



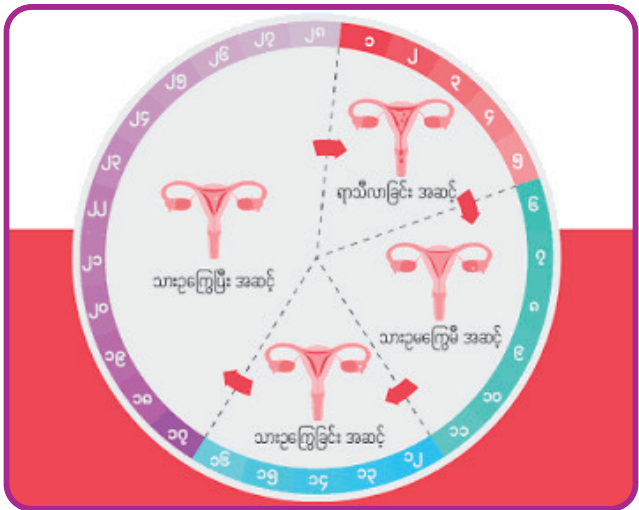
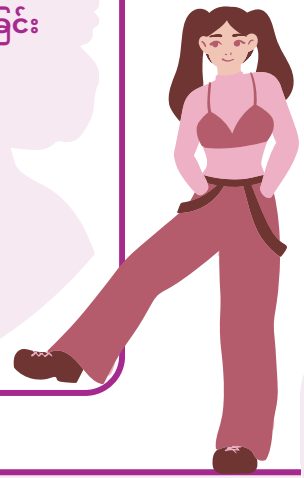
အပျိုဖော်ဝင်ခြင်းဆိုတာ ဘာလဲ

အမျိုးသမီးတိုင်းမှာ မတူညီတဲ့ ရာသီစက်ဝိုင်းတွေ ရှိတယ်

ရာသီလာစဉ် နာကျင်ကိုက်ခဲတာကို သက်သာအောင် ဘာတွေလုပ်ရမလဲ

ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ပြောင်းလဲမှုများ

- ရင်သားစတင်ဖွံ့ဖြိုးလာခြင်း
- အရပ်မြင့်လာခြင်း
- ချိုင်းမွေး၊ ဆီးခုံမွေး ပေါက်လာခြင်း
- ဝက်ခြံထွက်ခြင်း
- ချွေးနံ့ပြင်းလာခြင်း
- ရာသီလာခြင်း
- အဖြူဆင်းခြင်း



စိတ်တွေ ပင်ပန်းလာတဲ့ အခါ



အသက်ရှူလေ့ကျင့်ခန်း



Journal ရေးခြင်း



ပုံဆွဲခြင်း



သီချင်းနားထောင်ခြင်း



သူငယ်ချင်းနှင့် စကားပြောခြင်း

စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ပြောင်းလဲမှုများ

- စိတ်အပြောင်းအလဲများ
- စိတ်မိမီးမှု
- စိတ်တိုလွယ်ခြင်း
- မိမိကိုယ်ကို မလုံခြုံသလို ခံစားရခြင်း
- အခြားသူများအပေါ်စိတ်ဝင်စားမှုများ ဖြစ်ပေါ်လာခြင်း



ရေနွေးအိတ် (သို့) အဝတ်ကိုရေနွေးစွတ်၍ အပူပေးခြင်း



ရေများများသောက်ပါ



အာဟာရပြည့်ဝတဲ့ အစားအစာစားပါ



ပေါ့ပေါ့ပါးပါး လေ့ကျင့်ခန်း လုပ်ပါ



လုံလောက်စွာ အနားယူပါ။



သန့်ရှင်းရေးကို ဂရုစိုက်ပါ



မခံနိုင်လောက်အောင် နာကျင်ခြင်း၊ သွေးအလွန်များခြင်း၊ မူးဝေခြင်း၊ ဖျားခြင်း၊ လစဉ်ဘဝထိခိုက်လောက်အောင် နာကျင်ခြင်း များရှိပါက ကျန်းမာရေးဝန်ထမ်း သို့မဟုတ် ဆရာဝန်နှင့် တိုင်ပင်သင့်ပါတယ်။

သဘောတူညီမှုဆိုတာ ဘာလဲ?

သဘောတူညီမှုဆိုတာ
လွတ်လပ်စွာ
အသိပေးနားလည်ပြီး
အတင်းအကျပ်မဟုတ်ဘဲ
ရှင်းလင်းစွာ သဘောတူခြင်း ဖြစ်ပါတယ်။



တိတ်ဆိတ်နေတာ = သဘောတူတာ မဟုတ်ပါ
ကြောက်လို့ လက်ခံတာ = သဘောတူတာ မဟုတ်ပါ
ဘယ်အချိန်မဆို စိတ်ပြောင်းနိုင်ပါတယ်



Project အကြောင်း နှင့် နောက်ထပ်အစီအစဉ်များ
အကြောင်းပိုမိုသိရှိလိုပါက



LitusCure to be Sure

@LitusCure_to_be_Sure



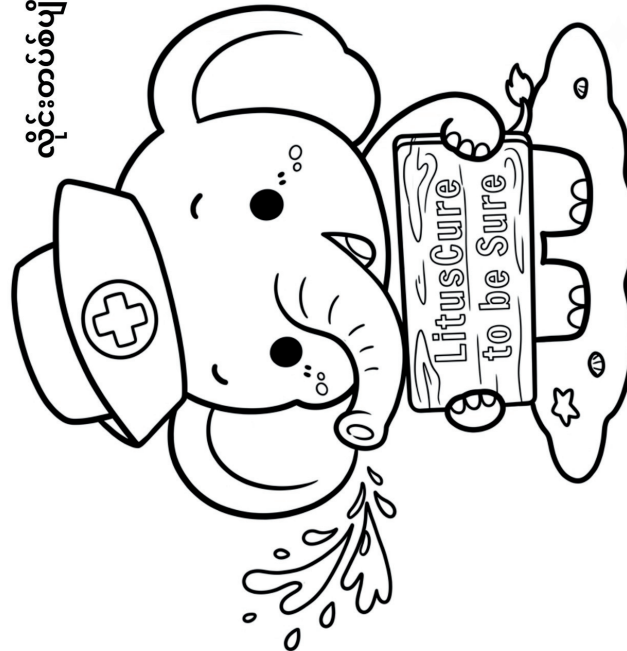
@lituscure.to.be.sure

အရောင်ခြယ်ကြစို့ဟေ့ 

ဘာအရောင်တွေခြယ်ကြမလဲ?
ကျွန်တော့်ကို လှလှလေး ခြယ်ပေးကြပါဗျာ

လိုင်းတပ်စ်ပျံမေဘေးကင်းစေ

၁၉.၇.၂၀၂၆



တကယ်လို့ ငွေဆောင်မှာ လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ
နှောက်ယှက်ခံခဲ့ရလို့ရှိရင် ယုံယုံကြည်ကြည်
တိုင်ပင်လို့ရမဲ့

1

ဒေါ်မင်းမင်းမျိုး

TNT-2 အထည်လုပ်ငန်း



၀၉၄၅၁၁၂၉၉၅၁

2

ဒေါ်မိုးစန္ဒာ

ရွှေရည်ဦးတည်းခိုခန်း



၀၉၄၂၂၄၇၂၈၉၁

3

ဦးမောင်မောင်

TNT-1 အထည်လုပ်ငန်း



၀၉၂၆၈၇၆၃၇၉၅

4

ဒေါ်စိပယ်

စံပယ်ဖြူစားသောက်ဆိုင်



၀၉၄၂၂၄၉၈၃၁၉