សារព័ត៌មាន ខ្មែរផុស ស.រ.អា
KhmerPost USA
E-mail: info@khmerpost.us / Website : khmerpost.us
Advertising: 978-656-8141/ Hotline news: 978-942-1641

មាតិការឿង Issue 188 Nov.7th. to 25th. 2015

Free

១-បោះឆ្នោតនៅឡូវែល-ខ្មែរឈរឈ្មោះ៦នាក់..........០២
២-ពិធីសម្ពោធន៏មណ្ឌលថែទាំមនុស្សចាស់..............០៣
៣-ជួបជុំគ្នាអញ្ជើញខ្មែរឱ្យចេញទៅបោះឆ្នោត..........០៤
៤-រង្វាន់តានតឹងក្នុងចិត្តនៅពីលើយើង.......................០៦
៥-៧កន្លែងដែលភ្ញៀវទេសចរមិនគួរមើលរំលង..............០៩
៦-ប្រឡងបវរកញ្ញារដ្ឋម៉ាសាឈូសេត.......................១១
៧-អត្ថប្រយោជន៏នៃផ្លែទទឹម.................................១៦
៨-វិធីធ្វើ គោឡើងភ្នំ..១៨

Office: Tel: (978) 677-7163 Fax: (978) 677-7092
45 Merrimack St. Suite 218A Lowell, MA 01852

វិចារណកថា

លោក ហ៊ុន សែន កំពុងសម្លាប់គណបក្សប្រជាជនកម្ពុជា

ពិន សំខុន

វិភាគនយោបាយ ដោយ ពិន សំខុន

ថ្ងៃទី២៦ ខែតុលា ២០១៥

ព្រឹត្តិការណ៏បាតុកម្មរបស់គណបក្សប្រជាជនកម្ពុជា ទាមទារឱ្យដកលោក កឹម សុខា ចេញពីដំណែងអនុប្រធានសភាជាតិបានក្លាយទៅជាអំពើហឹង្សាបណ្តាលឱ្យមានរបួសជាទម្ងន់ដល់រូបរាងកាយសមាជិកសភាខ្មែរ២រូបគឺលោក ញ៉យ ចំរើន និងលោក គង់ សភា ដែលជាសមាជិកសភាមកពីគណបក្សសង្គ្រោះជាតិ ហើយព្រឹត្តិការណ៏នេះបានថ្លែងដោយលោក ហ៊ុន សែន នៅមុន១ថ្ងៃនៅពេលលោកកំពុងធ្វើទស្សនកិច្ចនៅទីក្រុងប៉ារីសប្រទេសបារាំង។ គឺលោក ហ៊ុន សែន មានគម្រោងហើយបានចេញបញ្ជាឱ្យដក កឹម សុខា ពីដំណែងអនុប្រធានសភាជាតិឱ្យទៅយកដុំថ្មគប់ផ្ទះលោក កឹម សុខា នឹងកៀងសមាជិកសភាគណបក្សសង្គ្រោះជាតិឱ្យចេញពីសភាយកមកវាយនៅច្រកចេញដែលមានពួកបាតុករដែដល់នៅទីនោះ។ មេទ័ពខ្មែរ

តទៅទំព័រទី១០

វើជីនា ប្រាក់ ជាបវរកញ្ញាពិភពលោក លេខ២នៅហ្វីលីពីន

“Miss Global” crowned Virginia Prak in Philippine

វើជីនា ប្រាក់

ខ្មែរផុស ស.រ.អា.

បន្ទាប់ពីបានទទួលងារជាបវរកញ្ញាឯកនៃ "ញូឥណក្លិន"ស.រ.អា. កាលពីរាត្រីទី៧ កញ្ញា ២០១៥ នៅសាល"សំពៅមាស"ក្រុងឡូវែល នាង វើជីនា ប្រាក់ បានសម្រេចចិត្តទៅចូលរួមប្រឡងប្រជែងមួយទៀតម្តងនេះធំជាងមុន គឺនៅក្រុងម៉ានីឡាប្រទេសហ្វីលីពីនដែលមានឈ្មោះថា "បវរកញ្ញាពិភពលោក Miss Global" ដែលនឹងប្រព្រឹត្តទៅនៅថ្ងៃទី២២តុលា២០១៥ ។

ការប្រឡងប្រជែងនៅទីនោះ **តទៅទំព័រទី១៩**

បោះឆ្នោតនៅភូមា ស៊ូ ជី សង្ឃឹមថា ឈ្នះ៧៥ភាគរយ

ខ្មែរផុស ស.រ.អា

រងចាំលទ្ធផលនៃការបោះឆ្នោតនៅ"រ៉ងគូន" រដ្ឋធានីនៃប្រទេសភូមាលោកស្រី អូនសាន់ ស៊ូជី ប្រធានគណបក្សប្រឆាំងនឹងជាជ័យលាភីរង្វាន់ណូបែលបានប្រកាសថា គណបក្សលោកស្រី

តទៅទំព័រទី ១៧

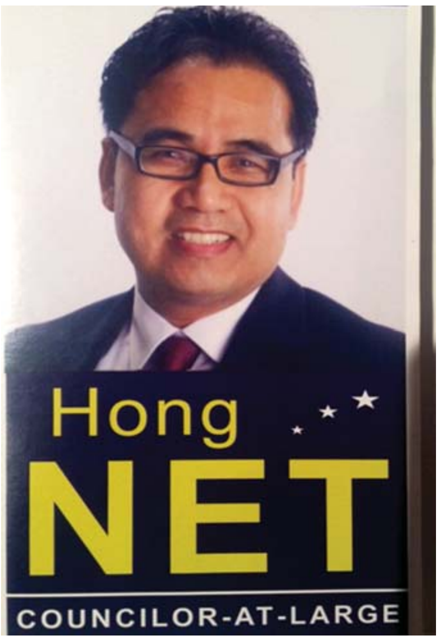
ស៊ូជី "ប្រឈមមុខនឹងពួកយោធា"គ្មានអ្វីក្រៅពីកាំភ្លើងទេ

លោក ហុង ណេត ជាប់ឆ្នោត ជាលើកទី៣ នៅលីន

Hong Net re-Elected for the 3rd.term In Lynn

លោក ហុង ណេត បានជាប់ម្តងទៀតកាលពីថ្ងៃទី៣វិច្ឆិកាកន្លងទៅនៅទីក្រុងលីន រដ្ឋម៉ាសាឈូសិត ដែលស្ថិតនៅប្រមាណ១ម៉ោង ពីខាងកើតឡូវែល។ នេះជាលើកទី៣ហើយ ដែលលោកជាប់ឆ្នោតជា Councillor-At-Large ប្រចាំសាលាក្រុងលីនដោយបានសន្លឹកឆ្នោតច្រើនជាងគេបង្អស់។

នៅលីន មិនសម្បូរខ្មែររស់នៅដូចឡូវែលទេ តែក៏មានប្រមាណជាង១ម៉ឺននាក់ដែរ ដែលរស់នៅរកស៊ីនៅទីនោះ។ លោក ហុង ណេត បានបង្ហាញថា លោកព្រមទាំងគ្រួសារបានក្លាយទៅជាបង្គោលយ៉ាងមាំរបស់សហគមន៏ខ្មែរប្រចាំនៅទីក្រុងលីននោះ៕



បោះឆ្នោតនៅឡូវែល_ខ្មែរឈរឈ្មោះ៦នាក់_បានលទ្ធផលសូន្យ

ដោយ ពិន សំខុន

ថ្ងៃទី៣ វិច្ឆិកា ២០១៥ នៅឡូវែល មានការបោះឆ្នោតជ្រើសរើសក្រុមប្រឹក្សាក្រុង៩រូប ក្នុងចំណោមបេក្ខជន១៨រូប ក្នុងនោះមានបេក្ខជនដើមកំណើតខ្មែរ៤រូប នឹងការបោះឆ្នោតមួយទៀតសម្រាប់ជ្រើសរើសគណកម្មកាសាលារៀន ៤រូប ក្នុងចំណោមបេក្ខជន៨រូប ដែលក្នុងនោះមានបេក្ខជនដើមកំណើតខ្មែរ២រូបផងដែរ។ អ្នកដែលបានចុះឈ្មោះជាអ្នកបោះឆ្នោត៥៩២៦៥ រីឯអ្នកដែលបានចេញទៅបោះឆ្នោតមាន ១០៧១៤ គឺ១៨.០៨ភាគរយ ដែលជាចំនួនច្រើនបំផុតមិនដែលមានច្រើនឆ្នាំមកហើយ ។

ខាងក្រោមនេះជាលទ្ធផលការបោះឆ្នោតផ្ដាច់ព្រ័តនៃសមាជិកក្រុមប្រឹក្សាក្រុងឡូវែលៈ

១-រីតា មើសៀ បាន ៦២២៨ សម្លេង ៩.៧២ភាគរយ

២-រ៉តនី អេលីយ៉ុត បាន ៥៤២០ សម្លេង ៨.៤៦ ភាគរយ

៣-អេដវីដ ខេណ្ណីឌី បាន ៤៧៤០ សម្លេង ៧.៤៨ ភាគរយ

៤-ជន លីហ៊ី បាន ៤៥៦៦ សម្លេង ៧.១២ភាគរយ

៥-វីលាម ប៊ីល សាម៉ារាស បាន ៤៥៤០ សម្លេង ៧.០៨ ភាគរយ

៦-ជេម មីលីណេស្គូ បាន ៤៤៣៤ សម្លេង ៦.៩២ ភាគរយ

៧-ដាន រូត បាន ៤៣៩០ សម្លេង ៦.៨៥ ភាគរយ

៨-កូរី បាឡិនជ័រ បាន ៤១៥៨ សម្លេង ៦.៤៩ ភាគរយ

៩-ជេម ជិមឡើរី បាន ៤០១១ សម្លេង ៦.២៦ ភាគរយ

បេក្ខជនឯទៀតៗ មិនបានជាប់ឈ្មោះទេក្នុងនោះឆ្នោតដែលបានទៅបេក្ខជនខ្មែរមានតួរលេខៈ

វ៉ាសនា នួន បាន ៣៥៥០ សម្លេង ៥.៥៤ ភាគរយ

ផលរដ្ឋា យ៉ែម បាន ៣០២០ សម្លេង ៤.៧១ ភាគរយ

ប៉ាន់ សូ បាន ១៨៤០ សម្លេង ២.៨៧ ភាគរយ

ចេត យឹម បាន ១៦៧៤ សម្លេង ២.៦១ភាគរយ

ខាងគណកម្មការសាលារៀនវិញ លទ្ធផលនៃការបោះឆ្នោតក្នុងពេលជាមួយគ្នាមានដូចតទៅៈ

១-ស្តេហ្វិន ជិនជ្រិន បាន៤៧៧៨ សម្លេង ១២.១៩ ភាគរយ

២-ជាកលីន ឌូហាទី បាន ៤១៨៦ សម្លេង ១០.៦៨ ភាគរយ

៣-ខនី ម៉ទីន បាន ៤១១៩ សម្លេង ១០.៥១ ភាគរយ

៤-រូប៊ឺត ហ៊ីយ ជីអ័រ បាន ៣៨៧២ សម្លេង

១០.៥១ ភាគរយអ្នកឯទៀតមិនបានជាប់ឆ្នោតទេ រាប់ទាំងបេក្ខជនខ្មែរ២រូបផង ដែលទូរលេខមានៈ

ខេមរា ខៃ បាន ២២៣២ សម្លេង ៥.៧០ គាគរយ

ដូមីនីក ហុក ឡាយ បាន ១៩៦៨ សម្លេង ៥.០២ ភាគរយ

ប្រជាពលរដ្ឋខ្មែរ ក៏ដូចជាអាមេរិកាំងបានចេញទៅបោះឆ្នោតច្រើនលើសលុប បើប្រៀបធៀបនឹងការបោះឆ្នោតកាលពីពេលមុនៗ ដូច្នេះបើទោះជាមិនទាន់បានបញ្ជូន"កុងស៊ុល័រ"ខ្មែរឱ្យទៅធ្វើការនៅសាលាក្រុង ឬនៅគណកម្មការសាលារៀននៅឡើយក្តី ក៏សហគមន៏ខ្មែរបានបង្ហាញថា ខ្លួនរឹងមាំជាងមុនៗ ចង់ឃើញថា មានតំណាងខ្មែរជាប់ឆ្នោតផ្ដើមចេះប្រើយន្ដការនៃលទ្ធិប្រជាធិបតេយ្យបានហើយ ។

ការវិភាគលើលទ្ធផលនៃការបោះឆ្នោតឃើញថា :

១-ខ្មែរចេញទៅបោះឆ្នោតក្នុងចំនួនមិនចាញ់បរទេសទេ មាន៣-៤ពាន់នាក់

២-ខ្មែរជាច្រើនបោះឆ្នោតឱ្យបេក្ខជនទាំង៩រូប រីឯបរទេសវិញ បោះឆ្នោតឱ្យតែគ្នាគាត់ឥតមានបោះឱ្យខ្មែរវិញទេ

៣-បេក្ខជនខ្មែរមិនកាន់ជើងគ្នាទេ ហើយក៏គ្មានគោលជំហ៊ានយោបាយរួមដែលអាចជាការពារគ្នាទៅវិញទៅមក បានទេ

៤-តំបន់ខ្មែរនៅតែគ្មានតំណាង រីឯតំបន់ដទៃទៀត ខ្លះមានតំណាងដល់ទៅ៦នាក់ឯណោះ

ឥឡូវលទ្ធផលពុំមានខ្មែរទៀតទេ នៅលើផ្លូវទៅសាលាក្រុងនឹងគណកម្មការសាលារៀន តើគួរមានយុទ្ធសាស្ត្រអ្វីសម្រាប់ជួយឱ្យខ្មែរជាប់ឆ្នោតនៅអាណត្តិខាងមុខទៀតនោះឬទេ? តើផ្តើមយុទ្ធនាការណ៏ពីឥឡូវនេះទៅ ឬក៏ចាំជិតដល់ពេលសឹមផ្ដើមធ្វើការឃោសនា? តើអ្វីខ្លះទៅដែលជាបញ្ហាចម្បងក្នុងសហគមន៏ដែលខ្មែរនៅឡូវែល គួរលើកមកពិភក្សារកដំណោះស្រាយក្នុងសហគមន៏ ដើម្បីឱ្យឃើញជាបញ្ហារួមគ្នា?

គួរឱ្យសរសើរចាស់ៗខ្មែរ ទោះជាលំបាកដើរយ៉ាងណាក្តីខំប្រឹងទៅបោះឆ្នោតឱ្យទាល់តែបាន ចំណែកឯក្រុមយុវជននាំគ្នាដឹកជញ្ជូនមា-មីង-តា-យាយ ទៅឱ្យដល់ការិយាល័យបោះឆ្នោតឱ្យគាត់បំពេញភារកិច្ចជាពលរដ្ឋទទួលខុសត្រូវមិនឱ្យខកខាន...ដូច្នេះអ្នកនយោបាយ គួរមើលអកប្បកិរិយានេះ ថាជាជាអំណោយផលបើកផ្លូវជូនដំណើរលោកអ្នកឱ្យទៅដល់គោលដៅនយោបាយលោកអ្នកបាន ៕

ពិធីសម្ពោធន៍មណ្ឌលថែទាំមនុស្សចាស់មួយនៅឡូវែល

“Element Care”Celebrates Grand Opening at Lowell

ដោយ ខ្មែរផុស សរអា

មន្ទីរថែរទាំមនុស្សចាស់មួយឈ្មោះ "អែលមិនឃែរ Element care" ស្ថិតនៅអាគា ទើបជួសជុលថ្មីស្រឡាងនៅ ១៦៦ ផ្លូវចនេតរាល St, MA Lowell ។ បានប្រារព្ធពិធីសម្ពោធន៏ផ្តើមបើកទ្វារនៅថ្ងៃទី៨តុលាឆ្នាំ២០១៥ក្រោមអធិបតីភាពនៃលោក រ៉តនី អេលីយ៉ុត អភិបាលក្រុងឡូវែល ដែលបានអញ្ជើញមកជាកិត្តិយសកាត់ខ្សែបូនៅចំពោះមុខភ្ញៀវសំខាន់ៗជាច្រើនមកអបអរក្នុងពិធីដ៏ឧឡារិកនាពេលនោះដែរ ។

Pictured left to right are: *State Rep Rady Mom, Lynn City Councilor-At-Large Hong Net, Lowell Mayor Rodney Elliott, Arthur “Chip” Gonsalves, M.D. (Lowell resident, the building owner & vascular, surgeon), Robert Wakefield, Executive Director, Element Care, and Elaine Melanson, Education & Outreach Coordinator, Element Care.*

អង្គការ"អែលមិនឃែរ Element care" ជាអង្គការមិនរកកំរៃបើកបំរើមនុស្សចាស់តាមកម្មវិធីដ៏ល្អប្រណិតកំរិតខ្ពស់បំផុតនៅទូទាំងប្រទេសមួយដែលមានឈ្មោះថា "ផេស Pace" ហើយបើតាមសម្ដីលោក រ៉បឺត វេកហ្វៀល ប្រធានអង្គការ "អែលមិនឃែរ Element care" និយាយថា "រដ្ឋម៉ាសាឈូសិតនឹងរដ្ឋដទៃទៀតមានការលំបាកនឹងថែរទាំមនុស្សវ័យចំណាស់ កម្មវិធីផេស Pace បានឈានមុខគេជាគំរូ ដើម្បីឆ្លើយតបនឹងបញ្ហានេះ-កម្មវិធីផេសនឹងជួយមនុស្សចាស់ឱ្យមានជីវិតសុខសាន្តនៅផ្ទះក្នុងសហគមន៏នឹងពង្រឹងឱ្យជីវិតប្រសើរឡើង ថែមទាំងកាត់បន្ថយចំណាយទៀតផង" ។

សាខា"ផេស Pace" នៅក្រុងឡូវែល គឺជា ២០ឆ្នាំនៃបទពិសោធន៏នៃក្រុមជំនាញខាងថែរទាំមនុស្សមានវ័យចំណាស់ ធ្លាប់មានពីមុនមកនៅទីក្រុង លីន -ឥឡូវនៅឡូវែលនេះ មានសមត្ថភាពគ្រប់គ្រាន់ដោយលក្ខណៈសម្បត្តិ:

•មានទំហំ៣២ហ្វីតការ៉េ សរុបចំនួន៣ជាន់ សម្រាប់ជាកន្លែងថែរទាំអ្នកជម្ងឺ

•អាចទទួលសមាជិក២៥០នាក់ ហើយមានបុគ្គលិកធ្វើការជាង៤០នាក់

•មានបន្ទប់សកម្មភាពច្រើនសម្រាប់សិល្បៈ គំនូរ តន្ត្រី រៀនធ្វើម្ហូប នឹងថ្នាក់កុំព្យូទ័រ

•មានកន្លែងសម្រាប់ហាត់ប្រាណ

•មាន: យោគ: តាយឈិ និងមានបន្ទប់ សមាធិ

•មានបន្ទប់កាត់សក់សម្រាប់ពិសារកាហ្វេ នឹងសួនច្បារ នៅលើដំបូលអាគារ "អែលមិនឃែរ Element care"មានបេសកកម្មដ៏សាមញ្ញមួយ គឺជួយមនុស្សឱ្យរស់នៅបានដោយរុវត្ថិភាពនៅក្នុងផ្ទះ ឬសហគមន៏របស់ពួកគេកាត់បន្ថយពេលវេលាដែលពួកគេត្រូវស្នាក់ក្នុងមន្ទីរពេទ្យ ។

សម្រាប់ព័តិមានបន្ថែម សូមទាក់ទងមកទូរស័ព្ទលេខ **៨៧៧-៨០៣ ៥៥៦៤**

ជួបជុំគ្នាអញ្ជើញខ្មែរឱ្យចេញទៅបោះឆ្នោត

ដោយ យុត

"ឆ្នោតរបស់អ្នកជាសម្លេងរបស់ពួកយើង" ជាប្រធានបទដែលកើតឡើងក្នុងព្រឹត្តិការណ៏ចុងក្រោយបង្អស់ កាលពីថ្ងៃទី១វិច្ឆិកា មុនឱកាសបោះឆ្នោតនៅឡូវែលពីរថ្ងៃ។ មនុស្សប្រមាណជា១00នាក់ បានមកជួបជុំគ្នា នៅសួន "ក្លេមិនតេផាក ឬផាកប៉ៃលិន" ជាមួយនឹងក្រុមអ្នកឈរឈ្មោះជាបេក្ខជនតាមការអញ្ជើញរបស់គណកម្មការយុវជនក្លេម៉ិនតេផាក-ខ្មែរផ្តុំសរួមគ្នា នឹង "ឡូវែលវ៉ូត"រួមគ្នា ដើម្បីជម្រុញឱ្យមានការចូលរួមបោះឆ្នោតឱ្យបានច្រើនពីតំបន់ហាយឡិនដែលជាទីសម្បូរខ្មែររស់នៅច្រើនជាងគេ។

វាគ្មិនបានធ្វើការកត់សំគាល់ថា តាមការសង្កេតពីការបោះឆ្នោតពីមុនៗមកចំនួនខ្មែរទៅបោះឆ្នោតមានតិចតួចណាស់កន្លងមកហើយនេះមិនបានចំនួន១0ភាគរយនៅឡើយទេ រីឯតំណាងខ្មែរនៅសាលាក្រុងឬក៏នៅគណកម្មកាសាលារៀនក៏គ្មានទៀត សម្លេងរបស់ជលរដ្ឋនៅតំបន់ខ្មែរនឹងបញ្ចូលបេក្ខជនខ្មែរឱ្យទៅកាន់ដំណែងដែលខ្វះខាតនោះបាន។ សូបិន ពិន- សម្បត្តិ បូ -នឹងឡូវែលវ៉ូត បានអញ្ជើញបេក្ខជនដែលមកបង្ហាញការគាំទ្រ "ចលនាលើកទឹកចិត្តពលរដ្ឋឱ្យចេញទៅបោះឆ្នោត" ឱ្យបញ្ចេញយោបល់ម្នាក់ម្តងសុំការគាំទ្រនឹងបង្កើនចំនួនសន្លឹកឆ្នោតបេក្ខជន នាព្រឹកនោះមាន លោក វ៉ាសនា នួន - ផលរដ្ឋា

យ៉ែម- ចេត ឃឹម- ប៉ាន សូ- ជីម លារី- រ៉ប៊ឹត មើសៀ- ដំមិនិកឡាយ- ដេនីស មើសៀ- ប្រូដេនណារូន- បេន អបផើរ៉ា។ មុននឹងបញ្ចប់កម្មវិធីទាំងអស់គ្នាបានធ្វើដំណើរជុំវិញដំបន់តាមផ្លូវ "ប្រេបស្ត្រីត" កាត់តំបន់ "ប៉ៃលិនប្លូស្លា" ដោយមានកាន់បដារជាច្រើនអញ្ជើញបងប្អូនទាំងអស់ឱ្យចេញទៅបោះឆ្នោត! ឱ្យមានតំណាងស្មើរភាពគ្នា!។ គួរកត់សំគាល់ថា ក្រុមដង្ហែរក្បួនបានឈប់បន្តិចនៅមុខទីស្នាក់ការសមាគមខ្មែរដើម្បីថតរូបដែលរូបនេះ បង្ហាញពីសាមគ្គីភាពរវាងប្រជាពលរដ្ឋនឹងបេក្ខជនក្រុមប្រឹក្សាទាំងអស់នៃក្រុងឡូវែល។

កំណត់និពន្ធ: នាថ្ងៃបោះឆ្នោតទី៣វិច្ឆិកា យើងសង្កេតឃើញថា បងប្អូនខ្មែរបានចេញទៅបោះឆ្នោតច្រើនជាងធម្មតា ដូចការអញ្ជើញមែនយើងបានធ្វើការប៉ាន់ស្មានថា មានខ្មែរប្រមាណ២-៣ពាន់នាក់បានចេញទៅបោះឆ្នោតចំនួននេះនឹងធ្វើឱ្យសហគមន៏ខ្មែរមានកម្លាំងច្រើនជាងមុនក្នុងការទាមទារឱ្យក្រុង ឬសាលារៀនមានការកែប្រែតាមសំណើររបស់ខ្មែរយើងបាន ។ រីឯការដែលមិនទាន់មានតំណាងខ្មែរនៅសាលាក្រុង ឬនៅសាលារៀននៅឡើយ មិនច្បាស់ជាមានន័យថា "គេមិនចង់ឱ្យមានដំណាងខ្មែរ"នៅឡើយទេ នេះក៏ដោយសារតែអ្នកដែលបានជាប់ឆ្នោតទាំងនោះ មានសមត្ថភាពខ្ពស់ ហើយក៏មានប្រជាប្រិយភាពនៅក្នុងសហគមន៏ខ្មែរដែរ ដូច្នេះបេក្ខជនខ្មែរត្រូវរៀបខ្លួនបន្ថែមទៀត ដើម្បីប្រណាំងប្រជែងឱ្យទាល់តែឈ្នះ ទើបគេហៅថា ចិត្តអ្នកកីឡា... ៕

AccuCare
Home Care Agency
Group Adults Foster Care Program

កម្មវិធីជំនួយផ្នែកថែទាំសុខភាពតាមផ្ទះរដ្ឋ

កម្មវិធី Group Adult Foster Care (GAFC) គឺជាដំណោះស្រាយល្អបំផុតសំរាប់ចាស់ៗ ខ្មែរយើង ដែលមានប ញ្ហាវាំរ៉ៃផ្នែកសុខភាព ឬជរាហើយមិនចង់ចាកចេញពីលំនៅដ្ឋានខ្លួនឯង ឬមិនចង់បែកពីក្រុមគ្រួសារដែលបានរស់នៅជាមួយគ្នាជាយូរមកហើយ ។ យើងអាចជួយអោយជីវិតលោកអ្នកកាន់តែប្រសើរឡើង តាមរយៈការផ្តល់នូវសេវាថែទាំសុខភាពមួយទល់មួយដល់ផ្ទះលោកអ្នកតែម្តង ។

ដើម្បីអាចចូលរួមក្នុងកម្មវិធីនេះបានលោកអ្នកត្រូវមានលក្ខណៈដូចខាងក្រោម :

- រស់នៅផ្ទះរដ្ឋ
  អាយុ ២២ ឆ្នាំឡើងទៅ
- មានសហ៊ែលស្តង់ដា

ផលប្រយោជន៏ទទួលបាន :

- ការថែទាំផ្ទាល់ខ្លួនមួយទល់មួយក្នុងផ្ទះរបស់អ្នករាល់ថ្ងៃមួយថ្ងៃមួយម៉ោងលើការ រស់នៅប្រចាំថ្ងៃ
- ជំនួយលើការគ្រប់គ្រងថ្នាំសង្កូវអ្នក
- ផែនការថែរទាំសុខភាពផ្ទាល់ខ្លួនមួយ ដែលធ្វើឡើងដោយគ្រូពេទ្យ និងខេសមានីយើ
- វាយតំលៃលើសេចក្តីត្រូវការជាប្រចាំជាបន្តបន្ទាប់
- សមាជិកអាចទាក់ទងមក ២៤ម៉ោង

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

REMEDIUM PHARMACY

2 VINAL Square
N. Chelmsford, MA 01863

Phone: (978) 251-7070

FREE Daily Home Delivery

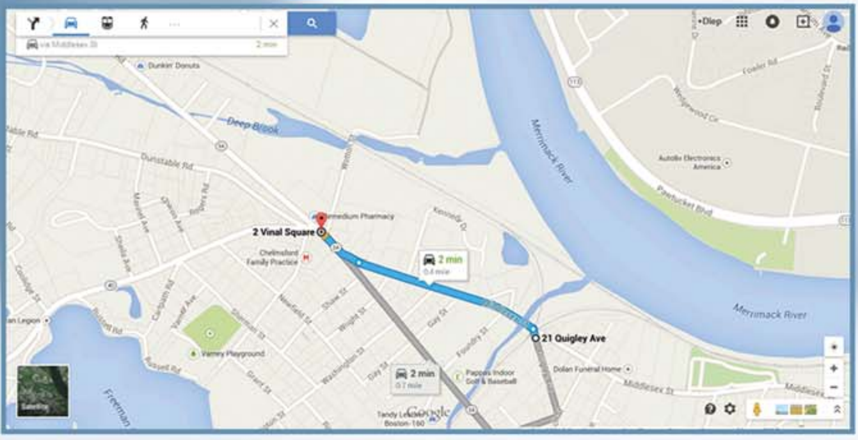
Blisterpack Packaging

Friendly Consultations

Compounded Medications

Easy Transfers

បុគ្គលិកទាំងអស់របស់ឱសថស្ថានរីមីឌីមយើងខ្ញុំមានបទពិសោធន៍គ្រប់គ្រាន់ក្នុងការបំរើសេវាផ្តល់ឱសថជូនដល់សហគមន៍ខ្មែរ។ គេទាំងអស់គ្នាបានត្រៀមរួចជាស្រេចដើម្បីជួយ និង ត្រៀមបំរុងជានិច្ច ដើម្បីប្រើគ្រប់ជំនាញ និងការពិសោធន៍ក្នុងការបំរើលោកអ្នក។



ឱសថស្ថានរីមីឌីម ផ្តល់ជូនលោកអ្នកនូវៈ

ជូនឱសថឲ្យដល់លំនៅស្ថានដោយឥតគិតថ្លៃ
ដាក់ឱសថក្នុងបន្ទះបែងចែកឱសថសំរាប់ប្រើតាមពេល
ការពិគ្រោះយោបល់យ៉ាងរាក់ទាក់ស្និទស្នាល
មានផ្តល់ជូនម្សៅថ្នាំលាយ
ភាពងាយស្រួលក្នុងការផ្ទេរចេញចូល

Cristina គ្រីស្ទីណាៈ
គ្រីស្ទីណាមានការពិសោធន៍គ្រប់គ្រាន់នៅក្នុងកិច្ចការបំរើសហគមន៍ខ្មែរក្រុងឡូវែលអស់រយៈពេលជាង៣ឆ្នាំមកហើយ។អ្នកស្រីគឺជាឱសថការិនីដែលគ្រប់គ្រងឱសថស្ថាន រីមីឌីម នេះ ហើយគាត់ក៏អាចធ្វើការពិគ្រោះអំពីឱសថ ជូនលោកអ្នកដល់ផ្ទះផងដែរ។ ដោយសារការផ្តល់នូវសេវាកម្មផ្នែកឱសថនេះ បានច្បាស់លាស់ទើប អ្នកស្រីអាចបង្កើត បាននូវចំណងមិត្តភាពយ៉ាងល្អប្រពៃក្នុងសហគមន៍ខ្មែរក្នុងក្រុងឡូវែល ហើយអ្នកស្រីមានសេចក្តីរីករាយណាស់ដើម្បីរង់ចាំបំពេញនូវបំណងរបស់លោកអ្នកដែលត្រូវការឱសថ។

Kelly ខែលលីៈ
គឺជាឱសថការិនីយើងដែលអាចនិយាយភាសាខ្មែរហើយដែលយកចិត្តទុកដាក់ចេះជួយលោកអ្នក។ គាត់ជាឱសថការិនី ចេញពីមហាវិទ្យាល័យឱសថសាស្រ្តរដ្ឋម៉ាសាឈូសេត និង ពេញចិត្តធ្វើការបំរើសហគមន៍ខ្មែរដែលគាត់ក៏ជាសមាជិកម្នាក់នៃសហគមន៍នេះដែរ។

Pahim លោកប៉ាហ៊ីមៈ
គឺជាបុគ្គលម្នាក់ដែលមានការគោរពច្រើននៅក្នុងសហគមន៍ខ្មែរ គាត់ក៏ជាសមាជិកម្នាក់នៅក្នុងគណកម្មការវត្តត្រៃរតនារាម ហើយធ្លាប់មានការពិសោធន៍ជាច្រើនឆ្នាំក្នុងការជួយសហគមន៍ដែលត្រូវការព្យាបាលជម្ងឺ។ ក្នុងរយៈកាលកន្លងមក គាត់ធ្លាប់បានធ្វើការយ៉ាងច្រើនជួយគាំទ្រដល់អ្នកជម្ងឺនៅមជ្ឈមណ្ឌលសុខភាពសហគមន៍ក្រុងឡូវែលនិងមណ្ឌលសុខភាពពេទ្យមេត្តាព្រមទាំងធ្លាប់បានចូលរួមចំណែកក្នុងការថែទាំដោយឱសថសំរាប់សហគមន៍ខ្មែរក្រុងឡូវែលអស់រយៈពេលជាង២ឆ្នាំផងដែរ។ ក្នុងនាមជសមាជិកម្នាក់នៃឱសថស្ថានរីមីឌីម គាត់នឹងបន្តធ្វើការបំរើឱ្យកាន់តែខ្លាំងខ្លាថែមទៀតដើម្បីបំពេញនូវតំរូវការក្នុងការផ្តល់ឱសថដល់លោកអ្នក។

Daniela ដានីញែលឡាៈ
មានជំនាញច្បាស់លាស់ក្នុងការវេចខ្ចប់ឱសថដាក់ក្នុងបន្ទះពង្រាយថ្នាំសំរាប់ប្រើតាមពេល ហើយធ្លាប់ឆ្លងកាត់ការថែទាំអ្នកជម្ងឺខ្មែរដែលរស់នៅក្នុងក្រុងឡូវែលនេះអស់រយៈពេលជាង៣ឆ្នាំមកហើយ។ ប្រសិនបើលោកពេញចិត្តនឹងការប្រើថ្នាំដាក់ក្នុងបន្ទះបែបនេះ ដានីញែលឡាពេញចិត្តណាស់នឹងធ្វើកិច្ចការនេះជូនលោកអ្នក។

Dary ដារីៈ
តែងបានយកចិត្តទុកដាក់ជាប់ជានិច្ចក្នុងសេវាកម្មផ្តល់ឱសថ ដើម្បីបំពេញតាមតំរូវការនៃសហគមន៍ខ្មែរក្រុងឡូវែលអស់រយៈជាង២ឆ្នាំមកហើយ ហើយតែងទទួលបាននូវការកោតសរសើរពីសំណាក់អតិថិជនដែលបានជួបបាស្រ័យជាមួយគាត់។ ក្នុងឋានៈជាអ្នកបច្ចេកទេសម្នាក់របស់ឱសថស្ថាន គាត់មានការយល់ដឹងយ៉ាងជ្រៅជ្រះអំពី តំរូវការ និងប៉ិនប្រសប់ក្នុងការផ្តល់សេវាជូនលោកអ្នកនិងចេះសំដែងនូវការគោរពយ៉ាងទន់ភ្លន់ចំពោះលោកអ្នកផងដែរ។

Kassandraកាសាន់ដ្រាៈ
គឺជាបុគ្គលិកដែលមានការពិសោធន៍ច្រើនក្នុងការធ្វើទំនាក់ទំនងជាមួយសហគមន៍ខ្មែរ និងស្បានិសសដែលរស់កក្នុងងក្រុងឡូឡូវែលលនេះ។
លោកអ្នកអាចនឹងពេញចិត្តអំពីភាពរាក់ទាក់រាល់ពេលនិយាយឆ្លើយឆ្លងតាមទូរស័ព្ទជាមួយនាង និងប៉ិនប្រសប់ក្នុងការរៀបចំឱសថជូនលោកអ្នកនៅរាល់ពេលដែលលោកអ្នកត្រូវការ។

រដូវតានតឹងក្នុងចិត្តនៅពីលើយើង

ដោយ ខេឡា ចន្ទ និស្សិតផ្នែក សរីរាង្គវិទ្យា វិប្បកម្ម ២០១៧

រៀងរាល់ឆ្នាំនៅខែវិច្ឆិកាដូចនេះ សិស្សថ្នាក់បញ្ចប់នៃវិទ្យាល័យនានាតែងតែមានការតានតឹងក្នុងចិត្ត ពីព្រោះត្រូវរៀបចំខ្លួនរៀបចំឯកសារដាក់ពាក្យទៅសុំចូលរៀននៅមហាវិទ្យាល័យឱ្យបាន៣-៤កន្លែង ដើម្បីឱ្យមានការធានាថា ខ្លួននឹងបន្តវិជ្ជាទៅឆ្នាំក្រោយបានប្រសើរស្របគ្នានឹងត្រូវរៀននៅថ្នាក់បញ្ចប់នេះ ឱ្យបានជោគជ័យថែមទៀត។ ខេឡា បានលើករឿងនេះឡើងជូនជាការណែនាំសម្រួលដល់សិស្សដែលកំពុងតែតឹងចិត្តទាំងនោះ ប្រាប់ពីបទពិសោធន៏របស់នាងដែលធ្លាប់ឆ្លងកាត់ការលំបាកទាំងនោះ ជូនជាតម្រាយផ្លូវដែលសិស្សជាច្រើនហើយបានភ្លាត់មិនបានយកចិត្តទុកដាក់ឱ្យខ្ពស់នូវរដូវនេះក៏ខកខានមិនបានចូលរៀនមហាវិទ្យាល័យនៅឆ្នាំក្រោយធ្វើឱ្យខូចការសិក្សាមួយឆ្នាំ ឬក៏បោះបង់ការសិក្សារហូតតែម្តងក៏មាន។

អត្ថបទ ខេឡា នេះមានប្រយោជន៏ណាស់សម្រាប់សិស្សដែលត្រូវត្រៀមខ្លួនទៅមហាវិទ្យាល័យឱ្យបានអានជាចាំបាច់ថែមពីលើនេះទៀតក៏សម្រាប់មាតាបិតាអាណាព្យាបាលត្រូវរំលឹកកូនក្មួយពីពេលវេលាដ៏សំខាន់នេះ កុំឱ្យរំលងឱ្យសោះ ហើយទាក់ទងទៅគ្រូទីប្រឹក្សាសាលារៀនឱ្យធ្វើការណែនាំបន្ថែមតាមដានការវិវត្តន៏របស់កូនក្មួយទាំងនោះ កុំឱ្យខូចពេលបាន។

សូមអញ្ជើញអានអត្ថបទ ខេឡា ចន្ទ ជាភាសាអង់គ្លេសដូចតទៅនេះ :

Stress Season is Upon Us

Kayla Chan, Exercise Physiology Major, 2017

It's November and many high school seniors have started applying to colleges or are in the process of applying. This is a very stressful time for high school students. Many are juggling school, work,and extracurricular activities while planning for their future. It's even more difficult when you're a first generation college student and trying to navigate the process on your own. I know; I was there. So to all the high school seniors, it gets better.

Fortunately, there are a couple of things that can help manage the college admission stress. Thefirst step all students should do is talk to his/her school guidance counselor because not only will they provide advice, but they also have to write a recommendation letter to the institutions you apply. According to the Massachusetts Department of Elementary and Secondary Education (ESE), about 83% (549/662 students) of the class of 2013 Lowell High School graduates had plans to attend a college or university after graduation. Most universities require guidance counselor recommendation along with two teacher recommendations, and with the amount of students planning on going to college, asking for **Continued to Page 11**

Neighborhood Physical Therapy

337 Westford Street. Lowell, MA 01851
978-455-4320

- Auto Accident Injuries
- Work Injuries
- We provide transportation

- គ្រោះថ្នាក់ចរាចរណ៍
- គ្រោះថ្នាក់នៅកន្លែងធ្វើការ
- យើងខ្ញុំមានផ្តល់ការជញ្ជូន សម្រាប់លោកអ្នក

Clemente Park Chiropractic

Chetra A. Keo, D.C.

851 Middlesex Street. Lowell, MA 01851
(978) 937-1492

Treatments
- Neck Pain
- Back Pain
- Lower Back Pain

- ឈឺ-ក
- ឈឺខ្នង
- ឈឺចង្កេះ-ខ្នង

- Automobile Injuries
- Personal Injuries
- Work Related Injuries

- គ្រោះថ្នាក់រថយន្ត
- រងរបួស
- របួសនៅកន្លែងធ្វើការ

WE ARE EXPANDING!
យើងនឹងបើកកន្លែងថ្មីមួយទៀត!

New Location in Lynn Opening in October!
383 Chestnut St. Lynn, MA 01904

More benefits. $0 cost.

If you are 65 or older and qualify for MassHealth Standard, our plan could get you more benefits than Original Medicare.

With **UnitedHealthcare® Senior Care Options (HMO SNP)**, your doctor, hospital and prescription drug coverage are all under one convenient card.

Plus, you'll get extra benefits — at no cost to you. These extra benefits include:

- **$0 co-pay** for dental cleanings, fillings, dentures and more.
- **$0 co-pay** for all covered medications.
- **$0 co-pay** for eyewear.
- **$0 co-pay** for rides to doctor appointments.

Call **1-781-888-7779, TTY 711,** and one of our local, licensed agents can help you find out if you could get more benefits at no cost to you.

UnitedHealthcare®
Community Plan

UnitedHealthcare SCO is a Coordinated Care plan with a Medicare contract and a contract with the Commonwealth of Massachusetts Medicaid program. Enrollment in the plan depends on the plan's contract renewal with Medicare. This plan is a voluntary program that is available to anyone 65 and older who qualifies for MassHealth Standard and Original Medicare. If you have MassHealth Standard, but you do not qualify for Original Medicare, you may still be eligible to enroll in our MassHealth Senior Care Option plan and receive all of your MassHealth benefits through our SCO program. The benefit information provided is a brief summary, not a complete description of benefits. For more information contact the plan. Limitations, co-payments and restrictions may apply. Benefits, formulary, pharmacy network, provider network, premium and/or co-payments/co-insurance may change on January 1 of each year. Premiums, co-payments, co-insurance and deductibles may vary based on the level of Extra Help you receive. Please contact the plan for further details. Enrollees have no out of pocket costs.

H2226_150326_160615 Accepted
UHCSCO_150326_160615

CST8162

Lowell Municipal Election Results by Precinct

លទ្ធផលនៃការបោះឆ្នោតតាមមណ្ឌលនិមួយៗ

By Richard Howe Jr.

Richard Howe

This past Tuesday, 10,714 of the 59,265 registered voters in Lowell voted in the city election. That's a turnout percentage of 18%, but voter participation was not spread evenly across the city. Instead, just a few sections of the city yielded the bulk of all votes.

For electoral purposes, Lowell is divided into eleven wards. Each ward is divided into three precincts. Below is a list of all thirty-three precincts with the polling place name and address listed. Following that is the number of those who voted in the 2013 election, the number registered to vote in 2013, and the percentage turnout.

Ward 1, Precinct 1 - Fr Norton Manor, 137 High St
2013 turnout - 276/1574 - 18%
2015 turnout - 242/1682 - 14%

Ward 1, Precinct 2 - Reilly School, 115 Douglas Rd
2013 turnout - 1028/2432 - 42%
2015 turnout - 1010/2424 - 42%

Ward 1, Precinct 3 - Reilly School, 115 Douglas Rd
2013 turnout - 911/2276 - 40%
2015 turnout - 803/2285 - 35%

Ward 2, Precinct 1 - Pollard Memorial Library, 401 Merrimack St
2013 turnout - 100/1215 - 8%
2015 turnout - 99/1448 - 7%

Ward 2, Precinct 2 - LTC, 246 Market St
2013 turnout - 219/1764 - 12%
2015 turnout - 199/1903 - 11%

Ward 2, Precinct 3 - LTC, 246 Market St
2013 turnout - 307/2056 - 15%
2015 turnout - 269/2211 - 12%

Ward 3, Precinct 1 - Bailey School, 175 Campbell Dr
2013 turnout - 302/1543 - 20%
2015 turnout - 261/1667 - 16%

Ward 3, Precinct 2 - Bailey School, 175 Campbell Dr
2013 turnout - 222/1464 - 15%
2015 turnout - 217/1612 - 14%

Ward 3, Precinct 3 - Morey School, 114 Pine St
2013 turnout - 263/1450 - 18%
2015 turnout - 252/1552 - 16%

Ward 4, Precinct 1 - Morey School, 114 Pine St
2013 turnout - 443/1805 - 25%
2015 turnout - 384/1938 - 20%

Ward 4, Precinct 2 - Flanagan Development LHA, 580 Chelmsford St
2013 turnout - 215/1306 - 16%
2015 turnout - 187/1484 - 13%

Ward 4, Precinct 3 - Rogers School, 43 Highland St
2013 turnout - 208/1666 - 12%
2015 turnout - 216/1867 - 12%

Ward 5, Precinct 1 - McAvinnue School, 131 Mammoth Rd
2013 turnout - 300/1610 - 19%
2015 turnout - 317/1698 - 19%

Ward 5, Precinct 2 - St Louis Hall, 241 West Sixth St
2013 turnout - 216/1493 - 14%
2015 turnout - 184/1606 - 12%

Ward 5, Precinct 3 - St Louis Hall, 241 West Sixth St
2013 turnout - 351/1835 - 19%
2015 turnout - 298/1914 - 16%

Ward 6, Precinct 1 - McAvinnue School, 131 Mammoth Rd
2013 turnout - 455/1956 - 23%
2015 turnout - 457/2010 - 23%

Ward 6, Precinct 2 - Pawtucket Memorial School, 425 W Meadow Rd
2013 turnout - 495/2098 - 24%
2015 turnout - 515/2082 - 25%

Ward 6, Precinct 3 - Pawtucket Memorial School, 425 W Meadow Rd
2013 turnout - 508/1951 - 26%
2015 turnout - 406/1999 - 20%

Ward 7, Precinct 1 - Senior Center, 276 Broadway
2013 turnout - 214/1424 - 15%
2015 turnout - 232/1522 - 15%

Ward 7, Precinct 2 - Senior Center, 276 Broadway
2013 turnout - 203/1595 - 13%
2015 turnout - 202/1809 - 11%

Ward 7, Precinct 3 - Senior Center, 276 Broadway
2013 turnout - 197/1315 - 15%
2015 turnout - 215/1455 - 15%

Ward 8, Precinct 1 - Health Dept, 341 Pine St
2013 turnout - 286/1570 - 18%
2015 turnout - 268/1652 - 16%

Ward 8, Precinct 2 - Daley School, 150 Fleming St
2013 turnout - 394/1869 - 21%
2015 turnout - 403/1956 - 21%

Ward 8, Precinct 3 - Daley School, 150 Fleming St
2013 turnout - 764/2164 - 35%
2015 turnout - 721/2178 - 33%

Ward 9, Precinct 1 - St Louis Hall, 241 West Sixth St
2013 turnout - 253/1719 - 15%
2015 turnout - 200/1751 - 11%

Ward 9, Precinct 2 - Robinson School, 110 June St
2013 turnout - 436/1984 - 22%
2015 turnout - 367/2012 - 18%

Ward 9, Precinct 3 - Robinson School, 110 June St
2013 turnout - 327/1775 - 18%
2015 turnout - 297/1866 - 16%

Ward 10, Precinct 1 - O'Donnell Pool House, 1168 Gorham St
2013 turnout - 299/1625 - 18%
2015 turnout - 259/1689 - 15%

Ward 10, Precinct 2 - Faulkner St Apts, LHA, Faulkner St
2013 turnout - 185/1186 - 16%
2015 turnout - 149/1317 - 11%

Ward 10, Precinct 3 - Rogers School, 43 Highland St
2013 turnout - 129/1234 - 10%
2015 turnout - 115/1346 - 9%

Ward 11, Precinct 1 - Shaughnessy School, 1170 Gorham St
2013 turnout - 311/1576 - 20%
2015 turnout - 288/1678 - 17%

Ward 11, Precinct 2 - J G Pyne School, 145 Boylston St
2013 turnout - 358/1828 - 20%
2015 turnout - 332/1847 - 18%

Ward 11, Precinct 2 - J G Pyne School, 145 Boylston St
2013 turnout - 406/1735 - 23%
2015 turnout - 349/1805 - 19%

៧ កន្លែងដែលភ្ញៀវទេសចរមិនគួរមើលរំលងខេត្តកំពង់ធំ

ចំងាយប្រមាណជា១៦៨គីឡូម៉ែត្រពីភ្នំពេញដោយចេញតាមបណ្តោយផ្លូវជាតិលេខ៦ ឆ្លងកាត់ខេត្តពីរ គឺកណ្តាល និងខេត្តកំពង់ចាម។ បើនិយាយពីរមណីយដ្ឋាននៅក្នុងខេត្តមួយនេះវិញ កំពង់ធំមានរមណីយដ្ឋានបែបធម្មជាតិប្រវត្តិសាស្ត្រ និងសិប្បនិមិត្តដែលរួមមានដូចជា រមណីយដ្ឋានបែបប្រវត្តិសាស្ត្រ ប្រាសាទគុហានគរ រមណីយដ្ឋានបែបធម្មជាតិ និងប្រវត្តិសាស្ត្រ ភ្នំសន្ទុក រមណីយដ្ឋានសប្បនិមិត្ត បឹងសិរិទ្ធ រមណីយដ្ឋានទំនប់បង្អៀរទឹក ១ មករា រមណីយដ្ឋានប្រវត្តិសាស្ត្រប្រាសាទសំបូរព្រៃគុក និងរមណីដ្ឋានធម្មជាតិស្ទឹងព្រៃប្រស់ជាដើម។

ប្រាសាទគុហានគរ រមណីយដ្ឋានបែបប្រវត្តិសាស្ត្រប្រាសាទគុហានគរមានចង្ងាយ៩៦គីឡូម៉ែត្រពីភ្នំពេញ។ បើគិតចាប់ពីព្រំប្រទល់កំពង់ធំ-កំពង់ចាមនោះយើងធ្វើដំណើរប្រហែលជា៤០នាទីទៀតយើងនឹងឃើញបដាធំមួយនៅស្តាំដៃសរសេរថា "ស្វាគមន៍រមណីយដ្ឋានប្រវត្តិសាស្ត្រប្រាសាទគុហានគរ" ហើយបត់ឆ្វេងតាមខ្លោងទ្វារវត្តគុហានគរយើងនឹងឃើញប្រាសាទនៅខាងស្តាំដៃ។ ប្រាសាទគុហានគរ ស្ថិតក្នុងភូមិត្រដក់ ឃុំពង្រ ស្រុកបារាយណ៍ ខេត្តកំពង់ធំ មានផ្ទៃក្រលា ៤០០០ម៉ែត្រការ៉េ ដែលប្រាសាទនេះមានទ្រង់ទ្រាយប្រហាក់ប្រហែលនឹងប្រាសាទទន្លេបាទីដែលបានស្ថាបនាឡើងអំពីថ្មបាយក្រៀមក្នុងសតវត្សទី១១ រជ្ជកាល ព្រះបាទសូរ្យវរ្ម័នទី១។ បណ្តោយប្រវែង ៤៥ ម៉ែត្រ និងទទឹងប្រវែង៣៥ម៉ែត្រព័ទ្ធជុំវិញដោយរបងថ្មបាយក្រៀមដែលមានកម្ពស់៣ម៉ែត្របែងចែកជាបីផ្នែកធំៗ។

បឹងសិរិទ្ធ រមណីយដ្ឋានបែបសប្បនិមិត្តមួយនេះទើតែបង្កើតឡើងស្ថិតក្នុងភូមិចុងដូង ឃុំចុងដូង ស្រុកបារាយណ៍ ខេត្តកំពង់ធំ មានផ្លូវចូលពីផ្លូវជាតិលេខ៦ប្រមាណ ៣ គីឡូម៉ែត្រ។ ក្នុងរមណីយដ្ឋានគេបានសាងសង់ជាកន្លែងកម្សាន្តជាច្រើនដូចជា ភ្នំចំឡង ម៉ូតូទឹក ទូកកូនទា និង ទោងទឹកចេញពីកំពូលភ្នំទម្លាក់ចូលបឹងការជិះខ្សែរ៉កទម្លាក់ខ្លួនពីកំពូលភ្នំ និងមានម្ហូបអាហារជាច្រើនលក់គ្រប់មុខរង់ចាំភ្ញៀវជាតិ និងអន្តរជាតិចូលមកទស្សនាកម្សាន្ត។

រមណីយដ្ឋានទំនប់បង្អៀរទឹក១មករា ទំនប់បង្អៀរទឹក១មករាស្ថិតនៅក្នុងភូមិតាភោក ឃុំបល្ល័ង ស្រុកបារាយណ៍ ខេត្តកំពង់ធំ។ គេកសាងឡើងក្នុងគោលបំណងផ្តោតទៅលើប្រព័ន្ធស្រោចស្រពដំណាំកសិកម្មនៅក្នុងស្រុកសន្ទុក និងស្រុកបារាយណ៍ ដែលមានកន្លែងទំនប់បង្អៀរទឹកប្រវែង ៧៥០ម៉ែត្រ។ រមណីយដ្ឋានដ៏គួរឱ្យគយគន់នេះស្ថិតនៅពីផ្លូវបំបែកកំពង់ថ្មប្រមាណ៤គីឡូម៉ែត្រ។ គ្រាន់តែកន្លែងទំនប់បង្អៀរទេ តែឥឡូវកំពុងតែជាកន្លែងពេញនិយមសម្រាប់ប្រជាជនក្នុងតំបន់ជា ពិសេសយុវវ័យមកងូតទឹកលេង និងមកញ៉ាំអាហារបែបស្រុកស្រែដែលមានរសជាតិឈ្ងុយឆ្ងាញ់ទៀតផង។

ភ្នំសន្ទុក និយាយពីភ្នំសន្ទុកសឹងស្រក់ទឹកមាត់ភ្លាមតែម្តងនឹកឃើញមាន់ដុតក្តៅៗដែលល្បីស្ទើរពេញទាំងខេត្តមាន់ដុតនៅទីនោះឆ្ងាញ់ផ្អែមជាប់មាត់តែម្តង។ ភ្នំសន្ទុកស្ថិតបណ្តោយផ្លូវជាតិលេខ៦ ក្នុងភូមិកកោះ ឃុំកកោះ ស្រុកសន្ទុក ខេត្តកំពង់ធំ ចំងាយ១៧គីឡូម៉ែត្រពីទីរួមខេត្ត។

មធ្យោបាយធ្វើដំណើរឡើងរមណីយដ្ឋានបែបធម្មជាតិ និងប្រវត្តិសាស្ត្រមួយនេះ អាចឡើងតាមម៉ូតូរថយន្តតាមផ្លូវក្រាលបេតុងក៏បាន ឬតាមថ្មើរជើងក៏បានដែលមានកាំជណ្តើរប្រមាណ៨០៩កាំពីជើងភ្នំ។ ពេលឡើងភ្នំយើងនឹងឃើញព្រះវិហារនៅជាប់នឹងកាំជណ្តើរឡើងកន្លែងទម្លាក់កាក់ អាស្រមអ្នកតា ថ្មអណ្តែត រូបព្រះបាទជាន់ទុក និងមើលឃើញទេសភាពខៀវស្រងាត់ខ្យល់អាកាសបរិសុទ្ធជុំវិញបឹងទន្លេសាប។ ចំពោះអ្នកទៅលេងនៅទីនោះ ភាគច្រើនទៅលេងនៅពេលថ្ងៃឈប់សំរាកចុងសប្តាហ៍ និងមានពិធីបុណ្យផ្សេងៗលក្ខណៈជាក្រុមគ្រួសារ ឬមិត្តភក្តិ។

ស្ទឹងសែន (ទីរួមខេត្ត) "ទឹកអើយទឹកហូរ ហូរមិនចេះដាច់ឱ្យខ្ញុំមិនភ្លេចអនុស្សាវរីយ៍ ស្ទឹងសែនតែមួយ ពុំដែលមានពីរ ស្ទឹងសែនប៉ារីសក៏មិនដូចដែរ" នេះជាអត្ថន័យមួយឃ្លាក្នុងបទ "ស្ទឹងសែនប៉ារីស" របស់អ្នកចម្រៀងអ្នកស្រី សូ សាវឿន ដែលបានច្រៀងរៀបរាប់ពីសម្រស់ និងប្រវត្តិស្នេហ៍ដែលបានសាងស្ទឹងដែលមានប្រវែងវែងជាងគេនៅកម្ពុជា។ ស្ទឹងសែន ជាក្រុងនៃខេត្តកំពង់ធំ បើអ្នកស្រុកទៅទីនោះ ទំលាប់ហៅថា ទីរួមខេត្តដែលមានរូបសំណាកដំរីជាន់ខ្លាជារូបខេត្តកំពង់ធំនៅម្តុំជាប់នឹងផ្លូវជាតិលេខ៦តែម្តង។ កន្លែងដែលមានចំណីអាហារហើយគេនិយមជិះកម្សាន្តនៅខេត្តនេះ មានដូចជា (បាញ់ឆែ) ស្រែមួយរយ (សាច់គោ) បល្ល័ង (ត្នោតជូរ) ស្រយ៉ូវ (ពោះគោទឹកប្រហុក) ព្រៃតាហ៊ូ (បង្អែម) ផ្សារក្រឡុក (បបរស) អរុណរះ (ពងទាកូន) មុខព្រហ្ម។ ចំណែកកន្លែងស្នាក់នៅមានសណ្ឋាគារអរុណរះ ចេនឡា វីលេក និងសណ្ឋាគារស្ទឹងសែន ព្រមទាំងមានផ្ទះសំណាក់ជាច្រើនទៀតផងដែរ។

ប្រាសាទសម្បូរព្រៃគុក យើងធ្វើដំណើរចេញពីទីរួមខេត្តឆ្លងស្ពានស្ទឹងសែនឆ្ពោះទៅតាមផ្លូវជាតិលេខ៦ដល់ផ្លូវបំបែកទៅសៀមរាប និងព្រះវិហារ រួចជិះទៅត្រង់តាមផ្លូវជាតិលេខ៦៤ កំពង់ធំព្រះវិហារប្រមាណជាជាង៤០នាទី យើងនឹងទៅដល់រមណីយដ្ឋានប្រវត្តិសាស្ត្រប្រាសាទសំបូរព្រៃគុកជាមិនខាន។ ប្រាសាទសំបូរព្រៃគុក ដែលជាសំណង់បុរាណមួយដែលកំពុងស្ថិតក្នុងការពិចារណាដាក់ចូលក្នុងបញ្ជីសម្បត្តិបេតិកភណ្ឌពិភពលោកមួយនេះ ស្ថិតនៅភូមិសំបូរ ឃុំសំបូរ ស្រុកប្រាសាទសំបូរ ចម្ងាយប្រមាណ៣៥គីឡូម៉ែត្រពីទីរួមខេត្តកំពង់ធំដែលសង់លើដីរាបស្មើមានទំហំ៣០០០ហិកតា។ ប្រាសាទនេះសង់ពីថ្មបាយក្រៀម ឥដ្ឋតាន់ និងថ្មភក់ ក្នុងរជ្ជកាលព្រះបាទឦសានវរ្ម័នក្នុងគ.សឆ្នាំ ៦១៦-៦៣៥ នាសម័យចេនឡា ដើម្បីឧទ្ទិសថ្វាយព្រះសិវៈក្នុងលទ្ធិព្រហ្មញ្ញសាសនា។ ក្នុងបរិវេណរមណីយដ្ឋានទេសចរណ៍ប្រវត្តិសាស្ត្រ និងធម្មជាតិនេះ តាមអ្នកស្រាវជ្រាវបានរកឃើញថា មានប្រាសាទប្រហែលជាង១២០ប្រាសាទស្ថិតនៅជាក្រុមៗ ខណៈដែលឥឡូវប្រាសាទប្រមាណជា៤០ទៅ៥០ដែលមានរូបឃើញតួប្រាសាទ។ ប្រាសាទដែលមានសភាពល្អជាងគេនោះ មានប្រាសាទតោ និងប្រាសាទយាយព័ន្ធ។ នៅទីនោះក៏មានម្ហូបអាហារសម្រាប់ភ្ញៀវជាតិ និងអន្តរជាតិដែលអញ្ជើញមកទស្សនាម្ហូបពិសេសហើយល្បីនៅទីនោះគឺមាន់ដុត។

ស្ទឹងព្រៃប្រស់ ព្រៃប្រស់ ជាស្ទឹងដែលហូរកាត់ផ្លូវជាតិលេខ៦ ដែលស្ថិតក្នុងស្រុកកំពង់ស្វាយ ខេត្តកំពង់ធំ។ ពេលរដូវវស្សាបឹងព្រៃប្រស់ផ្ទៃទឹកថ្លាឈ្វេងគួរឱ្យចង់ងូតទេសភាពស្រស់ត្រកាលអមដោយតូបអង្គុយលើមាត់ទឹកតំរៀបជាជួរ រួមជាមួយអាហារកម្ម៉ង់តាមតម្រូវការដូចជាមាន់ដុត ត្រីដុតបុកល្ហុងផ្លែឈើក្នុងស្រុកទៅតាមរដូវ និងភេសជ្ជៈគ្រប់ប្រភេទជាមួយសេវាកម្មរហ័សទាន់ចិត្ត។ និយាយរួមស្ទឹងព្រៃប្រស់ស័ក្តិសមជាកន្លែងសម្រាប់លំហែកាយជាលក្ខណៈក្រុមគ្រួសារ និងដំណើរកំសាន្តស្រូបយកខ្យល់អាកាសបរិសុទ្ធជាប់មាត់បឹង។ បន្ទាប់ពីសម្រាក និងស្រស់ស្រោបអាហារថ្ងៃត្រង់នៅទីនេះហើយអ្នកដំណើរភាគច្រើនគេបន្តទៅខេត្តសៀមរាបបន្តទៀត។ តំបន់ទាំង៦ខាងលើគ្រាន់តែជាតំបន់សំខាន់ដែលអ្នកទេសចរក្នុងខេត្តច្រើនតែងទៅលេងតែប៉ុណ្ណោះកំពង់ធំនៅមានកន្លែងកម្សាន្ត ៕

តមកពីទំព័រទី ០១

លោក ហ៊ុន សែន កំពុងសម្លាប់...

ម្នាក់ខាងគណបក្សប្រជាជនបានព្រមានថា មានទាហ៊ានរបស់ខ្លួនចេញធ្វើបាតុកម្មដែរ ហើយសមាជិកសភាខាងគណបក្សប្រជាជនបានចេញមកទទួលបាតុករយ៉ាងរាក់ទាក់គ្មាននរណាមានគ្រោះថ្នាក់អ្វីទេ ។ ហើយបន្ទាប់ពីមានការថ្កោលទោសពីសកម្មភាពឧត្រិដ្ឋនេះ ជាសាធារណរួចភ្លាមមកមានចាប់បានទាហ៊ានបីនាក់មកបង្ហាញភ្លាមមែន។ កងរក្សាសន្តិសុខ ក៏មិនបានត្រូវរែកមុខថាមិនបានបំពេញតួរនាទីការពារសន្តិសុខតំណាងរាស្ត្រអ្វីដែរ ។

សេចក្តីរាយការណ៍ពីប្រភពកាសែតពីអ្នករងគ្រោះពីអ្នកសង្កេតការណ៍អន្តរជាតិបានមើលឃើញថាបាតុកម្មនេះ ជាគម្រោងរបស់លោកនាយករដ្ឋមន្ត្រី ហ៊ុន សែន ដែលបាននិយាយទុកជាមុន១ថ្ងៃ នៅពេលលោកកំពុងធ្វើទស្សនកិច្ចនៅប្រទេសបារាំងឆ្លើយតបទៅនឹងបាតុកម្មមួយដែលផ្ទុះនៅទីក្រុងប៉ារីសរៀបចំដោយសហគមន៍ខ្មែរ-បារាំងដែលមិនសប្បាយចិត្តនឹងការដឹកនាំនយោបាយនៅកម្ពុជានឹងមិនសប្បាយចិត្តនឹងលោកប្រធានាធិបតីបារាំងដែលទទួលនាយករដ្ឋមន្ត្រីខ្មែររូបនេះ។ កម្ពុជានៅជាប់កម្មែលកម្មុយនិស្តប្រមាន៤០ឆ្នាំហើយ មកទល់របបសព្វថ្ងៃនេះ។

លើសកម្មភាពរបស់នាយករដ្ឋមន្ត្រី ហ៊ុន សែន ជាអ្នកបញ្ជាទោសភាជាតិទៅកងទ័ពទៅ អ្នកនយោបាយគណបក្សប្រជាជនថា ពេលណា?

ត្រូវធ្វើអ្វី? ម៉ាស៊ីននយោបាយរបស់គណបក្សប្រជាជនបានធ្វើសកម្មភាពឧក្រិដ្ឋនេះ តាមបញ្ជាឥតខ្ចោះ មិនខុសពីប្រទេស "មៀងម៉ា" យោធានិយមទេ តែលើកនេះ លោក ហ៊ុន សែន បំពានលើស្ថាប័នមួយដែលមានអភ័យឯកសិទ្ធ ហើយដែលអាចបញ្ជាទៅលោក ហ៊ុន សែន ស្របច្បាប់គឺសភាជាតិ។ ថ្ងៃនោះអង្គការនិតិប្រតិបត្តិទាំងមូលបានទទួលបញ្ជាឱ្យវាយប្រហារស្ថាប័ននិតិបញ្ញត្តិដែលក្នុងនោះសមាជិកខាងគណបក្សប្រជាជនទាំងមូលបានរំលោភរដ្ឋធម្មនុញ្ញខ្មែរឈរមើលសោកនាដកម្មដែលកំពុងកើតលើមន្ត្រីរួមស្ថាប័នដោយគ្មានអារម្មណ៍ការពារសិទ្ធខ្លួនឯងដែល ហ៊ុន សែន កំពុងរំលោភបន្តិចណានោះទេ ថ្ងៃបន្ទាប់មកទៀត បានធ្វើសេចក្តីសម្រេចមួយដែលសម្លាប់សភាខ្លួនឯងក៏អាចធ្វើបានដោយគ្មាននរណាម្នាក់ជំទាស់ឡើយ។

នៅលើបញ្ជាឱ្យធ្វើទារុណកម្មលើសមាជិកគណបក្សប្រឆាំង ទោះជាថ្នាក់រាស្ត្រ ឬមន្ត្រី ទោះជាធ្វើឱ្យរបួស ឬក៏យកជីវិតនរណាម្នាក់ខាងគណបក្សប្រជាជនតែងតែរកអ្នកប្រព្រឹត្តឧក្រិដ្ឋកម្មមិនដែលឃើញម្តងណាឡើយ ហើយសាធារណជនតែងចង្អុលបង្ហាញថា មនុស្សឧក្រិដ្ឋនោះនៅក្នុងចំណោមគណបក្សប្រជាជន រួចទៅហើយ ឧទាហរណ៍ករណីសម្លាប់សិល្បការិនី ពិសិដ្ឋ ពិលិការ នរណាមួយដែលមិនចង្អុលរក ហ៊ុន សែន - ហុក ឡុងឌី -ប៊ុនរ៉ានី ហ៊ុន សែន? តែដូចសព្វដង គឺជាឧក្រិដ្ឋកម្មដែលគ្មានឃាដករដដែល រីឯអ្នកស្លូតត្រង់តែងទទួលទោសជាដំរាប។ គណបក្សប្រជាជននៅតែលើកដំកើងឧក្រិដ្ឋករមួយអាណត្តិ ហើយមួយអាណត្តិទៀត ពីព្រោះមនុស្សនោះ ជាអ្នកការពារផលប្រយោជន៍ប្រសើបំផុតរបស់សមាជិកជាន់ខ្ពស់ទាំងអស់នៃគណបក្សប្រជាជនកម្ពុជា ដូច្នេះគេបង្កើតបានជា"សមាគមនៃជនទុច្ចរិត"មួយក្រុមដែលគ្រប់គ្រងប្រទេសកម្ពុជារូបភាពរដ្ឋាភិបាលដោយការភូតភរ ដោយការគម្រាមកំហែងនឹងដោយការសម្លាប់ជាដំរាបរហូតមក។

គឺក្នុងរូបភាពជា"រដ្ឋាភិបាលខ្មែរ"នេះហើយដែល"ក្រុមសមាគមជនទុច្ចរិត"នេះបានរីករាលដាលមកតាមឈ្មោនីសជនភៀសខ្លួននៅ ឯសហរដ្ឋអាមេរិកនេះបន្តនឹងលើកដំកើង"ក្រុមសមាគមជនទុច្ចរីត"ទាំងនោះ ជួយលុបលាងបំបាត់ក្លិនអាសោចន៍ដែលនៅសែសសល់ពីមេរៀនជំនាន់ "ក្រុមខ្មែរក្រហម" កុំឱ្យជះខ្លាំងពេកបាន។ ដោយដើរទៅផ្សព្វផ្សាយ បំប៉ោង បំផ្លើស ដំកើងឃោសនាឱ្យតម្លៃ"ក្រុមទុច្ចរិត"ទាំងនោះ សមាជិកគណបក្សប្រជាជននៅបរទេសកំពុងធ្វើអំពើខុសនឹងច្បាប់នៃសហរដ្ឋអាមេរិកនេះ ដែលគេហាមឃាត់ការនាំចូលនូវ"ភេរវកម្មនឹងអំពើទុច្ចរីតលើប្រជាជាតិឯង"គ្រប់រូបភាព ។

សព្វថ្ងៃនេះ មានក្រុមដែលដើរទៅឃោសនាឱ្យ"ក្រុមសមាគមជនទុច្ចរីត"ធ្វើឱ្យពលរដ្ឋអាមេរិកាំងមួយចំនួនយល់ច្រឡំថា ជាក្រុមរបស់រដ្ឋាភិបាលត្រឹមត្រូវ ដូចរដ្ឋាភិបាលឯទៀតៗក្នុងពិភពលោកដែរ តែផ្ទុយទៅវិញ អ្នកទាំងនោះ ដើរសាបព្រួសមេរោគនៃអំពើទុច្ចរីតសោះ។

នៅលើសកម្មភាពដ៏គ្រោះថ្នាក់នេះហើយដែលគណបក្សសង្គ្រោះជាតិនៅឯបរទេស គួរឈប់ឈ្លោះគ្នាឈប់បំបែកជាបក្សតូចយ៉ាងកំសាកត្រឡប់មកប្រមូលកម្លាំងការពារសហគមន៍ខ្លួនឯង ពីព្រោះគ្រោះថ្នាក់បានហៀរហូរពីកម្ពុជា មកដល់ជើងជណ្តើរអ្នកហើយ។ បើអ្នកចង់ឱ្យតែជួយសង្គ្រោះជាតិត្រូវដឹងថា ពលរដ្ឋអាមេរិកាំងគេគោរពច្បាប់ដែលការពារមនុស្សស្មើរគ្នា គេក៏ស្រឡាញ់សុច្ចរីត យុត្តិធមិ ខ្លាំងណាស់ដែរ... ដូច្នេះដូចពួកអាមេរីកាំងខ្មែរដែលឃ្លាតពីកម្ពុជាដោយសារក្រុមទុច្ចរិតទាំងនោះ ក៏ត្រូវមានស្មារតីជាអ្នកការពារដែនដីថ្មីនេះ ការពារការរស់នៅបរិសុទ្ធរបស់កូនចៅកុំឱ្យច្រឡំល្អនឹងអាក្រក់ ឬសុច្ចរីតនឹងទុច្ចរីតបានឡើយ...ត្រូវខ្ទប់ដំណើរកុំឱ្យចលនាទុច្ចរីតរបស់គណបក្សប្រជាជនរីកដុសដាលនៅអាមេរិកនេះបាន...ដំរាបណារដ្ឋាភិបានខ្មែរនៅតែបំរើបុគ្គលនឹងបក្ខពួកតែដដែលដោយអំពើភេរវកម្មគណបក្សប្រជាជននឹងត្រូវស្លាប់ដោយដៃ ហ៊ុន សែន ពីព្រោះប្រជាពលរដ្ឋខ្មែរនឹងចងចាំដូចនៅ"មៀងម៉ា"ឬប្រទេសភូមាថ្មីនេះពីភពលោកនឹងនាំគ្នាស្អប់ទង្វើអាក្រក់របស់ ហ៊ុន សែន នឹងគណបក្សប្រជាជន។ ពេលនោះការរែកមុខអាក្រក់នៃនយោបាយខ្មែរនៅបរទេសនេះប្រាកដជាជំនួយដល់សហគមន៍ ពីព្រោះពលរដ្ឋអាមេរិកាំងទាំងអស់នឹងមិនភន្តច្រឡំពីមិត្តរបស់គេទេ មិនតែប៉ុណ្ណោះនៅជាមិត្រដ៏ប្រសើរសម្រាប់សេរីភាពនៅកម្ពុជានឹងគ្រួសារអ្នកដដែល ៕

ប្រឡងបវរកញ្ញារដ្ឋម៉ាសាឈូសិត២០១៥
The Miss Massachusetts Pageant 2015

មីឡេនី ឆូយ នៅឡូវែលម៉ាសាឈូសិតនឹងចូលរួមប្រឡងប្រជែងបវរកញ្ញាម៉ាសាឈូសិត ឆ្នាំ ២០១៥ នៅថ្ងៃទី ២១ វិច្ឆិកា ២០១៥ ម៉ោង៨ល្ងាច នឹងថ្ងៃទី ២២ វិច្ឆិកា ម៉ោង៥ល្ងាច នៅសាលមហោស្រព 50 East Merrimack Street,

Melanie Chhouy of Lowell, MA -the first woman with Cambodian-American to compete in the Miss Massachusetts Pageant at the Lowell Memorial Auditorium at the 50 East Merrimack Street, MA on November 21st at 8pm and November 22nd at 5 pm.

កញ្ញា មីលីនៀ ឆូយ នៅឡូវែល

"Miss Chhouy feels very confident after her orientation on Sunday, she is honored to represent many Southeast Asian women who grew up anticipating that one day a Southeast Asian woman can earn that crown" Said Champa Paing of Avent Creators, the organization that sponsored her to enter the pageant. The winner of the Miss Massachusetts Pageant on Sunday November 22nd will go on to compete for Miss USA.

Miss Chhouy attends the Middlesex Community College and studies Biotechnology. She works at Century Pharmacy as pharmacy technician.

Tickets are $80 (for 2 days event) and can be purchased in advance online http://www.missmassachusettsusa.com/, walk-in at the Lowell Memorial Auditorium ticket box, or by calling Avent Creators at 978-337-8644.

Continued from page 06

Stress Season is Upon Us ...

these recommendations either the end of junior year or the start of senior year will make it easier for both the faculty and student.

When I was applying to colleges, I found organization was crucial to managing stress. Between all the deadlines, which differ for each school, and getting all the required information submitted on time, such as transcripts, SAT scores, and supplemental essays, it's extremely easy to lose track of due dates and feel overwhelmed by the amount of work. Due dates will vary depending on when you're applying (i.e. early decision, early action, or regular decision).

Always apply to more than one school, in case of rejection. I'd recommend applying to at least 3-4 schools.You can categorize schools into three groups-safety, target, and reach. Safety are schools you know you will get into. Target are schools that are within your qualifications. And reach are schools that may be out of your academic achievements. One factor that deters students from higher education is money. College is expensive, but there are ways to make it affordable, such as applying for scholarships or Federal Student Aid (FAFSA), which determines the amount of aid that students are eligible. The College Board is a great site to start searching for colleges and scholarships. It's also a tool for guiding students on what to do for college prep.

UMass Lowell is a local school that was recently ranked #10 on Forbes' Top 25 Best Value Colleges. Students can apply either through The CommonApplication or using the UML application, which can be found online (http://uml.edu/admissions/apply/default.aspx). For students applying for Fall 2016, UML has instituted a pilot test-optional program. Therefore, sending in SAT/ACT scores is under the discretion of the student. However, that doesn't dismiss TOEFL/ELPT tests that ESL students need to take. Also, specific majors may have specific requirements that differ from the university's admission requirements, so be sure to check out the website for not just UML, but all schools.

No matter what tricks and tips are given and used, the entire process from applying to waiting to hear back, willbe stressful. But, I hope these tips will give a starting place for students.

យើងខ្ញុំយកចិត្តទុកដាក់ដើម្បីឲ្យលោកអ្នកញញឹម។
លោកអ្នកទទួលបានសេវាកម្មទន្តពេទ្យដោយមិនបង់ប្រាក់!

លោកអ្នកទទួលបានអត្ថប្រយោជន៍ទាំងអស់របស់លោកអ្នកនៅក្នុងកម្មវិធីស្តង់ដារ MassHealth និងកម្មវិធី Medicare រួមទាំងសេវាកម្មជាច្រើនទៀត។

- លោកអ្នកទទួលបានសេវាកម្មទន្តពេទ្យដោយមិនបង់ប្រាក់ ដែលរួមមាន៖*
  - ពិគ្រោះយោបល់នៅការិយាល័យ និងសម្អាតធ្មេញ
  - ដាក់ក្រាសធ្មេញទាំងមូលនិងដោយផ្នែក
  - ប៉ះធ្មេញ
  - ដាំធ្មេញ
- ចំណាយបដិភាគ $0 សម្រាប់គ្រប់សេវាកម្ម
- ប័ណ្ណ លោកអ្នកមានសុខភាពល្អ សម្រាប់ទិញទំនិញពាក់ព័ន្ធនឹងសុខភាពដែលមិនមានវេជ្ជបញ្ជា (រហូតដល់ $140ក្នុងមួយឆ្នាំ / $35 ក្នុងមួយត្រីមាស)*
- សេវាកម្មដឹកសមាជិកទៅកាន់និងមកពីកន្លែងណាត់ជួប*
- អាចហៅទូរស័ព្ទទៅកាន់សមាជិកក្រុមការងារនៃគម្រោង SWH បាន 24/7

SWH SENIOR WHOLE HEALTH®
Simple. Secure. Independent.

សម្រាប់ព័ត៌មានបន្ថែម សូមទូរស័ព្ទទៅ:
1-888-566-3526(ខ្សែទូរស័ព្ទឥតគិតថ្លៃ) TTY/TDD:711
www.seniorwholehealth.com/SNP
យើងខ្ញុំបើកដំណើរការចាប់ពីម៉ោង 8 ព្រឹកដល់ម៉ោង 8 យប់ ប្រាំពីរ (7) ថ្ងៃក្នុងមួយសប្តាហ៍។

ប្រសិនបើលោកអ្នកមានសេវាកម្មធានារ៉ាប់រងក្នុងកម្មវិធីស្តង់ដារ MassHealth ក៏ប៉ុន្តែមិនមានសេវាកម្មធានារ៉ាប់រងក្នុងកម្មវិធី Medicare ផ្នែក A និង/ឬក៏ផ្នែក B លោកអ្នកប្រហែលជា អាចចុះឈ្មោះនៅក្នុងកម្មវិធីជម្រើសថែទាំសុខភាពមនុស្សចាស់ MassHealth Senior Care Options (SCO) របស់យើងខ្ញុំបាន។
លោកអ្នកដែលឆ្លើយតបទៅនឹងលក្ខខណ្ឌខាងលើអាចចុះឈ្មោះបានគ្រប់ពេលវេលាពេញរាល់ឆ្នាំ។

* លក្ខខណ្ឌកំណត់អាចត្រូវបានអនុវត្ត

គម្រោងសុខភាពទាំងមូលរបស់មនុស្សចាស់ គឺជាគម្រោងថែទាំសុខភាព HMO SNP ដែលមានការសម្របសម្រួល និងកិច្ចសន្យាផ្តល់- ទទួលសេវាកម្មនៃកម្មវិធី Medicare និងកិច្ចសន្យាជាមួយ Commonwealth of Massachusetts/កម្មវិធី EOHHS MassHealth។ ការចុះឈ្មោះធ្វើឡើងដោយស្ម័គ្រចិត្ត និងអាស្រ័យទៅលើការបន្តកិច្ចសន្យាប្រចាំឆ្នាំ។ ព័ត៌មានអំពីអត្ថប្រយោជន៍នៅក្នុងឯកសារនេះ គឺជាសេចក្តីសង្ខេបមួយ មិនមែនជាសេចក្តីពិពណ៌នាលម្អិតអំពីអត្ថប្រយោជន៍ទេ។ សម្រាប់ព័ត៌មានបន្ថែម សូមទាក់ទងការិយាល័យគម្រោង។ លក្ខខណ្ឌកំណត់ ប្រាក់បដិភាគ ឬក៏លក្ខខណ្ឌកម្រិតផ្សេងៗទៀតអាចត្រូវបានអនុវត្ត។អត្ថប្រយោជន៍ រូបមន្ត បណ្តាញអ្នកផ្តល់សេវាកម្ម និងបណ្តាញឱសថស្ថាន អាចត្រូវបានផ្លាស់ប្តូរនៅថ្ងៃទី 1 ខែមករា នៃឆ្នាំនីមួយៗ។ លោកអ្នកត្រូវតែបន្តបង់បុព្វលាភផ្នែក B របស់លោកអ្នក ប្រសិនបើបុព្វលាភនោះមិនកំពុងត្រូវបានបង់ដោយភាគីណាមួយផ្សេងទៀតនៅឡើយទេ។ គម្រោងនេះត្រូវបានបង្កើតឡើងសម្រាប់មនុស្សដែលមានអាយុចាប់ពី 65 ឆ្នាំឡើងទៅ ដែលមានជំនួយវេជ្ជសាស្ត្រដែលទទួលបានទាំងពីរដ្ឋ និងកម្មវិធី Medicare។ H2224_2015_104kh Accepted 12/7/2014

ឌឹ ខេមបូឌា ដេលី The Cambodia Daily

ដំណឹងប្រែសម្រួលពីភាសាអង់គ្លេស   អត្ថបទដកស្រង់ និងទទួលការអនុញ្ញាតឱ្យធ្វើការចុះផ្សាយពី ឌឹ ខេមបូឌា ដេលី

រដ្ឋាភិបាលនឹងគ្រប់គ្រងការលក់សំបុត្រចូលទស្សនាអង្គរវិញ

ដោយ គុច ណារ៉ែន | November 7, 2015

ចាប់ពីឆ្នាំក្រោយទៅរដ្ឋាភិបាលនឹងគ្រប់គ្រងពេញលេញលើឧទ្យានអង្គរដោយបញ្ចប់សម្បទានដ៏ចម្រូងចម្រាសជាមួយក្រុមហ៊ុនឯកជនសូគីម៉ិចដែលទទួលបានសិទ្ធិលក់សំបុត្រចូលទស្សនាកន្លែងដ៏ទាក់ទាញភ្ញៀវទេសចរដ៏ច្រើនបំផុតរបស់ប្រទេសនេះ។

លោកនាយករដ្ឋមន្ត្រី ហ៊ុន សែន បានប្រកាសអំពីសេចក្ដីសម្រេចនេះក្នុងសេចក្ដីប្រកាសព័ត៌មានមួយដែលបង្ហោះនៅទំព័រហ្វេសប៊ុករបស់លោកកាលពីថ្ងៃសុក្រ ដោយលោកបានមានប្រសាសន៍ថា ការសម្រេចនេះធ្វើឡើងតាមសំណើរបស់ក្រុមហ៊ុន សុខា អូតែល ជាសាខាមួយរបស់ក្រុមហ៊ុនសូគីម៉ិច ដែលម្ចាស់របស់ក្រុមហ៊ុននេះ គឺលោក សុខ គង់ មានទំនាក់ទំនងជិតស្និទ្ធនឹងគណបក្សប្រជាជនកម្ពុជាកំពុងកាន់អំណាច។

ក្នុងសេចក្ដីប្រកាសព័ត៌មានបាននិយាយថា "មានដំណឹងសំខាន់មួយសម្រាប់ប្រជាពលរដ្ឋទូទាំងប្រទេស គឺចាប់ពីឆ្នាំក្រោយ២០១៦ទៅ គឺរាជរដ្ឋាភិបាលកម្ពុជានឹងកាន់កាប់ចាត់ចែងគ្រប់គ្រងអង្គរវត្តទាំងមូលរួមទាំងបុគ្គលិកនិងចំណូលចំណាយ"។

សេចក្ដីប្រកាសបានបន្តទៀតថា "តាមសំណើសុខា អូតែល រាជរដ្ឋាភិបាលបានសម្រេចបញ្ចប់កិច្ចសន្យាស្ដីពីការប្រមូលចំណូលពីការលក់សំបុត្រចូលទស្សនាអង្គរជាមួយក្រុមហ៊ុន សុខាអូតែល"។

សេចក្ដីប្រកាសនោះបាននិយាយថា បុគ្គលិកធ្វើការបច្ចុប្បន្នក្នុងការិយាល័យលក់សំបុត្រនៅអង្គរនឹងទុកការងាររបស់ពួកគេដដែល។

លោក សុខ គង់ មិនអាចទាក់ទងបានទេកាលពីថ្ងៃសុក្រ។ លោក ហ៊ឺ ហេង អនុប្រធានក្រុមហ៊ុន សូគីម៉ិច បានបដិសេធមិនធ្វើអត្ថាធិប្បាយ។

រដ្ឋាភិបាលបានប្រគល់សិទ្ធិលក់សំបុត្រសម្រាប់ឧទ្យានអង្គរទៅក្រុមហ៊ុនសូគីម៉ិចក្នុងឆ្នាំ១៩៩៩។ តាំងពីពេលនោះមកកិច្ចព្រមព្រៀងនេះមានការរិះគន់យ៉ាងខ្លាំងពីអ្នកនយោបាយគណបក្សប្រឆាំងដែលនិយាយថា សិទ្ធិចូលប្រាសាទបូរាណដែលផ្ដល់ប្រាក់ចំណេញច្រើន គួរចាត់ចែងគ្រប់គ្រងដោយរដ្ឋ។

ក្រោមការព្រមព្រៀងរបស់ខ្លួនជាមួយរដ្ឋាភិបាល ក្រុមហ៊ុន សូគីម៉ិច ទទួលបាន១៥ភាគរយនៃប្រាក់ចំណូលដែលប្រមូលបានពីការលក់សំបុត្រ និង១៥ភាគរយសម្រាប់មូលនិធិអភិរក្សដើម្បីអភិវឌ្ឍតំបន់ជុំវិញឧទ្យានបុរាណប្រាសាទអង្គរ ចំណែកឯ១០ភាគរយទៀតជាពន្ធបន្ថែម។ នៅសល់៦០ភាគរយត្រូវចូលរតនាគារជាតិ។

យោងតាមអាជ្ញាធរអប្សរាជាស្ថាប័នរដ្ឋាភិបាលដែលគ្រប់គ្រងឧទ្យានអង្គរឱ្យដឹងថា មានភ្ញៀវទេសចរបរទេស២.០៥៩.៧០២នាក់មកលេងអង្គរក្នុងឆ្នាំ២០១៤ ដោយនាំមកនូវប្រាក់ចំណូលសរុប៥៩.៣៤លានដុល្លារពីការលក់សំបុត្រចូលទស្សនា។ លោក ឡុង កុសល អ្នកនាំពាក្យអាជ្ញាធរនេះ បានមានប្រសាសន៍ថា ចំនួននេះបានកើនឡើងបន្តិចក្នុងរយៈពេល១០ខែដំបូងនៃឆ្នាំនេះ។

ប្រាក់ចំណូលពីប្រាសាទរំពឹងថា នឹងបន្តកើនឡើង ខណៈដែលរដ្ឋាភិបាលបានចាត់ទុកទេសចរណ៍ជាផ្នែកសំខាន់នៃផែនការសេដ្ឋកិច្ចរបស់ខ្លួន ដោយប្រាសាទអង្គរវត្តជាធម្មតាជាប់លំដាប់ក្នុងចំណោមគោលដៅទេសចរណ៍និយមបំផុតលើពិភពលោក។

លោក ផៃ ស៊ីផាន អ្នកនាំពាក្យទីស្ដីការគណៈរដ្ឋមន្ត្រីបានមានប្រសាសន៍កាលពីថ្ងៃសុក្រថា រដ្ឋាភិបាលលែងត្រូវការក្រុមហ៊ុនឯកជនគ្រប់គ្រងដំណើរការដ៏ធំ និងចំណេញច្រើននេះទៀតហើយ គឺជាការផ្លាស់ប្ដូរដ៏សំខាន់ពីពេលដែលខ្លួនបានធ្វើដៃគូដំបូងជាមួយក្រុមហ៊ុន សូគីម៉ិច១៦ឆ្នាំមកហើយ។

លោកបានមានប្រសាសន៍ទៀតថា "តាំងពីដំបូង អង្គការ IMF និងធនាគារពិភពលោកមិនចង់ឱ្យរដ្ឋាភិបាលពាក់ព័ន្ធក្នុងការធ្វើជំនួញទេ ពីព្រោះនៅពេលនោះរដ្ឋាភិបាលគ្មានប្រាក់ និងគ្មានបទពិសោធន៍ ដូច្នេះហើយរដ្ឋាភិបាលបានរកដៃគូឯកជន"។

លោក ផៃ ស៊ីផាន បាននិយាយថា ដោយប្រាសាទអង្គរបង្ហាញឱ្យឃើញជាជំនួញដ៏ចំណេញ និងមានហានិភ័យតិចតួចនៃការខាតបង់ប្រាក់នោះ ឥឡូវនេះរដ្ឋាភិបាលត្រៀមយកមកគ្រប់គ្រងវិញ។

លោកបានបន្តទៀតថា "ស្ថិរភាពនៃជំនួញបានលើកទឹកចិត្តរដ្ឋាភិបាល។ ប្រាក់ចំណូលដោយមិនបែងចែកទៅវិស័យឯកជន វានឹងហូរចូលផ្នែករដ្ឋទាំងស្រុង។ ចំនួនប៉ុន្មាននោះខ្ញុំមិនដឹងទេ"។

អ្នកនាំពាក្យរូបនេះ បាននិយាយថា ប្រាក់ចំណូលបន្ថែមនឹងត្រូវប្រើដើម្បីដំឡើងប្រាក់ខែឱ្យបុគ្គលិករដ្ឋ ហើយថា សេចក្ដីសម្រេចនេះមិនទទួលរងសម្ពាធពីគណបក្សសង្គ្រោះជាតិឱ្យលុបចោលកិច្ចសន្យាជាមួយក្រុមហ៊ុនសូគីម៉ិចទេ។

តទៅទំព័រទី ២១

GOVERNMENT TO TAKE CONTROL OF TICKETING AT ANGKOR WAT

by KuchNaren | November 7, 2015

Beginning next year, the government will take full control of the Angkor Archaeological Park, ending a controversial concession with private firm Sokimex, which holds the right to sell tickets to the country's most popular tourist draw.

Prime Minister Hun Sen announced the decision in a statement posted to his Facebook page on Friday, saying the move was made at the request of Sokha Hotel Group, a subsidiary of Sokimex, whose owner, Sok Kong, has close ties to the ruling CPP.

"There is important news for Cambodian people across the country that from next year 2016 onward, the Royal Government of Cambodia will take over management of the entire Angkor park, including staff, revenue and expenses," the statement said.

"At the request of the Sokha Hotel Group, the Royal Government decided to end its contract to collect fees from selling tickets to visit Angkor with the Sokha Hotel Group," it continued.

The statement said that staff currently working in the ticketing offices at the park would keep their jobs.

Mr. Kong could not be reached on Friday. Heu Heng, deputy director of Sokimex, declined to comment.

The government first handed over the ticketing rights for the Angkor park to Sokimex in 1999. The deal has since drawn waves of criticism from opposition politicians who say that access to the ancient-and highly profitable-temples should be managed by the state.

Under its agreement with the government, Sokimex retains 15 percent of the revenue collected from ticket sales and sends 15 percent to a conservation fund to develop the area around the Angkor Archaeological Park, while a further 10 percent is taken as value-added tax. The remaining 60 percent is supposed to go into the National Treasury.

According to the Apsara Authority, the government body that manages the park, there were 2,059,702 foreign visitors to Angkor Wat in 2014, generating $59.34 million in total revenue from ticket sales. Long Kosal, spokesman for the authority, said those numbers had increased slightly in the first 10 months of this year.

Revenue from the park is expected to continue increasing, as the government has made tourism a central part of its economic planning, with Angkor Wat regularly ranked among the world's top tourism destinations.

Council of Ministers spokesman PhaySiphan said on Friday that the government no longer needed a private firm to help it manage such a large and lucrative operation, a significant shift from when it first partnered with Sokimex 16 years ago.

"In the beginning, the IMF and World Bank didn't want the government involved in doing business because at that time, the government had no money and no experience, so that is why the government looked for private partnership," he said.

Mr. Siphan said that with the Angkor park proving to be a profitable business with little risk of losing money, the government was now prepared to take it over.

"The stability of the business encouraged the government," he said. "The revenue, instead of the split to the private sector, it will flow totally to the public sector. How much I don't know."

The spokesman said that the additional revenue would be used to raise the salaries of state employees, and that the decision was in no way influenced by pressure from the opposition CNRP to cancel the contract with Sokimex.

"This has nothing to do with the opposition. The opposition has no experience to run the country," Mr. Siphan said.

Opposition lawmaker Son Chhay, who has long claimed that the state was losing millions of dollars in revenue due to the deal with Sokimex, commended the government's decision to take over ticketing.

"We applaud and welcome it, although the **Continued to Page 21**

ឌឹ ខេមបូឌា ដេលី The Cambodia Daily

ដំណឹងប្រែសំរួលពីភាសាអង់គ្លេស អត្ថបទដកស្រង់ និងទទួលការអនុញ្ញាតឱ្យធ្វើការចុះផ្សាយពី ឌឹ ខេមបូឌា ដេលី

បន្ទាប់ពីការវាយដំលើរាងកាយតំណាងរាស្ត្របក្សប្រឆាំង សភានឹងចូលប្រជុំវិញនៅព្រឹកនេះ

ដោយអេឡិក វិល្លឹមមីនស៍និងម៉ិច ដារ៉ា | **October 30, 2015**

បួនថ្ងៃបន្ទាប់ពីតំណាងរាស្ត្រគណបក្សប្រឆាំងពីររូបត្រូវគេវាយដំលើរាងកាយ ខណៈពេលចាកចេញពីរដ្ឋសភាសភាគ្រោងនឹងចូលប្រជុំឡើងវិញនៅព្រឹកនេះ ដើម្បីអនុម័តការធ្វើវិសោធនកម្មវិធានផ្ទៃក្នុង ហើយអាចនឹងសម្រេចលើអនាគតរបស់លោក កឹម សុខា អនុប្រធានគណបក្សប្រឆាំង។

ជិតពាក់កណ្តាលនៃតំណាងរាស្ត្រទាំង៥៥រូបរបស់គណបក្សសង្គ្រោះជាតិកំពុងស្ថិតនៅបរទេសនៅឡើយ ដោយជាច្រើននាក់ស្ថិតនៅក្នុងប្រទេសថៃដើម្បីគាំទ្រលោក ញ៉យ ចំរើន និងលោក គង់ សភា ដែលត្រូវបានបញ្ជូនទៅមន្ទីរពេទ្យបន្ទាប់ពីត្រូវគេជាន់ទាត់ធាក់មុខយ៉ាងរន្ធើនអំឡុងបាតុកម្មមួយរបស់គណបក្សប្រជាជនកម្ពុជាកាលពីថ្ងៃច័ន្ទ។

ប៉ុន្តែលោក កែវ ភិរម្យ តំណាងរាស្ត្រមួយរូបនៃតំណាងរាស្ត្រគណបក្សសង្គ្រោះជាតិប្រមាណ៣០រូបដែលស្ថិតនៅក្នុងប្រទេសនៅឡើយ បានមានប្រសាសន៏ថា តំណាងរាស្ត្រដែលនៅសេសសល់ទាំងនេះនឹងចូលសភាដើម្បីអនុម័តវិធានផ្ទៃក្នុងថ្មី និងការធ្វើវិសោធនកម្មច្បាប់បោះឆ្នោតឃុំ-សង្កាត់ ទោះបីជាមានព្រឹត្តិការណ៏កាលពីពេលថ្មីៗនេះក៏ដោយ។

លោកបានមានប្រសាសន៏ថា "យើងនឹងទៅនៅថ្ងៃស្អែក។ ទោះបីជាពួកយើងភាគច្រើននៅបរទេសក៏ដោយ ក៏អ្នកដែលនៅសេសសល់នឹងនៅតែទៅដើម្បីគាំទ្រវិសោធនកម្មទាំងនោះ"។

គួររំឭកថា លោក ញ៉យ ចំរើន និងលោក គង់ សភា ត្រូវបានទាញទម្លាក់ពីរថយន្តរបស់លោក ហើយវាយដំយ៉ាងរន្ធើនពីសំណាក់ក្រុមបុរសដែលចូលរួមបាតុកម្មទាមទារឱ្យលោក កឹម សុខា ចុះចេញពីតំណែងអនុប្រធានរដ្ឋសភា។

បាតុកម្មនេះត្រូវបានជំរុញឱ្យធ្វើនៅក្នុងសុន្ទរកថារបស់លោកនាយករដ្ឋមន្ត្រី ហ៊ុន សែន នៅយប់មុននោះ ហើយត្រូវបានរៀបចំឡើងដោយក្រុមយុវជនមួយដែលគាំទ្រគណបក្សប្រជាជនកម្ពុជា ប៉ុន្តែគណបក្សប្រជាជនកម្ពុជាបានច្រានចោលការអះអាងរបស់សង្គមស៊ីវិល និងគណបក្សសង្គ្រោះជាតិដែលលើកឡើងថា លោក ហ៊ុន សែន ជាអ្នកនៅពីក្រោយហេតុការណ៏ប្រើអំពើហិង្សានោះ។

ការវាយដំនោះគឺជាផ្នែកមួយនៃការប្រឹងប្រែងរួមគ្នាដើម្បីបំភិតបំភ័យលោក កឹម សុខា ដោយក្រុមបាតុករបានគប់ដុំថ្មទៅលើផ្ទះរបស់លោករយៈពេល៦ម៉ោងកាលពីរសៀលថ្ងៃច័ន្ទ ខណៈប្រពន្ធរបស់លោកនៅក្នុងផ្ទះ ហើយនគរបាលមិនបានអើពើនឹងការទូរស័ព្ទសុំជំនួយអន្តរាគមន៏ឡើយ។

លោក គន់ គីម អគ្គមេបញ្ជាការរងនៃកងយោធពលខេមរភូមិន្ទ និងជាមនុស្សជំនិតរបស់លោក ហ៊ុន សែន ក៏បានចេញញត្តិមួយច្បាប់ដាក់ក្បាលលិខិតកងទ័ពដើម្បីអំពាវនាវឱ្យដកលោក កឹម សុខា ចេញពីតំណែងកាលពីថ្ងៃច័ន្ទ ខណៈទាហានដែលស្ថិតក្រោមបញ្ជារបស់លោកបានប្រមូលផ្តុំគ្នាជាមួយនឹងបដាទាមទារដូចគ្នានេះ។

លោក មុត ចន្ថា ប្រធានខុទ្ទកាល័យរបស់លោក កឹម សុខា បានមានប្រសាសន៏ថា អនុប្រធានគណបក្សសង្គ្រោះជាតិរូបនេះដែលមិនបានចូលប្រជុំនៅរដ្ឋសភាកាលពីថ្ងៃច័ន្ទដោយសារព្រួយបារម្ភចំពោះសុវត្ថិភាពរបស់លោកទំនងជាវិលត្រឡប់ពីប្រទេសថៃវិញមិនទាន់សម័យប្រជុំនៅថ្ងៃនេះឡើយ។

លោក សុខ ឥសាន អ្នកនាំពាក្យគណបក្សប្រជាជនកម្ពុជាមានប្រសាសន៏ថា ញត្តិស្នើសុំឱ្យដកលោក កឹម សុខា ចេញពីតំណែងដែលក្រុមបាតុករកាលពីថ្ងៃច័ន្ទបានប្រគល់ជូនលោកស្រីឡោក ខេង តំណាងរាស្ត្រគណបក្សប្រជាជនកម្ពុជាអាចនឹងមកដល់នៅថ្ងៃនេះ។

លោកបានបន្តថា "នៅពេលមានហត្ថលេខា៥០បូក១ ឱ្យនៃតំណាងរាស្ត្រទាំង១២៣រូប ហើយត្រូវបានប្រគល់ជូនប្រធានរដ្ឋសភា ប្រធានរដ្ឋសភាត្រូវកោះប្រជុំគណៈកម្មាធិការអចិន្ត្រៃយ៏។ នៅពេលមានសំឡេង លើសពី៥០បូក១នៃសមាជិកគណៈកម្មាធិការអចិន្ត្រៃយ៏ដែលបោះឆ្នោតគាំទ្រការដកពីតំណែងនោះ តំណែងរបស់លោកអាចដកចេញបាន" ប៉ុន្តែលោកមិនបានបញ្ជាក់ថាតើរឿងនោះអាចនឹងកើតឡើងនៅថ្ងៃនេះឬយ៉ាងណាឡើយ។ លោកបានគូសបញ្ជាក់ថា "ចាំមើលលទ្ធផលចុះ"។

ទោះជាយ៉ាងណា លោក អេង ឆៃអ៊ាង តំណាងរាស្ត្រគណបក្សប្រឆាំងបានមានប្រសាសន៏ថា គណបក្សប្រជាជនកម្ពុជាមិនអាចដកលោក កឹម សុខា ចេញបានឡើយ ប្រសិនបើមិនរម្លាយសភាចោលទេនោះ ពីព្រោះរដ្ឋធម្មនុញ្ញអនុញ្ញាត

តទៅទំព័រទី១៧

AFTER ATTACK ON LAWMAKERS, ASSEMBLY TO RECONVENE

byAlex Willemyns and Mech Dara | October 30, 2015

Four days after two opposition lawmakers were beaten while leaving the National Assembly, parliament is set to convene again this morning to pass changes to its internal rules and potentially decide on the future of deputy opposition leader KemSokha.

Almost half of the CNRP's delegation of 55 lawmakers are currently abroad, with many in Thailand to support NhayChamroeun and Kong Saphea, who were hospitalized after being repeatedly stomped on and kicked in the face during a CPP protest on Monday.

Yet KeoPhirum, one of about 30 CNRP lawmakers still in the country, said the reduced delegation would be at the Assembly to pass the new internal rules and changes to the commune election law, despite recent events.

"We will be going tomorrow," Mr. Phirum said. "Even if most of us are overseas, the rest of us will still be going to support the changes."

Mr. Chamroeun and Mr. Saphea were dragged from their SUVs and repeatedly beaten by men attending a protest to demand that Mr. Sokha resign his position as the Assembly's vice president.

The protest was promoted in a speech by Prime Minister Hun Sen the night before and was organized by a CPP-aligned youth group, but the CPP has denied claims from civil society and the CNRP that Mr. Hun Sen was behind the assaults.

The beatings were part of a seemingly concerted effort to intimidate Mr. Sokha, with protesters pelting his home with rocks for six hours on Monday afternoon as his wife sat inside and police ignored calls to intervene.

Deputy military commander Kun Kim, a close confidante of Mr. Hun Sen, also issued a petition on army letterhead calling for Mr. Sokha's removal on Monday as soldiers under his command rallied with signs making the same demand.

Mr. Sokha's chief of cabinet, MuthChantha, said the CNRP vice president, who did not attend the Assembly on Monday due to fears for his safety, was unlikely to return from Thailand in time for today's session.

CPP spokesman SokEysan said there was a chance that the petition calling for Mr. Sokha's removal, which was handed to his fellow CPP lawmaker LorkKheng by Monday's protesters, could come to a head today.

"When there is the signature of 50 percent plus one [of the 123 lawmakers] and this is handed to the National Assembly president, the president has to call together the standing committee," Mr. Eysan said.

"When there is more than 50 percent plus one of the standing committee members voting for removal, his position can be removed," he added, declining to say whether that might happen today.

"Let's wait and see the result," he said.

However, CNRP lawmaker Eng Chhay Eang said that the CPP could not remove Mr. Sokha without dissolving the parliament itself, as the Constitution only allows for the replacement of the Assembly president and two vice presidents if they resign or die.

"There is nothing about removing the commission heads, president or vice presidents in the internal rules of the National Assembly or in the Constitution," Mr. Chhay Eang said.

"There is nothing about withdrawing confidence or removing them," he reiterated. "If such a law exists, I do not know what it is."

National Assembly spokesman ChheangVun, who is also a CPP lawmaker, said Mr. Chhay Eang was correct that no such provisions existed, but said that Mr. Sokha could still be booted from his position.

"In fact, we do not have a law stating that lawmakers can remove the leaders of the National Assembly, but the implementation is that when it comes in one way, it also goes out that way," Mr. Vun said.

"The lawmakers have voted in the president and vice president and the other leaders of the National Assembly, and so because they have the right to select, they also have the right to remove their confidence."

CNRP lawmaker KimsourPhirith said he hoped Mr. Hun Sen's Wednesday night speech condemning Monday's assaults meant that the violence would not be repeated today.

"We are still worrying about our safety, but we have to join the National Assembly session, and we are waiting to see what happens this time," Mr. Phirith said.

"The prime minister has appealed to authorities to bring the perpetrators to court, so I hope nothing will happen. These proposed laws on the commune

Continued to Page 19

ឌឹ ខេមបូឌា ដេលី The Cambodia Daily

ដំណឹងប្រែសំរួលពីភាសាអង់គ្លេស អត្ថបទដកស្រង់ និងទទួលការអនុញ្ញាតឱ្យធ្វើការចុះផ្សាយពី ឌឹ ខេមបូឌា ដេលី

លោក កឹម សុខា ត្រូវដកចេញពីតំណែងអនុប្រធានសភា

ដោយគុច ណារ៉េន | **October 30, 2015**

តំណាងរាស្ត្រគណបក្សកាន់អំណាចបានដកតំណែងអនុប្រធានគណបក្សប្រឆាំងគឺ លោក កឹម សុខា ចេញពីតំណែងអនុប្រធានទី១សភាជាតិនៅព្រឹកថ្ងៃសុក្រនេះ ដោយសន្លឹកឆ្នោតគួរឱ្យមានមន្ទិលផ្នែកផ្លូវច្បាប់ដែលគណបក្សសង្គ្រោះជាតិបានធ្វើពហិការមិនចូលរួម។

ក្នុងការប្រជុំនាព្រឹកនេះបានធ្វើឡើង បន្ទាប់ពីក្រុមយុវជនដែលដឹកនាំដោយគណបក្សប្រជាជនកម្ពុជាបានតវ៉ានៅពីមុខសភាជាតិដោយទាមទារឱ្យលោក កឹម សុខា ចុះចេញពីតំណែងនោះ តំណាងរាស្ត្រគណបក្សប្រជាជនកម្ពុជាទាំង៦៨រូបបានបោះឆ្នោតដកលោក កឹម សុខា ឱ្យចេញពីតំណែងក្នុងសភាជាតិ។

លោក ហេង សំរិន ប្រធានសភា បានប្រាប់អង្គសភានៅម៉ោងប្រហែល៩ព្រឹកថា "ស្របទៅតាមសន្លឹកឆ្នោតដែលបោះដកតំណែងឯកឧត្តម កឹម សុខា ចេញពីអនុប្រធានទី១សភាជាតិ ខ្ញុំសូមប្រកាសយ៉ាងឱឡារិកថា ឯកឧត្តម កឹម សុខា ត្រូវដកចេញពីតំណែងអនុប្រធានសភាជាតិដោយជោគជ័យ"។

តំណាងរាស្ត្រគណបក្សប្រឆាំងទាំង៥៥រូបបានធ្វើពហិការមិនចូលរួមប្រជុំសភានៅពេលព្រឹកនេះទេ។ លោកនាយករដ្ឋមន្ត្រី ហ៊ុន សែន បានជំរុញឱ្យមានការតវ៉ាកាលពីថ្ងៃច័ន្ទប្រឆាំងនឹងលោក សុខា ក្នុងសុន្ទរកថាមួយកាលពីយប់ថ្ងៃអាទិត្យ ប៉ុន្តែ ក្នុងសុន្ទរកថាតាមទូរទស្សន៍កាលពីយប់ថ្ងៃពុធលោកនាយករដ្ឋមន្ត្រីបានថ្កោលទោសអំពើហិង្សានោះ។

ក្នុងការប្រជុំសភានៅព្រឹកនេះ តំណាងរាស្ត្រមកពីគណបក្សប្រជាជនកម្ពុជានិងគណបក្សសង្គ្រោះជាតិរំពឹងថានឹងពិភាក្សានិងអនុម័តការកែប្រែបទបញ្ជាផ្ទៃក្នុងសភាជាតិ និងច្បាប់ស្តីពីការបោះឆ្នោតឃុំសង្កាត់ថ្មី។ ទោះជាយ៉ាងនេះក្តីគណៈកម្មាធិការអចិន្ត្រៃយ៍ដែលគ្របដណ្តប់លើសលប់ដោយគណបក្សប្រជាជនកម្ពុជាបានប្រជុំគ្នានៅពេលព្រឹកដើម្បីដាក់របៀបវារៈបោះឆ្នោតដកលោក សុខា។

ឧត្តមសេនីយ គន់ គីម

ឧត្តមសេនីយ ហ៊ីង ប៊ុនហៀង

ឡានដឹកបាតុករពីមន្ទីរអង្គរក្ស

រដ្ឋធម្មនុញ្ញអនុញ្ញាតឱ្យមានការផ្លាស់ប្តូរប្រធាននិងអនុប្រធានទាំងពីររបស់សភាជាតិប្រសិនបើពួកគេលាលែងពីតំណែង ឬទទួលមរណភាព គឺដោយមិនមានច្បាប់ណាចែងថាផ្តល់លទ្ធភាពដល់តំណាងរាស្ត្រដើម្បីដកមេដឹកនាំសភាដែលកំពុងកាន់តំណែងទេ។

ប៉ុន្តែ គណបក្សប្រជាជនកម្ពុជាបានផ្តល់ទឡ្ហីករណ៍ថា ព្រោះលោក សុខា បានទទួលតំណែងនេះដោយសារតែមានការគាំទ្រពីតំណាងរាស្ត្រគណបក្សកាន់អំណាចដែលមានចំនួនភាគច្រើននៅក្នុងសភាមាន១២៣កៅអីនោះ ពួកគេក៏មានសិទ្ធិដកលោក សុខា ដែរ៕

KEM SOKHA REMOVED AS ASSEMBLY VICE PRESIDENT

byKuchNaren | **October 30, 2015**

Ruling party lawmakers removed deputy opposition leader KemSokha as first vice president of the National Assembly on Friday morning in a legally dubious vote that was boycotted by the CNRP.

In a morning session that came four days after a CPP-led youth group protested in front of the parliament demanding that Mr. Sokha step down, all 68 CPP lawmakers voted to remove Mr. Sokha from his position in the National Assembly.

"In accordance with votes cast to remove His Excellency KemSokha from the first vice presidency of the National Assembly, I announce solemnly that His Excellency KemSokha is successfully removed from his position as first vice president of the National Assembly," Assembly President HengSamrin told parliament at about 9 a.m.

All 55 of the opposition party's lawmakers boycotted the morning session.

Prime Minister Hun Sen had personally promoted Monday's protest against Mr. Sokha in a speech on Sunday night, but during a televised address on Wednesday night he condemned the attacks.

During Friday's session of parliament, lawmakers from both the CPP and CNRP were expected to debate and pass changes to the internal rules of the National Assembly and a new commune election law. However, the CPP-dominated permanent committee met in the morning to place a vote to remove Mr. Sokha on the agenda.

The Constitution only allows for the replacement of the National Assembly's president and two vice presidents if they resign or die, with no law giving lawmakers the ability to remove a sitting parliamentary leader.

Yet the CPP has argued that because Mr. Sokha received his position thanks to the support of ruling party lawmakers, who hold a majority in the 123-seat parliament, they also have the right to remove him.

ឌី ខេមបូឌា ដេលី The Cambodia Daily

ដំណឹងប្រែសម្រួលពីកាសារអង់គ្លេស អត្ថបទដកស្រង់ និងទទួលការអនុញ្ញាតឱ្យធ្វើការចុះផ្សាយពី ឌី ខេមបូឌា ដេលី

ស្ថានភាពគ្រោះថ្នាក់នៃផលិតផលបន្លែផ្លែឈើ ត្រីសាច់ដែលមានជាតិគីមីនៅកម្ពុជា

ខ្មែរផុស ស.រ.អា: "ព័ត៌មាននេះសម្រាប់អ្នកធ្វើដំណើរទៅស្រុកខ្មែរឱ្យប្រុងប្រយ័ត្នខ្ពស់ពីម្ហូបចំណី"

in សង្គម សិទ្ធិមនុស្ស Société / on April 3, 2015 at 12:06 pm /

អាជីវករររៀបចំដាក់លក់បន្លែនៅផ្សារមួយក្នុងទីក្រុងភ្នំពេញ កាលពីថ្ងៃ២៥ វិច្ឆិកា ២០០៨។

ក្រុមអង្គការមិនមែនរដ្ឋាភិបាលដែលគាំពារផ្នែកសុខភាពបានរកឃើញថា ផលិតផលដែលប្រជាពលរដ្ឋកម្ពុជាតែងប្រើប្រាស់ប្រចាំថ្ងៃ គឺមានសារធាតុគីមីខ្ពស់បំផុត ជាពិសេសសារធាតុគីមីទាំងនោះរកឃើញនៅក្នុងបន្លែផ្លែឈើ ត្រីសាច់ និងម្ហូបអាហារគ្រឿងកំប៉ុងដទៃទៀត។

ចំណែកមន្ត្រីនាំពាក្យក្រសួងពាណិជ្ជកម្ម អះអាងថា បច្ចុប្បន្នកាំកុងត្រូលដែលជាផ្នែកមួយរបស់ក្រសួងពាណិជ្ជកម្មដែលតាមដាន និងត្រួតពិនិត្យរឿងជាតិគីមីនេះ កំពុងបង្កើនវិធានការខ្លាំងជាងមុន។

អ្នកឯកទេសជំនាញវិស័យកសិកម្មដែលឃ្លាំមើលយ៉ាងដិតដល់អំពីគ្រឿងឧបភោគបរិភោគលើបន្លែផ្លែឈើ ត្រីសាច់ ទាំងផលិតផលក្នុងស្រុក និងនាំចូលពីខាងក្រៅអះអាងថា ផលិតផលទាំងនោះដែលនាំចូលមកកម្ពុជា គឺមានផ្ទុកទៅដោយសារធាតុគីមីរហូតដល់៩៥ភាគរយ។

ថ្លែងនៅក្នុងនាទីវេទិកាអ្នកស្ដាប់វិទ្យុអាស៊ីសេរី កាលពីថ្ងៃទី១០ មីនា លោក យ៉ង សាំងកុមារប្រធានមជ្ឈមណ្ឌលសិក្សា និងអភិវឌ្ឍន៍កសិកម្មកម្ពុជា ហៅកាត់ថាសេដាក (CEDAC) មានប្រសាសន៍ថា វាជារឿងដែលគ្រោះថ្នាក់បំផុតសម្រាប់សុខភាព។ លោកបន្តថា នៅក្នុងបន្លែផ្លែឈើគ្រប់ប្រភេទ គឺសុទ្ធតែមានសារធាតុគីមីដែលអ្នកផ្គត់ផ្គង់ប្រើប្រាស់វាដើម្បីរក្សាគុណភាពផលិតផលសម្រាប់ទុកឱ្យបានយូរថ្ងៃ។

បើទោះជាបែបនេះក្ដីសម្រាប់អ្នកផ្គត់ផ្គង់បន្លែនៅផ្សារដើម.គក្នុងរាជធានីភ្នំពេញភាគច្រើនបានបដិសេធថា ពួកគេមិនដឹងពីបន្លែផ្លែឈើត្រីសាច់មានផ្ទុកដោយសារធាតុគីមីទេ។

អ្នកលក់ឪឡឹកនៅផ្សារដើមគ លោក វង់ វី ឱ្យដឹងកាលពីថ្ងៃទី១៩ មីនា ថា លោកមិនប្រាកដនៅឡើយទេថា នៅក្នុងបន្លែ ឬត្រីសាច់មានជាតិគីមីនោះ។ លោក វង់ វី ទទួលស្គាល់ថា ពិតជាបានដឹងតៗគ្នាថាមានសារធាតុគីមីមែននៅក្នុងបន្លែផ្លែឈើ ត្រីសាច់ ក៏ប៉ុន្តែគេមិនដឹងថា តើត្រូវសម្គាល់ដោយរបៀបណានោះទេ?

លោក យ៉ង សាំងកុមារ បណ្ឌិតផ្នែកកសិកម្ម និងជាប្រធានមជ្ឈមណ្ឌលសិក្សា និងអភិវឌ្ឍន៍កសិកម្មកម្ពុជាបង្ហាញតួលេខនៃការស្រាវជ្រាវដោយក្រុមអ្នកស្រាវជ្រាវកម្ពុជាដែលរកឃើញពីសារធាតុគីមី ហើយត្រូវបានអ្នកផ្គត់ផ្គង់រក្សាគុណភាពផលិតផលឱ្យដឹងថា ៦១ភាគរយនៃអ្នកលក់សាច់ប៉ាតេមានប្រើជាតិគីមីប្រភេទបូរ៉ាក់ ឬទឹកអន្ទ្រារហួតដល់៨០ភាគរយ។ ៦៨ភាគរយនៃគុយទាវសរសៃធំ សរសៃតូច មីសំប៉ែត មីពងទាមានសិប្បកម្ម ១៣ទីតាំងហើយដែលប្រើសារធាតុគីមីក្នុងចំណោម១៩កន្លែងនៃការស្រាវជ្រាវដែលរកឃើញថា បានប្រើប្រាស់គីមី។

ចំណែកមឹក និងគ្រឿងសមុទ្រមួយចំនួនទៀតប្រមាណ៧៣ភាគរយត្រូវបានគេប្រើជាតិគីមីខ្ពស់ជាងគេ ដើម្បីរក្សាគុណភាព។ ក្រៅពីនេះនៅមានជ្រក់ស្ពៃជាដើមអត្រាដែលប្រើសារធាតុគីមីប្រមាណ៧ភាគរយ។

លោក ស ម៉ូរ៉ា ប្រធានសហព័ន្ធសហជីពកម្មករចំណីអាហារ និងសេវាកម្មកម្ពុជាដឹងតាមរយៈវេទិកាអ្នកស្ដាប់វិទ្យុអាស៊ីសេរី កាលពីថ្ងៃទី១០ មីនា ថា ការប្រើផលិតផលដែលមានផ្ទុកដោយសារធាតុគីមីនេះមានផលប៉ះពាល់យ៉ាងខ្លាំងចំពោះសុខភាពអ្នកប្រើប្រាស់។ លោកបន្តថា បើម្ហូបអាហារបន្លែត្រីសាច់ ឬគ្រឿងឧបភោគបរិភោគដទៃទៀតមានជាតិគីមីខ្ពស់អាចធ្វើឱ្យអ្នកប្រើប្រាស់ឃើញលទ្ធផលភ្លាម១តាមរយៈក្អួតចង្អោរ ឬរាករូសជាដើម។

បន្លែផ្លែឈើ ត្រីសាច់ ត្រូវបានគេនាំចូលពីប្រទេសវៀតណាមក្នុងមួយថ្ងៃ១ជាច្រើនគីឡូក្រាម។ គ្រឿងប្រើប្រាស់ទាំងនេះ ភាគច្រើនមានផ្ទុកដោយសារធាតុគីមី ដើម្បីរក្សាគុណភាពផលិតផលទុកបានយូរថ្ងៃ។ អ្នកប្រើប្រាស់បានអះអាងថា ពួកគេដឹងថា បន្លែ និងម្ហូបអាហារដែលពលរដ្ឋកម្ពុជាប្រើប្រាស់សព្វថ្ងៃ ហើយមានជាតិគីមី គឺត្រូវបាននាំចូលពីប្រទេសវៀតណាម។

ចូលរួមនៅក្នុងវេទិកាអ្នកស្ដាប់វិទ្យុអាស៊ីសេរីពីខេត្តត្បូងឃ្មុំ លោក ស៊ូ យាន បានលើកជាសំណួរថា តើក្នុងករណីផលិតផលមានផ្ទុកសារធាតុគីមីដែលជួយទ្រទ្រង់បន្លែ ផ្លែឈើ ឱ្យនៅស្រស់បានយូរ តើមានផលប៉ះពាល់សុខភាពកម្រិតណា។

លោកបណ្ឌិត យ៉ង សាំងកុមារពន្យល់ថា ការព្យាយាមប្រើប្រាស់ផលិតផលដែលមានសារធាតុគីមីនឹងធ្វើឱ្យប៉ះពាល់ដល់សុខភាពធ្ងន់ធ្ងរ។ លោកបន្តថា មានពេលខ្លះអាចបណ្ដាលឱ្យអ្នកប្រើប្រាស់ក្អួតចង្អោរធ្វើទុក្ខភ្លាម១។ រីតតែជះឥទ្ធិពលខ្លាំងមែនទែនបើសិនសារធាតុគីមីនោះមានកម្រិតខ្ពស់អាចបណ្ដាលឱ្យអ្នកប្រើប្រាស់កើតមហារីកថែមទៀតផង។

អ្នកជំនាញផ្នែកវិស័យកសិកម្មរកឃើញថា គ្រឿងប្រើប្រាស់ប្រចាំថ្ងៃនៅតាមទីផ្សារមានបន្លែ ត្រីសាច់ គឺពោរពេញដោយសារធាតុគីមី។ មានផលិតផលជាច្រើនដើម្បីរក្សាគុណភាពទុកឱ្យបានយូរថ្ងៃអ្នកផ្គត់ផ្គង់ត្រូវបង្ខំចិត្តប្រើជាតិគីមីនៅក្នុងបន្លែ ឬត្រីសាច់ជាដើម។ គ្រោះថ្នាក់សម្រាប់សុខភាពដោយការប្រើសារធាតុគីមីនេះត្រូវបានអ្នកជំនាញផ្នែកវិស័យកសិកម្មបញ្ជាក់ថា ផលិតផលដែលមានផ្ទុកដោយជាតិគីមីនេះ គឺមិនត្រឹមតែរបស់នាំចូលពីក្រៅនោះទេ ក៏ប៉ុន្តែសម្រាប់ការផលិតក្នុងស្រុកវិញ ក៏ព្យាយាមប្រើប្រាស់ខ្លាំងណាស់ដែរ។

លោក យ៉ង សាំងកុមារ ឱ្យដឹងថា សាច់ បន្លែផ្លែឈើ ត្រី រហូតដល់របស់ក្រៀមមានត្រីងៀតផ្អកប្រហុកជាដើម គឺមានផ្ទុកទៅដោយសារធាតុគីមីរហូតដល់៩៥ភាគរយ។

ទាក់ទងបញ្ហានេះដែរ មន្ត្រីនាំពាក្យក្រសួងពាណិជ្ជកម្មលោក កែន រដ្ឋា អះអាងថា ស្ថាប័នជំនាញរបស់រដ្ឋ គឺកាំកុងត្រូលដែលជាសេនាធិការរបស់ក្រសួងពាណិជ្ជកម្មព្យាយាមរឹតបន្តឹងការត្រួតពិនិត្យយ៉ាងម៉ត់ចត់បានល្អជាងមុន។

បើទោះជាមានការអះអាងបែបនេះក៏ដោយចុះក៏សង្កេតឃើញថា ជាតិគីមីដែលមាននៅក្នុងបន្លែផ្លែឈើនៅតែមានកម្រិតខ្ពស់ដូចមុន ហើយអ្នកប្រើប្រាស់កំពុងប្រឈមចំពោះមុខកាន់តែធ្ងន់ធ្ងរថែមទៀត។ កាលពីចុងខែមីនា កន្លងទៅនេះនៅខេត្តសៀមរាបប្រជាពលរដ្ឋជិត១ពាន់នាក់ពុលនំប៉័ងប៉ាតេ។ ការសង្ស័យជាបឋមសន្និដ្ឋានថាទំនងជានំប៉័ងអាចមានជាតិគីមី ឬនៅក្នុងបន្លែមានសារធាតុគីមី។

លោក ស ម៉ូរ៉ា ប្រធានសហព័ន្ធ សហជីពកម្មករ ចំណីអាហារ និងសេវាកម្មកម្ពុជាទម្លាក់កំហុសក្នុងរឿងនេះថាជាបន្ទុករបស់អាជ្ញាធររដ្ឋ។ លោកថ្លែងបន្តថា រដ្ឋាភិបាលហាក់មើលរំលងអំពីសុខភាពរបស់ប្រជាជនដែលកំពុងប្រើប្រាស់ផលិតផលប្រចាំថ្ងៃដែលមានសារធាតុគីមី ហើយជាតិគីមីនៅក្នុងម្ហូបអាហារនេះ កំពុងតែបំផ្លាញសុខភាពរបស់ប្រជាជនដោយមិនដឹងខ្លួនពីមួយថ្ងៃទៅមួយថ្ងៃ។

លោក ស ម៉ូរ៉ា យល់ឃើញថា ដោយសារតែរដ្ឋាភិបាលបណ្ដោយឱ្យមានអំពើពុករលួយតាមរយៈការនាំចូលនេះហើយ ដែលជាមូលហេតុចម្បងជំរុញឱ្យមានជាតិគីមីកើនឡើងកាន់តែខ្ពស់ទៅ១នៅក្នុងផលិតផលប្រើប្រាស់ប្រចាំថ្ងៃ។

ចំណែកមន្ត្រីនាំពាក្យក្រសួងពាណិជ្ជកម្ម លោក កែន រដ្ឋា ទទួលស្គាល់ថា ប្រហែលជាអាចមានជាតិគីមី។ លោកបន្តថា ថ្វីត្បិតកាំកុងត្រូលគឺជាផ្នែកមួយនៃក្រសួងពាណិជ្ជកម្ម ក៏ពិតមែនក៏ជាការទទួលខុសត្រូវមានជាប់ទាក់ទិនទៅស្ថាប័នផ្សេងទៀតរបស់រដ្ឋដែរ។ លោកបន្តថា រហូតមកដល់ពេលនេះ រដ្ឋនៅមិនទាន់បានកំណត់ជាគោលការណ៍រួមមួយ ដើម្បីត្រួតពិនិត្យបញ្ហាជាតិគីមីនេះនៅឡើយទេ។ បើទោះជាបែបណាលោក កែន រដ្ឋា អះអាងថា ស្ថាប័នជំនាញរបស់រដ្ឋកំពុងតែជំរុញឱ្យមានកិច្ចខិតខំប្រឹងប្រែងបន្ថែមទៀតក្នុងការធានាពីសុខុមាលភាពជូនប្រជាពលរដ្ឋ:ឪឱ។

បើទោះជាបែបណាក្រុមអង្គការសង្គមស៊ីវិលយល់ឃើញថា រដ្ឋាភិបាលនៅតែពុំមានយន្តការដើម្បីត្រួតពិនិត្យផលិតផលដែលមានផ្ទុកដោយសារធាតុគីមីឱ្យបានត្រឹមត្រូវនៅឡើយទេ។ ម្យ៉ាងគួបផ្សំកម្រិតជំនាញរបស់មន្ត្រីដែលទទួលបន្ទុកលើផ្នែកនេះនៅមានកម្រិតថែមទៀតនោះ៕

ដោយ ម៉ម មុនីរតន៍។ RFA)2015-04-03

CONWAY
INSURANCE AGENCY

រយៈពេល២៥ឆ្នាំ ភ្នាក់ងារធានារ៉ាប់រងខុនវ៉េយបានបម្រើសហគមន៍ដោយធានារ៉ាប់រងគ្រប់មុខប្រកបដោយគុណភាពនៅតំបន់ញូអ៊ីងលែន ។
យើងខ្ញុំជាភ្នាក់ងារបំពេញសេវាគ្រប់មុខដូចខាងក្រោម :

ការធានារ៉ាប់រងគ្រួសារ
- រថយន្ត
- ផ្ទះ
- ផ្ទះល្វែង
- គ្រឿងអលង្កការ
- វត្ថុសិល្បះ
- វត្ថុបុរាណ

ការធានារ៉ាប់រងជំនួញ
- អចលនវត្ថុ
- សុវត្ថិភាពជំនួញ (Liability)
- សុវត្ថិភាពជំនាញ (Professional Liability)
- វិកខឹខម (Worker's Compensation)
- បនដស៍ (Bonds)
- អ្នកមើលថែឡាន និងការ៉ាស់ឡាន
- 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

អត្ថប្រយោជន៍នៃផ្លែទទឹម

ទទឹម ជាផ្លែឈើដែលមានសាចពណ៌ក្រហមចាស់ និងគ្រប់របស់វាមានរសជាតិជូរអែម។ គេអាចយកសំបករបស់វាទៅហាលឱ្យស្ងួត ហើយកិនឱ្យម៉ដ្តយកមករោយបំបាត់ជំងឺទឹកស៊ីជើងបាន។ រសជាតិជូរអែមរបស់ផ្លែទទឹមអាចជួយជំរុញខ្យល់ដង្ហើម ពោះវៀនធំ និងតម្រងនោម ព្យាបាលជំងឺរាកបញ្ឈប់អាការហូរឈាម និងជួយផ្សះរបួសក្នុងពោះវៀន។ ក្រៅពីនោះ ប្រើក្នុងការព្យាបាល ចុកមួលហូរឈាមក្នុងស្បូនជំងឺចេញឈាមក្នុងពោះវៀន ធ្លាក់ស និងអន់ត្រចៀក។ល។ វិធីប្រើគឺ យកសំបកទទឹមហាលក្រៀម ៣-៥ក្រាម មកកិនឱ្យម៉ដ្តដូចម្សៅហើយញាំ ឬយកទៅដាំទឹកផឹករៀងរាល់ថ្ងៃនោះនឹងធ្វើឱ្យអាការល្អឡើងវិញ៕

តមកទំព័រទី ០៧ បោះឆ្នោតនៅ ភូមា ស៊ូជី សង្ឃឹមថា...

"សម្ព័ន្ធជាតិដើម្បីប្រជាធិបតេយ្យ"នឹងឈ្នះឆ្នោត៧៥ភាគរយធ្វើឱ្យប្រជាពលរដ្ឋដែលរង់ចាំការផ្លាស់ប្តូររបបយូរមកហើយចេញមកសម្តែងការរីករាយតាមផ្លូវ។ ខាងយោធាដែលកាន់អំណាចជាង៤០ឆ្នាំមកហើយនិយាយថា "គេនឹងមិនជំទាស់លើលទ្ធផលទេ"។

នេះជាព្រឹត្តិការដ៏ធំមួយដែលភ្នែកពិភពលោកកំពុងតែផ្តោតទៅលើប្រទេសភូមា ពីព្រោះនេះជាលើកទី១ បន្ទាប់ពី២៥ឆ្នាំមុនប្រទេសនេះខកខានមិនបានប្រើការបោះឆ្នោតសេរីនឹងត្រឹមត្រូវទេ ។ លោកស្រី អូនសាំង ស៊ូជី ដែលបានឈ្នះឆ្នោត កាលពីឆ្នាំ១៩៩០បានត្រូវយោធាទាត់លទ្ធផលចោល ហើយដាក់ឱ្យជាក់គុកក្នុងផ្ទះចំនួន១៥ឆ្នាំមុននឹងដោះលែងឱ្យមានសេរីភាពឡើងវិញ នៅឆ្នាំ២០១០នៅពេលដែលប្រទេសភូមាប្តូរប្រធានាធិបតីពីយោធាមកស៊ីវិលវិញ (ជាអតីតឧត្តមសេនីយ) ដោយសារដង្កៀបសេដ្ឋកិច្ចពីលោកសេរីនឹងអាស៊ាន... លោកស្រីនៅតែតស៊ូដឹកនាំគណបក្សលោកស្រីរហូតមកដល់ថ្ងៃនេះ។

ប្រជាពលរដ្ឋបានបោះឆ្នោតដោយសេរីជាលើកដំបូង ដោយសារមាន "គណកម្មការបោះឆ្នោតឯករាជ្យ"មួយកាលពីថ្ងៃអាទិត្យកន្លងទៅ... អាមេរិកនឹងអឺរ៉ុប មានការកោតសរសើរតែនិយាយថា "នៅមិនទាន់ត្រឹមត្រូវនៅឡើយទេ..." ពីព្រោះតែរដ្ឋធម្មនុញ្ញបានឱ្យសម្លេងអាសនៈសភា២៥ភាគរយទៅយោធា រួចជាស្រេច... ស៊ូជីឈ្នះឆ្នោតបានលុះណាតែបានសម្លេងលើស៧៥ភាគរយ។ ថែមពីនេះទៀត យោធាបានដាក់ច្បាប់មួយទៀត មិនអនុញ្ញាត្តិឱ្យ ស៊ូជី ឡើងជាប្រធានាធិបតីទេ ទោះជាបានអាសនលើស៧៥ភាគរយក៏ដោយ។

លោកស្រី អូនសាំង ស៊ូជី មានអាយុ៧០ឆ្នាំ មានប្តីនឹងកូនពីរនាក់ ជាជនជាតិអង់គ្លេស។ លោកស្រីបាននិយាយថា "លោកស្រីនៅតែអាចឡើងជាប្រធានាធិបតីបាន ពីព្រោះតែអ្វីៗតែងតែផ្លាស់ប្តូរ" តែខាងយោធាតបវិញថា "លោកស្រីមិនគួរនិយាយពាក្យនេះទេ ។ ព្រឹកថ្ងៃទី១០វិច្ឆិកាយើងនៅរង់ចាំលទ្ធផលជាផ្លូវការនៅឡើយ ៕

មូលហេតុដែលអ្នក គួរតែឈប់ដករោមចេញពីច្រមុះ

អ្នកវិទ្យាសាស្ត្របានមានប្រសាសន៏ថា មានមនុស្សជាច្រើនកំពុងតែប្រើប្រាស់ក្រមួន ដើម្បីកម្ចាត់រោមដៃ,ជើង និងកន្លែងផ្សេងៗទៀតជារៀងរាល់ថ្ងៃដោយជឿជាក់ថានេះពិតជាវិធីដ៏ល្អបំផុត ប៉ុន្តែវាមិនមែន ដូចអ្វីដែលអ្នកទាំងនោះ គិតឡើយ ។

ការកម្ចាត់រោមចេញពីរាងកាយដោយប្រើវិធីផ្សេងៗអាចបង្កឱ្យមានជំងឺធ្ងន់ធ្ងរមួយ ចំនួនដូចជា: ការឆ្លងមេរោគ, រលាក, ប៉ារ៉ាស៊ីត និងអាចបណ្តោលឱ្យឆាប់ស្លាបមថែមទៀត។ នេះជាហេតុផលចម្បងដែលបណ្តោលឱ្យស្បែកកាន់តែឆាប់ខូចខ្លាំងបំផុត។ ជាពិសេសបញ្ហាធ្ងន់ធ្ងរមួយនឹងកើតមានឡើងក្នុងកំឡុងពេលធ្វើការដករោមចេញពីច្រមុះ។ វានឹងធ្វើឱ្យខូតខាតស្បែកក្នុងច្រមុះរបស់អ្នក ហើយកន្លែងដែលដករោមនឹងមានឈាមមកជំនួសដែលជាឱកាសល្អសម្រាប់ពពួកប៉ារ៉ាស៊ីត, បាក់តេរី និងផ្សិត។

បាក់តេរីទាំងអស់នេះនឹងធ្វើអាចសំបុកកើនឡើងយ៉ាងឆាប់រហ័យនៅក្នុងឫសរោមដៃលបានដក ហើយអាចជ្រាបចូលទៅកាន់ខួរក្បាលរបស់អ្នកទៀតផង។ បន្ទាប់មកវានឹងបំផ្លាញសសៃប្រសាទ និងជាលិកា ហើយវាអាចបង្កឱ្យមានជំងឺធ្ងន់ធ្ងររហូតដល់ស្លាប់ថែមទៀត។

ពេលដែលអ្នកចង់ដក ឬប្រើក្រមួន ដើម្បីកម្ចាត់រោមចេញពីច្រមុះគួរតែគិតឡើងវិញឱ្យបានច្បាស់។ ប្រសិនបើអ្នកនៅតែចង់សម្អាតរោមក្នុងច្រមុះចេញ គួរតែប្រើប្រាស់កន្ត្រៃដើម្បីកាត់វិញទើបប្រសើរ។ ដូច្នេះមុននឹងសម្រេចចិត្តប្រើប្រាស់វិធីណាមួយដើម្បីសម្ងាត់រោមចេញពីរាងកាយអ្នកគួរតែគិតឱ្យបានច្បាស់ ដើម្បីពីផលប៉ះពាល់កាន់តែធ្ងន់ធ្ងរ ៕

តមកទំព័រទី ១៣ បន្ទាប់ពីការវាយដំលើរាងកាយ...

ឱ្យជំនួសតំណែងប្រធានរដ្ឋសភា និងអនុ-ប្រធានរដ្ឋសភាពីររូបល្តើកណាពួកគាត់លាឈប់ពីតំណែង ឬទទួលមរណភាព។

លោកមានប្រសាសន៏ទៀតថា "គ្មានការដកតំណែងប្រធានគណ:កម្មការប្រធាន ឬអនុ-ប្រធានរដ្ឋសភានោះទេនៅក្នុងវិធានផ្ទៃក្នុងនៃរដ្ឋសភា ឬរដ្ឋធម្មនុញ្ញ។ គ្មានការដកសេចក្តីទុកចិត្ត ឬដកពួកគាត់ចេញឡើយ។ ប្រសិនបើមានច្បាប់បែបនេះ ខ្ញុំមិនដឹងថាវាជាស្អីនោះទេ"។

លោក ឈាង វុន តំណាងរាស្ត្រគណបក្សប្រជាជនកម្ពុជា និងជាអ្នកនាំពាក្យរដ្ឋសភាបានមានប្រសាសន៏ថា លោក អេង ឆៃអ៊ាង មានប្រសាសន៏ត្រឹមត្រូវហើយដែលលើកឡើងថាគ្មានបទប្បញ្ញត្តិបែបនេះ ប៉ុន្តែលោកបានគូសបញ្ជាក់ថា លោក កឹម សុខា នៅតែអាចដកចេញពីតំណែងរបស់លោកបានដដែល។

លោកបានលើកឡើងថា "ជាការពិតយើងគ្មានច្បាប់ចែងថា តំណាងរាស្ត្រអាចដកតំណែងថ្នាក់ដឹកនាំរដ្ឋសភាបានឡើយ ប៉ុន្តែការអនុវត្តជាក់ស្តែងគឺថា?នៅពេលវាមកតាមផ្លូវណា? វាក៏ត្រូវចេញទៅវិញតាមផ្លូវនោះដែរ។ តំណាងរាស្ត្របានបោះឆ្នោតប្រធាននិងអនុប្រធាននិងថ្នាក់ដឹកនាំផ្សេងទៀតនៃរដ្ឋសភាដូច្នេះហើយដោយសារតែពួកគាត់មានសិទ្ធិជ្រើសរើសពួកគាត់ក៏មានសិទ្ធិដកសេចក្តីទុកចិត្តរបស់ខ្លួនដែរ"។

លោក គឹម សួភីរិទ្ធ តំណាងរាស្ត្រគណបក្សសង្គ្រោះជាតិបានមានប្រសាសន៏ថា លោកសង្ឃឹមថា សុន្ទរកថារបស់លោក ហ៊ុន សែន កាលពីយប់ថ្ងៃពុធដែលថ្កោលទោសហេតុការណ៏ប្រើអំពើហិង្សាកាលពីថ្ងៃច័ន្ទធានាថាអំពើហិង្សានឹងមិនកើតឡើងទៀតនោះទេនៅថ្ងៃនេះ។

លោកគូសបញ្ជាក់ថា "យើងនៅតែព្រួយបារម្ភចំពោះសុវត្ថិភាពរបស់យើង ប៉ុន្តែយើងត្រូវតែចូលរួមសម័យប្រជុំរដ្ឋសភា ហើយយើងរង់ចាំមើលថា តើមានអ្វីកើតឡើងលើកនេះ។ លោក-នាយករដ្ឋមន្ត្រីបានអំពាវនាវឱ្យសមត្ថកិច្ចនាំខ្លួនជនដៃដល់ទៅតុលាការ ដូច្នេះខ្ញុំសង្ឃឹមថា នឹងគ្មានអ្វីកើតឡើងនោះទេ ។សំណើច្បាប់ស្តីពីការបោះឆ្នោតឃុំ-សង្កាត់និងវិធានផ្ទៃក្នុងរបស់រដ្ឋសភាទាំងនេះមានសារៈសំខាន់ណាស់"។

លោក គល់ បញ្ញា នាយកគណៈកម្មាធិការដើម្បីការបោះឆ្នោតដោយសេរី និងយុត្តិធម៌ (ខុមហ្វ្រែល) បានមានប្រសាសន៏ថា វិធានផ្ទៃក្នុងថ្មីរួមមានទាំងបទប្បញ្ញត្តិមួយដែលចែងថារដ្ឋសភាគ្មានសុពលភាពឡើយ លុះត្រាតែតំណាងរាស្ត្រ១២៣រូបស្បថចូលកាន់តំណែង។

មានការពិភាក្សាដេញដោលអំពីភាពស្របច្បាប់នៃរដ្ឋសភាមួយដែលមានតំណាងរាស្ត្រស្បថចូលកាន់តំណែងតិចជាង១២៣រូប នៅពេលគណបក្សសង្គ្រោះជាតិបដិសេធមិនទទួលយកអាសនៈទាំង៥៥របស់ខ្លួនក្រោយការបោះឆ្នោតឆ្នាំ២០១៣។

លោក គល់ បញ្ញា បានលើកឡើងបន្ថែមទៀតថា "ពេលនេះច្បាប់ចែងថា ប្រសិនបើគណបក្សមួយច្រានចោលអាសនៈរបស់ខ្លួន ពេលនោះរដ្ឋសភាមិនទាន់ស្របច្បាប់ទេ។ ប៉ុន្តែនីតិវិធីមួយនៅក្នុងច្បាប់បោះឆ្នោតជ្រើសតាំងតំណាងរាស្ត្រចែងថា ឈ្មោះរបស់គណបក្សដែលធ្វើពហិការនឹងត្រូវលុបចោល ហើយអាសនៈរបស់គណបក្សនោះនឹងត្រូវបែងចែកឡើងវិញឱ្យទៅគណបក្សផ្សេងទៀត។ ដូច្នេះវានឹងមានរយៈពេលខ្លីប៉ុណ្ណោះដែលគណបក្សមួយអាចច្រានចោលអាសនៈរបស់ខ្លួនដែលរដ្ឋសភានឹងមិនអាចបង្កើតឡើងបាន។ ត្រង់ថានោះជាភាពអវិជ្ជមានឬវិជ្ជមានគឺមិនច្បាស់ទេសម្រាប់ខ្ញុំ? ប៉ុន្តែយ៉ាងហោចណាស់ក៏ពួកគេបានបញ្ជាក់វាដែរ"។

បទប្បញ្ញត្តិមួយទៀតតម្រូវឱ្យកំណត់ពេលវេលាសម្រាប់តំណាងរាស្ត្រសួរសំណួរទៅរដ្ឋមន្ត្រីនៅក្នុងសភាដោយរដ្ឋមន្ត្រីត្រូវបានតម្រូវឱ្យឆ្លើយសំណួរទាំងនោះ។

លោក គល់ បញ្ញា បានមានប្រសាសន៏ទៀតថា បទប្បញ្ញត្តិស្រដៀងៗគ្នាគឺមាននៅក្នុងវិធានបច្ចុប្បន្ន ប៉ុន្តែតែងតែត្រូវបានមិនអើពើ។ លោកថ្លែងថា "វាមិនខុសគ្នាខ្លាំងពីពីមុនទេប៉ុន្តែវាគ្រាន់តែ បញ្ជាក់ថា រដ្ឋមន្ត្រីត្រូវគោរពសំណួររបស់សមាជិករដ្ឋសភា ហើយត្រូវឆ្លើយសំណួរទាំងនោះក្នុងម៉ោងសួរ និងឆ្លើយ។ កន្លងមកនាយករដ្ឋមន្ត្រីគិតតែពីនិយាយអស់ពេល៥ម៉ោង។ ពួកគេបានអនុញ្ញាតឱ្យឆ្លើយ ប៉ុន្តែគ្មាន សំណួរ នោះទេ។ ត្រូវតែមានសំណួរ និងចម្លើយមិនមែនមានតែចម្លើយទេ។ ត្រូវតែមានសំណួរ។ ប្រហែលជាវិធាននេះនឹងកែប្រែឥរិយាបថរបស់រដ្ឋមន្ត្រីហើយពួកគាត់នឹងគោរពសំណួរ" ៕ **សុខុម**

វិធីធ្វើ គោឡើងភ្នំ

កុំច្រឡំថាគោឡើងភ្នំអ្នកត្រូវដឹកគោឡើងភ្នំ ឬត្រូវទៅញ៉ាំសាច់គោលើភ្នំឱ្យសោះ ។ វាគ្រាន់តែជាឈ្មោះម្ហូបដ៏ឆ្ងាញ់មួយមុខដែលគេត្រូវយកសាច់គោសុទ្ធ និងបន្លែជាច្រើនមកដាក់បញ្ចូលគ្នា។ ដូច្នេះចង់ដឹងថា អាហារមួយមុខនេះត្រូវធ្វើយ៉ាងណាខ្លះ សូមមើលការណែនាំដូចខាងក្រោម :

គ្រឿងផ្សំ :

- សាច់គោ (យកសាច់សុទ្ធ)
- ពងទា
- ប័រ (បើចូលចិត្តអ្នកអាចប្រើប្រេងសណ្តែក ឬខ្លាញ់ជ្រូកជំនួសវិញក៏បាន)
- ស្ពៃបូកគោ, ការ៉ុត, ប៉េងប៉ោះ, ត្រកួន, ដំឡូងបារាំង...

គ្រឿងផ្សំទឹកប្រហុក

- គលស្លឹកគ្រៃ
- សណ្តែកដី
- ក្រូចឆ្មា
- ស្ករស
- ប៊ីចេង
- ប្រហុក
- ម្ទេសទំ

វិធីធ្វើ

- យកសាច់គោហាត់ជាចំនិតៗស្តើងៗ យកដាក់ចានហើយដាក់ពងទាចូលទុកមួយកន្លែង

វិធីធ្វើទឹកប្រហុក

- ហាន់គល់ស្លឹកគ្រៃស្តើងៗដាច់ក្នុងចាន បន្ទាប់មកយកអំបិលម៉ត់ទៅច្របាច់ដើម្បីអោយគល់ស្លឹកគ្រៃទន់ល្អ។
- បុកសណ្តែកដី (កុំអោយម៉ត់) ដាក់ចូលក្នុងចានគល់ស្លឹកគ្រៃ បន្ទាប់មកដាក់ ស្ករស ប៊ីចេង និងម្ទេសទុំ (ហាន់ជាចំណិតៗ) ចូល ហើយកូរអោយវាចូលគ្នា
- ដាំទឹកអោយពុះយកប្រហុកដាច់ចូលក្នុងទឹកកូរអោយវាបែកសាច់ រួចយកទឹកនោះទៅចាក់ចូលក្នុងចានគល់ស្លឹកគ្រៃ កូរអោយសព្វ ភ្លក់មើលថា ល្វម ឬនៅ បើមិនល្វមយើងអាចដាក់គ្រឿងតាមចំណូលចិត្ត។
- ជាចុងក្រោយច្របាច់ក្រូចឆ្មាដាក់ជាការស្រេច។

រៀបធ្វើ:

កម្តៅឆ្នាំងអោយក្តៅ ហើយដាក់ប័រ បន្ទាប់មកដាក់សាច់គោ (ពងទាត្រូវវាយបញ្ចូលជាមួយសាច់គោ) និងបន្លែជាកាស្រេច។

Khmer Post Subscription form

Khmer Post subscription is $10 for 1month -$30 for 3 month -
$50 for 6 months and $100 for12 months
The price is only for mailing - We send your personal mail via Post office.

យើងទទួលយកតែ"ម៉ានីអ័រឌឺ"តែប៉ុណ្ណោះ -We accept Money order -Check

អាស័យដ្ឋាន Khmer Post address :45 Merrimack St.Suite 218A Lowell, MA 01852

ទូរស័ព្ទ Phone : off.978 677 7163 -Soben's Cell.978-656 8141
- Roger Cell. 978 - 942 1641

<<www.Khmerpostusa.us>> publication is 2 issues per month

ប័ណ្ណបញ្ជាទិញកាសែត"ខ្មែរផុសស.រ.អា"
Khmer Post subscription order

ឈ្មោះ - My name..

អាស័យដ្ឋាន -Address..

....

ខ្ញុំចង់ជាវកាសែតខ្មែរផុសស.រ.អា...................ខែ.........តម្លៃជាវ..............ដុល្លារ

I'd like to subscribe Khmer Post USA for ....
Month(s)-Subscrition price $.......................

តមកពីទំព័រទី ០១

វ៉េជីនា ប្រាក់ ជាបវរកញ្ញាពិភពលោក

មានអ្នកចូលរួម៥០នាក់ ដែលដំណាងឱ្យ ៥០ប្រទេសដែលខ្លះមកជាដំណាងប្រទេសខ្លះទៀតមកជាដំណាងអង្គការ ។ នៅទីនោះ នាង វ៉េជីនា ប្រាក់ បានទទួលលទ្ធផលត្រចះត្រចង់ក្នុងចំណាត់ថ្នាក់ជា "បវរកញ្ញាឯកពិភពលោកលេខ២" បានទៅកម្ពុជាបន្ទាប់ពីបវរកញ្ញាឯកលេខ១បានទៅប្រទេសអូស្ត្រាលី ។

ជួបសម្ភាសន៍ជាមួយ សូបិន ពិន ខ្មែរផុស

នៅពេលត្រឡប់មកដល់ក្រុងឡូវែលវិញ នាង វ៉េជីនា សម្តែងសេចក្តីត្រេកអរបំផុត ដោយសារបានលទ្ធផលខ្ពង់ខ្ពស់នេះ ជាតំណាងឱ្យប្រទេស និងជាតិខ្មែរទាំងមូល ។ នាងបានរំលឹកពីការងារប្រឹងប្រែងមុននឹងបានចេញដំណើរទៅដោយមានបងប្អូនខ្មែរយើងនៅឡូវែលជួយជ្រោមជ្រែងចូលរួមចំណាយរបស់នាងធ្វើឱ្យការចុះឈ្មោះនោះអាចធ្វើទៅបាន។ នៅពេលទៅដល់ ម៉ានីឡា ក៏មានការទទួលសមរម្យពីគណកម្មការរៀបចំ

ចៅក្រមកំពុងសម្រេចថា ខ្មែរឬអូស្ត្រាលី

នឹងក្រុមមន្ត្រីផ្លូវការ គួរឱ្យរីករាយណាស់ តែក៏មានឱកាសដែលត្រូវភ័យនឹងអរលាយគ្នា គឺនៅពេលដែលចៅក្រមគេជម្រុះពី៥០មក២០នាក់ នាងបានជាប់ឈ្មោះនៅក្នុង២០នាក់នោះក៏អរម្តងទៅ ជម្រុះពី២០មក១០ នាងក៏របូតឈ្មោះចេញ ហៀបនឹងផ្លាស់សំពត់អាវ ស្រាប់តែគេហៅមកវិញ នាងក៏ក្លាយទៅជាជម្រើសទី១១ទៅវិញ ពីព្រោះគេច្រឡំ "បវកញ្ញាកាំបូឌា" ទៅនឹង "បវរកញ្ញាកូឡុមបៀ"... បន្ទាប់មកទៀត គេជម្រុះពី១០

មក៥នាក់ទៀត នាងត្រេកអរប្រៀបពុំបានទេ... ចុងក្រោយបង្អស់ គេឱ្យចំណាត់ថ្នាក់អ្នក៣នាក់ទៀតនៅក្នុងចំណោមល់ពី៥នាក់ នៅសល់តែ "មីសកាំបូឌា នឹង មីសអូស្ត្រាលិយ៉ា" តែពីរនាក់ ... ពេលនោះហើយដែលអារម្មណ៍អរនឹងភ័យស្ថិតនៅខ្ពស់បំផុត រហូតដល់ វ៉េជីនា ដឹងថា នាងក៏បានទទួលជាចំណាត់ថ្នាក់លេខ២ដែរ ។

វ៉េជីនា ប្រាក់ បាននាំមកឡូវែលវិញ នូវជោគជ័យជូនកេរឈ្មោះជាពូជខ្មែរដ៏ប្រសើរបំផុតមួយថា "ខ្មែរមានស្ត្រីមានសម្ផស្សល្អស្អាតមានចំណេះឆ្លាតវៃ គួរឱ្យស្រឡាញ់នឹងគោរពរាប់អានជាងគេ"។ នាង វ៉េជីនា អាយុ២២ឆ្នាំ កំពុងសិក្សាខាងផ្នែកឱសថសាស្ត្រ ឆ្នាំទី២ នាងគិតថា នាងនឹងយកឱកាសសម្រាកពីការសិក្សា១ឆ្នាំ សម្រាប់បំរើកិច្ចការសង្គម តាមរយតួនាទីជាបវរកញ្ញាពិភពលោក...ចាំឆ្នាំក្រោយសិមត្រឡប់មកបន្តការសិក្សាវិញ តែមិនទាន់ដឹងថា ឪពុកម្តាយដែលធ្លាប់តែគាំទ្រនាងគ្រប់ជំហ៊ានមានយោបល់យ៉ាងណានៅឡើយទេ ៕

Continued from page 13

AFTER ATTACK ON LAWMAKERS,...

elections and National Assembly internal rules are very important."

"It now says if a party rejects their seats, then the Assembly is not yet legitimate," Mr. Panha said. "However, a procedure in the national election law says the name of the boycotting party will be deleted and their seats will be redistributed to the other parties."

"So it will only be for the short time that a party rejects its seats that the National Assembly will not be able to form. Whether that is negative or positive is not clear to me, but at least they clarified it," he said.

LOWELL ELDER CARE
978-596-1111

មជ្ឈមណ្ឌលថែទាំមនុស្សចាស់ក្រុងឡូវែល

345 Chelmsford St. Lowell, MA 01851/ – www.lowelleldercare.com

អ្វីទៅជាមណ្ឌលថែទាំមនុស្សចាស់ក្រុងឡូវែល?

គឺជាលំនៅដ៏កក់ក្តៅមួយ ដែលផ្តល់សេវាមានកម្មវិធីជាក់លាក់ដល់សហគមន៍បំណង គឺគាំទ្រឲ្យមនុស្សចាស់ជរាអាចរស់នៅដោយឯករាជ្យខ្លួនឯង និងជួយឲ្យមានសុខុមាលភាពផ្នែកផ្លូវកាយ ផ្លូវចិត្ត និងផ្នែកសង្គម ។ កម្មវិធីរបស់យើងធានានូវបរិស្ថានរស់នៅមួយប្រកបដោយសុវត្ថិភាព និងមានបរិយាកាសដូចជាផ្ទះរបស់ពួកគាត់ ។

ទីតាំងនៃមណ្ឌល

ទីតាំងអាចរកឃើញដោយងាយក្នុងអគារថ្មី ជាមួយនូវការតុបតែងរចនាបែបសិល្បៈខ្មែរយ៉ាងល្អប្រណិត ។ មានបន្ទប់ទទួលទានអាហារស្អាត និងមានពន្លឺគ្រប់គ្រាន់ បន្ទប់អានសៀវភៅ បន្ទប់កុំព្យូទ័រ បន្ទប់សម្រាក បន្ទប់មើលភាពយន្ត និងកន្លែងផ្សេងៗទៀតជាទីពេញចិត្តរបស់លោកអ្នក ។

មណ្ឌលផ្តល់សេវាដល់មនុស្សចាស់

- មានរថយន្តជូនដំណើរទៅវិញទៅមកពីផ្ទះលោកអ្នក
- ការពិនិត្យ និងថែទាំសុខភាព
- ការព្យាបាលតាមរយៈការហាត់ប្រាណ
- កិច្ចការសង្គម (ផ្តល់ការពិគ្រោះផ្ទាល់ខ្លួន និងក្រុមគ្រួសារ)
- ម្ហូបខ្មែរក្តៅៗ និងចំណីផ្សេងៗ
- ការហាត់ប្រាណសំរាប់សុខភាពរាងកាយ
- កម្មវិធីសិល្បៈ និងតន្ត្រី
- ការអប់រំពីសុខភាព
- ការពិភាក្សាលើព្រឹត្តិការបច្ចុប្បន្ន (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

សូមហៅលេខទូរស័ព្ទ (978) 596-1111

"អត្ថបទទស្សនៈ ថវិការគ្រួសារជាអ្វី?"

និយាយពីក្រ និងមាន

ភាគ៩ - ការពារសេដ្ឋកិច្ចគ្រួសារ

ដោយ ពិន សំខុន

ពិន សំខុន

ខ្ញុំបាននិយាយពីខាងដើមទីមកហើយថា "ក្រគឺជារឿងដែលខ្ញុំដឹងច្រើនជាងមាន" ហេតុដូចនេះ ខ្ញុំចង់ជម្រាបជូននូវបទពិសោធន៍នោះ គ្រាន់ជាការចងចាំនឹងកំសាន្តសម្រាប់សិក្សាពីការកសាងអនាគត់។

ខ្ញុំជាកូនមន្ត្រីខាងយោធាថ្នាក់នាយទាហ៊ានរៀនចប់មហាវិទ្យាល័យនៅតែចង់ចេញទៅធ្វើការជាមន្ត្រីរាជការដូចឪពុកខ្ញុំដែរ គឺគិតថា នឹងបានប្រាក់ខែមួយដែលអាចចាយវាយបានជាមួយគ្រួសារទាំងមូល ។ បានការងារសមរម្យជាគ្រូបង្រៀន ហើយត្រូវប្រឹងសន្សំសំចៃម្តងបន្តិចៗតាមទម្លាប់ដែលម្តាយឪពុកចែកចំណេះប្រចាំត្រកូលដោយព្យាយាមដោយសុច្ចរិតដោយក្តីមេត្តាអាចចិញ្ចឹមកូមក្មួយឱ្យទៅរៀនសូត្របានទៀតផង។ ខ្ញុំមិនដែលគិតថា នឹងទៅធ្វើជាអ្នករកស៊ីខាងជំនួញជួញដូរអ្វីទេ ពីព្រោះតែជាបច្ចេកទេសលំបាកលំបិន ហើយខុសនឹងទ្រឹស្តីគ្រួសារ-សហគមន៍ដែលនិយមថា "ចេះប្រើវិញ្ញ ទើបទៅមានមុខរបរជាអ្នកជំនួញបាន"។ ក្នុងជីវិតដ៏យូរអង្វែងរបស់ខ្ញុំរៀនសូត្រតាំងពីតូចដល់ចាស់មិនដែលសសើរពី "វិរភាពនៃអ្នករកស៊ី"ទេ ចេះសរសើរតែអ្នកមានតែអ្នកធ្វើការងារធំតែអ្នកមានវោហាខ្ពស់ អ្នកដែលមានសម្បត្តិទទួលចំណេះតាំងពីក្មេងខ្ចីមកពីឪពុកម្តាយមាមីងក៏ចេះតែចំណេះតៗគ្នានោះ ។ គ្រួសារខ្ញុំតែងសប្បាយចិត្តនៅពេលដែលមានគ្រួសារនៃមនុស្សសំខាន់ណាម្នាក់ អញ្ជើញទៅចូលរួមពិធីមង្គលការកូនប្រុសស្រីជូនចំណងដៃច្រើនអញ្ជើញជាកិត្តិយសជាអ្នកផ្តើមបុណ្យសាសនាណាមួយអញ្ជើញជាភ្ញៀវកិត្តិយសក្នុងពិធីចែកអំណោយណាមួយ... តែមិនសប្បាយចិត្តទេ បើនៅពិធីធំណាមួយមានគេភ្លេចឈ្មោះមិនបានអញ្ជើញយើងទៅចូលរួមនោះ។

យើងរស់យ៉ាងសុខសាន្តរបៀបហ្នឹង តកូនតចៅពុំមាននរណាចោទសួរនាំពីសម្បត្តិយើងអ្វីទេ ពីព្រោះសំបកក្រៅយើងជាអភិជនទៅហើយ ប្រសិនបើគេហ៊ានសួរទៅវិញថា "តើអ្នកមានលុយសន្សំបានប៉ុន្មានហើយ?" នោះគេអាចនឹងចំអកឱ្យយើងវិញបាន ពីព្រោះតែយើងពុំមានសល់ប្រាក់អ្វីក្រៅតែពីសម្រាប់រស់នៅរាល់ថ្ងៃនោះទេ។ ប៉ុណ្ណឹងហើយនៅតែមិនរើបម្រាស់ប្តូរជីវភាពពី"អភិជនអ្នកក្រ"នោះចេញទេ រហូតដល់ពេលចូលឆ្នាំចិនម្តងៗ ស្រាប់តែ "ខ្មែរអត់មានបាយហូប" ទើបដឹងថា អាអ្នកលួនក្រាបសំពះក្រុមអភិជននិយាយប៉ែឡាំៗជាអ្នកមានឥទ្ធិពលនៅជុំវិញផ្សារទិញម្ហូបរបស់យើងទេតើ? គឺយើងនៅក្រោមសម្ពាតនៃកូនចៅចិនដែលគេធ្វើជំនួញរកលុយបានច្រើនគេរស់នៅទីផ្សារជុំគ្នាដើម្បីរកស៊ី... គេចេះកាន់លុយ រាប់លុយ អាប់លុយតតាំងតែពីតូចដល់ធំឡើងលុយលែងមានអ្វីជាអាថិកំបាងទៀតហើយ។

តើលុយមានអាថិកំបាំងអ្វីមែនឬ? នេះជាសំនួរដែលខ្ញុំសួរខ្លួនឯងស្វែងរកខ្លួនឯងមុននឹងចាកចេញពីភាពជា"អភិជនក្រីក្រ"ទៅរក "អភិជនអ្នកមាន"ទៅវិញ។ ពាក្យថា "អភិជន" គឺជាជនដែលគួរគោរពដោយភាពសប្បុរសដោយសុច្ចរិតដោយសទ្ធា គឺជាលក្ខណឆ្លាក់នៅក្នុងចិត្តប្រកបដោយជំនឿ...រីឯពាក្យ"អ្នកមាន"គឺសំដៅទៅរកសម្បត្តិដែលរកបានដោយផ្តល់កាងារមួយ ហើយទទួលកំរៃមួយត្រឡប់មកវិញ កំរៃនោះ ទោះតិចឬច្រើន សម្រេចទៅលើកិច្ចព្រមព្រាងគ្នាមួយនៅមុនពេលផ្តើមធ្វើការងារនោះ ពេលខ្លះក៏បានច្រើនជាសេចក្តីត្រូវការចាំបាច់អាចឱ្យយើងសន្សំសំចៃក្លាយទៅជាអ្នកមានបានពេលខ្លះក៏បានកំរៃតិចតម្រូវឱ្យយើងប្រើបញ្ញាទៅរៀនជំនាញបន្ថែម ឬក៏ប្រើកម្លាំងទៅរកការងារបន្ថែមដើម្បីឱ្យបានគ្រប់គ្រាន់ពេលខ្លះក្នុងគ្រួសារតែមួយ គេនាំគ្នាធ្វើការគ្រប់គ្នាក៏បានលុយចូលច្រើនដែរ។ ជាទូទៅការប្រកបមុខរបរជំនួញម្ចាស់ការខ្លួនឯងច្រើនរកកំរៃបានច្រើនជាងទៅធ្វើការឱ្យគេតែតម្រូវឱ្យមានស្មារតីមាំមួនប្រុងប្រយ័ត្នខ្ពស់គុណភាពនៃផលិតផលរបស់ខ្លួនត្រូវដាក់ឱ្យមានការប្រកួតប្រជែងវាជាការលំបាកមួយដែលខ្មែរមិនចូលចិត្តធ្វើអ្នកដែលមានទម្លាប់រកស៊ីជាប្រចាំក្នុងគ្រួសារគេអាចធ្វើទៅបានយ៉ាងងាយស្រួលដែលនេះហើយជាអាថិកំបាំងនៃ"លុយ"។ អ្នករកស៊ីមិនមែនជាមនុស្សទុច្ចរឹតកេងប្រវ័ញ្ចពីអ្នកដ៏ទៃ ដូចដែលយើងធ្លាប់ដឹងមកនោះទេផ្ទុយទៅវិញនៅស.រ.អាយើងនេះ អ្នកណារកស៊ីត្រឹមត្រូវណាស់គឺរឹតតែរកបានណាស់ គេរឹតតែជួយមនុស្សឱ្យរឹតតែចំណេះស្គាល់ពីអាថិកំបាំងនៃ"លុយ"រឹតតែឆ្អិនណាស់ មិនអនុញ្ញាត្តិឱ្យទៅលួចប្លន់ទៅឆបោកដើម្បីឱ្យទ្រព្យនោះក្លាយជារបស់យើងបានឡើយ ។ អ្នករកបានកំរៃច្រើនឬតិច ត្រូវបង់ "លុយតាក់" ដែលលុយនោះជា"លុយសមូហភាព"យកទៅធ្វើអភិវឌ្ឍន៍នឹងកាពារឱ្យសង្គមដែលយើងកំពុងរស់នៅឱ្យបានសុខសាន្ត។ មនុស្សស្រុកថ្មីនេះគេចង់បង់"តាក់" ពីព្រោះតែគេដឹងថា សង្គមស្អាតស្អំនឹងយកអំណោយរបស់ខ្លួនទៅចែករំលែកដល់អ្នកដ៏ទៃ លើកដំកើងសង្គមដែលខ្លួនឯងរស់នៅមិនឱ្យទន់ខ្សោយឡើយនេះហើយជាអំពើបុណ្យដែលព្រះពុទ្ធជាម្ចាស់តែងតែប្រៀនប្រដៅ។

ខ្ញុំខំប្រឹងរៀនពីទ្រឹស្តី"អភិជនអ្នកមាន"នេះយ៉ាងយកចិត្តទុកដាក់ ពីព្រោះតែយល់ថា "មានគេធ្វើបានខ្ញុំក៏ធ្វើបានដែរ" ម្ល៉ោះហើយការខំប្រឹងទៅចូលមុខរបរពាណិជ្ជកម្មវិញទាំងយឺតពេលនៅក្រៅទម្លាប់គ្រួសារពិតជាមានការលំបាកមែន ប៉ុន្តែនៅស្រុកថ្មីនេះ គេផ្តល់ឱ្យនូវសំណាងទី២ សំណាងទី៣ ដែលទោះជាដួលក៏នៅតែមានឱកាសក្រោកឈរវិញបានដែរ ឱ្យតែមានការព្យាយាម។ ខ្ញុំបានសាកល្បងការងារឯកជនតូចធំជាច្រើន មិនបានជោគជ័យទេ ដោយសារការផ្តោតអារម្មណ៍មិនបានមូលរៀនសូត្រច្រើនជាងធ្វើការគ្មានជំនួយផ្លូវចិត្តផ្លូវសហគមន៍លែងនៅក្មេងទៀតហើយ...តែទទួលបាននូវការយល់ដឹងច្រើន ពីគន្លឹះនៃ"លុយ" ដែលមានកន្លុកកន្លៀតរាប់មិនអស់...ដោយសារតែប្តូរទម្លាប់ជាអ្នកជំនួញខ្ញុំបានឃើញថា តួរនាទីថ្មីនោះ នៅតែជាចំណេះបង្កើនការឆ្លាតវៃការប្រកួតប្រជែងជាកីឡាករការមិនព្រមចុះចាញ់ដោយងាយៗស្វែងរកលំអនឹងប្រណិតភាពស្វែងរកអ្វីដែលថ្មីមិនចេះចប់...ដែលផ្ទុយពីពេលមុនខ្ញុំគ្រាន់តែស្វែងរកប្រាក់ខែមួយដែលហ្នឹងហ្ន ចូលចិត្តតែភាពធម្មតាគ្មានរំជើបរំជួល មិនចូលចិត្តភាពផ្លាស់ប្តូរ ។ល។

ទោះជាយ៉ាងណាក៏ដោយជីវិតជា "អភិជនអ្នកមាន"បានផ្តល់នូវអត្ថន័យដល់ជីវិតសកម្មប្រមើលមើលបានឆ្ងាយប្រសើរជាងជីវិតនៃការរង់ចាំតែព្រឹត្តការណ៍មកដល់ ទើបមានប្រតិកម្មដែរ៕

"នៅមានត"

B&M DISPOSAL
978-569-6062
ក្រុមហ៊ុនដឹកជញ្ជូនសំរាម ប៊ីអឹម

កុងទីន័រដាក់សម្រាម 30 YARD CONTAINER
រហូតដល់ ៤ តោន $549
កុងទីន័រដាក់សម្រាម 20 YARD CONTAINER
រហូតដល់ ៣ តោន $449
កុងទីន័រដាក់សម្រាម 15 YARD CONTAINER
រហូតដល់ ២ តោន $349
*សូមបង់ថែម $100 ក្នុង ១000 ផោនបន្ថែម។ អនុញ្ញាតឱ្យដាក់បន្ថែមលើសទម្ងន់អតិបរមានៅលើកុងទីន័រណាមួយខាងលើបាន។
សូមទាក់ទងឈ្មោះ ប៊ុន ឥឡូវនេះ!
មានផ្តល់សេវាជូនដល់ហាងទំនិញ និងតាមផ្ទះ

BUSINESS – RESIDENTIAL
1687 Middlesex St. Lowell, MA 01851
CAll BUN 978-569-6062

អាថ៌កំបាំងនៃការបរិភោគខ្ទឹមស ជួយឲ្យអ្នកមិនងាយឈឺ

ខ្ទឹមសត្រូវបានគេប្រើប្រាស់យ៉ាងទូលំទូលាយពេញពិភពលោក ព្រោះវាជាឱសថធម្មជាតិមួយប្រភេទដែលមានមត្ថភាពអាចជួយព្យាបាលជំងឺបានច្រើនមុខ។ គុណសម្បត្តិប្រឆាំងនឹងមេរោគរបស់ខ្ទឹមសត្រូវបានគេអនុវត្តក្នុងការព្យាបាលជំងឺជាច្រើនដូចជា ផ្តាសាយទូទៅ, ក្រិនរឹងសសៃឈាម និងជំងឺតម្រងនោម។ លើសពីនេះទៅទៀត ខ្ទឹមសមានភាពអស្ចារ្យអាចជួយពង្រឹងសសៃស្រួបតូចៗនៅតាមជញ្ជាំងពោះវៀនថែមទៀត។

ខ្ទឹមស គឺជាភ្នាក់ងារប្រឆាំង និងកាត់បន្ថយការអភិវឌ្ឍនៃជំងឺមហារីកយ៉ាងមានអនុភាព រួមទាំងអាចរក្សាសម្ពាធឈាមបានយ៉ាងល្អ។ មួយវិញទៀតវាអាចធ្វើឱ្យប្រសើរឡើងនូវប្រព័ន្ធការពាររងកាយ និងការពារអ្នកប្រឆាំងនឹងការអាឡែកស៊ី។ ជាពិសេសបន្ទះនៅជាប់នឹងជញ្ជាំងសសៃឈាមត្រូវបានកម្ចាត់ចោល ហើយអាចរៀបចំកម្រិតជាតិស្ករនៅក្នុងឈាមបានថែមទៀត។

ក្រៅពីសារធាតុចិញ្ចឹមខ្ទឹមសសម្បូរទៅដោយប្រូតេអ៊ីន, វីតាមីន រួមទាំងវីតាមីន A, B, C, B2 ព្រមទាំងសារធាតុរ៉ែដូចជាៈ ប៉ូតាស្យូម, កាល់ស្យូម និងស័ង្កសី។

ការសិក្សាមួយដែលមានរយៈពេល១២សប្តាហ៍រកឃើញថា Allicin គឺជាធាតុផ្សំសកម្មនៅក្នុងខ្ទឹមស ដែលមានសមត្ថភាពកាត់បន្ថយអត្រានៃការកើតជំងឺផ្តាសាយទូទៅបាន៥០%ច្រើនជាងការប្រើប្រាស់ថ្នាំគ្រាប់ទៅទៀត។

ហេតុអ្វីបានជាអ្នកគួរតែបរិភោគខ្ទឹមស?

នេះគឺជាវិធីសាស្រ្តល្អបំផុតក្នុងការបង្កើតប្រព័ន្ធភាពស៊ាំរបស់អ្នកនៅក្នុងពេលវេលាដល់ខ្លី។ អ្នកអាចជញ្ជក់ខ្ទឹមសឆៅមួយកំពឹស ឬហាន់មួយចំណិតជ្រក់ទឹកឃ្មុំដើម្បីបង្កើនរសជាតិ។ បន្ទាប់ពីបរិភោគខ្ទឹមសអ្នកត្រូវដុសសម្អាតធ្មេញភ្លាមៗដើម្បីកុំឱ្យធំក្លិនអាក្រក់។ ជម្រើសល្អអ្នកគួរតែទំពាជីអង្កាមស្រស់មួយសន្លឹក ឬកាកកាហ្វេមួយស្លាបព្រាកាហ្វេ ដើម្បីធ្វើឱ្យខ្យល់ដង្ហើមស្រស់ថ្លា៕

តមកពីទំព័រទី ១២ រដ្ឋាភិបាល...

លោក ផៃ ស៊ីផាន បាននិយាយថា "រឿងនេះមិនពាក់ព័ន្ធនឹងគណបក្សប្រឆាំងទេ។ គណបក្សប្រឆាំងគ្មានបទពិសោធន៍គ្រប់គ្រងប្រទេសទេ"។

លោក ស៊ុន ឆ័យ តំណាងរាស្រ្តគណបក្សប្រឆាំងដែលបានអះអាងយូរមកហើយថា រដ្ឋខាតបង់ប្រាក់ចំណូលរាប់លានដុល្លារដោយសារកិច្ចព្រមព្រៀងជាមួយក្រុមហ៊ុនសូគីម៉ិចសាទរសេចក្តីសម្រេចរបស់រដ្ឋាភិបាលក្នុងការគ្រប់គ្រងការលក់សំបុត្រនេះ។

លោកបានមានប្រសាសន៍ថា "យើងអបអរនិងស្វាគមន៍សេចក្តីសម្រេចនេះ បើទោះជារដ្ឋាភិបាលត្រូវការពេលដ៏យូរ ដើម្បីធ្វើសេចក្តីសម្រេចដើម្បីកាន់កាប់ និងគ្រប់គ្រងប្រាសាទនេះវិញក៏ដោយ។ ប៉ុន្តែវាជាសេចក្តីសម្រេចត្រឹមត្រូវ ហើយខ្ញុំជឿយ៉ាងមុតមាំថាវានឹងផ្តល់ប្រយោជន៍ច្រើនទៀតដល់ប្រទេស"។

ទោះយ៉ាងនេះក្តីលោក ស៊ុន ឆ័យ បានមានប្រសាសន៍ថា រដ្ឋាភិបាលមិនគួរឱ្យក្រុមហ៊ុនសូគីម៉ិចរួចខ្លួនពីអ្វីដែលលោកអះអាងថា ជាការគ្រប់គ្រងមិនត្រឹមត្រូវនៃប្រាក់កាសក្នុងពេលកន្លងមក។

លោកបានមានប្រសាសន៍ថា "ខ្ញុំជឿថា មានការលួចច្រើនដែលតម្រូវឱ្យរដ្ឋាភិបាលធ្វើការស៊ើបអង្កេតថ្មីបើរដ្ឋាភិបាលបានសម្រេចដកហូតវាពីក្រុមហ៊ុននេះក៏ដោយ"។

"រដ្ឋាភិបាលគួររកឱ្យឃើញថាតើមានការលួចបន្លំប៉ុន្មានក្នុងរយៈពេល១៥ឆ្នាំកន្លងមកក្នុងការគ្រប់គ្រងរបស់ក្រុមហ៊ុននេះ និងបញ្ជាឱ្យក្រុមហ៊ុននេះសងមកវិញ"៕

និត (រាយការណ៍បន្ថែមដោយ Colin Meyn)

Continued from page 12

GOVERNMENT TO ...

government has taken a very long time to make the decision to take over and manage the park," he said. "But it's the right decision and I strongly believe that it will give many more benefits to the country."

However, Mr. Chhay said that the government should not let Sokimex off the hook for what he claims was vast mismanagement of funds in the past.

"I believe that there was lots of stealing, which requires the government to conduct an investigation even though the government decided to take it away from the company," he said.

"The government should find out how much stealing there has been for the past 15 years under this company and order the company to pay it back."

(Additional reporting by Colin Meyn)

naren@cambodiadaily.com

© 2015, The Cambodia Daily. All rights reserved.No part of this article may be reproduced in print, electronically, broadcast, rewritten or redistributed without written permission.

ការវិភាគ

របស់ព្រះតេជព្រះគុណបណ្ឌិត ហុក សាវណ្ណ

<u>បាតុកម្មថ្ងៃ២៦តុលា២០១៥នៅភ្នំពេញជាបាតុកម្មធ្វើតាមបញ្ជា</u>

បាតុកម្មនេះបានកើតឡើងតែប៉ុន្មានម៉ោងក្រោយពេលដែលប្រមុខដឹកនាំរដ្ឋាភិបាលបានថ្លែងទៅកាន់អ្នកគាំទ្រខ្លួននៅបារាំងថា បាតុកម្មនឹងកើតមាននៅភ្នំពេញហើយលោកកឹមសុខានឹងធ្លាក់ពីតំណែងអនុប្រធានរដ្ឋសភា។បាតុកម្មនេះបានគ្រោងទុកមុនទៅបារាំងព្រោះបានដឹងថានឹងមានបាតុកម្មប្រឆាំងនៅប្រទេសបារាំងដូចនៅញូវយ៉ក។ តាមរបបកុម្មុយនិស្តនិងរបបផ្តាច់ការបើគ្មានបញ្ជាពីថ្នាក់លើ ថ្នាក់ក្រោមមិនហ៊ានធ្វើអ្វីឡើយ។ ក្នុងន័យនេះ បាតុកម្មដែលធ្វើតាមបញ្ជា មិនចេញពីឆន្ទៈ ការដើរតួ ធ្វើមិនសូវសម គេឃើញបុរសម្នាក់កាន់ប្រដាប់បំពងសម្លេងស្រែកឲ្យដកលោកកឹមសុខា ធ្វើមុខស្ងួតសំដីនិងទឹកមុខមិនសូវស៊ីសង្វាក់ឡើយ សូមហាត់មុននឹងធ្វើបាតុកម្ម ដោយហោចចូលតួដូចល្ខោន។ បាតុកម្មហិង្សាធ្វើតាមបញ្ជានិងស៊ីឈ្នួល គ្មានតម្លៃហើយមានទោសដល់ខ្លួនទៀត។

ចំណែកបាតុកម្មចេញពីឆន្ទៈ ពីក្រអៅបេះដូង សកម្មភាពផ្លូវកាយនិងវាចាស្របតាមផ្លូវចិត្ត គេអាចមើលដឹងការពិតអំពីទឹកមុខអាកប្បកិរិយាជាអ្នកមានទុក្ខពិតមែន ដូចពលរដ្ឋខ្មែរបឹងកក់ បូរីកីឡាធ្វើបាតុកម្មអហិង្សាទាមទារពីការរំលោភដីធ្លី កម្មកររោងចក្រសុំតម្លើងប្រាក់ខែ សកម្មជនគណបក្សសង្គ្រោះជាតិសុំឲ្យមានការផ្លាស់ប្តូរអ្នកដឹកនាំជាតិជាដើម គេមើលទៅឃើញថា បាតុកម្មអហិង្សានោះចេញពីឆន្ទៈរបស់ពលរដ្ឋពិតមែនគ្មានការបង្ខិតបង្ខំឬផ្តល់ប្រាក់ឲ្យធ្វើឡើយ ព្រោះសុខចិត្តលក់មាន់លក់ទាមកធ្វើបាតុកម្ម។

អ្នកកាន់អំណាចរបស់បក្សប្រជាជន មិនរក្សាសន្តិសុខបណ្តោយឲ្យក្រុមបាតុករវាយប្រហារតំណាងរាស្រ្ត២នាក់របស់បក្សសង្គ្រោះជាតិឲ្យត្រូវរបួសធ្ងន់ គប់ដុំថ្មផ្ទះលោកកឹមសុខា ដកតំណែងលោកកឹមសុខាដោយខុសច្បាប់។ អ្នកសង្កេតការណ៍ថា បាតុករចេញពីអង្គរក្សប៉ូលិសស្លៀកពាក់ស៊ីវិលមានដៃកាន់ដំបងដុំថ្ម។ បើចៅក្រមមានយុត្តិធម៌មានភ័ស្តុតាងគ្រប់គ្រាន់ហើយ អាចកាត់ទោសអ្នករៀបចំផែនការបាតុកម្មហិង្សានេះ៕

វត្តខ្មែរកាណាដា,ថ្ងៃ៩វិច្ឆិកា២០១៥;www.hoksavann.org;savannhok@yahoo.com

កម្ចាត់មុនក្បាលខ្មៅឲ្យបាត់ រហូតកុំភ្លេចគ្រឿងផ្សំ ៣មុខនេះ

●●●តើអ្នកជាមនុស្សម្នាក់ដែលមានបញ្ហាជាមួយនឹងមុនក្បាលខ្មៅក្បាលមែនទេ? អ្នកអាចនឹងបាត់បង់ភាពស្រស់ស្អាត ប្រសិនបើផ្ទៃមុខរបស់អ្នកមានសុទ្ធតែមុនក្បាលខ្មៅ។ ប៉ុន្តែសូមកុំបារម្ភ! លោកអ្នកគ្រាន់តែអនុវត្តជាមួយនឹងរូបមន្តធម្មជាតិសាមញ្ញៗដែលជួយប្រឆាំងនឹងចំណុចខ្មៅនៅលើផ្ទៃមុខរបស់អ្នកបាន និងធ្វើឱ្យផ្ទៃមុខរបស់អ្នកមានភាពស្រស់ស្អាតម្តងទៀត។ រូបមន្តនេះ ត្រូវការគ្រឿងផ្សំ ៣ មុខ ដែលអ្នកអាចរកបានយ៉ាងងាយស្រួលនៅក្នុងផ្ទះបាយរបស់អ្នក។

មុនក្បាលខ្មៅភាគច្រើនវាកើតឡើងនៅត្រង់ច្រមុះ, រវាងចិញ្ចើម និងចង្កា។ ស្បែកដែលមានខ្លាញ់ និងខ្លាញ់ខ្លាំងគឺជាមូលហេតុចម្បងបំផុត។ ពួកវាបានធ្វើឱ្យស្ទះរន្ធញើសស្បែកបូករួមជាមួយនឹងភាពកខ្វក់ដែលកើតឡើងផងដែរ។

ក្រៅពីការព្យាបាលនៅក្នុងកែសម្ផស្សផ្សេងៗដែលមានតម្លៃថ្លៃលោកអ្នកក៏អាចធ្វើការព្យាបាលជាមួយនឹងវិធីសាស្ត្រសាមញ្ញដែលមានប្រសិទ្ធិភាពប្រសិនបើអ្នកអនុវត្តឱ្យបានត្រឹមត្រូវ។

អ្វីដែលអ្នកត្រូវការ:

- ស្ករ
- ក្រូចឆ្មា
- ទឹកឃ្មុំ

ជាដំបូងអ្នកត្រូវកាត់ផ្លែក្រូចឆ្មាជាពីរចំណែកចាក់ទឹកឃ្មុំចូលនៅលើវា និងបន្ថែមស្ករបន្តិច។ បន្ទាប់មកយកវាមកលាបត្រង់តំបន់ដែលមានបញ្ហាមុនក្បាលខ្មៅនេះ។

ជាមួយនឹងការត្រដុសអ្នកនឹងបានសម្អាតរន្ធញើស និងធ្វើឱ្យផ្ទៃមុខរបស់អ្នកគ្មានជាតិខ្លាញ់ អ្នកប្រើវិធីសាស្ត្រនេះ មុនក្បាលខ្មៅនឹងចាកចេញពីផ្ទៃមុខរបស់អ្នកជារៀងរហូត។ ដើម្បីទទួលបានប្រសិទ្ធិភាពខ្ពស់ និងកុំឱ្យបញ្ហានេះកើតមានលើអ្នកម្តងទៀត អ្នកត្រូវអនុវត្តវាឱ្យបានញឹកញាប់តាមដែលអ្នកអាចធ្វើទៅបាន។

ទឹកឃ្មុំត្រូវបានគេស្គាល់ថា ជាថ្នាំសម្លាប់មេរោគធម្មជាតិមួយដែលល្អបំផុត និងជួយឱ្យស្បែកមានសំណើមផងដែរ។

ក្រូចឆ្មាត្រូវបានគេប្រើដើម្បីធ្វើឱ្យស្បែកស ហើយសារជាតិអាស៊ីតរបស់ក្រូចឆ្មាត្រូវគេប្រើនៅក្នុងវិធីសាស្ត្រគីមីក្នុងការបកនៃស្បែកផ្ទៃមុខផងដែរ។ ស្ករ វាជួយក្នុងការលាងជម្រះកោសិកាស្បែកដែលងាប់ ហើយលាងសម្អាតរន្ធញើសដែលជួយឱ្យទឹកឃ្មុំ និងទឹកក្រូចឆ្មាអាចជ្រាបចូលទៅក្នុងស្បែកបានកាន់តែជ្រៅក្នុងការព្យាបាលដែលធ្វើឱ្យអ្នកទទួលបានប្រសិទ្ធិភាពដ៏អស្ចារ្យដែលអ្នកមិននឹកស្មានដល់៕

ការវិភាគ

របស់ព្រះតេជព្រះគុណបណ្ឌិត ហុក សាវណ្ណ

អត្ថន័យនិងអត្ថរសនៃបុណ្យកឋិនទាន

កឋិនទាន ជាទានដ៏សំខាន់របស់ព្រះពុទ្ធសាសនាខ្មែរ ដែលទាក់ទងនឹងព្រះវិន័យ ដែលព្រះពុទ្ធមានពុទ្ធានុញ្ញាត ។ ពាក្យថា **កឋិន** ប្រែថា រស់នៅដោយកម្រ គឺកម្រនឹងកើតឡើងជាកឋិន ត្រូវបំពេញលក្ខខណ្ឌ ទើបឡើងជាកឋិន។ ព្រះពុទ្ធប្រជុំភិក្ខុទាំងឡាយ អនុញ្ញាតឲ្យទទួលកឋិន ដោយប្រារព្ធចំពោះភិក្ខុ៣០អង្គ ដែលមកថ្វាយបង្គំព្រះអង្គ ទាំងស្បង់ចីវរទទឹកជោគ ដោយព្រះពុទ្ធដីកាថា ម្នាលភិក្ខុទាំងឡាយ តថាគតអនុញ្ញាតឲ្យភិក្ខុទាំងឡាយ ដែលបានចាំវស្សាអស់៣ខែ អាចទទួលក្រាលគ្រង និងអនុមោទនាកឋិនបាន នឹងបានទទួលអានិសង្ស៥ប្រការ។

លក្ខណៈពិសេស៥យ៉ាងនៃកឋិនទាន ផ្សេងពីទានដទៃគឺ

១-**ប្លែកដោយកាល** កឋិនទាននេះ ព្រះពុទ្ធបានអនុញ្ញាតតែ២៩ថ្ងៃ គឺពីថ្ងៃ១រោចខែអស្សុជដល់ថ្ងៃ១៥កើតខែកត្តិក ក្នុងរយៈកាលនេះ ទាយកចង់ធ្វើថ្ងៃណាក៏បាន វត្តមួយទទួលកឋិនបានតែម្តង បើមានម្ចាស់ច្រើនត្រូវធ្វើរួមគ្នាតែ១ថ្ងៃ។ ២-**ប្លែកដោយវត្ថុ** សំពត់ដែលអាចក្រាលកឋិនបាន គឺស្បង់ចីវរសង្ឃាដីណាមួយ ដែលបានកាត់ដេរត្រឹមត្រូវតាមព្រះវិន័យ។ ៣-**ប្លែកដោយបដិគ្គាហក**: ភិក្ខុដែលអាចទទួលក្រាលគ្រងនិងអនុមោទនាកឋិនបាន លុះត្រាតែបានចាំវស្សា៣ខែ ហើយចូលវស្សាទី១ គឺបុរិមិកវស្សា។ ៤-**ប្លែកដោយអំពើ** ព្រះភិក្ខុតំណាងសង្ឃសូត្រប្រគល់សំពត់កឋិននៅក្នុងសីមា ហើយសូត្រជាទុតិយកម្មវាចាគឺសូត្រសួរឲ្យអង្គណាក្រាលគ្រងម្តងនិងសូត្រឲ្យសង្ឃសម្រេចម្តង ជំនុំសង្ឃត្រូវមានពី៥អង្គឬ៥អង្គឡើងទៅ។ ៥-**ប្លែកដោយអានិសង្ស** កឋិនទាននេះបានអានិសង្សទាំងពីរផ្នែក គឺព្រះសង្ឃដែលបានទទួលក្រាលគ្រងនិងអនុមោទនារមែងបានអានិសង្ស៥ប្រការ គឺរួចចាកអាបត្តិតូចតាចខ្លះ ចំណែកទាយកអ្នកធ្វើរមែងបានអានិសង្សគឺរួចចាកទុក្ខ បានសុខក្នុងទេវតានិងមនុស្សទាំងឡាយ។ល។

វត្តខ្មែរកាណាដា,ថ្ងៃ៥វិច្ឆិកា២០១៥;www.hoksavann.org;savannhok@yahoo.com

គុណសម្បត្តិរបស់ផ្លែអំពិល

ផ្លែអម្ពិល គឺជាប្រភេទផ្លែឈើមួយប្រភេទ ដែលមានរសជាតិជូរមុត ហើយវាមានកម្រិតជាតិអាស៊ីតយ៉ាងខ្ពស់។ គុណសម្បត្តិរបស់ផ្លែអម្ពិលចំពោះសុខភាពមានដូចខាងក្រោមៈ -ជាថ្នាំបញ្ចុះលាមកក្នុងកម្រិតស្រាលមួយ។ -គេប្រើវាដើម្បីព្យាបាលនូវភាពមិនប្រក្រតីរបស់ទឹកប្រមាត់។ -ជួយបន្ទាបកម្រិតកូឡេស្តេរ៉ូល ។ -ជួយធ្វើអោយសុខភាពបេះដូង មានភាពល្អប្រសើរឡើង។ - គេប្រើវាសម្រាប់ព្យាបាលអាការៈឈឺបំពង់ក។ -ទឹកផ្លែអម្ពិលដែលមានកម្តៅត្រូវបានគេប្រើសម្រាប់ព្យាបាលជំងឺឈឺភ្នែក។ ថ្នាំភ្នែកតំណក់ទឹកដែលត្រូវបានធ្វើមកពីគ្រាប់ផ្លែអម្ពិលអាចប្រើបានសម្រាប់ការព្យាបាលអាការៈភ្នែកស្ងួត។ -ផ្លែអម្ពិល ត្រូវបានគេប្រើជាឱសថបញ្ចុះទឹកនោមសម្រាប់ព្យាបាលបញ្ហាមិនប្រក្រតីនៃទឹកប្រមាត់, ជំងឺខាន់លឿង និងជំងឺផ្តាសាយ។ -ផ្លែអម្ពិល ជួយកាត់បន្ថយគ្រុនក្តៅ និងជួយផ្តល់នូវការការពារចំពោះជំងឺគ្រុនផ្តាសាយ។ យកសាច់វាខាងក្នុងមកឆុងនឹងទឹកក្តៅ រួចទុកវាចោលរយៈពេលមួយម៉ោង ដើម្បីអោយវាមានប្រសិទ្ធភាពល្អ។ -ផ្លែអម្ពិល ជួយអោយរាងកាយអ្នកជួយរំលាយអាហារបានល្អ។ -វាត្រូវបានគេប្រើដើម្បីលាបនៅលើស្បែក ដើម្បីជួយព្យាបាលនូវការរលាក។ - សំបកពណ៌ក្រហមដែលស្រោបនៅខាងក្រៅគ្រាប់របស់វា គឺជាថ្នាំសម្រាប់ព្យាបាលដ៏មានប្រសិទ្ធភាព ក្នុងការប្រឆាំងនឹងជំងឺរាគ និងរាគមួល។ -វាជាប្រភពដ៏ល្អនៃពពួកសារធាតុប្រឆាំងនឹងប្រតិកម្មអុកស៊ីតដែលវាអាចជួយប្រយុទ្ធប្រឆាំងនឹងជំងឺមហារីកបាន៕

KhmerPost USA is the only Cambodian newspaper that has the highest circulation and is most read in the Cambodian communities in the East Coast of United States. The newspaper prints 32 pages an issue - all in color, premium 35 pound stocks paper. It provides important news and information to a market that is often 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. Found in 2007 by a respectable Cambodian Journalist, Roger Samkhon Pin, the former President of Cambodian Journalist Association of Cambodia (1994-1997), the Director of Radio Free Asia, Cambodian Services in Washington D.C (1998-2003), and the founder and broadcaster of Cambodian-American news through five Radio Stations around the U.S (2004-2008).

Publication Frequency

24 times a year.

General Information

Distributions:

- 70+ locations in Lowell, MA (5,000 copies per issues)

2015 Remaining Prints

- November 6th & 20th
- December 4th & 18th

* all ad materials are due one due one week prior to the publishing date.

Advertising Rates

	1 issue	3 months 5% off	6 months 7.5% off	12 months 10% off
Ads Size				
Full Page Color	460	874/month	851/month	828/month
½ page (color)	310	589/month	573.50/month	558/month
¼ page (color	165	313.50/month	305.25/month	297/month
1/8 page color)	90	171/month	166.50/month	162/month

Back and Front Page ad spaces are available.

Contact: Soben Pin, Managing Partner

Office: 45 Merrimack Street. Suite 218A. Lowell, MA 01852
Tel: 978.677.7163. **Cell: 978. 656.8141**. **Fax:** 978.677.7092
Email: sobenpin@khmerpost.us
www.khmerpost.us

Schedules and Rates revision and effective September 2015 – August 2016

Vanessa Allen
អ្នកជំនាញចុះឈ្មោះ
Lynn Community Health Center

វាជាពេលបើកឲ្យចុះឈ្មោះនៅ Massachusetts Health Connector ជាទីដែលអ្នកអាចស្វែងរកគម្រោងថែទាំមាត់ធ្មេញនិងសុខភាព ដែលមានគុណភាពខ្ពស់ពីបណ្តាក្រុមហ៊ុនធានារ៉ាប់រងឈានមុខគេ។ មនុស្សម្នាភាគច្រើនដែលចុះឈ្មោះ មានលក្ខណៈសម្បត្តិគ្រប់គ្រាន់សម្រាប់ទទួលជំនួយបង់ថ្លៃធានារ៉ាប់រងរបស់ពួកគេរាល់ខែ។

ចុះឈ្មោះសម្រាប់គម្រោងណាមួយតាមអ៊ិនធើណេតនៅ MAhealthconnector.org ឬទទួលការជួយចុះឈ្មោះដោយផ្ទាល់ឥតគិតថ្លៃពីអ្នកជំនាញណាម្នាក់របស់ពួកយើង។

ដើម្បីស្វែងរកជំនួយក្នុងសង្កាត់របស់អ្នក សូមទៅកាន់ **MAhealthconnector.org** ហើយចុចលើ **“Help Center”** (មជ្ឈមណ្ឌលជំនួយ) នៅខាងលើបំផុតនៃគេហទំព័រ។

កន្លែងដើម្បីទទួលជំនួយ៖

Lowell

Lowell Community Health Center
161 Jackson Street
978-937-9700

Cambodian Mutual Assistance Association
120 Cross Street
978-454-6200

Lowell General Hospital
295 Varnum Avenue
978-937-6000

Lawrence Cavanaugh, Independent Broker
978 Boylston Street
978-332-6904

Chibueze Chikere, Independent Broker
29 Manchester Street
617-922-6499

Lynn

Lynn Community Health Center
269 Union Street
781-581-3900

MASSACHUSETTS HEALTH CONNECTOR
the right place for the right plan