សារព័ត៌មាន ខ្មែរផុស ស.រ.អា
Free
KhmerPost USA
FREE BIWEEKLY CAMBODIAN ENGLISH NEWSPAPER SINCE 2007
978-677-7163 • VISIT KHMERPOST.US

ព័ត៌មានសំខាន់ៗខាងក្នុង...

វិបត្តិនៅប្រទេស"វេណេស៊ុយឡា"

សូមអាននៅទំព័រទី ០៤

"ក្រុងបងប្អូន"រវាងឡុងប៊ិច និងរាជធានីភ្នំពេញ...

សូមអាននៅទំព័រទី ០៣

ទស្សន៍ទាយថ្ងៃចូលឆ្នាំចិន

សូមអាននៅទំព័រទី ០៧

ភាពមិនស្របច្បាប់នៃការតែងតាំង...

សូមអាននៅទំព័រទី ០៨

Robert Garcia Became Long

Please Read Page 13

សុន្ទរកថា ប្រចាំឆ្នាំជូនប្រជាជាតិរបស់ប្រធានាធិបតីសហរដ្ឋអាមេរិក

ខ្មែរផុសស.រ.អា.

នាពាក់កណ្តាលអាណត្តិ លោកប្រធានាធិបតី-អាមេរិកាំងឌុណល ត្រុម បានត្រូវអញ្ជើញឱ្យមកថ្លែងសុន្ទរកថា ស្តីពីស្ថានភាពសហភាពជាតិ នៅចំពោះមុខដំណាងរាស្ត្រនៃសភាជាតិ កាលពីថ្ងៃទី៥ កុម្ភៈ ២០១៩ តទៅទំព័រទី ២២

អនុប្រធានាធិបតី ម៉ាយ ផេន ប្រធានាធិបតី ដណល ត្រុម លោកស្រី ប៉ូលូ ហ្ស៊ី

"ស្ត្រីតម្បាញឡូវែល"ចូលក្នុងប្រវត្តិសាស្ត្រលើប្រាក់២៥សេនអាមេរិកាំង

ដោយខ្មែរផុសស.រ.អា.

ព្រឹកថ្ងៃទី៥កុម្ភៈ២០១៩ វេលាម៉ោង១១ព្រឹក ក្រុមថ្នាក់ដឹកនាំឧទ្យានជាតិបានរៀបចំពិធីសម្ពោធន៏ប្រាក់កាក់២៥សេន ដែលមានរូប"ស្ត្រីតម្បាញឡូវែល" នៅពីខាងខ្នង ដែលជាថ្មីម្តងទៀត ឡូវែលបានត្រូវជ្រើសរើសឱ្យចូលទៅក្នុងប្រវត្តិសាស្ត្រនៃតំបន់សេដ្ឋកិច្ចដ៏យូរឆ្នាំ ថែរក្សាឱ្យនៅតែជាតំបន់ ដែលគួរឱ្យចាប់ចិត្តរស់នៅ ហើយឥឡូវរឹតតែល្បីល្បាញថែមទៀត ដោយសារតែឈ្មោះឡូវែល បានត្រូវចារុនៅលើផ្ទាំងកាក់២៥សេន ហើយដែលគេចាយពេញទាំងសហរដ្ឋអាមេរិក ។

មនុស្សប្រមាណ៥០០នាក់ បានមកស្តាប់សេចក្តីថ្លែងការរបស់នាយិកានៃឧទ្យាន ស្តាប់សម្តីលោកស្រីនីគី សុងគ្គាស អតីតសមាជិកសភារដ្ឋម៉ាសាឈូសិត ស្តាប់លោកស្រីនាយកមហាវិទ្យាល័យ ដែលមកផ្តល់កិត្តិយសឱ្យដល់ពិធីសម្ពោធន៏ ដ៏អស្ចារ្យសម្រាប់ជាមោទនភាពរបស់ប្រជាពលរដ្ឋនៅឡូវែលទាំងអស់ ។

គោលដៅនៃការបោះប្រាក់កាក់នេះ មិនមែន

តទៅទំព័រទី ២១

Massachusetts Asian Community Celebrates Lunar New Year, the 'Year of the Pig' in February 2019

Celebrations include music, dance, cuisine, parades and community events

By KhmerPost USA

Lunar New Year is known by many names: the Vietnamese call their celebration Tết, while South Koreans call theirs Wondan and in China it is simply called Chinese New Year.

"Asian-Americans are part of the rich mosaic of races, nationalities and ethnic groups in Massachusetts," said Assistant Secretary of Business Development & International Trade Nam Pham. "We invite all residents and visitors to participate in these celebrations and learn about the state's vibrant Asian-American community."

2019 is designated as the Year of the Pig, the twelfth Chinese zodiac sign.

"Historically, the Chinese calendar was based upon the lunar cycle, and Lunar New Year signified the beginning of the new planting cycle for agriculture," said Susan Cho of the Chinese Consolidated Benevolent Association of New England (CCBA).

The Massachusetts Office of Travel & Tourism (MOTT) has compiled a schedule of Lunar New Year activities in February to highlight the cultural traditions of Chinese, Korean, Vietnamese and other Asian-American ethnic communities in the Bay State. Events range from music concerts and art exhibits to culinary events and community parades.

KhmerPost USA picks a few favorite events and recommends our readers to attend these celebrations to enjoy the cultures and traditions during this Lunda New Year. Amongst many celebration events across Mas

Continued to Page 05

មណ្ឌលពិនិត្យសុខភាពឡូវែល

Lowell Primary Care Center

លោកវេជ្ជបណ្ឌិត ម៉ី សុខារិទ្ធ, M.D.

Sokharith Mey, M.D. Chhan Touch, C.N.P.

ឥឡូវនេះបើកទទួលយកអ្នកជំងឺថ្មី

Now Accepting New Patients

ជំងឺទូទៅ សុខភាពផ្លូវចិត្ត

Family Medicine & *Behavioral Health*

អាស័យដ្ឋាន

1075 Westford Street, Unit 204 • Lowell, MA 01851 • (978) 455-7992

ទទួលយកម៉ាសហេល។ មេឌីឃែ និងធានារ៉ាប់រងសខភាពផ្សេងៗទៀត

បុគ្គលិករបស់យើងខ្ញុំនិយាយភាសាខ្មែរ

We Accept MassHealth, Medicare and Other Health Insurances

Our Staff Speaks Khmer • Plenty of Free Parking

“ក្រុងបងប្អូន” រវាងឡុងប៊ីចនឹងរាជធានីភ្នំពេញដល់ណាហើយ?

ដោយ ពិន សំខុន

អភិបាលក្រុងរាជធានីភ្នំពេញ លោក ហុង ស្រេង ទើបនឹងចុះហត្ថលេខាជាមួយអភិបាលក្រុងឡុងប៊ីច លោក រ៉ូបឺត គ្គាស្យា- Robert Garcia ភ្ជាប់ទំនាក់ទំនងផ្លូវការជា“ក្រុងបងប្អូន”កាលពីថ្ងៃ ២៨មករា ២០១៩ នៅទីក្រុងភ្នំពេញ។ នេះគឺជាការភ្ជាប់ទំនាក់ទំនងបន្តពីទំនាក់ទំនងចាស់ដែលមានរួចមកហើយ តាំងពីខែតុលា ឆ្នាំ១៩៨៣ មុនមក។

ក្នុងដំណើរទៅកាន់ប្រទេស៣ របស់លោកអភិបាលរបស់ក្រុងដ៏សម្បូរជនជាតិខ្មែរច្រើនបំផុតរស់នៅក្នុងសហរដ្ឋអាមេរិក គឺទៅកាន់ ១-ប្រទេសសឹង្ហបូរី ជាកំពង់ផែដ៏សំខាន់ជាងគេមួយនៅមាត់ទ្វារអាស៊ី២-ប្រទេសវៀតណាមក៏មានសហគមន៏ដ៏ធំមួយរបស់ប្រទេសខ្លួននៅឡុងប៊ិច នឹង៣-កម្ពុជាក៏ដូចគ្នា, លោកអភិបាល គ្គាស្យា បាននាំប្រតិភូផ្នែកសេដ្ឋកិច្ច-អភិវឌ្ឍន៏-ទេសចរ ទៅជាមួយក្នុងបំណងពង្រឹងទំនាក់ទំនងសេដ្ឋកិច្ចជាមួយប្រទេសទាំង៣នោះ ជាពិសេសលោក ត្រេស៊ុ អេសគូ ដែលជាប្រធានកំពង់ផែកាលីថ្វ័រញ៉ា សម្រាប់នាំទំនិញចេញចូលដ៏ធំបំផុត នាឆ្នេរខាងលិច និងលោកបាស៊ីន ឆាន្ទូ- មនោរម្យ ណេត ជាប្រធាន និងជាអនុប្រធានសមាគម “ក្រុងខ្មែរ”ប្រចាំក្រុងឡុងប៊ិចទៅអមដំណើរជាមួយលោកផងដែរ។

ក្នុងបំណងពង្រឹងទំនាក់ទំនង ដែលនឹងផ្តល់ផលប្រយោជន៏ដល់ប្រទេសទាំងសងខាង, លោក គ្គាស្យា បានបើកទ្វារកំពុងផែរនៅតំបន់លោក ទៅរកប្រទេសកម្ពុជា ដែលសហរដ្ឋអាមេរិកកំពុងតែប្រកួតប្រជែងឥទ្ធិពលគ្នាយ៉ាងខ្លាំងជាមួយនឹងប្រ-ទេសចិនក្រហម តែមកទល់ពេលនេះ សហរដ្ឋពុំទាន់បានពង្រឹងសេដ្ឋកិច្ចខ្លួននៅទីនោះ នៅឡើយទេ។ ថ្វីត្បិតតែរូបភាពទំនាក់ទំនងនេះជារូបភាពនយោបាយ វានឹងបានផលចំណេញមុខមាត់ដល់រដ្ឋបាលលោក ហ៊ុន សែន ខ្លះមែនហើយ តែប្រជាពលរដ្ឋខ្មែរភាគច្រើនដែលជាប្រជាជនភៀសខ្លួនពីរបបកុម្មុយនិស្ត នៅតែមើលឃើញថា វានឹងផ្តល់ជាជំនួយសេដ្ឋកិច្ចដល់ប្រជាពលរដ្ឋតូចតាច ដែលជាកសិករកម្មករពាណិជ្ជករបានច្រើននៅកម្ពុជាដែរ, ចំណែកឯនៅសហរដ្ឋវិញ គេនៅតែគាំទ្រអ្នករកស៊ីនាំទំនិញពីកម្ពុជាជាដ៏រាប ជាពិសេសទំនិញដែលនាំមកពីកម្ពុជា ឬមកពីវៀតណាម តែងទទួលការត្រួតពិនិត្យសុវត្ថិភាពនឹងសុខភាពយ៉ាងតឹងតែងមិនដែលខាននោះទេ។

ពិធីចុះហត្ថលេខាបន្តក្រុងបងប្អូន

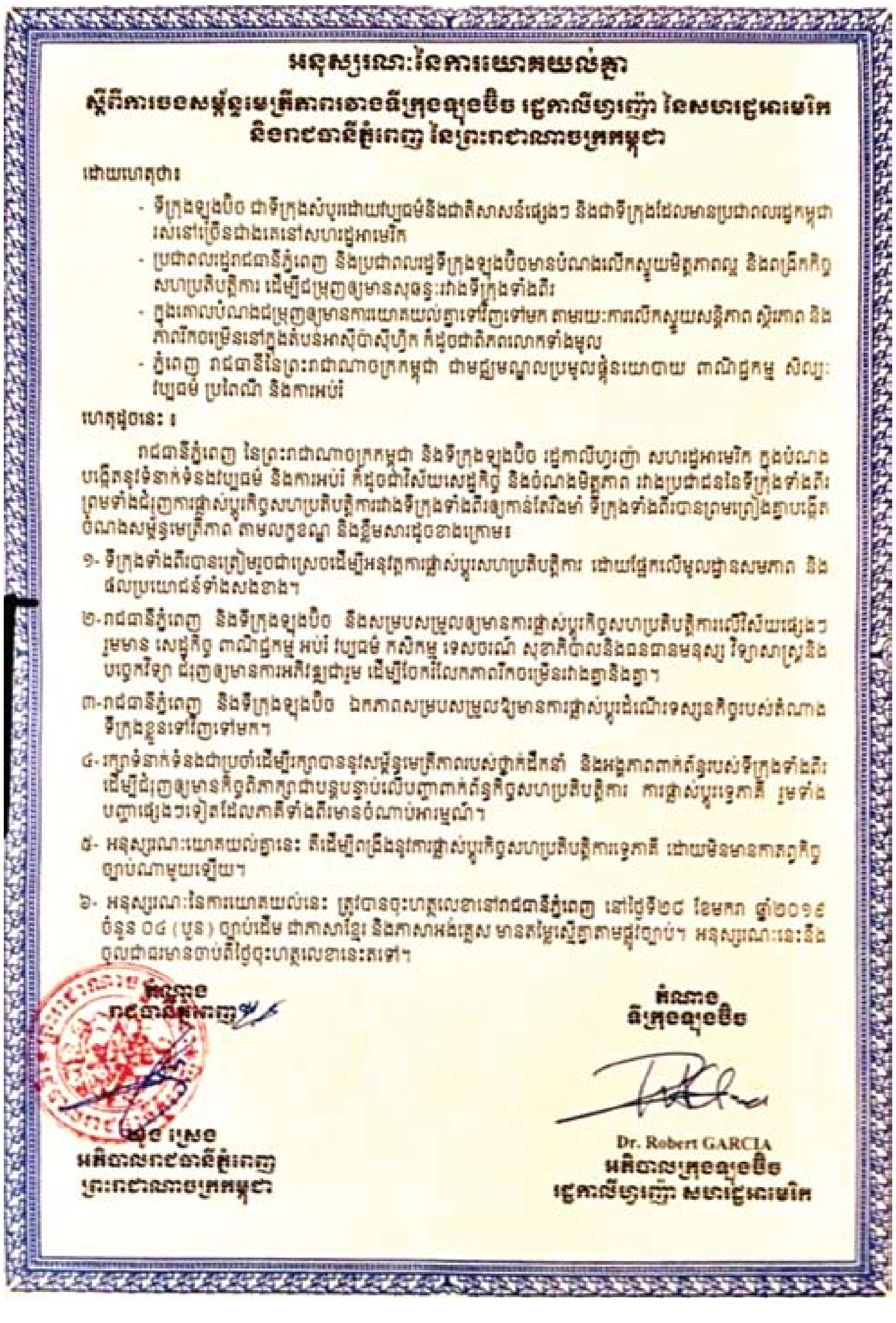
នៅឡូវែលដែលជា“ក្រុងខ្មែរ”ធំលំដាប់ទី២ ក៏ធ្លាប់បានចុះហត្ថលេខាជា“ក្រុងបងប្អូន”ជាមួយរាជធានីភ្នំពេញដោយលោកអភិបាលក្រុង រ៉ូតនី អេលីយ៉ុត ដែរ, ដោយសារការភ្ជាប់ទំនាក់ទំនងនេះ ពលរដ្ឋនៅឡូវែលមានការងារស្រួលនឹងប្រៀបធៀបការវិវត្តន៏របស់ក្រុងឡុងប៊ីច ដែលមិនដាច់ទំនាក់ទំនងវប្បធម៌ក៏ដូចជាសេដ្ឋកិច្ចឬពាណិជ្ជកម្មទៅវិញទៅមកជាមួយភ្នំពេញនោះទេ, ក្រោយមកក៏មានការទាក់ទងខាងហិរញ្ញវត្ថុ ឬឧស្សាហកម្មខ្នាតធំជាមួយកម្ពុជា ដែលមានពេលខ្លះធ្វើឱ្យពលរដ្ឋមានការសង្ស័យថា មានកំណើនអំពើពុករលួយរបស់ ជនឧក្រឹដ្ឋលាងលុយមកពីកម្ពុជា ចូលមកតំបន់របស់ខ្លួន ។ “ការសង្ស័យ”ក៏អាចធ្វើឱ្យមានការស៊ើបអង្កេតឬក៏មានការចាប់ខ្លួន បើគេរកឃើញអំពើក្រខ្វក់មែននោះ គឺនេះហើយជាផ្នែកល្អនៃសហរដ្ឋ ដែលជាប្រទេសប្រើច្បាប់ការពារភាពសុច្ចរិតយុត្តិធមិក្នុងប្រទេសរបស់គេនឹងក្នុងតំបន់គំរូនេះក៏អាចផ្តល់ជាមេរៀនដល់របប ដែលប្រព្រឹត្តអំពើពុករលួយបាន, បន្ថែមពីលើនេះ ទង្វើប្រុងប្រយ័ត្ននេះនឹងរក្សាមិត្តភាពរវាងប្រទេសនឹងប្រទេសល្អប្រសើរបាន យូរ។

ព្រះមហាក្សត្រខ្មែរ ព្រះបាទនរោត្តម សី-ហមុនី បានផ្តល់កិត្តិយស ទទួលភ្ញៀវមកពីសហរដ្ឋយ៉ាងកក់ក្តៅបំផុត នៅក្នុងព្រះបរមរាជវាំង-គណប្រតិភូក៏បានបន្តដំណើរទៅជួបរដ្ឋមន្ត្រីក្រសួងដឹកជញ្ជូន ក្រសួងពាណិជ្ជកម្ម ក្រសួងទេសចរនឹងក្រសួងហិរញ្ញវត្ថុ ជូនដំណើរដោយលោក ឯកអគ្គរដ្ឋទូតសហរដ្ឋអាមេរិកប្រចាំកម្ពុជាផង។

កំពង់ផែឡុងប៊ិច

ទំនាក់ទំនងជាមួយប្រទេសសឹង្ហបូរី កាលពីឆ្នាំមុន មានសេចក្តីរាយការនិយាយថា“កំពង់ផែឡុងប៊ីចបានបង្កើនសកម្មភាពដឹកជញ្ជូនឆ្នាំ២០១៨របស់ខ្លួនបាន ច្រើនជាងពេលណាទាំងអស់ ហើយលោកនាយកកំពង់ផែ បានឃើញចំនួនការងារបានកើន៣ម៉ឺននាក់ -គេសង្ឃឹមថា ទំនាក់ទំនងថ្មីនេះទៀត ក៏នឹងឃើញមានប្រសិទ្ធិភាពខ្ពស់បន្ថែមសម្រាប់សេដ្ឋកិច្ច ទេសចរ នឹងជីវភាពពលរដ្ឋឡុងប៊ិចជាបន្តបន្ទាប់ជាមិនខានដែរ”។

អភិបាលក្រុងឡុងប៊ិច និងអភិបាលក្រុងភ្នំពេញ


អនុស្សរណៈនៃការយោគយល់គ្នា

ស្តីពីការបង្កើតសម្ព័ន្ធមេត្រីភាពរវាងទីក្រុងឡុងប៊ិច រដ្ឋកាលីហ្វ័រញ៉ា នៃសហរដ្ឋអាមេរិក និងរាជធានីភ្នំពេញ នៃព្រះរាជាណាចក្រកម្ពុជា

ដោយហេតុថា៖

- ទីក្រុងឡុងប៊ិច ជាទីក្រុងសម្បូរដោយវប្បធម៌និងជាតិសាសន៍ផ្សេងៗ និងជាទីក្រុងដែលមានប្រជាពលរដ្ឋកម្ពុជារស់នៅច្រើនជាងគេនៅសហរដ្ឋអាមេរិក
- ប្រជាពលរដ្ឋរាជធានីភ្នំពេញ និងប្រជាពលរដ្ឋទីក្រុងឡុងប៊ិចមានបំណងលើកស្ទួយមិត្តភាពល្អ និងពង្រីកកិច្ចសហប្រតិបត្តិការ ដើម្បីជម្រុញឲ្យមាន[illegible]រវាងទីក្រុងទាំងពីរ
- ក្នុងគោលបំណងជម្រុញឲ្យមានការយោគយល់គ្នាទៅវិញទៅមក តាមរយៈការលើកស្ទួយសន្តិភាព ស្ថិរភាព និងភាពរីកចម្រើននៅក្នុងតំបន់អាស៊ីប៉ាស៊ីហ្វិក ក៏ដូចជាពិភពលោកទាំងមូល
- ភ្នំពេញ រាជធានីនៃព្រះរាជាណាចក្រកម្ពុជា ជាមជ្ឈមណ្ឌលប្រមូលផ្តុំនយោបាយ ពាណិជ្ជកម្ម សិល្បៈ វប្បធម៌ ប្រពៃណី និងការអប់រំ

ហេតុដូចនេះ៖

រាជធានីភ្នំពេញ នៃព្រះរាជាណាចក្រកម្ពុជា និងទីក្រុងឡុងប៊ិច រដ្ឋកាលីហ្វ័រញ៉ា សហរដ្ឋអាមេរិក ក្នុងបំណងបង្កើតនូវទំនាក់ទំនងវប្បធម៌ និងការអប់រំ ក៏ដូចជាវិស័យសេដ្ឋកិច្ច និងចំណងមិត្តភាព រវាងប្រជាជននៃទីក្រុងទាំងពីរ ព្រមទាំងជំរុញការផ្លាស់ប្តូរកិច្ចសហប្រតិបត្តិការរវាងទីក្រុងទាំងពីរឲ្យកាន់តែរឹងមាំ ទីក្រុងទាំងពីរបានព្រមព្រៀងគ្នាបង្កើតចំណងសម្ព័ន្ធមេត្រីភាព តាមលក្ខខណ្ឌ និងខ្លឹមសារដូចខាងក្រោម៖

១- ទីក្រុងទាំងពីរបានត្រៀមរួចជាស្រេចដើម្បីអនុវត្តការផ្លាស់ប្តូរសហប្រតិបត្តិការ ដោយផ្អែកលើមូលដ្ឋានសមភាព និងផលប្រយោជន៍ទាំងសងខាង។

២- រាជធានីភ្នំពេញ និងទីក្រុងឡុងប៊ិច នឹងសម្របសម្រួលឲ្យមានការផ្លាស់ប្តូរកិច្ចសហប្រតិបត្តិការលើវិស័យផ្សេងៗ រួមមាន សេដ្ឋកិច្ច ពាណិជ្ជកម្ម អប់រំ វប្បធម៌ កសិកម្ម ទេសចរណ៍ សុខាភិបាលនិងធនធានមនុស្ស វិទ្យាសាស្ត្រនិងបច្ចេកវិទ្យា ជំរុញឲ្យមានការអភិវឌ្ឍជារួម ដើម្បីចែករំលែកភាពរីកចម្រើនរវាងគ្នានិងគ្នា។

៣- រាជធានីភ្នំពេញ និងទីក្រុងឡុងប៊ិច ឯកភាពសម្របសម្រួលឲ្យមានការផ្លាស់ប្តូរដំណើរទស្សនកិច្ចរបស់តំណាងទីក្រុងខ្លួនទៅវិញទៅមក។

៤- រក្សាទំនាក់ទំនងជាប្រចាំដើម្បីរក្សាបាននូវសម្ព័ន្ធមេត្រីភាពរបស់ថ្នាក់ដឹកនាំ និងអង្គភាពពាក់ព័ន្ធរបស់ទីក្រុងទាំងពីរ ដើម្បីជំរុញឲ្យមានកិច្ចពិភាក្សាជាបន្តបន្ទាប់លើបញ្ហាពាក់ព័ន្ធកិច្ចសហប្រតិបត្តិការ ការផ្លាស់ប្តូរទ្វេភាគី រួមទាំងបញ្ហាផ្សេងៗទៀតដែលភាគីទាំងពីរមានចំណាប់អារម្មណ៍។

៥- អនុស្សរណៈយោគយល់គ្នានេះ គឺដើម្បីពង្រឹងនូវការផ្លាស់ប្តូរកិច្ចសហប្រតិបត្តិការទ្វេភាគី ដោយមិនមានកាតព្វកិច្ចច្បាប់ណាមួយឡើយ។

៦- អនុស្សរណៈនៃការយោគយល់នេះ ត្រូវបានចុះហត្ថលេខានៅរាជធានីភ្នំពេញ នៅថ្ងៃទី២៨ ខែមករា ឆ្នាំ២០១៩ ចំនួន ០៤ (បួន) ច្បាប់ដើម ជាភាសាខ្មែរ និងភាសាអង់គ្លេស មានតម្លៃស្មើគ្នាតាមផ្លូវច្បាប់។ អនុស្សរណៈនេះនឹងចូលជាធរមានចាប់ពីថ្ងៃចុះហត្ថលេខានេះតទៅ។

តំណាង
រាជធានីភ្នំពេញ

ហុង ស្រេង
អភិបាលរាជធានីភ្នំពេញ
ព្រះរាជាណាចក្រកម្ពុជា

តំណាង
ទីក្រុងឡុងប៊ិច

Dr. Robert GARCIA
អភិបាលក្រុងឡុងប៊ិច
រដ្ឋកាលីហ្វ័រញ៉ា សហរដ្ឋអាមេរិក

វិបត្តិនៅប្រទេស"វេណេស៊ូអេឡា"

ខ្មែរផុសស.រ.អា. ថ្ងៃទី៤កុម្ភៈ២០១៩

ប្រទេស"វេណេស៊ូអេឡា"ជាប្រទេស១នៅទ្វីបអាមេរិកខាងត្បូង កំពុងរងគ្រោះនយោបាយដូចកម្ពុជាដែរ... ដោយប្រធានាធិបតី"ម៉ាឌូរ៉ូ" បានធ្វើឱ្យប្រទេសដ៏សម្បូរប្រេងកាតបំផុតរបស់ខ្លួន ធ្លាក់ទៅជាក្ររហេមរហាម រកបាយឱ្យរាស្ត្រហូបមិនបាន -ក្នុងចំណោមប្រជាពលរដ្ឋ៣០លាននាក់ ៣លាននាក់កំពុងរត់ភៀសខ្លួន ទៅជ្រកកោននៅបរទេស អតិផរណាប្រាក់ក្នុងស្រុកធ្លាក់ចុះ១៧៧.០០០ដង មិនអាចទិញ ឬលក់ទំនិញអ្វីបានទៀតទេ ប្រជាពលរដ្ឋក្លាយជាគ្មានប្អូបអាហារ ថ្នាំសង្កូវ បង្ខំខ្លួនឱ្យចាកចេញពីប្រទេស ពីព្រោះប្រធានាធិបតី នីកូលឹស ម៉ាឌូរ៉ូ មិនអនុញ្ញាត្តិឱ្យអង្គការបរទេស នាំជំនួយមនុស្សធម៌ចូលទៅទេ។

លោកប្រធានាធិបតី ម៉ាឌូរ៉ូ រូបនេះ ជាអតីតអ្នកបើកបររថយន្តធំក្នុងសហជីពមួយ បានឡើងកាន់ដំណែងបន្តពីលោកប្រធានាធិបតីមុន គឺលោក ស្ហាវេស៍ កាលពី៧ឆ្នាំមុន (ស្លាប់ដោយសារជម្ងឺមហារីក) ប្រើនយោបាយជាតិគាបសង្កត់ ពុករលួយ អំណាចផ្តាច់ការ -បានជាប់ឆ្នោតបន្តអាណត្តិម្តងទៀត ដោយការក្លែងបន្លំលួចសន្លឹកឆ្នោត កាលពីឆ្នាំខែឧសភាឆ្នាំមុន២០១៨តែមកទល់ពេលនេះប្រទេស៤០មិនទទួលស្គាល់ទេ រាប់ទាំងសហរដ្ឋអាមេរិក សហភាពអឺរ៉ុប ប្រទេសកូឡុមប៊ីដែលមានព្រំប្រទល់ជាប់គ្នាផង។ ថ្វីត្បិតតែមានក្រុមនាយទាហ៊ានគាំទ្រ លោក ម៉ាឌូរ៉ូ នៅក្រាញអំណាចនៅឡើយ តែអំណាចនោះ កំពុងតែរង្គោះរង្គើយ៉ាងខ្លាំងនាពេលនេះ ដោយសារបាតុកម្មប្រជាពលរដ្ឋបានផ្ទុះឡើងជាច្រើនដង ហើយទំនងជាបានផ្តើមរាប់នាទីបញ្ចប់ហើយ។

លោកប្រធានរដ្ឋសភានៃគណបក្សប្រឆាំង វេណេស៊ូឡា ជន គ្វៃនដូ អាយុ៣៥ឆ្នាំ បានប្រកាសខ្លួនឯងយកដំណែងជាប្រធានាធិបតីបណ្តោះអាសន្នជំនួស ម៉ាឌូរ៉ូ ដោយសារតែការបោះឆ្នោតមិនត្រឹមត្រូវនឹងមានប្រជាពលរដ្ឋជាច្រើនបានគាំទ្រ ហើយ

ប្រធានាធិបតី ម៉ាឌូរ៉ូ

ប្រធានរដ្ឋសភា ខ្វៃនដូ

បាតុកម្មគាំទ្រ ខ្វៃនដូ

ធ្វើបាតុកម្មយ៉ាងគគ្រឹកគគ្រេងភ្លាមដែរ ហើយសហរដ្ឋអាមេរិក នឹងប្រទេសជាង៤០ទៀត ក៏ទើបនឹងទទួលស្គាល់ការដណ្តើមដំណែងនេះ, បន្ថែមពីនេះប្រទេសមហាអំណាចបានបង្កកលុយពុករលួយរបស់ ម៉ាឌូរ៉ូ នឹងបក្ខពួក នាពេលថ្មីៗនេះ តែម៉ាឌូរ៉ូ នៅតែធ្វើមិនដឹងមិនឮដដែល។ លោក គ្វៃនដូ បានប្រកាសឱ្យក្រុមទាហ៊ាន ចាកចោលជួរដោយគ្មានការប្រកាន់ទោសអ្វីទេ ហើយក្រុមបាតុករ ក៏បានប្រមូលផ្តុំរឹតតែច្រើនឡើង(ទំនងជាច្រើនលាននាក់) នៅទីក្រុង ការ៉ាកាស នាព្រឹកថ្ងៃសៅរ៍នេះ ទាមទារឱ្យម៉ាឌូរ៉ូចុះចេញពីដំណែង។ ក្នុងឱកាសដែលបាតុករកំពុងតែសម្រុកទម្លាយរនាំងដែកនៃរដ្ឋបាលផ្តាច់ការ មិនមានថ្នាក់ដឹកនាំបក្សប្រឆាំងណាម្នាក់ប្រកាសឱ្យរំសាយមហាបាតុកម្មពលរដ្ឋដោយសារតែខ្លាច

តទៅទំព័រទី១៤

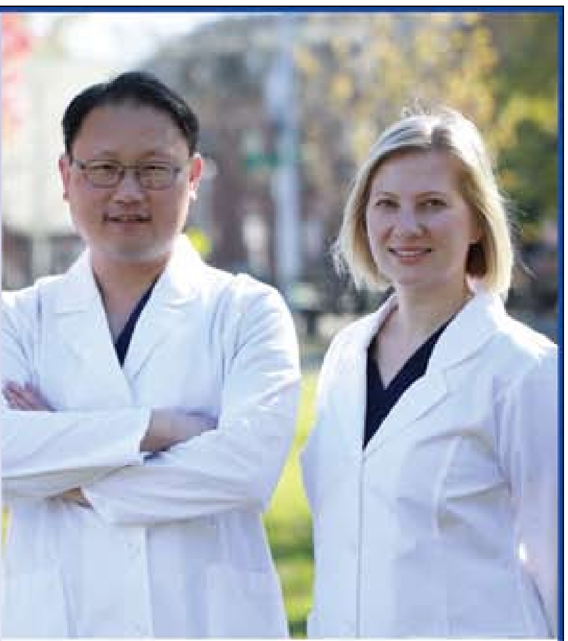
ការបើកសម្ពោធឡើងវិញនៅថ្ងៃទី ១ ខែមិនា ខាងមុខនេះ

សូមមកធ្វើការណាត់ជួបជាមុននៅពេលឥឡូវនេះ

ហើយទទួលបានឧបករណ៍ធ្វើឱ្យធ្មេញសដោយមិនគិតថ្លៃ

យើងនិយាយភាសាខ្មែរ

ទទួលយកធានារ៉ាប់រងពីក្រុមហ៊ុនធំ និងរដ្ឋ



DRACUT FAMILY DENTAL

ពេទ្យធ្មេញ

Dracut Family Dental
14 Loon Hill Road • Dracut, MA 01826
978-955-9005
dracutdental@gmail.com

TOP DENTISTS 2018 AWARDED BY BOSTON MAGAZINE

Continued from page 04

Massachusetts Asian Community...

sachu-setts, the highly anticipa-tion of crowds is the Boston's China-town New Year Parade. It is scheduled to be held at John F. Fitzgerald Sur-face Road on February 17, 2019 from 11am - 4pm. It will feature Chinese traditional Dragon dance, fireworks, music, foods and much more.

Secondly, the Chinese New Year Concert at Berklee College of Music will be held on

Thursday, February 7, 2019 at 8:00 p.m.

Image courtesy of the artists

It is 8th annual celebration among Chinese and other Asian populations at Berklee. The 90-minute concert fo-cuses on the development of Chinese culture and music. Featuring unique ar-rangements of music styles, in-cluding pop, rock, jazz, R&B, and traditional Chinese music—along with dance and other forms of perfor-mance—the show provides the audience with a new perspective on China.

Admission is $10 in advance or $15 day of show. It will be held at the Berklee Performance Center, 136 Mas-sachusetts Avenue, Boston.

Our 3rd pick is the Peabody Essex Museum which will hold a celebration with admission.There will be music, art making and other traditions, includ-ing colorful lion dances performed by Gund Kwok, the only all-women lion dance group in the country. It is sched-uled be held on Saturday, February 16, 2019 from 10 am–4 pm, at East India Square, 161 Essex Street, Salem.

There is an estimate of 426,225 Asian-American residents in the Bay State represent 7% of the population and 20,000+ students from Asia at-tending colleges and universities here,

Illustration by Rebecca Chin

according to the US Census Bureau.

There are 33,875+ Asian-Ameri-can small business in Massachusetts. Lowell has 15% Asian businesses of which mostly are Cambodian owned - that marks the highest percentage of Asian businesses in the city compar-ing to other cities across the state.

Massachusetts also has strong connections with Asia in trade and commerce. In 2017, Massachusetts exceed-ed $18 billion in trade with Asian nations.

According to MOTT, 546,500 travelers from Asian countries visited the Bay State in 2017, spend-ing $1.65 billion and generating $105 million in state and local taxes. Boston Logan International Airport has direct flights between Boston and Beijing, Shang-hai, Hong Kong and Tokyo, with non-stop flights to Seoul scheduled in 2019. For information on visiting Massachu-setts, go to massvacation.com.

This article is contributed by Michael Quinlin, Executive Director of Commonwealth Marketing Office Massachusetts Marketing Partner-ship, Massachusetts Office of Travel & Tourism (MOTT),

ខួបលើកទី៤០ឆ្នាំ: ការចងចាំពីការដួលរលំនៃរបបខ្មែរក្រហមនៅថ្ងៃទី ៧មករា ១៩៧៩

អត្ថបទខែមករារបស់ខ្មែរផុស

ដោយ សុបិន ពិន

ឈានចូលឆ្នាំ ២០១៩ ខ្ញុំចង់ក្រើនរំលឹកអ្នកអានរបស់យើងអំពីចំណុចសំខាន់នៃប្រវត្តិសាស្ត្ររបស់កម្ពុជាយើង។ ឆ្នាំនេះគឺជាឆ្នាំមួយសម្រាប់ប្រជាជនកម្ពុជាទាំងអស់នៅជុំវិញពិភពលោកដើម្បីអបអរខួបលើកទី៤០ នៃការដួលរលំនៃរបបខ្មែរក្រហមនៅក្នុងប្រទេសកម្ពុជា ដែលជារបបមួយដែលបានសម្លាប់អាយុជីវិតមនុស្សអស់ចំនួនជិតមួយភាគបួននៃប្រជាជនខ្លួនឯងក្នុងចន្លោះឆ្នាំ១៩៧៥ ដល់១៩៧៩ តាមរយៈការប្រហារជីវិត, ការអត់ឃ្លាន្ឋ, និងជំងឺក្នុងជំរុំការងារ។ រយៈពេលប្រវត្តិសាស្ត្រដ៏ខ្មៅងងឹតនេះ បាននាំឱ្យប្រជាជនកម្ពុជាភៀសខ្លួនចេញពីប្រទេស ហើយមករស់នៅកន្លែងដែលពួកគេស្នាក់នៅបច្ចុប្បន្ននេះ។ នៅថ្ងៃទី៧ ខែមករា ឆ្នាំ ១៩៧៩ បន្ទាប់ពីការដួលរលំនៃរបបខ្មែរក្រហមមនុស្សរាប់រយពាន់នាក់បានរត់គេចទៅកាន់ព្រំដែនប្រទេសថៃក្នុងគោលបំណងស្វែងរកការភៀសខ្លួនសម្រាប់ប្រទេសអឺរ៉ុបណាដែលទទួលយកពួកគេ។ពលរដ្ឋជាច្រើនបានឈានមករស់នៅប្រទេសបារាំង, សហរដ្ឋអាមេរិក, អូស្ត្រាលី, នូវែលសេឡង់ និងកាណាដា។

First Cambodian Refugee Monument in the U.S erected in front of Lowell’s City Hall in 2017

ជាលទ្ធផល នៅក្នុងឆ្នាំ ១៩៨០ នៅពេលដែលការិយាល័យជំរឿនប្រជាជននៃសហរដ្ឋអាមេរិក បានរាប់ចំនួនពលរដ្ឋកម្ពុជាជាលើកដំបូង មានប្រជាជនខ្មែរចំនួន១៦,០៤៤នាក់ដែលពាក់កណ្ដាលត្រូវបានគេទទួលយកជាជនភៀសខ្លួនមកកាន់សហរដ្ឋអាមេរិកជាផ្លូវការ។ បើតាមច្បាប់ជនអន្តោប្រវេសន៍ក្នុងឆ្នាំ១៩៨០ បានអនុញ្ញាតឱ្យពលរដ្ឋកម្ពុជាជាច្រើននាក់បានទទួលសិទ្ធជ្រកកោននៅសហរដ្ឋអាមេរិក ហើយការធ្វើអន្តោប្រវេសន៍នេះ បានកើនឡើងយ៉ាងខ្លាំងរហូតដល់ទៅចំនួន ១៤៩,០៤៩ នាក់ក្នុងទសវត្សរ៍ខាងមុខនេះ។ គិតត្រឹមឆ្នាំ២០១០ ជំរឿនបានរកឃើញថា ពលរដ្ឋខ្មែរមានចំនួន ២៧៦,៦៦៧ នាក់កំពុងរស់នៅក្នុងសហរដ្ឋអាមេរិក។

នៅរដ្ឋម៉ាសាជូសេត ការធ្វើជំរឿនដូចគ្នានេះដែរ នឹងបង្ហាញឱ្យដឹងថា ពលរដ្ឋកម្ពុជាចំនួន ២៩,៣៨៧ នាក់រស់នៅក្នុងរដ្ឋនេះ ដែលជាទីកន្លែងតាំងទីលំនៅធំបំផុតទី ២ នៅអាមេរិករបស់ពលរដ្ឋខ្មែរ បន្ទាប់ពីរដ្ឋកាលីហ្វ័រញ៉ា។

ដូចគ្នាទៅនឹងពលរដ្ឋវៀតណាម ឬពលរដ្ឋថៃហ្វដែលបានភៀសខ្លួនចេញពីផ្ទះសំបែងរបស់ពួកគេដោយសារតែភ័យខ្លាចការសម្លាប់ ប្រជាជនកម្ពុជាបានមកដល់ទឹកដីនេះជាមួយនឹងកាបូបស្ពាយនៅលើស្មារបស់ពួកគេ រួមជាមួយនឹងសំលៀកបំពាក់តិចតួច ឬក៏គ្មានសោះ ហើយក៏គ្មានប្រាក់កាក់ក្នុងការចាប់ផ្ដើមជីវិតថ្មីរបស់ពួកគេនៅក្នុងដីកដីមួយនេះដែរ។ ទោះបីជាយ៉ាងណាក៏ដោយមិនដូចជនជាតិភាគតិចជាច្រើនទៀតដែលបានធ្វើ-អន្តោប្រវេសន៍មកកាន់សហរដ្ឋអាមេរិក មានសហគមន៍ដែលមានស្រាប់របស់ខ្លួនជួយក្នុងការសម្របខ្លួនទៅនឹងការរស់នៅតាមបែបអាមេរិក។ ការធ្វើចំណាកស្រុកក្នុងទ្រង់ទ្រាយធំរបស់ប្រជាជនកម្ពុជា គឺសុទ្ធតែជាអ្នកចំណូលថ្មីទាំងអស់ក្នុងរយៈពេលជាមួយគ្នានេះ។ ពលរដ្ឋខ្មែរទាំងនោះមានធនធានតិចតួច រហូតដល់គ្មានអ្វីសោះក៏មាន ហើយមានការលំបាកក្នុងការស្វែងរកវិធីចិញ្ចឹមជីវិតរបស់ពួកគេនៅក្នុងប្រទេសថ្មីដែលពួកគេហៅថា ផ្ទះអស់រយៈពេល៤០ ឆ្នាំមកនោះរហូតមកដល់បច្ចុប្បន្ននេះ។

យ៉ាងណាក៏ដោយឧបសគ្គទូទៅរបស់ពលរដ្ឋខ្មែរខាងផ្នែកភាសា និងវប្បធម៌ បានធ្វើឱ្យពួកគេរួបរួមគ្នាដើម្បីសម្របជីវិតរស់នៅតាមរបៀបថ្មីរបស់ពួកគេនៅទូទាំងសហរដ្ឋអាមេរិក។ ប្រជាជនខ្មែរបានក្លាយទៅជាធនធានយ៉ាងឆាប់រហ័សសម្រាប់គ្នាទៅវិញទៅមក ហើយបានបង្កើតសហគមន៍មួយសម្រាប់ខ្លួនឯងដែលរុំព័ទ្ធទៅដោយម្ហូបអាហារ, គ្រួសារ, វប្បធម៌ និងការកាន់សាសនារបស់ខ្លួន។

ចាប់ពីតំបន់ ញូ អីងលិន ដូចជាក្រុងឡូវែល និង លីន ក្នុងរដ្ឋម៉ាសាជូសេត, ផ្លូរីឌិន, ក្រានស្តូន និងរដ្ឋអាយលិន រហូដល់ពាក់កណ្ដាលភាគខាងលិចក្នុងក្រុងហ៊ូស្តុននៃរដ្ឋតិចសាស, ឆកសមុទ្រភាគខាងលិចក្នុងទីក្រុងឡុងប៊ិចនៃរដ្ឋកាលីហ្វ័រនីញ៉ា និងតំបន់មួយចំនួនផ្សេងទៀតដូចជាទីក្រុងឈីកាហ្គោ, មីនណេសូតា, ហ្វីឡាដែលហ្វៀរ៍, វីជីនៀ និងញូវយ៉ក ដែលមានពលរដ្ឋកម្ពុជា, សហគមន៍, វត្ត-អារាម, ក្រុមរាំរបាំប្រពៃណី, អ្នកដឹកនាំសហគមន៍, និងហាងលក់ឌីវ៉ាន់តូចៗ ដូចជាហាងលក់របស់ចំណីអាហារ និងភោជនីយដ្ឋានដែលជាក្បាលម៉ាស៊ីនសេដ្ឋកិច្ចដ៏សំខាន់ដើម្បីគាំទ្រសហគមន៍របស់ពលរដ្ឋខ្មែរ។

ជាមួយនឹងខួបលើកទី៤០ ឆ្នាំនៃការដួលរលំនៃរបបខ្មែរក្រហមខ្មែរ កាសែតខ្មែរផុសអាមេរិក នឹងផ្ដោតលើការចែករំលែកជាមួយអ្នកអានរបស់យើងអំពីអ្វីដែលជនអន្តោប្រវេសន៍កម្ពុជាកំពុងធ្វើ ដើម្បីរំលឹកដល់ប្រវត្តិសាស្ត្រដ៏សំខាន់មួយនេះ។ សូមរងចាំអានសម្រាប់ការចុះផ្សាយលេខបន្ទាប់ជាច្រើនទៀត។

ចូលឆ្នាំចិនចំនួន៣ថ្ងៃ_ទាយថា ឆ្នាំ ម្សាញ់ រកោរ វក ត្រៀមចិត្តទទួលលាភ

ដោយយោងតាមហោរាស្តេចចក្រវាលឡី ចិន ដែលបានទស្សន៏ទាយមុននេះបន្ថិចថា លោកអ្នកដែលកើត ឆ្នាំ ម្សាញ់ រកោរ វក តម្រូវអោយចូលអានតាមឆ្នាំកំណើតខ្លួនឯងហើយធ្វើតាមការណែនាំរបស់គ្រូហោចិនជាដាច់ខាតព្រោះនេះគឺជាការទស្សទាយដ៏ឆុតរបស់គាត់ហើយក៏តម្រូវឱ្យលោកអ្នក ។

ឆ្នាំម្សាញ់: (ពស់ទេវតាចិញ្ចឹម នាំលាភ ឧបរាជចិញ្ចឹម មានលាភមានជ័យ រាសីខ្ពស់ត្រដែត មាន

មនុស្សម្នាជាច្រើននាំគ្នាស្រលាញ់រាប់អានសារទរ) ម៉ោងនៃលាភសំណាង (៧ព្រឹក ដល់ ៧ល្ងាច) នឹងប្រទានសម្បត្តិមហាសេដ្ឋី មានលាភ មានជ័យ មានលុយចូលហូរហៀរ ។ ឆ្នាំ ម្សាញ់ រាល់ការងាររកទទួលទានថ្ងៃនេះទទួលបានលាភផលយ៉ាងក្រាស់ក្រែល ។ សំរាប់ការរកស៊ីជួញដូរវិញ មានការទិញចូល លក់ចេញគ្រាន់បើ ហើយពិសេសនោះ បើមានការបើករបរថ្មីៗផង គឺពិតជាល្អប្រពៃបំផុត ។ ការធ្វើដំណើរទីជិតទីឆ្ងាយ គឺជួបតែសេចក្តីសុខក្សេមក្សាន្ត ដូចសព្វមួយដង ។ រីឯបញ្ហាស្នេហាវិញក៏មិនមានកើតជាវិវាទអីផងដែរ ពោលគឺកើតតែរឿងល្អ និងមានសុភមង្គលណាស់ ។

ឆ្នាំរកា: ការងារ គួរបង្កើតទំនាក់ទំនង ល្អជា

មួយ អ្នករួមការងារ ។ លុយកាក់មានឱកាសបង្កើនចំណូលថែម ។ មនោសញ្ចេតនាគួរម្ចាស់ការជាងនេះក្នុងរឿងមនោសញ្ចេតនា ។ លោកអ្នកមានលាភមានលុយហូរចូលដូចភ្លៀងធ្លាក់ពីលើមេឃ ។ តាមទំនាយកំពូលហោរាចិនបានបង្ហាញថា មានលាភធំលុយធំហូរចូលកាន់តែខ្លាំងរាសីឡើងខ្ពស់ត្រដែតបើលោកអ្នកចង់ធ្វើការផ្លាស់ប្តូរអ្វីតែងផ្តល់ផលល្អនិងទទួលបានផ្លែផ្កាតបមកវិញយ៉ាងគាប់ប្រសើរ ។ រាល់ការងាររកទទួលទានមានលាភមានលុយចូលច្រើននិងមានអ្នកនាំប្រាក់មកឱ្យដល់ផ្ទះ ។ ពណ៌នៃលាភសំណាងពណ៌ខៀវ, លេខនាំសំណាងលេខ២៩ ។

ឆ្នាំវក: (ស្វាមន្ត្រីចិញ្ចឹម នាំលាភនាំជ័យ នាំ

សុភមង្គល រាសីខ្ពស់ត្រដែត ប្រាថ្នាអ្វីបានសម្រេច ហើយ អនាគត ក្លាយជាអ្នកមានទ្រព្យស្តុកស្តម្ភ) ម៉ោងនៃលាភសំណាង (៩ព្រឹក ដល់ ៦ល្ងាច) នឹងប្រទានសម្បត្តិមហាសេដ្ឋី មានលាភ មានជ័យ មានលុយចូលហូរហៀរ ចំពោះឆ្នាំ វក" បើលោកអ្នក ចង់ ធ្វើការ ផ្លាស់ប្តូរ អ្វី តែង ផ្តល់ ផល ល្អ និងផ្លែផ្កា ឆ្លើយតប មកវិញ គាប់ប្រសើរ ផងដែរ ហើយ រាល់ការងាររកទទួលទាន មានលាភចូលលុយកាក់ហូរ ចូលច្រើន អាចនឹងមានអ្នកនាំប្រាក់មកអោយដល់មុខហាងផងដែរ ។ ចំណែកការធ្វើដំណើរទៅណាមកណា គឺមេឃស្រលះល្អណាស់សម្រាប់អ្នកចង់ចេញដើរកម្សាន្ត ។ រីឯបញ្ហាស្នេហាប្រុស ស្រី មាន ភាពស្រស់ ស្រាយ និង ផ្អែមល្ហែមប្រពៃណាស់ ។

ឆ្នាំថោះ: រាសីឡើងខ្ពស់ត្រដែតមានតែភាព

ស្រស់ស្រាយនិងស្នាមញញឹមជានិច្ច ។

តទៅទំព័រទី០៩

មណ្ឌលពិនិត្យសុខភាពលីន

Lynn Primary Care Center

លោកវេជ្ជបណ្ឌិត ម៉ី សុខារិទ្ធ, M.D.

Sokharith Mey, M.D.

ឥឡូវនេះបើកទទួលយកអ្នកជំងឺថ្មី

Now Accepting New Patients

អាស័យដ្ឋាន

280 Union Street, Unit 402 • Lynn, MA 01901 • (781) 780-7755

ទទួលយកម៉ាសហែល, មេឌីឃែ និងធានារ៉ាប់រងសុខភាពផ្សេងៗទៀត

បុគ្គលិករបស់យើងខ្ញុំនិយាយភាសាខ្មែរ

ជំងឺទូទៅ

Family Medicine

សុខភាពផ្លូវចិត្ត

Behavioral Health

We Accept MassHealth, Medicare and Other Health Insurances

Our Staff Speaks Khmer

ភាពមិនស្របច្បាប់នៃការតែងតាំងលោក សម រង្ស៊ី ជាប្រធានស្តីទី

ដោយ ពិន សំខុន

នៅពេលដែលលោក សម សង្ស៊ី កំពុងតែកញ្ជ្រោកបោកបាចអំពីបំណងរបស់លោកចង់ចូលទៅទីក្រុងភ្នំពេញ មានសមាជិកជាន់ខ្ពស់២រូប នៃគណបក្សសង្គ្រោះជាតិ បាននិយាយពីភាពមិនស្របលក្ខន្តិកៈគណបក្ស កាលពីថ្ងៃទី៤ នៅទីក្រុងឡូវែលនេះ ១-លោក អ៊ូ ចាន់រដ្ឋ ជាដំណាងរាស្ត្រនឹងជាសមាជិកគណអចិន្ត្រៃយ៍របស់គណបក្ស តែមិនបានចូលរួមប្រជុំជាមួយគេនៅឡូវែលទេ បាននិយាយថា "លក្ខន្តិកៈមិនបាននិយាយពីការតែងតាំងមនុស្សណាម្នាក់ជាប្រធានស្តីទី ក្រៅពីអនុប្រធានរបស់គណបក្សទេ ហើយមនុស្សនោះគួរតែជាឯកឧត្តម ប៉ុល ហម ជាអនុប្រធានទី១ នៅពេលដែលប្រធានមិនមានវត្តមាន បើមិនដូច្នោះទេ គឺលោកជំទាវ មូរ សុខហួរ ឬក៏ឯកឧត្តម អេង ឆៃអៀង..." លោក អ៊ូ ចាន់រដ្ឋ ជាសមាជិកសភានៃតំបន់តាកែវ រស់នៅភ្នំពេញ ទើបនឹងមកដល់សហរដ្ឋអាមេរិកលោកបានធ្វើការកត់សំគាល់ថា អ្នកមករួមប្រជុំសុទ្ធសឹងតែជាសមាជិកគណអចិន្ត្រៃយ៍ដែលមាននិន្នាការជិតស្និត នឹងលោក សម រង្ស៊ី ទាំងអស់។

លោកង៉ោគីមឃៀងសមាជិកសភាម្នាក់ទៀតដែលមិនបានត្រឡប់ទៅកម្ពុជាវិញទេ តាំងតែពីមានការរំលាយគណបក្សរបស់លោកអស់ហើយនោះ លោកបានធ្វើការកត់សំគាល់ថា "ការសម្រេចយកបេក្ខភាពណាម្នាក់ជាប្រធានស្តីទី ត្រូវការសមាជិកគណអចិន្ត្រៃយ៍បានយល់ព្រមជំនួន២ភាគបី ហើយគេក៏ពុំបានដឹងថានរណាខ្លះបានបោះឆ្នោតគាំទ្រឱ្យលោក សម រង្ស៊ី នោះទេ..."។

មិនខ្វល់ថាមាននរណាខ្លះគាំទ្រសមាសភាពលោកនោះទេ លោក សម រង្ស៊ី នឹងក្រុមរបស់លោករឹតតែមិនខ្វល់ថែមទៀត ពីការបែកបាក់ក្នុងរង្វង់គណបក្ស ដែលពេលនេះ សង្គ្រោះជាតិត្រូវការជាទីបំផុត នូវសាមគ្គីភាពដ៏ធំធេងនោះ ដើម្បីរំលំរបបលោក ហ៊ុន សែន ដែលហ៊ានរំលាយលទ្ធិប្រជាធិបតេយ្យនៅកម្ពុជា។ផលបុណ្យនៃដំណែងរបស់លោកតែកាលណាមិនស្របច្បាប់ ដែលបក្សរបស់លោកបានថែង គឺជា "ដំណែងខ្យល់" រួមទាំងអង្គការលេខនៃ "រដ្ឋាភិបាលខ្យល់" ដែលលោកបានបង្កើតផងដែរ នឹងមិនត្រឹមតែមិនមានកម្លាំងគ្រប់គ្រាន់នោះទេ ថែមទាំងមិនអាចធាត់ធំទៀតបានឡើយ នេះជាច្បាប់ធម្មជាតិ ដែល "ក្រុមល្ខោន" បានត្រឹមតែកំដរអារម្មណ៍អ្នកទស្សនា ក្នុងនោះមានលោក ហ៊ុន សែន ផងដែរ។

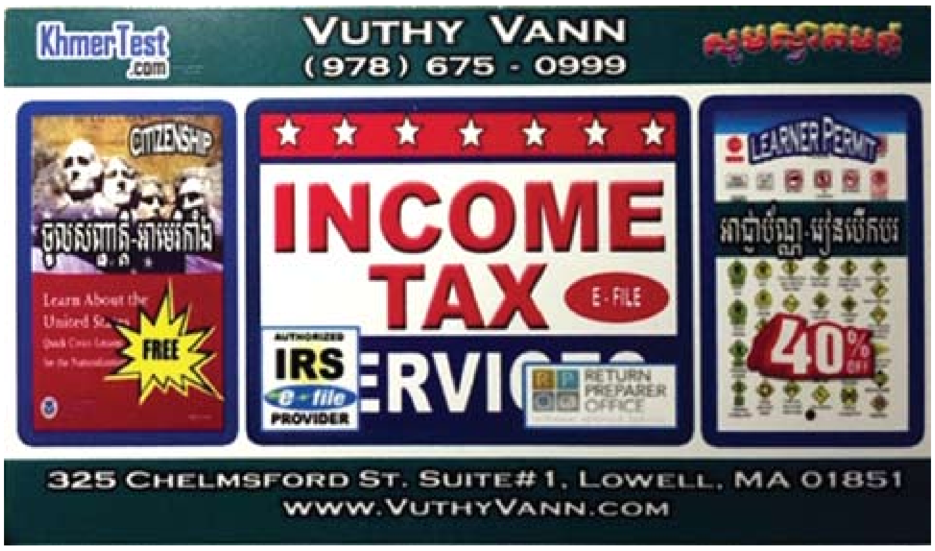
ស្តាយពេលដែលលោកធ្លាប់ធ្វើជាវិរបុរសសង្គ្រោះជាតិ ដ៏សង្ហារម្នាក់ដែរនោះ, តែដោយសារលោកចង់បានជ័យជំនះខ្លាំងពេក ហើយតែម្នាក់ឯងនោះ... នៅកន្លែងណាក៏ឮតែពាក្យថា "លោកបានទៅបំបែកបំបាក់សង្គ្រោះជាតិគ្រប់ទីកន្លែង" តែសំណាងល្អដែរដែលគ្រប់កន្លែងដែលលោកបានឆ្លងកាត់លោកយកបាន តែក្បាល(មេក្រុម...មិនដឹងដោយវិធីណាទេ) ចំណែកដងខ្លួនវិញ នៅទាំងអស់ មិនដូចលោកគិតថា "ជាក្រុមមួយក្តាប់តូចនោះទេ!"។ ធ្វើយ៉ាងនេះ តើលោកប្រាថ្នាអ្វី? មានគណបក្សក្នុងស្រុកខ្លះ បានប្រើបច្ចេកទេស "ជេគណបក្សប្រជាជន ដើម្បីបំបែកសង្គ្រោះជាតិ" បើលោកដើរក្នុងលំនាំដូចគ្នានេះដែរ អ្នកដែលនឹងពេញចិត្តលោកជាងគេ គឺប្រាកដជាលោក ហ៊ុន សែន ហើយ តើគួរឱ្យជឿដែរឬទេ? ប្រជាប្រិយភាពរបស់លោក រួមគ្នានឹង លោកជំទាវ សូមួ៉ា នឹងឯកឧត្តម ឆៃអៀង កំពុងឋិតនៅក្នុងការសង្ស័យជាខ្លាំងណាស់ទៅហើយ... បើដូច្នេះមែននោះ លោកគឺជាក្រុមដែលផ្តល់គ្រោះថ្នាក់ដល់សង្គ្រោះជាតិ ដល់អ្នកដែលកំពុងជាប់គុក នឹងដល់ប្រជាជាតិជាទីបំផុត បើបុរសផ្តាច់ការ ហ៊ុន សែន នៅតែមានលំនឹងគ្មានរង្គោះរង្គើសោះនោះ។

លោក សម រង្ស៊ី

លោក ង៉ោ គីមឃាង

លោក អ៊ូ ចាន់រ័ត្ន

ប្រជុំគណអចិន្ត្រៃយ៍២៥រូប



តមកពីទំព័រទី ០៧

ចូលឆ្នាំចិនចំនួន៣ថ្ងៃ-ឆ្នាំម្សាញ់ ...

នៅអំឡុងពេលនេះបើលោកអ្នកចង់ពឹងពាក់ឬខ្ចីបុលប្រាក់ពីអ្នកណា រមែងហុចផ្លែផ្កាតបមកវិញយ៉ាងគាប់ប្រសើរ។ បើជាអ្នកប្រកបរបររកស៊ីជួញដូរវិញទោះ ចេញធ្វើជំនួញទីជិតទីឆ្ងាយមានការលូតលាស់ទៅមុខជានិច្ចឯផលកម្រៃទៀតសោតក៏ចូលមកយ៉ាងក្រាស់ក្រៃលគួរជាទីកក់ក្តៅ។ ការធ្វើដំណើរទៅទីជិតឆ្ងាយជួបតែសុខក្សេមក្សាន្តទាំងពេលទៅនិងត្រឡប់មកវិញ។ ចំពោះសម្ព័ន្ធភាពស្នេហាប្រុសស្រីមានតែការយល់ចិត្តគ្នាល្អណាស់។

ឆ្នាំជូត: លាភធំទាំងពួងនឹងហូរចូលដូចទឹកការងាររកស៊ីអ្វីបានដូចប្រាថ្នា ពណ៌នៃលាភសំណាង

ពណ៌ខៀវ, លេខនៃលាភសំណាងលេខ៨៩ លោកអ្នកមានលាភមានជ័យមានលុយចូលហូរហៀរការរកទទួលទានគ្រប់ច្រកល្ហកបានទទួលផលហួសពីការស្មានប្រាក់ចូលមកគ្រប់ទិសទី។ អ្នកប្រកបការងាររកស៊ីជួញដូរបានផលចំណេញកប់ក្តោង។

ឆ្នាំរោង: ដួងរាសីរបស់លោកអ្នកឡើងខ្ពស់

ត្រដែតមានជោគមានជ័យមានសិរីសួស្តីបវរមហាប្រសើរហើយដំណើរជីវិតមានភាពសុខដុមគាប់ប្រសើរណាស់។ នៅចន្លោះពេលនេះបើលោកអ្នកចង់ទំនាក់ទំនងការងារ ឬទាក់ទងបញ្ហាប្រាក់កាក់ធ្វើអ្វីមួយរមែងទទួលបានជោគជ័យភ្លាមៗ។ ចំណែកអ្នកប្រកបរបររកស៊ីជួញដូរមានការទិញចូលលក់ចេញចំណេញកប់ក្តោង។រីឯសម្ព័ន្ធភាពស្នេហាប្រុសស្រីមានតែភាពផ្អែមល្ហែមស្រស់ស្រាយនឹងគ្នាជានិច្ច។

ឆ្នាំឆ្លូវ(គោ): រាសីឡើងខ្ពស់ត្រដែតប្រកប

កិច្ចការអ្វីតែងហុចផលមកវិញយ៉ាងគាប់ប្រសើរ។ នៅអំឡុងពេលនេះជាវេលាល្អបំផុតក្នុងការធ្វើអ្វីមួយទោះជាការងារឯកជនឬការងារក្រុមហ៊ុនតែងហុចផលមកវិញជាទីកក់ក្តៅ។ ចំពោះអ្នកប្រកបរបររកស៊ីជួញដូរវិញបើលោកអ្នកចង់បើកហាងថ្មីឬផ្លាស់ទីកន្លែងលក់ដូរក៏ជាឱកាសល្អប្រពៃណាស់លាភប្រាក់ ហូរចូលដូចចាក់ទឹក។ ការធ្វើដំណើរទៅទីឆ្ងាយជិតជួបតែសេចក្តីសុខក្សេមក្សាន្តទាំងពេលទៅនិងត្រឡប់មកវិញ។ រីឯសម្ព័ន្ធភាពស្នេហាគូស្វាមីភរិយាកំលោះក្រមុំមានតែភាពស្រស់ស្រាយនិងយល់ចិត្តគ្នាប្រពៃណាស់។

ឆ្នាំច: លោកអ្នកមានលាភមានលុយហូរចូល

ដូចភ្លៀងធ្លាក់ពីលើមេឃ។ តាមទំនាយកំពូលហោរាចិនបានបង្ហាញថាមានលាភធំលុយធំហូរចូលកាន់តែខ្លាំងរាសីឡើងខ្ពស់ត្រដែតបើលោកអ្នកចង់ធ្វើការផ្លាស់ប្តូរអ្វីតែងផ្តល់ផលល្អនិងទទួលបានផ្លែផ្កាតបមកវិញយ៉ាងគាប់ប្រសើរ។ រាល់ការងាររកទទួលទានមានលាភមានលុយចូលច្រើននិងមានអ្នកនាំប្រាក់មកឱ្យដល់ផ្ទះ។ពណ៌នៃលាភសំណាងពណ៌ក្រហម, លេខនាំសំណាងលេខ១៩។

ឆ្នាំមមី: លេខនៃលាភសំណាងលេខ៩៩,

ពណ៌នាំសំណាងពណ៌ទឹកក្រូច លោកអ្នកមានលាភមានជ័យមានលុយចូលហូរហៀរបើលោកអ្នកចង់ធ្វើការដាក់ទុនរកស៊ីឬចរចារឿងសំខាន់អ្វីមួយគឺជាឱកាសល្អបំផុតនឹងទទួលបានផ្លែផ្កាតបមកវិញឥតគណនា។ រីឯបញ្ហាស្នេហាគូស្វាមីភរិយាមានតែភាពស្រស់ស្រាយនិងផ្អែមល្ហែមរកគ្នាប្រពៃណាស់។

ឆ្នាំខាល(ខ្លា): នាំមង្គលលើករាសីឡើងខ្ពស់

ត្រដែតលេខនាំសំណាងលេខ ៩,ពណ៌នាំសំណាងក្រហមចាប់ពី លោកអ្នកមានលាភមានជ័យមានលុយចូលហូរហៀរបើចង់ធ្វើការដាក់ទុនរកស៊ី ឬចរចារឿងសំខាន់អ្វីមួយគឺជាឱកាសល្អបំផុតទទួលបានផ្លែផ្កាតបមកវិញឥតគណនា។ រីឯសម្ព័ន្ធភាពស្នេហាគូស្វាមីភរិយាមានតែភាពស្រស់ស្រាយនិងផ្អែមល្ហែមរកគ្នាប្រពៃណាស់ ។

ឆ្នាំកុរ: លាភធំចាំងចូលក្នុងជីវិតមានហុងស៊ុយ

ល្អង៉ូវហេងឡើងខ្ពស់សម្បូរលុយចាយនិងមានលាភធំដទៃទៀតចូលមកក្នុងពេលដំណាលគ្នានេះ។ តាមជើងលេខបានកំណត់ថា អ្នកកើតឆ្នាំនេះមានលាភមានជ័យលុយធំចូលមកហៀរដៃនៅក្នុងអំឡុងពេលនេះនិងជាអ្នកមានបញ្ញាវាងវៃអាចសម្រេចរាល់ការងារល្អប្រសើរ

ឆ្នាំមមែ: រាសីឡើងខ្ពស់ត្រដែតទទួលជោគ

ជ័យលើការងារដ៏ត្រចះត្រចង់។ នៅអំឡុងពេលនេះដួងរាសីរបស់លោកអ្នកគាប់ប្រសើរខ្លាំងណាស់លោកអ្នកអាចសម្រុកការងារឱ្យពេញដៃពេញជើងព្រោះថាផលល្អនៅចាំហុចឱ្យជានិច្ចហើយបើចង់ចរចាពីរឿងអ្វីមួយក៏តែងឆាប់ត្រូវរ៉ូវគ្នាដែរ។ អ្នកប្រកបរបររកស៊ីជួញដូរវិញការចេញធ្វើជំនួញទីជិតឆ្ងាយមានភាពលូតលាស់ទៅមុខប្រសើរណាស់ឯផលកម្រៃទៀតសោតក៏ចូលមកហូរហៀរ។ ចំណែកសម្ព័ន្ធភាពស្នេហាស្វាមីភរិយកំលោះក្រមុំមានតែភាពផ្អែមល្ហែមរកគ្នាប្រពៃណាស់។

រៀនពីវិធីការត្បាញក្នុងកម្មវិធី សប្ដាហ៍សម្រាប់កុមារនៅឡូវែល

Learn How To Weave During Lowell Kids Week

ដោយខ្មែរផុស ស.រ.អា

កម្មវិធីឡូវែលខីតវីក (Lowell Kids Week) គឺជាកម្មពិធីប្រចាំឆ្នាំមួយបង្កើតឡើងសម្រាប់ចូលរួមការសប្បាយរីករាយជាលក្ខណៈគ្រួសារដោយសេរី ដែលនឹងរៀបចំនៅអំឡុងពេលសប្ដាហ៍សម្រាកពីការសិក្សារនៅចន្លោះពីថ្ងៃទី១៨ ដល់ ១៤ ខែកុម្ភៈ នេះ ។ កម្មវិធីនេះ នឹងមានការរៀបចំនូវសកម្មភាពដោយសេរីពិសេសមួយចំនួនសម្រាប់កុមារ និងក្រុមគ្រួសារដើម្បីចូលរួមកំសាន្តទាំងអស់គ្នា រួមមាន សិល្បៈ និងសិប្បកម្ម, ខ្សែភាពយន្ត, ការទិទានរឿង និងឧបករណ៍សម្រាប់ក្មេងលេង។ វាក៏គឺជាឱកាសមួយ ដើម្បីរៀនសូត្រពីប្រវត្តិសាស្រ្តក្រុងឡូវែលមួយចំនួនពីបុគ្គលិកនៃឧទ្យានប្រវត្តិសាស្រ្តជាតិឡូវែល។

ឡូវែល គឺជាដំបូងគេបង្អស់នៅសហរដ្ឋអាមេរិក ដែលគ្រប់ផ្នែកទាំងអស់នៃបដិវត្តន៏ឧស្សាហកម្មបានរួមគ្នា ដូចជាផលិតកម្មមេកានិច, កម្មករជំនាញ, ការគ្រប់គ្រងអាជីព, និងអគាររោងចក្រធំៗ ទាំងអស់នេះសុទ្ធតែដំណើរការដើម្បីផលិតក្រណាត់ការតុង ។ទីក្រុងបានរីកចម្រើនយ៉ាងឆាប់រហ័ស។ ឡូវែលបានទទួលទទួលជាក្រុងនៅឆ្នាំ ១៨២៦ ហើយនៅឆ្នាំ១៨៤០ វាជាទីក្រុងធំបំផុតទី២ នៅរដ្ឋម៉ាសាឈូសេតនិងជាកន្លែងមួយក្នុងចំណោមទីកន្លែងសំខាន់បំផុតនៅក្នុងអាមេរិក។ បើទោះបីជាឧស្សាហកម្មវាយនភ័ណ្ឌត្រូវបានផ្លាស់

តទៅទំព័រទី១៦

by KhmerPost USA

Lowell Kids Week is an annual festival of free family fun that takes place during February 18 -24 school vacation week. The week features dozens of free activities for children and families to do together including arts and crafts, movies, story time and Legos. It's also a chance to learn some Lowell history from the personnel of the Lowell National Historical Park.

Lowell was the first place in America where all the parts of the Industrial Revolution came together – mechanical production, skilled workers, professional management, and large factory buildings – all to make cotton cloth. The city grew rapidly. It received its town charter in 1826 and by 1840 it was the second largest city in Massachusetts and one of the most important places in America. Although textile production moved elsewhere by the 1950s, the great brick mill buildings remained. After years of being vacant, they were converted to upscale condos, apartments and offices beginning in the 1970s under the leadership of Lowell native and former U.S. Senator Paul Tsongas. As this transformation of the city's buildings was occurring, the makeup of the city's residents was also being transformed with the arrival of thousands

Continued to Page 16

ក្រុមហ៊ុនអចលនៈទ្រព្យ អឺប៊ីន រាលអ៊ីស្តេក

URBAN REAL ESTATE

មជ្ឈមណ្ឌលផ្ដល់សេវា ជួលលំនៅដ្ឋាន

Residential Leasing Center

ដាញ៉េល តាន ភ្នាក់ងារអចលនៈទ្រព្យ

Daniel Tan
Real Estate Agent
Cell: 978-902-6354

508 Westford Street • Lowell, MA 01851
(978) 454-0444

ក្រុមហ៊ុនធានារ៉ាប់រ៉ង ឃេឃេ អ៊ីនស្ចូរិន អេជេនស៊ី

KK Insurance Agency, Inc.

រថយន្ត • លំនៅដ្ឋាន • អាជីវកម្ម

Car • Home • Business

508 Westford Street
Lowell, MA 01851
978-970-2212
kk@kkinsurancema.com

LEGEND
MOTOR GROUP, INC.

ហាងជួលជុលរថយន្ត លេជេន

មានសេវាជួលជុលរថយន្តគ្រប់ប្រភេទ
រយន្ត ប៉ះ បុក ខូចខាត និងក្រពិតមែន រឺទេ ?

ទូរស័ព្ទ 978-458-2085

COLLISION REPAIR

BEEN IN AN ACCIDENT?
FROM DENTS TO TOTALED,
WE CAN FIX IT ALL.

យើងរៀបចំសណ្ដោងរថយន្ត នៅពេលត្រូវការ, ធ្វើការជាមួយនឹង
ក្រុមហ៊ុនធានារ៉ាប់រងរបស់លោកអ្នកនិងរៀបចំរាល់ឯកសារទាំងអស់ ។
ការពេញចិត្តរបស់លោកអ្នក គឺជាអាជីវកម្មរបស់យើង ។

115 Rock St. Unt #7 Lowell, MA 01854

"ព័ត៌មានខ្លីៗ"

ចូលឆ្នាំចិននៅឡូវែល

ថ្ងៃចន្ទទី៤នេះជាថ្ងៃចូលឆ្នាំចិន -នៅឡូវែល នេះក៏សម្បូរអ្នកនៅកាន់វប្បធម៌ជា"កូនកាត់ចៅចិន"ដែរ។ លោក ង៉ោ គឹមឈៀង អតីតសមាជិកសភាសង្គ្រោះជាតិ បានរៀបចំពិធីជប់លៀងចូលឆ្នាំចិន យ៉ាងអធឹកអធម ដូចរៀងរាល់ឆ្នាំនៅឡូវែល ជាមួយមិត្តភក្ដិក្រុមគ្រួសារប្រមាណ២០០នាក់ នៅភោជនីយដ្ឋានសំពៅមាស តែឆ្នាំនេះឥតមានក្រុម"ម៉ុងសាយ"មកលោតជាមង្គល ដូចឆ្នាំមុនទេ តែមានភ្ញៀវមកពីតំបន់ក្រៅច្រើនដែរ ដូនជាមកពី"ហ្វីឡាដែលហ្វៀ" នឹង"លីន-រីវៀ"ជាដើម។

ខុសពីសព្វមួយដង ដែលកម្រៃនេះសម្រាប់ដូមីនីក ឡាយ ដើម្បីយកទៅដាក់មូលនិធិជួយយុវជនខ្មែរ ផ្ដល់អាហារូបករឱ្យអាចចូលរៀនមហាវិទ្យាល័យបាន។

ចាប់ពីថ្ងៃសៅរ៍មកហាងណា ដែលមានទម្លាប់លក់ទារខ្វៃនឹងសាច់ជ្រូកខ្វៃ ដែលជាម្ហូបសែន ក្នុងវប្បធម៌"កូនចៅចិន"នោះ គេលក់បានណាស់, ហាង"ភ្នំពេញ"នៅផ្លូវ"វ៉េសហ្វីត"លក់មាន់ខ្វៃនឹងទារខ្វៃ បាន២០០ក្បាលក្នុង ១ថ្ងៃ - រីឯហាង"ឆាយណាស្ដា"វិញ មានមនុស្សបន្ត កន្ទុយយ៉ាងវែងរង់ចាំគេកាប់សាច់ជ្រូកខ្វៃ នឹងខ្ចប់ ទារខ្វៃទាំងមូលៗឱ្យភ្ញៀវចាំពីថ្ងៃត្រង់ដល់ល្ងាចមិនទាន់ចប់កន្ទុយ

ជួបជុំគ្នានាឱកាសចូលឆ្នាំចិន

យកទៅជួយប្រជាពលរដ្ឋនៅឯកម្ពុជា តែឥឡូវនេះ កម្រៃដែលបានមកពីការចូលកំសាន្តនេះ បានជាជំនួយដល់អង្គការមនុស្សធម៌ពីក្រុម គឺ១ជួយដល់ការសិក្សាយុវជនខ្មែរនៅទីក្រុង"លីន"នឹងមួយទៀត ជូនទៅលោកទីប្រឹក្សាសាលារៀនផង។

សប្ដាហ៍ចូលឆ្នាំចិននេះ ធ្វើឱ្យ"កូឡេស្ដេរ៉ូល"ឡើងបន្តិចមែនហើយ តែកំដរសំណែនដូនតា-កុងម៉ាក៏មានសារសំខាន់ណាស់ដែរ។

ច្រៀងរាំកំសាន្តនាពេលរាត្រី

សមាសភាពថ្មីនៃក្រុមប្រឹក្សាសាលាក្រុងឡូវែល

លោក អេដ ខេណ្ណីឌី ដែលបានបោះឆ្នោតជាប់ជាព្រឹទ្ធសមាជិកកាលពីខែវិច្ឆិកាមុននេះ លោកនឹងលាចាកពីដំណែងក្រុមប្រឹក្សាក្រុងឡូវែល នៅពេលបោះឆ្នោតថវិកាក្រុងចប់សព្វគ្រប់ នាចុងខែមេសាខាងមុខ នេះបើតាមសម្ដីលោកអភិបាលក្រុង សាម៉ារ៉ាស។ ការចាកចេញនេះ ជាដំណឹងល្អមួយសម្រាប់សហគមន៍ខ្មែរ ពីព្រោះ លោក ចៅ សុខារី ដែលទទួលបានសន្លឹកឆ្នោតច្រើនជាងគេ កាលពីឱកាសបោះឆ្នោតខែវិច្ឆិការ២០១៧ មុននោះ នឹងចូលមកកាន់ដំណែង ជំនួសលោក អេដ ខេណ្ណីឌីវិញ ធ្វើឱ្យក្រុមប្រឹក្សាក្រុងឆ្នាំ២០១៩នេះ មានសមាជិកដើមកំណើតខ្មែរដល់ទៅ២នាក់ ជាលើកដំបូងបង្អស់ក្នុងប្រវត្តិសាលាក្រុងឡូវែល។

MA Senator Edward Kennedy
Photo by Sam Khoeun

Sokhary Chau & wife, Somong Rattanayong

សូមជូនពរស្វាគមន៍ដល់លោក ចៅ សុខារី ដែលមានឱកាសបានចូលមកកាន់ដំណែងដ៏ខ្ពង់ខ្ពស់នេះ បន្តរហូតដល់ចប់អាណត្តិ២ឆ្នាំរបស់លោក កេណ្ណីឌី នៅចុងខែធ្នូ២០១៩។

We make health care easy

Neighborhood has affordable plans for:
• Children and families
• Individuals
• Small businesses

យើងធ្វើឲ្យការថែទាំសុខភាពងាយស្រួល

Neighborhood មាន គម្រោងដែលមានតម្លៃសមរម្យសម្រាប់៖
• កុមារ និងក្រុមគ្រួសារ
• បុគ្គលម្នាក់ៗ
• អាជីវកម្មខ្នាតតូច

Neighborhood Health Plan OF RHODE ISLAND™

Contact us today to learn more!
សូមទាក់ទងមកយើងខ្ញុំនៅថ្ងៃនេះ
ដើម្បីស្វែងយល់បន្ថែម!
www.nhpri.org

ជួបបញ្ហាបង់ថ្លៃកម្តៅ?

កម្មវិធីជំនួយឥន្ធនៈអាចជួយអ្នកបាន!*

*អាចមានលក្ខខណ្ឌខ្លះ

រាល់ឆ្នាំអង្គការ Community Teamwork ផ្តល់ជំនួយឥន្ធនៈដល់១២,០០០លំនៅដ្ឋាន ដែលជួបបញ្ហា ដោយសារចំណាយច្រើនលើថ្លៃកម្តៅ

COMM
UNITY
TEAM
WORK

ទំហំគ្រួសារ	ប្រាក់ចំណូល
1	$ 35,510
2	$ 46,437
3	$ 57,363
4	$ 68,289
5	$ 79,215
6	$ 90,141

សូមទាក់ទងដើម្បីណាត់ជួប

សូមទាក់ទងដើម្បីណាត់ជួប
ទូរស័ព្ទលេខ៖ ៩៧៨ ៤៥៩ ៦១៦១
អ៊ីនធើណិត៖ www.commteam.org
ចុចលើពាក្យ Fuel Assistance ពណ៌ខៀវ
នៅលើគេ ខាងស្តាំដៃ

ការផ្សព្វផ្សាយនេះ គឺមានការជួយឧបត្ថម្ភពីកម្មវិធីជំនួយផ្នែកថាមពលសម្រាប់គ្រួសារមានចំណូលទាបតាមរយៈថវិការដែលបានមកពីក្រសួងអភិវឌ្ឍន៍សហគមន៍ និងលំនៅដ្ឋានម៉ាសាឈូសេត។

ជំនួយនេះផ្តល់តាមសហគមន៍ដូចខាងក្រោម

Arlington	Groton
Bedford	Lexington
Belmont	Lowell
Billerica	Pepperell
Burlington	Tewksbury
Carlisle	Tyngsboro
Chelmsford	Waltham
Dracut	Watertown
Dunstable	Westford
Wilmington	

ព្រះករុណា ព្រះមហាក្សត្រ ប្រោសព្រះរាជទាន អភិបាលក្រុង Long Beach និងថ្នាក់ដឹកនាំ Cambodia Town ចូលក្រាបថ្វាយបង្គំគាល

នាវេលាព្រឹកថ្ងៃទី២៩ ខែមករា ឆ្នាំ២០១៩ ព្រះករុណាជាអម្ចាស់ជីវិតលើត្បូងព្រះបាទសម្តេចព្រះបរមនាថ នរោត្តម សីហមុនី ព្រះមហាក្សត្រនៃព្រះរាជាណាចក្រកម្ពុជាជាទីគោរពសក្ការៈដ៏ខ្ពង់ខ្ពស់បំផុត សព្វព្រះរាជហឫទ័យប្រោសព្រះរាជទានលោកបណ្ឌិត Robert Garcia អភិបាលក្រុង Long Beach នៃរដ្ឋ California និងប្រធានអង្គការ Cambodia Town ព្រមទាំងគណៈប្រតិភូ ចូលក្រាបថ្វាយបង្គំគាល់ នាព្រះមហាប្រាសាទខេមរិន្ទព្រះបរមរាជវាំង ។

ក្នុងឱកាសដ៏វិសេសវិសាលនោះ លោកបណ្ឌិតអភិបាលក្រុង បានសម្តែងនូវអំណរព្រះរាជគុណយ៉ាងជ្រាលជ្រៅ ថ្វាយ ព្រះករុណា ព្រះមហាក្សត្រ ព្រមទាំងព្រះរាជហឫទ័យទទួលស្វាគមន៍ដ៏សែនកក់ក្តៅរបស់ព្រះអង្គ ជូនដល់លោក និងគណៈប្រតិភូ ។ លោកបណ្ឌិត អភិបាលក្រុង បានទូលថ្វាយអំពីជោគជ័យក្នុងដំណើរទស្សនកិច្ចរបស់ជាលើកទី១របស់លោកនិងគណៈប្រតិភូមកកាន់ព្រះរាជាណាចក្រកម្ពុជា ដោយក្នុងនោះលោក បានចុះអនុស្សរណៈនៃការយោគយល់គ្នាស្តីអំពីការចងសម្ព័ន្ធមេត្រីភាពរវាងទីក្រុងឡុងប៊ិច រដ្ឋកាលីហ្វរញ៉ា នៃសហរដ្ឋអាមេរិក និងរាជធានីភ្នំពេញ នៃព្រះរាជាណាចក្រកម្ពុជា ក្នុងគោលបំណងបង្កើនទំនាក់ទំនងវប្បធម៌

តទៅទំព័រទី ១៨

Robert Garcia Became Long Beach's First Sitting Mayor To Visit Cambodia

By Soben Pin

Long Beach, CA - Mayor Robert Garcia and representatives of Long Beach Port Authority recently went on a 10-days business and investment trip to Asia. They visited Singapore, Cambodia, and Vietnam.

In Cambodia, a formal signing ceremony was performed between Mayor of Long Beach and Mayor of Phnom Penh to renew the sister city relationship. The Long Beach and Phnom Penh sister city was first signed in October 1993 for the purpose to promote cultural exchanges and improve trade relations between the two cities.

Mayor Garcia and the delegation, which were including the members of Cambodia Town and Long Beach Port Authority, received an audience with His Majesty Norodom Sihamoni at the Royal Palace in Phnom Penh on January 29, 2019.

His Majesty Sihamoni praised the city of Long Beach for designating the Cambodia Town Cultural and Business District in Long Beach since 2007. Continued to Page 18

Scam Alerts

AARP Fraud Watch Network

Telephone Scams

Telephone scammers try to trick you out of your money or personal information by using many different tactics. Sometimes they offer or promise money, fake products, or trips, and sometimes threaten arrest if you don't pay them. The best way to protect yourself is to hang up on these callers and ignore their messages. You can also register for the National Do Not Call Registry: 1-888-382-1222 or www.donotcall.gov and check with your telephone company about additional call blocking options.

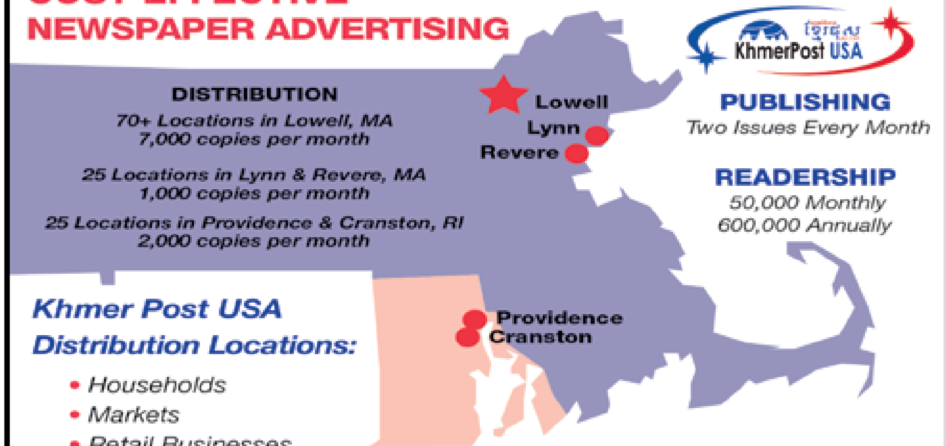
Amazon Online Shopping Scams

Like many online stores, the potential for fraud on popular shopping site such as Amazon does exist. While Amazon and other online sites may be trustworthy, buyers should still be wary of online transaction scams. In a recent statement, Amazon addressed an issue with a phishing email that asks for personal information or account information including credit card details. The link provided in the email then leads unsuspecting shoppers to a phony Amazon page that looks legitimate. Amazon has urged buyers to log in directly to Amazon.com if they receive any emails about their personal information, as Amazon states it will never email you about these account matters.

Be a fraud fighter! If you can spot a scam, you can stop a scam.

Report scams to local law enforcement. For help from AARP, call 1-877-908-3360 or visit the AARP Fraud Watch Network at www.aarp.org/fraudwatchnetwork.

REACH THOUSANDS OF PEOPLE IN THE CAMBODIAN COMMUNITY WITH COST EFFECTIVE NEWSPAPER ADVERTISING



Khmer Post USA Distribution Locations:

- Households
- Markets
- Retail Businesses
- Restaurants
- Office Buildings
- Government Offices
- Chamber of Commerce
- Buddhist Temples
- Laundromats
- And Much More

7Jan and 21	8 July and 22
4 Feb and 18	5 Aug and 19
4 March and 18	9 Sept and 23
8 April and 22	7 Oct and 21
6 May and 20	9 Nov and 23
10 Jun and 24	6 Dec and 20

Advertising deadlines are 5 business days prior to printing date.

KhmerPost USA is a free Cambodian-English biweekly newspaper serving Lowell, Chelmsford, Tyngsboro, Lynn and Revere, MA as well as Cranston and Providence, RI.

It was founded in 2007 by Soben Pin and partner Roger Pin. In 2010, they relocated the newspaper to Lowell to meet the demand for readership.

With an annual readership of 600,000, it is the only premier voice for the Cambodian-American community across the New England region.

www.khmerpost.us

Boch Honda West
299 Littleton Rd, Westford, MA 01886
EXIT 32 - OFF 495
HOME OF THE 20 YEAR 200,000 MILE LIMITED POWERTRAIN
★ WARRANTY ★
BOCH
រាល់ការទិញរថយន្តហុងដាថ្មី នឹងមានការ
ធានាជូនរយៈពេល 20 ឆ្នាំ/
រយៈចំងាយ 200,000 ម៉ាយ
ធ្វើដំណើរជុំវិញពិភពលោក 8 ដងហើយ
លោកអ្នកនៅតែមានការការពារ!
ធានាមានរថយន្តថ្មីនៅក្នុងស្តុក លើកលែងតែម៉ូឌែលជាក់លាក់មួយចំនួនប៉ុណ្ណោះ
ហើយការធានាគឺមិនអាចធ្វើការផ្ទេរបានឡើយ។ មិនមានសម្រាប់រជួ។
ច្បាប់ចម្លងលិខិតធានាមានសម្រាប់អតិថិជនមើលនៅកន្លែងលក់។
ផ្តល់ជាពិសេសសម្រាប់ធ្វើជាម្ចាស់ជាមុន
2008 Chevrolet IMPALA LT VIN: 89123498 $5,476
2010 Honda ACCORD EX-L VIN: AA164855 $9,885
2015 Subaru FORESTER CVT LIMITED VIN: FH445972 $12,445
2015 Hyundai SONATA 2.0T SPORT VIN: FH219232 $15,998
2018 Mazda MAZDA6 TOURING AUTO VIN: J1309035 $19,886
2014 Toyota TUNDRA DOUBLE CAB V8 SR5 VIN: EX057923 $21,984
2016 Acura RDX AWD VIN: GL026906 $22,997
2018 Chevrolet SILVERADO 1500 LT VIN: JZ338998 $29,975
2018 Infiniti Q60 LUXURY AWD VIN: JM390948 $31,990
2016 Audi Q5 QUATTRO 3.0T PREMIUM PLUS VIN: GA074488 $32,464
2018 Ford F-150 LARIAT SUPERCREW VIN: JKD82649 $37,921
2015 BMW 640I XDRIVE CONV. AWD VIN: FD873174 $38,009
BochHondaWest.com
រាល់តម្លៃដែលបានផ្សព្វផ្សាយ មិនរួមបញ្ចូលពន្ធ និងការបង់ថ្លៃផ្សេងៗដល់រដ្ឋាភិបាល, ការចំណាយលើការរត់ការទទួលឥណទាន, ការបង់លើការរៀបចំឯកសារទិញលក់,
បង់ថ្លៃរៀបចំឯកសារបង់ពន្ធតាមប្រព័ន្ធអេលិចត្រូនិច និងការបង់ថ្លៃលើការធ្វើតេសការបំភាយឧស្ម័នរបស់រថយន្ត។ ការផ្តល់ជូននេះ ផុតកំណត់នៅ 218/2019។
សម្រាប់ព័ត៌មានបន្ថែមពីរថយន្ត
សូមទំនាក់ទំនង នីកូល ឈុន : nchhun@bochhondawest.com
ត្រូវការបុគ្គលិកផ្នែកលក់!
ទំនាក់ទំនងមកកាន់ ខេវិន ហេជ : kcregg@bochhondawest.com
Boch Honda West .com | (978) 252-2125
HONDA

ផ្ដើមសេចក្ដី

អារម្ភកថា

យើងសូមជូនរឿងថ្មីមួយទៀត គឺរឿង"កុមារ យោធិន្ទ"ជាប្រវត្តិកុមារប្រមាណជា១ពាន់នាក់ ដែលបានចូលទៅបំរើក្នុងកងទ័ពតាំងពីអាយុ១០ឆ្នាំ នៅសាលារៀនមួយដែលកងខេមរភូមិន្ទបានបង្កើតឡើងបន្តពីអាណានិគមបារាំងក្នុងបំណងជួយចិញ្ចឹមកូនរបស់កងទ័ពបង្ហាត់បង្រៀនមុខវិជ្ជាដែលឪពុករបស់គេស្រឡាញ់ចូលចិត្តនឹងបានបូជាជីវិត ដើម្បីមាតុភូមិរបស់គេថែមទៀត។

ជារឿងពិតរបស់យុវជនមួយក្រុមរស់នៅដាច់ពីការថ្នាក់ថ្នមរបស់ឪពុកម្ដាយមិនដូចក្មេង ឯទៀត គេចិញ្ចឹមកុមារទាំងនោះ ក្រោមវិន័យតឹងរឹងនៃកងទ័ពបង្ហាត់ហ្វឹកហ្វឺននឹងរៀនសូត្រវិជ្ជាចម្បាំងតាំងតែពីនៅតូច តែសាធារណជនមិនសូវដែលដឹងថា"សាលានោះជាអ្វី? បង្ហាត់បង្រៀនរបៀបណា? នឹងស្គាល់ថា ជាអ្វីនោះទេ" ក្រៅតែពីអ្នកនៅក្នុងក្រុងជាមួយនឹងអ្នកមិនឆ្ងាយពីបន្ទាយនៃកូនទាហ៊ានទាំងនោះ តែប៉ុណ្ណោះដែលស្គាល់ ហើយឱ្យឈ្មោះថា"ពួកក្មេងហ្វូង" ដែលជាឈ្មោះបកប្រែពីពាក្យបារាំងមកថា"Les enfants de troupe"។

ការរៀបចំរចនាសម្ព័ន្ធសាលាកុមារយោធិន្ទ(ត)

ពិន សំខុន

ភាគ១ - សាលាកងកុមារយោធិន្ទ

តពីលេខមុន

ងូតទឹកបែបគគ្រីកគ្រេងទាល់តែភ្លៀងដេញ នាកណ្ដាលរាត្រី ទើបនាំគ្នាឈប់ទៅដេកអស់... ព្រឹកឡើងថ្ងៃអាទិត្យ នៅទីធ្លាមុខបន្ទប់ដែលថ្ងៃនោះ បែរជាពោរពេញទៅដោយទឹកថ្លុកតូចៗព្រោងព្រាតបង្កដោយដីក្រហែងក្រហូងកាយដោយជើងអ្នក"រាំទ្វីស"កាលិរាត្រីម្សិលមិញនេះ។ លោក អាត ស៊ុយដង់សែព អ៊ុនតាំងសេង នៅពេលដើរត្រួតពិនិត្យ នាព្រឹកឡើង ក៏ឧទ្ទានថា" តើសត្វអីបានជាមកកាយដីក្រហែងក្រហូងអស់យ៉ាងនេះអីចឹង?

សិស្សកុមារយោធិន្ទ កាន់តែធំៗហើយ រៀនសូត្រក៏ចេះតែខ្ពស់ហើយដែរ ទៅរៀនក្នុងឯកសណ្ឋានខោអាវគគី អ៊ុតស្អាតភ្លឹង ស្បែកជើងឃ្លុបខ្មៅរលោងជានិច្ចជាយុវជន ចម្លែកក្នុងចំណោមសិស្សស៊ីវិលដែលស្លៀក ខោខៀវ ឬខោគគីអាវសយ៉ាងធម្មតា តែប៉ុណ្ណោះ នៅវិទ្យាល័យព្រះសីហនុ, ដូច្នេះសិស្សនារីតែងចូលចិត្តប្រស្រ័យទាក់ទងណាស់ ពេលមានបុណ្យទាននៅផ្ទះ ឬក៏មានការរាំ រែកកំសាន្តម្ដងៗក្ដីហៅមិនដែលខានទេ។សិស្ស វ៉ែន សូល អត្តលេខ ៦៤៧ ខ្លួនទាប តែប្រើស្បែកជើងឱ្យគេតម្លើងកែងឱ្យខ្ពស់សិតសក់"តុងហ្គោ"បែប"អែលវីស ប្រេស ស្លេយ" ដើម្បីឱ្យសក់រឹងបានយូរ គេទម្លាក់អំពូលភ្លើងក្ដៅជំនួសម៉ាស៊ីនផ្លុំសក់មករំអិលលើសក់គេ ឱ្យឆាប់ស្ងួត ហើយរឹងបានយូរ, គេ

អតីតកុមារយោធាជួបជុំគ្នានៅក្រុងបារីស

ចេះសរសេរសំបុត្រស្នេហាយ៉ាងជំនាញសរសេរឱ្យគេឯងគ្រប់គ្នាទៀតផង, គេតែងប្រើ "ទឹកក្នុងកែវ"ជាទឹកភ្នែកស្នេហ៍កំសត់រលាស់លើសំបុត្រមុននឹងបត់ផ្ញើរទៅគូរស្នេរ ពេលខ្លះរកទឹកក្បែរដៃមិនបាន គេរលាស់ទឹកស្ងោត្រីជំនួសទឹកភ្នែកក៏មាន...។

នាអម្លុងឆ្នាំ១៩៦៥-៦៦-៦៧ សាលាកុមារយោធិន្ទផ្ដើមមានឈ្មោះជាសាលាមធ្យមសិក្សាពេញសិទ្ធិ មានក្រុមកីឡារបស់ខ្លួនចូលទៅប្រកួតកីឡាផ្សេងៗ ជាមួយនឹងវិទ្យាល័យឯទៀតៗក្នុងខេត្រកំពុងចាមបាន។ សាលាកុមារយោធិន្ទមានក្រុមបាល់ទាត់ -ក្រុមបាល់ទះ - ក្រុមបាល់បាស្កិត នឹងក្រុម"ហាន់"បាល់... ម្ដងបន្តិចៗ ក៏មានឈ្មោះល្បី ថាជាសាលាដែលសម្បូរសិស្សពូកែខាងកីឡា។ កុមារយោធិន្ទ ជុំ សាមិ - ពិន សំផុន ២៩៤ - ជា យ៉ាន - ម៉ៅ យឿន ៦១៥ -ស្រីសិខុម៦២៨-បានទៅរៀននៅវិទ្យាល័យព្រះសីហនុ ក៏ព្រោះតែពួកគេជាសិស្សដែលពូកែ

ហើយចូលជាជម្រើសខាងកីឡាបាល់ទាត់ ឬបាល់បាស្កិត របស់វិទ្យាល័យព្រះសីហនុជាដើម ។ រីឯក្រុមកីឡាសាលាកុមារយោធិន្ទ ក៏មានអ្នកដែលមានឈ្មោះល្បីច្រើនដែរ មានស្ដាន់ ស៊ុផា -ម៉ា ឆេង ៦២៣ - សាន ស្ងួត ៦៣០ - សូ មាច ៦៣២ - សេត ទ្រី ល្បីខាងកីឡាបាល់ទាត់ ប៊ូ ង៉ូវ - ខាត់ ភុំ - ឆាង គ្រឿង ល្បីខាងកីឡាបាល់ទះ បែន សាន - ស្រី សុខុម - ម៉ៅ យឿន ល្បីខាងកីឡាបាស្កិតបាល់ នឹងហាន់បាល់។ នៅមានក្រុមកីឡា យូដូ ដែលមានអ្នកពូកែដូចជា ស៊ុម សំផាត នឹងអ្នកហាត់មួយចំនួនទៀត តែពួកនោះគ្មានគូរប្រគួត ក្រៅពីក្រុមយោធពលខេមរភូមិ មានព្រឹត្តិការអាស្រូវខ្លះ ដែលបានកើតលេចធ្លោឡើង នៅពេលរដូវប្រកួតកីឡាបាល់ទាត់នាឆ្នាំមួយនោះ(ទំនងជាឆ្នាំ១៩៦៧) រវាងក្រុមកីឡាបាល់ទាត់ផ្ដាច់ព្រាត់ ប្រចាំវិទ្យាល័យនៅខេត្រកំពង់ចាម បណ្ដាលឱ្យមានការវាយតប់គ្នារហូតដល់ក្រៅបរិវេណកីឡាដ្ឋានក្រុងទៀតផង...។ ថ្វីត្បិតតែ មានការវាយតប់គ្នារវាងក្មេងៗកុមារយោធិន្ទនឹងយុវជនសាលឯទៀតៗ ម្ដងម្កាលក្ដី តែមិនដូលើកនេះទេ គឺនៅពេលដែលក្រុមបាលទាត់កុមារយោធិន្ទ បានទាត់ស្មើរគ្នានឹងសាលាវិទ្យាល័យព្រះសីហនុ គេនៅរង់ចាំលទ្ធផល វិទ្យាល័យព្រះសីហនុ ទល់នឹងវិទ្យាល័យឯកជនឈ្មោះ"វិទ្យាល័យសហជន" ដែលពូកែរគ្រាន់បើ តែមកចាញ់វិទ្យាល័យកុមារយោធិន្ទ"ពាទល់នឹងសូន្យ" ដូច្នេះវិទ្យាល័យព្រះសីហនុនឹងបានរង្វាន់លេខ១ ត្រូវឈ្នះសាលា"សហជន"ឱ្យលើសពី៣ទើបបានក្លាយជា"ជើងឯកក្នុងខេត្រកំពង់ចាម"... តែបើឈ្នះ "សហជន" តិចជាង៣-0 គឺសាលាកុមារយោធិន្ទ នឹងបានលេខ១ទៅវិញ... ប៉ុន្តែសាលា"សហជន"បានលេងកំប្លែងធ្វើឱ្យចាញ់វិទ្យាល័យព្រះសីហនុរហូតដល់ទៅ៧-0 ពីព្រោះមិនចង់ឱ្យសាលាកុមារយោធិន្ទពានទទួលរង្វាន់លេខមួយ...ដែលជាហេតុធ្វើឱ្យសិស្សកុមារយោធីន្ទខឹងសម្បារយ៉ាងខ្លាំង រហូតដល់លើកគ្នា ទៅតាមវាយក្រុមកីឡាករ"សហជន"នឹងគ្រូបង្ហាត់ ឡើងទ្រមខ្លួនពេលចេញពីទីប្រកួតមកខាងក្រៅ។ ពេលនោះលោកកុម្មង់ដង់ ទឹម ថូ ក៏មិនសប្បាយចិត្តនឹងឃើញព្រឹត្តិការយ៉ាងនោះដែរ តែខំទប់ចិត្ត ដាក់ទណ្ឌកម្មកុមានរយោធិនខ្លះៗ មាន ប៊ូ ង៉ូវ -សិសុវត្ថិ ខារម៉ា ...ឱ្យទទួលទោសយ៉ាងស្រាលៗ។ សិស្សកុមារយោធិន្ទ ធ្លាប់មានប្រវត្តិវាយតបច្រើនគួរសមដែរ តែមានតែសាលាដៃដែក "សាលតិចណូ"ទេដែលជាគូរប្រកួតស្មើរមុខគ្នា សាលាឯទៀតៗមិនហ៊ានប្រឈមមុខទេ។ ទាំងនោះហើយជាអនុស្សាវរីយដ៏ផ្អែមល្ហែម នឹងជូរចត់នៃសាលាកុមារយោធិន្ទ ដែលពួកគេនាំយកទៅនៅពេលចេញពីសាលាទាំងអាឡោះអាល័យ។

គឺនៅពេលសិស្សធំ ដល់គ្រប់អាយុ១៨ឆ្នាំ សិស្សនោះត្រូវចេញទៅបំពេញវិជ្ជាកងទ័ព២ ឬ៣ឆ្នាំបន្តរទៅទៀត នៅឯខែត្តពោធិសាត់ សម្រាប់អ្នកណាដែលប្រឡងចូលសាលានាយទាហ៊ាន"EOA"នៅភ្នំពេញមិនជាប់ទីនោះគេត្រូវរៀន៣ឆ្នាំ រីឯអ្នកទៅពោធិសាត់ ត្រូវរៀនភ១-ភ២ ២ឆ្នាំ សម្រាប់ក្លាយទៅជានាយទាហ៊ានរង។

គឺនៅពេលសិស្សធំដល់គ្រប់អាយុ១៨ឆ្នាំ សិស្សនោះត្រូវចេញទៅបំពេញវិជ្ជាកងទ័ព២ ឬ៣ឆ្នាំបន្តទៅទៀត នៅឯខែត្តពោធិសាត់ សម្រាប់អ្នកណាដែលប្រឡងចូលសាលានាយទាហ៊ាន "EOA"នៅភ្នំពេញមិនជាប់ ទីនោះគេត្រូវរៀន ៣ឆ្នាំ រីឯអ្នកទៅពោធិសាត់ ត្រូវរៀនភ១-ភ២ ២ឆ្នាំ សម្រាប់ក្លាយទៅជានាយទាហ៊ានរង។

មិនត្រឹមតែស្ដាប់សិស្សទាំងអស់នាំគ្នារាំគ្រវីគូថ បង្វិលកែងជើង នៅក្បែរកន្លែងងូតទឹកបែបគគ្រីកគ្រេងទាល់តែភ្លៀងដេញ នាកណ្ដាលរាត្រី ទើបនាំគ្នាឈប់ទៅដេកអស់..ព្រឹកឡើងថ្ងៃអាទិត្យ នៅទីធ្លាមុខបន្ទប់ដែលថ្ងៃនោះ បែរជាពោរពេញទៅដោយទឹកថ្លុកតូចៗព្រោងព្រាតបង្ករដោយដីក្រហែងក្រហូង កាយដោយជើងអ្នក"រាំទ្វីស"កាលពីរាត្រីម្សិលមិញនេះ... លោក

តទៅលេខក្រោយ

តមកពីទំព័រទី ១០

រៀនពីវិធីការត្បាញក្នុងកម្មវិធី...

ប្តូរនៅកន្លែងផ្សេងទៀតនៅទសវត្សឆ្នាំ១៩៥០ ក្តី ក៏អាគាររោងចក្រធ្វើពីឥដ្ឋធំៗ នៅតែមានដដែរ។ ក្រោយពីមានការវិវត្តអស់រយៈពេលជាច្រើនមកអាគារទាំងនោះត្រូវបានប្រែក្លាយទៅជាខុនដូ, អាគារស្នាក់នៅ, និងការិយាល័យធំៗ ដែលចាប់ផ្តើមនៅទសវត្សឆ្នាំ១៩៧០ ក្រោមការដឹងនាំដោយលោក ប៉ូល សានហ្កាស ដែលជាអតីតសមាជិកព្រឹទ្ធសភា និងអ្នកដើមកំណើតឡូវែល។ ដោយសារតែមានការផ្លាស់ប្តូរអាគាររបស់ទីក្រុង ការតាំងទីលំនៅក្នុងទីក្រុងក៏មានការផ្លាស់ប្តូរដោយមានការមកដល់នូវជនភាសខ្លួនកម្ពុជារាប់ពាន់នាក់ក្នុងទឹកដីអាមេរិក។

Image of John Street Mills
File Photo/KhmerPost USA

សារព័ត៌មានខ្មែរផុស ស.រ.អា ស្វែងយល់រឿងរ៉ាវរួមមួយរវាងវប្បធម៌ខ្មែរ និងប្រវត្តិសាស្ត្រឡូវែល គឺការត្បាញ។ ការត្បាញដោយដៃនៅកម្ពុជាត្រូវបានធ្វើអស់រយៈពេលរាប់ពាន់ឆ្នាំមកហើយ ហើយវានៅតែត្រូវបានគេបន្តការត្បាញនេះនៅក្នុងភូមិជាច្រើនទូទាំងប្រទេសនាពេលបច្ចុប្បន្ននេះ។ យើងសូមលើកទឹកចិត្តដល់អ្នកអានរបស់យើងនាំកុមារ និងគ្រួសារមកកាន់កម្មវិធីនេះ ដើម្បីទទួលយកបទពិសោធន៍បច្ចេកទេសត្បាញនៅឧទ្យានជាតិឡូវែល Boott Cotton Mills Museum ដែលស្ថិតនៅផ្លូវ 115 John St ក្នុងកំឡុងពេលវិស្សមកាលពីសាលារៀននៅថ្ងៃទី២១-២២ ខែកុម្ភៈ នៅវេលាម៉ោង២ រហូតដល់ម៉ោង២:៤៥នាទីរសៀល។ សិក្ខាសិលាស្តីពីការត្បាញ គឺឥតគិតថ្លៃនោះទេ ប៉ុន្តែចំបាច់ត្រូវការចុះឈ្មោះ ដោយទូរស័ព្ទទៅលេខ ៩៧៨-៩៧០-៥០០០ ។ ហើយប្រសិនបើអ្នកមិនអាចទំនាក់ទំនងតាមទូរស័ព្ទបានទេ, លោកអ្នកអាចមកចូលរួមសិក្ខាសិលានេះនៅរៀងរាល់ខែនៅថ្ងៃសៅ ទី២ រហូតដល់ថ្ងៃទី ១១ ខែឧសភា ឆ្នាំ២០១៩ សម្រាប់ការចូលសារមន្ទីរ និងការចូលរួមសិក្ខាសិលាដោយមិនគិតថ្លៃ។

សម្រាប់ដើម្បីទទួលបានកាលវិភាគ និងព័ត៌មានពីសិក្ខាសិលា សូមចូលទៅកាន់វ៉ិបសាយ www.lowellkidsweek.org

Continued from page 10

Learn How To Weave...

of Cambodian refugees.

KhmerPost USA finds a common thread between Cambodian culture and Lowell history - that is weaving. Hand weaving in Cambodia has been done for thousands of years and is still practiced in many villages across the county today. We encourage our readers to bring kids and family to experience the weaving technology at the Lowell National Park Boott Cotton Mills Museum at 115 John St during school vacation on February 21-22 at 2PM-2:45PM. The Weaving Workshop is free but registration is required by calling 978-970-5000. And if you can't make it, catch it on every second Saturday of the month until May 11, 2019 for the free museum admission and workshop.

For complete schedules and workshops through the city of Lowell, visit www.lowellkidsweek.org

CONWAY
INSURANCE AGENCY

រយៈពេល២៥ឆ្នាំ ភ្នាក់ងារធានារ៉ាប់រងខុនវេយបានបម្រើសហគមន៍ដោយធានារ៉ាប់រងគ្រប់មុខប្រកបដោយគុណភាពនៅតំបន់ញូអ៊ីងឡែន ។

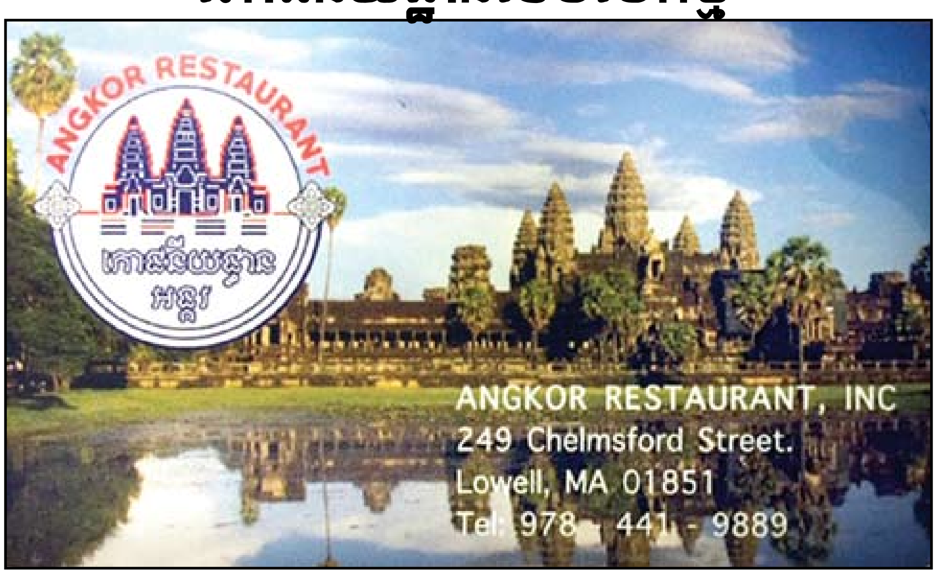
យើងខ្ញុំជាភ្នាក់ងារបំពេញសេវាគ្រប់មុខដូចខាងក្រោម :

ការធានារ៉ាប់រងគ្រួសារ
- រថយន្ត
- ផ្ទះ
- ផ្ទះល្វែង
- គ្រឿងអលង្ការ
- វត្ថុសិល្បៈ
- វត្ថុបុរាណ

ការធានារ៉ាប់រងជំនួញ
- អចលនវត្ថុ
- សុវត្ថិភាពជំនួញ (Liability)
- សុវត្ថិភាពជំនាញ (Professional Liability)
- ពលករ (Worker's Compensation)
- បុងដ៍ (Bonds)
- អ្នកមើលថែម៉ាស៊ីន និងការលក់ម៉ាស៊ីន
- ធានារ៉ាប់រងពិការភាព និងជីវិត
- កម្មវិធីពិសេសផ្សេងៗទៀត

CONWAY INSURANCE AGENCY
77 E. Merrimack Street, Lowell, MA 01852
Tel: 978-454-5054|Fax 978-453-2480
www.conwayinsurance.com
សូមទាក់ទងមក : ហ្វីលីប មុត, អ្នកគ្រប់គ្រង

ភោជនីយដ្ឋានទើបបើកថ្មី



កម្មវិធីជំនួយផ្នែកថែទាំសុខភាពតាមផ្ទះរដ្ឋ

AccuCare
Home Care Agency
Group Adults Foster Care Program

កម្មវិធី Group Adult Foster Care (GAFC) គឺជាដំណោះស្រាយល្អបំផុតសំរាប់ចាស់ៗ ខ្មែរយើងដែលមានបញ្ហារ៉ាំរ៉ៃផ្នែកសុខភាព ឬជរា ហើយមិនចង់ចាកចេញពីលំនៅដ្ឋានខ្លួនឯង ឬមិនចង់បែកពីក្រុមគ្រួសារដែលបានរស់នៅជាមួយគ្នាជាយូរមកហើយ។ យើងអាចជួយអោយជីវិតលោកអ្នកកាន់តែប្រសើរឡើង តាមរយៈការផ្តល់នូវសេវាថែទាំសុខភាពមួយទល់មួយដល់ផ្ទះលោកអ្នកតែម្តង ។

បើម្បីអាចចូលរួមក្នុងកម្មវិធីនេះបានលោកអ្នកត្រូវមានលក្ខណៈដូចខាងក្រោម :
- រស់នៅផ្ទះរដ្ឋ
- អាយុ ២២ ឆ្នាំឡើងទៅ
- មាសហែលស្តង់ដា

ផលប្រយោជន៍ទទួលបាន :
- ការថែទាំផ្ទាល់ខ្លួនមួយ ទល់មួយក្នុងផ្ទះរបស់អ្នករាល់ថ្ងៃមួយថ្ងៃមួយម៉ោងលើការរស់នៅប្រចាំថ្ងៃ
- ជំនួយលើការគ្រប់គ្រងថ្នាំសង្កូវអ្នក
- ផែនការថែទាំសុខភាពផ្ទាល់ខ្លួនមួយ ដែលធ្វើឡើងដោយគ្រូពេទ្យ និងខេសមានីយើ
- វាយតំលៃលើសេចក្តីត្រូវការជាប្រចាំជាបន្តបន្ទាប់
- សមាជិកអាចទាក់ទងមក២៤ម៉ោង

To be eligibled for GAFC you must:
- *live in subsidized or public housing*
- *age 22 years and older*
- *eligible for Masshealth Standard*

Benefits you will get:
- *personal care service in your home,*
- *Medication Managemant*
- *an individual care plan developed by a registered nurse and case manager*
- *ongoing monitoring of needs*
- *24-hour access to services*

ត្រូវការជ្រើសរើសបុគ្គលិកធ្វើការ PCA/ HHA needed
for Lowell, Lynn, Revere, and Boston

ជាសេវាមានគុណភាពខ្ពស់ និងទុកចិត្តបាន
បុគ្គលិកមានសណ្តានចិត្តល្អ និងធ្វើការតាមវិជ្ជាជីវៈ
អ្នកគ្រប់គ្រង និងបុគ្គលិកនិយាយភាសាខ្មែរ

ដើម្បីចុះឈ្មោះសូមទាក់ទងមក
To register, please contact:
Tel: (978)735-4955, Fax: (978) 735-4956
Office: 144 Merrimack St., Suite 404. Lowell, MA 01852

តមកពីទំព័រទី ១៣

ព្រះករុណា ព្រះមហាក្សត្រប្រោសព្រះរាជទាន

និងការអបរំ ក៏ដូចជាវិស័យសេដ្ឋកិច្ច និង ចំណងមិត្តភាពរវាងប្រជាជននៃទីក្រុងទាំងពីរ ។

ឆ្លៀតក្នុងឳកាសនោះ លោកប្រធានអង្គការ Cambodia Town ក៏បានទូលថ្វាយអំពីប្រវត្តិនៃការបង្កើតអង្គការ Cambodia Town និងសកម្មភាពការងារក្នុងការថែរក្សា និងលើកតម្កើងវប្បធមិប្រពៃណីទំនៀមទំម្លាប់របស់ប្រជាជាតិខ្មែរជូនដល់ប្រជាជនកម្ពុជា ដែលរស់នៅសហរដ្ឋអាមេរិក ព្រមទាំងលើកឆាកអន្តរជាតិឱ្យបានស្វែងយល់កាន់តែច្បាស់អំពីសិល្បៈ ប្រពៃណី វប្បធមិរបស់ខ្មែរ។

គណៈប្រតិភូឡុងប៊ិចចូលក្រាបបង្គំគាល់ព្រះមហាក្សត្រនរោត្តម សីហមុនី

គណៈប្រតិភូឡុងប៊ិចជួបលោកទេសរដ្ឋមន្ត្រី ស៊ុន ចាន់ថុល

Continued from page 13

Robert Garcia Became Long Beach's

The state of California has the highest concentration of Cambodians in the country with over 35% residing in the greater Los Angeles area. According to the Census Bureau, there are 116,822 Cambodians living in California, 41,459 in Los Angeles County, and 19,784 in the City of Long Beach.

In a statement released in a video from Phnom Penh, Mayor Garcia said "we're here with Port of Long Beach to ensure that trade strengthen and we have a great cultural exchanges by signing the a new memorandum for our sister city association with Phnom Penh and of course to work with the Cambodia Town".

The delegation reported to have met with His Excellency Sorasak Pan, Minister of Commerce and His Excellency Chanthol Sun, Minister of Transportation and Public Work in effort to strengthening the business and trade relations between the two cities and countries.

As Mayor Garcia and the Long Beach delegation continued their tour in Asia, they visited Angkor Wat in Siem Reap, one of the world largest religious monuments built in the 12th century. It is a UNISCO World Heritage site and was name as number one best tourist attraction by the Lonely Planet in 2015.

Photo: Robert Garcia, Mayor of Long Beach; Bonnie Lowenthal, Vice President of Long Beach Harbor Commissioner exchanged gifts.

មកទេសចរណ៍រដូវស្លឹកឈើជ្រុះនៅតំបន់ម៉ារីម៉ាក់វ៉ាលេ

ក្រាន់តែធ្វើដំណើរតែកន្លះម៉ោងប៉ុណ្ណោះពីទិសពាយព្យនៃទីក្រុងប៊ូស្តុននឹងមកដល់តំបន់ម៉ារីម៉ាក់វ៉ាលេ។ការផ្លាស់ប្តូររដូវកាលបន្ថែមនៅភាពរស់រើកនៅតំបន់នេះ។

មានថាមពលអស្ចារ្យដែលមិនអាចប្រកែកបាននៅតំបន់ ម៉ារីម៉ាក់វ៉ាលេ ដែលថាមពលដូចគ្នានេះដែលបានផ្តល់កំណើតដល់ប្រទេសរបស់យើង។ ក្រុងនិមួយក្នុងចំណោម ក្រុង និងទីប្រជុំជនទាំង 12 របស់យើងមានសម្រស់ និងទីកន្លែងប្លែកពីគេដែលលោកអ្នកត្រូវការ,

ដំណើរកម្សាន្តបន្ទាប់របស់លោកអ្នករង់ចាំលោកអ្នកនៅទី

Greater Merrimack Valley
Convention & Visitors Bureau
adventuresawait
merrimackvalley.org

MASSACHUSETTS
massvacation.com

merrimackvalley.org

សូមចូលទៅកាន់ Twitter និង Instagram @MerrimackValley

ទំព័រទេសចរណ៍

សហគមន៍ទេសចរណ៍បន្ទាយស្រី ទីកម្សាន្តបែបធម្មជាតិដ៏ប្រណិត

សហគមន៍ទេសចរណ៍បន្ទាយស្រី ជារមណីយដ្ឋានធម្មជាតិមានទីតាំងនៅខាងជើងជាប់ប្រាសាទបន្ទាយស្រី ។ នៅទីនេះទេសចរភាគច្រើនរំលង បើមិនមានពេលវេលាគ្រប់គ្រាន់ ឯទេសចរជាតិក៏ដូចគ្នាដែរ ព្រោះមិនសូវមានអ្នកដឹង ។

យោងតាមហ្វេសប៊ុកក្រសួងវប្បធម៌ និងវិចិត្រសិល្បៈ ផ្សាយកាលពីពេល ថ្មីៗកន្លងមកថា អាជ្ញាធរជាតិអប្សរាសហការជាមួយគម្រោង ACHA របស់ប្រទេសញូវហ្ស៊ីឡែនបានអភិរក្ស និងកែច្នៃត្រពាំងបុរាណឈ្មោះ "ស្រែព្រៃ" ឱ្យក្លាយជាសហគមន៍ទេសចរណ៍ដែលមានឈូករីករហង់មានទេសភាពធម្មជាតិដ៏ស្រស់បំព្រងលម្អដោយទឹកត្រពាំងថ្លាយង់ និងភ្នំដ៏ខៀវស្រងាត់នាទិសខាងកើត ។ ទីនេះស័ក្តិសមបំផុតសម្រាប់អ្នកស្រឡាញ់ធម្មជាតិ មានខ្យល់អាកាសបរិសុទ្ធ មានភាពស្ងប់ស្ងាត់ក្នុងការផ្តល់អារម្មណ៍ មានម្ហូបអាហាររបៀបអ្នកស្រុក និងសកម្មភាពប្រពៃណីផ្សេងៗទៀត ។

មន្ត្រីនាយកដ្ឋានរៀបចំដែនដី និងគ្រប់គ្រងលំនៅដ្ឋានក្នុងឧទ្យានអង្គរ បានឱ្យដឹងកាលពីពេលថ្មីៗកន្លងមកថា សហគមន៍បន្ទាយស្រីបង្កើតឡើងនៅឆ្នាំ២០១៣ មានសមាជិកសហគមន៍៣៥រូប គឺគណៈកម្មការចំនួន៦រូប និងសមាជិក២៩រូបឆ្លងកាត់តាមរយៈការបោះឆ្នោតជ្រើសតាំង។ ពួកគាត់ជាអ្នកភូមិមកពីភូមិបន្ទាយស្រីនិងភូមិទួលក្រឡាញ់។

គម្រោងនេះបង្កើតឡើងដើម្បីបង្កើនចំណូលបន្ថែមលើមុខរបរប្រចាំថ្ងៃរបស់ប្រជាជនក្នុងតំបន់ ហើយចង់ឃើញប្រជាជនទាំងពីរភូមិមានការរីកចម្រើនតាមរយៈសហគមន៍នេះ ដែលស្របតាមគោលការណ៍របស់អាជ្ញាធរជាតិអប្សរាក្នុងការលើកស្ទួយកម្រិតជីវភាពប្រជាជនឱ្យល្អប្រសើរ។ បន្ថែមពីនោះក្រៅពីទាញប្រយោជន៍ពីសហគមន៍នេះ អាជ្ញាធរជាតិអប្សរា និងសហគមន៍ ក៏បាន-

រួមគ្នាអភិរក្ស ថែរក្សាជីវចម្រុះ មានត្រី សត្វស្លាប សត្វក្នុងទឹក រុក្ខជាតិ នៅក្នុងត្រពាំងបុរាណនេះ មិនឱ្យមានការបាត់បង់ ឬទទួលរងនូវការបំផ្លាញឡើយ ។ មិនតែប៉ុណ្ណោះ ក្រៅពីសមាជិកទាំង៣៥នាក់ ប្រជាជនចំនួនពីរភូមិនេះ ក៏ទទួលបានផលពីសហគមន៍ដោយប្រយោលផងដែរ តាមរយៈការផលិតសិប្បកម្មលក់ និងដាំដុះបន្លែបង្ការសម្រាប់ផ្គត់ផ្គង់សហគមន៍និងលក់ជូនទេសចរ។

លោក ស៊ាម សារឿន ប្រធានសហគមន៍បន្ទាយស្រីឱ្យដឹងថា នៅទីនេះមានសេវាកម្មជិះទូកដែលពេញនិយមជាងគេ ជិះរទេះគោ ស្ទូចត្រី ស្ទូង,ច្រូតស្រូវ និងការរៀបចំអាហារសាមគ្គីរបៀបអ្នកស្រុកបានចំនួន១00នាក់ ។ទេសចរអាចមកកម្សាន្តទីនេះជាលក្ខណៈឯកជនគ្រួសារ និងជាក្រុមក៏បានដើម្បីឈ្វេងយល់ពីការរស់នៅរបៀបអ្នកស្រុកជិះទូកលម្ហែកាយក្នុងត្រពាំង ថតរូបភាពស្អាតៗតាមចំណូលចិត្ត និងពិសាអាហារ ឆ្ងាញ់ៗ មានតម្លៃសេវាកម្មសមរម្យ។ សហគមន៍ទទួលបានការគាំទ្រច្រើនពីភ្ញៀវអឺរ៉ុប ចំណែកភ្ញៀវអាស៊ីពួកគាត់មកត្រឹមថតរូបប៉ុណ្ណោះ ។

តាំងពីចាប់ផ្តើមការងារបញ្ហាលំបាក ខ្លះៗដែលជួបប្រទះ គឺនៅរដូវប្រាំង ព្រោះគ្មានទឹកទេសភាពមិនស្អាត ចំណែករដូវវស្សាមិនជាមានបញ្ហាទេ ។ ដូច្នេះពួកយើងបានបង្កើនការផ្សព្វផ្សាយតាមមគ្គុទ្ទេសក៍ទេសចរណ៍ សណ្ឋាគារ និងតាមរយៈភ្ញៀវដោយផ្ទាល់ និងការពង្រីកទីតាំង បង្កើនការអភិរក្សសត្វបន្ថែមទៀតដើម្បីទាក់ទាញទេសចរ ។ លោកបានសំណូមពរឱ្យមគ្គុទ្ទេសក៍ទេសចរណ៍ សូមជួយណែនាំភ្ញៀវមកកាន់ទីនេះ ពិសេសភ្ញៀវជាតិសូមជួយគាំទ្រទេសចរណ៍សហគមន៍ ព្រោះវានឹងជួយកាត់បន្ថយភាពក្រីក្រដល់ប្រជាជនក្នុងតំបន់ និងរួមចំណែកក្នុងការអភិរក្សរមណីយដ្ឋានបុរាណផងដែរ។

លោក ផានិត ជាអ្នកភូមិបន្ទាយស្រី បានចូលធ្វើការក្នុងសហគមន៍នេះរយៈពេល៤ឆ្នាំមកហើយ ដែលគាត់ជាអ្នកចែវទូក និងមានប្រពន្ធជាអ្នកធ្វើម្ហូបអាហារសម្រាប់ភ្ញៀវ ។ លោកលើកឡើងថា "តាមរយៈទេសចរណ៍សហគមន៍បានធ្វើឱ្យជីវភាពគ្រួសារខ្ញុំធូរធារជាងពីមុនមានលុយកាក់ផ្គង់ផ្គង់គ្រួសារសមរម្យ។

អាហារដែលជួយសម្រស់ស្បែកអ្នកកាន់តែស្រស់ស្អាត

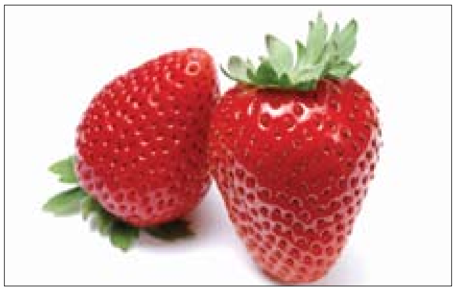
ការទទួលទានអាហារបានត្រឹមត្រូវ ពិតជាអាចជួយបង្ការភាពជ្រីវជ្រួញ និងផ្តល់មកវិញនូវការលូតលាស់ស្បែកដ៏ល្អបាន។ ខាងក្រោមនេះ គឺជារបបអាហារដែលជួយដល់សុខភាពស្បែក ហើយត្រូវបានណែនាំអោយអ្នកវិទ្យាសាស្ត្រ។

ផ្លែបឺ

សារធាតុផ្តល់ជាតិទឹកដ៏ខ្លាំងក្លា និងអាស៊ីត

ខ្លាញ់អូមេហ្គាដ៏ល្អដែលមានក្នុងផ្លែបឺ ធ្វើអោយស្បែកមើលទៅទន់ ភ្លឺថ្លា និងមិនសូវមានការរលាកក្រហម និងកើតមុនទេ។ ដូច្នេះ អ្នកគួរតែបន្ថែមផ្លែឈើប្រភេទនេះទៅក្នុងរបបអាហារ-ផង។ អ្នកក៏អាចប្រើវាសម្រាប់ជាម៉ាសបិទមុខដើម្បីទទួលបានសំណើមដ៏ល្អរបស់វា សម្រាប់សុខភាពស្បែកមុខផងដែរ។ ចូរយកផ្លែបឺមួយចំហៀងមកលាយជាមួយនឹងទឹកឃ្មុំមួយដំណក់ រួចកូរវាអោយសព្វល្អ បន្ទាប់មកយកទៅលាបលើមុខ រយៈពេល១០នាទី ចាំលាងវាចេញ។

ផ្លែប៊ឺរី



តើអ្នកមានសម្គាល់ឃើញស្នាមសរសៃឈាមក្រហមៗផុសឡើងនៅជុំវិញច្រមុះ និងជើង ឬកន្លែងណាផ្សេងនៃរាងកាយអ្នកដែរទេ? តើអ្នកចង់លុបបំបាត់វាចោលដែរឬទេ? ដំណោះស្រាយនោះគឺថា ការទទួលទានផ្លែប៊ឺរីពណ៌ខៀវ ឬក្រេនប៊ឺរី អាចជួយព្យាបាល និងបង្ការកុំអោយសរសៃឈាមទាំងនោះបែកបាន។ ពពួកផ្លែប្រភេទប៊ឺរីទាំងនេះ ក៏សម្បូរទៅដោយសារធាតុអង់ទីអុកស៊ីដង់ និងដើរតួនាទីយ៉ាងសំខាន់ក្នុងការកាត់បន្ថយភាពចាស់របស់អាយុផងដែរ។ ក្រៅពីនេះ ផ្លែប៊ឺរីក៏មានសារធាតុសំខាន់ៗផ្សេងទៀតដែរដូចជា វី-តាមីន A វីតាមីន C និង Ellagic Acid ។ សារ-ធាតុAnthocyanin និងវីតាមីនC ជួយកាត់បន្ថយការខូចខាតរបស់រ៉ាឌីកាល់សេរី ចំណែកឯ Ellagic Acid ទៅបន្ថយការរលាក និងបង្ការការខូចខាតរបស់សារធាតុកូឡាជែន ដែលជាជាតិសរសៃជំនួយដល់រចនាសម្ព័ន្ធទ្រទ្រង់របស់ស្បែក។ យកល្អ អ្នកគួរតែទទួលទានផ្លែប៊ឺរីជាអាហារសម្រន់ ឬបង្អែមទៅ។

ផ្លែទំពាំងបាយជូរក្រហម

សារធាតុ Resveratrol ដែលមានក្នុងទំពាំងបាយជូរក្រហម គឺជាអង់ទីអុកស៊ីដង់មួយប្រភេទសម្រាប់ជួយការពារស្បែកពីរ៉ាឌីកាល់សេរីបន្ថយការរលាក និងជម្រុញអោយកើតជាកោសិកាថ្មីៗ។ ដូច្នេះហើយ វាពិតជាធាតុផ្សំដ៏សំខាន់ សម្រាប់ការពារស្បែកពីការខូចខាតរបស់ពន្លឺព្រះអាទិត្យជាមិនខាន។ ការស្រាវជ្រាវបានអោយដឹងថា ទំពាំងបាយជូរក្រហម ក៏ជួយទប់ស្កាត់ភាពជ្រីវជ្រួញ និងបំបាត់ការខូចខាតដោយសារពន្លឺព្រះអាទិត្យដែរ។

ផ្លែដូង

ប្រេងដូងគឺជាសារធាតុផ្តល់សំណើមដ៏អស្ចារ្យមួយប្រភេទជាពិសេសសម្រាប់អ្នកដែលមានស្បែកងាយនឹងរលាកតែម្តង។ វាគឺជាឱសថមួយប្រភេទ

ដែលជួយពង្រឹងដល់ស្រទាប់ខាងក្រៅរបស់ស្បែកបាន ដូច្នេះហើយ វានឹងផ្តល់សំណើមបានកាន់តែច្រើន។ ជាមួយគ្នានេះដែរ ប្រេងដូងដែលផ្ទុកទៅដោយវីតាមីន E ដែរនោះ គឺជាអង់ទីអុកស៊ីដង់ដ៏អស្ចារ្យមួយសម្រាប់ការពារស្បែកពីរ៉ាឌីកាល់សេរី។

ផ្លែត្រសក់

ក្រៅពីសម្បូរជាតិទឹក ត្រសក់ក៏ជាប្រភេទនៃសារធាតុ Silica ដ៏អស្ចារ្យមួយដែរ សម្រាប់ជួយអោយស្បែកមានភាពរឹងមាំ។ បើសិនជាមុខរបស់អ្នកឧស្សាហ៍មានជាតិប្រេងរអិលៗច្រើននៅពេលថ្ងៃនោះ ចូរស្វែងផលិតផលសម្អាង ។

ញ៉ាំអាហារ៥មុខនេះ ស្បែកអ្នកនឹងស្អាតទៅៗដោយមិនដឹងខ្លួន

ដើម្បីអោយស្បែកស្អាតក្មេងជាងវ័យនោះ យើងខ្ញុំសូមណែនាំអ្នកពីអាហារមួយចំនួនដែលអាចធ្វើឱ្យស្បែកអ្នកស្អាត។ តើមានអ្វីខ្លះទៅ?

១.អ្នកអាចញ៉ាំអំពៅបាន ព្រោះក្នុងនោះមានផ្ទុកវីតាមីនអេនិងសេ ដោយអាចធ្វើឱ្យមុខអ្នកស្អាត ថែមទាំងអាចធ្វើឱ្យសក់អ្នកស្អាតផងដែរ។ ស្បែក

អ្នកនឹងប្រែជាទន់ ភ្លឺ និងរលោង ថែមទាំងអាចជួយការពារកម្តៅថ្ងៃបានទៀតផង។

២. ទឹកដោះគោជូរ ក៏អ្នកគួរតែបរិភោគដែរ ព្រោះក្នុងនោះមានសារធាតុដែលអាចធ្វើឱ្យស្បែកអ្នកម៉ត់ និងគ្មានស្នាមជ្រួញអាចកើតឡើងបានឡើយ។ ដូចនេះ អ្នកអាចយកទឹកដោះគោជូរដែលមានរសជាតិដើមលាយជាមួយផ្លែឈើញ៉ាំ ទើបអាចរក្សាសម្រស់អ្នកបាន។

៣. ផ្លែឈើដែលមានពណ៌ស្វាយ និងផ្ទៃមេឃ ដូចជា ប៊្លូប៊ឺរីជាដើម ដើម្បីអាចរក្សាស្បែកអ្នកឱ្យនៅក្មេងជានិច្ច ដោយអាចជួយពន្យារភាពចាស់របស់អ្នកមិនឱ្យឆាប់កើតឡើងឡើយ។

៤. សូកូឡា ក៏អ្នកអាចញ៉ាំផងដែរ ព្រោះវាអាចជួយកំចាត់ស្បែកគ្រើមរបស់អ្នក ដោយធ្វើឱ្យប្រែជាស និងទន់រលោង។ ប៉ុន្តែអ្នកមិនគួរញ៉ាំច្រើនពេកឡើយ ព្រោះអាចធ្វើឱ្យអ្នកងាយឡើងទម្ងន់ខ្លាំងណាស់។

៥. ប៉េងប៉ោះវិញ អាចថែរក្សាសុខភាពស្បែកអ្នកឱ្យល្អ ដោយមិនធ្វើឱ្យស្បែកអ្នកប្រឈមមុខនឹងជំងឺគ្រោះថ្នាក់ឡើយ។ ដូចនេះ អ្នកអាចបរិភោគអាហារទាំងនេះ ដើម្បីការពារស្បែកអ្នកបានល្អ មិនងាយចាស់មុនអាយុឡើយ។

តមកពីទំព័រទី ០១

“ស្ត្រីតម្បាញឡូវែល”ចូលក្នុងប្រវត្តិសាស្ត្រ...

សម្រាប់តែចាយវាយតែប៉ុណ្ណោះទេ វាមានអត្ថន័យភ្ជាប់ទៅនឹងការរៀនសូត្រនៅសាលាថែមទៀតផង។ ប្រាក់កាក់អាចជួយសិស្សឱ្យរៀនគណិតសាស្ត្រ

រៀងប្រវត្តិសាស្ត្រនាំមនុស្សសំខាន់ៗ រៀនវិទ្យាសាស្ត្រ នឹងរៀនពីព្រឹត្តិការណ៍សំខាន់សំខាន់ទៀតផង។

នាថ្ងៃអង្គារនេះ បន្ទាប់ពីសម្ពោធនីរួចហើយ ធានាគារ“ជេនដាក”ក៏ផ្តើមចែកចាយ ជូនដល់សាធារណជន ដែលឈរចាំបន្តរកន្ទុយយ៉ាងវែង រង់ចាំឱកាសដែលខ្លួនអាចទិញយកប្រាក់កាក់គំរូរថ្មីនេះ មកទុកជាអនុស្សាវរីយ៍។

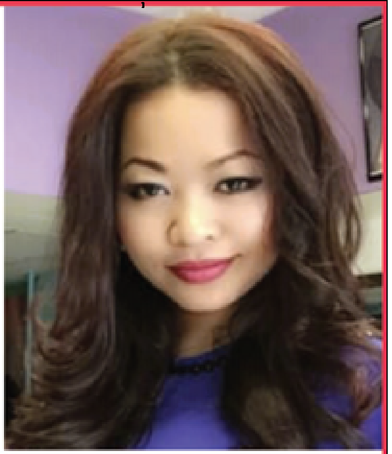
មានការកត់សំគាល់ដ៏គួរឱ្យចងចាំមួយដែរ គឺ“ស្ថានីយខ្មែរផុសស.រ.អា.” យើងបានមកឈរជើងតាំងទី ធ្វើការផលិតអត្ថបទជារៀងរាល់ថ្ងៃ ចំនួន៤ឆ្នាំនៅក្នុងអតីតរោងចក្រតម្បាញ ហៅថា BOOTT Mills (2014-18) ដែលគេបានរុះរើសង់សាជាថ្មីនេះ គឺនៅចំទីតាំងដែល“ស្ត្រីរោងចក្រតម្បាញ”រូបនៅលើប្រាក់កាក់២៥សេននោះ បានធ្វើការតាំងពីជំនាន់សង្គ្រាមលោកមកម្លេះ ដែលជាហេតុធ្វើឱ្យយើងមានមោទនភាពនឹងប្រាក់កាក់នេះជាពិសេស។ រោងចក្រតម្បាញនោះ បានក្លាយជា“សារមន្ទីរតម្បាញក្រុងឡូវែល”ហើយដំណើរការណ៍រហូតដល់សព្វថ្ងៃនេះ។

តមកពីទំព័រទី ០២

វិបត្តិនៅប្រទេស“វេណេស៊ូឡា”...

ក្រុមទាហ៊ាននោះទេ?

សហរដ្ឋអាមេរិក ដំណាងឱ្យដោយអនុប្រធានាធិបតី ម៉ាយ ផិន បានប្រកាសគាំទ្រពេញទំហឹងចំពោះប្រធានាធិបតីថ្មី ហើយមានបំណងចង់ធ្វើអន្តរាគមន៍ដោយកងទ័ពផង។ ប្រទេស រុស្ស៊ី នឹងគុយបា ដែលនៅកាពារ ម៉ាឌូរ៉ូ នៅឡើយ បានព្រមានមិនឱ្យសហរដ្ឋអាមេរិកលូកដៃក្នុងរឿងនេះទេ។ ប៉ុន្តែ ម៉ាឌូរ៉ូ អាចនៅទ្រាំបានពេលយូរប៉ុន្មានទៀត បើឥឡូវផ្តើមគ្មានលុយបើកឱ្យទាហ៊ានទៅហើយនោះ?



SATHI'S SALON

ធ្វើសក់ - ក្រចក - ស្ប៉ា
HAIR - NAILS - SPA

295 Westford Street • Lowell, MA 01851

ជាប់រឹងម៉ាំ - ម៉ូដថ្មីៗ - លាបព័ណ - ប្តូរព័ណសក់ - អ៊ុតសក់ត្រង់
ផាត់មុខ និងធ្វើម៉ូតសក់សម្រាប់កម្មវិធីបញ្ចប់ការសិក្សារ និងមង្គលការ
FIRM - STYLE - COLOR - HIGHLIGHTS
PERMANENT STRAIGHTER
MAKE-UP & UPDO FOR PROM AND WEDDING

ស្វាគមន៍ភ្ញៀវអញ្ជើញមកដោយពុំមានការណាត់ជួប
WALK-INS WELCOME!

អាចធ្វើការណាត់ជាមុនតាមទូរស័ព្ទលេខ 978-7107035
Make Your Appointment 978-710-7035

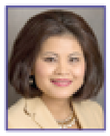
ត្រូវការជ្រើសរើសជាងក្រចក និងបុគ្គលិកផ្នែកម៉ាស់សា!
ទូរស័ព្ទទៅកាន់ សាធី (Sathi) សម្រាប់ព័តមានលំអិត

យើងខ្ញុំប្រើប្រាស់ផលិតផលគុណភាពខ្ពស់សម្រាប់សក់!

Looking for Nail Technicians and Message Therapist! Call Sathi's for Details
We Use High Quality Products for Your Hair!

KhmerPost USA, LLC
សារព័តិមានខ្មែរផុសសហរដ្ឋអាមេរិក

អគ្គនាយក សុបិន្ត ពិន



Soben Pin, Co-Founder|Publisher
Office: 978 677-7163 | Cell: 978-656-8141
sobenpin@khmerpost.us

អ្នកនិពន្ធ ខ្មែរ Khmer Editorial

និពន្ធនាយក ពិន សំខុន
Roger Samkhon Pin, Co-founder|Editor
(978-942-1641| rogerpin@khmerpost.us

ផ្សាយពាណិជ្ជកម្ម សុបិន្ត ពិន
Advertising Contact
Soben Pin
Cell: 979-656-8141
sobenpin@khmerpost.us

អ្នកនិពន្ធកិត្តិយស Staff Writer| Translator
Sokharath Koy

ច្នៃសោភ័ណ្ឌភាព Design Artist
Heng Chhun Leng

The KhmerPost USA is a free biweekly Cambodian newspaper and serves the Greater Merrimack Valley, Boston, and Rhode Island. It prints mostly in Khmer and provides important news and information to the people who often are isolated from the larger community due to a language barrier. This includes not only national and international news but practical local information concerning health, education, politics, businesses and community involvement. It publishes twice a month from Lowell, Massachusetts.

Mail subscription is available within the U.S. & Canada at $60.00 year.
Follow us: Facebook | Twitter KhmerpostUSA

តមកពីទំព័រទី ០១

សុន្ទរកថា ប្រចាំឆ្នាំជូនប្រជាមតិ...

វេលាម៉ោង៩យប់ ស្របតាមអត្ថន័យនៃរដ្ឋធម្មនុញ្ញរបស់មហាប្រទេស ។ គឺជាសុន្ទរកថា ប្រវែង ១ម៉ោង២០នាទី ដែលប្រជាជាតិរង់ចាំស្តាប់ ដ៏សំខាន់បំផុតមួយពី ឌុណល ត្រុម ចង់ដឹងណាស់ថា ប្រធានាធិបតីរបស់គេនឹងនិយាយយ៉ាងណាដើម្បីបង្រួបបង្រួមសភាជាតិដែលមានទំនាស់រវាងគណបក្សប្រជាធិបតេយ្យ នឹងគណបក្សសាធារណរដ្ឋមិនឈប់ឈរ, តើស្នាដៃដែលធ្វើបានជោកជ័យរបស់មនុស្សដ៏សំខាន់បំផុតរបស់គេ គឺអ្វីខ្លះ? ក្រុមអ្នកកាសែតនឹងទូរទស្សន៍ក៏បានធ្វើការផ្សព្វផ្សាយ មានទាំងវិភាគយ៉ាងលំអិតដោយមិនមានភ័យខ្លាចអំណាចនឹងដោយជំនាញខ្ពស់មិនប្រកាន់បក្ខពួក ។

លោកឌុណល ត្រុម បានធ្វើឱ្យគេភ្ញាក់ផ្អើលខ្លាំងពីព្រោះមុននឹងបើកធ្វើសុន្ទរកថា លោកបានធ្វើឱ្យមានការ"បិទទ្វារ"រដ្ឋបាលជាតិទាំងមូល រហូតដល់រយះពេល៣៥ថ្ងៃ ដែលទំលាយឯកទត្តកម្មនៃចំនួនថ្ងៃបិទរដ្ឋបាលជាតិ, លោកបានថានឹងប្រើវេទិការដើម្បីធ្វើការ"ប្រកាសភាពអាសន្ន"ក្នុងប្រទេស ដើម្បីឱ្យសភាបញ្ចេញថវិការ៥ពាន់លានកន្លះឱ្យលោកធ្វើ "ជញ្ជាំងបិទព្រំប្រទល់មុិកសុីកូ", តើលោក ត្រុម នឹងប្រើស្នៀតធ្វើរបៀបណាបាន? ប៉ុន្តែផ្ទុយពីការគម្រាម លោក ត្រុម បានប្រកាសយ៉ាងឈ្លាសវៃបង្ហាញពីការងារក្នុងស្រុក បានកើនឡើងច្រើនជាងពេលណាទាំងអស់ បង្ហាញពីភាពជឿនលឿននៃសេដ្ឋកិច្ចប្រទេស បង្ហាញពីកម្លាំងនឹងជ័យជំនះសហរដ្ឋអាមេរិកដើម្បីទប់ទល់នឹងសង្គ្រាមនៅមជ្ឈឹមបូពា ដែលបានធ្វើឱ្យក្រុមសភាសាធារណរដ្ឋរីកមុខមាត់គាំទ្រសម្តីច្រើនដង តែខាងតំណាងរាស្ត្រខាងគណបក្សប្រជាធិបតេយ្យមិនបានទទួលយកជាមោទនភាពរបស់ជាតិទេ លើកលែងតែការប្រកាសលើជោកជ័យនៃ"ស្ត្រីអាមេរិកាំង" ដែលបានឡើងកាន់កាប់អំណាចសេដ្ឋកិច្ចជាម្ចាស់នៃសហគ្រាសន៏ ឡើងដល់៥៨% ហើយស្ត្រីអាមេរិកាំងបានចូលមកកាន់សភាមានចំនួនច្រើនជាងបុរសជាលើកទី១ដែរ ធ្វើឱ្យសភាទាំងមូលអបអរសាទររួមគ្នាក្នុងពេលថ្លែងសុន្ទរកថានោះ ។

តំណាងរាស្ត្រស្ត្រីក្នុងអាណត្តិថ្មីស្លៀកសំពត់អាវស ធ្វើអោយអាណត្តិឆ្នាំនេះមានសមាសសភាពស្ត្រីច្រើនជាងគេបំផុត

លោកប្រធានាធិបតី ឌុណល ត្រុម នៅតែទាមទារឱ្យធ្វើជញ្ជាំងដោយបញ្ជាក់ហេតុផលធំៗសមរម្យ តែមិនបានយកភាពអាសន្នមកគំរាមដូចការប៉ុនប៉ងនោះទេ ហើយក៏មិនមានសញ្ញាណាមួយបង្ហាញពីការធ្វើឱ្យព្រួយបារម្ភពីការចង់បិទរដ្ឋបាលអាមេរិកាំងម្តងទៀតដែរ, លោកបានលើកពិស្នាដៃក្លាហាននឹងសប្បុរសធម៌នៃអតីតយុទ្ធជនអាមេរិកាំង ដែលបានរំដោះអ្នកទោសអាល្លឺម៉ង់ នាឱកាស"ឌុឌាយ"នៅន័រម៉ង់ឌី លើកពិសេចក្តីក្លាហាននឹងសុភវិនិច្ឆ័យរបស់កុមារីម្នាក់ដែលប្រយុទ្ធជម្ងឺ"មហារីក" ក៏បានធ្វើឱ្យមានការអបអរសាទររួមគ្នា នារាត្រី"ថ្លែងការប្រធានាធិបតី"ម្តងទៀតនោះដែរ ។

លោកប្រធានាធិបតីអាមេរិកាំង បានរំលឹកសារជាថ្មី ពីការផ្តេជ្ញាចិត្តកាពារសហរដ្ឋអាមេរិក មិនឱ្យទៅខាងនយោបាយ"សង្គមនិយម" ហើយសិទ្ធិសេរីភាពប្រជាពលរដ្ឋ គឺជាមោទណភាពរបស់ប្រជាជាតិដែលលោកត្រូវតែកាពារជូនប្រជាពលរដ្ឋអមេ-រីកាំង ។ តែអ្នកវិភាគឯកទេសជាច្រើន មានការខ្វែងយោបល់គ្នាបានសម្តែង ខ្លះក៏ពេញចិត្តថាសមល្មម ហើយ រីឯខ្លះទៀតបានិយាយថា សុន្ទរកថានោះមានការខ្វះខាតជាច្រើនអន្លើ ដូចជាមិនបាននិយាយពីការបំបែកកូនពីម្តាយជនភៀសខ្លួន មិនបាននិយាយពី"ការបិទរដ្ឋបាលអាមេរីកាំង" មិននិយាយពី"ការផ្លាស់ប្តូរធាតុអាកាសពីភពលោក"... ប៉ុន្តែលោក ត្រុមនៅតែបញ្ចប់សុន្ទរកថាក្នុងន័យដ៏រឹងមាំដដែលៗថា"បើសភាភ្លាត់មិនបានសង់ជញ្ជាំងនោះទេខ្ញុំជាអ្នកធ្វើឱ្យបានដោយខ្លួនឯង!"។

State of Rhode Island
Department of Administration
The Rhode Island Office of Energy Resources (OER)

The State of Rhode Island has an exciting opportunity available within the Department of Administration for a:

PROGRAMMING SERVICES OFFICER

The Rhode Island Office of Energy Resources (OER) is seeking qualified candidates interested in advancing important energy efficiency and other clean energy initiatives in Rhode Island by joining its dynamic and innovative team of collaborative energy professionals.

Preferred candidates should possess a strong interest in the advancement of clean energy and energy efficiency technologies and policy goals. OER seeks candidates that can demonstrate a capability to work independently to meet strategic goals in a timely manner, as well as experience in working collaboratively with other team members and external stakeholders. Candidates with strong data and program management skills are strongly encouraged to apply. Candidates with a demonstrated strength in communications – particularly writing – are also preferred.

Candidates should be well organized, interested in a wide variety of energy topics including energy efficiency and clean energy, and proficient in Microsoft Office products, particularly Word, Excel and PowerPoint. Candidates should also have the ability to conduct programmatic-related research, be flexible with day-to-day tasks, engage stakeholders in a professional manner, and use data management and analysis techniques.

This position will report to a senior staff member responsible for oversight of energy efficiency initiatives underway in Rhode Island.

OER provides oversight on and programmatic administration of critical energy efficiency initiatives that grow jobs in the clean energy sector, reduce energy costs for consumers, and advance important environmental goals. This position will work on energy efficiency-related and other clean energy initiatives that advance important Rhode Island energy policy goals.

Please Visit www.apply.ri.gov for more information.

Required Qualifications for Appointment:
Education: Such as may have been gained through: graduation from a college of recognized standing with specialization in business management, social sciences or a related field; and
Experience: Such as may have been gained through: employment in a supervisory position in a private or public agency involved in the development, management, reorganization, and/or operation of a service program.
Or, any combination of education and experience that shall be substantially equivalent to the above education and experience.

To apply for this position, visit www.apply.ri.gov

AN EQUAL OPPORTUNITY EMPLOYER

ការិយាល័យ មេធាវី
ថំមាស ស្តាលីយ៉ាណូស

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

- Immigration •អន្តោប្រវេសន៏
- Auto Crash •គ្រោះថ្នាក់រថយន្ត
- Divorce •លែងលះប្តីប្រពន្ធ

សូមទាក់ទង សោភា ឬ ធំ **978-459-5000 or 800-308-3766**
www.thomasinlowell.com

COMM UNITY TEAM WORK

"កិច្ចប្រជុំក្រុមប្រឹក្សា"

កិច្ចប្រជុំប្រចាំខែរបស់ក្រុមប្រឹក្សា"កុំមូនីធី ទីមវើក" បានត្រូវកំណត់នៅថ្ងៃពុធ ទី២៧ កុម្ភះ ២០១៩ វេលាល្ងាច ម៉ោង៧គត់

នៅ១៥៥ផ្លូវមេរីម៉ាក ជាន់ទី២ បន្ទប់"ម៉ាជូរី ម៉ាក់ឌ័រមូទ"- សាធារណជនសូមស្វាគមន៏

BOARD MEETING

Community Teamwork monthly board meeting is scheduled on Wednesday, February 27th, 2019 at 155 Merrimack Street. Marjorie McDermott Board Room. 2nd Floor. Lowell, MA 01852. Meetings are called to order promptly at 7:00 P.M. Public is welcome.

DIVERSITY
ADULT DAYCARE CENTER

"A place where your loved ones can call home"

What is Adult Day Care:
We understand that being a fulltime caregiver is a difficult job. When an elderly loved one needs additional care or supervision during the morning or day, it can create stress for the caregivers of the family. Many families think they have no choice but to quit their jobs or to admit their loved ones into a nursing home or assisted living facility. Diversity Adult Daycare Center (DADC) provides a safe supervised community where elderly adults can socialize, enjoy activities and get assistance with personal care. This will allow the caregivers of the family to have peace of mind when they have an appointment, work obligations or simply to enjoy some personal time.

Benefits of Adult Day Care for Elderly Adults:
Attending Adult Day Care has many positive benefits for elderly adults. Your loved ones do not have to be at home feeling lonely with no mental stimulation, when the caretakers are occupied. Being in an Adult Day Care creates a feeling of being in a community, where they can have fun and stay healthy with many activities. Your loved ones will look forward to having their independence and meeting their friends. Having friendships that you see every day promotes feelings of self-worth and camaraderie.

Services we offer at DADC:
- Nutritious meals and snacks
- Group fitness classes
- Education classes
- Group field trips and outings
- Fun daily entertainment and activities
- Assistance with personal care
- Salon service
- Transportation
- Monthly birthday parties
- Medical staff
- Gardening

Who is an ideal candidate for Adult Day Care:
- 55 years and older
- Southeast Asians & Hispanic
  (we are handicap accessible)

Forms of payment that we accept:
- We accept private pay
- All major insurances accepted

433 Elmwood Ave. Providence, R.I 02907
P: 401-427-1337 | F: 401-369-7818
www.diversityadc.com | diversityadc@gmail.com

Se Habla Español

We speak English, Spanish, Khmer, Lao, Hmong, Portuguese, Russian and Tagalog.
Come and schedule a free tour of our facility. We will provide free assessment and application assistance.
All major insurances and private pay accepted. Medicaid pays for adult day care, there is no cost to you.

2019 WINTER FEST LOWELL

PRESENTED BY #LOWELL THERE'S A LOT TO like.

Greater Merrimack Valley Convention & Visitors Bureau adventuresawait

Lots to Like about WinterFest – the sure cure for cabin fever!
Take a ride on the carousel and a spin on the skating rink! And test your skills at curling!
Enjoy family entertainment and the best in local bands. Explore unique, local vendors in the WinterFest Marketplace and sample delicious soups at the Soup Bowl Contest!

Location: Downtown Lowell/JFK Plaza
Friday, Feb. 22, 2019, 5 – 10 p.m./Saturday, Feb. 23, 2019, 12 – 10 p.m.

LOWELL WINTERFEST IS MADE POSSIBLE WITH THE SUPPORT OF THESE GREAT SPONSORS:

NOR'EASTER SPONSOR
TRINITY EMERGENCY MEDICAL SERVICE

BLIZZARD SPONSOR
circlehealth Complete connected care℠

SNOW STORM SPONSORS
JEANNE D'ARC CREDIT UNION *we share a common thread*
LowellFive The Relationship Bank
Enterprise Bank CREATE SUCCESS
BRM PRODUCTION MANAGEMENT

FLURRY SPONSORS
Mahoney Oil Co.
UMass Lowell

SNOW SQUALL SPONSORS
Middlesex Community College
Mike and Cindy Kuenzler's All Sports Heroes
Mill City Environmental Corporation
Tewksbury Country Club
Washington Savings Bank
Watermark
Woodard & Curran

SNOW FLAKE SPONSORS
Coca-Cola of Northern New England
Fred C. Church Insurance
O'Connor Studios
UMass Lowell Inn & Conference Center

MEDIA PARTNER
THE SUN

FEBRUARY 22ND & 23RD

@LowellWinterFest LowellWinterFest.com