကျဲၤ အဖိခိၣ်န့ၣ်လီၤ).

တၢ်ဘျးစဲလၢကမၤလိာ်တၢ်အဂီၢ်:  
**<https://special.usps.com/testkits>**