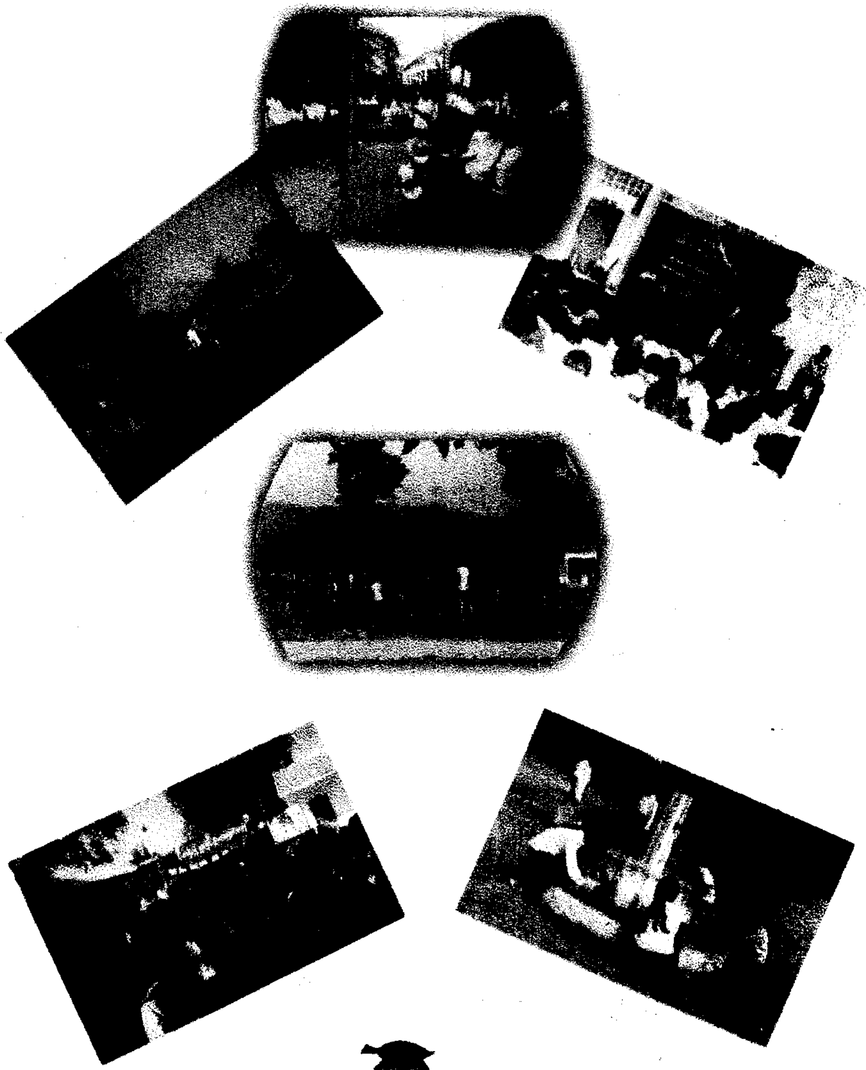
[illegible] ! សកម្មភាពក្លឹបបរិស្ថានខ្ញុំ

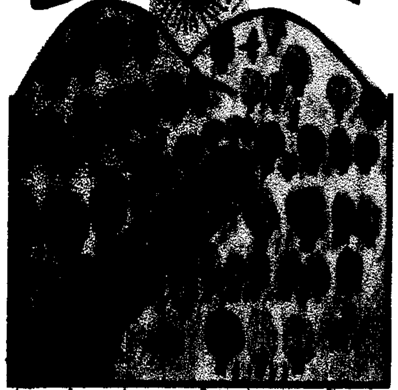


Mlup Baitong PO Box 2510. Phnom Penh 3. Cambodia.
Tel/Fax: ++855-23-214-409. Mobile: ++855-11-812-200. e-mail: mlup@forum.org.kh

បរិស្ថានខ្ញុំ

ចេញផ្សាយប្រចាំ ៣ខែ ម្តង (លេខ៤) ឆ្នាំទី២ ខែមករា-មីនា ឆ្នាំ២០០២

ទឹក



គំនូររបស់ប្អូន ឃុន វ៉ាន់ចាន់តុលា ថ្នាក់ទី៦
សាលាបឋមសិក្សាត្រពាំងអោប

គំនូររបស់ប្អូន សឿង ស្រីណាត ថ្នាក់ទី៦
សាលាបឋមសិក្សាអូរក្រូចត្រី

គំនូររបស់ប្អូន ទី គីមសៀង
សាលាបឋមសិក្សាឥទ្ធករា

គំនូររបស់ប្អូន ឃិន សារឿម
សាលាបឋមសិក្សាត្រពាំងឪប

ល្បិច!

ប្អូនៗសិស្សានុសិស្សជាទីនឹករលឹក! តើប្អូនៗសុខសប្បាយឬទេ? ព្រឹត្តិបត្រ **បរិស្ថានខ្ញុំ** បានជួបប្អូនៗម្តងទៀតហើយ ក្រោយពីបែកគ្នាអស់រយៈពេលបីខែមក។ តើប្អូនៗដឹងទេព្រឹត្តិបត្រ **បរិស្ថានខ្ញុំ** នឹងនាំយកអ្វីទៀតមកបង្ហាញប្អូនៗ? **បរិស្ថានខ្ញុំ** សូមនាំប្អូនៗអោយស្គាល់ពីទឹក។ ដូចនេះសូមប្អូនៗតាមដានខ្លឹមសារព្រឹត្តិបត្រនេះដោយរីករាយ តែកុំភ្លេចណា! លើកក្រោយព្រឹត្តិបត្រ **បរិស្ថានខ្ញុំ** នឹងចេញផ្សាយពី **សំរាម**។ **បរិស្ថានខ្ញុំ** សង្ឃឹមជឿជាក់ថា ប្អូនៗនឹងសរសេរអត្ថបទ គូររូបភាព កំណាព្យ និង សំនួរ ស្តីពី **សំរាម** តាមរយៈប្រអប់សំបុត្របរិស្ថានខ្ញុំដែលមាននៅតាមសាលារបស់ប្អូន។ សូមអោយប្អូនៗទាំងអស់រៀនពូកែ? ។

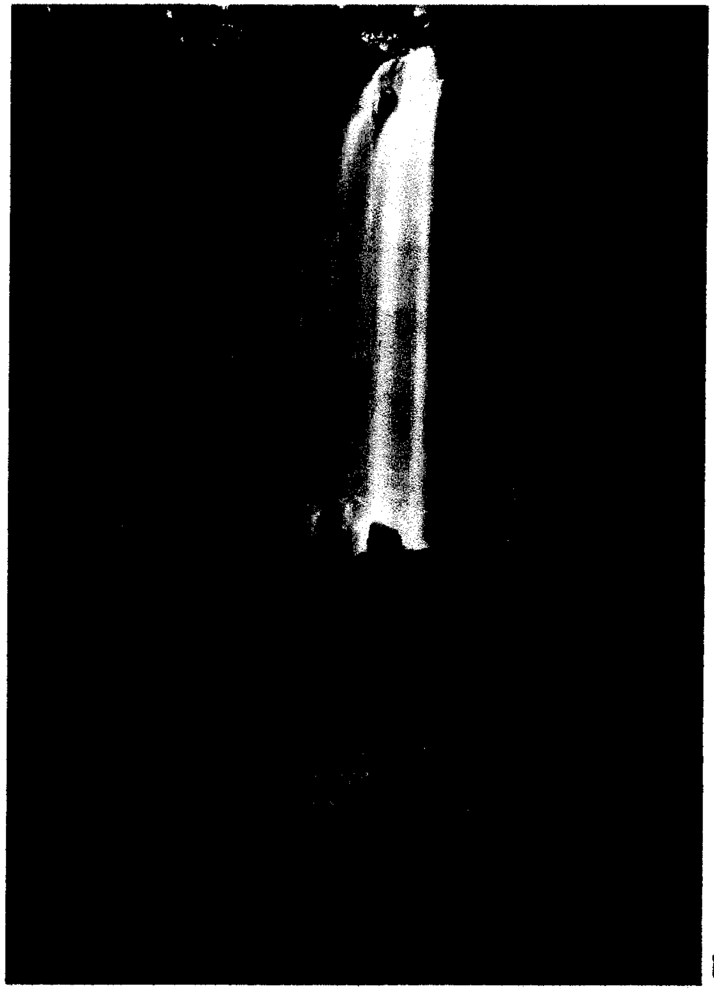
មាតិកា

១- ខ្លឹមសារនៃទឹក
២- [illegible]
៣- [illegible]
៤- ផ្កាម្លិះ- សិស្ស
៥- ចំរៀង ទឹកជាជីវិតខ្ញុំ
៦- សំនួរ និង ចំលើយ
៧- ល្បែងប្រាជ្ញា

[illegible]

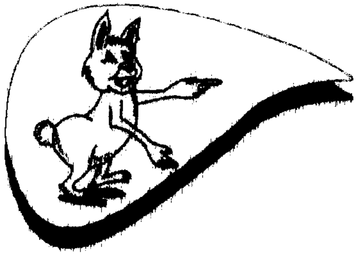
ខ្លឹមសារនៃទឹក

ទឹកគឺជាផ្នែកមួយនៃបរិស្ថានគ្មានជីវិត។ ស្ទើរតែបីភាគបួននៃផែនដីគ្របដណ្តប់ដោយទឹក។ ទឹកប្រៃមាន៩៨ភាគរយ និងទឹកសាបមានតែ២ភាគរយប៉ុណ្ណោះ។



ទឹកធ្លាក់ទំបក់

ទឹកមានផលប្រយោជន៍ជាច្រើន ដូចជា សំរាប់ផឹក ងូត ដាំស្ល ស្រោចស្រពដំណាំ ចិញ្ចឹមសត្វ កន្លែងកំសាន្ត ផ្លូវគមនាគមន៍ជាដើម។ ប៉ុន្តែសកម្មភាពមនុស្ស សត្វ អាចបណ្តាលអោយទឹកកខ្វក់ ទឹកជំនន់និងអាចបាត់បង់ទឹកបាន។ ដូចនេះសូមប្អូនៗនាំគ្នាចូលរួមជួយថែរក្សាធនធានដ៏មានប្រយោជន៍នេះអោយបានល្អនិងគង់វង្សជារៀងរហូតតទៅ។



សំនួរត្រិះរិះ

១- តើសព្វថ្ងៃ ប្អូននិងគ្រួសារប្អូនត្រូវការទឹកសំរាប់ធ្វើអ្វីខ្លះ?

....

....

.... ។

២- ចូរប្អូនៗរៀបរាប់ពីប្រភពទឹកដែលប្អូនៗបានស្គាល់នៅក្នុងប្រទេសកម្ពុជាយើង:

....

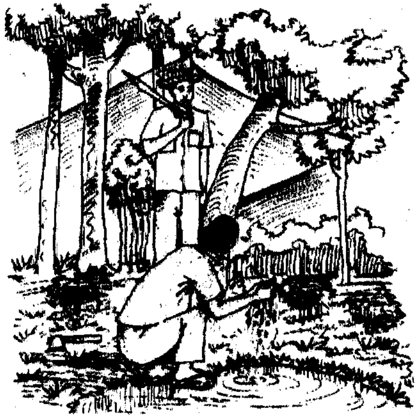
.... ។

៣- ចូរប្អូនៗសរសេរល្បះដែលធ្វើអោយទឹកកខ្វក់អោយបានពីរល្បះតាមគំរូល្បះដូចខាងក្រោម:

ការចាក់សំរាមក្នុងទឹក បណ្តាលអោយទឹកកខ្វក់។

ក- .... ។

ខ- .... ។



រឿង កុំផឹកទឹកឆៅ

មានសំលាញ់ពីរនាក់នៅផ្ទះជិតគ្នា។ ម្នាក់ឈ្មោះ សុខ ម្នាក់ឈ្មោះសៅ។ ថ្ងៃមួយពួកគេបានធ្វើដំណើរទៅរកអុសនៅឯភ្នំ។ គេទាំងពីរនាក់ស្រេកទឹកជាខ្លាំង។ ពេលនោះពួកគេឃើញទឹកមួយថ្លុក ហើយ គេក៏ពិគ្រោះគ្នាថា:

សៅ: តោះផឹកទៅ!សុខ!

សុខ: ខ្ញុំមិនផឹកទេ! ទឹកឆៅនាំអោយខូចសុខភាព។

សៅ: ខ្ញុំត្រូវតែផឹក ព្រោះខ្ញុំកំពុងតែស្រេកទឹកផង។

សុខ: ឯងផឹកទឹកឆៅគ្មានអនាម័យបែបនេះប្រយ័ត្នភាគរូសណា!

សៅ: មិនអីទេ! ខ្ញុំធ្លាប់ផឹកតែញយ។ (បន្ទាប់មក) អូយ!អូយ! ដូចជាចុកពោះមែន។

សុខ: ឃើញទេ! ឯងមិនស្តាប់ខ្ញុំ! លទ្ធផលបានផ្តល់អោយឯងហើយ។

សៅ: ខ្ញុំយល់ហើយ! ពីថ្ងៃនេះតទៅខ្ញុំឈប់ផឹកទឹកដែលគ្មានអនាម័យទៀតហើយ។

សុខ: ខ្ញុំសប្បាយចិត្តណាស់ ដោយសំលាញ់ចេះភ្ញាក់រលឹកបែបនេះ។

" អនាម័យនាំអោយសុខភាពល្អ "

វាចាទឹក

កំណាព្យ(បទកាកគតិ)

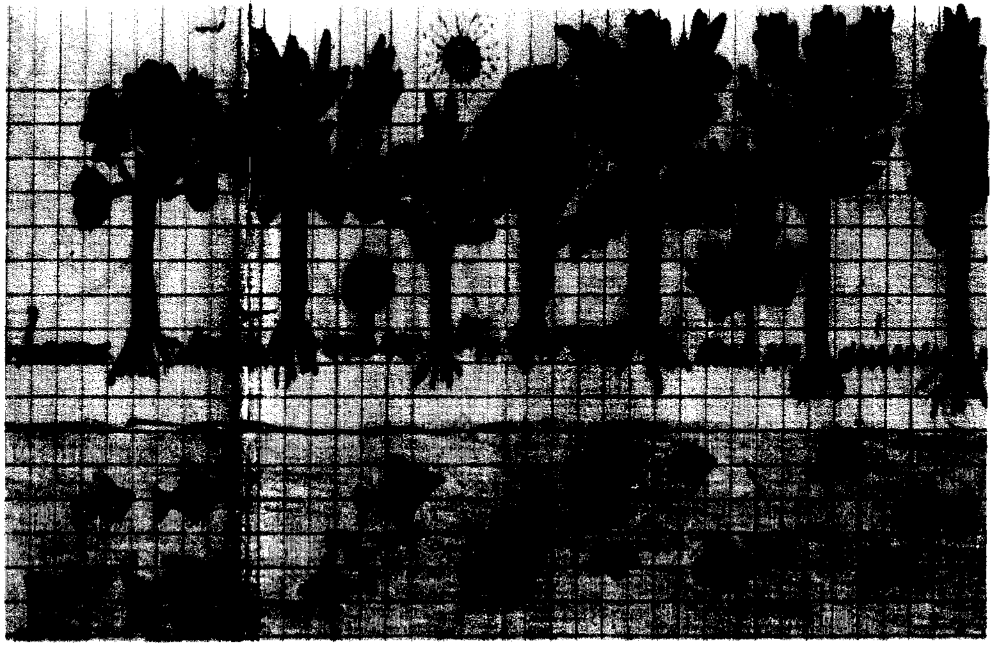
រូបខ្ញុំជាទឹក		គេងូតគេផឹក		គេដឹកគេដង
ដាក់ក្នុងប៉ោតពាង		ទុកលាងម្តងៗ		បោកគក់ងូតផង
		សព្វគ្រប់កាយា ។

មនុស្សសត្វលោក		មានច្រើនគគោក		គ្រប់ៗអាត្មា
ពឹងពាក់អាស្រ័យ		នៃព្រះគង្គា		រុក្ខាផងគ្នា
		ត្រូវការខ្ញុំណាស់ ។

ខ្ញុំសែនត្រេកអរ		ដោយចិត្តស្មោះស		ដល់ជនក្មេងចាស់
ចេះអនាម័យ		រាល់ថ្ងៃល្អល្អះ		ព្រោះបានយល់ច្បាស់
		ពីប្រយោជន៍ខ្ញុំ ។

ទឹកសូមជូនពរ		សូមសុខភាពល្អ		ប្រសើរជ័យា
ឈ្នះអស់សត្រូវ		រស់គ្មានរោគា		ផុតទុក្ខគ្រប់គ្នា
		នាថ្ងៃតទៅ ។

(និពន្ធដោយលោក សុខ សាន្ត នាយករងសាលាបឋមសិក្សាបន្ទាប់)



គំនូររបស់ប្អូន យ៉ាត ឧត្តម សាលាបឋមសិក្សាពព្រ

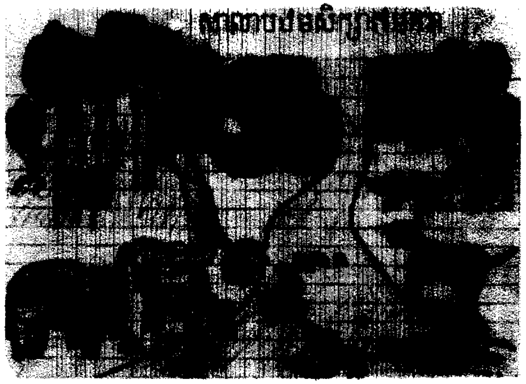
គំនូររបស់ប្អូន វិន ប៉ែត សាលាបឋមសិក្សាដំណាក់ត្រាច

យើងរួមគ្នាសំអាតទឹក

កំនាព្យ(បទព្រហ្មគីតិ)

ទឹកស្អាតមានប្រយោជន៍ មិនអសោចន៍ដល់បរិស្ថាន
មេរោគទាំងប៉ុន្មាន		មិនរំខានដល់មនុស្សសត្វ ។
កុំចោលកាកសំណល់		នាំអោយពុលមានវិបត្តិ
កើតជំងឺឈឺថ្កាត់		បង់បាត់ទាំងជីវិតបាន ។
ឃើញទឹកមិនស្អាតហើយ បងប្អូនអើយកុំខកខាន
រួមគ្នាស្តារបរិស្ថាន		ទើបយើងបានសុខសួស្តី ។

(និពន្ធដោយ: ប្អូនសៅ ផល្លី សាលាបឋមសិក្សា២ធ្នូ)



ចំរៀង

ទឹកគឺជាជីវិត

(លំនាំបទ: វាលស្រែមួយរយ)

១-រលកបរិស្ថានរុញច្រានក្តីសុខ ជីវិតជួបទុក្ខលើភពផែនដី
ព្រៃឈើបាត់បង់ទឹកពុលរាល់ថ្ងៃ សត្វមនុស្សប្រុសស្រីជួបភ័យឥតល្ហែ ។

២- ឱកូនខ្មែរអើយត្រូវពិចារណា ជីវិតត្រូវការប្រភពទឹកស្អាត
បើព្រៃបាត់បង់ទឹកពុលបន្ត ជីវិតស្រស់ល្អក្លាយជាសូន្យសុង ។

៣- ជួយគ្នាគួរយើងរួមថែរក្សា ទឹកស្អាតគ្រប់ទីដើម្បីក្តីសុខ
កុំចោលសំរាមថ្នាំពុលក្នុងទឹក ជីវិតល្ងាចព្រឹករស់បានសុខសាន្ត ។

៤- រក្សាបរិស្ថានដូចថែជីវិត ទឹកស្អាតនេះពិតផ្តល់ក្តីសុខសាន្ត
មានព្រៃមានទឹកល្ងាចព្រឹកដាំបាន ប្រជាថ្កើងថ្កានរុងរឿងល្អតលាស់ ។

និពន្ធដោយលោកគ្រូ ហួន សុខ
នាយករងសាលាបឋមសិក្សាព្រៃក្មេង

គំនូររបស់ប្អូន ដួង ស្រីតូ
ចសាលាបឋមសិក្សាអូរកូនត្រុំ

សំនួរចំលើយសិស្សតាមរយៈប្រអប់សំបុត្រហិរញ្ញានុ

ប្អូន កែវ សោភា សាលាបឋមសិក្សាព្រៃក្មេងបានសួរថា:
ហេតុអ្វីបានជាគេត្រូវការទឹកស្អាត?

ចំលើយ

បានជាគេត្រូវការទឹកស្អាត ព្រោះទឹកស្អាតគ្មានមេរោគ គ្មានជំងឺ គ្មានជាតិពុល ហើយវាធ្វើអោយយើងមានសុខភាពល្អ ព្រមទាំងងាយស្រួលក្នុងការប្រើប្រាស់ប្រចាំថ្ងៃ ។

ប្អូន ញ៉ាន ចន្ធី សាលាបឋមសិក្សាបន្ទាប់បានសួរថា:
តើទឹកកខ្វក់បណ្តាលមកពីអ្វី?

ចំលើយ

ទឹកកខ្វក់បណ្តាលអោយមកពីកត្តាជាច្រើនដូចជា: ការចាក់សំរាមចោលក្នុងទឹក ការប្រើប្រាស់ថ្នាំពុលនៅជិតទឹក ការបោកគក់និងបន្ទោរបង់ ចូលក្នុងទឹក ការបណ្តោយសត្វប្រឡូកក្នុងទឹក ការបង្ហូរសារធាតុគីមីចូលក្នុងទឹកពីសំណាក់រោងចក្រផ្សេងៗ និង ការប្រើប្រាស់ទឹកមិនបានត្រឹមត្រូវជាដើម ។

ប្អូន ឆក ចន្ទ្រា សាលាបឋមសិក្សាត្រពាំង ឱបបានសួរថា:

តើការបាត់បង់ទឹកអាចប៉ះពាល់ដល់បរិស្ថានរឺទេ?

គំនូរប្អូន សារី សាលាវត្ត

ចំលើយ

ការបាត់បង់ទឹកពិតជាប៉ះពាល់ដល់បរិស្ថាន ព្រោះទឹកមានសារៈសំខាន់ខ្លាំងណាស់ សំរាប់បរិស្ថានទាំងមូល បើបាត់បង់ទឹកនោះ ជីវិតមនុស្ស សត្វ រុក្ខជាតិទាំងឡាយមិនអាចរស់បានឡើយ ។

ប្អូន សែម សុខា សាលាបឋមសិក្សាជិណាក់ត្រោចបានសួរថា:

ដើម្បីការពារទឹកអោយស្អាត តើយើងត្រូវធ្វើដូចម្តេច?

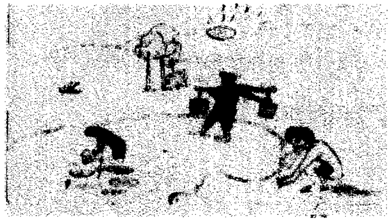
គំនូរប្អូន ផង់ លក្ខិណា សាលាត្រពាំងឱប

ចំលើយ

ដើម្បីការពារទឹកអោយបានស្អាត យើងត្រូវជួយថែរក្សាទឹកគឺ កុំនាំគ្នាបោះចោលកាកសំណល់ផ្សេងៗចូលក្នុងទឹកដូចជា សំរាម ថ្នាំពុល សារធាតុគីមីផ្សេងៗ ដែលធ្វើអោយទឹកមិនស្អាតហើយយើងត្រូវជួយធ្វើការអប់រំគ្នាអោយជួយថែរក្សាទឹក ។

ប្អូន ព្រហ្ម សុជាតិតាសាលាបឋមសិក្សាលមករាបានសួរថា:

តើការបំពុលទឹកវាប៉ះពាល់ដល់សុខភាពយើងដែររឺទេ?



ចំលើយ

ការបំពុលទឹកវាពិតជាប៉ះពាល់ដល់សុខភាពយើង ព្រោះការបំពុលទឹកវាបណ្តាលអោយយើងកើតជំងឺផ្សេងៗដូចជា គ្រុនពោះវៀន អាសន្នរោគ រាកមូល ដោយសារបាក់តេរី អាមីប រលាកពោះវៀន ជំងឺស្បែកដៃជើងនិងជំងឺធ្មេញជាដើម នៅពេលដែលយើងបរិភោគទឹកនេះ ។

ល្បងប្រាជ្ញា