

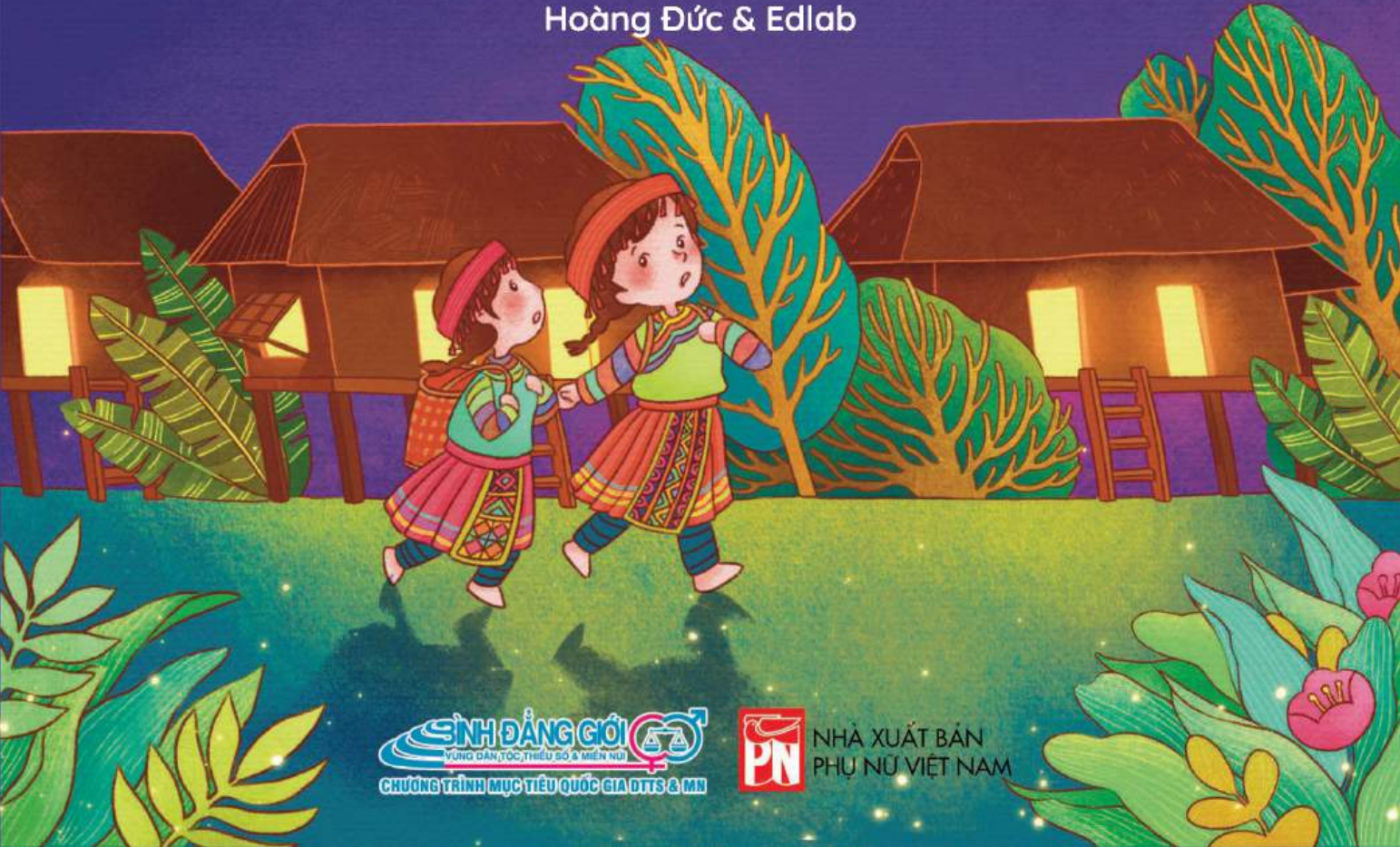
ដំណើររឿងប្រព័ន្ធផ្សព្វផ្សាយ  
ដើម្បីផ្លាស់ប្តូរការរើសអើង  
ប្រកាន់ភេទនិងគំរូភេទ

# ការពិតយើងក៏អាចធ្វើបានដែរ

(Thì ra mình cũng làm được)

មនុស្សគ្រប់គ្នាសុទ្ធតែមានសក្តានុពល ភាពខ្លាំង ដើម្បីសិក្សា ជោគជ័យនិងសុភមង្គល

Hoàng Đức & Edlab



**SINH ĐANG GÓI**  
YOUNG BÀN, TÓC, THIẾU SĨ & MIỀN NỮ  
CHƯƠNG TRÌNH MỤC TIÊU QUỐC GIA DTTS & MN

**PN** NHÀ XUẤT BẢN  
PHỤ NỮ VIỆT NAM

# ការពិតយើងក៏អាចធ្វើបានដែរ

មនុស្សគ្រប់គ្នាសុទ្ធតែមានសក្តានុពល ភាពខ្លាំង ដើម្បីសិក្សា ជោគជ័យនិងសុភមង្គល

Hoàng Đức & Edlab

អ្នកបកប្រែ៖ Kiêm Hạnh

An illustration of two children in traditional Vietnamese attire walking in a village at night. The child on the left is a girl with a pink headscarf and a colorful patterned dress, carrying a basket on her back. The child on the right is a boy with a red headscarf and a colorful patterned dress, holding the girl's hand. They are walking on a path in front of several traditional wooden houses with thatched roofs. The scene is illuminated by warm yellow light from the windows, and the background is a dark blue night sky with stars. There are green trees and plants in the foreground and background.

NHÀ XUẤT BẢN PHỤ NỮ VIỆT NAM

# អារម្ភកថា

កម្មវិធីគោលដៅជាតិអភិវឌ្ឍសេដ្ឋកិច្ច – សង្គមកិច្ចតំបន់ជនជាតិភាគតិចនិងតំបន់ភ្នំ ដែលបានអនុម័តដោយនាយករដ្ឋមន្ត្រីតាមសេចក្តីសម្រេចលេខ១៧១៩/QD-TTg ចុះថ្ងៃទី១៤ ខែតុលា ឆ្នាំ២០២២ មានសរុប១០គម្រោងសមាសភាព។ ក្នុងនោះ សមាគមសម្ព័ន្ធនារីវៀតណាមដឹកនាំគម្រោងទី៨៖ “អនុវត្តសមភាពភេទនៅតំបន់ជនជាតិភាគតិចនិងតំបន់ភ្នំ”។

ដោយមានគោលបំណង “បង្កើនការយល់ដឹង ផ្លាស់ប្តូរការរើសអើងប្រកាន់ភេទ ថែរក្សានិងដោះស្រាយបញ្ហាបន្ទាន់សម្រាប់ស្ត្រីនិងកុមារ”។ គម្រោងទី៨នេះរួមមាន៤ខ្លឹមសារ ជ្រៀតជ្រែកជាមួយសកម្មភាពចម្បង៖

- ផ្សព្វផ្សាយ យោសនាផ្លាស់ប្តូរ “ផ្គត់ផ្គង់ របៀបធ្វើ” រួមចំណែកការលុបចោលបណ្តាការរើសអើងប្រកាន់ភេទនិងគំរូភេទក្នុងគ្រួសារនិងសហគមន៍ ជាមួយនឹងទំនៀមទម្លាប់អាក្រក់និងបញ្ហាសង្គមបន្ទាន់សម្រាប់ស្ត្រីនិងកុមារ។
- កសាងនិងពង្រីកបណ្តាគំរូផ្លាស់ប្តូរ “ផ្គត់ផ្គង់ របៀបធ្វើ” លើកកម្ពស់អំណាចសេដ្ឋកិច្ចសម្រាប់ស្ត្រីនិងជំរុញសមភាពភេទ និងដោះស្រាយបញ្ហាបន្ទាន់សម្រាប់ស្ត្រីនិងកុមារ។
- ធានាសិទ្ធិឱ្យស្ត្រីនិងកុមារមានសិទ្ធិនិយាយ និងចូលរួមយ៉ាងពិសេសក្នុងសកម្មភាពអភិវឌ្ឍសេដ្ឋកិច្ច – សង្គមកិច្ចរបស់សហគមន៍ ត្រួតពិនិត្យនិងការផ្តល់យោបល់ជំនួយស្ត្រីចូលរួមគ្រប់គ្រងដឹកនាំក្នុងប្រព័ន្ធនយោបាយ។
- ផ្តល់ចំណេះដឹងអំពីសមភាពភេទ និងបំណិននៃការអនុវត្តដាក់បញ្ចូលភេទសម្រាប់កម្មាភិបាលមេភូមិ អ្នកមុខអ្នកការសាសនា និងអ្នកមានប្រជាប្រិយភាពនៅក្នុងសហគមន៍។

កម្រងសៀវភៅ “ដំណើររឿងផ្សព្វផ្សាយផ្លាស់ប្តូរការរើសអើងប្រកាន់ភេទនិងគំរូភេទ” ដែលជាផ្នែកមួយនៃគម្រោងទី៨ ត្រូវបានគ្រឹះស្ថានបោះពុម្ពផ្សាយនារីវៀតណាមចាត់តាំង រួមមានចំនួន ៤ក្បាល ដែលត្រូវបានសរសេរជាប្រភេទរឿងងាយស្រួលយល់ និងជិតស្និទ្ធជាមួយបណ្តាជនជាតិភាគតិច៖

១. **កិច្ចការផ្ទះជាការងាររួម** – រួមគ្នាចែករំលែក រួមគ្នាជឿនលឿន រួមសុភមង្គល។
២. **ប្តូរចង់បានទៅសាលា** – កុមារនិងកុមារីសុទ្ធតែមានសិទ្ធិបានទៅរៀន។
៣. **ផ្ទះពីរជំហូល** – ស្ត្រីអាចធ្វើសេដ្ឋកិច្ច រួមកសាងគ្រួសារសុខដុមរមនា ជឿនលឿនសុភមង្គល។
៤. **ការពិតយើងក៏អាចធ្វើបានដែរ** – មនុស្សគ្រប់គ្នាសុទ្ធតែមានសក្តានុពល ភាពខ្លាំងដើម្បីសិក្សា ជោគជ័យនិងសុភមង្គល។

នេះជាកម្រងសៀវភៅសម្រាប់ជំនួយស្ត្រីនិងកុមារ កម្មាភិបាលនៅមូលដ្ឋាននិយាយរួម ក្នុងនោះមានកម្មាភិបាលសមាគមនារី បានផ្សព្វផ្សាយដ៏ល្អបណ្តាខ្លឹមសារយោសនា “អនុវត្តសមភាពភេទនៅតំបន់ជនជាតិភាគតិចនិងតំបន់ភ្នំ”។

សង្ឃឹមថាកម្រងសៀវភៅនេះ អាចនឹងរួមចំណែកផ្លាស់ប្តូរនូវទំនៀមទម្លាប់ហួសសម័យ ទំនៀមទម្លាប់ខុសច្បាប់។ ទន្ទឹមនោះ លើកទឹកចិត្ត ពង្រីកនូវតម្លៃជឿនលឿនសម្រាប់ឱ្យស្ត្រីនិងកុមារនៅតំបន់ជនជាតិភាគតិចនិងតំបន់ភ្នំ។

សូមឧទ្ទេសនាមជូនមិត្តអ្នកអាន។  
**គ្រឹះស្ថានបោះពុម្ពផ្សាយនារីវៀតណាម**

\* កំណត់សម្គាល់៖ រូបភាពសំលៀកបំពាក់នៅក្នុងសៀវភៅគ្រាន់តែមានលក្ខណៈជាតួសម្តែងប៉ុណ្ណោះ។



គិតដល់ថ្ងៃទី០១ ខែតុលា ឆ្នាំ២០១៩  
មានកុមារជនជាតិភាគតិចដល់  
ទៅ១៥,៥% ក្នុងអាយុគួរតែទៅរៀន  
ប៉ុន្តែមិនបានទៅសាលា។

សម្រាប់កម្រិតបឋមសិក្សាប៉ុណ្ណោះ  
គឺ១០០ប្អូនក្នុងអាយុគួរតែទៅសាលា  
មានប្រហែល២នាក់ដែលមិនបាន  
ទៅសាលា។



ចរាចរណ៍  
ទៅ  
មក

ភាពលំបាក  
ក្នុង  
ជីវភាព  
រស់  
នៅ

ការរើសអើង  
ប្រកាន់  
ឱ្យតែ  
កូនប្រុស  
បាន  
ទៅរៀន

ស្ថានភាព  
គ្រួសារ





កូនស្រីធំឡើងត្រូវតែយកថ្មី!  
ទៅរៀនចប់ហើយវិលមកវិញយកថ្មី ទៅចំការ ចិញ្ចឹមជ្រូក!  
កូនស្រីចេះសរសេរឈ្មោះខ្លួនឯងបានហើយ!  
កូនស្រីទៅរៀនច្រើនគឺអកត្តញ្ញូ!

អ្នកចូលចិត្តញ៉ាំស្ករគ្រាប់ទេ?



អូយ ខ្ញុំចូលចិត្តណាស់!

កាដូរដីផ្អែមល្ហែមនិងមានតម្លៃបែបនោះ នរណា  
មិនចូលចិត្ត។ ប៉ុន្តែនៅកន្លែងខ្ញុំ មានតែឱកាស  
ពិសេសប៉ុណ្ណោះទើបមាន។

ពិតមែនឬ?

ពិតណាស់! ពេលខ្ញុំអាយុបួនឆ្នាំ ខ្ញុំបានតាមបងស្រី  
ទៅសាលា។ នៅទីនោះមានលោកគ្រូអ្នកគ្រូចែក  
ស្ករគ្រាប់ហើយថែមទាំងលេងល្បែងជាច្រើនផងទៀត  
ដោយមិនចាំបាច់ដើរលេងក្នុងព្រៃ ញ៉ាំស្លឹកឈើ  
ឬចិញ្ចឹមជ្រូករាល់ថ្ងៃ។

ខ្ញុំឱ្យមិត្តស្ករគ្រាប់នេះ។  
ស្ករគ្រាប់ច្រើនមែន!



# ដំណើររឿងរបស់ចៅធីអៀន



ចៅធីអៀន (ជនជាតិយ៉ាវទៀន) កើតនិងធំឡើងនៅឃុំណាំចាក់ (ស្រុកបាតសាត ខេត្តឡាវកាយ)។ បន្ទាប់ពីបញ្ចប់ការសិក្សាកម្រិតអនុវិទ្យាល័យ (ថ្នាក់ទី៩) អៀនត្រូវបោះបង់ការសិក្សារយៈពេលបីឆ្នាំ ដោយសារតែស្ថានភាពគ្រួសារលំបាកខ្លាំង។ មនុស្សនៅក្នុងភូមិគ្រប់គ្នាគិតថា កូនស្រីមិនចាំបាច់ទៅរៀនទេ គ្រាន់តែស្នាក់នៅផ្ទះ ជួយការងារប្រចាំគ្រួសារ ហើយយកប្តី។

យកប្តីឆាប់ទៅ!

អកត្តញ្ញូ!

កូនស្រីរៀនច្រើនកាន់តែ  
បង់ខាតបាយរបស់  
ឪពុកម្តាយតែប៉ុណ្ណោះ។





ឪពុកម្តាយ  
ត្រូវលើកទឹកចិត្តនិងបង្កើតឱកាស  
ឱ្យកូនស្រីបានទៅសាលានិងបន្ត  
ការសិក្សាថ្នាក់ខ្ពស់ជាងទៀត។

ចៅធីអៀន បានពន្យល់យ៉ាងអត់ធ្មត់ទៅកាន់អ្នកក្នុងភូមិថា៖  
កូនស្រីមានសិទ្ធិបន្តការសិក្សាថ្នាក់ខ្ពស់ ហើយមិនគួររៀបការ  
ពេលដែលមិនទាន់គ្រប់អាយុទេ។

រៀនបញ្ចប់កម្រិតវិទ្យាល័យ អៀនជាមនុស្សម្នាក់ក្នុងចំណោម  
ពីរនាក់ដំបូងបង្អស់នៅស្រុកដែលជាប់មហាវិទ្យាល័យ។

អៀនបានបញ្ចប់សិក្សាដោយលទ្ធផលល្អពី  
មហាវិទ្យាល័យកសិកម្មព្រៃឈើ ហើយគឺជាមនុស្ស  
ដំបូងបង្អស់នៅស្រុកដែលបានទៅសិក្សានៅបរទេស  
(ប្រទេសអាណ្លឺម៉ង់ និងអ៊ីតាលី)។

សមិទ្ធិផលដ៏សំខាន់នេះរបស់អៀនបានផ្លាស់ប្តូរ  
ការយល់ឃើញរបស់អ្នកភូមិជនជាតិយ៉ាវ ដែលនាងរស់នៅ  
អំពីបញ្ហាកូនស្រីទៅសិក្សា។



# ដំណើរធ្វើរបស់ជានអ៊ីលៀនហ្វា

ជានអ៊ីលៀនហ្វា គឺជាក្មេងស្រីជនជាតិខ្មែរ។  
លៀនហ្វា ខ្មាស់អៀនខ្លាំង ហើយមិនហ៊ានចូលរៀនថ្នាក់  
ភាសាអង់គ្លេសដែលមានគ្រូបរទេសបង្រៀនទេ។  
ប៉ុន្តែបន្ទាប់ពីទទួលបានការលើកទឹកចិត្តពីលោកគ្រូអ្នកគ្រូ លៀនហ្វា  
បានក្លាហាននិយាយភាសាអង់គ្លេសនៅក្នុងថ្នាក់  
និងរៀនពូកែជាងរាល់ថ្ងៃទៀត។





“ មនុស្សដែលមិនរៀនដូចពេជ្រដែលមិនបានដុះខាត់។ ”

– សុភាសិតជនជាតិថៃ



នាងគិតថា ប្រសិនបើកុមារផ្សេងៗក៏ខ្មាស់រៀនដូចខ្លួនទេ គឺមិនអាច  
រៀនភាសាអង់គ្លេសបានទេ។ នាងបានសុំអនុញ្ញាតបើកថ្នាក់រៀនឱ្យ  
កុមារតូចៗនៅកន្លែងដែលនាងរស់នៅ។

ការងារបម្រើសហគមន៍របស់លៀនហ្វា បានសាលាមហាវិទ្យាល័យ  
Fulbright រៀនណាមទទួលស្គាល់ ហើយបានអញ្ជើញនាងឱ្យ  
ក្លាយទៅជានិស្សិតនៅសាលាផង។





ក្លាហានឈានឡើងឱ្យរួចផុតពីការភ័យខ្លាចនៃខ្លួនឯង  
នឹងអាចជួយឱ្យអ្នកសម្រេចបានជោគជ័យ!



BONJOUR

3X+

### ដំណើរឆ្លើយរបស់ ឌីញ្យូរ៉ានណាំ

ក្មេងតូច ឌីញ្យូរ៉ានណាំ

(ជនជាតិប្រេហ ខេត្ត ក្វាងណាម) បានបាត់បង់ម្តាយតាំងពី អាយុ១០ឆ្នាំ។ ជារៀងរាល់ថ្ងៃ ក្មេងតូចត្រូវក្រោកពីព្រលឹម ទៅភ្នំ ទៅរាស់ ដើម្បីចិញ្ចឹមជីវិតនិងទៅរៀន។

ក្មេងតូចមិនស្ទាត់ភាសាគិញ ខ្លាចមិត្តធ្វើបាប ហើយក៏ខ្លាច ទៅសាលាទៀត ពីព្រោះច្រើនថ្ងៃមិនចាំមេរៀននិងមិនដឹង របៀបធ្វើលំហាត់ផង។

HEY BRO!

Hello

+ 1 = 10

ស្តាប់យល់  
ភាសាគិញទេ?

ព្រះអើយ!  
សម្លៀកអស្ចារ្យណាស់!



ទោះជាយ៉ាងណា ឪពុកវ៉ានណាំក៏នៅតែអត់ធ្មត់តស៊ូឈានឡើងពីការខ្លាច  
របស់ខ្លួន សម្រេចចិត្តរៀនឱ្យពូកែភាសាគិញ ម្ចាស់ការសួរពីការរៀនសូត្រ  
អំពីមិត្តភក្តិ និងលោកគ្រូអ្នកគ្រូ។ ក្រោយពីការតស៊ូនិងការពឹងលើខ្លួនឯង  
ជាច្រើនឆ្នាំ ឪពុកវ៉ានណាំ បានបញ្ចប់កម្រិតវិទ្យាល័យ និងប្រឡងជាប់  
ចូលរៀនមហាវិទ្យាល័យពហុបច្ចេកទេសដាណាំង។



ប្រជុំកោះហ្វាងសា



ប្រជុំកោះទ្រៀងសា

ទៅរៀនបណ្ឌិត គាត់ក៏បានធ្វើការបន្ថែមនៅហាងកាហ្វេ យាមម៉ូតូ  
ជំនួយរាយប័ណ្ណផ្សព្វផ្សាយ គ្រូបង្រៀនតាមផ្ទះ ជួសជុលកុំព្យូទ័រ...  
ហើយក៏បានមានក្តីប្រាថ្នាបានទៅសិក្សា  
និងធ្វើការនៅបរទេសទៀត...



មាណពប្រោ បានឆ្លងកាត់ចំនួនជាង៤០០និស្សិតដទៃ  
ដើម្បីទទួលបានមួយការងារក្នុងចំណោមប្រាំការងាររបស់  
ក្រុមហ៊ុន Takemoto Danki ប្រទេសជប៉ុន។ ក្រោយពេលមួយរយៈ  
ដែលបានធ្វើការនៅប្រទេសជប៉ុន ណាំបានត្រឡប់មកវិញប្រទេស  
វៀតណាម បច្ចុប្បន្នគាត់គឺជាវិស្វករនៅក្រុមហ៊ុន FPT។

“ មានឆន្ទៈដុះខាត់ផ្លែជាលក្ខាយទៅជាម្ចាស់  
មានឆន្ទៈដុះខាត់ដុំថ្មក្លាយទៅជាប្រាក់។ ”

– សុភាសិតជនជាតិយ៉ាវ

ឱកាសរៀនសូត្រនិងជោគជ័យតែងតែមានសម្រាប់មនុស្ស  
ទាំងអស់ ប្រសិនបើអ្នកមានការអត់ធ្មត់តស៊ូ និងសម្រេចចិត្តក្នុង  
ការឆ្លងកាត់ភាពលំបាក។



## ដំណើររឿងរបស់តាន់ធីស៊ី

ចាប់តាំងពីតូច តាន់ធីស៊ី (ជនជាតិហ្នង ខេត្តឡាវកាយ) ត្រូវបានធ្វើការ ច្រើនដើម្បីជួយម្តាយថែទាំឪពុកដែលឈឺនិងបងប្អូនស្រី។ រៀនបញ្ចប់ ថ្នាក់ទី៣ ស៊ីបានបោះបង់ការរៀននិងទៅជាមួយបងស្រីលក់ទំនិញនៅ តាមផ្លូវ ប៉ុន្តែក្មេងស្រីមិនអាចនិយាយស្ទាត់ភាសាគិញទេនិងមិនចេះ ភាសាអង់គ្លេសផងដែរ។

មានថ្ងៃដែលភ្ញៀវខ្យល់ ស៊ីត្រូវបង្ខំចិត្តដេកនៅក្រោមជើងជណ្តើរនិង ញាំបណ្តោះអាសន្នអាហារដែលភ្ញៀវនៅសល់។



ស៊ូបានឃើញថា ទាំងបងស្រីនិងខ្លួននាងទាំងពីរត្រូវរងការលំបាក  
យ៉ាងខ្លាំងពេលបោះបង់ការរៀនសូត្រ។ ស៊ូរំលឹកអំពីមេរៀនដែល  
គ្រូបង្រៀននៅសាលា៖ “បោះបង់ការរៀនសូត្រដែលនាំឱ្យកុមារ  
តំណាងសមត្ថភាពបង្កើតអភិវឌ្ឍន៍ខ្លួនឯង និងស្វែងរកការងារដែល  
មានប្រាក់ចំណូលខ្ពស់ ធ្វើឱ្យបង្កើនការបង់ខាត  
នៃភាពក្រីក្រនិងឱនថយ”។





ស៊ូបានស្នើសុំធ្វើការបម្រើបន្ទប់នៅសណ្ឋាគារ ផ្ទះហូមស្វេ ដើម្បីលត់ដំបន្តែមជំនាញភាសាអង់គ្លេស។ ពេលដែលភាសាអង់គ្លេសល្អជាងមុន ស៊ូមានស្នើសុំចេញពីការងារបម្រើ និងទៅធ្វើការជាអ្នកមិត្តភក្តិទ្វេសក់ទេសចរណ៍។ ដោយការជំនួយរបស់មិត្តមួយចំនួននៅប្រទេសអូស្ត្រាលី ស៊ូបានបើកក្រុមហ៊ុន Sapa O'Châu យកភ្ញៀវមកទស្សនាភូមិដ្ឋាននិងជួយមនុស្សជាច្រើនជនជាតិម៉ុងមានចំណូលបន្ថែម។

ស៊ូទទួលបានភាពជោគជ័យជាមួយគំរូទេសចរណ៍ក្នុងតំបន់ហើយមានស្រាប់ចែករំលែកបទពិសោធន៍ និងវិធីធ្វើរបស់ខ្លួនសម្រាប់ឱ្យមនុស្សគ្រប់គ្នាដើម្បីរួមគ្នាអភិវឌ្ឍវប្បធម៌និងសេដ្ឋកិច្ចក្នុងស្រុកកំណើតខ្លួន។



# ដំណើររឿងរបស់ហាឡេយៀម

ហាឡេយៀម (ជនជាតិតៃ ខេត្តប៉ាក់កាន)

ចូលចិត្តធ្វើកម្រងភាពយន្តឯកសារពេលចូលរួមវគ្គបណ្តុះបណ្តាលធ្វើភាពយន្ត។ នាងនិស្សិតឈ្មោះយៀម មានចំណាប់អារម្មណ៍ធ្វើភាពយន្ត ប៉ុន្តែត្រូវបានសាច់ញាតិនិងមិត្តភក្តិរារាំង ពីព្រោះវាមានការលំបាកនិងឥតមានប្រាក់ខែទៀងទាត់ ពេលខ្លះត្រូវតែចំណាយប្រាក់ផ្ទាល់សម្រាប់គម្រោងភាពយន្ត។ ម្តាយនិងនាងក៏ព្រោះតែពីរឿងហ្នឹងមិនបាននិយាយស្តីជាមួយគ្នាអស់មួយរយៈដែរ។ ទោះយ៉ាងណាក្តី យៀមនៅតែខិតខំព្យាយាមសម្របសម្រួលម្តាយ ហើយនាងបានបោះបង់ទីក្រុង ដើម្បីរួមហូបចុក រួមរស់នៅជាមួយជនជាតិភាគតិចដើម្បីផលិតភាពយន្ត។





សមភាពដើម្បីឱ្យកុមារីទទួលបានការសិក្សា  
ណែនាំ សម្រេចចិត្ត និងអភិវឌ្ឍ។



នាងត្រូវគេងយឺតភ្នាក់ពីព្រលឹម ដើម្បីធ្វើការជាមួយកុមារនៅ  
តំបន់ខ្ពស់ រួមកត់ត្រាដំណើររឿងដ៏ឆ្លងកាត់ការលំបាករបស់កុមារ  
តាមឈុតភាពយន្ត “បណ្តាកុមារក្នុងទឹកសន្សើម”។ កម្រងភាពយន្ត  
នេះបានទទួលពានរង្វាន់ពិសេសពីមហោស្រពភាពយន្តឯកសារ  
អន្តរជាតិ Amsterdam ២០២១ ជាការសម្រាប់ភាពយន្តដំបូង។  
អ្នកផលិតភាពយន្តដ៏ល្បីៗឈ្មោះលើពិភពលោកទទួលស្គាល់  
នាងយៀម ជាអ្នកដឹកនាំរឿងវ័យក្មេងដែលមានអនាគតដ៏រុងរឿង។

ដំណើរការរបស់នាងយៀម ទោះបីមានការលំបាកជាច្រើន  
ប៉ុន្តែវាក៏ពោរពេញទៅដោយសុភមង្គល និងសង្ឃឹមថា  
បន្តទទួលបានជោគជ័យ។





មនុស្សគ្រប់រូបសុទ្ធតែមានសក្តានុពល ភាពខ្លាំង  
ដើម្បីសិក្សា ជោគជ័យ និងរស់នៅដោយសុភមង្គល!



**ធូបដៃគ្នា**



**លុបបំបាត់ភាព  
មិនសមភាពភេទ**

និងបណ្តារទំនៀមទម្លាប់ដែល  
មិនល្អចំពោះស្ត្រីនិងកុមារ!



*Chịu trách nhiệm xuất bản:*

Giám đốc - Tổng biên tập

**Khúc Thị Hoa Phượng**

Biên tập: Nguyễn Thị Hòa Bình

Vũ Thị Phương

Bìa: Lộc Linh

Trình bày: Lộc Linh - Xuân Ngân

Sửa bản in: Anh Đào

**NHÀ XUẤT BẢN PHỤ NỮ VIỆT NAM**

39 Hàng Chuối - Hà Nội

ĐT: (024) 39717979 - 39717980 - 39716727 - 39712832

Fax: (024) 39712830

E-mai: [nxbphunu.com.vn](mailto:nxbphunu.com.vn)

Website: [ww.nxbphunu.com.vn](http://ww.nxbphunu.com.vn)

Chi nhánh:

16 Alexandre de Rhodes - Q1 - TP. Hồ Chí Minh

ĐT: (028) 38234806

---

**ការពិតមើលក៏អាចធ្វើបានដែរ**

(THÌ RA MÌNH CŨNG LÀM ĐƯỢC) - TIẾNG KHMER