sunday	monday	tuesday	wednesday	thursday	friday	saturday
အရက်စွဲသွားခြင်း တ၊်သူကမၠသံး		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

ကျန်းမာရေးကိုဖျက်ဆီးစေတာ
မူးယစ်ဆေးဝါး စွဲလန်းမှုပါ

တ၊်စဲကသံၵ်မူၤဘျိး မၤဟးဂီၤ
နတ၊်အိၵ်ဆူၵ်အိၵ်ချ အါန့်၊အလိ၊်လိၤ

သင်ချစ်ခင်ရသူများထဲမှ တစုံတယောက်သည် အလားအတူ အလေ့အထများကို ပြုကျင့်နေပါက ဆေးခန်းရှိ စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ပြုစုစောင့်ရှောက်သူများနှင့် ဆက်သွယ်ပါ။။ ထိုသူများမှ ဂရုတစိုက် ကူညီထောက်ပံ့ပေးပါလိမ့်မည်။

ပှၤလၢနအဲၵ်အိၤတဂၤဂၤမ့၊်အလု၊်အလ၊်အိၵ်ထိၵ်ဒ်နှၵ်ဒီးဆဲးကျိးဒီးပှၤလၢအဘၵ်ထွဲဒီးတ၊်ကဟုကယာ်ပှၤသးသဟိၵ်တက့၊် (PCG) အဝဲသ့ၵ်ကဆံးထွဲက့၊်ထွဲဒီးမၤစၢၤဝဲနှၵ်လိၤ.

AIDE MÉDICALE INTERNATIONALE AMI