

# អគ្គនាយក និងជំនឿជាយុត្តិធម៌ ព្រះវិញ្ញាណក្ខន្ធរឿងហានស្តុក



ស្រុកមានទំព័រ ១៣

## រឿងរ៉ាវ និងដើមកំណើត

...ពិធីបុណ្យ ចូលឆ្នាំថ្មីរបស់ចិន គឺជាពិធីមួយដែល មានពីយូរលង់មកហើយ ហើយក៏ជាពិធីបុណ្យប្រពៃណីមួយដែលធំជាង គេក្នុងចំណោមពិធីបុណ្យប្រពៃណីនានារបស់ប្រជាជនចិន ។ ពិធីបុណ្យ ចូលឆ្នាំថ្មីនេះគេក៏អាចហៅបានម្យ៉ាងទៀតថា **តទៅទំព័រ ១០**

## ចូលឆ្នាំចិន



## មន្ទីរសុខភាពសហគមន៍ឡូរែលបើកសម្ពោធប្រជាប្រិយ

**ខ្មែរផុស ស.រ.អា**  
 មន្ទីរពេទ្យដ៏ឆ្លើមឆាយ និងទំនើបមួយ ទើបនឹងបើកទ្វារបម្រើសុខភាពសហគមន៍នៅ ឡូរែលតំបន់ដែលមានខ្មែរច្រើនជាងគេរស់នៅ នានាខាងកើតនៃសហរដ្ឋអាមេរិកនេះ កាលពី ថ្ងៃទី១ កុម្ភៈ ២០១៣ កន្លងទៅនេះ ។  
 គឺជា "មណ្ឌលសុខភាពសហគមន៍ឡូរែល" ដែលបានចាប់កំណើតពីការខិតខំប្រឹងប្រែង របស់សហគមន៍ទាំងមូល ។ ដើមឡើយជា មជ្ឈមណ្ឌលនៅបែកគ្នារាយច្រើនកន្លែង ។ ដើម្បីប្រមូលផ្តុំគ្នាឱ្យមករស់នៅដុំតែមួយកន្លែង គឺនៅ១៣៥ ផ្លូវ Jackson នេះ គឺមណ្ឌលសុខ ភាពសហគមន៍ត្រូវជួលអគារធំមួយជាអតីត អគារសមាគមខ្មែរជាសំណង់ឆ្នាំ១៨០០ សង់

សម្រាប់រោងចក្រក្រណាត់ ដូច្នេះត្រូវជួសជុល កែច្នៃឱ្យទៅជាមន្ទីរព្យាបាលមានចំណុះ៧០ បន្ទប់ក្នុងតម្លៃ៧០លាន ។  
 អ្នកស្រី ត្រីត សាយតូ ប្រធានមជ្ឈមណ្ឌល  
 សុខភាពសហគមន៍និយាយថា ចំនួន៤២លាន លុយបានមកពី "ស៊ីមី លីស" កម្មវិធីជំនួយរដ្ឋាភិបាល អូប៉ាម៉ាណានកន្លះ **តទៅទំព័រ ១៤**



រូបថត Jennifer Myers

**I DO TAXES**

ខ្ញុំចូលធ្វើតាក់ជូនលោកអ្នក ហើយចូលត្រួតពិនិត្យ ការិយាល័យមេធាវី ថំមាស ស្តាលីយ៉ោណូស

**Law Office of Thomas Stylianios**  
 287 Appleton Street Lowell MA 01852  
**(978) 459-5000**

**ការិយាល័យ មេធាវី ថំមាស ស្តាលីយ៉ោណូស**

**Law Office of Thomas Stylianios Jr.**  
 287 Appleton St. Lowell MA 01852

Immigration • Divorce • Auto Crash  
 ▶ អន្តោប្រវេសន៍ ▶ គ្រោះថ្នាក់រថយន្ត ▶ លែងលះប្តីប្រពន្ធ

Call: Sophea or Thomas សូមទូរស័ព្ទមក: សោភា ឬ ថំ 978-459-5000 or 800-308-3766  
 Only Licensed in Massachusetts



# Ideal Global Solutions, LLC

## Travel & Tourism

Call: 978-944-4182/259-1730

# ក្រុមហ៊ុនទេសចរណ៍



*Cambodia*-starts at \$1,285.00

*Vietnam*-starts at \$1,185.00

*LaO*-starts at \$1,350.00

*Thailand*-starts at \$1,200.00

Email: [info@igslowell.com](mailto:info@igslowell.com) Fax: 978-319-9645

## Income Tax Preparation

Reliable Professional Confidential



- Personal
- Small Business
- Amendment



**Hean Kheng**  
EdD, RTRP

Tel: (978) 764-9142 • Fax: (978) 236-7266 • Email: [khenghean@yahoo.com](mailto:khenghean@yahoo.com)



## Lowell Document Preparation & General Services

296 Westford Street • Lowell • Massachusetts 01851

*We speak Khmer, English, Laotian, and Thai \*\*\*យើងខ្ញុំនិយាយភាសាខ្មែរ អង់គ្លេស លាវ និង ថៃ\*\*\**



# មជ្ឈមណ្ឌលថែទាំមនុស្សចាស់ក្រុងឡូវែល

345 Chelmsford St. Lowell, MA 01851 / 978-596-1111 – www.lowelleldercare.com

## អ្វីទៅជាមណ្ឌលថែទាំមនុស្សចាស់ក្រុងឡូវែល?

គឺជាលំនៅដីកក់ក្តៅមួយ ដែលផ្តល់សេវាមានកម្មវិធីជាក់លាក់ដល់សហគមន៍បំណង គឺគាំទ្រមនុស្សចាស់ដរាបដល់ដោយឯករាជ្យខ្លួនឯង និងជួយឱ្យមានសុខុមាល ភាពផ្នែកផ្លូវកាយ ផ្លូវចិត្ត និងផ្នែកសង្គម ។ កម្មវិធីរបស់យើងធានានូវបរិស្ថានរស់ នៅមួយប្រកបដោយសុវត្ថិភាព និងមានបរិយាកាសដូចជាផ្ទះរបស់ពួកគាត់ ។

## ទីតាំងនៃមណ្ឌល

ទីតាំងអាចរកឃើញដោយងាយក្នុងអគារថ្មី ជាមួយនូវការតុបតែងបន្ថែមសិល្បៈខ្មែរ យ៉ាងល្អប្រណិត ។ មានបន្ទប់ទទួលទានអាហារស្អាត និងមានពន្លឺគ្រប់គ្រាន់ បន្ទប់អានសៀវ ភៅ បន្ទប់កុំព្យូទ័រ បន្ទប់សម្រាក បន្ទប់មើលភាពយន្ត និងកន្លែងផ្សេងៗទៀតជាទិញចិត្ត របស់លោកអ្នក ។

## មណ្ឌលផ្តល់សេវាដល់មនុស្សចាស់

- មានថយន្តដូនដំណើរទៅវិញទៅមកពីផ្ទះលោកអ្នក
- ការពិនិត្យ និងថែទាំសុខភាព
- ការព្យាបាលតាមរយៈការហាត់ប្រាណ
- កិច្ចការសង្គម (ផ្តល់ការពិគ្រោះផ្ទាល់ខ្លួន និងក្រុមគ្រួសារ)
- ម្ហូបខ្មែរក្តៅៗ និងចំណីផ្សេងៗ
- ការហាត់ប្រាណសំរាប់សុខភាពរាងកាយ
- កម្មវិធីសិល្បៈ និងតន្ត្រី
- ការអប់រំវិស្វកម្ម
- ការពិភាក្សាលើព្រឹត្តិការណ៍បច្ចុប្បន្ន (និងការសំណេះសំណាលគ្នា)
- សកម្មភាព និងដំណើរកំសាន្តក្រៅមណ្ឌល

## Our Services

- Door-to-Door Transportation
- Medical Care and Support
- Physical Therapy
- Social Worker
- Khmer Meals and Snacks
- Adaptive Physical Exercise
- Music Programs
- Health Educational Seminars
- Discussions on current events, (and times of reminiscing)
- Outdoor Field Trips



សូមហៅទៅលោក វង្ស រស 978 996 6127

### CAMBODIA PHONE CARD

**4.5¢ per min**

Min	Bonus (10%)
\$10.00	\$1
\$20.00	\$2
\$50.00	\$5
\$100.00	\$10

Buy here and get 10% more!

Tel: (978) 942 1641 / (978) 656 8141  
(267) 253 3947  
www.cambodiaphonecard.us

### SIM'S Home Improvement

Major Sim Enterprises, Inc.

## ជាងសំណង់តាសិម

License#CS 88569 Registration#153685  
978-452-7467 / 978-421-3672 / 978-420-8551  
FREE ESTIMATES  
60 Middlesex St. (Rte.110) Lowell, MA 01852

**FULLY INSURED**

Repairing • Remodeling • Additions  
ជួសជុល កែលំអរ សង់បន្ថែម

• Kitchen	ចង្រានបាយ	• Siding	ជញ្ជាំង
• Livingroom	បន្ទប់ទទួលភ្ញៀវ	• Window	បង្អួច
• Bathroom	បន្ទប់ទឹក	• Door	ទ្វារ
• Bedroom	បន្ទប់ដេក	• Basement	ជាន់នៅក្រោមដី
• Roofing	ដំបូល	• Additions	បន្ទប់បន្ថែម

Residential • Commercial • Industrial  
ទទួលប្រាក់គ្រប់ប្រភេទ  
Bank Loan, Insurance, Compensation, Credit Debit, Check & Cash  
More information call: 1.978.452.7467

www.SimsHomeImprovement.com  
Boreth@SimsHomeImprovement.com

# ខ្មែរអ្នកជាតិនិយម

## តពិលេខមុន

ស្តេចយួនខាងត្បូងឈ្មោះ ហ្វេ រឿង (ខ្លះថា សៃវ៉ុង) ជាឪពុកក្មេករបស់ស្តេចខ្មែរឈ្មោះ ជ័យ ជេដាទី២ បានរៀនខ្លួនទៅកម្ពុជាក្រោមរូបត្រូវតែសម្លាប់នៅ ឆ្នាំ ១៧៧៧ ។ ក្នុងប្រសរបស់ស្តេច ហ្វេ រឿង ឈ្មោះ ម្យ៉ាង អាន់ ជាអ្នកបន្តរាជ្យ ក៏បានកេណ្ឌទ័ពច្បាំងជា មួយបងប្អូនតែសឹង ។ ឆ្លើតឱកាសក្នុងចម្បាំងផ្ទៃ ក្នុងនេះ មេតណកាតូលិកជាជនជាតិបារាំងនៅកម្ពុជា ក្រោមឈ្មោះ ដឺបេអែន (De Behaine) ក្នុងឋានៈ ខ្លួនជាមិត្តស្និទ្ធស្នាលរបស់ស្តេច ម្យ៉ាង អាន់ ក៏បាន ជម្រុញ ម្យ៉ាង អាន់ ឱ្យស្នើសុំជំនួយពីប្រទេសបារាំង ដែលគាត់នឹងជួយធ្វើការទាក់ទងឱ្យ ។ បន្ទាប់ពីចម្បាំង អស់រយៈពេល៥ឆ្នាំដែលមិនបានជោគជ័យសោះ នោះស្តេច ម្យ៉ាង អាន់ ក៏យល់ស្របតាមយោបល់នៃ មេតណដឺបេអែន ។ នៅឆ្នាំ១៧៨៧ មេតណដឺបេអែន បានទៅដល់ប្រទេសបារាំងដោយបាននាំកូនច្បង របស់ ម្យ៉ាង អាន់ ដែលមានអាយុ៥ឆ្នាំជាមួយផង ។ នៅពេលនោះបារាំងកំពុងតែបោះបង់ចោលអាណា- និតមរបស់ខ្លួននៅទ្វីបអាមេរិកខាងជើង គឺប្រទេស កាណាដា ។ ដោយឃើញថា ខ្លួនចាញ់ ប្រៀបអង់គ្លេស នៅទ្វីបអាស៊ីបារាំងក៏សុខចិត្តចុះសន្ធិសញ្ញាសម្ព័ន្ធភាព ទី១ ជាមួយយួននៅវែកសៃ (Versailles) ក្នុងថ្ងៃទី



ពិតប្រាកដ ឱ្យរក សំរេច លោក "ផ្កាយព្រឹក"

៨ វិច្ឆិកា ១៧៨៧ ដែលនៅក្នុងសន្ធិសញ្ញានោះចែង ថា បារាំងត្រូវផ្តល់ជំនួយយោធាដល់ ម្យ៉ាង អាន់ ហើយប្រទេសយួនក៏ត្រូវប្រគល់កោះច្រឡាច និង កំពង់ផែទូទាំងទៅឱ្យប្រទេសបារាំងដែលមានកម្មសិទ្ធិ ផ្តាច់មុខក្នុងមុខជំនួញ ។  
 នេះជាជំហានដំបូងនៃការយកឥណទានជាអាណា និតមរបស់បារាំង ក៏ប៉ុន្តែនៅពេលមេតណដឺបេអែន ត្រឡប់មកពីប្រទេសបារាំងវិញនោះ ម្យ៉ាង អាន់ វាយ យកបានខេត្តព្រៃនគរព្រមទាំងដែនដីទិសខាងត្បូង នៃស្រុកអណ្តូងទាំងមូលដោយសារមានជំនួយពី

ស្តេចសៀមដែលបានបញ្ជាក់កងទ័ពខ្មែរមួយកង ឱ្យទៅកាន់ក្រុងហ្វេកុងឆ្នាំ១៨០០ ដើម្បីជួយស្តេច ម្យ៉ាង អាន់ ឱ្យត្រឡប់មកក្រុងស្រីសោយក្រោយ បង្អស់នៅឯហាល្លយរូបក៏ប្រកាសខ្លួនជាអធិរាជ យ៉ាម្យ៉ាង ហើយថែមទាំងបានទទួលការគាំពារពី ប្រទេសចិនទៀតផង ។

អធិរាជ យ៉ាម្យ៉ាង បានអភិសេកនៅហាល្លយ ក្នុងឆ្នាំ ១៨០៨ ក្រោមអធិបតីភាពនៃអធិរាជចិន ឈ្មោះ តា តឺង ដែលជាអ្នកបានដាក់ឈ្មោះប្រទេស យួនថា "វៀតណាម" ដែលរួមទាំងតុងកិង, អណ្តូង ហើយនិងកូសាំងស៊ីនផង ។ ចាប់តាំងពីពេលនោះមក ហើយ ដែលជនជាតិបារាំងភាគច្រើនជាអ្នកផ្សាយ សាសនាគ្រិស្ត និងអ្នកជំនួញបានរស់នៅដោយសុខ ស្រួលក្រោមកិច្ចការពាររបស់អធិរាជយ៉ាម្យ៉ាង ។ ប៉ុន្តែក្រោយមកក្នុងរជ្ជកាល មិញយ៉ាង និងទីឱក បណ្តាជនជាតិយួនដែលធ្លាប់ជាអ្នកឈ្នះសង្គ្រាមក្នុង ភូមិភាគនេះ មិនសម្តែងស្មារតីមន៍ចំពោះជនបរទេស ឡើយ ។ គេថែមទាំងមានសេចក្តីសង្ស័យថា ពួកអ្នក ផ្សាយសាសនាទាំងនេះ គឺជាផែនការដំបូងរបស់ បារាំងដើម្បីត្រួតត្រាមកលើទឹកដីយួន ។ អាស្រ័យហេតុ នេះ ការធ្វើទុក្ខបុកម្នេញទៅលើពួកអ្នកផ្សាយសាសនា ក៏បានចាប់ផ្តើម ឡើងសាជាថ្មីម្តងទៀត ។

ឯស្តេច ណាប៉ូឡេអុង ទី៣ ដោយមានកង កម្លាំងខ្លះរបស់ខ្លួននៅឥណទានស្រេចទៅហើយនោះ បានយកលេសថានឹងដាក់ទណ្ឌកម្មទៅលើអធិរាជ

ទីឱក អំពីបទសម្លាប់រដ្ឋលន្តិកពួកអ្នកផ្សាយសាសនា គ្រិស្ត រួចក៏បានបញ្ជាឱ្យលើកទ័ពមួយកងវាយយួន និងបញ្ជូនទ័ពមួយកងទៀតទៅបើកាំងប្រទេសចិន ក្នុងគោលបំណងដំណើរជាមួយអង់គ្លេសនូវកម្មសិទ្ធិ ផ្តាច់មុខខាងផ្លូវជំនួញ ។

នៅថ្ងៃទី ៣១ សីហា ១៨៥៨ នាវាចម្បាំងមួយ កងដែលមានពលទាហានចំនួន៣០០នាក់ ក្រោម បញ្ជាការរបស់ឧត្តមនាវីរហ្គេ ដឺ ឈីណូយី (Rigore de Chenoyi) បានបោះយុទ្ធការសំចតនៅនគរ សមុទ្រទូរ៉ានដែលទីដៅនៃការវាយប្រហារ គឺទីក្រុង ហ្វេ ។ ប៉ុន្តែដោយនាវាបាញ់កាំភ្លើងធំរបស់ខ្លួនពុំអាច ចូលតាមដងស្ទឹងហ្វេបាន Rigore Chenoyi ក៏សម្រេច ចិត្តដូរទិសដៅថា តើត្រូវទៅតុងកិង ឬក៏កម្ពុជា ក្រោម ។ គាប់ជួនពេលនោះខ្យល់ហើយរដូវវស្សាជួយ ច្រាននាវាមកកម្ពុជាក្រោម ។ យ៉ាងហោចណាស់នោះ ឧត្តមនាវីរក៏សម្រេចចិត្តថា នឹងវាយយកក្រុងព្រៃនគរ ដែលពេលនោះស្ថិតនៅក្រោមការត្រួតត្រារបស់យួន ។ កងនាវាបារាំងក៏បានមកទិសដៅខាងត្បូងចូលតាម ដងស្ទឹងនៃទន្លេព្រៃនគររួចវាយសម្រុកចូលយក ទីក្រុងព្រៃនគរ នៅថ្ងៃទី១៧ កុម្ភៈ ១៨៥៧ ប៉ុន្តែ កងទ័ពបារាំងទាំងនោះបានត្រូវកងទ័ពយួនឡោម ព័ទ្ធ ។ បារាំងក៏បានស្នើសុំប្តូរកុងស៊ុលជាមួយយួន ប៉ុន្តែ ស្តេចយួន ទីឱក បដិសេធ ព្រោះឃើញថា កងទ័ព បារាំងមានចំនួនតិចស្តួចស្តើងពុំអាចតស៊ូ និងការ ឡោមព័ទ្ធ តទៅលើក្រោយ

**NEW ENGLAND INSTITUTE OF HVAC, Inc.**  
**វិទ្យាល័យអ៊ិនធឺណេតជំនាញខាងបច្ចេកវិទ្យា**  
**ម៉ាស៊ីនកំដៅ, ម៉ាស៊ីនត្រជាក់ និងទូទឹកកក**

**ថ្នាក់ប្រចាំថ្ងៃ និងពេលល្ងាច និងផ្តើមចាប់រន្ទះ**

**បំពេញការសិក្សាបច្ចេកទេសខាងម៉ាស៊ីនត្រជាក់**  
**ម៉ាស៊ីនកំដៅ ទូទឹកកក HVAC តិចសិក្សា**  
**តែរយៈពេល១៣សប្តាហ៍**

- សិក្សាដោយពិសោធន៍ផ្ទាល់ដៃ
- ជួយរកការងារធ្វើ
- ផ្តល់សម្ភារៈឱ្យ
- ថ្នាក់ប្រចាំថ្ងៃសិក្សាតិច

• GI Bill Education Benefits Approved  
 • Section 30 Approved

NATE Certifications EPA Testing, OSHA, and Financing Available to those who qualify

**គឺជាប្រភពសម្រាប់ថាមពលបែកបំបែក**

**Call for details: 978.735.4979**

240 Smith St., Lowell, MA 01851  
[www.newenglandhvac.com](http://www.newenglandhvac.com)

**MARCOTTE LAW FIRM**  
**ក្រុមហ៊ុនមេធាវី Marcotte**

45 MERRIMACK STREET  
 LOWELL, MASSACHUSETTS  
 (978) 458-1229

- សេចក្តីត្រោះថ្នាក់ដល់រូបរាងកាយ
- ពិការភាពដោយសន្តិសុខសង្គម
- បទព្រហ្មទណ្ឌផ្លូវភេទ និងថ្នាំញៀន
- ច្បាប់គ្រួសារ និងលែងប្តីប្រពន្ធ
- បើកបរនៅពេលស្រវឹង និងប្រព្រឹត្តបទល្មើសពេលធ្វើថវាចរណ៍
- ត្រោះថ្នាក់ថវាចរណ៍
- ត្រោះថ្នាក់នៅការដួស

- Personal Injury
- Disability
- Sex & Drug Crimes, OUI
- Family Law & Divorce
- Traffic Accidents
- Work Accidents

**មានបុគ្គលិកនិយាយភាសាខ្មែរលោកអ្នកអាចហៅទូរស័ព្ទ**  
**មកក្រុមហ៊ុនយើងខ្ញុំដើម្បីពិគ្រោះ**  
**(978) 458-1229**  
[www.marcottelawfirm.com](http://www.marcottelawfirm.com)

# អ្នកក្រ និងអ្នកមានលទ្ធភាពប្រទេសខ្មែរ ភាគទី៤



ក៏ម សុស មន្ត្រីចូលនិវត្តក្រសួងការបរទេសសហរដ្ឋអាមេរិក

## តពីលេខមុន

ថ្ងៃមុននៅចុងក្រោយបង្អស់នៃភាគទី៤ និយាយអំពីរឿងអ្នកក្រអ្នកមាននេះ ខ្ញុំបានជម្រាបថា ខ្ញុំនឹងជម្រាបអំពី "អ្នកមានចង់មានពេកក្លែងក្លាតដល់អ្នកក្រ"។

រឿងថាភ្នែកគិតនេះ ក៏ថាបាន។ ព្រោះថានេះជារឿងទូទៅរបស់មនុស្ស ។ កាលណាយើងសិប ប្តូរឯងនឹងអ្វីមួយហើយ យើងច្រើនតែភ្នែកអ្វីឯទៀត។ ប៉ុន្តែតាមបទពិសោធន៍របស់ខ្ញុំ រឿងថា "អ្នកមានចង់មានពេកក្លែងក្លាតដល់អ្នកក្រ" នេះមានករណីតិចណាស់បើមានមែន ។ តែផ្ទុយទៅវិញ ករណីភាគច្រើន ច្រើនតែមិនគិតដល់អ្នកក្រ ព្រោះចង់មានពេកចង់មានឱ្យបានឆាប់រហ័សគ្មានគិតដល់អ្នកណាក្រៅពីខ្លួនឯងទេ ។

ហើយម្យ៉ាងទៀត រឿង "ចង់មានពេកចង់មានឱ្យបានឆាប់រហ័ស" តាមការសង្កេតរបស់ខ្ញុំ ជាបញ្ហាទូទៅក្នុងជំនួញទូទៅនៅពិភពលោកដូចជានៅសហរដ្ឋអាមេរិកដើម ។ នៅសហរដ្ឋអាមេរិកប្រមាណ៥០០នាក់នៃពលរដ្ឋប្រមាណ៣១៤លាននាក់ជាអ្នកមានអណ្តែតដាច់ផុតពីគេ

ដែលជាភាសាអង្គេស Super- Rich ។ ហើយចំពោះមនុស្សមួយភាគតូចមួយនេះ គឺជា១ភាគរយនៃពលរដ្ឋរួមនឹងចំនួនអ្នកមានមធ្យមនៃជនជាតិអាមេរិកាំងឯទៀតផង រដ្ឋាភិបាលសហរដ្ឋអាមេរិកកំពុងរិះរកមធ្យោបាយធ្វើយ៉ាងដូចម្តេចឱ្យ



ធនធាន គឺលុយនៃក្រុមអ្នកមាននេះចេញទៅជួយអ្នកឯទៀតដោយបង្កើតការងារឱ្យអ្នកឯទៀតនោះធ្វើ និងជួយរដ្ឋាភិបាលដោយបង់ពន្ធឱ្យបានច្រើនជាងចំនួនដែលត្រូវបង់ឥឡូវនេះដើម្បីបង្កើនប្រាក់ចំណូលទៅថវិការជាតិ ។ ត្រង់នេះយើងអាចនិយាយបានថា រដ្ឋាភិបាលអាមេរិកាំងមិនចាំអ្នកមានគិតទៅដល់អ្នកក្រទេ ឬក៏យើងអាច

និយាយបានថា រដ្ឋាភិបាលអាមេរិកាំងមិនសង្ឃឹមថាអ្នកមានអាមេរិកាំងភាគច្រើនគិតដល់អ្នកក្រដែរ ។ ព្រោះថាអ្នកមានកាន់តែមានច្រើនឡើងច្រើនឡើង ហើយលឿនឡើងលឿនឡើង ។ ហើយចំនួនអ្នកអត់ការធ្វើជួនកាលឡើងជួនកាលចុះ ។

ដូច្នេះរដ្ឋាភិបាលត្រូវចាត់វិធានការដើម្បីធានាស្ថេរភាពនិងភាពចម្រុះចម្រើនរបស់ស្រុក ។

ចំពោះស្រុកខ្មែរវិញ អ្នកមានមិនត្រូវយករឿងភ្នែកគិតដល់អ្នកអត់ការធ្វើនិងអ្នកក្រមកជជែកដេញដោលឱ្យខាតពេលទេ ។ អ្នកមានត្រូវចាប់ផ្តើមរកមធ្យោបាយបង្កើតការងារដើម្បីកាត់បន្ថយចំនួនអ្នកអត់ការធ្វើ និងចំនួនអ្នកក្រដែលនៅក្នុងចំនួននេះមានប្រមាណ៨០ភាគរយពីងផ្នែករបរកសិកម្មឱ្យបានឆាប់រហ័ស ។ អ្នកមានអាចថា បានថារឿងកាត់បន្ថយនេះជាការកិច្ចរបស់រដ្ឋាភិបាល ។ ប៉ុន្តែតើអ្នកមានអាចធ្វើខ្លួនឯងដោយមិនចាំបាច់មានការគោរពសង្កត់ពីណាមួយមកបានទេ ?

អ្នកមាននៅស្រុកខ្មែរ ជាពិសេសអ្នកមានខ្មែរ ត្រូវសួរខ្លួនឯងមើលថាតើសព្វថ្ងៃនេះព្រួយបារម្ភអ្វីឬទេ នៅវេលានេះដែលមានចំនួនអ្នកអត់ការធ្វើនិងអ្នកក្រកាន់តែច្រើនឡើងច្រើនឡើងកាន់តែក្រទៅក្រទៅ ហើយចំនួនអ្នកមានស្ទើរតែនៅដដែលកាន់តែមានឡើងមានឡើង? អ្នកមានខ្មែរ មើលឃើញទេថាផ្ទះខ្លួនធំជាងគេមានរបងខ្ពស់មានអ្នកយាមរាល់ពេលវេលា? អ្នកមានខ្មែរដឹងខ្លួនទេថាខ្លួនមានលុយច្រើនមានមាសពេជ្រមានសំលៀកបំពាក់ល្អលើសពីគេឯងមានឡានទំនើបជិះដំឡែរ៉ាប់ម៉ីនដ្យូសហរដ្ឋអាមេរិកទៅណាមកណាត្រូវមានអង្គរក្សតាមការពារ? អ្នកមានខ្មែរដឹងទេថាវាស់ថ្លៃខ្មែររាប់រយនាក់ចេញតាមច្បាប់ឬមិនតាមច្បាប់ពីស្រុកខ្មែរទៅធ្វើជាកម្មករនៅក្រៅស្រុក? អ្នកមានខ្មែរដឹងទេថាខ្មែរស្ទើរតែរាល់ស្លាប់តាមផ្លូវចូលខុសច្បាប់ដល់ដីថៃ? អ្នកមានខ្មែរដឹងទេថា កម្មកររោងចក្រនៅស្រុកខ្មែររាប់សែននាក់បានប្រាក់ខែមិនគ្រប់គ្រាន់គាំទ្រជីវិត ហើយបន្ថែមលើនោះមានខ្លះដួលស្លាប់នៅពេលធ្វើការស្ទើរតែរាល់ថ្ងៃ? អ្នកមានខ្មែរដឹងទេថា ខ្មែរនៅស្រុកខ្មែរយ៉ាងតិច៨០ភាគរយវេទនាណាស់? អ្នកមានខ្មែរដឹងទេថាមានខ្លះបង់ឱ្យមានព្រឹត្តិការណ៍នៅស្រុកខ្មែរដូចព្រឹត្តិការណ៍នៅខែមេសាឆ្នាំ៧៥? ទាំងអស់គ្នាចាំទេថា

តទៅទំព័រទី ១៦

# កម្មវិធីអប់រំប្រយោជន៍សម្រាប់កុមារ

**ខ្មែរផុស ស.រ.អា**  
កាលពីមុនខ្មែរផុសស.រ.អា បានរាយការណ៍ពីកុមារនៅសាលាបឋមសិក្សា "មូឌី" រៀនពីលុយដែលបានធ្វើឱ្យយើងចាប់អារម្មណ៍ ។ ស្ថានភាព



ដែលយើងបានចាត់ទុកជាចម្លែកនោះ គឺសហគមន៍អាស៊ីយើងក្រៅពីគ្រួសារចិនចេញ "ពុំមានទស្សនៈឱ្យតម្លៃទៅចំណេះសន្សំ និងចាយលុយទេ តែចង់បានលុយច្រើន" គេនាំគ្នានិយាយថា "លុយនាំឱ្យមនុស្សរិលវល់ប្រាសចាកភាពសុចរិត-ចិត្តស្អាត" ខ្លះទៀតយល់ថា "កាន់លុយជាអំពើបាប" ថែមទៀត... ក៏ប៉ុន្តែនាង វិជ្ជាកា ខង តំណាងឱ្យធនាគារ "វ៉ាស៊ីនតោនសេវីងប៊ីង" បានចេញទៅបង្ហាត់បង្ហាញអំពីលុយដល់កុមារនៅសាលា "មូឌី" និងសាលាផ្សេងៗ ទៀតដូចជា "ស៊ីវិក" និង "មីវី" យ៉ាងព្យាយាមតាំងពី៥ឆ្នាំរួចមកហើយ ។

តែបណ្តុះវប្បធម៌ថ្មីរបស់សហគមន៍ខ្មែរដែលពាំនាំទម្លាប់ពីសង្គមក្រីក្ររបស់ប្រទេសខ្លួន មកឱ្យអនាគតពលរដ្ឋនៃស.រ.អា ដើមកំណើតខ្មែរអាចមានជីវភាពប្រសើរក្នុងប្រទេសដែលគេប្រើ "លុយ" សម្រាប់រស់នឹងអភិវឌ្ឍន៍សហរដ្ឋអាមេរិកនេះ ។ ក្នុងន័យនេះយើងឃើញថា ខង វិជ្ជាកា និងត្រូវការភាពមាំមាំ ការព្យាយាម ជំនឿទៅលើទង្វើរបស់ខ្លួន ជំនឿពីសាលារៀន ជាពិសេសការគាំទ្រមាតាបិតា កុមារអាស៊ីយ៉ាងចេញមុខ ។

យើងបានទៅជួបថ្នាក់ដឹកនាំនៃ "ធនាគារដាក់ប្រាក់សន្សំ" វ៉ាស៊ីនតោន នៅឡូវវិល គឺលោកស្ថាន ឡាយដន ជាអនុប្រធាន ដើម្បីចង់ដឹងអំពីកម្មវិធីសន្សំ និងគ្រប់គ្រងលុយនោះថា "តើនឹងមានទំហំ និងដំណើរឆ្លាយប៉ុណ្ណា?" យើងបានដឹងថា នាង វិជ្ជាកា បានបង្ហាត់បង្ហាញពីមូលដ្ឋាននៃការអប់រំកម្មវិធី៤៥នាទី នាថ្ងៃសុក្រ នៅគ្រប់កំរិតថ្នាក់ពីខែ វិជ្ជាកា ដល់ខែមិថុនា ។ កម្មវិធីនោះមានប្រធានបទៈ លុយជាអ្វី? -លុយមកពីណា? -ពិភពនៃការងារ -បានលុយយកមកធ្វើអ្វី? -ហេតុអ្វីក៏គេសន្សំលុយ -តើធនាគារអ្វីខ្លះ -តើធនាគារមានដំណើរយ៉ាងណា?...ទាំងនេះសុទ្ធតែជាចំណេះដែលពលរដ្ឋអាមេរិកាំង និងពិភពលោកនៃសេដ្ឋកិច្ចប្រើប្រាស់រៀនរាល់ថ្ងៃ...ហើយសហគមន៍ខ្មែរនៅស.រ.អា នេះក៏ត្រូវប្រើចំណេះនេះដូចគេឯងដែរ ។ បន្ថែមលើកម្មវិធីសិក្សានោះនាង វិជ្ជាកា

ខង បានអនុញ្ញាតឱ្យកុមារជាសិស្ស អាចដាក់ប្រាក់សន្សំក្នុង "កូនជ្រូករបស់ខ្លួន" ទៅក្នុង "ធនាគាររបស់ខ្លួន" ជាលក្ខណៈផ្លូវការបានថែមទៀត ដែលជាវិធីដាក់ស្តែងមួយសំរាប់បង្កើតទម្លាប់ "សន្សំលុយ" ដែលគេអាចឃើញ និងជឿបានតាំងពីកុមារភាព ។

វិជ្ជាកា ខង និយាយថា "ខ្ញុំបង្រៀនក្មេងកំរិតថ្នាក់ទី៣ និងទី៤ចំនួន៥៣០នាក់ អំពីសារសំខាន់នៃការបានលុយពីការងារ និងការសន្សំលុយ ហើយបានបើកគណនេយ្យ "Super Savers" ឱ្យសិស្សចំនួន២០០ ហើយធនាគាររក្សាប្រាក់សន្សំឱ្យកុមារសាលា "មូឌី" សាលា "ស៊ីវិក" និងសាលា "មីវី" បានចំនួនប្រាក់១៨.៣៥៣.១០សេនហើយ... ។ នេះជាប្រាក់សន្សំសម្រាប់សិស្សគ្រប់សាលា ដែលមានមាតាបិតាគាំទ្រដល់កម្មវិធីរបស់ធនាគារ

ជា១០% នៃចំនួនសិស្សសាលាមូឌីនេះទោះជាតិចក្នុងតំបន់ដែលមានខ្មែរច្រើនរស់នៅក៏នេះ ប្រាក់ដ៏ជាសំណាងនៃអ្នកទាំងនោះ ដោយសារពុំមាន



កម្មវិធីអប់រំបែបនេះសម្រាប់ជួយកុមារនៅសាលារៀន ឬក្នុងគ្រួសារនិមួយៗទេ រីឯសង្គមនៅតែវិវត្តន៍ជាមួយនឹងការប្រើលុយមិនឈប់ឈរតែដដែល ។



សន្សំប្រាក់វ៉ាស៊ីនតោនសេវីងប៊ីង ។ យើងបានឃើញចំនួនសិស្សអាស៊ីប្រមាណ



# ភិក្ខុ លួន សុវ៉ាត "ខ្មែរស្រុកខ្មែរមានតម្លៃថ្នាក់ខ្ពស់ ទៅអាមេរិក"

ដោយ: អ៊ឹម ឈឿម

ដំបូងគឺអ្នកការពារសិទ្ធិមនុស្សអន្តរជាតិ ឆ្នាំ២០១២ (Martin Ennals Award for Human Rights Defenders) ព្រះតេជគុណ លួន សុវ៉ាត សច្ចមនី ជាសង្ឃខ្មែរមួយអង្គដែល តែងតែបង្ហាញនូវវត្តមានរបស់ព្រះអង្គជាញឹក ញាប់ក្នុងការតស៊ូមតិ និងតែងតែឈរឆ្នាលចំពោះ ការរំលោភបំពាននានាពីសំណាក់អាជ្ញាធរសមត្ថកិច្ច ក្នុងការបណ្តេញប្រជាពលរដ្ឋចេញពីលំនៅដ្ឋាន ដោយគ្មានសំណងសមស្រប ។ ការបំផ្លាញសម្បត្តិ ធនធានធម្មជាតិ, ព្រៃឈើ, ការផ្តល់ដីសម្បទាន សេដ្ឋកិច្ចដល់ក្រុមហ៊ុនបរទេសក្នុងរយៈពេលដ៏ យូរដល់ទៅ៩៩ឆ្នាំ គឺជាអ្វីដែលព្រះសង្ឃអង្គនេះ ប្រយុទ្ធប្រឆាំង និងការពារកុំឱ្យកើតមានឡើង ក្នុងសង្គមកម្ពុជា ។

ដោយសារតែសកម្មភាពសង្គម និងសកម្ម ភាពមនុស្សធម៌បែបនេះហើយ ទើបព្រះតេជ គុណ លួន សុវ៉ាត ក្លាយជាបន្ទានៅក្នុងកំរែភ្នែក របស់អាជ្ញាធរសមត្ថកិច្ច ជាពិសេសរដ្ឋាភិបាល ខ្មែរតែងមិនសប្បាយចិត្តចំពោះអ្វីដែលសកម្មភាព សង្គមបែបនេះ ។

ក្រៅពីនិមន្តត្រាច់ចរនៅក្នុងប្រទេសកម្ពុជា ពិភពលោកមួយទៅកន្លែងមួយភិក្ខុ លួន សុវ៉ាត ក៏ ត្រូវបាននិមន្តទៅកាន់បណ្តាប្រទេសចំនួននៅអឺរ៉ុប និងសហរដ្ឋអាមេរិកផងដែរ ។ ក្នុងខណៈដែល ព្រះសង្ឃជាទីរំលឹកអង្គនេះ គង់នៅក្នុងទីក្រុង ហ្សឺណែវដែលហ្វែរភិក្ខុ លួន សុវ៉ាត ត្រូវ បានពលរដ្ឋ ខ្មែរដែលជាពុទ្ធសាសនិកជន, អ្នកសង្គម, និងអ្នក នយោបាយនិមន្តឡើង សម្តែងព្រះធម៌ទេសនា ទាក់ទងនឹងភាព សាសនា និងសង្គមកម្ពុជា នាពេលបច្ចុប្បន្ន ។ នៅឯវត្តព្រះពុទ្ធប្រទានពរ" និងវត្ត"ព្រះពុទ្ធស្សី" នាទីក្រុងហ្សឺណែវដែលហ្វែរ ខាងត្បូងកាលពីថ្ងៃទី៥ និងថ្ងៃទី៦មករាកន្លង មកនេះ, ព្រះភិក្ខុ លួន សុវ៉ាត ត្រូវបានទទួល បដិសណ្ឋារកិច្ចយ៉ាងកក់ក្តៅពីសំណាក់ពុទ្ធសាសនិក ជន, និងក្រុមអ្នកនយោបាយ... ។ អ្វីដែលជាការ កត់សម្គាល់នោះ ភិក្ខុ លួន សុវ៉ាត ត្រូវបានទទួល នូវប្រកាសនីយ័ប័ត្រលើកទឹកចិត្តពីប្រតិភូនៃ គណបក្សសង្គ្រោះជាតិប្រចាំតំបន់ក្នុងន័យគាំទ្រ នូវសកម្មភាពមនុស្សធម៌របស់ព្រះអង្គ ។

មានសំនៀងបែបនេះដឹងៗជាកុលបុត្រខ្មែរ មកពីដែនអង្គរខេត្តសៀមរាប ភិក្ខុ លួន សុវ៉ាត មានសង្ឃដីការយ៉ាងមុតមាំថា: ទោះបីជាមាន ការគំរាមកំហែងពីសំណាក់អាជ្ញាធរសមត្ថកិច្ច និងធ្លាប់មានការចាប់ខ្លួនមួយរយៈពេលពីសំណាក់ ក្រុមប្តឹងស នាគ្រាកន្លងមកយ៉ាងណាក៏ដោយចុះ ក៏អាត្មានៅតែបន្តធ្វើកិច្ចការសង្គមជាបន្តទៀត... ។ នេះជាអ្វីដែលភិក្ខុ លួន សុវ៉ាត មានសង្ឃដីការ ។



ភិក្ខុ លួន សុវ៉ាត នៅម៉ាសាឈូសែត

សកម្មជនអ្នកការពារសិទ្ធិមនុស្សអង្គនេះ មានសង្ឃដីការបែបចំអកឡកឡើយទៅកាន់រដ្ឋា ភិបាលខ្មែរថា: បច្ចុប្បន្ននៅប្រទេសកម្ពុជា គឺជា ប្រទេសសេរី, បណ្តេញប្រជាពលរដ្ឋខ្មែរចេញពី លំនៅដ្ឋានដោយសេរី និងចាប់មនុស្សដាក់ពន្ធ នាគារដោយសេរី ។ សង្ឃអង្គនេះមានសង្ឃដីការ ច្រើនជា ជីវិតមនុស្សនៅប្រទេសកម្ពុជាសព្វថ្ងៃ នេះ មានតម្លៃថ្នាក់ខ្ពស់(ខ្ពស់)នៅ សហរដ្ឋអាមេរិកទៀត ព្រោះសត្វទាំងនោះត្រូវ បានទទួលនូវការយកចិត្តទុកដាក់យ៉ាងខ្ពស់ពី សំណាក់រដ្ឋាភិបាល ។ រីឯជីវិតមនុស្សនៅប្រទេស កម្ពុជាវិញ ហាក់គ្មានតម្លៃបន្តិចណាសោះ ព្រោះ រាល់ករណីឃាតកម្មនានាហាក់គ្មានចេតនាវែក មុខរកឃាតកយកមកផ្តន្ទាទោសឡើយ, តួយ៉ាង ណា ដូចករណីការបាញ់សម្លាប់លោក ជា វិជ្ជា ប្រធានសហជីពសេរីកម្ពុជា, ការបាញ់សម្លាប់លោក ឈុត វុទ្ធិ សកម្មជនការពារសម្បត្តិធម្មជាតិ, ការធ្វើ ឃាតលើព្រះគ្រូ សម ប៊ុនធឿន កាលពីឆ្នាំ ២០០១, ការបោះសម្លាប់អ្នកកាសែតជាច្រើន រូប និងថែមទាំងការបាញ់ប្រហារលើអ្នកសិល្បៈដូចជា សត្វធាតុ... ។

តាមការឱ្យដឹងពីភិក្ខុ លួន សុវ៉ាត បានឱ្យ "ខ្មែរផុស" ដឹងថា ព្រះអង្គនឹងនិមន្តទៅកាន់ប្រទេស កម្ពុជាវិញនៅខែ កុម្ភៈ ខាងមុខនេះ ហើយក៏គ្មាន ការភ័យខ្លាចចំពោះសន្តិសុខសុវត្ថិភាពផ្ទាល់ ព្រះអង្គឡើយ ហើយថែមទាំងប្តេជ្ញាបន្តនូវ សកម្មភាពសង្គមបែបនេះជារហូត ទោះបីជាគ្មាន វត្តអាមាមសម្រាប់គង់នៅជាអចិន្ត្រៃយ៍យ៉ាងណា ក៏ដោយចុះ ។

តាមការស្រាវជ្រាវរបស់"ខ្មែរផុស" បានរក ឃើញថា: ក្នុងចំណោមព្រះសង្ឃជាទីគោរព របស់ខ្មែរចំនួន៧អង្គ ដូចជា ព្រះអាចារ្យ ហែម ចៀវ, សម្តេចព្រះសង្ឃរាជ ជួន ណាត, សម្តេច សង្ឃរាជ ហួត តាត, ព្រះគ្រូ ហ៊ុន ខាតវិរិយៈតោ, ព្រះគ្រូធម្មបាល ខៀវ ជុំ, ព្រះគ្រូធម្មយោសាចារ្យ សេក នាង, ព្រះមហា ឃោសន្ត វ៉ា យ៉ាវ ក្នុងនោះ ព្រះភិក្ខុ លួន សុវ៉ាត សច្ចមនី ក៏ត្រូវបានប្រវត្តិ សាស្ត្ររាប់បញ្ចូលថា ជាព្រះសង្ឃជាទីរំលឹកផង ដែរ ។

ខ្មែរស្រុកខ្មែរមានតម្លៃថ្នាក់ខ្ពស់

ព្រះភិក្ខុ លួន សុវ៉ាត កើតនៅថ្ងៃពុធ ទី១១ ខែវិច្ឆិកា ឆ្នាំ ១៧៧៩ នៅភូមិភ្នំត្រែង ឃុំជីក្រែង ខេត្តសៀមរាប ជាគ្រួសារកសិករ ។

ដល់ឆ្នាំ១៩៩៥ សាមណេរ លួន សុវ៉ាត បានបន្តការសិក្សារៀនសូត្រវិបស្សនាធុរៈជា មួយព្រះគ្រូកេតុធម្មោ សម ប៊ុនធឿន នៅពុទ្ធមណ្ឌល វិបស្សនាធុរៈ នៃព្រះរាជាណាចក្រកម្ពុជា នៅ ភ្នំអង្គរស្រុកខេត្តកណ្តាល ។

ក្នុងឆ្នាំ១៩៩៩ បានមកគង់នៅវត្តឧណ្ណា ឡោមក្រុងភ្នំពេញដោយបានបន្តសិក្សារៀនសូត្រ ផ្នែកគន្ថធុរៈភាសាបាលីនៅពុទ្ធិកៈវិទ្យាល័យព្រះ- សុរាម្រិត និងសកលវិទ្យាល័យព្រះសីហនុរាជ



ភិក្ខុ លួន សុវ៉ាត ទទួលសញ្ញាប័ត្រកោតសរសើរពី សកម្មភាពសិទ្ធិមនុស្សពីសាលាក្រុងលីន

រហូតបានបញ្ចប់ថ្នាក់កម្រិតបរិញ្ញាប័ត្រទស្សនៈ វិទ្យានៅឆ្នាំ២០១០ ។

នៅថ្ងៃទី២២ មិនា ឆ្នាំ២០០៩ បងប្រុស និង ក្មួយប្រុសត្រូវបានកងប្រដាប់អាវុធបាញ់ឱ្យរូស ព្រមទាំងព្យាបាលព្រោះជំងឺផ្សេងទៀតត្រូវ បានចាប់ខ្លួន ព្រោះជំងឺដីធ្លី ។ ពេលនោះឯង ជាពេលដែលភិក្ខុ លួន សុវ៉ាត បានបំពេញនូវ កាតព្វកិច្ចជាអ្នកបួសដោយពួកគេដោយឈរលើ គោលការណ៍ព្រហ្មវិហារធម៌ និងកិច្ចការពារ សិទ្ធិមនុស្សរបស់ព្រះពុទ្ធជាម្ចាស់ ។

ការគំរាមចាប់ខ្លួន និងហាមមិនឱ្យ គង់នៅវត្តនានា

មកដល់ថ្ងៃទី២៤ ខែមេសា ឆ្នាំ២០១២ ព្រះតេជគុណ លួន សុវ៉ាត ត្រូវបានសម្តេចសង្ឃ នន្ទ ង៉ែត ចេញលិខិតបណ្តេញពីវត្តឧណ្ណាឡោម និងហាមគ្រប់វត្តទូទៅនៅភ្នំពេញមិនឱ្យគង់នៅ ឡើយ ។

ប៉ុន្តែព្រះអង្គបានបន្តស្នាក់នៅវត្តឯស្រុក កំណើតនៅខេត្តសៀមរាប ។ល។ លុះដល់

ថ្ងៃទី១៩ ខែសីហា ឆ្នាំ២០១១ ក៏ត្រូវបានមន្ត្រី សង្ឃខេត្តសៀមរាប ពេជ្រ សន ចេញលិខិត បណ្តេញ និងហាមគ្រប់បណ្តាវត្តទូទៅក្នុងទឹកដី អង្គរ ខេត្តសៀមរាប មិនឱ្យគង់នៅទៀត ។ រហូត មកដល់បច្ចុប្បន្ននេះ ព្រះតេជគុណ លួន សុវ៉ាត នៅពុំទាន់មានអាមាមសម្រាប់គង់នៅអចិន្ត្រៃយ៍ ឡើយទេ ។

ការទទួលស្គាល់ថ្នាក់ខ្ពស់ និងអន្តរ ជាតិ

ភិក្ខុ លួន សុវ៉ាត ត្រូវបានអង្គការសង្គម ស៊ីវិលជាតិ និងអន្តរជាតិទទួលស្គាល់ជាផ្លូវការ ថា ជាអ្នកការពារសិទ្ធិមនុស្សដ៏ឆ្លើមមួយ ។ ដូច្នេះទើប ព្រះអង្គត្រូវបានអន្តរជាតិ និងសហប្រជាជាតិ

តែងតែនិមន្តទៅក្រៅប្រទេសជាញឹកញាប់ ដូចជា កាលពីថ្ងៃទី ៣ ខែ ធ្នូ ឆ្នាំ២០១០ ត្រូវបាននិមន្ត ទៅកាន់ប្តីវិញយកក្នុងឋានៈជាអ្នកការពារសិទ្ធិ មនុស្ស ដើម្បីធ្វើបាត់បង់ ក្នុងវេទិកាសិទ្ធិមនុស្ស ដើម្បីផ្លាស់ប្តូរ (Fucos Forchange) ។ នៅថ្ងៃទី ១២ ខែ កញ្ញា ឆ្នាំ២០១១ អង្គការឃ្លាំមើលសិទ្ធិ មនុស្សបានផ្តល់រង្វាន់ Hellman/ Hanmett ។ នៅថ្ងៃទី ២៣ កញ្ញា ឆ្នាំ២០១១ សហគមន៍ ខ្មែរនៃប្រទេសអូស្ត្រាលីបាននិមន្តចូលរួមក្នុងពិធី កាន់ភ្នំបិណ្ឌ និងកម្រិតនាមប្រពៃណី ។ លុះ មកដល់ថ្ងៃទី២ ខែតុលា ឆ្នាំ២០១២ បានទទួល រង្វាន់អ្នកការពារសិទ្ធិមនុស្សអន្តរជាតិ (Nartin Ennals Award for Human Rights Defenders) នៅទីក្រុងហ្សឺណែវប្រទេសស្វីស ។ និងចុងក្រោយ កាលពីថ្ងៃទី៥ ខែមេសា ឆ្នាំ២០១៣ កន្លងមកនេះ បានទទួលសញ្ញាប័ត្រលើកទឹកចិត្តពីសហគមន៍ ខ្មែរនៃទីក្រុងហ្សឺណែវដែលហ្វែររដ្ឋផែនស៊ីរ៉េវៀរ សហរដ្ឋអាមេរិក ។

# ក្រុមហ៊ុនកម្ពុជាសម្រាប់ការលើកកម្ពស់សេវាកម្មនៅកម្ពុជា

(ស៊ីវិល ខុម្មែន)

ប្រការខ្ចីពីភាគីណាមួយផ្សេងទៀត។ ទោះបីជាបែបនេះក៏ដោយ ក្រុមហ៊ុនបានបង្កើតនូវការផ្សេងទៀតនៅក្នុងប្រទេសកម្ពុជា។ ឧទាហរណ៍ក្នុងខែ មិថុនា ឆ្នាំ ២០០១ សុខ កែវ ភិយារបស់

ចាន់ សារុន បានខ្ចីពីធនាគារកម្ពុជាសម្រាប់ការលើកកម្ពស់សេវាកម្មនៅក្នុង Kingwood ដោយបញ្ចាំទីតាំងរោងចក្រ និងគ្រឿងម៉ាស៊ីន។ កិច្ចព្រមព្រៀងបញ្ចាំ ត្រូវបានចុះហត្ថលេខា មិនត្រឹមតែដោយ សុខ កែវ និងអ្នកតំណាងរបស់ធនាគារ កម្ពុជាសម្រាប់ការលើកកម្ពស់សេវាកម្មនៅក្នុង Kingwood ដោយប្រធានសមាគមមេធាវីកម្ពុជា លោក គី តិច ទៀតផង។ ប្រភពមួយ ជិតស្និទ្ធិនឹងក្រុមហ៊ុន Kingwood បញ្ជាក់ថា ធនាគារកម្ពុជាសម្រាប់ការលើកកម្ពស់សេវាកម្មនៅក្នុង Kingwood បានផ្តល់ កម្ចី ដល់ ក្រុមហ៊ុន សរុប ប្រមាណ US\$៣លាន។



រោងចក្របង្ការបង្កប់កម្រិត Kingwood មួយ ២១ គីឡូម៉ែត្រ ភាគខាងជើងក្រុងភ្នំពេញ

### ប្រអប់ ៣ : គី តិច

ប្រធានសមាគមមេធាវីកម្ពុជា គី តិច ត្រូវបានរៀបរាប់ ដោយប្រកាសលើកិច្ចព្រមព្រៀង ជាមួយក្រុមហ៊ុន ប៊ីន ភិយារបស់ ហ៊ុន សែន ហើយគាត់បានទំនាក់ទំនងយ៉ាងជិតស្និទ្ធជាមួយអ្នក ធ្វើអាជីវកម្មលើរបស់ប្រទេសកម្ពុជាដ៏មានអំណាចជាច្រើន។ ក្នុងដើមឆ្នាំ ២០០១ គាត់បានតំណាងឱ្យសម្បទានិកលើក្រុមហ៊ុន Everbright ក្នុងការចាត់វិធានការណ៍ច្រើនមិនបានដោយការយល់ ព្រមពីភាគី Global Witness ចំពោះការចូលរួមបំបែកហាមឃាត់ ដែលបានចោទប្រកាន់។ នៅពេលនោះ Global Witness គឺជា អ្នកត្រួតពិនិត្យប្រកាសរដ្ឋបាលការរំលោភបំពានប្រឆាំងនឹងប្រព័ន្ធស្រោច បទល្មើសព្រៃឈើ ហើយការចូលរួមបំបែកហាមឃាត់ដែលបានចោទ ប្រកាន់ គឺជាការធ្វើអនិច្ចកិច្ចការ ដែលរៀបចំឡើងដោយ

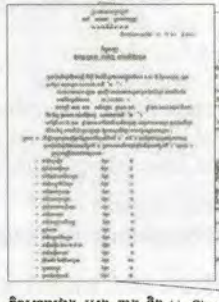
ទិស្តី ការគណនា រដ្ឋមន្ត្រីទៅលើរោងចក្របង្ការបង្កប់កម្រិត Everbright។ ក្នុងកិច្ចព្រមព្រៀងនេះ Global Witness បានលាតត្រដាងភស្តុតាងពីការស្តុកស្តុមសារព្រមព្រៀងដោយ ក្រុមហ៊ុន។ ដូចក្រុមហ៊ុន Kingwood ដែរ អ្នកចាត់វិធានការណ៍របស់ក្រុមហ៊ុន Everbright រួមមាន សេង តាង និង ហុន តុង។ ដូចបានរៀបរាប់ នៅកន្លែងផ្សេងទៀតក្នុងជំពូកនេះ គី តិច បានតំណាងឱ្យ សេង តាង ក្នុងការដោះស្រាយជាមួយនាយករបស់ក្រុមហ៊ុន Kingwood និង តុលាការកម្ពុជា។

គី តិច បានទាក់ទាញចំណាប់អារម្មណ៍ប្រព័ន្ធផ្សព្វផ្សាយនាពេល ថ្មីៗនេះ ចំពោះការរឹតតែដាច់ខាតរបស់គាត់លើសេវាអនុញ្ញាត ឱ្យមេធាវីបរទេសធ្វើការនៅការកាត់ទោសអតីតមេដឹកនាំខ្មែរ ក្រហម។ គាត់ត្រូវបានរាយការណ៍ថា បាននិយាយថា មេធាវី កម្ពុជា ដែលចូលរួមក្នុងការបណ្តុះបណ្តាលដែលរៀបចំឡើងដោយ សមាគមមេធាវីអន្តរជាតិក្នុងការកាត់ទោសអតីតមេដឹកនាំខ្មែរ ក្រហម គឺជាការបំពានច្បាប់ប្រទេសកម្ពុជា។ Global Witness បានសរសេរលិខិតមួយទៅកាន់ គី តិច ក្នុងខែ កុម្ភៈ ឆ្នាំ ២០០៧ ដើម្បីស្នាក់ថា តើសេវាកម្មអន្តរជាតិដែលបានរាយការណ៍ទាំងនេះ ជាការបង្ហាញត្រឹមត្រូវនូវអ្វី ដែលគាត់បាននិយាយមែនដែរ ឬទេ ហើយប្រសិនបើដូច្នោះ សូមឱ្យព្យាយាមលើកត្តាជ័យរបស់ពួកគេ។ គី តិច មិនបានឆ្លើយតបលិខិតនេះទៅឡើយទេ។ បុគ្គលិកសិទ្ធិមនុស្សបាន ចម្លងព្រឹត្តិការណ៍ព្រួយបារម្ភថា គី តិច នឹងធ្វើការតាមសេចក្តីណែនាំ ពីមន្ត្រីជាន់ខ្ពស់ប្រទេសកម្ពុជា ដែលចង់ឃើញលើការកាត់ទោស ជាប់គាំង ឬរំលាយទាំងអស់គ្នា។



អាគារប្រើប្រាស់ដោយបង្ការបង្កប់កម្រិតសម្រាប់ការលើកកម្ពស់សេវាកម្មនៅក្នុង Kingwood - រូបភាពសម្រេចឡើង ដើម្បីកាត់ទោសអតីតមេដឹកនាំខ្មែរក្រហម បែបទទួលបានសេចក្តីចំពោះការស្តាប់ប្រធាន ខ្មែរ ប្រមាណពីរលាននាក់ក្នុងរវាង ឆ្នាំ ១៩៧៥ និង ១៩៧៩។ ប្រធានខ្មែរ ជាច្រើនកំពុងស្នើសុំថា តុលាការនេះ នឹងចូលរួមចំណែកក្នុងដំណើរការលើកកម្ពស់សេវាកម្ម ប្រទេស។

នៅចុងឆ្នាំ ២០០១ បញ្ជីឈ្មោះអ្នកផ្តល់ធនាគារមិនទាន់ បានសរសេរក្រុមហ៊ុន Kingwood រួមមានមិនត្រឹមតែធនាគារប្តុំឈ្មោះ ទេ តែទើបទាំងអ្នកចាត់វិធានការរបស់ខ្លួនទៀតផង។ នៅថ្ងៃទី ៣ ខែ តុលា ឆ្នាំ ២០០១ នាយកប្រតិបត្តិក្រុមហ៊ុន Kingwood លោក Lia Chun Hua និង សេង តាង បានចុះហត្ថលេខាលើកិច្ចព្រមព្រៀងមួយ ដែលគ្រប់គ្រងលើការទិញលើមូលកាលពីមុន និងនាពេលអនាគត។ ហុន តុង បានចុះហត្ថលេខាអមលើឯកសារក្នុងឈ្មោះ ជាសាក្សី។ កិច្ចព្រមព្រៀងនេះបង្ហាញថា ក្រុមហ៊ុន Kingwood បានខ្ចី សេង តាង ជាង US\$១.៩ លាន ដែល Lia Chun Hua បានសន្យាសងបណ្តាក់ US\$១០០,០០០ ក្នុងរយៈពេលជាង ២០ ខែ។ Lia Chun Hua ក៏បានសន្យាបន្តទិញលើមូលពី សេង តាង និងដែរ ហើយបានប្រគល់ សិទ្ធិឱ្យគាត់គ្រប់គ្រងជាបណ្តោះអាសន្នលើគ្រឿងម៉ាស៊ីនអាជីវកម្ម ចំនួន ៩៤មុខ ក្នុងរោងចក្រក្រុមហ៊ុន Kingwood ជាការធានា។ ការគ្រប់គ្រងរបស់គាត់លើ គ្រឿងម៉ាស៊ីនទាំងនេះ និង ក្លាយជាអចិន្ត្រៃយ៍ក្នុងករណី ដែលមានការបំពានលើកិច្ច សន្យាសងប្រាក់នេះ។ គ្រឿង ម៉ាស៊ីនដែលបានផ្ទេរឱ្យ សេង- តាង គឺដូចគ្នានឹងបរិក្ខារដែល បានបញ្ជាំឱ្យធនាគារកម្ពុជា សាធារណៈ ដោយ សុខ កែវ។ មិនច្បាស់ថា តើធនាគារ ឬ សុខ កែវ បានដឹងពីកិច្ចព្រម- ព្រៀងរបស់ Lia Chun Hua ជាមួយ សេង តាង ដែរ ឬអត់នោះទេ។



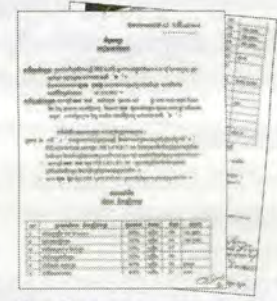
កិច្ចព្រមព្រៀង សេង តាង និង Lia Chun Hua ទាក់ទងនឹងការលើកកម្ពស់សេវាកម្មនៅ Kingwood ខែ តុលា ឆ្នាំ ២០០១

ចំនួនពីរបស់ក្រុមហ៊ុនក្នុង ខែ មិថុនា ឆ្នាំ ២០០២។ ពីនេះទៅ ប្រព័ន្ធសម្បទានលើកិច្ចព្រមព្រៀងទាក់ទងនឹងសេវាកម្មនៅក្នុងរោងចក្រ។

**២.៣ ការគ្រប់គ្រងដែលមានអំណាចខ្លាំង**  
សម្រាប់ គី តិច, សេង តាង និង ហុន តុង ក្រុមហ៊ុនសម្បទាន ដូចជាក្រុមហ៊ុន Kingwood បានផ្តល់ឱ្យនូវលក្ខណៈមានប្រយោជន៍ ស្ថិតនៅក្រោយម្ល៉ឹងដែលពួកគេអាចធ្វើការគ្រប់គ្រងលើការធ្វើអាជីវកម្ម កាប់ឈើមួយផ្នែកនៅក្នុងប្រទេសកម្ពុជា។ ទោះយ៉ាងណាក៏ដោយ ការបញ្ជប់មួយរយៈទៅឆ្នាំ ២០០២ ទៅលើការប្រមូលផល និងការ ដឹកជញ្ជូន បានផ្តល់ឱ្យនូវលក្ខណៈមានអំណាចខ្លាំង។

ប្រកបដោយជិតស្និទ្ធិនឹងប្រតិបត្តិការក្រុមហ៊ុន Kingwood បាន ជូនដំណឹងដល់ Global Witness ថា ក្នុងខែ សីហា ឆ្នាំ ២០០២ នាយកប្រតិបត្តិរបស់ក្រុមហ៊ុន Kingwood លោក Lia Chun Hua បានព្យាយាមកាត់បន្ថយការខាតបង់ ដែលមានការកើនឡើងរបស់ គាត់ និងទាក់ទងនឹងកម្ពុជាជាដាច់ខាត។ ដោយយោងតាម ប្រកាសនេះបានឱ្យដឹងថា គាត់ត្រូវបានទប់ស្កាត់ពីការធ្វើដូចនេះ ដោយ សេង តាង ដែលកូនចៅរបស់គាត់បានចាប់ផ្តើម Lia វិបស្តលិខិតឆ្លងដែនរបស់គាត់ និងដាក់គាត់ជាចំណាប់ខ្លាំង ក្នុងបរិវេណរោងចក្រ។ Global Witness បានស៊ើបអង្កេត ការបញ្ជាក់អះអាងទាំងនេះ ហើយបានប្រមូលព័ត៌មានពី ប្រកាសច្រើន ដែលបានបង្ហាញទៅលើការឱ្យមាន ការស៊ើបអង្កេតលើ គី តិច ដែលអាចទុកចិត្តបានទៅលើ ជោគវាសនារបស់ Lia និងការកាត់ទោសបច្ចុប្បន្នលើ ក្រុមហ៊ុន Kingwood។ ពីតំបន់នេះ ត្រូវបានសង្ខេបដូច ខាងក្រោមនេះ :

### i) ឯកសារពាក់ព័ន្ធការប្រគល់ឱ្យរបស់ Lia Chun Hua ចំពោះការគ្រប់គ្រងក្រុមហ៊ុន Kingwood



កិច្ចព្រមព្រៀង Lia Chun Hua ទទួលបាន បណ្តាញ US\$ ៣.៥ លាន ចំពោះ សេង តាង និង ហុន តុង ថ្ងៃទី ១២ ខែ សីហា ឆ្នាំ ២០០២

សេចក្តីសង្ខេបនៃកិច្ចព្រមព្រៀង

## ពេទ្យធ្មេញសំរាប់គ្រួសារ Caring Dental For ALL Ages

COMPLETE ផ្តល់គ្រប់សេវាកម្ម Services

- Cosmetic Dentistry
- Cosmetic Fillings
- Crowns & Bridges
- Dentures
- Extractions
- Implant Crowns
- Root Canal Therapy
- ត្រួតពិនិត្យទៀតទាត់ពេល
- សំអាតធ្មេញ
- ដំឡើងធ្មេញធ្មេញ
- ដកសរសៃធ្មេញ
- ស្រោប-តម្រឹម និងប៉ះធ្មេញ
- ធ្វើធ្មេញឱ្យស
- បំពេញធ្មេញប្រហោង
- ដកធ្មេញ

Convenient LOCATION  
Next to Bank of America on Chelmsford Street

Most Forms of Insurance & Payment ACCEPTED ទទួលគ្រប់ អ៊ិនស៊ុរ៉ង់  
MassHealth • Cigna • Aetna  
Amex • Discover • Visa • Mastercard

លើកមានអ្នកនិយាយភាសាខ្មែរ អង់គ្លេស ស្ប៉ានីស និងប្រើកាតាម សូមទូរស័ព្ទ 978-455-4039 បើឱ្យណាស់ដូចនោះ៖

724 Chelmsford Street • Lowell, MA • 978-455-4039  
www.BrightSmiles-Dental.com

**Bright Smiles Dental** 978 455-4039

NEW PATIENT SPECIAL \$59.99  
Includes: Cleaning, X-ray, Exam

**FREE** Teeth Whitening  
New patients get a complimentary teeth whitening kit with completed exam, cleaning & x-rays at regular price. Cannot be combined with any other offers. Expires 30/04/2012

**"EXCLUSIVE OFFER"**  
**\$55.00**  
Limited Time New Patient Special (Regular Discount \$55.99 a \$250 Value)  
Present coupon for discount. Includes exam, bleaching & x-ray & cleaning. Cannot be combined with other offers or insurance. Expires 30/04/2012

អ្នកឧបត្ថម្ភ

សុខភាព និងម្ហូបអាហារយើងបរិភោគ



ទឹកត្រីជូរអែមបន្ថយ ជាតិស្ករធូលី (មិនស្ករច្រើន)

ស្រ្តីរៀនសូត្រ

- ខ្ទឹមស ២ កំពិស
- ម្ទេសជើងចាប ២-៥ គ្រាប់
- ទឹកក្រូចឆ្មារ ១/២ ពែង (ក្រូចឆ្មារធំល្មម ៤ ផ្លែ)
- ទឹក ៤ ស្លាបព្រា (១/៤ កែវ)
- ឬ ២ ស្លាបព្រាបន្ថែម
- ស្ករ ១/៤ ស្លាបព្រា
- ទឹកត្រី ១/៤ ស្លាបព្រា

រៀបចំប្រមាណ ១៦ ស្លាបព្រា

បរិមាណបរិភោគ : ១ ស្លាបព្រា

បន្ទាប់ពីលាយរួចហើយ ។ ទឹកត្រីជូរអែមនេះអាច ញាំបានប្រហែលជាមួយពេលថ្ងៃ (៣) ថ្ងៃប៉ុណ្ណោះ ។

ការរៀបចំ :

ប្រើគ្រាប់និងអង្កាមខ្ទឹមស, ម្ទេស និងស្ករ ។ រួច ហើយចាក់ទឹកត្រី, ទឹកក្រូចឆ្មារ និងទឹកស្អុយ (បើសិន ប្រើទឹក) លាយឲ្យចូលជាតិគ្នា ។ ទុកក្នុងទូទឹកកក

កំណត់សំគាល់អាហារូបត្ថម្ភ

- បន្ថយជាតិស្ករធូលី (ប្រើទឹកត្រីតិច ដោយប្រើទឹក ក្រូចឆ្មារ និង/ឬទឹកស្អុយជំនួសវិញ)

ទឹកត្រីជូរអែមបន្ថយ ជាតិស្ករធូលី (មិនស្ករច្រើន)

ស្រ្តីរៀនសូត្រ

- ទឹកស្អុយ ១/៤ ពែង
- ទឹកខ្លះ ១ ពែង
- ស្ករ ១ ពែង
- ទឹកត្រី ១ ពែង
- ខ្ទឹមស ២ កំពិសចិត្រាញឲ្យល្អិត
- ម្ទេសជើងចាប ៤-៥ គ្រាប់ហាន់ល្អិត

រៀបចំប្រហែល ៤ ចាន ឬ កែវរង្វាល់

បរិភោគជាមួយ :

- មើមកាវ៉ុតល្មមដើម្បីត្រប់តែងលំអ
- សណ្តែកដីកិនល្អិត ដើម្បីបង្កើនសម្រស់ និងរសជាតិ

កំណត់សំគាល់អាហារូបត្ថម្ភ

- បន្ថយជាតិស្ករធូលី (ប្រើទឹកត្រីតិច ដោយប្រើទឹក ស្អុយជំនួស)

ការរៀបចំ :

លាយស្ករ, ទឹកខ្លះ និងទឹកស្អុយរួចហើយ ។ ដាក់រង្វាល់ ទាល់តែស្កររលាយ ។ ពេលស្កររលាយហើយ លើកវា ចេញតាម ហើយចាក់ទឹកត្រីចូល ។ ពេលទឹកត្រីជូរអែម

ត្រជាក់ហើយ ដាក់ខ្ទឹមស និងម្ទេសចូល ។ ចាក់ចូលក្នុង កែវដែលមានគ្រាប់បិទជិតហើយទុកក្នុងទូទឹកកក ។ ទឹកត្រីជូរអែមនេះអាចរក្សាទុកក្នុងទូទឹកកក ក្នុងរយៈ ពេល ២-៣ ខែបាន ។

Reduced Sodium Lime Sweet and Sour Fish Sauce

Ingredients/ Shopping list

- 2 cloves garlic
- 2-5 bird's eye chilies
- 1/2 cup of lime juice (about 4 medium limes)
- 4 tablespoons water (1/4 cup) OR 2 tablespoons extra lime juice (about 1 lime)
- 1/4 cup sugar
- 4 tablespoons fish sauce (1/4 cup)

Makes 16 tablespoons  
Serving size: 1 tablespoon

Nutrition Notes

- Reduced sodium (less fish sauce, replaced with lime juice and/or water)

Preparation

Smash the garlic, chilies, and sugar with a mortar and pestle. Mix in the fish sauce, lime juice and water (if using water). Refrigerate after mixing. This sauce is good for about 3 days.

Reduced Sodium Sweet and Sour Fish Sauce

Ingredients/ Shopping list

- 1 1/4 cups water
- 1 cup distilled vinegar
- 1 cup sugar
- 1 cup fish sauce
- 2 cloves garlic, finely sliced
- 4-5 bird's eye chilies, sliced open

Makes 68 tablespoons  
Serving size: 1 tablespoon

Serve with

- Grated or very thin sticks of carrot for garnish
- Ground peanuts for garnish and flavor

Nutrition Notes

- Reduced sodium (less fish sauce, replaced with water)

Preparation

Mix the sugar, vinegar, and water in a saucepan. Heat over medium high heat just until the mixture boils and the sugar dissolves. Immediately remove from heat and add the fish sauce. Cool the mixture, then add garlic and bird's eye chilies. Store in the refrigerator in a sealed container. Keeps for 2-3 months refrigerated.

ស៊ុបឆ្នាំងត្រីឆ្មារសម្បុរ

ស្រ្តីរៀនសូត្រ

- ផ្សិតក្រៀម ២ អោន
- ទឹកស្អុយ ១.៥ ពែង
- ស្ករ ១/២ ស្លាបព្រា
- ប្រេងកាណូលា ១/២ ស្លាបព្រា
- សាច់ចន្ទកជ្រូក ៨ អោន
- ប្រហិតសាច់ត្រី ៣.៥ អោន
- ប្រហិតសាច់ជ្រូក ៦ ដុំ
- ទឹកស្រូបមានជាតិស្ករធូលី ២ ពែង
- មីក្រូស ១/៤ ផោស
- បង្កាស្រស់ ១២ បង្កា
- ទឹក ៤-៦ ពែង
- ស្ពៃក្តោប ណាប៉ា ១/២ គុម្ព
- សាឡាត់ស ១ បាច់

រៀបចំសំរាប់មនុស្ស : ៦ នាក់  
បរិមាណបរិភោគ : ស៊ុប ២ ពែង,  
បាយអង្ករសរុប ១ ពែង

ការរៀបចំ :

ត្រាំផ្សិតក្រៀមក្នុងទឹកក្តៅពេញមួយយប់ ។ លាងផ្សិតឲ្យ បានស្អាត ហើយកាត់ដើមផ្សិតចេញ ។ ដាក់ផ្សិតស្ពៃ ។ ចាក់ស្ករ និងប្រេងកាណូលា ។ រំងាស់ផ្សិតប្រហែល ២៥ នាទី ទាល់តែទឹកស្ពៃរឹង ហើយកូរម្តងម្កាលផង ។

ខណៈផ្សិតកំពុងតែដាក់រំងាស់, ហាន់សាច់ជ្រូកស្អុយ និង ស្ពៃក្តោប ២ នាទី ដោយប្រើទឹកក្តៅពេញ ។ ខណៈដែលទឹក ឡើងពេញ, ដួសសាច់ចន្ទកជ្រូក ។ ហាន់ប្រហិតត្រីដាក់ ណាប៉ា បន្ទាប់មកហាន់បញ្ជីត្រី ប្រហែលប្រហែលមួយ ១/៤ អង្ករ ។ លាងប្រហិតសាច់ជ្រូកឲ្យស្អាត ។

នៅពេលសាច់ជ្រូកស្ពៃបាន ២០ នាទីហើយ ដាក់ប្រ ហិតត្រី, ផ្សិត, ប្រហិតសាច់ជ្រូក និងទឹកស្រូបមានជាតិស្ករ ។ រំងាស់ក្នុងរយៈពេល ២៥ នាទី, សូមកូរម្តងម្កាលផង ។

ខណៈទឹកស្រូបកំពុងតែពុះ, ហាន់ប្រហិតមីក ហើយទុក មួយកន្លែងសិន បន្ទាប់មកអង្ករត្រីមីកបញ្ជីត្រី ហើយ ហាន់វាត្រូវ ប្រហែលមួយម៉ោង ហើយដាក់វាជាមួយប្រេង របស់វា ។ មកប្រោសហើយវះយកសរសៃចេញ បន្ទាប់ មកដាក់វាជាមួយត្រីមីក ។

លាងស្ពៃក្តោប ណាប៉ា ឲ្យស្អាត ហើយហាន់វាបញ្ជីត្រី ។ លាងសាឡាត់សឲ្យស្អាត ហើយកាត់ត្រង់វាចេញ ។

បន្ទាប់ពីស៊ុបបានរំងាស់ ៤៥ នាទីហើយ, ដាក់ប្រោស និង ត្រីមីកចូល, ចំនី ៥ នាទីទៀត ហើយដាក់ស្ពៃក្តោប ណាប៉ា និងសាឡាត់សចូល ។ ចំនី ២-៣ នាទីទៀត ល្មមតែស្ពៃក្តោប ណាប៉ា និងសាឡាត់សទន់ល្មម, ប៉ុន្តែ កុំចំនីវាច្រើនពេក ។

បរិភោគជាមួយ: បាយអង្ករសរុប ៦ ពែង

កំណត់សំគាល់អាហារូបត្ថម្ភ

- បន្ថយជាតិស្ករធូលី (ប្រើទឹកស្រូបមានជាតិស្ករធូលី យ៉ាងតិច ប្រើប្រហិតសាច់ជ្រូកតិចជាងចំនួនប្រើ ធម្មតា កុំប្រើស្ពៃក្តោប អំបិល និងម្សៅស៊ុយ)
- បន្ថយកូឡេស្តេរ៉ូល (ប្រើត្រីមីក និងបង្កាតិច)
- បន្ថយជាតិខ្លាញ់ផ្អែម និងជាតិកូលេស្តេរ៉ូល (ប្រើ សាច់តិច ប្រើសាច់ចន្ទកជ្រូកសាច់ជ្រូកសំរាប់អាំង កុំប្រើស្ពៃក្តោប)
- បង្កើនជាតិសរសៃ និងបន្ថយជាតិកាបូអ៊ីដ្រាតធម្មតា (បរិភោគបាយអង្ករសរុប ជំនួសបាយអង្ករសរុប)
- គ្រឿងផ្សំនៅក្នុងម្ហូបនេះដាក់អំបិលគ្រប់គ្រាន់ ហើយ មិនត្រូវដាក់អំបិលបន្ថែមទៀតទេ ។

Seafood Hot Pot  
Ingredients/ Shopping list

- 2 ounces dried mushrooms (1/2 of 4 ounce package)
- 1 1/2 cups water
- 1/2 tablespoon sugar
- 1/2 tablespoon canola oil
- 8 ounces pork tenderloin, sliced thinly
- 3 1/2 ounces fish cake (1/2 package)
- 6 pork balls (1/2 of 13 ounce package)
- 2 cups reduced sodium chicken broth

- 1/4 pound small squid
- 12 large shrimp
- 4-6 cups water
- 1/2 head Napa cabbage, halved the long way (about 1 3/4 pounds)

Serves 6  
Serving size: 2 cups soup, 1 cup cooked brown rice

Preparation

Soak the mushrooms overnight in hot water. Rinse well and remove the stems. Cook in a medium pot with enough water to just cover the mushrooms, about 1 1/2 cups. Add the sugar and oil. Simmer over medium high heat, stirring occasionally, about 25 minutes, until the water is almost all evaporated.

While the mushrooms are cooking, slice the pork tenderloin. Boil 20 minutes, in 2 cups water. As the water foams, remove the foam with a slotted spoon.

Slice the fish cake in half, then in diagonal slices, about 1/4 inch wide. Rinse the pork balls.

When the pork tenderloin has boiled for 20 minutes, add the sliced fish cake, mushrooms, pork balls, chicken broth, and 4 to 6 cups water. Simmer for 45 minutes, stirring occasionally.

While the soup is boiling, slice off the tentacles of the squid and set aside, and then slice partly through the squid to make a diagonal pattern. Slice small 2 x 2 1/2 inch sections off and place with the wavy tentacles. Take the shells and veins off of the shrimp. Place the shrimp with the squid.

Wash the cabbage well and slice diagonally into 1/2 inch slices.

After the soup has simmered for 45 minutes, add the shrimp and squid. Cook for 5 minutes more, and add the sliced cabbage. Cook for 2-3 minutes more, to soften the cabbage, but don't overcook the cabbage.

Serve with

- 6 cups cooked brown rice

Nutrition Notes

- Reduced sodium (reduced sodium chicken broth, fewer pork balls, no pork skin, no added salt, no MSG)
- Reduced cholesterol (less squid and shrimp)
- Reduced saturated fat and cholesterol (less meat, pork tenderloin instead of pork roast, no pork skin)
- Increased fiber/reduced simple carbohydrate (brown rice instead of white rice)
- The ingredients in this dish add enough salt that no extra salt should be added.



# កង់រទេះដែលល្មមជាងគេ ទើបគេដាក់ខ្នាញ់តោឱ្យ!

# The Squeaky Wheel Gets the Grease!

## ទាំងអស់គ្នាហ៊ាននិយាយ ហ៊ានធ្វើ ទើបអាច ទទួលបានការដោះស្រាយបញ្ហាសហគមន៍

ដើម្បីអាចយើងទាមទារឱ្យសាលាក្រុងចាត់ វិធានការណ៍លើសំណើរបស់សហគមន៍ ចាំបាច់ យើងត្រូវយល់ដឹងជាមូលដ្ឋាននូវរចនាសម្ព័ន្ធចាត់ តាំងនយោបាយ និងការប្រព្រឹត្តទៅនៃរដ្ឋាភិបាល ក្រុងជាមុនសិន ។ រចនាសម្ព័ន្ធរដ្ឋាភិបាលក្រុង សហរដ្ឋអាមេរិកមានបីសណ្ឋានតាមការបែងចែក មុខងារទទួលខុសត្រូវរវាងចៅហ្វាយក្រុង (Mayor) ក្រុមប្រឹក្សាក្រុង(City Council ) និងអ្នកចាត់ការ ក្រុង(City Manager) ។ ការដឹកនាំតាមបែបទី មួយ គឺចៅហ្វាយក្រុង និងក្រុមប្រឹក្សាក្រុងបែង ចែកការងារគ្នាដឹកនាំរដ្ឋាភិបាលក្រុង ។ ក្រុម ប្រឹក្សាក្រុងជាអ្នកបង្កើតមូលនិធិនយោបាយ(Policy) រីឯចៅហ្វាយក្រុងជាអ្នកអនុវត្តកម្មវិធីនយោបាយ នោះ ។ រូបមន្តបែបនេះ តែងឃើញអនុវត្តនៅ តាមបណ្តាក្រុងធំៗដែលមានពលរដ្ឋរស់នៅលើស ពី២៥០,០០០ឡើង ដូចជាទីក្រុង New York ឬ ទីក្រុង Los Angeles ជាដើម ។ ចំណុចគួរឱ្យកត់ សម្គាល់ គឺថា ទាំងចៅហ្វាយក្រុង និងសមាជិក ក្រុមប្រឹក្សាក្រុងសុទ្ធតែជាមន្ត្រីនយោបាយដែល ពលរដ្ឋបោះឆ្នោតឱ្យ ។ ពេលគិរូបមន្តនេះ ពុំមាន ការបែងចែកឱ្យដាច់រវាងអំណាចបង្កើតច្បាប់ (Legislative Power) និងអំណាចអនុវត្តច្បាប់ (Executive Power) ឡើយ ។

ការដឹកនាំបែបទី២ គឺការបែងចែករវាង ក្រុមប្រឹក្សាក្រុង (City Council) និងអ្នកចាត់ការ ក្រុង (City Manager) ។ ក្រុមប្រឹក្សាក្រុងជាអ្នក បង្កើតកម្មវិធីនយោបាយ ហើយអ្នកចាត់ការ ក្រុងអនុវត្តកម្មវិធីនយោបាយនោះ ។ រូបមន្តនេះ មានឃើញអនុវត្តនៅតាមបណ្តាក្រុងដែលមាន ប្រជាពលរដ្ឋតិចជាង២៥០,០០០នាក់ ការដឹកនាំ បែបនេះមានការបែងចែកដាច់រវាងអំណាចបង្កើត ច្បាប់ និងអំណាចអនុវត្តច្បាប់ គឺក្រុមប្រឹក្សាក្រុង ជាអ្នកបង្កើតច្បាប់ ឬកម្មវិធីនយោបាយ រីឯអ្នក ចាត់ការក្រុងជាអ្នកអនុវត្តច្បាប់ ឬកម្មវិធីនយោ- បាយដែលអនុវត្តដោយក្រុមប្រឹក្សាក្រុង ។

ការដឹកនាំបែបទី៣ គឺការដឹកនាំដោយស្នង ការមួយក្រុម (Commission) ។ ស្នងការម្នាក់ៗ ត្រូវបានបោះឆ្នោតដោយប្រជាពលរដ្ឋរស់នៅក្នុង ទីក្រុងនោះ ។ ស្នងការម្នាក់ៗក៏ដើរតួនាទីជាប្រធាន ស្ថាប័នជំនាញនានារបស់ក្រុងដែរ ។ រូបមន្តបែប នេះ ពុំសូវឃើញអនុវត្តច្រើនទេបច្ចុប្បន្ននេះ ។

ឡូរីវេលជាទីក្រុងតូចបើគិតតាមចំនួនប្រជា ជនរស់នៅ ។ ការដឹកនាំរដ្ឋាភិបាលក្រុង គឺអនុវត្ត តាមរូបមន្តទី២ គឺការបង្កើតកម្មវិធីនយោបាយ ឬ ច្បាប់ជាកាតព្វកិច្ចរបស់អ្នកចាត់ការក្រុង ។

ក្រុមប្រឹក្សាក្រុងឡូរីវេលមានសមាជិក៥នាក់ ដែលបានទទួលការគាំទ្រពីប្រជាជនដោយការ

បោះឆ្នោតកន្លងទៅ ក្នុងនោះមានសមាជិកក្រុង ម្នាក់ជាខ្មែរអាមេរិកាំង គឺលោក នួន វ៉ាសនា ។ សមាជិកក្រុមប្រឹក្សាក្រុងទាំង៥នាក់នេះ បានបោះ ឆ្នោតជ្រើសរើសសមាជិកម្នាក់ធ្វើការចៅហ្វាយ ក្រុង ។ លោក Patrick O.Murphy ត្រូវបាន ទទួលការគាំទ្រជាបច្ចេកទេសពីសមាជិកក្រុមប្រឹក្សា ក្រុងគ្រប់គ្នាឱ្យធ្វើចៅហ្វាយក្រុងទទួលខុសត្រូវ ដោយផ្តល់ចំពោះម្ចាស់ឆ្នោត រីឯអ្នកចាត់ការ ក្រុងទទួលខុសត្រូវផ្តល់ចំពោះក្រុមប្រឹក្សាក្រុង និងចៅហ្វាយក្រុង ពីព្រោះក្រុមប្រឹក្សាក្រុងជា អ្នកជួលអ្នកចាត់ការក្រុងឱ្យមកបំរើការងារអនុវត្ត ច្បាប់ និងអនុវត្តកម្មវិធីនយោបាយរបស់សាលា ក្រុង ។

នៅក្នុងប្រព័ន្ធដឹកនាំតាមរូបមន្តក្រុមប្រឹក្សា ក្រុង-អ្នកចាត់ការក្រុង បើយើងចង់មានឥទ្ធិពល ទៅលើកម្មវិធីនយោបាយ ឬច្បាប់ដែលផ្តល់ផល ប្រយោជន៍ ឬដោះស្រាយបញ្ហាក្នុងសហគមន៍ យើងចាំបាច់សហការជិតស្និទ្ធជាមួយសមាជិក ក្រុមប្រឹក្សាក្រុង និងចៅហ្វាយក្រុង ។ យើងអាច ទាមទារឱ្យមន្ត្រីសាលាក្រុង ដូចជា អ្នកចាត់ការ ក្រុង ប្រធានអង្គភាពនានារបស់ក្រុង ក៏ដូចជា ប្រធានគំរោងអភិវឌ្ឍន៍នានា ឱ្យទទួលខុសត្រូវ ចំពោះការអនុវត្តកម្មវិធីនយោបាយមិនត្រឹមត្រូវ ឬការរំលោភអំណាច រំលោភសិទ្ធិពលរដ្ឋ ការ ប្រកាន់ជាតិសាសន៍គ្រប់រូបភាព ភាពអយុត្តិធម៌ សង្គមគ្រប់ប្រភេទ និងការបំពានក្រមសីលធម៌ វិជ្ជាជីវៈនៃអង្គភាពគ្រប់លំដាប់ថ្នាក់ជាដើម ។ ការទាមទារនេះអាចធ្វើបានដោយយើងទាមទារ សុំជួបជាមួយសមាជិកក្រុមប្រឹក្សាក្រុងដើម្បីជំរាប ជូនអំពីបញ្ហាណាមួយដែល ប្រឈមចំពោះ សហគមន៍យើង ។ យើងអាចផ្តល់ដំណឹងនូវការ បារម្ភនានាតាមរយៈគេហទំព័រ(Website) របស់ សាលាក្រុង ឬយើងអាចសរសេរលិខិតរៀបចំ ការបារម្ភរបស់សហគមន៍ជូនដល់សមាជិកក្រុម ប្រឹក្សាក្រុង ឬធ្វើព្យួតពិនិត្យវារ្យមួយជូនទៅចៅ ហ្វាយក្រុង ឬក្រុមប្រឹក្សាក្រុង ។ បើការទាមទារ មិនបានទទួលការឆ្លើយតប ឬព្យារបស់យើងមិន បានដោះស្រាយសមរម្យទេ យើងអាចធ្វើបាតុកម្ម នៅមុខសាលាក្រុង ដើម្បីទាមទារឱ្យសមត្ថកិច្ច ក្រុងដោះស្រាយបញ្ហាទាំងនោះតាមសំណូមពរ របស់យើងបាន ។

ជាទីបញ្ចប់ សូមរំលឹកនូវការអំពាវនាវ របស់ក្រុមប្រឹក្សាក្រុង លោក នួន វ៉ាសនា មួយ ឃ្លាថា "សហគមន៍យើងរឹងមាំបាន សុខត្រាតែ យើងរូបរម្មគ្នាជាមួយមួយ" ពាក្យទូន្មានខ្មែរមួយ ឃ្លាថា "ចង្អុលមួយបាច់គេកាច់មិនបាក់ បើយើង តែម្នាក់គេកាច់បាក់បាន"

ព័ត៌មានសំរាប់ទាក់ទងសមាជិកក្រុមប្រឹក្សា គឺតាមរយៈ [www.lowellma.gov/govt](http://www.lowellma.gov/govt)



កង់ សេងលី

In order to make our voice heard, our needs cared for, and our demands acted on by the City government, we need to understand some basic structure of the political organization of a city concerned. According to scholars in public administration, American cities are organized in three forms: a Mayor-Council form, Council-Manager, and a Commission form. A choice of any particular form depends traditionally on the population size of a city. A large city of 250,000 or more people generally adopts a Mayor-Council system such as New York City or Los Angeles. A city of smaller size could adopt either of the two remaining forms, Council-Manager or Commission.

Lowell is a small size city. The Lowell City government is evidently organized in the form of Council-Manager form; the city council makes policies, or adopts programs and appropriate money for the policies or programs. A city manager, on the other hand, carries out those policies or programs as the council intends.

The Lowell city council is made up of nine councilors who are elected every two years by the city residents. In the last election, Mr. Vesna Nuon, a Cambodian American, is elected councilor. The nine councilors elect in turn one of their colleagues to be a mayor, Mr. Patrick O. Murphy. Under the council-manager system councilors are directly

accountable to the voters while the city manager is accountable to the city council.

Under a council-manager system, if we want to gain agenda status of problems of strategic importance to our community or to influence policies or programs so that they benefit or address the needs of our community, we need to work closely with our city councilors as well as the Mayor. In addition, we need to hold city officials ranging from city manager to departments' heads to programs managers etc accountable for any mismanagement of the programs or policies, abuses of power, discrimination of any forms, social injustice of any kinds, and misconduct of public offices.

To press for accountability, transparency, and demand for remedy of a situation that affects or potentially affects our community, we can request individually as representative of a group or collectively to meet with councilors and make our voice heard on any issues of grave concern; we can post our concerns to the city councilors on the city website; we can write letters to the councilors; we can sign joint petitions; or we can organize public demonstrations in case that our problems are ignored or our concerns are not meaningfully addressed or our demands are not acted on effectively. Remember, "We are stronger together," reminded councilor Vesna Nuon!

Contact information for city councilors can be found at:

<http://www.lowellma.gov/govt>

### សុខភាពឬប្រសើរក្នុងដៃលោកអ្នក

បើលោកអ្នកមានជំងឺ ឈឺហើមជើង ដៃ ឬក្នុងក្រពះ ឈាមច្រើន ដកស្រម្ពកខ្លាំង មានស្បែកច្រើនក្នុងឈាម ឡើងទម្ងន់ជាតិ ឈាមក្រហមក្នុងក្រពះ លោកអ្នកត្រូវចាំថា មាន ឱសថស្ថិតិស្រដៀងគ្នាជាប្រភេទដ៏ អាចជួយឱ្យសះស្បើយបានយ៉ាងឆាប់រហ័ស ។ ឱសថថ្មីនេះ ជាប្រេងចម្រើនច្រើនប្រភេទគ្រាប់ស្រដៀងគ្នាមានការត្រួតពិនិត្យដោយវេជ្ជបណ្ឌិត ត្រឹមត្រូវ អាចប្រើដោយមិនប្រឆាំងនឹងថ្នាំពេទ្យ ដែលប្រើប្រាស់រាល់ថ្ងៃទេ ។

លោក វិចិត្រ ភូណីវ័រ ៦២ឆ្នាំ មុនប្រើ អេមស្កា គាត់ឈឺទឹក ឈាមច្រើន ឈាមច្រើន ឈាមច្រើន ឈាមច្រើន... ។ល។

**បន្ទាប់ពីបានប្រើ អេមស្កា**

លេប៥គ្រាប់ក្នុង១ថ្ងៃ-បីថ្ងៃក្រោយមក អង់ធិសន្ធាក់ដៃដើង -១ខែ ក្រោយអាចរត់ឡើងជណ្តើរបាន-បីខែក្រោយទៀតសរសៃឈាមខ្ពស់ថយ រួច-ឥឡូវនេះអាចរត់បាន១០គីឡូម៉ែត្រ-ធ្វើតេស្តឈាមមានភាព ប្រសើរឡើងវិញ ។

**ចង់ដឹងបន្ថែមសុខសុខស្រស់ស្អាត**

-ប្តីឡាខាងត្បូង ២១៥ ២៣៧ ៥៧០៥ សាមន៍ថា

-ប្តីឡាខាងជើង ២១៥ ៦៦៧ ៨៤៣១ រ៉ឹង

**តម្រូវការ ១ រឿងរ៉ាវ និងដើមកំណើតចូលឆ្នាំចិន**



ក្រុមលោកម៉ុងសាយកំពុងសម្តែងមុខហាម

បុណ្យទិវាបុរាណវិទ្យា ។ ព្រោះវាចំពោះពេលវេលាដែលផ្កាទាំងឡាយចាប់ផ្តើមផ្កា ហើយរីកស្តុះស្តាយ ។ មិនតែប៉ុណ្ណោះពិធីនេះ ក៏ជាពិធីពិសេសមួយដែលគេប្រារព្ធធ្វើឡើង ដើម្បីឱ្យគ្រួសារទាំងឡាយ និងមិត្តភក្តិទាំងអស់មកជួបជុំគ្នាមកក្តីសប្បាយ និងជាការនិយាយពាក្យរួមគ្នាថា លាហើយឆ្នាំចាស់ស្វាគមន៍ឆ្នាំថ្មី ។ ពិធីបុណ្យចូលឆ្នាំថ្មីរបស់ចិនក្នុងឆ្នាំម្សាញ់ឆ្នាំ២០១៣នេះ ប្រព្រឹត្តទៅក្នុងថ្ងៃទី ១០ ដល់ ១២ ខែកុម្ភៈ ។

តាមធម្មតាបើតាមប្រពៃណីដើមមកពិធីបុណ្យចូលឆ្នាំថ្មីនេះគេប្រារព្ធធ្វើឡើងចំនួន៤សប្តាហ៍ ប៉ុន្តែមកដល់បច្ចុប្បន្ននេះពិធីនេះត្រូវបានគេធ្វើឡើងតែពី៣-៥ថ្ងៃប៉ុណ្ណោះ ។

ចំពោះរឿងរ៉ាវទាក់ទងនឹងដើមកំណើតនៃការប្រារព្ធពិធីបុណ្យចូលឆ្នាំថ្មីនេះ មានមនុស្សតិចតួចណាស់ដែលនៅដឹងរឿងរ៉ាវ ហើយចេះវិធីគន់គួររកប្រតិទិនសម្រាប់ថ្ងៃបុណ្យចូលឆ្នាំថ្មីនេះតាមលក្ខណៈបែបបុរាណតាមច្បាប់ចម្លងចិននាជុំវិញផែនដី ។ ព្រោះថ្ងៃប្រារព្ធពិធីចូលឆ្នាំថ្មីនេះមិនដូចគ្នានោះទេ ។

ទាក់ទងទៅនឹងពិធីបុណ្យចូលឆ្នាំចិននេះយើងជួបសម្ភាសន៍ជាមួយ លោក ហុក ប៊ូ នាយកអនុវិទ្យាល័យហ៊ុនសែន ហេងតុង ក្រុងតាខ្មៅដែលមានសំនួរចម្លើយដូចខាងក្រោម ៖

**សំនួរ:** ដើម្បីឱ្យប្រិយមិត្តអ្នកអាចយល់កាន់តែច្បាស់ ខ្ញុំសូមអនុញ្ញាតលោកត្រូវជួយបកស្រាយបន្តិចថា តើបច្ចុប្បន្ននេះវត្តមានជនជាតិចិនចំនួនប៉ុន្មាននាក់នៅលើទឹកដីខ្មែរ? ហើយថា តើមានប៉ុន្មានអំបូរដែរ?

- បាទជំរាបសួរ! មុននឹងឆ្លើយសំនួរនេះខ្ញុំសូមបញ្ជាក់ថា ជនជាតិចិនមានវត្តមាននៅលើទឹកដីខ្មែរតាំងពីសម័យសង្គមរាស្ត្រនិយមមកម៉្លោះហើយនៅក្នុងសម័យបុរាណ ជនជាតិចិនមួយចំនួនត្រូវបានគេសម្លាប់ដូចជនជាតិខ្មែរដែរ ។ ដូច្នេះហើយទើបជនជាតិចិនខ្លះបានរក្សាសិរីសោភ័ណទៅរស់

នៅប្រទេសផ្សេងអស់មួយចំនួនទៅហើយ ។ បច្ចុប្បន្នជនជាតិចិននៅកម្ពុជានេះមានចំនួនប្រហែល៤០ ម៉ឺននាក់ប៉ុណ្ណោះ ។ ជនជាតិចិនទាំងនោះគេមានអំបូរសរុបទាំងអស់ចំនួន៥៦ប្រភេទដែលជាជនជាតិភាគតិចរស់នៅលើទឹកដីចិនសព្វថ្ងៃ ។ ប៉ុន្តែសម្រាប់នៅលើទឹកដីខ្មែរមានអំបូរតែប៉ុណ្ណោះ ក្នុងនោះមានចិន តាជៀវ និងចិន កុកដី ហើយភាសាដែលប្រើផ្លូវការ គឺចិន កុកដីទោះបីចិនតែវាទំនាក់ទំនងប្រើភាសាចិនកុកដីដែរ ។

**• តើនៅក្នុងពិធីបុណ្យចូលឆ្នាំថ្មីប្រពៃណីចិនជនជាតិចិនដែលមានអំបូរផ្សេងៗគ្នានោះ គេប្រារព្ធពិធីដូចគ្នាឬខុសគ្នា ?**

- ជនជាតិចិនទោះបីជាមានអំបូរផ្សេងគ្នា ក៏ពិតមែន ក៏ប៉ុន្តែសម្រាប់ការប្រារព្ធពិធីបុណ្យចូលឆ្នាំថ្មីនេះគេធ្វើឡើងដូចគ្នា ពោលគឺមានពិធីតម្កល់មីនឱ្យដើរ ហើយផ្ទះខ្លះដែលគេមានធុរការតែងហៅក្រុមម៉ុងសាយទៅលោតមុខផ្ទះគេជារឿងធម្មតា ។ លើកលែងតែពិធីសែនផ្លូវប៉ុណ្ណោះនៅមានការខុសប្លែកគ្នា ។ ប៉ុន្តែខុសប្លែកគ្នាបន្តិចបន្តួចប៉ុណ្ណោះ ។

**• ឆ្នាំនេះជាឆ្នាំម្សាញ់តំណាងដោយសត្វពស់ ហើយឆ្នាំមុនជាឆ្នាំរោងតំណាងដោយសត្វរាជ តើពិធីចូលឆ្នាំខុសគ្នាដែរ ឬយ៉ាងណា ?**

- មិនខុសពីជំនឿចូលឆ្នាំថ្មីប្រពៃណីជនជាតិខ្មែរទេ សត្វពស់តំណាងឱ្យឆ្នាំម្សាញ់ចំណែកឆ្នាំរោងតំណាងដោយសត្វនាគ ។ សត្វនាគមាននៅក្នុងឆ្នាំរោងក្នុងចំណោមឆ្នាំទាំង១២ ប៉ុន្តែសត្វនាគត្រូវបានគេចាត់ទុកថា ជាសត្វដែលមានអំណាចលើសសត្វដទៃ ហើយសត្វនាគជាសត្វដែលគេជឿថា

អាចមានប្តូរការពារប្រទេសជួយនាំទឹកគ្រប់គ្រាន់សម្រាប់ប្រជាជនធ្វើស្រែចំការប្រកបរបរកសិកម្ម ។

**• ពិធីបុណ្យចូលឆ្នាំខ្មែរគេតែងប្រារព្ធធ្វើនៅខែមេសា ប៉ុន្តែពិធីបុណ្យចូលឆ្នាំចិនវិញ ហេតុអ្វីខ្លះធ្វើនៅខែមករា ហើយខ្លះធ្វើនៅខែកុម្ភៈទៅវិញ ?**

- មិនមានអ្វីខុសប្លែកទេ ពិធីបុណ្យចូលឆ្នាំខ្មែរគេតែងធ្វើនៅថ្ងៃ១កើតខែផល្គុន ហើយយ៉ាងណាមិញពិធីបុណ្យចូលឆ្នាំចិនក៏ធ្វើឡើងដូចគ្នាដែរ គឺនៅថ្ងៃមួយកើតដើមខែមួយដែលគេហៅថា ខែជាបូចនោះ ។ ប៉ុន្តែបានជាឆ្នាំ ខ្លះចំខែមករា ឆ្នាំខ្លះចំខែកុម្ភៈដោយសារតែខែនោះវារីកិលខុសគ្នា

អ្នកឱ្យករាតត្បាតធ្វើបាបអ្នកស្រុកលូចស៊ីស្រូវរបស់អ្នកស្រុក ។ នៅពេលនោះគេបានយកក្រណាត់ក្រហមដុតភ្លើងឱ្យឆេះឡើង ព្រមទាំងទូងស្តុរដើម្បីបង្កើលសត្វនោះ ហើយដោយជំនឿជឿថា សត្វចង្រៃប្រភេទម្យ៉ាងនោះ ខ្លាចពណ៌ក្រហមខ្លាចសំឡេងបង្កើលក៏គេនាំគ្នាអុចផាវនាំគ្នាបិទក្រដាសតាមផ្ទះធ្វើអាំងបារីពណ៌ក្រហមនេះឡើងដោយយល់ថា អាចបណ្តេញគ្រោះចង្រៃចេញពីផ្ទះ ហើយនាំសុខសប្បាយឱ្យឆ្នាំថ្មីរកស៊ីមានបាន ។ ការឱ្យអាំងបារីក្រហមទៅក្មេងៗ គឺដើម្បីឱ្យក្មេងឆ្លាតក្មេងឆាប់ធំឆាត់រៀនបានលឿនតែប៉ុណ្ណោះ ។

**• តើប្រពៃណីលោតម៉ុងសាយនៅពេលបុណ្យចូលឆ្នាំនោះតំណាងឱ្យអ្វីដែរ?**



គ្រឿងល្អបំបែកចូលឆ្នាំចិន



ស្រោមអាំងបារីរាក់រាក់ក្នុងហាម



គ្រឿងអាំងបារីតូសាច់ញាតិ



មុតគោមក្នុងបុណ្យចូលឆ្នាំថ្មី

- ម៉ុងសាយតំណាងឱ្យបុរាណវិទ្យា ។ សត្វតោត្រូវបានគេចាត់ទុកថា ជាស្តេចសត្វមានប្តូរអំណាចខ្លាំងក្លាលើសសត្វដទៃ ដូច្នេះហើយនៅពេលបុណ្យចូលឆ្នាំជនជាតិចិន ពិសេសអ្នកមានធុរការអាជីវករនិងនៅតាមក្រុមហ៊ុនមួយចំនួន គេតែងហៅម៉ុងសាយទៅលោតនៅផ្ទះបណ្តេញគ្រោះចង្រៃចេញពីផ្ទះនាំលាភចូលផ្ទះកូនចៅសម្បូរសប្បាយរកស៊ីមានបាននៅក្នុងឆ្នាំថ្មីខាងមុខនេះ ។

**• ប្រពៃណីជនជាតិចិន គេតែងអុចផាវ ដើម្បីបង្កើលបណ្តេញសត្វចង្រៃ ចុះបើចូលឆ្នាំចិននៅប្រទេសកម្ពុជាអាចធ្វើហាមមិនឱ្យដុតផាវ តើលោកយល់យ៉ាងណា ?**

- ខ្ញុំគាំទ្រចំពោះការហាមដុតផាវ ព្រោះថា ការដុតផាវក៏អាចបង្កឱ្យមានអំពើអសន្តិសុខក្នុងសង្គម ជាពិសេសជន

ទៅតាមថ្ងៃបន្តិចបន្តួចប៉ុណ្ណោះ ។

**• ពេលចូលឆ្នាំចិន ហេតុអ្វីផ្ទះនិមួយៗតែងតែអប្សរភាពផ្សេងៗសុទ្ធតែពណ៌ក្រហមឱ្យអាំងបារីក៏ពណ៌ក្រហមដុតគោមប័ក្សិមុខផ្ទះក៏ពណ៌ក្រហម ចុះហេតុអ្វីបានជាចិនចូលចិត្តពណ៌ក្រហមម៉្លោះ ?**

- នេះមិនមែនជនជាតិចិនចូលចិត្តពណ៌ក្រហមទេ ។ តាមជំនឿរបស់ជនជាតិចិន កាលដើមឡើយមានសត្វប្រភេទម្យ៉ាងដែលគេចំណាំហៅថា សត្វនីដល់ដូរច្រូតកាត់សត្វនោះតែងមក

ខិតខូចមួយចំនួនលូចបន្លំធ្វើសកម្មភាពផ្សេងៗបាននៅពេលអុចផាវនេះផងដែរ ។ សម្រាប់ជនជាតិវៀតណាម ទោះបីប្រទេសគេទាំងមូលប្រារព្ធពិធីបុណ្យចូលឆ្នាំ ក៏គេហាមឃាត់មិនឱ្យដុតផាវដែរ ព្រោះថាអំពើអសន្តិសុខកើតឡើងភាគច្រើននៅពេលចូលឆ្នាំដោយសារការអុចផាវនេះតែម្តង ។ ពិធីបុណ្យចូលឆ្នាំចិនធ្វើឡើងស្របគ្នាជាមួយបុណ្យចូលឆ្នាំវៀតណាមបុណ្យចូលឆ្នាំជប៉ុនកូរ៉េផងដែរ ។



**ហាងមាសរស្មី**  
**SUNSHINE JEWELRY, INC.**  
 215-271-2950



Certified Diamonds & Golds (24K & 18K)  
 Men & Women Jewels & Watches  
 Custom Design & Repairs on Premise  
 15 Years in Services & Growing Strong



702 Washington Ave. Phila., PA 19147  
[www.sunshinejewelryonline.com](http://www.sunshinejewelryonline.com)

**Phở Hà**  
**Saigon**

7 days A Week  
 9am-9pm

*Vietnamese Restaurant*



ជាហាងដែលធ្វើ ហើ គ្នាញ់ជាងគេនៅហ្វីឡា-  
 ដែលហ្វេរីចុងភោដែលពូកែធ្វើ ហើ និងម្ហូបផ្សេងៗ  
 ឯទៀត ត្រូវមាត់ភ្ញៀវគ្រប់ៗរូប ឥឡូវនេះមកធ្វើ  
 ម្ហូបនៅហាង **Phở Hà Saigon**  
 យើងខ្ញុំ ហើយធានាថា ម្ហូបអាហារហាង  
 និងបម្រើណាមកអ្នកបានយ៉ាងពេញចិត្តគ្រប់ពេលវេលា

320 W. Oregon Avenue, Suite 1. Philadelphia, PA 19147  
 Tel: (215) 389-1002 (Inside Oregon Market)

**Mekong**  
**River**

**VIETNAMESE RESTAURANT**

**1120-1124S Front St.,**  
**Philadelphia, PA 19147**

(Near Washington Ave. - មានកន្លែងចតឡានត្រីមត្រូវ)

215-467-6100



**GRAND OPENING**  
**25-5-2012**

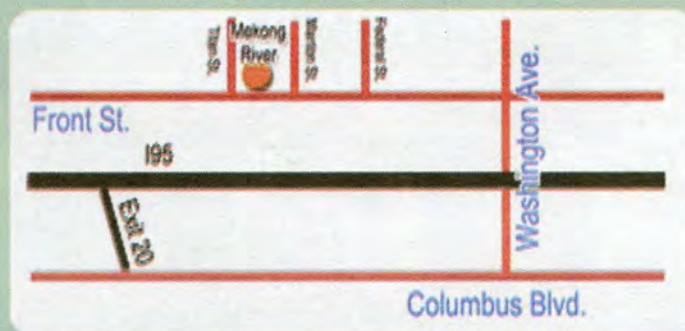
**មានម្ហូបប្រេតណាមគ្រប់មុខ**

ហើ មី តុយតាវ នំបញ្ចុក ធុញ់ហាយ

ធាយ ម្ហូបបុស ម្ហូបឆា ម្ហូប សម្រាប់ឆេតូលជាលក្ខណៈគ្រួសារ

ឆេតូលពីជីដប់ល្បែងជាលក្ខណៈគ្រួសារ ឬជួបជុំមិត្តភក្តិ

**B**  
**Y**  
**O**  
**B**



**មានភោជនីយដ្ឋានទើបបើកនៅក្នុងសហគន្លឹះយើង**

# តមកនំព័ន្ធ ១០ រឿងរ៉ាវ និងដើមកំណើតចូលឆ្នាំចិន

## • រឿងរ៉ាវទាក់ទងទៅនឹង ប្រវត្តិចូលឆ្នាំចិន :

តាមដំណើររឿងព្រេងដែលបានចារទុកជា ប្រវត្តិ និងជារឿងរ៉ាវដើមកំណើតនៃការប្រារព្ធ ពិធីបុណ្យចូលឆ្នាំមានការពន្យល់ និងយល់ឃើញ ផ្សេងៗគ្នា ។ បើតាមការកត់ត្រានៅក្នុងសៀវភៅ រឿងព្រេងមួយបានប្រាប់ថា កាលពីមុនគេ ហៅពិធីនេះថា Nian ដែលមានន័យឆ្នាំចិន គឺពី ដើមឡើយមានសត្វចម្លែកមួយរស់នៅក្នុងរូងភ្នំ ពេលវាចេញមកម្តងៗ គឺវាតែងតែបញ្ឆោតនូវ សំឡេងស្រែកក្រហាយយ៉ាងខ្លាំងដែលគួរឱ្យភ័យ ខ្លាច ហើយមានពន្លឺភ្លឺពណ៌ក្រហមឆ្អិនឆ្អោរ ដូចជាដុំភ្លើង ។ ឱ្យតែយប់មុនចូលឆ្នាំថ្មីមួយថ្ងៃសត្វ ចម្លែកនេះតែងតែចេញមកសម្លាប់មនុស្ស និងសត្វ ពាហនៈនានា ។ ដូច្នេះហើយឱ្យតែចុងឆ្នាំចាស់ប្រ- ជាជនក្នុងភូមិតែងតែប្រារព្ធពិធីប្លែងស្លូតស្លូត លុប ។ ហើយនៅក្នុងការប្លែងស្លូតនោះសត្វចម្លែកនោះ ក៏លេចមុខចេញមកដូចរាល់តែឆ្នាំ ។ ទើបនៅពេល នោះមានបុរសចំណាស់ម្នាក់ដែលជាអ្នកភូមិនោះ ដែរ មានសេចក្តីក្លាហានបានស្ម័គ្រចិត្តឱ្យសត្វចម្លែក នោះស៊ីគាត់ជំនួសការចាប់មនុស្សនៅក្នុងភូមិស៊ី ជាអាហារតែត្រូវមានលក្ខខណ្ឌហើយគាត់បាន ប្រាប់ដល់សត្វចម្លែកនោះថា អ្នកឯងគួរតែស៊ី មនុស្ស ឬសត្វណាដែលភ័យខ្លាចចំពោះអ្នកឯង បានហើយ តែបើគេក្លាហានមិនគួរស៊ីទេ ព្រោះតែ អ្នកឯងគ្មានអ្វីគួរឱ្យខ្លាចសម្រាប់គេ ។ សត្វចម្លែក មួយនោះក៏យល់ព្រមតាមសំណូមពររបស់គាត់ ហើយប្រជាជនពេញមួយភូមិក៏នាំគ្នាស្រែកឡើង ធ្វើឱ្យលាន់ពេញតែក្នុងព្រៃ ។ ឃើញដូច្នេះសត្វ ចម្លែកនោះ ក៏រត់ទៅក្នុងព្រៃ ហើយបុរសម្នាក់ នោះក៏រត់ទៅតាមក្រោយសត្វចម្លែកនោះ ។ មិន យូរប៉ុន្មានបុរសនោះក៏ត្រឡប់មកវិញ ទើបអ្នក ភូមិចាត់ទុកគាត់ ដូចជាព្រះដែលមានជីវិតអមតៈ ហ៊ានតទល់នឹងសត្វចម្លែកនេះ ។ ប្រជាជនក្នុងភូមិ

ទាំងមូលមានចិត្តសប្បាយរីករាយណាស់ ដែល មានជីវិតរួចផុតពីទុក្ខទាំងឡាយ ។ ពួកគេនៅចាំ បានថា មុនពេលដែលបុរសម្នាក់នោះចេញមុខតទល់ និងតាមសត្វចម្លែកគាត់បានផ្តាំប្រជាជនក្នុងភូមិ ថា ឱ្យតុបតែងគ្រឿងផ្សេងៗដែលមានក្រដាស ពណ៌ក្រហមនៅតាមបង្អួចទ្វារផ្ទះ និងរបងជា រឿងរាល់ឆ្នាំថ្មី ពីព្រោះសត្វលោកទាំងឡាយ តែងតែខ្លាចពណ៌ក្រហម ។ ហើយគេតែងតែដុត ដាវដើម្បីបន្លាចសត្វចម្លែកនានា ។ នេះគឺជាគំនិត មួយដែលគេគិតថា ជាចំណុចដើមនៃការប្រារព្ធ ពិធីបុណ្យចូលឆ្នាំថ្មី ។ ប្រវត្តិចូលឆ្នាំចិននេះនៅមាន រឿងរ៉ាវនិទានផ្សេងៗទៀត ។ មានប្រជាជន ភាគច្រើនណាស់ដែលគេប្រារព្ធពិធីនេះតៗគ្នា ដោយមិនដឹងពីមូលហេតុ និងដើមកំណើតឡើយ ។ ចំពោះការចូលឆ្នាំចិន គឺជាថ្ងៃមួយនៃខែ

ហើយដាក់ក្រដាសថ្មី ឬអ្វីថ្មីដែលសរសេរពាក្យ ស្អាតមន៍ឆ្នាំថ្មី ហើយអ្វីដែលជារឿងរ៉ាវមិនល្អឆ្នាំ ចាស់ត្រូវជម្រុះចោល ហើយរីករាយស្អាតមន៍ឆ្នាំ ថ្មី ដើម្បីឱ្យកន្លែងធ្វើការ និងផ្ទះសំបែងកាន់តែ ស្អាតបាត់សំណាងល្អ និងសិរីសួស្តីក៏ចូលមកដែរ ។  
 -ដាក់កន្ត្រៃ និងកំបិតឱ្យឆ្ងាយ ព្រោះវាជា មូលហេតុដែលនាំឱ្យកាត់អីដែលជាលាភថ្មីដែល នឹងចូលមក ។  
 -តុបតែងផ្ទះ និងផ្កាដែលស្រស់ស្អាត និង ដើមឈើតូចៗ ដែលសម្រាប់ទទួលពិធីបុណ្យចូល ឆ្នាំថ្មី ។ ដើមឈើ និងផ្កាស្រស់ស្អាតជាចំណុចពិសេស នាំមកនូវសំណាងល្អ ។  
 -ព្យួរនៅភាពពិសេសៗ ដែលគេហៅថា Nian Hua មានន័យនាំមកនូវការនិយាយពាក្យ ថា "សំណាងល្អ" ។  
 -ព្យួរក្រដាសនៅលើជញ្ជាំងដែលមាននិមិត្ត សញ្ញាជាសុភាសិតដែលសរសេរពីពាក្យសំណាង

សំណាងល្អ ។  
 -តាមលក្ខណៈប្រពៃណីទំនៀមទម្លាប់គឺគេ ទាមទារ ព្រះមាន ពីព្រោះវាជាចំណុចសំខាន់មួយ នៃពិធីបុណ្យចូលឆ្នាំចិន ។ វាគឺជាជំនឿចាស់ដែល ព្រះមានគឺជាវិញ្ញាណដែលរស់នៅក្នុងផ្ទះ ។ មុខងារ របស់ព្រះមាន គឺជាអ្នកនាំសារទៅឱ្យ Jade Emperor (ស្តេចនៃព្រះអាទិទេពទាំងឡាយ) ថាតើគ្រួសារទាំងឡាយធ្វើអ្វីខុសនៅក្នុងឆ្នាំចាស់ ហើយស្តេចមាននឹងចាកចេញទៅវាយការណ៍ នៅថ្ងៃទី២៣ នៃខែចុងក្រោយនៃឆ្នាំនីមួយៗ ។ ហើយនោយបង្អស់ព្រះមានចាកចេញនោះ គ្រួសារ នីមួយៗនឹងធ្វើអាហារពិសេសសម្រាប់ព្រះមាន គេនឹងសរសេរធម៌ និងរូបមាននៅក្នុងក្រដាស ក្រហមរួចដាក់ចូលទៅក្នុងមាន់របស់គេ ។ ហើយ នៅក្នុងគ្រួសារនីមួយៗពេលនោះគេនិយាយតែ រឿងល្អៗអំពីសត្វមាន់តែប៉ុណ្ណោះ ។ ហើយព្រះមាន និងត្រឡប់មកវិញ គឺនៅថ្ងៃទីមួយនៃបុណ្យចូល



ក្រុមលោតម៉ុងសាយនាំគ្នាសប្បាយ រីករាយក្នុងពិធីបុណ្យចូលឆ្នាំចិន

ទីមួយនៃប្រតិទិនរបស់ចិន ។ ហើយឆ្នាំនីមួយៗ គឺវាមានការធ្លាក់ថ្ងៃ ដែលភាគច្រើនវានៅចន្លោះ ពីថ្ងៃទី២១ ខែមករា ដល់ថ្ងៃទី១៩ កុម្ភៈ និង ឈ្មោះឆ្នាំគឺមាន១២ឆ្នាំ ដែលមានប្រភេទសត្វ ខុសៗគ្នានៃឆ្នាំនីមួយៗដូចជាខ្មែរយើងដែរ ។  
 • កិច្ចការដែលត្រូវរៀបចំមុនឆ្នាំថ្មី ចូលមក ដល់ :  
 -ត្រូវរៀបចំបោសសម្អាតកន្លែងធ្វើការ និង ផ្ទះសំបែងឱ្យស្អាតមុនពេលចូលឆ្នាំថ្មីមួយអាទិត្យ ។

ល្អ ។ ហើយសុភាសិតទាំងនោះត្រូវព្យួរជាក្បួន ហើយ ជាក្រដាសពណ៌ក្រហមដែលក្រដាសទាំងនោះ តំណាងឱ្យសុភមង្គលសុខភាពអាយុវែងដល់គូស្វាមី និងគ្រួសារទាំងមូល ។  
 -ដាក់ដើមក្រូចនៅកណ្តាលតុ ជានិមិត្តរូប នាំមកនូវសំណាងល្អ ព្រោះក្រូចត្រូវគេចាត់ទុក ថា មានទ្រង់ទ្រាយដូចជាពិរាមិត ដែលតំណាង ឱ្យភាពអមតៈ និងកិត្តិយសល្បីល្បាញ រួមជាមួយ ផ្លែប៉ោមក្រហមជាច្រើនដែលជានិមិត្តសញ្ញានៃ

ឆ្នាំថ្មី ។  
 -ទិញសម្លៀកបំពាក់ថ្មីសម្រាប់បុណ្យចូល ឆ្នាំថ្មី ។  
 -កាត់សក់នៅក្នុងអំឡុងពេលចូលឆ្នាំ ព្រោះ មានជំនឿថា នាំមកនូវសំណាងល្អសម្រាប់១២ខែ ។  
 -ព្យួររបស់ ឬបិទក្រដាសក្រហមគ្រប់ កន្លែង ព្រោះវានាំមកនូវសំណាងល្អ ។  
 -ត្រូវចាត់ការឱ្យរួចរាល់នូវបំណុលទាំងឡាយ ដែលជំពាក់គេ ។



## ហ្គ ឌួង ពេទ្យធ្មេញសម្រាប់គ្រួសារ

466 Merrimack Street. Lowell, MA 01854  
( Near City Hall ) / 978-441-1005

### HOA DUONG, D.M.D., P.C. GENERAL DENTISTRY

គ្រូពេទ្យជំនាញនិងមានបទពិសោធន៍  
ច្រើនឆ្នាំក្នុងការពិនិត្យ  
ថែរក្សា និងព្យាបាលជម្ងឺធ្មេញទូទៅ

## 978-441-1005

យើងទទួលយកគ្រប់ក្រុមហ៊ុនធានារ៉ាប់រង  
សុខភាព និងការធានារ៉ាប់រងសុខភាពមនុស្សចាស់  
យើងបើកទ្វារចូលភ្លៀង ដៃថ្ងៃ ក្នុងមួយសប្តាហ៍  
បិទទ្វារ : ថ្ងៃព្រហស្បតិ៍ និងថ្ងៃ អាទិត្យ  
ចូលរួមឱ្យបានរហ័ស (978) 441-1005  
ម៉ោងធ្វើការពីម៉ោង 10 ព្រឹក ដល់ 6 ល្ងាច  
ថ្ងៃសៅរ៍ ពីម៉ោង 10 ព្រឹក ដល់ 4 ល្ងាច  
យើងមានបុគ្គលិកនិយាយភាសាខ្មែរ





Open: Monday, Tuesday, Wednesday, and Friday  
from 10 a.m. – 6 p.m.  
Saturday, from 10 a.m. – 4 p.m.  
Closed: Thursday & Sunday  
We accept all dental insurance & Medicaid

**តមកនំទំនើ ១ អត្ថន័យមេរុ និងជំនឿថ្វាយព្រះភ្លើង...**

●●● "បន្ទាប់ពីបានតម្កល់អស់រយៈពេល១០៩ ថ្ងៃក្នុងប្រាសាទទេវវិនិច្ឆ័យព្រះបរមសពត្រូវបានយាងដង្ហែចេញពីព្រះបរមរាជវាំងមកតម្កល់នៅវាលព្រះបរមមេរុរយៈពេល៣ថ្ងៃទើបធ្វើពិធីថ្វាយព្រះភ្លើង ។ ថ្វីត្បិតតែនៅក្នុងពិធីដង្ហែមានមនុស្សរាប់សែននាក់បានចូលរួមពិធីជាប្រវត្តិសាស្ត្រ និងមនុស្សជំនាន់ក្រោយពុំដែលបានឃើញពិធីនេះក៏នៅមានអត្ថន័យអាទិកំបាំងជាច្រើនទៀត ដែលមនុស្សភាគច្រើនមិនទាន់យល់បាន ។ នោះដូចជាការតម្កល់ព្រះបរមសព, ការសាងព្រះមេរុដើម្បីថ្វាយព្រះភ្លើង គឺជាពិធីដ៏មានសារសំខាន់បំផុតដែលអ្នកបុរាណវិទ្យាលើកថា គឺដើម្បីបញ្ជូនព្រះវិញ្ញាណក្ខន្ធព្រះមហាក្សត្រយាងទៅទេវលោកឬឋានព្រះអាទិទេព" ។

នៅវេលាម៉ោង៨និង៣០នាទី ព្រះបរមសពត្រូវបានដង្ហែតាមរាជរថតូចចេញពីក្នុងព្រះបរមរាជវាំងតាមទ្វារជ័យយាងទៅតម្កល់លើរាជរថបុស្សកដែលស្ថិតនៅមុខវេទិកាបុណ្យអុំទូកលើកំណាត់តីវិថីព្រះ ស៊ីសុវត្ថិ នៅមុខព្រះបរមរាជវាំង ហើយដង្ហែព្រះរាជរថបុស្សកដែលតម្កល់ព្រះបរមសពតាមតីវិថីព្រះស៊ីសុវត្ថិឆ្ពោះទៅទិសខាងជើងដល់មុខវត្តឧណ្ណាលោមយប់ត្រង់រូបសំណាកតេជោយ៉ាត តេជោមាស និងមន្ត្រីសង្ឃ៩០អង្គ ដែលគង់រង់ចាំជាស្រេចបង្អួកថ្វាយព្រះរាជកុសល ។

បន្ទាប់មកដង្ហែព្រះបរមសពទៅដល់វិថីបក្សីចាំក្រុងហើយបត់ទៅទិសខាងលិចដល់មុខរមណីយដ្ឋានវត្តភ្នំ ឈប់ខាងកើតរមណីយដ្ឋានវត្តភ្នំនិមន្តព្រះសង្ឃ៩០អង្គដែលគង់ចាំទីនោះស្រាប់បង្អួកថ្វាយព្រះរាជកុសល និងបន្តក្បួនព្រះបរមសពបត់មួយជុំរមណីយដ្ឋានវត្តភ្នំរួចឆ្ពោះទៅតាមមហាវិថីព្រះនរោត្តមទៅទិសខាងត្បូងដល់មុខវិទ្យាល័យព្រះស៊ីសុវត្ថិឈប់និមន្តព្រះសង្ឃ៩០អង្គបង្អួកថ្វាយព្រះរាជកុសល ។ បន្តមកទៀតដង្ហែក្បួនព្រះបរមសពដល់ខាងលិចវិមានឯករាជ្យឈប់និមន្តព្រះសង្ឃ៩០អង្គដែលគង់ចាំជាស្រេចបង្អួកថ្វាយព្រះរាជកុសល ហើយដង្ហែក្បួនព្រះបរមសពព្រះករុណាព្រះបរមរតនកោដ្ឋតាមមហាវិថីព្រះសីហនុទៅទិសខាងកើត ។ លុះដល់កែងវិថីសុធារសបត់ទៅទិសខាងជើងឆ្ពោះទៅកាន់វាលព្រះមេរុ រួចហែប្រទេស្សិណព្រះមេរុជាឧត្តរាព័តិ ទើបតម្កល់ព្រះបរមសពក្នុងព្រះបរមមេរុរយៈពេល៣ថ្ងៃទើបថ្វាយព្រះភ្លើង ។

**● ភ្លឺទៅជាព្រះមេរុ ឬព្រះមេន?**  
នៅក្នុងសំណេរមួយរបស់លោកបណ្ឌិត មីសែលត្រាណេ បានរៀបរាប់ថា ក្នុងសង្គមបុរាណការកសាងព្រះមេរុ ឬព្រះមេន គឺជាព្រះរាជពិធីមួយដ៏សំខាន់សម្រាប់ព្រះមហាក្សត្រខ្មែរ ។ ក្នុងជីវិតរបស់ម្ចាស់ជីវិត និងផែនដី (ស្តេច) មានព្រឹត្តិការណ៍

តែពីរទេ ដែលសំខាន់ជាងគេបំផុតគឺពិធីរាជាកិសេក និងពិធីបុណ្យព្រះសព ។ ការប្រកាន់នូវប្រពៃណីបរមបុរាណនេះត្រូវបានគេទទួលថា ជាធាតុមួយចាំបាច់នៃរបបរាជានិយមហេតុនេះហើយទើបយើងឃើញមានការសាងសង់ព្រះបរមមេរុសម្រាប់តម្កល់ព្រះសព និងសម្រាប់ថ្វាយព្រះ



ព្រះមហាក្សត្រ និងសម្តេចហោលក្នុងថ្ងៃពិធីព្រះបរមសព

ភ្លើងព្រះបរមសពនៅពេលដែលអតីតព្រះមហាក្សត្រទ្រង់យាងសោយទិវង្គតដូចអតីតព្រះមហាក្សត្រខ្មែរព្រះបាទនរោត្តមទី១ នៅខែមករា ឆ្នាំ១៩០៦ និងព្រះបាទស៊ីសុវត្ថិ នៅខែមីនា ឆ្នាំ១៩២៨ជាដើម ។

ដូច្នេះបច្ចុប្បន្នក៏ដូចជាអតីតកាលដ៏យូរលង់មហារុងរឿងឆ្អឹងផ្កាដែរ ការសាងសង់ព្រះមេរុឬព្រះមេនដើម្បីប្រារព្ធព្រះរាជពិធីតម្កល់ព្រះសពនិងថ្វាយព្រះភ្លើងព្រះសពព្រះបាទនរោត្តមសីហនុជាទីគោរពសក្ការៈដ៏ខ្ពង់ខ្ពស់បំផុតនាពេលនេះបានទទួលនូវការយកចិត្តទុកដាក់ និងទទួលខុសត្រូវខ្ពស់បំផុតពីសំណាក់ប្រមុខដឹកនាំរាជរដ្ឋាភិបាលនៃព្រះរាជាណាចក្រកម្ពុជាទី២ ។

ការសាងសង់ព្រះមេរុ ត្រូវប្រើរយៈពេលយូរនិងថវិការជាតិច្រើន ហើយសំណង់ដ៏ស្តីមស្តែននេះតុបតែងលម្អដោយបុស្សកអមដោយអគារឧបសម្ព័ន្ធជាច្រើនជុំវិញ ។ ព្រះមេរុមានកម្ពស់ប្រមាណជា៤៦ម៉ែត្រ ប្រកបដោយក្បួនរាងរចនាយ៉ាងល្អប្រណិត គឺជាមោទនភាពរបស់ជាតិខ្មែរយើងទាំងមូល ។

ពាក្យព្រះមេរុ ឬព្រះមេនដែលជាពាក្យកម្លាយគឺជាពាក្យផ្សំរវាងពាក្យ"ព្រះ"ជាភាសាខ្មែរ និងពាក្យមេរុ ឬ"សិនេរុ"ជាពាក្យសំស្ក្រឹត ។ ពាក្យនេះ គឺឈ្មោះនៃភ្នំដ៏ពិសិដ្ឋមួយនៅព្រៃហិមពាល្លៃនៃលោកធាតុវិទ្យាឥណ្ឌូ-ខ្មែរ ហើយក៏ជាសំណង់ធ្វើអំពីលើសម្រាប់បូជាព្រះសពព្រះមហាក្សត្រដែរ ។ ការសាងសង់សំណង់សម្រាប់ថ្វាយព្រះភ្លើងព្រះមហាក្សត្រនេះត្រូវអនុលោមទៅតាមត្រឹមត្រូវនៃលោកធាតុនៃលទ្ធិព្រហ្មញ្ញសាសនា ។

សូមបញ្ជាក់ថា ក្នុងលោកធាតុវិទ្យានៃលទ្ធិព្រហ្មញ្ញសាសនាបានចែងថា ពិភពលោកយើងនេះ

មានរាងបួនជ្រុងសំបែកស្ទើ ដែលនៅចំកណ្តាលមានទ្វីបមួយយ៉ាងធំឈ្មោះថា ជម្ពូទ្វីប ។ ជម្ពូទ្វីបមានទ្វីបតូចចំនួនប្រាំមួយទៀត ព្រមទាំងមហាសមុទ្រដែលហ៊ុមព័ទ្ធជុំវិញដោយជួរភ្នំជាក់តែង ។ នៅចំកណ្តាលជម្ពូទ្វីបគេឃើញមានភ្នំមួយខ្ពស់ជាងគេ គឺភ្នំសុមេរុជាចំនួន ឬជាស្នូលនៃចក្រវាល ។ នៅលើកំពូលភ្នំសុមេរុ គឺជាឋានទេវលោក ឬឋានរបស់ព្រះអាទិទេព ព្រះព្រហ្ម ព្រះឥន្ទ្រ ។ ម្យ៉ាង

វិទ្យាយើងដឹងថា ភ្នំដែលស្ថិតនៅចំកណ្តាលចក្រវាល ឬពិភពលោកយើងនេះមានឈ្មោះថា ភ្នំសុមេរុ ឬសុមេរុ ឬភ្នំសុមេរុ ។ ហើយម្យ៉ាងទៀត តាមប្រភពសិលាចារឹករាល់ប្រាង្គប្រាសាទខ្មែរដែលបុព្វការីជនខ្មែរបានសាងសង់នោះ សុទ្ធសឹងតែតំណាងឱ្យភ្នំសុមេរុទាំងអស់ ព្រោះជាប្រាសាទភ្នំតែបានគេបញ្ជូនឱ្យតូច ។

ដូចនេះ ក្នុងក្រសែភ្នែកខ្មែរបុរាណភ្នំ កណ្តាល

វិញទៀត ទេវឋាននេះមានទិសប្រាំបីដែលទ្រទ្រង់បីបាច់ថែរក្សាដោយទេពបន្ទាប់បន្សំទាំងប្រាំបីអង្គដែលជាឆ្នាំប្រកបដោយជ័យជម្នះខ្លាំងពូកែអស្ចារ្យ ។

ដូចនេះ តាមការអធិប្បាយក្នុងលោកធាតុ

ឬព្រះសុមេរុ គឺស្ថិតនៅចំកណ្តាលនៃព្រះរាជធានីដែលតំណាងដោយប្រាសាទភ្នំមួយ គឺជាកន្លែងស័ក្តិសិទ្ធិបំផុតនៅលើលោកយើងនេះ ។ ព្រោះគឺជានិមិត្តរូបនៃទេវឋានដែលមានព្រះអាទិទេព ដ៏មាន

តទៅទំព័រទី ១៤

**USA AUTO GLASS**  
**ទើបបើកថ្មី**

- ▶ ជួសជុលរថយន្ត ▶ លាងរថយន្ត
- ▶ ប្តូរកញ្ចក់

- ▶ ពិនិត្យរថយន្តរបស់រដ្ឋ State Inspection: \$65
- ▶ ដូរប្រេងម៉ាស៊ីន Oil Change: \$29.99
- ▶ ដូរស្បែកប្រឡាំង Brake: \$50
- ▶ លាងឡាន Car wash: \$19.99

1822 South 7th Street, Philadelphia, PA 19148  
Phone: 215-271-7190

**តមកដំណើរ ១ មន្ទីរសុខភាពសហគមន៍បើកសម្ពោធន៍...**

បានមកពីសហព័ទ្ធ លុយចំនួនមួយទៀត គឺយកពី "តាក់ក្រេឌីត" រីឯសហគមន៍ត្រូវចូលរួមនូវថវិកា ចំនួន៥លាន ។



-ហើយបើក៥លាននោះ បាននឹងមានជំនួយ "ប្លេត"៦០ម៉ឺនផ្តល់បន្ថែម ។ ដោយការព្យាយាម និងប្តេជ្ញាចិត្តរបស់សហគមន៍ ឈ្មោះមនុស្សប្រមាណ ១៥០០នាក់ បានត្រូវផ្សព្វផ្សាយថា បានផ្តល់ធន

ធានាគិច ឬច្រើនប្រមូលប្រាក់៥លាននោះ រហូត បានសម្រេចឱ្យកើតជាមណ្ឌលសុខភាពសហគមន៍ ឡូវែលដ៍ត្រចេះត្រចង់នេះបាន ។

ពិធីសម្ពោធមណ្ឌលសុខភាពសហគមន៍ បានប្រព្រឹត្តទៅនៅ ចំពោះមុខសាធារណជន ៥០០នាក់ -លោក ខេរិន ខប៊ិន ជា ប្រធានសមាគម

ខ្មែរនិយាយថា :

"ថ្ងៃនេះជាថ្ងៃផ្តល់ សញ្ញាមួយដែល បង្ហាញពីការផ្លាស់ ប្តូរយ៉ាងសំខាន់ខាង ផ្នែកសុខភាពនៅ ឡូវែលនេះ ជា ពិសេសសំរាប់ជនជាតិអាស៊ីអាគ្នេយ៍ដែលបានរស់



នៅយ៉ាងច្រើននៅទីនេះ -មជ្ឈមណ្ឌលសុខភាព សហគមន៍បានបោះជំហានទៅមុខយ៉ាងរឹង រនា ថ្ងៃនេះក្នុងការបង្កើតគុណភាពខាងថែទាំសុខភាព ដើម្បីឱ្យពលរដ្ឋមានសុខភាពល្អយូរ មិនចាំបាច់ មកពេទ្យច្រើនដង"លោកបន្តថា "ចំណែកឯសុខ ភាពផ្លូវចិត្តវិញ គឺជាបញ្ហាដ៏ធំមួយនៅរដ្ឋម៉ាសា ឈូសែត ដោយសារសម្បូរអំពើហិង្សា ទោះជា នៅក្នុងគ្រួសារ ក៏ដូចនៅតាមផ្លូវ ខ្ញុំគិតថា ពី នេះទៅ២ឆ្នាំទៅមុខនឹងមានការយកចិត្តទុកដាក់ ជាពិសេសចំពោះជំងឺផ្លូវចិត្តនេះ ដែលពលរដ្ឋមក ពីអាស៊ីអាគ្នេយ៍ទទួលរងច្រើនឆ្នាំ មុនមកដល់ ស.វ.អា នេះ" ... ។

លោក វ៉ាស៊ី អាន នាយកប្រតិបត្តិសមាគម ខ្មែរនិយាយថា "ខ្ញុំមានមោទនភាពណាស់ដោយ ឃើញមន្ទីរពេទ្យដ៏ធំទំនើបកើតឡើងនៅ កណ្តាលក្រុងឡូវែលដែលខ្មែរយើងជា



ច្រើនរស់នៅហើយកន្លែងនេះស្រួលសំគាល់ណាស់ ពីព្រោះពិដើមជាសមាគមខ្មែរមានគេស្គាល់ច្រើន **តទៅទំព័រទី ១៦**

**តមកដំណើរ ១៣**

**អត្ថន័យមេរុ និងជំនឿថ្វាយព្រះភ្លើង...**

មហិទ្ធិបូជិតប្រថាប់ដើម្បីបិទចំរើមក្សាព្រះនគរ ។

នៅក្នុងសង្គមខ្មែរបុរាណគេមានជំនឿថា ក្រោយពីព្រះ- មហាក្សត្រចូលព្រះទីវង្គត់ទៅនោះ ព្រះវិញ្ញាណក្ខន្ធនឹងយាងចាប់ ព្រះបដិសន្ធិជាថ្មីឡើងវិញ ជាព្រះអាទិទេពនៅឯព្រហ្មលោក (ឋានព្រះព្រហ្ម) ឬឋានព្រះឥន្ទ្រ (បែបពុទ្ធនិយម) ឯណោះ ។ ព្រោះថាព្រះវិញ្ញាណក្ខន្ធរបស់ទ្រង់នៅស្ថិតស្ថេរជារៀង រហូត មិនអាចសាបសូន្យទេ ។ ដើម្បីញុំាងឱ្យដំណើរការនេះប្រកប ដោយភាពរលូនគេត្រូវការនូវធាតុមួយដ៏ពិសិដ្ឋ គឺព្រះអគ្គិ ដើម្បី ជម្រះភាពគ្រោតគ្រាតនៃព្រះកាយហើយពាំនាំព្រះវិញ្ញាណក្ខន្ធ ព្រះមហាក្សត្រទៅកាន់ព្រហ្មលោកទើបតម្រូវឱ្យមានពិធីថ្វាយ ព្រះភ្លើង ។ គឺតាមរយៈយន្តការនេះហើយ ទើបព្រះមហាក្សត្រ ទទួលបាននូវទេវភាពក្នុងន័យថា ក្លាយទៅជាវត្ថុស័ក្តិសិទ្ធិ ព្រោះក្រោយពីសុគតទៅព្រះវិញ្ញាណក្ខន្ធព្រះអង្គយាងទៅ ឋានសួគ៌ ។

លហេតុអ្វីប្រជារាស្ត្រខ្មែរគោរពស្រឡាញ់សម្តេចព្រះ- នរោត្តមសីហនុខ្លាំងបំផុត?

តាំងពីក្រោយសម័យអង្គរមកមានតែព្រះមហាក្សត្រ សម្តេចព្រះនរោត្តម សីហនុ ទេ ដែលធ្វើឱ្យប្រទេសខ្មែរទទួល បានឯករាជ្យ (ដែលពីមុនធ្លាប់តែបារាំង សៀម ជប៉ុន ត្រួត ខ្មែរ) ។ ព្រះអង្គទាមទារបានមកវិញនូវទឹកដីខេត្តសៀមរាប, កំពង់ធំ, បាត់ដំបង, ស្ទឹងត្រែង, ប្រាសាទព្រះវិហារដែលសៀម ទន្រ្ទានកាន់កាប់ដោយខុសច្បាប់ ។

ព្រះអង្គមានទសពិធារាជធម៌មិនរើសអើងកូនចៅ, ស្រឡាញ់ កូនចៅគ្រប់ ស្រទាប់ វណ្ណៈយាងចុះសួរសុខទុក្ខ ប្រជារាស្ត្រ យ៉ាងជិតស្និទ្ធនិងគ្រប់ច្រកល្អក, ព្រះអង្គលំអោនព្រះកាយវិចារ ចិត្តសំពះរាស្ត្រកែទម្រង់ខុសពីស្តេចខ្មែរមុនៗដែលប្រជារាស្ត្រ មិនសូវហ៊ានមើលព្រះភ័ក្ត្រ ។ ព្រះអង្គចូលចិត្តធ្វើសប្បុរសធម៌ ដល់កូនចៅ, ព្រះរាជឱង្ការផ្តែមល្អៃមទន់ភ្លន់, ស្មោះត្រង់រមែង អភ័យទោសដល់កូនចៅតែរឹងមាំម៉ឺងម៉ាត់ដាច់ខាតជាមួយ បរទេសណានានា ។

ព្រះអង្គជាព្រះមហាក្សត្រ **តទៅទំព័រទី ២២**

**សេចក្តីជូនដំណឹង**

**មានទទួលពាក្យសិស្សសុំចូលរៀនចាប់ពី K-6 ឆ្នាំ ២០១៣-២០១៤**

**សាលារៀនឆាទ័រមានផ្តល់ជូន:**

- ការសិក្សាពេលថ្ងៃ
- និងឆ្នាំមានរយៈពេលវែង
- កម្មវិធីសិស្សរៀនពូកែ
- ការសិក្សាមិនបង់ថ្លៃ - យើងជាសាលារៀនសាធារណៈ

**LOWELL COMMUNITY CHARTER PUBLIC SCHOOL**

ថ្ងៃផុតកំណត់ទទួលពាក្យសិស្សសុំចូលរៀន៖  
នៅថ្ងៃអង្គារ ទី២៦ ខែកុម្ភៈ ម៉ោង ១២:០០ ថ្ងៃត្រង់

ថ្ងៃអង្គារ ទី១២ ខែកុម្ភៈ ពីម៉ោង ៥:៣០-៧:០០ ល្ងាច

206 Jackson Street • Lowell, MA 01852 • Phone (978) 323-0800 • www.lccps.org

# ឆ្នាំដែលរុងរឿង និងឆ្នាំម្សាញ់

●●● រឿងរាល់ចូលឆ្នាំចិនរមែងមានឆ្នាំកំណើតខ្លះ រុងរឿងជាមួយនិងទេវតា ឆ្នាំថ្មីនេះ បើតាមជំនឿរបស់ប្រជាជនចិន ។ ក្នុងឱកាសឆ្នាំថ្មី ២០១៣ មានឆ្នាំកំណើតមនុស្សចំនួន៤ដែលក្នុងក្បួនតម្រាបរបស់ចិនបានកំណត់ទុកថា ត្រូវរុងរឿងនិងទេវតារក្សាឆ្នាំម្សាញ់ព្រះនាមថៃស្វយអៀកក្នុងនោះមានដូចជា:

-មនុស្សកើតឆ្នាំកុរឆ្នង១០០ភាគរយ ហើយអ្នកដែលរុងរឿងខ្លាំងជាងគេ គឺមនុស្សអាយុ៦៦ឆ្នាំ ៤២ឆ្នាំ និង ៦ឆ្នាំ ។

-មនុស្សកើតឆ្នាំខាល ក៏ជាឆ្នាំរុងរឿងទេវតាថៃស្វយ ឬជាឆ្នាំបៀតបៀន និងជាឆ្នាំដែលផ្តល់សំណាងអាក្រក់ដល់ឆ្នាំម្សាញ់ ។ មនុស្សដែលរុងរឿងខ្លាំងជាងគេ គឺអ្នកមានអាយុ៧៥ឆ្នាំ៥១ឆ្នាំ និង ១៥ឆ្នាំ ។

-មនុស្សកើតឆ្នាំម្សាញ់ ជាឆ្នាំដែលសង្កត់ពីលើទេវតាថៃស្វយ ។ មនុស្សដែលរុងរឿងខ្លាំងជាងគេ គឺអ្នកមានអាយុ៨៤ឆ្នាំ និង២៤ឆ្នាំ ។

-មនុស្សកើតឆ្នាំវក ក៏ជាឆ្នាំរុងរឿងទេវតាថៃស្វយដែរ និងជាឆ្នាំនៃការបែកបាក់ ។ មនុស្សដែលរុងរឿងខ្លាំងជាងគេ គឺអាយុ៥៣ឆ្នាំ និង ៣៣ឆ្នាំ ។

ឆ្នាំម្សាញ់២០១៣ គឺជាពេលវេលាទឹកមាន

ទេវតាព្រះនាមថៃស្វយទទួលតួនាទីមើលថែ



គ្រប់គ្រងឆ្នាំម្សាញ់ បើតាមក្បួនតម្រាបឆ្នាំទាំង១២ របស់បុរាណចិន ទេវតាព្រះនាម ឆិក្ខុតៃជៀងកុង ជាទេវតាមានតួនាទីគ្រប់គ្រងជោគជតារាសីសម្រាប់ឆ្នាំ១៩៩៣-២០១៣ ។ តាមជំនឿប្រជាជនចិន គេជឿថា ទេវតាអង្គនេះ អាចប្រទានឱ្យនូវសេចក្តីសុខ និងទុក្ខសោកដល់នរណាម្នាក់ក៏បានដែរ ។

ដូច្នេះអ្នកដែលមានកំណើតរុងរឿងជាមួយនិងទេវតាឆ្នាំម្សាញ់ គួរឆ្លៀតឱកាសទៅធ្វើសក្ការៈ បូជាព្រះ ព្រោះចាត់ទុកថា មានឱកាសរុងរឿងផលអាក្រក់ដល់កិច្ចដំណើរនៃជីវិតប្រចាំថ្ងៃ ជាពិសេសដើម្បីឱ្យទទួលបាននូវសេចក្តីសុខសប្បាយពេញមួយឆ្នាំ២០១៣នេះតែម្តង ។

### វិធីធ្វើសក្ការៈបូជា

ការធ្វើសក្ការៈបូជាចំពោះទេវតា និងវត្ថុស័ក្តិសិទ្ធិទាំងឡាយ ដើម្បីឱ្យជួយតាមថែរក្សាការពារលោកអ្នកនោះ គឺមានពិធីនិយមធ្វើខុសៗ ពីគ្នាដែលខាងក្រោមនេះជាវិធីធ្វើសក្ការៈបូជាចំពោះទេវតា ដើម្បីឱ្យជួយទាំងការពារ និងបញ្ជ្រាបស្រព្វស្រាយចិត្តឱ្យយ៉ាងណាឱ្យក្នុង

ឆ្នាំថ្មីនេះ កើតមានតែសុភមង្គល និងភាពរីកចម្រើន ។ ព្រោះឆិក្ខុតៃទេវតាឆ្នាំម្សាញ់នេះ និងគ្រប់ដណ្តប់លើជោគជតារាសីមនុស្សដែលមានឆ្នាំកំណើតរុងរឿងជាមួយខ្លាំងបំផុត ។

ឆ្នាំទាំង៤ ដែលរុងរឿងជាមួយនិងឆ្នាំម្សាញ់ ប្រុងនូវផលប៉ះពាល់ស្ទើរតែគ្រប់ផ្នែកក្នុងនោះមិនថា ការងារ លុយកាក់ ស្នេហា ហើយផ្នែក ដែលរងផលប៉ះពាល់ខ្លាំងជាងគេ គឺរឿងការងារ និងសុខភាពបញ្ហាធំរបស់ខ្លួនឯង និងសាច់ញាតិចាស់ទុំ ។ ទោះបីជាឆ្នាំថ្មីនេះជាឆ្នាំដែលត្រួតត្រាលើឆ្នាំកំណើតក្តី តែក៏នៅមានវិធីជួយកាត់បន្ថយឆិក្ខុតៃដែលរុងរឿងផលអាក្រក់បានដែរ ។

ដូច្នេះអ្នកដែលមានឆ្នាំរុងរឿង គួរនាំយកជោគជតារាសីទៅធ្វើជាមួយនិងទេវតាថៃស្វយអៀក ដើម្បីឱ្យជួយបោសសម្អាតម្ចាត់ឧបទ្រពចង្រៃដែលជាវត្ថុអពមង្គលដោយធ្វើឡើងនៅតាមអាស្រមអ្នកតាមចិន ។ ក្រៅពីនេះ បើមានប្រើចង្រៃដុតប្រេងគួរឱ្យហ៊ុយចាក់ប្រេងថែម ឬពន្លឺសត្វមានជីវិតទាំងសត្វស្លាប និងត្រី ដើម្បីដោះស្រាយ ។

ក្រៅពីនេះបើគ្មានការចាំបាច់ទេ ហាមចូលរួមបុណ្យសពទាំងពិធីដង្ហែបញ្ចុះ ឬបូជា ព្រោះអាចនាំមកនូវភាពអពមង្គលដល់ខ្លួនឯង ។ ចំណែកវិធីដោះស្រាយគួរជ្រើសរើសយកថ្ងៃសុក្រថ្ងាយសង្ឃទានថាសលោះជីវិតគោ ឬក្របី និងឱ្យហ៊ុយថែមប្រេងចង្រៃ ។

## Red Rose RESTAURANT

**ម្ចាស់ថ្មី - ម្តុបឈ្មួញម្សាញ់**

អាសយដ្ឋាន: 716 Middlesex St. Ste 1 Lowell, MA 01851

**Mon-Sun 8am - 8pm**

**សម្លម្លា គ្រឿង \$11.99**

\* ម្តុបម្សាញ់ជាងមុន តែតម្លៃនៅថោក ដូចមុនដែល  
\* សេវាកម្មរហ័សទាន់ចិត្ត និងរូសរាយរាក់ទាក់

**(978) 452-5400**  
Pailin Plaza  
716 Middlesex St. Ste 1  
Lowell, MA 01851

## ហាងមាស គីម ឡឹក

### នៅ វេសហាតឃ្លឹក

មានលក់ដុំ ឬរាយ ឬដូរ ឬធ្វើប័ណ្ណសំរាប់អំណោយមានធ្វើប្លែងពន្យាពេលបង់ប្រាក់ - ទទួលកំរ៉ាប់បញ្ជី មានចុះថ្លៃរហូតដល់ ៦៥% សម្រាប់ ពេជ្រមកពីហុងកុង មានជាងអស់អង្គនៅក្នុងហាងជូនជូលបានភ្លាមៗ

**ពេលវេលាបើក :** ថ្ងៃច័ន្ទ ដល់ថ្ងៃអាទិត្យ ពីម៉ោង ១០ ព្រឹកដល់ ៧ ល្ងាច

**Open: Mon-Sun: 10am - 7pm**

150 Shield Street Plaza. West Hartford, CT 06110  
Tell: (860) 953-5803, Fax: (860) 953-5802

**តមកទំព័រទី ១៤ មន្ទីរសុខភាពសហគមន៍ឡូរីលបើក...**

-តាមពិតទៅពេទ្យនេះមិនមែនបំរើតែសុខភាពខ្មែរទេ មានលាវ មានភូមា មានសាសន៍អាស៊ីផ្សេងៗទៀតជាច្រើនដែលបានមកតាំងផ្ទះសំបែងនៅទីនេះផងដែរ..." ។

អនុវេជ្ជបណ្ឌិត ឆាន ទូច នៃមជ្ឈមណ្ឌលសុខភាពមេត្តាថា "មជ្ឈមណ្ឌលសុខភាពមេត្តានៅតែជាមេត្តាដដែលទទួលព្យាបាល ដូចពេលមុនៗ រីឯមណ្ឌលសុខភាពសហគមន៍ថ្មី និងបង្កើតលទ្ធភាពព្យាបាលវិវិទ្យាបានច្រើនឡើង -ខ្ញុំជឿថា ជនជាតិអាស៊ីនៅតែបន្តមកទទួលការព្យាបាលនៅមេត្តានេះ ដោយសារតែការរៀបចំទាំងឡាយធ្វើស្របតាមទស្សនៈវប្បធម៌អាស៊ីទាំងអស់ ដែលនៅតែធ្វើឱ្យពួកគេចូលចិត្តតែបើអ្នកទៅចង់ទៅខាងថ្មីវិញ ក៏អាចទៅបាន -យើងបានផ្តើមពីជាង១០ឆ្នាំមុនពីគ្មានអ្នកជំងឺសោះ ឥឡូវអ្នកជំងឺឡើង៧-៨០០០ក្នុងមួយឆ្នាំធ្វើឱ្យអ្នកជំងឺខ្លះរង់ចាំទទួលការព្យាបាលច្រើនខែ..." ។

លោក ប៉ាទ្រីក ម៉ារហ្វី ជាចៅហ្វាយក្រុងឡូរីលបាន និយាយនៅ ឱកាសសម្តែង

នោះដែរថា : "គឺជាថ្ងៃដ៏រីករាយមួយដែរ ខ្ញុំបានឃើញមជ្ឈមណ្ឌលសុខភាពសហគមន៍វេជ្ជ ល កាន់ អាគារដ៏ធំនេះ ខ្ញុំមានតែជូនពរឱ្យការវិវត្តន៍ក្នុងអគារនេះនូវអ្វីៗដែលប្រសើរបំផុត... សំរាប់សាលាក្រុងការនេះមានសារៈសំខាន់ណាស់ដែលពលរដ្ឋអាចទទួលបានការថែរក្សាសុខភាពបានប្រសើរក្នុងតម្លៃដែលពលរដ្ឋអាចទទួលយកបាន... ពុំមែនយើងជាអ្នកជួយឱ្យគ្រប់គ្នាអាចធានាការព្យាបាលបានទេ នេះគឺតូនាទីរបស់មជ្ឈមណ្ឌល... ខ្ញុំយល់ថា នៅក្នុងអាគារថ្មីនេះធ្វើឡើងសម្រាប់ចំណូលចិត្តនៃសាសន៍ច្រើនដទៃទៀត មិនសម្រាប់តែខ្មែរទេ... បង្កើតមណ្ឌលសុខភាពមេត្តាបង្កើតក្រុងខ្មែរ គឺការទទួលស្គាល់នូវសេចក្តីត្រូវការរបស់ពលរដ្ឋខ្មែរដែលបានមករស់នៅទីនេះហើយត្រូវការរីកដុះដាល" ។

គុណសម្បត្តិបន្ថែមនៃមណ្ឌលសុខភាពពេលបង្អស់នេះ គឺបង្កើតការងាយស្រួលជាអតិបរមា និងកាត់បន្ថយការខាតពេលឱ្យនៅតិចបំផុតក្នុងការស្វែងរកការព្យាបាល ។



**តមកទំព័រទី ៥ អ្នកក្រ និងអ្នកមាននៅប្រទេសខ្មែរ...**

ព្រឹត្តិការណ៍នៅដើមខែកក្កដាឆ្នាំ១៩៩៧បណ្តាលឱ្យមានការខូចខាតយ៉ាងច្រើនទាំងសម្បត្តិទ្រព្យទាំងជីវិតមនុស្ស? អ្នកជំនួញម៉ូតូនៅអូបូស្ស៊ីម្នាក់សម្លាប់ខ្លួនឯងដោយសារការបាត់បង់ទ្រព្យសម្បត្តិ។ យើងទាំងអស់គ្នាដឹងថាសេចក្តីក្រអត់ឃ្នានធ្វើឱ្យមនិស្សរភ្លេចសីលធម៌ ភ្លេចគ្រោះថ្នាក់ដល់ខ្លួន ភ្លេចដល់សេចក្តីស្លាប់ទៀតផង។

តាមការសង្កេតរបស់ខ្ញុំអ្នកមានខ្មែរអាចជួយធ្វើឱ្យស្រុកខ្មែរនិងប្រជាពលរដ្ឋច្រើនទៅមុខបាន

គឺអាចជាគន្លឹះជួយធ្វើឱ្យស្រុកខ្មែរនិងប្រជាពលរដ្ឋខ្មែរចាកផុតពីគ្រោះមហត្តរាយបាន។

តើវាជារដ្ឋាភិបាលនិងធនាគារអាចជួយអ្នកមានតាមរបៀបណាដើម្បីឱ្យអ្នកមានសម្រេចគោលបំណងនេះបាន ខ្ញុំសុំជូននៅពេលក្រោយ។

Mr. SosKem  
Retired Foreign Service Officer  
U.S. Department of State  
soskem@yahoo.com

**រកអ្នកធ្វើការ**

**Philadelphia:** យើងរកអ្នកធ្វើការនៅហាងបោក-ហាលខោអាវនៅ Upper Darby Laundromat សូមទូរស័ព្ទទៅ : **267-206-1260**

**DELI BUSINESS FOR SALE**  
(Philadelphia លក់ដោយម្ចាស់ហាង)  
លក់ហាងកាហ្វេ, ដូណាត់, ធ្វើនំដុត, ស្ថិតនៅក្បែរសកលវិទ្យាល័យ Temple University (ជ្រុងមហាវិថី Broad និង Girard ) មានមនុស្សធ្វើដំណើរច្រើន ហាងមានលំនឹងល្អជាង១០ឆ្នាំហើយ ម្ចាស់ហាងចូលនិវត្តន៍ ហើយត្រូវការលក់ជាប្រញាប់ ។  
ទូរស័ព្ទ (215) 763 8300 ឬ (215) 906 2867 សម្រាប់បង្ហាញកន្លែង

# APSARA WIRELESS COMPUTER

## ទើបបើកថ្មី !

### GRAND OPENING

285 Chelmsford St. Lowell, Ma 01851  
Phone: (978)-455-0075  
និយាយភាសាខ្មែរ: (978)-876-2875



- ▶ មានលក់ Sale
- ▶ ផ្តល់សេវា Service
- ▶ ជួសជុល Repair

**ទូរស័ព្ទ WIRELESS • កុំប្រើប្រាស់ • ឡាបថប • ហិក្ខាទូរស័ព្ទ • បង់ថ្លៃប៊ិល (Bill Pays)**

សូមទៅមើលកន្លែងផ្សេងទៀត Location II: Happy Computer Service  
122 Merrimack Street. Lowell, MA 01852 / ទូរស័ព្ទ: (978) 970-1769



# បេធាវីជំរើមាសស្នូលអាណាស

- ជួយធ្វើតាក់មោយមិនចាត់មានលេខសុស្សាវ័ល (Filling Tax without Social Security)
- ជួយធ្វើត្រីកាត ១០ ឆ្នាំអោយបានបន្ទាប់ពីមានការលែងលះគ្នា (Divorced 10 year Green Card)
- ជួយធ្វើត្រីកាត ២ ឬ ១០ឆ្នាំ (Help with 2 or 10 year Green Card)
- ជួយអ្នកដែលនៅលើសកំណត់អោយបាននៅក្នុងប្រទេសបន្តទៀត (Help Overstay Bars)
- ជួយការពារកុំអោយគេចេញទៅស្រុកវិញបន្ទាប់ពីបានប្រព្រឹត្តិទុស្ស័យ (Criminal Deportation)
- ជួយអ្វៀបចំឯកសារធានាដំណាក់ក្រោយកូននិងបងប្អូនមកអាមេរិក (Get Parents, Children and Sibling Here)
- ជួយអ្វៀបចំឯកសារសំរាប់ធានាប្តីប្រពន្ធ ឬគូរមន្ត្រីមកអាមេរិក (Get Spouse or Fiancé Here)
- ជួយអ្វៀបចំឯកសារសុំលែងលះប្តីប្រពន្ធ (Divorce, only in Massachusetts)
- ជួយការពារ និងធ្វើដំណោះស្រាយក្នុងរឿងគ្រោះថ្នាក់រថាមរណ៍ (Car Accident, only in Massachusetts)
- ជួយធ្វើការតវ៉ានៅចំពោះបុគ្គលិកប្រឹក្សាសាលាឧទ្ធរណ៍ផ្នែកអន្តោប្រវេសន៍ (BIA Immigration Appeals)
- ជួយធ្វើឯកសារចូលសញ្ជាតិប្តីស្រី និងកូនរបស់លោកអ្នក (N-400 and N-600)
- ជួយធ្វើត្រីកាតថ្មីបន្ទាប់ពីត្រូវគេលួច ឬបាត់បង់ (I-90, Replacement Green Card)
- ជួយសុំកាតធ្វើការ (Work Card)
- ជួយធ្វើលិខិតធ្វើចំណើនចេញចូល (Re-entry Permit)

## Thomas Stylianios Law Office

### 287 Appleton Street, Suit 205 Lowell, MA 01852

# Tel: 978-459-5000

## E-mail: [Tom@stylianioslaw.com](mailto:Tom@stylianioslaw.com)

Attorneys' only licensed in Massachusetts



●●● ទុក្ខព្រួយមិនមែនធ្វើឱ្យខ្លីរីករាយនិងមានមោទនភាពអ្វីសោះឡើយ ។ ប្រសិនណាខ្ញុំបានដំណឹងនេះតាំងពីមុនមកសមម្តេចខ្ញុំមិនបានចងចិត្តប្រតិព័ទ្ធនាងសោះឡើយ ខ្ញុំនឹងឈរនៅស្ងៀមស្ងាត់ឆ្ងាយពីនាងមិនហ៊ានចូលជិតក្បែរនាងដើម្បីចំណងនៃក្តីស្នេហាគ្នាសង្ឃឹម ថានឹងបានសម្រេចនេះឡើយ ។ ហេតុដូចម្តេចបានជានៅក្នុងឋានៈរបស់នាងយ៉ាងនោះនាងបែរជាមកស្រឡាញ់ខ្ញុំទៅវិញ? ខ្ញុំជាសិស្សក្រឡាត់ម្នាក់រស់នៅជាមួយគ្រួសារនៃបងប្រុសម្នាក់ក៏មិនជាធ្ងរធារអ្វីដែរហើយ មិនទាន់មានអនាគតប្រាកដប្រជាអ្វីទៀតផង ។ ឱព្រះអើយ! ហេតុម្តេចឡើយក៏នាងមិនព្រមវាយ ឬក៏បង្ហាញនូវអំនួតនៃទ្រព្យសម្បត្តិរបស់នាងនឹងភាពឆ្លើងឆ្លែងពោះសោភ័ណភាពដែលនាងមានមកនេះ? ឆ្លងទៅតាមអាកប្បកិរិយា



និទានដោយ ភីម ភឿន

ឆ្លើងឆ្លែងនោះខ្ញុំអាចស្តាប់ខ្លឹមជិះបូកនាងខ្ញុំគ្មានពេលណា និងស្រឡាញ់នាងបានឡើយ សមម្តេចខ្ញុំមិនបាច់ត្រូវស្រឡាញ់នាង, ម្តេចសមម្តេចមិនបាច់មានក្តីបារម្ភណាទុក្ខព្រួយយ៉ាងនេះដែរ ។ តែឥឡូវខ្ញុំស្រឡាញ់នាងបាត់ទៅហើយ ខ្ញុំមិនអាចបំភ្លេចនាងបានឡើយ... ។  
 យូរៗម្តងក្នុងឱកាសដែលមានបុណ្យជាតិម្តងៗនាងតែងមកលេងភ្នំពេញដើម្បីបានជួបគ្នា ។ នាងតែងតែនាំមកតាមនាងនូវដំណឹងសង្ឃឹមរីករាយផងនឹងក្តីទុក្ខកង្វល់ផង ។  
 ប៉ុន្តែរឿងកង្វល់ទុក្ខព្រួយច្រើនតែអូសបន្លាយបានយូរជាងរឿងសប្បាយរីករាយ ។ មានម្តងនោះនាងនិយាយថា " មានគ្រួសារខ្លះចេះតែមកសុំស្នើប៉ាម៉ាក់អូនអនុញ្ញាតឱ្យចេញស្តីដំណឹងអូនរៀបការជាមួយកូនកម្លោះតើ ។ នៅចំពោះមុខនៃការលំបាកដោះស្រាយយ៉ាងនោះនាងតែងបានបុរសជា មិត្តមួយរយឆ្នាំ" **តទៅលេខក្រោយ**

# Amazing Moment

By Phien Kim  
 whispering my love to her? My goodness! It is better if I didn't say anything to her; I would not have worries, anxieties and be in this so sad situation.

In the second day of group study, one of her friends showed me a letter and said ironically: " Lucky man! Thida has a lot of friends but she 'choose' only 'you' to write for her when some thing happens here while she would be in her home town with her family." To fade away my shame I courageously grasped the letter and said: "Yes Mme, I am in your order!" Since then our love developed and strengthened our energy, we worked hard and graduated from high school; she chose the Pedagogy Institute, after one year of hard work she was assigned to be high school teacher in her home town and left me with my loneliness in the dormitory of University of Agriculture.  
 With the long years of separation we might only got one or two letters a month.  
 Our culture had been hard with the lovers without official engagement. In that time there were no telephone, nothing else; the unique means for communication were only the mails. She was a woman. Moreover she was a teacher who might undergo much more tough discipline, much more difficult

and complicated rules than the man did. Our relationship was considered as an underground Cambodian Culture, for myself I didn't care much, but for her ... That was a big deal, she would be underestimated by her community as well by her school. I felt that was my responsibility, I have to save her honor, but how could I do?  
 I always felt my gratitude to her love, a true love that I ever expected in my life. I knew furthermore through her best friend that she has been the unique daughter of a great family in the Svay-Rieng province, her father, the Educational Inspector of that province, her mother, a biggest business Lady exporting goods to Laos and Viet-Nam. In the middle school of her province, known as the queen beauty, she had her honor of offering the packet of flowers to the King of Cambodia every time of his visit to his beloved "children"( his people) in this region. That information made me worried, anxious instead of being happy an proud of. If I had been informed that real situation of that lovely person, beloved image in my dream, I would stand away in silence, not approaching her for this impossible love. Why in that position, she might love me, a poor student living with his poor family's brother, *Continue next Issue*



## ហាងខ្មែរជួសជុលរថយន្ត

បើចង់ឱ្យរថយន្តលោកអ្នករត់បានល្អ សូមអញ្ជើញ

# Rathe's Auto Service

State and Emission Inspection General Repairs and Maintenance

MON-SAT, 8:30AM-5:30PM  
 SUN. EMERGENCY ONLY



5105 N.2ND ST., PHILADELPHIA, PA 19120. TEL : (215) 329-2418  
 Fax : (215) 329-2419. Rath CELL : (215) 431-6376

- ជាងមានបទពិសោធន៍ជាយូរឆ្នាំ - ជួសជុលរថយន្តគ្រប់ប្រភេទ
- មានជួររថយន្ត ជួរហ្វ្រាំង ជួរកង់ និងករណីជាច្រើនទៀត ។
- មានត្រួតពិនិត្យគ្រឿងម៉ាស៊ីន DIAGNOSTICS ដោយឥតគិតថ្លៃ
- មានចុះថ្លៃពិសេស ចាប់ពីខែកុម្ភៈ ២០០៨ ទៅ : - ជួររថយន្តកិរិច ៥ ក្នុង \$22
- INSPECTIONS រថយន្តឆ្នាំ 96 up \$49.99+ តាក់ - មានជួសជុលពិសេសសំរាប់ជួររថយន្តចុះថ្លៃពាក់កណ្តាល នៅពេលយកមកជួសជុលអស់តម្លៃ \$150.
- តម្លៃជួសជុលទូទៅ សមរម្យ ដោយទាបជាងហាងជួសជុលផ្សេងៗទៀត ។
- ប្តេជ្ញាចិត្តធ្វើជួសដោយហ្មត់ចត់ គុណភាពខ្ពស់ មិនឱ្យខុសបំណងលោកអ្នកឡើយ។ ពិសេស ជួយទៅពិនិត្យដល់កន្លែងជួសជុលរថយន្តណាដែលខូច STARTER ឬផ្សេងៗអាចយកមកដោះស្រាយឥតគិតថ្លៃ ។ **សូមអរគុណ!**

## ក្រុមហ៊ុនទេសចរណ៍

- បំរើលោកអ្នកដោយគ្រប់ក្រុមហ៊ុន អាកាសចរណ៍ សំរាប់ដំណើរហើរក្នុង និងក្រៅស្រុក
- ជួយរកអ្នកនាំផ្លូវជូនដំណើរ ទស្សនកិច្ចធ្វើការ
- ពន្យាបាលិខិតឆ្លងដែនខ្មែរ
- ធ្វើលិខិតអន្តោប្រវេសន៍
- ធ្វើទិដ្ឋាការសំរាប់ទេសចរណ៍
- ធ្វើប្រាក់ប្រថាប់ត្រាបញ្ជាក់លើលិខិតជាផ្លូវការ

CENTURY TRAVEL & SERVICE CENTER  
 904 South 8th Street. Philadelphia, PA 19147  
 Tel : 215-625-2889; Cell : 267-934-9888

## ខ្មែរជួសជុលរថយន្ត

# KHMER AUTO REPAIR

CAR INSPECTION, DIAGNOSTIC & REPAIR

ត្រួតពិនិត្យរថយន្តបញ្ជីរដ្ឋ

- ▶ ផ្លែករកកន្លែងខូចខាត និងជួសជុល
- ▶ យើងធ្វើប្រាំង ឬប្រេក
- ▶ ត្រួតពិនិត្យធ្វើម៉ាស៊ីនឱ្យស្រួលឡើងវិញ
- ▶ បញ្ជូនឱ្យមានអាយុវិញ
- ▶ បូមចរន្តទឹកវេឌីណាម័រ
- ▶ សេវាគ្រង់បិស្ស្យ
- ▶ មើលតម្រងទ្រទាប់ និងពីញង

- Brake Service
- Turn up electronic Starters Alternators
- Radiators water pumps
- Transmission Service
- Struts checked & serviced
- CV Joints Rack & Pinion
- Shocks checked & Replace

115 West. Tabor Rd, Philadelphia, PA 19120  
 Tel: (215) 455-1422/Pat: 215-939-5634

# ប្រវត្តិរណសិរ្សជាតិដោះប្រជាពលរដ្ឋខ្មែរ រ.ជ.រ.ប.ខ លោកតា ស៊ីន សាន



ដោយ : ម៉ម យ៉ិន

បរិសុទ្ធស្មោះត្រង់ចំពោះជាតិមាតុភូមិ រហូតបានរំដោះ និងសង្គ្រោះរួចជីវិតវិញហើយ។ ចំណែកលោកប្រធានរណសិរ្សជាតិ រជរបខលោកអគ្គមេបញ្ជាការលោកនាយកអគ្គសេនាធិការលោកមេទ័ពសំខាន់ៗកងកម្លាំងទ័ពជាតិកជរបខលោកមេដឹកនាំគ្រប់ស្ថាប័នគ្រប់គ្រងផ្នែករដ្ឋបាលប្រជាពលរដ្ឋទាំងអស់គ្នាបានត្រៀមខ្លួនជាស្រេចថា នឹងបានចូលទៅរួមចំណែកនឹងរួមកាយរួមដៃគ្នា ជួយប្រទេស និងប្រជាជាតិជាមួយគ្នា ។



ឱ្យអង្គការសហប្រជាជាតិ បញ្ជូនបុគ្គលិកសំខាន់ៗ និងកងទ័ពរក្សាការពារសន្តិភាពស្នូមគ្រប់គ្រាន់ និងមានអាវុធយុទ្ធភណ្ឌគ្រប់ប្រភេទជាអង្គភាពជើងគោក ជើងទឹក និងជើងអាកាសព្រមទាំងនគរបាលសម្រាប់ជួយរៀបចំការបោះឆ្នោតឱ្យមានរបៀបរៀបរយមានសន្តិសុខល្អនៅពេលពេញលើផ្ទៃប្រទេសខ្មែរទាំងមូល។

ចំណែកមេដឹកនាំសំខាន់ៗនៃភាគីដែលស្ថិតនៅក្រៅប្រទេសត្រូវធ្វើដំណើរចូលមកកាន់ប្រទេសវិញ ដើម្បីដំណើរការនូវការបង្រួបបង្រួមជាតិទៅតាមសន្តិសញ្ញាបញ្ចប់សង្គ្រាម។

តទៅលេខក្រោយ

អង្គការសហប្រជាជាតិ ក្រោយពីបានចុះកិច្ចសន្យាក្នុងសន្ធិសញ្ញាអន្តរជាតិ រួចហើយក៏បានសម្រេចផ្តល់ថវិកាចំនួនពីរពាន់លានដុល្លារ (ពីរកោដិ) ដើម្បីចំណាយក្នុងការរៀបចំការបោះឆ្នោតសកល ជ្រើសរើសមេដឹកនាំថ្មីមួយដែលប្រជាពលរដ្ឋខ្មែរពេញចិត្តទៅតាមគោលការណ៍សិទ្ធិប្រជាធិបតេយ្យ សេរីពហុបក្ស ក៏បានអនុញ្ញាតិ

## ផ្ទះជួល

**Philadelphia:** ផ្ទះមានបន្ទប់ដេក ២ សំរាប់ជួល តម្លៃ \$600/ខែ នៅតំបន់ Cottman/Castor (68xx Lynord) - តំបន់ដែលសម្បូរនឹងវិទ្យុក្រុង និងហាងលក់ទំនិញ - អាចមកនៅបានភ្លាម

សូមទូរស័ព្ទទៅ : **215-514-2448**

## លក់ផ្ទះ DUPLEX នៅ LOGAN ហ្វីឡាដេលហ្វ៊ែរ

សម្រាប់គ្រួសារ ២-១ Unit មានបីបន្ទប់ដេក មានបន្ទប់ទទួលភ្ញៀវ បន្ទប់ទឹកចង្ក្រានបាយ ។ ស្ថិតនៅលើផ្លូវ Ruscom កែវផ្លូវធំ Broad Street ដែលសម្បូរណ៍រថយន្តក្រុង និងមេត្រូ - អាចជួល បាន \$1,400/ខែ ។ ម្ចាស់ផ្ទះប្រញាប់ទៅរស់នៅរដ្ឋផ្សេង ។ សូមទាក់ទងតាមទូរស័ព្ទ Zina

(267) 421-4340



## ក្រុមហ៊ុនធានារ៉ាប់រងដែលបានបំរើសង្គម២២ឆ្នាំហើយ

### CONWAY INSURANCE



For over 23 years, Conway Insurance Agency has been your community's one-stop provider of quality insurance services in New England. We are a full-service agency offering:

- Personal Insurance
  - Autos
  - Homes
  - Apartments
  - Jewelry
  - Fine arts
  - Collectibles
- Business Insurance
  - Property
  - Liability
  - Professional Liability
  - Worker's compensation
  - Bonds
  - Auto, Garage keepers.
  - Disability and life insurance (individual and group products)
  - Other specialty programs

ក្រុមហ៊ុនធានារ៉ាប់រង ផ្ទះ រថយន្ត មុខរបរ និងសុខភាព

លើបនិយាយភាសាខ្មែរ



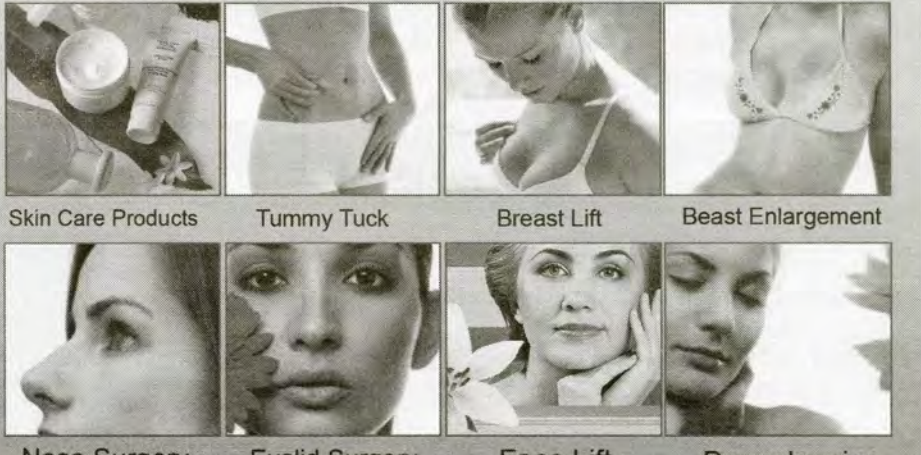
www.ConwayInsurance.com

សូមសួររក Philip Muth, Philip@ConwayInsurance.com

## East Coast Center

for Plastic & Laser Surgery

Mai Ngoc Tran, M.S., Skin Care Specialist  
Joseph A. Russo, M.D. F.A.C.S  
Plastic & Reconstructive Surgeon  
www.eastcoastsurgery.com



បាញ់កែសម្ផស្សលើបង្កំមានទទួលបានកែសម្ផស្ស បុរស-ស្ត្រី ដែលមានអាការៈដូចជា: ខ្លាញ់ក្បាលពោះ ពង្រីកស្បូនស្បែក កែខ្នងច្រមុះ កែត្របកភ្នែក កែមុខស្រស់ស្អាត...។ល។ និង។ល។ និងមានលក់ឧបករណ៍កែសម្ផស្សផ្សេងៗជាច្រើនទៀត

381 West Broadway South Boston, MA 02127  
**(617) 464 - 0001**

# ANGKOR AUTO SERVICE, INC.

## ហាងជួសជុលរថយន្ត “អង្គរ”

Free Estimate

Auto Body and Maintenance

### BODY WORKS

Auto glass and windshields  
Auto Frame Straightening and Painting



### ENGINE AND TRANSMISSION SERVICES

- State Inspection
- Check Engine Light Diagnostic
- Timing Belt Services
- Complete Tune Up:
  - Brake -Muffler -Struts
  - Water Pump -A/C
  - Bearing Services

From the moment you get into car accident, we will take care of you from towing to calling your insurance, and to get a rental car for you. With Angkor Auto, you can be worried free.



4835 N. 16<sup>th</sup> Street. Philadelphia, PA 19141  
Tel : (215) 455-7810 / Ricky : (215) 485-1425



Agent: Roeut Chak

# PK Property, Inc.

## ក្រុមហ៊ុនអចលនវត្ថុ លក់ ជួល គ្រប់ប្រភេទ

ភីខេ ប្រូភីធី (215) 635-5100  
Roeut Chak - (267)872-3516  
409 West Cheltenham Avenue  
Melrose Park, PA 19027

### សម្រាប់បើកភោជនីយដ្ឋានខ្មែរ

• 5706 N. 5th Street, Philadelphia PA 19120  
ពិធីដីជាភោជនីយដ្ឋាន ឥឡូវវិបិទ២០០០sqft បន្ទប់ដេកបី ជាន់ទី២ជា Apt ត្រឡប់បរិក្ខារទាំងអស់នៅក្នុងផ្ទះល្អៗ២០០០/ខែ

5734 N.2nd Street, Philadelphia, PA 19120

២៥០០ sqftពិធីដីជាភោជនីយដ្ឋាន មានកន្លែងចតឡាន៧៥- ល្អៗ ២១០០/ខែ

### កន្លែងភ្នាក់យូរ BEER DELI

- \$16000/wk, Phila., Asking \$99,000w/ Real Estate
- \$13000wk, Phila., Asking \$79,000w/ Real Estate
- \$9000/wk, Asking \$320.000
- \$13,500/wk Asking \$42000

### កន្លែងបោកតាក់ដាក់កាត Co. Laundry

- 100 Machines, 4500 sqft Asking \$170,000
- \$4500/wk Asking \$200000
- 500/wk Bucks County; Asking \$350,000

### កន្លែងចែកតាយប៊៊ែរ Beer Distributor

- \$1.3 Mi/yr, Bucks County, \$250000 yearly income, Asking \$1,150,000
- \$75000/yr Philadelphia Asking \$790,000 with RE
- 11,000,000 Philadelphia Asking \$430,000

### សាលាធ្វើក្រចក Nail Salon

- \$18000/wk, Montgomery County, Asking \$380,000
- \$15000/wk South Jersey Asking \$370,000

### សូមចូលទៅរេបសាយ

www.pkpropertyinc.com to check more listings and office information.



# ជោគជ័យសំរាប់ 12 ប្រចាំឆ្នាំរោង

<p><b>ឆ្នាំទាប</b></p> <p>លោកអ្នកមានកំលាំងណាមួយក្នុងការងារទទួលបានល្អឡើងគួរឱ្យ ឬប្រាក់បៀវត្សរ៍បន្ថែម ។ ជាងនេះទៀតនោះ ប្រសិនបើចង់ពឹងពាក់អ្នកមានយល់ដឹងខ្ពស់ក្នុងរឿងអ្វីមួយនិងបានដូចបំណងផងដែរ ។ បើអ្នកប្រកបមុខរបររកស៊ីវិញអាចរកប្រាក់ចំណូលចិញ្ចឹមគ្រួសារបានដោយស្រួលទេ មិនមានអ្វីមករាំងស្ទះឡើយ ។ រីឯបញ្ហាស្នេហាភូស្នេហាមែងចេះអត់ឱនឱ្យគ្នា ។</p>	<p><b>ឆ្នាំដាច់</b></p> <p>រាល់ការបំពេញការងារទាំងឡាយលោកអ្នកមិនមានបញ្ហាអ្វីចោទនោះទេ ប៉ុន្តែក្នុងនោះសូមប្រយ័ត្នកុំយកអាសាមនុស្សសម្បុរសឱ្យសោះ ព្រោះនាំឱ្យកើតរឿងសៅហ្មងទៅថ្ងៃក្រោយ ។ សម្រាប់អ្នកប្រកបមុខរបររកស៊ីជួញដូរវិញ អាចសន្សំទុកបានខ្លះ ។ រីឯបញ្ហាស្នេហាច្បាប់កុំយកភាពមានចង់ចាញ់ឈ្នះប្រយ័ត្នកើតមានជម្លោះវិវាទឈានដល់ការប្រេះស្រាំ ។</p>	<p><b>ឆ្នាំទាប</b></p> <p>លោកអ្នកអាចនឹងមានអារម្មណ៍ច្របូកច្របល់បន្តិចនៅក្នុងរយៈពេលនេះ ព្រោះកិច្ចការដែលថា នឹងទទួលបានផលល្អនោះ វាអាចមានការប្រែប្រួលដោយសារតែមានការរំខានពីអ្នកដទៃ ។ បើចំពោះអ្នកប្រកបមុខរបររកស៊ីជួញដូរវិញ អាចរកផលកម្រៃគ្រាន់បើគួរជាទីគាប់ប្រសើរជាងមុន ។ រីឯបញ្ហាស្នេហាពុំមានផលរមាស់អ្វីនោះឡើយ ។</p>	<p><b>ឆ្នាំកា</b></p> <p>អាចពោលបានថា លោកអ្នកមានសេចក្តីសុខក្នុងជីវិត និងការងារ ព្រោះវិបត្តិ និងភាពស្មុគស្មាញដែលមានកន្លងមកក៏បានរួចស្រាលឡើងវិញមួយកម្រិតផងដែរ ។ បើអ្នកប្រកបមុខរបររកស៊ីវិញ ទោះបីជាចេញទៅជួញដូរនៅទីណាក៏គួរចៀសវាងការដាក់ទុនថ្មី ព្រោះអាចនាំឱ្យខាតបង់ ។ រីឯបញ្ហាស្នេហាភូស្នេហាច្រើនប្រណាលុសឡើង ។</p>
<p><b>ឆ្នាំម្លូ</b></p> <p>នៅក្នុងរយៈពេលនេះ លោកអ្នកទទួលបានសក្តានុពលសាច់ប្រាក់ចំណូលខ្ពស់ក្នុងរយៈពេលនេះ ។ ក្រៅពីនោះក៏នៅទទួលបានដំណឹងល្អដែលមានប្រយោជន៍ដល់ជាតិសិទ្ធិការងាររបស់លោកអ្នកតទៅអនាគតទៀតផង ។ បើអ្នកប្រកបមុខរបររកស៊ីវិញផលកម្រៃទទួលបានកាត់កបគ្រាន់បើ តែហាមកុំជួញដូរវិញប្រយ័ត្នមានបញ្ហាដល់ខ្លួន ។ រីឯបញ្ហាស្នេហាភូស្នេហាអាចមានការកំហុសគ្នាខ្លះ ប៉ុន្តែមិនធ្ងន់ធ្ងរនោះទេ ។</p>	<p><b>ឆ្នាំរោង</b></p> <p>លោកអ្នកគួរប្រុងប្រយ័ត្នចំពោះការនិយាយស្តីបន្តិច ពីព្រោះអាចនឹងមានគូសត្រូវចាំចាប់ទោសកំហុសមូលបង្កាច់បង្កូចក្តីឈ្មោះរបស់លោកអ្នកឱ្យប្រែក្លាយទៅជាស្នេហាស្នេហា ។ សម្រាប់អ្នកប្រកបមុខរបររកស៊ីជួញដូរវិញមានក្រុមមនុស្សតាមឈ្មោះនិមន្តច្រើន ដូចនេះត្រូវប្រយ័ត្នបន្តិចចៀសវាងការបរាជ័យ ។ រីឯបញ្ហាស្នេហាមានភាពចម្រុះចម្រាស់ដាក់គ្នាបន្តិចបន្តួច ។</p>	<p><b>ឆ្នាំរោង</b></p> <p>រាល់កិច្ចការសព្វបែបយ៉ាងលោកអ្នកអាចជួបនឹងបញ្ហាខ្លះៗនាគ្រាដំបូង ប៉ុន្តែក្រោយមកមិនមានអ្វីជាឧបសគ្គរារាំងទៀតឡើយ ។ ចំពោះអ្នកប្រកបមុខរបររកស៊ីជួញដូរវិញ មានការទិញចូលលក់ចេញគ្រាន់ បើអាចរកផលកម្រៃគ្រាន់បើគួរជាទីគាប់ប្រសើរជាងមុន ។ រីឯបញ្ហាស្នេហាមានភាពផ្អែមល្អ និងស្រស់ស្រាយប្រៀបដូចត្រីក្នុងទឹកស្អាតដូរខែវិសាដូរខែផងដែរ ។</p>	<p><b>ឆ្នាំច</b></p> <p>លោកអ្នកនឹងទទួលបាននូវសក្តានុពលសាច់ប្រាក់ចំណូលខ្ពស់ក្នុងរយៈពេលនេះ ព្រោះវិបត្តិ និងមិត្តរួមការងារយ៉ាងច្រើនគួរឱ្យពេញចិត្ត ។ លើសពីនេះទៅទៀតគម្រោងការដែលបានត្រៀមទុកនឹងបានប្រែដូចបំណងទៀតផង ។ បើអ្នកប្រកបមុខរបររកស៊ីវិញ គួរជួញដូរនៅទីជិតៗ ទើបសមប្រកប ។ រីឯបញ្ហាស្នេហាភូស្នេហាច្រើនប្រណាលុសឡើង ។</p>
<p><b>ឆ្នាំទាប</b></p> <p>ក្នុងរយៈពេលនេះលោកអ្នកជួបនឹងបញ្ហាខាងផ្លូវចិត្តមិនសូវជាសប្បាយរីករាយប៉ុន្មាននោះទេ តែប្រសិនបើចង់ទទួលបានផលពីការងារនោះ ចូរធ្វើចិត្តឱ្យត្រជាក់ ទើបបានសម្រេចដូចបំណង ។ បើអ្នកប្រកបមុខរបររកស៊ីជួញដូរវិញ គឺមានការប្រទាំងប្រទើសជាមួយអ្នកមានមុខរបរដូចគ្នា ដូចនេះគួរបើកចិត្តឱ្យទូលាយ ។ រីឯបញ្ហាស្នេហាមានការកាចិត្ត ព្រោះតែម្នាក់ៗចង់ចាញ់ឈ្នះគ្នានោះឯង ។</p>	<p><b>ឆ្នាំឃ្នាញ</b></p> <p>រាល់ការស្មុគស្មាញដែលធ្លាប់កើតមានលើលោកអ្នកក្នុងពេលនេះ នឹងត្រូវអហោសិកម្មទាំងអស់ហើយទ្រព្យដែលរកបានចេញពីដៃទៅនឹងវិលត្រឡប់មកវិញយ៉ាងគ្រប់គ្រាន់ ។ ចំពោះអ្នកប្រកបមុខរបររកស៊ីជួញដូរវិញ ត្រូវគិតគូរឱ្យបានច្បាស់លាស់មុននឹងដាក់ទុនថ្មី ទើបមិនខាតបង់រាល់ការចំណាយទាំងនោះ ។ រីឯបញ្ហាស្នេហាត្រូវចេះពូនជ្រោយចំណងស្នេហាដោយមានភាពផ្អែមល្អ ទើបជាការប្រសើរ ។</p>	<p><b>ឆ្នាំឆ្មារ</b></p> <p>រាល់ការបំពេញការងាររបស់លោកអ្នកក្នុងរយៈពេលនេះ សុទ្ធតែផ្តល់នូវអត្ថប្រយោជន៍គួរឱ្យជាទីពេញចិត្ត ទាំងអស់គ្នាអ្វីមករាំងស្ទះឡើយ ហើយជាងនេះទៀត នោះគម្រោងការដែលបានត្រៀមទុកជាយូរមក ហើយក៏នឹងបានសម្រេចផងដែរ ។ បើអ្នកប្រកបមុខរបររកស៊ីវិញ មានការរីកចម្រើនលូតលាស់ទៅមុខជាលំដាប់ ។ រីឯបញ្ហាស្នេហាច្រើនយល់ចិត្តគ្នា និងនឹករលឹកគ្នាបើនៅឆ្ងាយ ។</p>	<p><b>ឆ្នាំស្រី</b></p> <p>រាល់កិច្ចការដែលលោកអ្នកបង់ប្រាក់ថ្នាំជាយូរមកហើយនោះក្នុងរយៈពេលនេះ គឺបានសម្រេចបំណងហើយគ្មានអ្វីមករាំងស្ទះនោះទេ ហើយរាល់ការបង់យាយីពីមនុស្សដែលមានបំណងមិនល្អមកលើលោកអ្នកនោះក៏មិនបានសម្រេចដែរ ។ បើអ្នកប្រកបមុខរបររកស៊ីវិញអាចពង្រីកអាជីវកម្មឱ្យចម្រើនទៀតបាន ។ ឯបញ្ហាស្នេហា គួរស្តាប់អីវិយាមានភាពសុខដុមរមនាគ្មានផលរមាស់អ្វីឡើយ ។</p>



# មានមធ្យោបាយប្រសើរមួយ ។

អ្នកមិនគួរចាំបាច់ប្រឹងហូសហេតុពេកដើម្បីមានសុខភាពល្អទេ ។

នោះគឺជាមូលហេតុដែលផែនការ CHIP និង Medicaid របស់យើងផ្តល់ជូន៖

- សមាជិកភាព Y និង Fitness Center
- Weight Watchers®

តម្លៃរហូតដល់ត្រឹមតែ \$1,100 ក្នុងមួយឆ្នាំ!

**HP HEALTH PARTNERS**

1-800-553-0784  
www.healthpart.com



Pennsylvania's Children's Health Insurance Program  
ដើម្បីរក្សាបំណងក្នុងការថែទាំអស់។

www.chipcoverspakids.com

**Kidz PARTNERS**  
ជំនួយសម្រាប់ក្មេងៗរបស់ HEALTH PARTNERS

1-888-888-1211  
www.kidzpartners.com

# ផ្សារអាត្លង់ទិក

Atlantic Market

135 main St, Danbury, CT 06810

203-830-3068



ផ្សារនេះមានម្ចាស់ឈ្មោះ ដាន់ ស៊ីង បើកលក់ដូរតាំងពី១០ឆ្នាំមកហើយ ជាពិសេសយើងជាអ្នកលក់ត្រីស្រស់ៗនៅក្នុងក្រុង ។ បន្ថែមពីលើលក់ត្រីស្រស់ យើងមានលក់បន្លែសម្រាប់ម្ហូបអាស៊ី ។

យើងទទួលយក : American Express -លុយសុទ្ធ -Debit card -Master Card -Visa

បើកទ្វារ : ថ្ងៃច័ន្ទ ម៉ោង ៩:៣០ព្រឹក ដល់៧ល្ងាច/ ថ្ងៃអង្គារ ដល់ថ្ងៃសៅរ៍ ៩:៣០ដល់៨ល្ងាច/ ថ្ងៃអាទិត្យ ៩:៣០-៧:០០



## ទិញវត្ថុធាតុដើមល្អឥតគិតថ្លៃ

**តម្រូវការ ១៤ អត្ថន័យមេរុ និងជំនឿថ្វាយព្រះភ្លើង...**

ចង់បានសន្តិភាពព្រះអង្គបានទតឃើញវែងឆ្ងាយ ពីពិភពលោកមួយដែលប្រកួតប្រជែង និងហែក ហូរគ្នាមិនចេះឈប់ឈរ ។ ព្រះអង្គបានដាក់ ប្រទេសជាប្រទេសអព្យាក្រឹតមិនចូលបក្សសម្ព័ន្ធ ។ ព្រះអង្គដាក់នយោបាយប្រទេសទំនាក់ទំនង ចំណងមិត្តភាពគ្រប់និទ្ទាភាពជាមួយលទ្ធិនយោបាយ លើលោក ។ ឯក្នុងប្រទេសវិញព្រះអង្គដើរតួនាទី យ៉ាងសំខាន់ក្នុងការបង្រួបបង្រួមជាតិដែលការ បង្រួបបង្រួមនេះព្រះអង្គត្រូវបានប្រជារាស្ត្រឱ្យ ងារជាបិតាឯករាជជាតិបិតាបង្រួបបង្រួមជាតិ ។

ប៉ុន្តែទោះបីយ៉ាងនេះក៏ដោយប្រទេសកម្ពុជា របស់ព្រះអង្គត្រូវបានពួកប្រទេសមានមហិច្ឆតា អាក្រក់នានាមិនឱ្យព្រះអង្គ និងប្រទេសព្រះអង្គ និងប្រជារាស្ត្ររបស់ព្រះអង្គបានសុខឡើយ ។ ពួក គេបានរុញខ្មែរឱ្យបែកបាក់ និងកម្ទាត់ព្រះអង្គ ដែលពួកគេគ្រប់គ្នាឱ្យឈ្មោះថា ប្រទេសកម្ពុជា របស់ព្រះអង្គកើតសង្គ្រាមស៊ីវិល ។ ប៉ុន្តែសម្រាប់ ព្រះអង្គវិញ មិនបានហៅសង្គ្រាមនោះជាសង្គ្រាម ស៊ីវិលទេ ព្រះអង្គបានហៅសង្គ្រាមនៅកម្ពុជា កន្លងមកថា "សង្គ្រាមដែលបង្កឡើងដោយពួក

បរទេស(Six)!" ។ ប៉ុន្តែទោះបីមានការកម្ទាត់ ព្រះអង្គដោយខុសច្បាប់ហើយព្រះអង្គគ្មានអំណាច ដូចពួកគេក៏ដោយ ក៏ស្ទើរគ្រប់របបដែលប្រឆាំង ព្រះអង្គតែងតែមិនអាចយកឈ្នះព្រះអង្គដោយ

យ៉ាងហើយរបបនេះគ្មានព្រះអង្គក៏ទទួលរាជ័យ ។ វិធានរបបនៃចលនាស្ម័គ្រភាគី ក៏ត្រូវការពឹងនូវ ព្រះកិត្តិយសព្រះអង្គហើយ ព្រះអង្គក៏ប្រើប្រាស់ នូវទេពកោសល្យនយោបាយដ៏ប៉ិនប្រសព្វទាម



ពិធីផ្សព្វព្រះបរមសព

**NECC**  
*New England Community Care*  
 www.newenglandcommunitycare.com

**មជ្ឈមណ្ឌល ញូអង់គ្លែន**  
**ថែទាំសុខភាព ប្រចាំថ្ងៃ សម្រាប់មនុស្សចាស់ៗ**

81 Bridge Street Lowell, MA 01852  
 www.newenglandcommunitycare.com

Speaks Khmer: Senghap Rouen, 978-944-4182  
 Lynne Brown-Zounes, Program Director, 978-441-0000

ពួកគេតែងតែត្រូវការព្រះអង្គ និងកេងចំណេញ ពីកិត្តិយសរបស់ព្រះអង្គដើម្បីពង្រឹងអំណាច នយោបាយរបស់ពួកគេ ។ ដូចជារបបរដ្ឋប្រហារ លន់នល់ដែលគាំទ្រដោយអាមេរិកក្រោយពី ផ្តល់របបព្រះអង្គដោយខុសច្បាប់ក៏របបនេះមិន អាចស្ថិតស្ថេរបានយូរដែរ ។ ពួកចលនាកុម្មុយ និស្តខ្មែរក្រហមដែលឈ្នះរបបរដ្ឋប្រហារ លន់ នល់ ពួកគេក៏បានពឹងពាក់ព្រះកិត្តិយសព្រះអង្គ ហើយក៏យកជ័យជំនះលើរបប លន់ នល់ បាន ជោគជ័យដែរ ។ ប៉ុន្តែរបបនេះក៏ចាប់ព្រះអង្គឃុំ

ទារឱ្យរៀនណាមដកទ័ពចេញកម្ពុជា ហើយ អ.ស.ប ទទួលស្គាល់កម្ពុជា ។ ការបង្រួបបង្រួម ថ្មីមួយក៏បានសម្រេចឡើងវិញ និងនាំមកនូវ សន្តិភាព ។ បន្ទាប់មកព្រះអង្គក៏យាងវិលត្រឡប់ មកបង្កើតរបបរាជានិយមលើកទី២ ហើយព្រះអង្គ ក៏ឡើងគ្រងរាជ្យសម្បត្តិផងដែរ ដែលប្រទេស លើពិភពលោកកម្រមាន ។ ហើយមុនព្រះអង្គ យាងចូលទិវង្គត់ព្រះអង្គក៏បានរៀបចំឱ្យព្រះរាជ បុត្រព្រះអង្គស្នងរាជជាមុនចៀសវាងអត់ពីព្រះអង្គ ទៅកម្ពុជានឹងជួបវិបត្តិរាជបង្ខំ ។

**• BEER • WINE • COFFEE**

**SOC TRANG**  
 VIETNAMESE RESTAURANT

413  
 736-9999

113 VERMONT STREET, SPRINGFIELD, MA 01108

យើងមានសេចក្តីរីករាយ និងសូមអញ្ជើញលោកអ្នកព្រមទាំងគ្រួសារ អញ្ជើញមកពិសារម្ហូបពិសេស ចំអិនដោយចុងភៅដ៏ជំនាញរបស់យើង និងលំហែរកាយនៅសាលពិសារភោជនាហារ ដែលរៀបចំយ៉ាង ប្រណិតសំរាប់ទទួលលោកអ្នក ។

**ACCEPTING NEW PARTY BOOKINGS, ASSOCIATION MEETINGS, BIRTHDAYS ETC 200 PEOPLE CAPACITY.**

**ម្ហូបពិសេស**

- ▶ មានហ្វី - មានគុយទាវ - មានបាយស្រូប មានគ្រឿងក្អែម
- ▶ មានបំរែភេសជ្ជៈស្រាហ្វឺ និងភេសជ្ជៈមានសុភាពិច

**SPECIALS:**  
 \*PHO \* NOODLES \*RICE COMBO  
 \*SERVE BEER, LIGHT ALCOHOL DRINKS.

ចូលកក់ពិធីជប់ល្បែង ឬ ធ្វើការប្រជុំរបស់សមាគម ឬ ធ្វើបុណ្យខួបកំណើត...  
 (សុខុមាលមិនពិតឆ្នៃ - យកតែឆ្នៃបំរើម្ហូប)  
**Open Monday-Sunday 9 a.m. - 9 p.m. Closed Thursdays**

“She tells me all the time  
I’m so happy.  
She loves being home with us.”



CAREGIVER™  
HOMES

Caregiver Homes™ helps  
elders and individuals  
with disabilities enjoy a  
high quality of life at home

- Pays & trains a full-time, live-in caregiver
- Provides professional support from a dedicated nurse and care manager
- Helps you find & access all necessary services

For more information, call **866.797.2333** or visit our website.

**WWW.CAREGIVERHOMES.COM**

# មជ្ឈមណ្ឌលសុខភាពពេលថ្ងៃសម្រាប់ជនពេញវ័យ

## HOME AWAY FROM HOME ADULT DAY HEALTH CENTER

នៅពេលលោកអ្នក ឬមនុស្សសំណាញ់ចិត្តរបស់លោកអ្នកត្រូវការគេចូលនៅពេលថ្ងៃ មជ្ឈមណ្ឌលយើងមានសេវាកម្ម អ្នកថែទាំមាតិកាជីវៈ អាចនិយាយភាសាអង់គ្លេស ខ្មែរ ចិន និងស្ប៉ានីសបាន ។



### យើងអាចផ្តល់ជូនសេវា ដូចតទៅ :

- ថែទាំ សំអាត ធ្វើការសង្គមកិច្ចជូន និងព្យាបាលរាងកាយ
- ដឹកជញ្ជូនទៅមកពីផ្ទះទៅមជ្ឈមណ្ឌល និងទៅជួបពេទ្យ
- នាំចេញទៅកោដនីយដ្ឋានខ្មែរ -ទៅទិញវ៉ាន់ផ្សេងៗ ឬទៅមើលកន្លែងវប្បធម៌នានា
- មានការស្តាប់ និងលេងភ្លេង មើលកូន កំសាន្តល្បែង ថ្នាក់សិក្សា និងការហាត់ប្រាណរាល់ថ្ងៃ
- បើកទ្វារពីថ្ងៃច័ន្ទដល់ថ្ងៃសៅរ៍ ពីម៉ោង៧ព្រឹកដល់៤ល្ងាច ឬក៏ប្តូរម៉ោងក៏បានតាមតម្រូវការ

### យើងទទួល អ៊ុនស៊ូរិស ភ្ញៀវគ្រប់មុខ

- Mass Health • Evercare • Navicare • Senior Whole Health • Elder Services of the Merrimack Valley

### Our Services and Programs

- Nursing, social work and physical therapy
- Transportations
- Breakfast, lunch and snacks
- Outings to Cambodian restaurants, shopping, and cultural events
- Entertainments, spiritual classes and exercise daily

សូមទាក់ទងទៅ ខារិន បន គ្រារីហ្គាន់ (Karen Bond Garrigan) 978-453 Home (978-453-4663) ដើម្បីនាំទៅមើលមជ្ឈមណ្ឌល

Conveniently located at 150 Industrial Avenue East in Lowell, right off the Lowell Connector

Open Monday-Friday 7-4 and Saturday 7:30-2:00 PM

www.homeawayfromhomeADHC.com

# Collegiate Charter School of Lowell

សាលារៀនអន្តរជាតិ និងបើកថ្មី បង្រៀន\_សម្រាប់ទៅមហាវិទ្យាល័យ ផ្ដើមបើក នៅខែកញ្ញា ២០១៣ នេះហើយ ហើយផ្តល់សេវាខ្សែសិស្សតាំងពីថ្នាក់មត្តេយ្យដល់ថ្នាក់ទី៥

## អនុវិទ្យាល័យ ធារថេរ នៃក្រុងឡូវែល

**ផ្ដើមចុះឈ្មោះ ហើយ !**



- ▶ កម្មវិធីត្រៀមទៅវិទ្យាល័យ
- ▶ មានឯកសណ្ឋានសិស្ស
- ▶ បង្រៀនវិទ្យាសាស្ត្រ
- ▶ សង្កត់លើគណិតវិទ្យា និង អង់គ្លេសខ្លាំង
- ▶ ពេលរៀនច្រើនក្នុង១ថ្ងៃ
- ▶ ក្រុមវិទ្យាមានច្បាស់លាស់
- ▶ មានក្តីសង្ឃឹមខ្ពស់

- ▶ សាស្ត្រាចារ្យមានសញ្ញាប័ត្រខ្ពស់
- ▶ ការចូលរួមរបស់ឪពុកម្តាយ
- ▶ កម្មវិធីកំសាន្តក្រៅយ៉ាងសប្បាយ
- ▶ កម្មវិធីមុននឹងក្រោយម៉ោងរៀន
- ▶ កន្លែងថ្មីស្អាត និងសុវត្ថិភាព
- ▶ ពង្រីកដល់សាលាដែលមាន ថ្នាក់កំរិត១២
- ▶ សិក្សាឥតយកតម្លៃជាសាធារណៈ



**ការិយាល័យចុះឈ្មោះ**  
 1857 Middlesex Street, Lowell, MA 01851  
 Phone: (978) 458-1399  
 E-mail: [LCCS@sabis.net](mailto:LCCS@sabis.net)  
[www.LCCS.SABIS.net](http://www.LCCS.SABIS.net)

Member of the SABIS® School Network