

အလုပ်သမားများ၏အိမ်ကိုဂရုစိုက်

အလုပ်ခွင်မှအတကြွတာဝန်ရှိပုံကို



အိမ်မှအိမ်သားသန့်ရှင်းမှုကို
ဂရုစိုက်ပါ ဗဟိုထောက်ပံ့ရေးစီဦးစီးဌာန



လက်ဆေးဆေးခန်းအ
တကြွ ရောင်းဆွဲပစ္စည်းရရှိ
အရကျပ်နက်ယူ



လက်ခံလာလေ့လာရေးအတကြွ
ပဏာမစစ်စစ်ပေးပါ

လုပ်သားများနှင့်မိသားစုဝင်များအတွက်



သင့်ကိုယ့်သင့်နှင့်သင့်မိသားစု၏
ရောဂါလက္ခဏာများကိုစောင့်ကြည့်ပါ



လူစုဝေးရွှေ့ကွက်ပေးပါ



လက်မီးကိုဆေးဆေးနှင့်ရေဖုတ်
ပြုမည်ကာလဆေးဆေးကုသပါ



အထည့်မိကွပ်မိမှုကိုတုံ့ပြန်
မိကွပ်မိမှုကိုမထိပါနှင့်



ခံကျပ်တုံ့ထားသောအစာကိုစားပါ
အသုံးပြုပြီးသည့်သို့မဟုတ်
သိမ်းဆည်းပါ

