Refugee News

လမ်းညွှန် | နေအိမ်နှင့် နေထိုင်မှု

# ဆောင်းရာသီ ဘွိုင်လာ ဂက်စ်ဖိုး ချေတာနည်း




Shixart1985 / CC BY 2.0 / Wikimedia Commons

## ဆက်တင်တစ်ခုဖြင့် အပူပေးစရိတ် သက်သာပါသည်

### 🏠 မည်သည့် အပူပေးမုဒ်လဲ

- ✔ **အခန်းတွင်းအပူပေးမုဒ်**: အပူကာကောင်းသောအိမ်၊ အိပ်ရာသုံး
- ✔ **Ondol အပူပေးမုဒ်**: ကွန်ထရိုလာ ပြတင်းပေါက်နား
- ✔ **Ondol အပူပေးမုဒ်**: ကြမ်းပြင်ပေါ် ထိုင်၊ အိပ်

### ✅ မှတ်ထားပါ

- ✔ ဘွိုင်လာကို ပုံမှန် သန့်ရှင်းရေးလုပ်ပါ
- ✔ ဝန်ဆောင်မှုကုမ္ပဏီ သို့မဟုတ် ထုတ်လုပ်သူ ဖောက်သည်စင်တာ
- ✔ ငှားရမ်းအိမ်ဆိုလျှင် အိမ်ရှင်ကို အရင်ဆက်သွယ်ပါ

### ❄️ အပြင်ထွက်သောအခါ

ဘွိုင်လာကို လုံးဝ မပိတ်ခြင်း ပိုကောင်းပါသည်။

- ✔ မပိတ်ဘဲ **အပြင်ထွက်မုဒ်** ပြောင်းပါ
- ✔ အကြာကြီးဆိုလျှင် 예약 ဖြင့် ၁၅~၁၇°C
- ✔ ပိုက်များ ခဲခြင်းကိုလည်း ကာကွယ်ပါသည်

### 🔥 အပူချိန် ဘယ်လောက်လဲ

- ✔ အခန်းတွင်း **၁၈°C မှ ၂၀°C**
- ✔ ၁°C လျှော့လျှင် ၇% ခန့် သက်သာ
- ✔ ရေနွေး ၃၆~၄၂°C ဝန်းကျင်
- ✔ ရေပိုက်ခေါင်း လက်ကိုင် ရေအေးဘက်

---

**ဆောင်းပါးအပြည့်အစုံ ဖတ်ရန်**

refugeelifekorea.org/my/

ဆက်သွယ်ရန် refugeelifekorea@mapcast.org / 02-2038-0231