អ្នកនាំសារ

The Messenger

21

ខែមីនា ឆ្នាំ២០០៥- ព័ត៌មានពីព្រះសហគមន៍កាតូលិក

៨ មីនា បុណ្យសិទ្ធិនារី

តំណែលសិទ្ធិស្ត្រីកំពុងឈានទៅមុខ?

តើហេតុអ្វីត្រូវដូរពណ៌ស្បែកអោយស?

ទំព័រ ២

បណ្ណាល័យចល័តជួយឱ្យកុមារបានអាន

ទំព័រ ៨

សិទ្ធិស្ត្រីមានការវិវត្តន៍តាមជំនាន់

ទំព័រ ៦

ហេតុអ្វីត្រូវដូរពណ៌ស្បែកអោយស?

ទំនោររបស់យុវជនសម័យថ្មីគឺការនិយមប្រើប្រាស់ផលិតផលក្រែមដើម្បីឱ្យស្បែកសកាន់តែច្រើនឡើងៗ។ ពួកគេជឿថាកាលណាស្បែកកាន់តែស ក៏កាន់តែមានគេរាប់អានច្រើនដែរ។ មិនថាប្រុស ឬ ស្រីទេ ការឈ្លក់វង្វេងនេះបានក្លាយទៅជាម៉ូដសម័យទំនើបមួយ ទោះបីពួកគេដឹងថាធ្វើនេះត្រូវការចំណាយធនធានជាច្រើនយ៉ាងណាក្ដី។

ក្រឡទ្បេដែលម្ចាស់ហាងជាអ្នកលាយផ្សំសារជាតិផ្សេងៗដើម្បីធ្វើឱ្យស្បែកស

Pictures: Davith

ស្បែកសដ៏ពេញនិយម

ជារៀងរាល់ថ្ងៃ ចរិយាតែងតែចំណាយពេលជាងកន្លះម៉ោងក្រោយពីងូតទឹក និង រៀបចំចូលគេង ដើម្បីលាបក្រែម ឬឡេដ៏ស័ក្តិសិទ្ធិ។ នាងបានជឿជាក់ថា ធ្វើនេះ អាចឱ្យស្បែកនាងសបាន។ អស់រយៈពេលជាង ៦ខែ មកហើយ ដែលនាងបានប្រើឡេលាបលើស្បែក។ នាងបានដឹងវិធីសាស្ត្រនេះតាមរយៈមិត្តភក្តិដែលធ្លាប់រៀនសំអាងកាយជាមួយគ្នា។ ស្ថិតក្នុងវ័យ ២១ឆ្នាំ ចរិយាប្រកបការងារក្នុងមជ្ឈដ្ឋានតុបតែងកាយ។ នាងកំពុងរៀបចំ ដើម្បីបើកហាងកែសម្ផស្សមួយ ក្នុងពេលឆាប់ៗនេះ ក្រោយពីទទួលបានការបណ្ដុះបណ្ដាលអស់រយៈពេលជាច្រើនខែមក។ ក្នុងនោះនាងមិនដែលភ្លេចលក់នូវផលិតផលក្រែមធ្វើឱ្យស្បែកសជូនដល់អតិថិជននាងឡើយ។ ចរិយាពន្យល់ឱ្យដឹងថា: “មនុស្សគ្រប់រូបចង់ឱ្យស្បែកសសាច់ខ្ចីល្អ វាជារឿងធម្មតា! មនុស្សភាគច្រើនប្រើឡេលាបស្បែក ដោយសារពួកគេចង់កែអ្វី ដែលមានមកពីធម្មជាតិ”។ ទោះបីជាយុវនារីនេះ មានស្បែកធម្មតាសមរម្យហើយយ៉ាងណាក្ដី ក៏នាងនៅតែចង់ឱ្យស្បែកខ្លួនបានស្អាតប្លែកពីគេទៀតដែរ។

ស្បែកសសំរបតាមសំលៀកបំពាក់សម័យថ្មី

កញ្ញា ញ៉ែត ថាវី ម្ចាស់ហាងសម្រស់នារីខ្មែរបាននិយាយថា ការប្រើឡេធ្វើឱ្យខ្លួនសនេះ ចាប់ផ្ដើមពេញនិយមនៅប្រទេសខ្មែរ អស់រយៈពេល ២ឆ្នាំមកហើយ។ ជាទូទៅ ម្ចាស់ហាងកែសម្ផស្សភាគច្រើនដែលទៅធ្វើការរៀនសូត្រ នៅឯប្រទេសថៃតែងពាំនាំនូវអ្វីដែលជាការពេញនិយមរបស់យុវជនថៃយកមកសាបព្រោះដាក់យុវជនខ្មែរ។ គាត់បានអះអាងថា: “ជនជាតិអាស៊ីភាគច្រើន និយមចូលចិត្តស្បែកសម៉ត់ស្អាតខុសប្លែកពីធម្មតា។ បើយើងមានស្បែកខ្មៅ យើងមិនហ៊ានបញ្ចេញសាច់ទេ ហើយក៏ពុំសូវចូលចិត្តបង្ហាញមុខក្នុងពិធីនានាដែរ”។ អំណះអំណាងបែបនេះពុំសូវជាមានទម្ងន់ប៉ុន្មានទេសំរាប់ធ្វើការពន្យល់ លើទំនោរចង់បានស្បែកស ពីព្រោះនៅមានហេតុផលមួយទៀត គឺថា យុវជន នាសម័យបច្ចុប្បន្ន ចូលចិត្តស្លៀកពាក់បញ្ចេញរាង និង បញ្ចេញសាច់ ជាពិសេសគឺការស្លៀកពាក់តាមបែបបស្ចិមប្រទេស ពោលគឺមានអាវរំាលដៃ ខោសំយេះចេញត្រគាក ឬ បែបខើចលើ ខើចក្រោម។ លើសពីនេះទៀតដែរ តាមការវិវត្តន៍នៃការរចនាម៉ូដសំលៀកបំពាក់ មនុស្សជាច្រើន បានចូលចិត្តស្លៀកពាក់បញ្ចេញសាច់ ដើម្បីបង្ហាញគ្រឿងអលង្ការនៅក្នុងពិធីនានាផងដែរ។

ក្ដីកង្វល់ដែលមិនទាន់គិតដល់

មិនថាការលាបឡេ ឬ បកស្បែកទេ ផលប៉ះពាល់តិចនិងច្រើន ពិតជាអាចនឹងកើតមានជាក់ជាមិនខាន ប្រសិនបើការអនុវត្តន៍នោះពុំគោរពទៅតាមក្បួនវិជ្ជាជីវៈទេនោះ។ ទោះបីជា ចរិយាចង់បានសម្រស់ស្រស់ស្អាតក្ដី ក៏នាងតែងបានគិតទៅដល់ផលប៉ះពាល់របស់វាផងដែរ។ តាមពិតអស់រយៈពេលតែចន្លោះពី ២សប្ដាហ៍ ទៅ ១ខែ ប៉ុណ្ណោះក្រែមដ៏ពេញនិយមបានផ្លាស់ប្ដូរស្បែកចរិយាឱ្យសបាន។ ដោយដាក់ក្នុងក្រឡធុនមធ្យម តំលៃ ១៥ដុល្លារ ចរិយាបានប្រើប្រាស់វា ជាប់ជាប្រចាំអស់រយៈពេល ៦ខែ។ នាងបានបង្ហើបឱ្យដឹងថា: “បើយើងប្រើឡេណាដែលអាចធ្វើឱ្យស្បែកឡើងសលឿនក្នុងរយៈពេលប៉ុន្មានថ្ងៃនោះ វាអាចធ្វើឱ្យខូចស្បែកបាន។ ផលិតផលដែលមានដាក់ម្សៅជូរដើម្បីធ្វើឱ្យឆាប់បានសរហ័សនោះ វានឹងធ្វើឱ្យប៉ះពាល់សុខភាព”។ ម្ចាស់ហាងសម្រស់នារីខ្មែរបានឯកភាពទាំងស្រុងចំពោះយោបល់នេះ។ គាត់បញ្ជាក់ថា: “ឡេណាដែលធ្វើឱ្យស្បែកសឆាប់ ជាពិសេសម្សៅជូ វាក៏ធ្វើឱ្យស្បែកស្តើងឆាប់ដែរ”។ ទោះបីជា គាត់ធានាថា សំអាងការគាត់មិនមានលាយនូវផលិតផលបែបនេះក្ដី ក៏ផលិតផលគាត់នៅតែធ្វើឱ្យសលឿនក្នុងរវាងតែ ៣ថ្ងៃប៉ុណ្ណោះ។

ការថែរក្សាស្បែកខ្លួនជារបៀបមួយសាមញ្ញ

“បើយើងមានស្បែកស្អាតហើយ តែយើងមិនចេះថែរក្សានោះ វាជារឿង១ ដែលគួរឱ្យសោកស្ដាយជាទីបំផុត”។ នេះជាសំដីរបស់កញ្ញា ស្រី ណាវ ជាបុគ្គលិកផ្នែកទីផ្សារនៃក្រុមហ៊ុនមួយ។ ទោះបីជានាងធ្វើការនៅក្រោមពន្លឺថ្ងៃស្ទើរតែគ្រប់ពេលក្ដី ក៏នាងមានវិធីសាស្ត្រក្នុងការការពារស្បែកដែរ។ វិធីការពារស្បែកឱ្យស្អាតបានយូរអង្វែងនោះ គឺត្រូវចេះពាក់មួក ពាក់អាវដៃវែង ស្រោមដៃ និង ស្រោមជើងជាដើម។ អ្វីដែលសំខាន់ជាងនេះ គឺការចេះជ្រើសរើសយកឡេការពារកំដៅថ្ងៃដែលស័ក្តិសមជាមួយនឹងស្បែករបស់យើងដើម្បីចៀសវាងកុំឱ្យកើតមានបញ្ហាផ្សេងៗ ដូចជាការកើតនូវជម្ងឺសើស្បែក ឬជម្ងឺមហារីកស្បែកជាដើម។

បូលីន ដារិដ និងមុំ គន្ធា

តំលៃនៃព្រះអំណោយទាន

លោកឪពុកអូមែរ ហ្សីរ៉ាល់ដូ មានប្រសាសន៍ថា: “រូបកាយ និងពណ៌សំបុរគឺជាព្រះអំណោយទានព្រះជាម្ចាស់ដែលផ្ដល់ឱ្យយើង។ ទោះបីយើងមានស្បែកខ្មៅ ស ឬលឿងគឺសុទ្ធតែមានតំលៃស្មើៗគ្នា។ ល្អ ឬអាក្រក់ គឺចេញពីដួងចិត្ត និងការប្រព្រឹត្តិរបស់មនុស្សម្នាក់ៗ។ យើងត្រូវរិះគិត ថែរក្សា និងស្រលាញ់ព្រះអំណោយទាននេះ កុំភ្លើតភ្លើនតាមសម័យនិយម”។ វណ្ណា

ជាតិគ័រទីកូអ៊ីឌឱ្យផលអាក្រក់

ផលិតផលឡេធ្វើឱ្យស្បែកសដែលក្រុមស្រទាប់យុវវ័យមានទំនោរចូលចិត្តកំពុងរីកស្គុះស្គាយ។ នេះជាមតិរបស់វេជ្ជបណ្ឌិត ឡា ភៀវ អនុប្រធានគ្លីនិកជាតិសើស្បែក និងកាមរោគ។

“ការដែលធ្វើឱ្យស្បែកស វាអាស្រ័យទៅតាមប្រភេទឡេដែលប្រើ។ ប្រសិនបើ នៅក្នុងឡេនោះមានលាយឡំនូវសារជាតិ Corticoïde (គ័រទីកូអ៊ីុឌ) ដែលធម្មតាធ្វើឱ្យស្បែកឆាប់សនោះ វាអាចធ្វើឱ្យស្បែកនោះខូចបាន ពីព្រោះសារជាតិនេះគេប្រើសំរាប់ព្យាបាលជំងឺតាអកនិងរមាស់ជាដើម។ បើយកទៅលាបនៅលើមុខទៀតនោះ គឺវាកាន់តែធ្ងន់ធ្ងរទៀត ដោយសារ វាអាចនឹងបណ្ដាលឱ្យស្បែកស្តើង ឃើញសរសៃឈាមតូចៗចេញច្បាស់។ ស្បែកឡើងក្រហម ត្រូវថ្ងៃដាំ។ បន្ថែមលើនេះ សារជាតិ Corticoïde អាចធ្វើឱ្យស្បែកខ្វះសមត្ថភាពការពារមេរោគផ្សេងៗ ឡើងគ្រាប់ និងធ្វើឱ្យស្បែកដុះរោម។ របៀបនេះយើងអាចសង្កេតឃើញកើតលើអ្នកប្រើម្សៅលាយ ឬ ត្រចៀកកាំសំរាប់លាបមុខ។ អ្នកប្រើប្រាស់ភាគច្រើនមានរង្វង់ភ្នែកស្អាតល្អគ្មានប៉ះពាល់អ្វីទេ ប៉ុន្តែស្បែកមុខគាត់វិញគឺយ៉ាប់ណាស់។ ចំពោះឡេលាបស្បែកនេះ ប្រសិនបើឡេនោះធម្មតាមិនចោទជាបញ្ហាអ្វីទេ! បញ្ហានៅត្រង់ថា តើឡេស្បែកសនោះមានលាយ នូវសារជាតិអ្វីផ្សេងដែរ ឬអត់? ពីព្រោះថាសព្វថ្ងៃ ម្ចាស់ហាងកែសម្ផស្សក៏លាយ រីឯអ្នកប្រើប្រាស់ក៏លាយ។ ចំពោះផលិតផលឡេដែលចេញមកពីរោងចក្រ ប្រសិនអ្នកផលិតមិនគោរពក្រមសីលធម៌វិជ្ជាជីវៈទេ គេអាចលាយសារជាតិនេះពីប្រទេសគេមកតែម្ដង។ ពិតមែន ឡេលាបស្បែកសព្វថ្ងៃធ្វើឱ្យស្បែកសលឿន! ប៉ុន្តែ បើប្រើរយៈពេលយូរបន្តិច វាអាចនឹងមានផលប៉ះពាល់។ សូមបញ្ជាក់ថា ប្រសិនបើស្បែកខូចធ្ងន់ហើយ ពិបាកកែណាស់! សភាពស្រាលអាចព្យាបាលបាន ប៉ុន្តែ វាបំផ្លាញនូវពេលវេលា និងទ្រព្យសម្បត្តិ។ អ្វីដែលគួរឱ្យបារម្ភពេលនេះ គឺកម្មការិនីរោងចក្រកាត់ដេរ ដែលតែងតែចង់បានឱ្យស្បែកស ហើយក៏ទៅទិញផលិតផលលាយក្នុងតំលៃថោកដែលនឹងធ្វើឱ្យខូចស្បែក”។

ភាពថ្លៃថ្នូរមិនស្ថិតនៅលើស្បែកស

កញ្ញា ហួត សុជាតា មិនសប្បាយចិត្តឡើយចំពោះការនាំគ្នាផ្ដើលប្រើប្រាស់ផលិតផលធ្វើឱ្យស្បែកឆាប់ស។ នេះជាយោបល់របស់នាង: “ស្បែកសគឺសំរាប់អ្នកមានអាជីពលក់សម្រស់នៅក្នុងសង្គម ដូចជា តារាភាពយន្ត ឬអ្នកចំរៀង។ ប៉ុន្តែ បើយើងជាមនុស្សសាមញ្ញទេនោះ ខ្ញុំគិតថា នេះគឺជាគំនិតដ៏ឆ្កួតលីលា ដែលចង់ធ្វើឱ្យស្បែកស។ វាពុំបានផ្ដល់ប្រយោជន៍អ្វីទេក្រៅតែពីខាតពេលវេលានិងលុយកាក់។ ខ្ញុំយល់ស្របចំពោះការលាបឡេការពារកំដៅថ្ងៃ ប៉ុន្តែ មិនមែនឡេធ្វើឱ្យស្បែកឆាប់សនោះទេ។ ជាធម្មតាទេដែលយើងស្រឡាញ់អ្វីដែលផ្ទុយពីធម្មជាតិរបស់ខ្លួន វាមិនខុសអ្វីអំពីជនជាតិអឺរ៉ុបដែលមានស្បែកស តែបែរជាទៅអាំងថ្ងៃនៅក្រោមពន្លឺព្រះអាទិត្យដើម្បីធ្វើឱ្យស្បែកពួកគេឡើងខ្មៅទៅវិញនោះ”។

បូលីន ដារិដ

លោក ឡា ភៀវ វេជ្ជបណ្ឌិតជម្ងឺសើស្បែកនិងកាមរោគ។

បងស្រី២រូប នឹងបន្តពាក្យសច្ចា

Photo: DR

បងស្រីថារីន និងក្មេងៗដែលទទួលការអប់រំជំនឿនៅព្រៃវែង

ថ្ងៃទី២១ មីនានេះជាខួបពិសេសមួយរបស់បងស្រីថារីន និង បងស្រីសង្វាតក្នុងការរំលឹកនូវពាក្យសច្ចារបស់ខ្លួន និងបន្តពាក្យសច្ចា១ឆ្នាំទៀត។ សំរាប់ពាក្យសច្ចាថ្វាយខ្លួនដែលមានបីប្រការគឺ ស្តាប់បង្គាប់ កាន់ភាពក្រីក្រ និងកាន់ព្រហ្មចារីយ៍ភាពនោះ បងស្រីទាំងពីរបានប្រកាន់ភ្ជាប់អស់ជាង១ឆ្នាំមកហើយ។ បងស្រីថារីនមានប្រសាសន៏ថាៈ “ខ្ញុំមានអំណរសប្បាយ ហើយមានកំលាំងដើរទៅមុខជាមួយព្រះយេស៊ូដោយក្តីសង្ឃឹម និង ពេញចិត្តចំពោះការថ្វាយខ្លួននេះ”។ ចំណែកបងស្រីសង្វាតក៏បានគូសបញ្ជាក់ថាៈ “ការរស់នៅក្នុងជីវិតបែបនេះគឺដូចពេលដែលព្រះយេស៊ូឡើងលើឈើឆ្កាងដែរ ពេលខ្លះលំបាក ពេលខ្លះសប្បាយ តែយើងយល់ថាបើយើងមានទុក្ខលំបាកព្រះយេស៊ូ ក៏នៅរួមជាមួយយើងដែរ”។ បន្ទាប់ពីសង្គ្រាម បងស្រីទាំង២ជាស្ត្រីខ្មែរដំបូងដែលសុខចិត្តបួស។ សព្វថ្ងៃ ពួកគាត់កំពុងបំពេញបេសកកម្មនៅព្រះសហគមន៏ព្រៃវែង ភូមិភាគកំពង់ចាម។ បងស្រី សារៀ ដែលជាអ្នកណែនាំបងស្រីទាំង២ ពន្យល់ថាៈ “យើងរស់តាមវិន័យអ្នកបួសដោយធ្វើការតាមគោលដៅព្រះសហគមន៏។ យើងមានបង្រៀនអក្ខរកម្មដល់យុវជន ព្រមទាំងអប់រំខាងផ្លូវចិត្តវិញ្ញាណផងដែរ”។ មេត្រី

បងប្អូនចំនួន ១៧៤នាក់ ត្រៀមខ្លួនទទួលជីវិតថ្មី

នៅក្នុងសប្តាហ៍ ទី១ នៃរដូវ ៤០សិបថ្ងៃ (រដូវត្រណម) ព្រះសហគមន៏នៃភូមិភាគទាំងបី មានរៀបចំពិធីត្រាស់ហៅយ៉ាងឱឡារិកសំរាប់បងប្អូនដែលត្រៀមខ្លួនទទួលនូវអគ្គសញ្ញាជ្រមុជទឹកក្នុងឱកាសបុណ្យចម្លងខាងមុខនេះ។ សំរាប់ភូមិភាគភ្នំពេញមានចំនួន ៨០នាក់ និងភូមិភាគបាត់ដំបង មាន ៤៩នាក់ ដែលសុទ្ធសឹងជាកូនចៅគ្រិស្តបរិស័ទនៅក្នុងភូមិភាគនីមួយៗ។ នេះបើតាមការបញ្ជាក់របស់លោកអភិបាល គីគេ។ ចំណែកនៅភូមិភាគកំពង់ចាមមានយុវជន ៤៥នាក់ផងដែរ។ នៅឱកាសនេះលោកអភិបាលភូមិភាគកំពង់ចាម អន់តូនី សាមី មានប្រសាសន៏ថាៈ “យើងប្រារព្ធពិធីក្នុងសប្តាហ៍ ទី ១ នៃរដូវត្រណមនេះ គឺដើម្បីឱ្យអ្នកចូលថ្មីមានពេលត្រៀមខ្លួនមុននឹងទទួលនូវអគ្គសញ្ញាជ្រមុជទឹក មានដូចជា ការធ្វើសំណាក់ធម៌ ធ្វើពិធីដេញមារ និងរិះគិតព្រះបន្ទូលក្រោយពីពួកគេបានរៀនអស់ពេលជាច្រើនឆ្នាំរួចមក”។ ចំពោះភូមិភាគភ្នំពេញ លោកអភិបាល អេមិលដេតម្បូបានមានចំណាប់អារម្មណ៏យ៉ាងខ្លាំងចំពោះយុវជនទាំងនោះ ពិសេសបងប្អូននៅគិរីវង្ស ចំនួន ២នាក់ដែលត្រៀមខ្លួនទទួលអគ្គសញ្ញាជ្រមុជទឹក បន្ទាប់ពីពួកគេបានស្វែងរកព្រះយេស៊ូតាមរយៈបងប្អូនចំការទៀងក្រោមការណែនាំដ៏ឈ្លាសវៃ [illegible] លី សុវណ្ណា

សុខភាព

តើអាហារូបត្ថម្ភជាអ្វី?

Photo: Fr. Omer

លោកស្រី Marissa Regeno-Manampan វេជ្ជបណ្ឌិត ជំងឺកុមារ នៃគ្លីនិកសហគមន៏ និង គ្រួសារពេទ្យ

អាហារូបត្ថម្ភ គឺជាអាហារទាំងអស់ដែលយើងបរិភោគរាល់ថ្ងៃដើម្បីរក្សារាងកាយឱ្យមានតុល្យភាព។ ពួកវាមានច្រើនប្រភេទដូចជាៈ Carbohydrates គឺជាអាហារផ្តល់កំលាំងដល់រាងកាយ ច្រើនមាននៅក្នុងបាយ ដំឡូង ពោត នំប៉ុង និងស្រូវសាលី។ល។ ប្រូតេអ៊ីនជាអាហារជួយរាងកាយឱ្យធំធាត់ និងលូតលាស់ ច្រើនមាននៅក្នុងសណ្តែក ទឹកដោះគោស៊ុត គ្រាប់ធញ្ញជាតិ ត្រី និងសាច់។ល។ វីតាមីន ជាតិខនិជ ឬជាតិរ៉ែ គឺជាអាហារសំរាប់ការពារសុខភាពនៃរាងកាយពីមេរោគ មានច្រើននៅក្នុងផ្លែឈើពណ៌លឿង និងបន្លែពណ៌បៃតងជាដើម។ ខ្លាញ់ គឺជួយផ្តល់កំលាំងមាននៅក្នុងប្រេងខ្លាញ់ បន្លែ និងសាច់។ ខ្លាញ់គឺមិនសូវល្អសំរាប់រាងកាយឡើយ ប៉ុន្តែ យើងត្រូវការវាបន្តិចបន្តួចផងដែរ។ ទាំងអស់នេះជាអាហារទ្រទ្រង់រាងកាយ។ បើខ្វះប្រភេទណាមួយ យើងនឹងអាចមានជំងឺ។ ចំពោះអ្នកខ្វះអាហារូបត្ថម្ភ ដោយសារភាគច្រើនពួកគេបរិភោគមិនបានគ្រប់គ្រាន់។ ជាពិសេសកូនក្មេងដែលងាយរងគ្រោះនូវកង្វះខាតនេះយ៉ាងខ្លាំង ពីព្រោះសរីរាង្គពួកគេត្រូវការនូវការលូតលាស់ខ្លាំងក្លា ដូចជា ឆ្អឹង និងសាច់ដុំជាដើម។ ចំពោះតំរូវការប្រូតេអ៊ីនការបរិភោគ [illegible] ធារី និង សំភី

វិទ្យុ FM ៩៩.៥ សំលេងព្រះសហគមន៏

វិទ្យុដើរតួនាទីសំខាន់ក្នុងការចែកចាយព័ត៌មានបានឆាប់រហ័សនិងគ្រប់ច្រកល្ហក។ ដោយផ្អែកលើគំនិតនេះព្រះសហគមន៏កាតូលិកក៏បានបង្កើតឡើងនូវកម្មវិធីវិទ្យុមួយឈ្មោះថា “យុវជនសម័យទំនើប”។

Photo: P. Samphy

ក្រុមការងារវិទ្យុកំពុងតែធ្វើការបញ្ចូលសំលេងនិងរៀបចំកម្មវិធីនៅក្នុងស្ទូឌីយ៉ូ

ព្រះសហគមន៏កាតូលិកមាននូវកម្មវិធីវិទ្យុរបស់ខ្លួនហើយ។ កម្មវិធីនេះមានឈ្មោះថា “យុវជនសម័យទំនើប” ផ្សាយជារៀងរាល់ថ្ងៃសៅរ៍ វេលាម៉ោង ១.៣០នាទី និងមានការចាក់ផ្សាយឡើងវិញនៅម៉ោង ៨.៣០នាទីយប់ តាមរយៈស្ថានីយវិទ្យុគ្រួសារ FM 99.5 MHz។ រយៈពេល ១៥នាទី នៃការផ្សាយកម្មវិធី ប្រិយមិត្តអ្នកស្តាប់អាច ឮនូវកិច្ចសំភាសន៏សួរយោបល់យុវជនទាំងឡាយ ស្តាប់បទចំរៀង និងការផ្លោះប្តូរយោបល់គ្នាទៅវិញទៅមករវាងពិធីករទាំងពីរ។

កញ្ញា ហ៊ូ សុខធារី គឺស្ថិតក្នុងចំណោមយុវនារី ២នាក់ ដែលមានភារកិច្ចផលិតកម្មវិធីនេះ។ យុវនារីអាយុ ២៣ឆ្នាំ រូបនេះ បានផ្តល់ចំណាប់អារម្មណ៏ ក្នុងការរៀបចំកម្មវិធីនេះថាៈ “យើងមានគោលបំណងចង់អប់រំ និងជំរុញដល់យុវជនខ្មែរក្នុងការបញ្ចេញមតិតាមរលកធាតុអាកាស។ សំលេងរបស់ពួកគេប្រៀបបីដូចជាសារមួយ ផ្ញើទៅកាន់សង្គមជាតិទាំងមូលឱ្យស្តាប់នូវអ្វីដែលជាតំរូវការរបស់គេ និងឱ្យអ្នកស្តាប់ធ្វើការពិចារណាកាត់សេចក្តីនូវទស្សនៈរបស់ពួកគេដែរ”។

សព្វថ្ងៃ យុវនារីទាំងពីរ (ធារី និងកញ្ញា) ទទួលបាននូវការបណ្តុះបណ្តាលផលិតកម្មជាវិធីវិទ្យុពីសំណាក់អ្នកជំនាញ គឺអ្នកស្រី លីង លីប្រុន ជាជនជាតិអាមេរិកដើមកំណើតខ្មែរ។ ដោយមានបទពិសោធន៏រយៈពេល ៥ ឆ្នាំ លើផ្នែកនេះ អ្នកស្រី គឺជាអ្នកជួយសំរបសំរួលស្វែងរកប្រធានបទជាមួយយុវនារីទាំងពីរ។ អ្នកស្រីបានពន្យល់ពីហេតុផលនៃការចូលរួមរៀបចំកម្មវិធីនេះថាៈ ”ខ្ញុំចង់កសាងសង្គមយុវជន ពិសេសបង្កើតទំនាក់ទំនងរវាងយុវជន និងយុវជន។ ខ្ញុំជឿថាសង្គមយុវជនមានសក្តានុពល និងជំហរមាំមួន អាចនឹងក្លាយជាគំរូសំរាប់ខ្លួនឯង ក៏ដូចជាសង្គមជាតិ”។ អ្នកស្រីបានមានប្រសាសន៏បញ្ជាក់បន្ថែមទៀតថា ប្រព័ន្ធផ្សព្វផ្សាយតាមវិទ្យុពិតជាអាចជួយលើកតំលៃគុណធម៌គ្រិស្តបរិស័ទ។

ទស្សនៈរបស់លោកអូម៉ែរ

នាយកការិយាល័យផ្សព្វផ្សាយព័ត៌មានកាតូលិក “យើងសង្ឃឹមថាព្រះសហគមន៏កាតូលិកនៅប្រទេសកម្ពុជានៅពេលអនាគតនឹងមានក្រុមយុវជនធ្វើការផលិតកម្មវិធីវិទ្យុលើប្រធានបទស្តីអំពីតំលៃជីវិតមនុស្ស និងគ្រិស្តបរិស័ទដែលនឹងចាក់ផ្សាយនៅទូទាំងប្រទេសកម្ពុជា។ កម្មវិធីនេះនឹងមានការចាក់ផ្សាយតាមរយៈស្ថានីយវិទ្យុផ្សេងៗទៀតដូចជាស្ថានីយខេត្តបាត់ដំបង ខេត្តកំពង់ធំ ខេត្តកំពង់ចាម និងនៅទីក្រុងព្រះសីហនុ”។

ទាក់ទងនឹងប្រសិទ្ធិភាពនៃវិទ្យុក្នុងការផ្សព្វផ្សាយ លោក ប៉ាស្កាល់ រ៉ាហ្វូ (Pascal Rafaud) ទីប្រឹក្សាបច្ចេកទេសផ្នែកព្រឹត្តិប័ត្រអ្នកនាំសាររបស់ការិយាល័យ C.S.C បានមានប្រសាសន៏ថាៈ “ការផ្សព្វផ្សាយតាមរយៈរលកធាតុអាកាស គឺមានសារៈសំខាន់ជាងសារព័ត៌មាន ពីព្រោះសំរាប់សារព័ត៌មានអ្នកអានចំនួនតិចតួចណាស់នៅប្រទេសកម្ពុជា។ កម្មវិធីដែលអ្នកស្តាប់ចាប់អារម្មណ៏គឺផ្តោតទៅលើបញ្ហាដែលបាន និងកំពុងតែកើតឡើងនៅជុំវិញខ្លួនរបស់ពួកគេ”។

ចាប់ពីពេលនេះតទៅកម្មវិធី “យុវជនសម័យទំនើប” និងផ្តល់ការផ្សាយរបស់ខ្លួនជាទៀងទាត់។ ការជ្រើសរើសម៉ោងចាក់ផ្សាយលើស្ថានីយវិទ្យុគ្រួសារ FM 99.5 ត្រូវបានលោកឪពុកអូម៉ែរពន្យល់ថា នេះជារបៀប១ សំរាប់យើងក្នុងការធ្វើទំនាក់ទំនងគ្នា។ ម្យ៉ាងទៀត ពួកគេជាគ្រិស្តបរិស័ទ ជឿលើព្រះយេស៊ូដូចគ្នា។ ដូចនេះគួរតែរួបរួមសហការគ្នាជាធ្លុងមួយ។ ចំណែកអ្នកស្រី ច័ន្ទ សាមឿន នាយិកាស្ថានីយវិទ្យុនេះក៏សំដែងការស្វាគមន៏ចំពោះកិច្ចសហការនេះដែរ។ គាត់បានបញ្ជាក់ឱ្យដឹងថាៈ ”យុវជនឥឡូវ មានភាពបញ្ហាសទិសគ្នា។ អ្នកខ្លះស្គាល់ពីតំលៃមនុស្ស ឯមួយចំនួនទៀតតែងបានប្រព្រឹត្តអំពើខុសច្បាប់ ដូចជាការប្រើថ្នាំញៀន ប្រព្រឹត្តរឿងអាសអាភាសដែលធ្វើឱ្យសង្គមជួបការលំបាក។ និយាយរួមកម្មវិធីនេះគឺអាចឆ្លើយតបបានចំពោះតំរូវការយុវជន”។

សំ រ៉ានី និង ដារីដ

ឆ្លងកាត់ជាច្រើនជំនាន់មកហើយ ស្ត្រីខ្មែរហាក់បីដូចជា មិនមានសិទ្ធិស្មើនឹងបុរសឡើយ។ គេតែងចាត់ទុកមនុស្សស្ត្រីគឺជាភេទទន់ខ្សោយ និងពុំមានសមត្ថភាពដូចបុរសទេ។ ប៉ុន្តែនាពេលបច្ចុប្បន្ន គំនិតទាំងនេះកំពុងតែប្រែប្រួលបន្តិចម្តងៗ។

សមាជិកបីនាក់នៃគ្រួសារ១ដែលរស់នៅឆ្លងកាត់សម័យកាលទាំងបី

សិទ្ធិស្ត្រីមានការវិវត្តន៍តាមជំនាន់

ស្ត្រីក្នុងសម័យអាណានិគមបារាំង

សម័យអាណានិគមបារាំង ស្ត្រីមិនមានសិទ្ធិគ្រប់គ្រាន់ទេនៅក្នុងគ្រួសារ។ ការអប់រំកូនស្រី ក៏ដូចជាការផ្តល់សិទ្ធិឱ្យពួកគេ គឺមានភាពអយុត្តិធម៌។ ឪពុកម្តាយនិយមផ្តល់សិទ្ធិកូនប្រុសច្រើនជាងកូនស្រី ដូចជាបញ្ជូនកូនប្រុសឱ្យទៅរៀន ហើយទុកកូនស្រីនៅផ្ទះជាដើម។ ជាមួយនឹងមាត់កំពុងតែទំពាស្លាលោកយាយ អ៊ុំ នៅ ដែលមានអាយុ ៧៦ ឆ្នាំ ជាស្ត្រីម្នាក់ដែលកើតក្នុងសម័យអាណានិគមបារាំង។ គាត់បានមានប្រសាសន៍ខ្លាំងៗថា:
"ម្តាយខ្ញុំមិនផ្តល់សិទ្ធិឱ្យខ្ញុំបានទៅរៀនទេ។ គាត់ថាមិនបាច់ចាំចេះអ្វីទេនាំគ្នាធ្វើស្រែ ហើយលក់វាទិញមាសទុកទៅ។ វាស្រួលហើយ"។
ចំពោះការរើសគូស្រករក៏ដូច្នេះដែរ គឺឪពុកម្តាយជាអ្នករៀបចំទុកដាក់គូស្រករឱ្យកូនស្រី។ លោកយាយបានបញ្ចេញសំដីហាក់ដូចជាខឹងថា: "ខ្ញុំមិនដែលស្គាល់តា (ប្តី) ខ្ញុំទេ គឺម្តាយខ្ញុំលើកខ្ញុំឱ្យទៅគាត់ដោយមិនបានសួរខ្ញុំមុន"។ គាត់ក៏បានបន្ថែមទៀតថា: "ទោះបីជាមានការរំលោភសិទ្ធិដូច្នេះក៏ដោយ ក៏នៅមានកូនស្រីមួយចំនួនមិនយល់ព្រមនឹងការគាបសង្កត់ មកលើសិទ្ធិរបស់ពួកគេដែរ គឺពួកគេហ៊ានដល់ទៅប្រកែករើបំរាស់ មិនព្រមរៀបការ ដែលទង្វើនេះចាស់ជំនាន់នោះហៅថាកូនស្រីមិនដើរតាមគន្លងធម៌ ឬជាស្រីខាតលក្ខណ៍ដែលធ្វើឱ្យឪពុកម្តាយខ្មាស់គេ"។

លោកយាយ អ៊ុំ នៅ "សម័យបារាំង ខ្ញុំមិនដែលឃើញមានប្រារព្ធពិធីសិទ្ធិនារីអ្វីទេ ខ្ញុំទើបតែឮនៅសម័យនេះឯង។ ខ្ញុំយល់ថាស្ត្រីត្រូវតែមានសិទ្ធិតវ៉ាជាមួយអ្នកដទៃ ពីព្រោះនៅសម័យមុននោះ ខ្ញុំតែងឃើញថាពេលមានប្រជុំម្តងៗ គេហៅតែបុរសទៅទេ ចំណែក នារីមិនអាចទៅចូលរួមបានឡើយ"។

Photo: Davith

ស្ត្រីសម័យមុន និងក្នុងរបបប៉ុលពត

អ្នកស្រី ឈិត ប៊ុនផ្កា ជាកូនស្រីរបស់លោកយាយ អ៊ុំ នៅ។ ស្ថិតក្នុងវ័យពាក់កណ្តាលមនុស្ស គាត់បានក្លាយទៅជាស្ត្រីម្នាក់ ដែលមិនចេះអក្សរ ពីព្រោះ កាលពីក្នុងវ័យកុមារភាព គាត់មិនបានទៅសាលារៀនឡើយ។ ម្តាយគាត់ធ្វើនំ ឱ្យគាត់យកទៅលក់ដើម្បីយកប្រាក់ទៅផ្គត់ផ្គង់ការរៀនសូត្ររបស់ប្អូនប្រុស។ លើសពីនេះ គាត់ក៏ត្រូវរៀបអាពាហ៍ពិពាហ៍ជាមួយនឹងបុរស ដែលឪពុកម្តាយគាត់ជាអ្នករៀបចំឱ្យ។ ដោយនៅនឹងដៃកំពុងតែកាន់ក្រាស់សិតសក់ជាប់ជាមួយផងនោះ អ្នកស្រីបានមានប្រសាសន៍ថា: "ខ្ញុំយល់ថា ការផ្តល់សិទ្ធិទៅឱ្យនារីៗ គឺមានលក្ខណៈប្រសើរណាស់។ ស្ត្រីត្រូវមានសិទ្ធិស្មើភាពគ្នាជាមួយបុរស។ យើងត្រូវតែធ្វើការគោរពគ្នាទៅវិញទៅមក តែក៏មិនត្រូវប្រើសិទ្ធិនោះឱ្យហួសហេតុពេកដែរ"។

អ្នកស្រី ឈិត ប៊ុនផ្កា "ខ្ញុំមិនដែលឮនិងឃើញមាននរណាប្រារព្ធធ្វើទិវាសិទ្ធិនារីនេះក្នុងរបបប៉ុល-ពត ហើយនារីក៏មិនមានសិទ្ធិ និងសេរីភាពដូចសង្គមសម័យឥឡូវដែរ។ ពីមុនសូម្បីសិទ្ធិក្នុងការតវ៉ាក៏គ្មានផង ហើយការតវ៉ានោះបើគ្មានហេតុផលសមស្របទេ គឺមិនហ៊ានតវ៉ាដែរដោយខ្លាចអំណាចរបស់គេ"។

គាត់បានបន្តថា: "អ្វីៗ ដែលម្តាយរបស់ខ្ញុំមិនបានផ្តល់សិទ្ធិឱ្យរូបខ្ញុំនោះ គឺជាកំហុសមួយ ពិសេស គឺការរើសគូស្រករ។ ដូច្នេះ ខ្ញុំនឹងមិនយកសិទ្ធិ និងទំលាប់របស់ម្តាយខ្ញុំមកប្រើជាមួយកូនស្រីខ្ញុំទេ។ ខ្ញុំនឹងផ្តល់សិទ្ធិដល់គេ ទាំងការសិក្សា ការដើរកំសាន្ត និងការរើសគូស្រករផងដែរ តែមិនអាចធ្វើឱ្យជ្រុលជ្រួសហួសហេតុពេកដែរ"។

នារីនៅក្នុងសម័យបច្ចុប្បន្ន

ជាមួយនឹងសម្លៀកបំពាក់នៅផ្ទះ កញ្ញា ហែម ចាន់សុធារី បានទទួលស្វាគមន៍រាក់ទាក់ភ្ញៀវជាមួយទឹកមុខយ៉ាងស្រស់ស្រាយ។ កញ្ញា សុធារី មានអាយុ១៩ឆ្នាំ ជាសិស្សវិទ្យាល័យទួលទំពូង។ នាងគឺជានារីម្នាក់ដែលមានសំណាង បានមកកើតនៅក្នុងសម័យមួយ ដែលសង្គមបានផ្តល់សិទ្ធិ និងយកចិត្តទុកដាក់ចំពោះនារីភេទ។ នាងមានការយល់ដឹងច្រើនអំពីសិទ្ធិមនុស្ស ជាពិសេសសិទ្ធិនារី ពីព្រោះមានក្នុងកម្មវិធីសិក្សានៅឯសាលារៀន។ ធារី បានបញ្ចេញនូវទស្សនៈរបស់នាងថា: "នារីត្រូវតែមានសិទ្ធិស្មើនឹងបុរស ពោលគឺ មិនអាចឱ្យដូចនៅក្នុងសម័យជំនាន់ចាស់បុរាណនោះទេដែលពីមុនគេច្រើននាំគ្នាយល់ថា នារីវិលចង្ក្រានមិនជុំ តែឥឡូវជាសម័យអ៊ិនធឺណេត ដែលនារីមានសមត្ថភាពអាចធ្វើអ្វីៗបានដូចបុរសដែរ ហើយជួនកាល ក៏អាចធ្វើបានលើសពីបុរសផង"។ នាងបានបន្ថែមទៀតថា នៅសាលារៀននាងធ្វើការទំនាក់ទំនង ដោយប្រើសិទ្ធិស្មើគ្នា មិនប្រកាន់វណ្ណៈ ឬជាតិសាសន៍ឡើយ ឯនៅក្នុងក្រុមគ្រួសារ គឺនាងប្រើប្រាស់សិទ្ធិ ដោយគោរពឪពុកម្តាយក្នុងភាព

កញ្ញាហែម ចាន់សុធារី "សព្វថ្ងៃនេះខ្ញុំមានសិទ្ធិសេរីភាពគ្រប់គ្រាន់ទាំងនៅក្នុងគ្រួសារ សាលា និងក្នុងសង្គម។ ប៉ុន្តែមិនមែនមានន័យថាយើងមានសិទ្ធិ ហើយចេះតែប្រើតាមតែអំពើចិត្តរបស់យើងនោះដែរ គឺត្រូវប្រើឱ្យសមហេតុសមផលផងដែរ។ ខ្ញុំគិតថានៅពេលអនាគត នារីនឹងអាចក្លាយជាអ្នកគ្រប់គ្រងប្រទេសជាតិបានដូចជាបុរសដែរ"។

ជាស្រីគ្រប់លក្ខណ៍។ នាងយល់ថា សព្វថ្ងៃ នាងមានសិទ្ធិគ្រប់គ្រាន់ក្នុងការបញ្ចេញមតិយោបល់ទាំងនៅក្នុងគ្រួសារ និងក្នុងសាលា ហើយបើចង់ធ្វើអ្វីៗ គឺនាងមានសិទ្ធិធ្វើបាន។
តាមរយៈសំដីអះអាងរបស់ជីដូន ម្តាយ និង កូនស្រីខាងលើនេះធ្វើឱ្យយើងមើលឃើញនូវទិដ្ឋភាពនៃសង្គមខ្មែរ ពិសេស សិទ្ធនារីដែលឆ្លងកាត់តាមសម័យកាល។ ឆ្លងតាមរយៈនេះ មតិដែលយល់ថាស្ត្រីមានភាពទន់ខ្សោយឬគ្មានសមត្ថភាពនោះកំពុងតែឈានទៅរកការសាបរលាបជាបណ្តើរៗហើយ។ ដូច្នេះ ដើម្បីចូលរួមចំណែកក្នុងការលើកស្ទួយសិទ្ធនារី ការដាក់បញ្ញាបចូលគោលការណ៍គោរពសិទ្ធគ្នាទៅវិញទៅមក រវាងបុរស និងនារីនៅក្នុងមជ្ឈដ្ឋានគ្រួសារ ក៏ដូចជាមជ្ឈដ្ឋានសង្គម គឺជាកត្តាចាំបាច់មួយ ដែលប្រជាជនទូទៅគួររួមគ្នាអនុវត្តដោយខានពុំបាន។
ទន្ទឹមគ្នានេះដែរ ការផ្តល់លទ្ធភាពឱ្យស្ត្រីបានរៀនសូត្រក៏គឺជាគន្លឹះដ៏ចំបងមួយក្នុងការលើកស្ទួយដល់ជីវភាពរស់នៅរបស់ស្ត្រីផងដែរ។

មុំ គន្ធា និងបូលីន ដាវីដ

គោលនយោបាយលើកស្ទួយដល់សិទ្ធិនារី

អប់រំស្ត្រី: ដោយសង្កេតឃើញថាស្ត្រីចំនួន ៥២% ជាអនក្ខរជន (អ្នកមិនចេះអក្សរ) ក្រសួងកិច្ចការនារីមានគោលនយោបាយធ្វើឱ្យស្ត្រីបានរៀនសូត្រ និងឱ្យមានជំនាញច្បាស់លាស់ដើម្បីប្រកបរបរចិញ្ចឹមជីវិត។
សុខភាព: ក្រសួងនឹងចូលរួមសហការជាមួយក្រសួងពាក់ព័ន្ធដូចជាក្រសួងសុខាភិបាលដោយធ្វើយ៉ាងណាធ្វើការកាត់បន្ថយអត្រាស្លាប់ពេលឆ្លងទន្លេ និងកាត់បន្ថយការចម្លងជំងឺអេដស៍ពីស្វាមីមកឱ្យភរិយា និងកូនៗ។
ច្បាប់: បង្កើតច្បាប់ដាក់ទោសបុរសឬជនដែលប្រើអំពើហិង្សាដាក់គ្រួសារ និងធ្វើច្បាប់ណែនាំអប់រំដល់ក្រុមគ្រួសារឱ្យដឹងពីសុភមង្គលក្នុងគ្រួសារដោយធ្វើយ៉ាងណាឱ្យការប្រើអំពើហិង្សាលែងមាននៅក្នុងគំនិតរបស់បុរសជាស្វាមី។
ផ្តល់អំណាចសេដ្ឋកិច្ចជូនស្ត្រី: បង្កើនការបង្រៀនស្ត្រីដែលគ្មានលទ្ធភាព ឬគ្មានចំណេះដឹងឱ្យមានជំនាញមានការងារធ្វើដើម្បីឱ្យស្ត្រីអាចរកប្រាក់កំរៃបានដោយខ្លួនឯង។
ស្ត្រី និងសេចក្តីសំរេច (ស្ត្រីអភិបាលកិច្ច): ផ្តល់សិទ្ធិឱ្យស្ត្រីអាចធ្វើសេចក្តីសំរេចចិត្តទៅលើហេតុការអ្វីមួយបាន។
សម្រង់កិច្ចសម្ភាសន៍របស់លោកជំទាវ អ៊ឹង កន្ថាផាវី តាមទូរទស្សន៍ CTN។

សំដីពីអង្គការ

តួលេខនារីភេទកំពុងរងគ្រោះ

តាមរបាយការណ៍របស់សមាគម អាដហុក នៅឆ្នាំ ២០០៤ បានបង្ហាញឱ្យឃើញថា អំពើហិង្សានៅក្នុងគ្រួសារ មានចំនួន៤៣៦ករណី ក្នុងនោះ៦៩% កើតឡើងនៅលើគ្រួសារដែលជីវភាពមានការខ្វះខាត និងក្រីក្រ។ ចំណែកអំពើរំលោភសេពសន្ថវៈបានកើតឡើង ចំនួន ៣២៦ករណី។ ការជួញដូរភេទមានចំនួន៣៦ករណីដែលមានជនរងគ្រោះជានារីអាយុ១៨ឆ្នាំចំនួន៣៦នាក់ស្មើនឹង៥៥.៣៨%។ តួលេខនេះ គឺកើនឡើង ៥.៣៨% បើប្រៀបធៀបទៅនឹងឆ្នាំ២០០៣ដែលមានតែ៥០%នោះ។
លោកស្រី លឹម មុនី ប្រធានផ្នែកការពារសិទ្ធិនារីរបស់សមាគម អាដហុក បានឱ្យដឹងថា ភាពក្រីក្រ ការហូរចូល និងប្រើប្រាស់គ្រឿងញៀន ការធ្លាក់ចុះនៃសីលធម៌សង្គម និងកង្វះការអនុវត្តន៍ច្បាប់របស់មន្ត្រីនៅមានកំរិត ជាមូលហេតុដែលនាំឱ្យស្ត្រីទទួលរងអំពើជួញដូរផ្លូវភេទ និង ការរំលោភបំពាន។

មូលហេតុចំបងនៃអំពើហិង្សា

តាមរបាយការណ៍នៅឆ្នាំ២០០៤ របស់អង្គ-ការកម្ពុជាដើម្បីជួយស្ត្រីមានវិបត្តិបានឱ្យដឹងថាអំពើហិង្សាក្នុងគ្រួសារ បានកើតមានចំនួន ៨៨២ករណី។ កញ្ញា ប៉ាល់ វណ្ណារី ជាបុគ្គលិកផ្នែកស៊ើបអង្កេតរឿងក្តីនៃអំពើហិង្សា ក្នុងគ្រួសាររបស់អង្គការនេះនិយាយថា: "អំពើហិង្សាដែលកើតមាននេះបណ្តាលមកពីបញ្ហាចំបងចំនួនបី ទី១ គឺប្តីអាងអំណាចនៅក្នុងគ្រួសារ ទី២ប្រទេសមិនទាន់មានច្បាប់ស្តីអំពីការទប់ស្កាត់នូវអំពើហិង្សាក្នុងគ្រួសារ និងទី៣ គឺបញ្ហា និងនិទណ្ឌភាព (ការរួចខ្លួនពីការផ្តន្ទាទោសពីសំណាញ់ច្បាប់)"។

សំ វ៉ានី

បណ្ណាល័យចល័តជួយឱ្យកុមារបានអាន

ជារៀងរាល់ព្រឹក រថយន្តចល័តពណ៌សធ្វើដំណើរត្រាច់ចរតាមតំបន់ជាយក្រុងភ្នំពេញ។ រថយន្តដែលត្រូវបានកែច្នៃធ្វើជាបណ្ណាល័យចល័តទាំងនេះតែងទៅឈប់ នៅតាមសង្កាត់ ឬភូមិក្រីក្រមួយចំនួន។ ដោយសារហេតុនេះហើយទើបកុមារៗ អាចមានឱកាសបានស្តាប់រឿងនិទាន លេងល្បែងអប់រំ និងអានសៀវភៅ។ល។

ក្មេងប្រុសរូបនេះកំពុងតែមានអារម្មណ៍ជក់ចិត្តទៅនឹងការអានសៀវភៅរឿងព្រេងនិទានដែលប្រកបទៅដោយរូបភាពពណ៌ធម្មជាតិ និងមានការរចនាទំព័រដ៏រស់រវើកក្រោយពេលដែលរថយន្តបណ្ណាល័យចល័តបើកបរទៅដល់ភូមិរបស់គេ។

Photo: Davith

ដំណើររបស់បណ្ណាល័យនៅភ្នំពេញ

ថ្ងៃនេះ ដោយចេញដំណើរឆ្ពោះទៅកាន់ភាគខាងលិចនៃរាជធានីភ្នំពេញ រថយន្តចល័តមួយគ្រឿងបានបោះពួយលើផ្លូវគ្រួសក្រហមដើម្បីទៅភូមិត្រពាំងពារ ខណ្ឌដង្កោរ។ ដូចរៀងរាល់ថ្ងៃច័ន្ទមុនៗដែរ មានកុមារប្រហែល៣០នាក់ តែងអង្គុយចោមរោម ចាំលោក "គ្រូ" របស់គេ នៅក្នុងអាស្រមសាលាបុណ្យក្នុងភូមិ។ "ការជ្រើសរើសកន្លែងត្រូវមានការសហការ និងយល់ព្រមពីអាជ្ញាធរមានសមត្ថកិច្ចផងដែរមុននឹងចាប់ផ្តើមសកម្មភាព"។ នេះជាប្រសាសន៍របស់លោក យៀវ សម្បត្តិ អ្នកបើកបររថយន្ត និងជាបណ្ណារក្សរថយន្តចល័តទី៤របស់អង្គការស៊ីប៉ា។ រថយន្តចល័តនេះកំពុងមានដំណើរការក្នុងភូមិចំនួន១០ អស់រយៈពេលមួយឆ្នាំកន្លងមកហើយ។ ពេលបច្ចុប្បន្នក្នុងក្របខ័ណ្ឌកម្មវិធីអប់រំក្រៅប្រព័ន្ធអង្គការស៊ីប៉ាមានបណ្ណាល័យចល័ត ចំនួន៤ ដែលផ្លាស់ទី ក្នុងភូមិចំនួន ៥៤កន្លែង ខាងក្រៅរាជធានីភ្នំពេញ។

រៀបចំក្រាលកន្ទេល និងលាងទឹកសំអាតដៃ

បណ្ណាល័យចល័តតែងបានទទួលការស្វាគមន៍ពីកុមារ ព្រោះការអានសៀវភៅ ឬលេងល្បែងផ្សេងៗ ពុំមានយកប្រាក់ឡើយ។ ដំបូងលោកគ្រូបណ្ណារក្សរៀបចំក្រាលកន្ទេល និងឡាំងសៀវភៅ និងគាត់ស្នើអោយកុមារទាំងអស់ទៅលាងដៃជាមុនសិន ទើបពួកគេអាចចាប់ផ្តើមអានសៀវភៅ ឬលេងល្បែងកំសាន្តបាន។ បន្ទាប់មកបណ្ណារក្សចាប់ផ្តើមអានរឿងនិទានឱ្យកុមារស្តាប់ ដោយមានការបង្ហាញនូវ រូបភាពនានាទៀតផង។ សំរាប់ថ្ងៃនេះ រឿងនិទានមានចំណងជើងថា ប្រវត្តិភ្នំយ៉ាត នៅក្រុងប៉ៃលិន។ ក្មេងៗអង្គុយស្តាប់ចំហមាត់ដោយជក់ចិត្តបំផុត។ លើសពីនេះទៀត ពួកគេអាចចូលរួមឆ្លើយសំណួររបស់លោកគ្រូជុំវិញចំណេះដឹងអំពីភូមិ-វិទ្យា ធម្មជាតិ និងវប្បធម៌ជាដើម។

គំនូរផាត់ពណ៌ និងល្បែងអប់រំ

ក្រោយមកបណ្ណារក្សប្រាប់អោយក្មេងៗ លេងល្បែងវិ:គិត បត់ក្រដាស និងគូរគំនូរ។ លោក យៀវ សម្បត្តិ បានពន្យល់ឱ្យដឹងថា: "ពេលដែលមានក្មេងមកច្រើនពេក ខ្ញុំស្នើឱ្យពួកគេលេងល្បែងផ្សេងទៀត ចៀសវាងកុំឱ្យពួកគេធុញទ្រាន់ហើយត្រលប់ទៅផ្ទះវិញ"។ សំរាប់កុមារ ការចូលរួមក្នុងសកម្មភាពអំណានរបស់បណ្ណាល័យរៀងរាល់ថ្ងៃច័ន្ទគឺជាការទន្ទឹងរងចាំក្នុងរយៈពេលពេញមួយសប្តាហ៍។ កុមារី ស្រីនាង អាយុ ១២ឆ្នាំ បានមកជាមួយប្អូនប្រុសដែរ។ នាងបានប្រាប់ឱ្យដឹងថា: "ខ្ញុំមកទីនេះបានបីដងហើយ ខ្ញុំចូលចិត្តមកគូររូបផាត់ពណ៌គ្រប់ប្រភេទជាមួយនឹងមិត្តភក្តិ។ នៅផ្ទះ ខ្ញុំអផ្សុកណាស់ជាមួយនឹងទូរទស្សន៍។ ចំណែក កុមារា ពុទ្ធ មិថុនា អាយុ ១១ឆ្នាំ ក៏រីករាយផងដែរ ជាមួយមិត្តភក្តិក្នុងពេលជួបជុំគ្នាអានសៀវភៅ។ ក្មេងប្រុសដែលមានឪពុកគឺជាអ្នករត់ម៉ូតូឌុបរូបនេះបានបញ្ជាក់ឱ្យដឹងថា: "នៅផ្ទះ ខ្ញុំគូររូបតែលើជញ្ជាំងផ្ទះទេ។ នៅទីនេះ ខ្ញុំអាចរកបានក្រដាស និងប្រដាប់ផាត់ពណ៌។ ហើយខ្ញុំសប្បាយណាស់ពេលមកលេងបែបនេះជាមួយមិត្តភក្តិ"។ កុមារានេះ មិនខុសពីក្មេងនៅក្នុងភូមិទេ ដោយសារ ប្រាក់ចំណូលនៅក្នុងគ្រួសារស្តួចស្តើងពេក ធ្វើឱ្យឪពុកម្តាយរបស់គេគ្មានលទ្ធភាពទិញសៀវភៅឱ្យគេអានកំសាន្ត។ សំណាងល្អដែលភាពក្រីក្រពុំបានបង្អាក់ការសិក្សារបស់គេ យ៉ាងហោចណាស់កុមារានេះមានបណ្ណាល័យចល័តសំរាប់ផ្តល់សៀវភៅ និងល្បែងកំសាន្តដល់គេជារៀងរាល់សប្តាហ៍។ ពិតមែន! បរិយាកាសរបស់បណ្ណាល័យចល័តមានលក្ខណ:ខុសប្លែកពីលំនៅដ្ឋាន។ នៅលើកន្ទេលក្មេងៗអង្គុយផ្តោះប្តូរយោបល់ ផ្តុំរូបសត្វ ព្រមទាំងចែករំលែកសំភារ:គំនូរដោយគ្មានឈ្លោះប្រកែកគ្នាឡើយ។ ដូចនេះ ពេលឃើញបណ្ណាល័យចល័ត ចូរប្អូនៗកុមារកុំរុញរាមកអានសៀវភៅ។

ប៊ូលីន ដាវិដ

តើបណ្ណាល័យចល័តជាអ្វី?

បណ្ណាល័យចល័តត្រូវបានកែច្នៃពីរថយន្តដែលផ្លាស់ទីពីកន្លែងមួយទៅកន្លែងមួយដើម្បីផ្តល់សៀវភៅឱ្យក្មេងអាន និងខ្ចី។ បណ្ណាល័យនេះលេចរូបរាងឡើងទន្ទឹមពេលដែលមានការរីកចំរើនក្នុងវិស័យផលិតរថយន្តក្នុងអំឡុងពេលក្រោយសង្គ្រាមលោកលើកទី១។ តាមបណ្តាប្រទេសនានានៅអឺរ៉ុបបណ្ណាល័យចល័តជាសេវាកម្មមួយរបស់រដ្ឋដើម្បីបំរើសេចក្តីត្រូវការរបស់ប្រជាជន។ លើសពីនេះទៅទៀត រថយន្តចល័តនេះក៏បានឱ្យបណ្ណាល័យនានានៅក្នុងភូមិខ្ចីសៀវភៅផងដែរ។

បញ្ហាអន្តរជាតិ

ថាក់ស៊ីនដឹកនាំតាមប្រជាធិបតេយ្យរឹងត្អឹង

កាលពីដើមខែកុម្ភៈ ប្រទេសថៃបានរៀបចំធ្វើការបោះឆ្នោតជាតិមួយដែលមានគណបក្សនយោ-បាយ ចំនួន២០ និងអ្នកបោះឆ្នោតចំនួន ៤៤.៨លាននាក់មកចូលរួម។

គណបក្សសំខាន់ៗចំនួន៤ ដែលនឹងទទួលនូវអសនៈ (កៅអី) ទាំង៥០០ នៅក្នុងសភាជាតិ មានគណបក្សថៃស្រឡាញ់ថៃ គណបក្សប្រជាធិបតេយ្យ គណបក្សជាតិថៃ និងគណបក្សមហាជន។ គណបក្សថៃស្រឡាញ់ថៃបានទទួលការគាំទ្រពីប្រជាជនយ៉ាងខ្លាំងក្លា ដែលគេរំពឹងថានឹងទទួលបានអសនៈចំនួន៣៥៩។ នេះមានកំណើនបើប្រៀបធៀបទៅនឹងអសនៈចំនួន២៤៨កាលពីការបោះឆ្នោតនាឆ្នាំ២០០១។ លោក ប៉ានីតាន វ៉ឌ្ឍនយ៉ាងន អ្នកវិភាគសន្តិសុខនៅមហាវិទ្យាល័យទំនាក់ទំនងអន្តរជាតិនៃសាកលវិទ្យាល័យ ជូឡា ឡុងកន បានលើកឡើងនូវហេតុផល៣នៅពីក្រោយជ័យជំនះ ដ៏មានប្រជាប្រិយភាពរបស់គណបក្សថៃស្រឡាញ់ថៃមានដូចជា: ការបង្កើនរចនាសម្ព័ន្ធសមាជិក និងសកម្មជនគណបក្ស ការកើនឡើងនៃយុវជនអ្នកគាំទ្រ និងប្រសិទ្ធិភាពនៃការអនុ-វត្តន៍គោលនយោបាយ និងកម្មវិធីនយោបាយរបស់ខ្លួន។ ក្រុមអ្នកវិភាគនយោបាយខ្លះទៀតបានវាយតំលៃថា ជោគជ័យរបស់គណបក្សនេះគឺដោយសារ លោក ថាក់ស៊ីន បានបំពេញបេសកកម្មបំរើជាតិ ប្រកបទៅដោយសមត្ថភាពខ្ពស់ គឺផ្តើមចេញពីការបញ្ចប់មហាវិបត្តិសេដ្ឋកិច្ច នាឆ្នាំ១៩៩៧។ លោកបានធ្វើយុទ្ធនាការកំទេចរាល់សកម្មភាពជួញដូរគ្រឿងញៀនដែលសម្លាប់ជនសង្ស័យជាង ២០០០នាក់។ លោកក៏បានរក្សាស្ថេរភាពនយោបាយសំរាប់អំពើហិង្សានៅភាគខាងត្បូងប្រទេសជាពិសេសនៅស្រុកតាកបៃនៃខេត្តណាតរ៉ាត់ធីវ៉ាត់។ លើសពីនេះទៀត ក្រោយមហាវិនាសកម្មរលកយក្សស៊ូណាមិ លោកបានដោះស្រាយស្ថានការណ៍នេះយ៉ាងយកចិត្តទុកដាក់និងទាន់ពេលវេលាដោយប្រើថវិកាជាតិ និងមូលនិធិសប្បុរសជនជួយដល់ជនរងគ្រោះ និងកសាងហេដ្ឋារចនា[illegible]។

សំ វ៉ានី

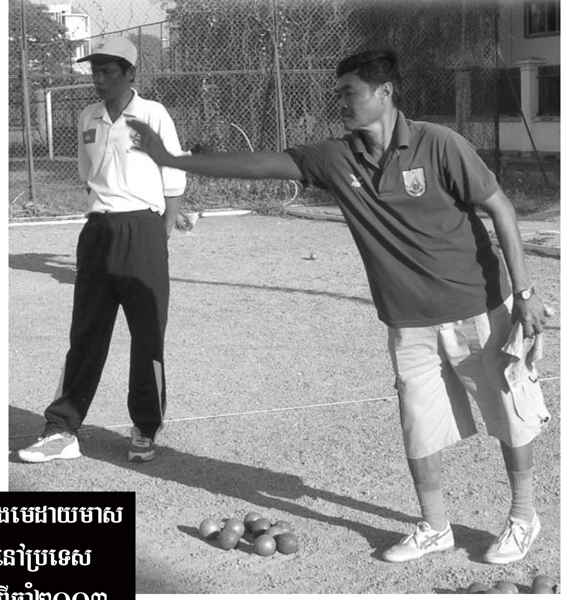
ជីវប្រវត្តិរបស់លោកថាក់ស៊ីន

លោកថាក់ស៊ីន ស៊ីណាវ៉ាត្រាកើតថ្ងៃទី២កក្កដា ១៩៤៩ ខេត្តឈៀងម៉ៃ។ លោកគឺជាអ្នកមានបំផុតនៅថៃជាមួយនឹងទឹកប្រាក់ប្រហែល២ពាន់លានដុល្លារ។ លោកបានបង្កើតនូវគណបក្សថៃស្រឡាញ់ថៃឆ្នាំ១៩៩៨។

ប៉េតង់ត្រៀមដណ្ដើមពាន

នៅកម្ពុជា កីឡាប៉េតង់មានការរីកចំរើនជាខ្លាំង។ ចាប់តាំងពីឆ្នាំ១៩៩៣ កីឡាករប៉េតង់ខ្មែរដណ្ដើមបានមេដាយជាច្រើនសំរាប់ជាតិពីឆាកអន្តរជាតិ។ លើកនេះគឺត្រូវត្រៀមដណ្ដើមពាន Pan Pacific។

Photo: P. Samphy



កីឡាការិនីខ្មែរនិងមេដាយមាស នៃកីឡាស៊ីហ្គេមនៅប្រទេសវៀតណាមកាលពីឆ្នាំ២០០៣

ពានរង្វាន់ Pan Pacific (ផាន ប៉ាស៊ីភិច) គឺជាពានរង្វាន់មួយក្នុងចំណោមពានរង្វាន់អន្តរជាតិផ្សេងៗទៀត សំរាប់កីឡាប៉េតង់។ តាមពិតពាននេះត្រូវបានប្រទេសសិង្ហបុរី និងប្រទេសជប៉ុនឯកភាពគ្នាផ្ដួចផ្ដើមគំនិតបង្កើត ហើយរៀបចំធ្វើឡើងតែនៅប្រទេសវៀតណាមប៉ុណ្ណោះ។ ក្រោយពេលទទួលដំណឹងថាពានរង្វាន់នេះនឹងប្រារព្ធពីថ្ងៃទី១១ ដល់ថ្ងៃទី១៤ មីនា ឆ្នាំ២០០៥នេះ សហព័ន្ធកីឡាប៉េតង់ខ្មែរបានធ្វើការត្រៀមលក្ខណៈមួយចំនួនដើម្បីដណ្ដើមយកជ័យ។

កីឡាករប៉េតង់ទាំងអស់ដែលសហព័ន្ធបានគ្រោងនឹងបញ្ជូនទៅឱ្យចូលរួមប្រកួតមានទាំងអស់ចំនួន ៤ក្រុម ដែលក្នុងនោះមានកីឡាករ២ក្រុមរួមមានគ្នា៦រូប និងកីឡាការិនី២ក្រុមទៀតមានគ្នា៤រូបផងដែរ ព្រមជាមួយគ្រូបង្វឹក២នាក់ និងប្រធានគណៈប្រតិភូម្នាក់ជាអ្នកដឹកនាំ។

តាមប្រសាសន៍លោក ឯម ហៀង ជាអនុប្រធានអចិន្ត្រៃយ៍នៃលេខាធិការដ្ឋានសហព័ន្ធកីឡាប៊ូល និងប៉េតង់កម្ពុជាបានឱ្យដឹងថា សំរាប់ការប្រកួតពានរង្វាន់ Pan Pacific លើកនេះ លោកក៏បានធ្វើការប្រមូលផ្ដុំនូវកីឡាករ ដែលជាជំរើសជាតិនៅឆ្នាំ២០០៤ និងកីឡាករដែលធ្លាប់ជាប់ជំរើសជាតិពីមុនៗយកមកធ្វើការបង្វឹកហាត់ចាប់ពីថ្ងៃ ១កុម្ភៈ រហូតដល់ថ្ងៃចេញទៅប្រកួត។ ទន្ទឹមគ្នានេះដែរ កញ្ញា អ៊ុក ស្រីមុំ ជាកីឡាការិនីជំរើសជាតិនិយាយថា: "ខ្ញុំមិនអាចស្មានដឹងអំពីលទ្ធផលដែលនឹងទទួលបាននោះទេ។ ប៉ុន្តែខ្ញុំនឹងខិតខំប្រឹងប្រែងឱ្យអស់ពីលទ្ធភាពដើម្បីដណ្ដើមមេដាយជូនជាតិ"។

ជាទូទៅនៅរាល់ពេលប្រកួតពានរង្វាន់ម្ដងៗ កីឡាករម្នាក់ៗត្រូវមានគុណសម្បត្តិសមស្រប ទើបអាចទៅចូលរួមប្រកួតបាន។ កីឡាករនោះត្រូវតែមានសមត្ថភាព និងបទពិសោធន៍ល្អៗគួបផ្សំទៅនឹងអត្តចរិកល្អប្រពៃផងដែរ។

ផាត សំភី

របៀបលេងកីឡាប៉េតង់

លើទីធ្លាល្បែង កីឡាករប៉េតង់ត្រូវគូសរង្វង់១រួចឈរនៅក្នុងរង្វង់នោះ។ គាត់ត្រូវចោលដុំប៊ូលដែកសំដៅទៅរកគ្រាប់ឃ្លីតូចដែលនៅខាងមុខ។ពេលចោលមិនត្រូវឱ្យជើងហើបចេញពីរង្វង់ឡើយ។ ក្រុមកីឡាករដែលឈ្នះគឺក្រុមដែលចោលប៊ូលបានទៅជិតគ្រាប់ឃ្លីជាងគេ។

ក្រុមវាលស្រែពញ្ញាក់សង្គម

សព្វថ្ងៃនេះ សិល្បៈចំរៀងមានប្រជាប្រិយភាពយ៉ាងខ្លាំងសំរាប់ស្រទាប់យុវវ័យ។ ក្នុងចំណោមផលិតកម្មចំរៀងនានាជាច្រើន ក្រុមវាលស្រែបានបង្ហាញចេញនូវចរិកលក្ខណៈដោយឡែករបស់ខ្លួន។

ក្រុមវាលស្រែតែងប្រើប្រាស់ហ្គីតា ជាឧបករណ៍ដ៏សំខាន់ក្នុងការប្រគុំតន្ត្រីរបស់ខ្លួន ព្រមជាមួយនឹងការច្រៀងបទចំរៀងដែលអត្ថន័យមិនផ្ដោតទៅលើរឿងស្នេហាជាសំខាន់ទេ។

លោក កាន សុពណ៌ ដែលជាសមាជិកម្នាក់របស់ក្រុមវាលស្រែបានបង្ហើបឱ្យដឹងថា អាល់ប៊ុមចំរៀងថ្មីទី២ នឹងចេញផ្សាយនៅថ្ងៃ២៣ ឬ២៤ខែមិនា ឆ្នាំ២០០៥។ នេះគឺជាអាល់ប៊ុម មួយដែលរួមមានទាំងអស់ ២៤បទ ដែលក្នុងនោះមាន ២CD (ថាសចំរៀង) មានទាំងភាសាខ្មែរ និងភាសាបារាំង។ មុននឹងចេញផ្សាយនូវអាល់ប៊ុមថ្មីនេះ ក្រុមវាលស្រែនឹងធ្វើការប្រគុំតន្ត្រីមួយនៅមជ្ឈមណ្ឌលវប្បធម៌បារាំង ហើយនឹងលក់អាល់ប៊ុមចំរៀងដំបូងនៅថ្ងៃនោះតែម្ដង ដោយលក់ក្នុងតំលៃប្រហែលបីដុល្លារ។ លោក ហុង សីហា សមាជិកក្រុមមួយរូបទៀតនិយាយថា: "សំរាប់អាល់ប៊ុមថ្មីនេះ អត្ថន័យនៃបទចំរៀង គឺមានរៀបរាប់អំពីរឿងរ៉ាវប្រវត្តិសាស្ត្រ បរិស្ថាន និងបញ្ហាពិតៗដែលកើតមានក្នុងសង្គម និងស្នេហាក្នុងន័យអប់រំ។ល។ និង។ល។ យើងតែងរបៀបនេះដើម្បីធ្វើឱ្យមានការលាយឡំនូវគ្រប់រសជាតិសំរាប់បទចំរៀងទាំងអស់ ក្នុងគោលបំណងរំលឹកដល់ជនជាតិខ្មែរយើងទាំងអស់គ្នាឱ្យចូលរួមថែរក្សាសម្បត្តិធម្មជាតិដ៏មានតំលៃឱ្យនៅគង់វង្ស"។

ជាទូទៅ អាល់ប៊ុលចំរៀងរបស់ក្រុមវាលស្រែច្រើនមានលក់នៅតាមបណ្ដាហាងនៅក្នុងផ្សារធំៗ ដូចជា ផ្សារសូរិយា ឬ ទួលទំពូងជាដើម ដោយមិនមានលក់នៅតាមតូបតូចៗទេ។ ទោះជាយ៉ាងនេះក្ដី លោក កាន សុពណ៌ បន្ថែមថា ក្រុមលោកត្រូវចំណាយពេលវេលាច្រើន ក្នុងការនិពន្ធបទភ្លេងទំនុកច្រៀង និងសម្ដែងរួមគ្នា។ ប៉ុន្តែ វាមិនបានឱ្យនូវផលចំណេញអ្វីទេ។ តាមពិត កិច្ចការនេះគឺធ្វើឡើងដោយសារទឹកចិត្ត និងឆន្ទៈចង់ឱ្យប្រិយមិត្តបានស្ដាប់ចំរៀង និងឃើញ ឃ្លា[illegible]

ផាត សំភី

ប្រវត្តិរបស់ក្រុមវាលស្រែ

លោក Phillips វិស្វករសំលេងជនជាតិបារាំងបានឃើញយុវនិស្សិតហុងសីហាច្រៀងចំរៀងនៅមជ្ឈមណ្ឌលវប្បធម៌បារាំង។ អ្នកទាំងពីរបានជួបពិគ្រោះយោបល់គ្នាថាគួរតែបង្កើតក្រុមតន្ត្រីមួយឱ្យខុសប្លែកពីគេ។ ដូច្នេះ ក្រុមវាលស្រែក៏ដំណើរការតាំងពីខែវិច្ឆិកាឆ្នាំ២០០៣មក។

Photo: Sopor

ក្រុមវាលស្រែកំពុងប្រគុំតន្ត្រីនៅវិទ្យាល័យមុនីវង្សឱ្យសិស្សមើលកំសាន្តនៅឯទីរួមខេត្តបាត់ដំបង

មុខរបរ

ការងារសំអាងការកំពុងមានការទទួលស្គាល់ច្រើនពីក្រុមយុវនារី។ អាជីពនេះមិនជាងាយស្រួលនោះទេសំរាប់អ្នកកំពុងសិក្សា និងអ្នកដែលប្រកបរបរនេះដោយផ្ទាល់នោះ។

Photo: Kunthear

អ្នកសំអាងការ

ការងារ

នៅក្នុងពិធីរៀបអាពាហ៍ពិពាហ៍ ជាចាំបាច់តម្រូវឱ្យមានអ្នកសំអាងការដើម្បីរៀបចំតុបតែងមុខមាត់ សម្លៀកបំពាក់ឱ្យដល់កូនកំលោះ និងកូនក្រមុំ។ ការងារនេះភាគច្រើនជាការងាររបស់មនុស្សស្រី ពីព្រោះវាជាការងារមួយដែលតម្រូវឱ្យអ្នកធ្វើត្រូវមានចិត្តអត់ធ្មត់ តស៊ូ និងផ្ចិតផ្ចង់ជានិច្ច។ ម្យ៉ាងទៀត អ្នកសំអាងការក៏តម្រូវឱ្យចេះមានគំនិតច្នៃប្រឌិតផងដែរ។ នៅពេលដែលចង់បំពេញចិត្តរបស់អតិថិជន ឱ្យមានការពេញចិត្តលើការងាររបស់ខ្លួន អ្នកសំអាងការត្រូវតាំងចិត្តធ្វើតាមតម្រូវការ ឬតាមការសំណូមពររបស់អតិថិជននោះជានិច្ចដោយមិនអាចប្រកែកបានឡើយ។ អ្នកនាង គ្រុយ សុខ កញ្ញា ម្ចាស់ហាងសំអាងការពន្លឺពេជ្រ ដែលមានបទពិសោធន៍ជាង១០ឆ្នាំមកហើយនោះ មានប្រសាសន៍ថា: "ការដែលហាងខ្ញុំនៅតែទទួលបានការពេញចិត្តពីភ្ញៀវរហូតមកដល់សព្វថ្ងៃដោយសារខ្ញុំតែងមានការអត់ធ្មត់ទាំងពាក្យសំដី ទាំងការងារ និងចេះសម្របសម្រួលជាមួយពួកគេ"។

ផលទទួលបាន

ក្នុងមួយខែៗ អ្នកសំអាងការអាចរកចំណូលបាន ជាមធ្យមពី៣០០ទៅ ៤០០ដុល្លារ ក្នុងមួយរដូវរៀបការ។ ក្នុងមួយរោងការ អ្នកសំអាងអាចរកចំណូលបាន យ៉ាងហោចណាស់ក៏ ៤០០ដុល្លារ ដែរ។ ចំពោះតំលៃនៃការជួលសំអាងការ គឺមានការខុសៗគ្នា មានពី៣០០ទៅ ៧០០ដុល្លារ គឺអាស្រ័យទៅតាមសម្លៀកបំពាក់ចាស់ ឬថ្មី។

ព័ត៌មានសិក្សា

ដើម្បីឱ្យបានក្លាយខ្លួនទៅជាអ្នកសំអាងការដែលមានជំនាញខ្ពស់ គេតម្រូវឱ្យមានការសិក្សាឱ្យបានច្បាស់លាស់។ គេត្រូវស្វែងរកសាលាដែលមានគ្រូមានជំនាញខ្ពស់ និងបទពិសោធន៍ច្រើនឆ្នាំ។ តំលៃ ៥០០ដុល្លារ សំរាប់១វគ្គសិក្សាសំអាងការធានាថា នៅពេលរៀនចប់ អ្នកនឹងអាចយកចំណេះទៅប្រ[illegible]

មុំ គន្ធា

សាលាសិក្សាសំអាងការ

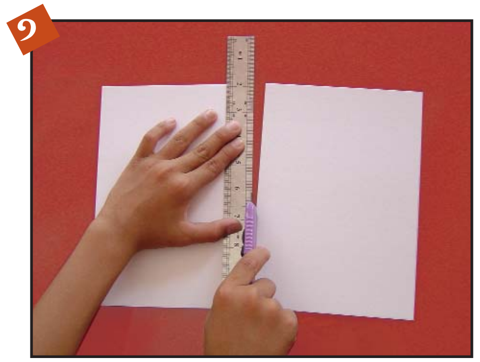
សំអាងការពន្លឺពេជ្រ ០១២ ៨៨៣ ២៨៤។

សំអាងការ ចាន់ណាទាន់សម័យ។ ទូរស័ព្ទ: ០១២ ៤០៣ ៧៥៥។

សំអាងការ អប្សរាឌីយ៉ាម៉ង់។ ទូរស័ព្ទ: ០១២ ៨៦៦ ១៩៣។

នៅពេលនេះ “អ្នកនាំសារ” សូមបង្ហាញជូនប្អូនៗ អំពីរបៀបធ្វើស៊ុមរូបថតដ៏ងាយស្រួលមួយ ដើម្បីឱ្យប្អូនៗ អាចប្រើប្រាស់ស៊ុមនេះដាក់រូបថតណាមួយក៏បានឱ្យតែប្អូនស្រលាញ់ពេញចិត្ត។

១



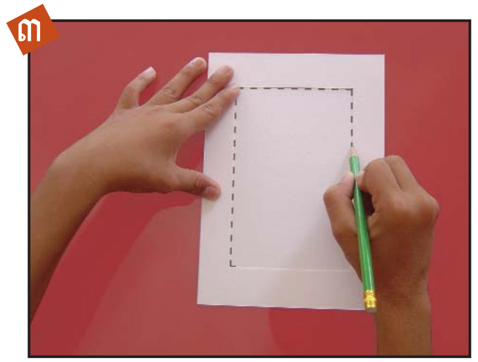
សំភារៈដែលត្រូវមាន:
ក្រដាសកាតុងពណ៌ស
កូនកាំបិត បន្ទាត់
ខ្មៅដៃ និង កាវ។

១. កាត់ក្រដាសរាងចតុកោណកែង ២ សន្លឹកប្រវែង ១៥សម គុណ ២១សម។

២. ដាក់រូបថតនៅចំកណ្ដាលកាតុងទី១ ហើយគូសស្នាមតាមទំហំរូបថត រួចកាត់ទៅតាមស្នាមនោះ។

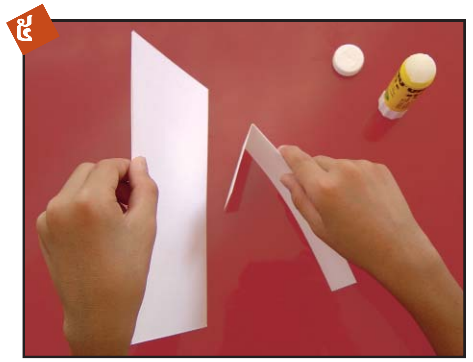
២

៣



៤

៥



៣. ដាក់ក្រដាសទី១ លើក្រដាសទី២ ហើយគូសតាមស្នាម ដែលបានកាត់រួច មកហើយនោះ។

៤. យកកាវបិទរូបថតលើក្រដាសទី២ តាមស្នាម ដែលបានគូសទុក រួចបិទក្រដាសទី១ លើក្រដាសទី២។

៥. កាត់ក្រដាសប្រវែង ២១សម គុណ ៦សម។ រួចបត់ត្រឹម ៦សម ហើយបិទភ្ជាប់លើ ខ្នងស៊ុមរូបថត។

ការិយាល័យផ្សព្វផ្សាយព័ត៌មានព្រះសហគមន៍កាតូលិក ផ្ទះលេខ ២៥ ផ្លូវលេខ ២៩២ សង្កាត់ បឹងព្រលិត រាជធានី ភ្នំពេញ
Tel/Fax: (855) 23 224 120 E-mail: csc@catholiccambodia.org
អភិបាលគ្រប់គ្រង: លោកអភិបាល អេមីល ដេតម្ប អគ្គនាយក: លោកបូជាចារ្យ អូមែរ ហ្សឺរ៉ាល់ដូ