

ព្រំដែននៃកម្មវិធីសហគមន៍ ដឹកនាំអនុវត្តន៍អនាម័យ៖ ការបង្កើតថ្មី និងការយល់ដឹង



ការបំបែកតំណាម៖ អនាម័យក្នុងពេលមានរដូវនៅក្នុង កម្មវិធីសហគមន៍ដឹកនាំអនុវត្តន៍អនាម័យ

Sharon Roose and Tom Rankin, Plan International and Sue Cavill, Independent Consultant

Issue 06, July 2015

CLTS Knowledge Hub at

www.communityledtotalsanitation.org



អំពីមជ្ឈមណ្ឌលចំនេះដឹងកម្មវិធីសហគមន៍ដឹកនាំអនុវត្តន៍អនាម័យ

IDS បាន និងកំពុងធ្វើការគាំទ្រកម្មវិធីសហគមន៍ដឹកនាំអនុវត្តន៍អនាម័យតាំងពីដំបូងមក។ ឥឡូវនេះ កម្មវិធីសហគមន៍ដឹកនាំអនុវត្តន៍អនាម័យបានក្លាយជាចលនាអន្តរជាតិ ដែលគេទទួលស្គាល់ IDS ថាជាមជ្ឈមណ្ឌលចំនេះដឹង។

មជ្ឈមណ្ឌលចំនេះដឹងនេះគឺត្រូវបានគេចាត់ទុកថា ជាទិដ្ឋភាពនៃភាពជាក់ស្តែងរបស់កម្មវិធីសហគមន៍ដឹកនាំអនុវត្តន៍អនាម័យ និងសម្រាប់រៀនសូត្រតាម ចែករំលែក និងផ្សព្វផ្សាយពីការអនុវត្តល្អៗ គំនិត និងការបង្កើតថ្មី ដែលនាំអោយមាននិរន្តរភាព និងមានមាត្រដ្ឋាន។ យើងស្វែងរកនូវការភ្ជាប់ទំនាក់ទំនងរវាងអ្នកអនុវត្ត កម្មវិធីសហគមន៍ដឹកនាំអនុវត្តន៍អនាម័យ ក្នុងការផ្តល់ព័ត៌មាន និងបង្កើតការឆ្លុះបញ្ចាំងបន្តការរៀនសូត្រ និងផ្លាស់ប្តូរបទពិសោធន៍ពីគ្នាទៅវិញទៅមក។ យើងធ្វើការសហការគ្នាជាមួយអ្នកអនុវត្ត អ្នកតាក់តែងគោលនយោបាយ អ្នកស្រាវជ្រាវ និងអ្នកធ្វើការក្នុងការងារអភិវឌ្ឍន៍ ការងារអនាម័យ និងការងារទាក់ទងនឹងសហគមន៍។

ចុងក្រោយ គោលបំណងចម្បងរបស់មជ្ឈមណ្ឌលគឺ ដើម្បីរំលែករំលែកភាព ថ្លៃថ្នូរ សុខភាព និងសុខុមាលភាពនៃកុមារ ស្ត្រី និងបុរសក្នុងពិភពលោកកំពុងអភិវឌ្ឍន៍ ដែលកំពុងរងគ្រោះពីផលប៉ះពាល់នៃការយល់ដឹងពីអនាម័យមិនគ្រប់គ្រាន់ឬកង្វះអនាម័យ។

សាលាមួយនៅសង្កាត់ត្បូង ប្រទេសអ៊ូហ្គាន់ដា
រូបភាព៖ អង្គការជ្ជេនអន្តរជាតិ

**ការបំបែកតំណាង៖ អនាម័យក្នុងពេលមានរដូវនៅក្នុង
កម្មវិធីសហគមន៍ ដឹកនាំអនុវត្តន៍អនាម័យ**

Sharon Roose and Tom Rankin, Plan International and Sue
Cavill, Independent Consultant

Correct citation: Roose, S., Rankin, T. and Cavill, S. (2015) 'Breaking the Next Taboo: Menstrual Hygiene within CLTS', *Frontiers of CLTS: Innovations and Insights* Issue 6, Brighton: IDS

First published in 2015

© Institute of Development Studies 2015

Some rights reserved – see copyright license for details.

ISBN 978-1-78118-249-9

For further information please contact:

CLTS Knowledge Hub, Institute of Development Studies, University of Sussex, Brighton, BN1 9RE

Tel: +44 (0)1273 606261

Email: CLTS@ids.ac.uk

Web: www.communityledtotalsanitation.org

This series is licensed under the Creative Commons Attribution-Non-Commercial-NoDerivs 3.0 Unported License (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/3.0/>).

Attribution: You must attribute the work in the manner specified by the author or licensor.

Non-commercial: You may not use this work for commercial purposes

No Derivative Works: You may not alter, transfer, or build on this work.

Users are welcome to copy, distribute, display, translate or perform this work without written permission. For any reuse or distribution, you must make clear to others the licence terms of this work. If you use the work, we ask that you reference the CLTS website (www.communityledtotalsanitation.org) and send a copy of the work or a link to its use online to the following address: CLTS Knowledge Hub, Institute of Development Studies, University of Sussex, Brighton, BN1 9RE, UK (CLTS@ids.ac.uk).

Consent has been given to take and use all the photos in this issue.

This series is funded by the Swedish International Development Cooperation:



សេចក្តីថ្លែងអំណរគុណ

យើងខ្ញុំសូមថ្លែងអំណរគុណចំពោះ Sarah House (ទីប្រឹក្សាឯករាជ្យ) ដែលបានតាក់តែងពង្រាង ដំបូងនៃឯកសារនេះ ដោយមានការគាំទ្រតាមរយៈ អង្គការ WaterAid ពី SHARE Consortium ។ យើងខ្ញុំក៏សូមអរគុណចំពោះ ការចូលរួមចំនែកក្នុងការបង្កើត និងពិនិត្យមើលឯកសារនេះឡើងវិញពី សំណាក់៖

- Morris Chimbeta, Clarisse Baghnyan, Sakhile Khaweka, Chelsea Huggett, Jane Wilbur, Thérèse Mahon, WaterAid.
- Jane Nyaketcho, Dan Kapatuka, Lee Leong, Plan International
- Archana Patkar, WSSCC.
- Denise Reck and Ina Jurga, WASH United.
- Sarah Fry, FHI 360.
- Marni Sommer, Grow and Know/ Columbia University.
- Kamran Naeem, UNICEF Pakistan,
- Belen Torondel and Padma Das, LSHTM.



ជំនះតំណាង៖ អនាម័យក្នុងពេលមានរដូវ នៅក្នុងកម្មវិធីសហគមន៍ដឹកនាំអនុវត្តន៍អនាម័យ

រដូវ រដូវ រដូវ!!!

ការធ្លាក់ឈាមដែលតែងកើតមានលើស្ត្រីគ្រប់គ្នា.....ក្នុងវេលាជារៀងរាល់ខែ!
នេះជាធម្មជាតិមិនកែប្រែក្នុងការរស់នៅ!

រដូវ រដូវ រដូវ!!!

អ្នកតែងតែឆ្លៀតមករំខានស្ត្រីគ្រប់គ្នា អ្នកពេញចិត្តចំពោះស្ត្រីគ្រប់រូប
មិនថារូបល្អ ឬអាក្រក់ក្តី ឱ្យតែជាស្ត្រីអ្នកមករាល់ខែ!

រដូវ រដូវ រដូវ!!!

ទាំងស្ត្រីអ្នកក្រ និងអ្នកមាន អ្នកតែងមានវត្តមានដល់ស្ត្រីគ្រប់រូប
ហេតុនេះស្ត្រីអើយពេលមករដូវ អ្នកត្រូវរិះគិតរក្សាខ្លួនស្រី ត្រូវរកមកប្រើនូវសំឡីអនាម័យ ព្រមទាំង
ខោខ្លី សាប៊ូ និងទឹកស្អាត ដើម្បីឱ្យមានសុវត្ថិភាពពេលមានរដូវ ស្ត្រីគ្រប់រូបចាំបាច់រក្សាអនាម័យ!!!

និពន្ធដោយកុមារីនៅសាលាបឋមសិក្សា អាកាដុត (Akadot) ប្រទេសយូហ្គីនដា
អង្គការ Plan International ឆ្នាំ២០១៥

សេចក្តីផ្តើម

ភាគច្រើននៃកុមារីយុវជន និងស្ត្រី តែងតែមានរដូវ។ នេះគឺមានន័យថា សម្រាប់រយៈពេលប្រាំ
ទៅប្រាំពីរថ្ងៃជារៀងរាល់ខែ ពួកគេតែងតែមានឈាមហូរចេញពីទ្វារមាសរបស់ពួកគេ។ ជារឿយៗ ការ
ធ្លាក់ឈាមប្រចាំខែនេះ តែងបណ្តាលឱ្យមានអាការៈឈឺពោះ ឈឺក្បាល អារម្មណ៍ប្រែប្រួល និងអស់
កម្លាំង ហើយស្ថានភាពទាំងនេះ នឹងកាន់តែធ្ងន់ធ្ងរឡើងដោយមានការខ្លើមរើមពីសង្គម អបិយជំនឿ
និងកង្វះខាតហេដ្ឋារចនាសម្ព័ន្ធចាំបាច់ក្នុងការគ្រប់គ្រងការមានរដូវប្រកបដោយសុវត្ថិភាព ឯកជនភាព
និងអនាម័យល្អ។ ផលប៉ះពាល់នៃបញ្ហាទាំងនេះបូកបញ្ចូលគ្នា គឺបានជះឥទ្ធិពលយ៉ាងខ្លាំងចំពោះស្ត្រី
និងកុមារី ហើយអាចមានសក្តានុពល ក្នុងការរឹតត្បិតឱកាសរបស់ពួកគេដើម្បីទទួលបានការអប់រំ
សមភាព សកម្មភាពរកប្រាក់ចំណូល និងការចូលរួមនៅក្នុងសង្គម ដែលសុទ្ធសឹងតែជាការរារាំងនូវ
ការឱ្យតម្លៃ និងជំនឿចិត្តរបស់ពួកគេ។

ការបោះពុម្ពសៀវភៅ ព្រំដែននៃសហគមន៍ដឹកនាំអនុវត្តន៍អនាម័យ (Frontiers of CLTS) នេះ
ជាការបង្ហាញអំពីរបៀបដែលកម្មវិធីសហគមន៍ដឹកនាំអនុវត្តន៍អនាម័យ (CLTS) អាចពង្រីកនូវការកំណត់
បញ្ហាអំពីការគ្រប់គ្រងអនាម័យក្នុងពេលមានរដូវ (MHM) នៅក្នុងសាលារៀន និងសហគមន៍ ដើម្បី
កាត់បន្ថយនូវបញ្ហាដែលមានចំពោះស្ត្រី និងកុមារី។

គោលបំណងជាក់លាក់របស់សៀវភៅនេះគឺ៖

- បង្កើនការយល់ដឹងរបស់អ្នកបង្កើតគោលនយោបាយ និងអ្នកអនុវត្ត អំពីការគ្រប់គ្រងអនាម័យ
ក្នុងពេលមានរដូវ (MHM) ។

- ជម្រុញឱ្យមានការផ្លាស់ប្តូរ តាមរយៈការរំលែចឱ្យឃើញនូវការចូលរួមកម្លាំងគ្នាជាផ្លូវមួយ រវាងការគ្រប់គ្រងអនាម័យក្នុងពេលមានរដូវ (MHM) និងកម្មវិធីសហគមន៍ដឹកនាំអនុវត្តន៍អនាម័យ (CLTS) ។
- ការចែករំលែកឧទាហរណ៍អំពីរបៀបដាក់បញ្ចូលអន្តរាគមន៍ការគ្រប់គ្រង អនាម័យក្នុងពេលមានរដូវ (MHM) នៅក្នុងកម្មវិធីសហគមន៍ដឹកនាំអនុវត្តន៍អនាម័យ (CLTS) និងកម្មវិធីសាលារៀនដឹកនាំអនុវត្តន៍អនាម័យ (SLTS) ដោយផ្អែកលើគំនិតបង្កើតថ្មី និងបទពិសោធន៍របស់អង្គការផ្សេងៗជាច្រើន។
- សង្ខេបអំពីអ្វីដែលអាចធ្វើបានដើម្បីកែលម្អការគ្រប់គ្រងអនាម័យនៅពេលមានរដូវ តាមរយៈកម្មវិធីសហគមន៍ដឹកនាំអនុវត្តន៍អនាម័យ។

តើអ្វីជាការមករដូវ និងការគ្រប់គ្រងអនាម័យក្នុងពេលមករដូវ ?

"ការមករដូវ" គឺជាដំណើរការជីវសាស្ត្រមួយ កើតមានចំពោះស្ត្រី និងកុមារីនៅក្នុងវ័យបន្តពូជ ដោយជាទូទៅគឺចាប់ផ្តើមក្នុងអាយុចន្លោះពី ១០ ឆ្នាំ ដល់ ១៩ ឆ្នាំ និងបន្តការ វិលជុំជាទៀងទាត់ (ជាមធ្យម ២៨ ថ្ងៃ) រហូតដល់អស់រដូវនៅក្នុងអាយុចន្លោះពី ៤៥ ឆ្នាំ ដល់ ៥៥ ឆ្នាំ។ ការមករដូវគឺបណ្តាលមកពីការធ្លាក់ឈាម និងជាលិកាស្រទាប់ខាងក្នុងស្បូនមកតាមទ្វារមាស។

"ការគ្រប់គ្រងអនាម័យក្នុងពេលមានរដូវ" គឺជាមធ្យោបាយដែលស្ត្រី និងកុមារីយល់ដឹងទង់ប្រើដើម្បីចាត់ចែងលើការមានរដូវរបស់ខ្លួន។ ការគ្រប់គ្រងអនាម័យក្នុងពេលមានរដូវ (ល្អ) ទាមទារឱ្យស្ត្រី និងកុមារីយល់ដឹង មានចំណេះដឹង និងការយល់ដឹងមួយចំនួនដើម្បីគ្រប់គ្រងការមករដូវរបស់ខ្លួនប្រកបដោយប្រសិទ្ធភាព និងមានអនាម័យ ដោយការប្រើសម្ភារៈស្អាតសម្រាប់ទ្រាប ឬប្រមូលឈាមរដូវនិងអនុវត្តន៍អនាម័យ និងការថែទាំខ្លួនល្អនៅក្នុងអំឡុងពេលមានរដូវហើយអាចមានលទ្ធភាពចូលទៅប្រើប្រាស់បរិក្ខារលាងសម្អាត ឬបោះចោលសម្ភារៈគ្រប់គ្រងអនាម័យពេលមានរដូវដែលប្រើរួចប្រកបដោយសេចក្តីថ្លៃថ្នូរ និងការទទួលខុសត្រូវចំពោះបរិស្ថាន។ ការគ្រប់គ្រងអនាម័យក្នុងពេលមានរដូវ (MHM) គឺមិនគ្រាន់តែជាការគ្រប់គ្រងនៅក្នុងអំឡុងពេលមានរដូវតែប៉ុណ្ណោះទេ ប៉ុន្តែថែមទាំងជាតម្រូវការដើម្បីឆ្លើយតបជាមួយជំនឿ និងតំណររបស់សង្គមដែលមានជុំវិញបញ្ហានេះផងដែរ។ ចំណេះដឹង ការចង្អុលបង្ហាញនិងការគាំទ្រគ្រប់គ្រាន់ចំពោះកុមារីនិងស្ត្រីនៅក្នុងការត្រៀមខ្លួនជាមុន និងក្នុងអំឡុងពេលមានរដូវ ក៏ជាផ្នែកមួយនៃនិយមន័យរបស់យើងផងដែរ។

ជំនឿខុសឆ្គង និងអាថ៌កំបាំង

ជំនួសឱ្យការទទួលបានការអបអរថាជាសញ្ញាបញ្ជាក់នូវសុខភាពល្អ ភាពប្រក្រតី និងជាដំណើរការដ៏មានសារៈប្រយោជន៍ ជារឿយៗ ការមករដូវបែរជាត្រូវបានគេផ្សាភ្ជាប់ជាមួយភាពអាម៉ាស់ ភាពគួរឱ្យខ្ពឹមរើម និងជារឿងចង្រៃទៅវិញ។ ការរក្សាភាពស្ងៀមស្ងាត់ស្តីពីការមករដូវ បង្ខំឱ្យស្ត្រី និងកុមារីត្រូវ៖

- លាក់បាំងអំពីការមានរដូវ ក្រែងលោមានគេឃើញ ឬធំក្លិនឈាម ដែលអាចបង្កជាការរៀនខ្មាសការបាក់មុខ ការចំអន់លេងសើច ភាពអាម៉ាស់ ឬការរិះគន់។

- លាក់បាំងអំពីការប្រើប្រាស់ផលិតផលសម្រាប់ពេលមានរដូវ ឧ. បានផលិតផលនោះពីណា នាំយកតាមខ្លួន បោកសម្អាត ទុកដាក់ និងបោះចោលយ៉ាងណាជាដើម? កុមារី ឬស្ត្រីដែល មិនមានធនធានដើម្បីទិញសម្ភារៈអនាម័យដោយខ្លួនឯង អាចនឹងច្នៃកុសម្ភារៈមិនមាន សុវត្ថិភាពមកប្រើដោយខ្លួនឯង (ដូចជា ក្រដាស កន្ទួប ស្លឹកឈើ សំបកឈើ ឬដីភក់) ។
- ការរក្សាការអនុវត្តអនាម័យផ្ទាល់ខ្លួនជារឿងឯកជន ជូនកាលអាចនាំឱ្យកើតមានអាកប្បកិរិយា ខ្វះអនាម័យ ឬមិនមានសុវត្ថិភាព ឬអាចធ្វើឱ្យមានស្ថានភាពគ្មានសុវត្ថិភាពទៀតផង។
- គេចវេសមិនព្រមនិយាយអំពីការមានរដូវ បើទោះបីជានៅក្នុងស្ថានភាពឯកជនក្តី ជាហេតុធ្វើ ឱ្យព័ត៌មានមិនពិតត្រូវបានបន្តផ្សព្វផ្សាយដោយគ្មានការកែតម្រូវ ហើយជំនឿខុសឆ្គងនៅតែ បន្តកើតមាន។
- ប្រកាន់ខ្ជាប់តាមការរឹតត្បិតតែហេតុផលរបស់សង្គម ក្នុងអំឡុងពេលមានរដូវ។

តើកុមារីមានស្ថានភាពយ៉ាងដូចម្តេច?
នៅពេលមានរដូវ
នៅទូទាំងសកលលោក?

អចិន្ត្រៃយ៍៖
ប្រសិនបើអ្នកដើរកាត់ ស្ថានភាពអំឡុងពេល មានរដូវ ដើមរួចជាតិ និងងាប់

សភាព៖
កុមារីមិនកខ្វក់ទៅ សាលារៀនរហូតដល់ ២០% ដោយសារតែ រដូវរបស់ពួកគេ(ខ្មោស រង្វិន ឈឺចាប់ កង្វះអ នាម័យ)

កុមារីៗខ្លះចំណោម ១០នាក់បានបោះបង់ ការសិក្សា

ការគិត៖
កង្វះអនាម័យក្នុង ពេលមានរដូវ៖ ពាល់ ជីវិតរបស់កុមារី៖ ការ អប់រំ សុខភាពខូចទៅ និងឌីកាសនានានៅ ក្នុងជីវិត

អចិន្ត្រៃយ៍៖
ការរួមភេទអាច ល្បាយការឈឺចាប់ នៅពេលមានរដូវ

ការគិត៖
កុមារីមួយចំនួនពឹងផ្អែកលើការ ច្រើនប្រាស់ប្រណាត់ ស្លឹកចេក ឬគ្រឿងសាស្ត្រដែលមានផល ឱ្យមានរបេងជាគ្រឿង

ការគិត៖ អង្គការ Plan កំពុងផ្តល់វិធានការដល់កុមារីៗដើម្បីឱ្យមានជីវិតល្អ និងសុខុមាល័យដល់ អាចច្រើនប្រាស់ឡើងវិញបាន ដើម្បីជួយពួកគេក្នុងការប្រប់គ្រងរដូវឱ្យបានកាន់តែប្រសើរ។

Girls' Health:
A BLOODY SERIOUS BUSINESS

PLANORG.KH



ក្រាហ្វិចដោយ Plan International

មានជំនឿខុសឆ្គងជាច្រើនពាក់ព័ន្ធជាមួយ ការមានរដូវ៖ មនុស្សអាចមានជំនឿខុសឆ្គង ឧទាហរណ៍ ដូចជា ប្រសិនបើកុមារីកំពុងមាន រដូវទៅប៉ះសត្វគោ គោនោះនឹងឈប់មានទឹកដោះ ប្រសិនបើ គាត់ប៉ះដើមឈើណាមួយ ដើមឈើនោះនឹងងាប់ ឬប្រសិនបើស្ត្រីងូតទឹកក្នុងអំឡុងពេលមានរដូវ គាត់នឹង គ្មានកូន ឬឈឺ។ វប្បធម៌មួយចំនួនមានភាពរឹតត្បិតចំពោះស្ត្រី និងកុមារីនៅក្នុងអំឡុងពេលមានរដូវ ដូចជា រារាំងពួកគេមិនឱ្យចម្អិនអាហារ លេងកីឡា និង ប្រើប្រាស់ប្រភពទឹក ព្រមទាំងបរិក្ខារ អនាម័យ រួមជាមួយគេ ហើយមានកន្លែងខ្លះថែមទាំងហាមមិនឱ្យគេងនៅក្នុងផ្ទះទៀតផង។ ការសិក្សាមួយទៅ លើកុមារីចំនួន ៤៧៨ នាក់នៅក្នុងទីក្រុង ហារីយ៉ាណា (Haryana) ប្រទេសឥណ្ឌា (Geol និង Mittal ឆ្នាំ២០១១) បានរកឃើញថាក្មេងស្ត្រី ៧៥% មិនបានទៅធ្វើសក្ការបូជាសាសនាក្នុងអំឡុងពេល មានរដូវ ៤៥% មិនត្រូវបានអនុញ្ញាតឱ្យចូលផ្ទះបាយ និងជិត ២៥% ត្រូវតែហាម។ ក្មេងស្ត្រីជាង ១៦% គិតថាការមានរដូវ គឺជាសញ្ញាបញ្ជាក់ការចាប់ផ្តើមមានជម្ងឺ និង ៧% បានគិតថា វាជា បណ្តាសា។ នៅប្រទេសនេប៉ាល់ ពាក្យ ឆ្នាំដី (Chhaupadi) សំដៅលើការអនុវត្តជាប្រពៃណីរបស់ សង្គម ដែលហាមស្ត្រីមិនឱ្យចូលរួមនៅក្នុងសកម្មភាពជាធម្មតារបស់គ្រួសារ ឬសកម្មភាពសហគមន៍ នៅក្នុងអំឡុងពេលមានរដូវ ដោយគេចាត់ទុកថាពេលនោះស្ត្រីមិនបរិសុទ្ធ។ នៅឆ្នាំ ២០០៥ តុលាការ កំពូលរបស់ប្រទេសនេប៉ាល់បានប្រកាសជាផ្លូវការថា ការអនុវត្តនេះជាទង្វើខុសច្បាប់ ប៉ុន្តែ ទោះបីជា យ៉ាងណាក៏ដោយ នៅតំបន់ដាច់ស្រយាល Far-West កុមារីវ័យជំទង់ និងស្ត្រីត្រូវបានបង្ខំឱ្យទុកនៅ ក្នុងខ្ទមតូចៗ (chhau hut) ឬរោងមាត់ (George ឆ្នាំ២០១៤)។ ការផាត់ចេញពីផ្ទះ អាចឱ្យស្ត្រី ងាយទទួលរងគ្រោះដោយអំពើហិង្សា (សូមមើល Frontiers of CLTS issue 5) ។ ការផាត់ចេញពី ការប្រើប្រាស់បង្គន់អនាម័យ នាំឱ្យមានការបន្ទាបបង់ពាសវាលពាសកាល ដូច្នេះសហគមន៍មិនអាចចាត់ ទុកថាជាសហគមន៍ដែលគ្មានការបន្ទាបបង់ពាសវាលពាសកាលឡើយ ប្រសិនបើការអនុវត្តបែបនេះ នៅតែបន្ត។ ជំនឿខុសឆ្គងដែលយល់ថាកុមារីអាចរៀបការបាននៅពេលក្រមុំ (ពេលមករដូវលើក ដំបូង) បង្កើតសម្ពាធបន្ថែមឱ្យកុមារី បោះបង់ការសិក្សាដើម្បីរៀបការ ឬជួយកិច្ចការផ្ទះ ចំណែកជំនឿ ខុសឆ្គងដែលជឿថា ការរួមភេទអាចជួយព្យាបាលការឈឺចាប់ពេលមានរដូវ អាចជម្រុញឱ្យក្មេងស្ត្រី ជំទង់មានគភ៌។ ជំនឿខុសឆ្គង និងតំណមទាំងនេះអាចមានផលប៉ះពាល់ធ្ងន់ធ្ងរទៅលើសុខភាព ជំនឿចិត្ត ឱកាស និងជីវិតរបស់ស្ត្រី និងកុមារី។

តើហេតុអ្វីបានជាត្រូវពិចារណាអនុវត្តន៍ការគ្រប់គ្រងអនាម័យក្នុងពេលមាន រដូវនៅក្នុងកម្មវិធីសហគមន៍ដឹកនាំអនុវត្តន៍អនាម័យ ?

១. អនាម័យគឺជាកិច្ចការនយោបាយផង និងកិច្ចការសុខភាពសាធារណៈផងដែរ។ សហគមន៍ ដឹកនាំអនុវត្តន៍អនាម័យ អាចនឹងចូលរួមពង្រឹងវិសមភាពយេនឌ័រ ប្រសិនបើអ្នកសម្របសម្រួល សហគមន៍ដឹកនាំអនុវត្តន៍អនាម័យ មិនបានពិចារណាថាតើនរណាខ្លះដែលត្រូវបានដាក់បញ្ចូល ហើយនរណាខ្លះមិនត្រូវបានដាក់បញ្ចូល។
២. សហគមន៍ដឹកនាំអនុវត្តន៍អនាម័យ មិនមែនសុទ្ធតែមានគោលបំណងដាក់ច្បាស់ផ្នែកសមភាព យេនឌ័រនោះឡើយ៖ ចំណុចនេះអាចមានលទ្ធផលទាំងវិជ្ជមាន និងអវិជ្ជមានសម្រាប់ស្ត្រី។ ការដាក់បញ្ចូលការគ្រប់គ្រងអនាម័យក្នុងពេលមានរដូវ មានសក្តានុពលក្នុងការបង្កើនការ

ចូលរួមរបស់ស្ត្រីនៅក្នុងកម្មវិធីសហគមន៍ដឹកនាំអនុវត្តន៍អនាម័យ និងលើកកម្ពស់សេចក្តីត្រូវការ ជាក់លាក់ផ្នែកការគ្រប់គ្រងអនាម័យក្នុងពេលមានរដូវរបស់ស្ត្រី ដោយស្ត្រី សម្រាប់ស្ត្រី។ ការធ្វើបែបនេះ ជួយរួមចំណែកធ្វើឱ្យប្រសើរឡើងនូវសមភាពយេនឌ័រក្នុងសហគមន៍។

៣. ការពិចារណាយកការគ្រប់គ្រងអនាម័យក្នុងពេលមានរដូវមកអនុវត្តន៍ នៅក្នុងកម្មវិធីសហគមន៍ ដឹកនាំអនុវត្តន៍អនាម័យ អាចបង្កើនលទ្ធផលផ្នែកការអនុវត្តជាក់ស្តែងសម្រាប់ស្ត្រី (ឧ. មាន ឯកជនភាព មានភាពងាយស្រួល សុវត្ថិភាព និងភាពកក់ក្តៅកាន់តែច្រើន) ក៏ដូចជាលទ្ធផល ជាយុទ្ធសាស្ត្រ (ឧ. បានបង្កើនសិទ្ធិអំណាច ការជឿជាក់ និងការដាក់បញ្ចូលស្ត្រី ព្រម ជាមួយនឹងការធ្វើឱ្យប្រសើរឡើងនូវការយល់ដឹងរបស់បុរសអំពីបញ្ហាការគ្រប់គ្រងអនាម័យ ក្នុងពេលមានរដូវ)។

៤. ការមានរដូវគឺមិនខុសគ្នាពី "ការជុះ" នោះឡើយ គឺសុទ្ធតែទទួលរងការមាក់ងាយពីសង្គម និង តំណែងសង្គម។ លទ្ធភាពដែលកម្មវិធីសហគមន៍ដឹកនាំអនុវត្តន៍អនាម័យ ដើម្បីបំបែក របាំង ទាក់ទងនឹងអនាម័យ ផ្តល់ឱកាសយ៉ាងធំធេងក្នុងការដោះស្រាយបញ្ហាការមករដូវ។ ការអនុវត្ត ការគ្រប់គ្រងអនាម័យល្អក្នុងពេលមានរដូវ គឺស្ថិតក្នុងដែនសមត្ថភាពរបស់ក្រុមគ្រួសារទាំងអស់ ឱ្យតែពួកគេមានការយល់ដឹង និងមានឆន្ទៈឆ្លើយតបទៅនឹងរបាំង និងការមាក់ងាយពីសង្គមលើ ចំណុចនេះ។

៥. ការដាក់បញ្ចូលការគ្រប់គ្រងអនាម័យក្នុងពេលមានរដូវ នៅក្នុងការធ្វើកម្មវិធីសហគមន៍ ដឹកនាំ អនុវត្តន៍អនាម័យ និងលើកទឹកចិត្តក្រុមគ្រួសារឱ្យគិតគូរអំពីតម្រូវការផ្សេងៗផ្នែកយេនឌ័រ នៅពេលពួកគាត់សង់បង្គន់អនាម័យ ឧទាហរណ៍ ដូចជាតាមរយៈការជួយស្ត្រីក្នុងការគ្រប់គ្រង ពេលមានរដូវ នៅក្នុងលក្ខខណ្ឌមួយដែលងាយស្រួល និងឯកជន។ ស្ត្រី និងកុមារី ច្រើនតែ៖

- ប្រើប្រាស់បង្គន់ញឹកញាប់នៅពេលមានរដូវ (អាការៈរាគរូស ការទល់លាមក ចង់ក្អួត គឺ ជាប់ពាក់ព័ន្ធជាមួយការបញ្ចេញអំប៊ុននៅអំឡុងពេលមានរដូវ)។
- ចំណាយពេលយូរនៅក្នុងបង្គន់ (ដើម្បីជូរសម្ភារៈអនាម័យ និងលាងសម្អាត)
- ត្រូវការមធ្យោបាយដើម្បីបោះចោល និងលាងសម្អាតសម្ភារៈអនាម័យ ឬក្រណាត់ដែល ប្រឡាក់ នៅខាងក្នុង ឬនៅជិតបង្គន់អនាម័យ។
- ទាមទារឱ្យមានទឹកនៃងធំទូលាយនៅក្នុងបង្គន់អនាម័យ ដើម្បីគ្រប់គ្រងការមករដូវ និង លាងសម្អាតក្រណាត់ទ្រាប់ និងលាងសម្អាតខ្លួន។
- ចង់ឱ្យមានទឹកនៅក្នុងបង្គន់អនាម័យដើម្បីលាងសម្អាត និងងូតទឹកអំឡុងពេលមានរដូវ។

៦. ការអនុវត្តអនាម័យក្នុងពេលមានរដូវមិនបានល្អ អាចធ្វើឱ្យប៉ះពាល់ដល់ សុខភាពរបស់ស្ត្រី និងកុមារី។ ការដាក់តំណាងជុំវិញការមានរដូវមានន័យថា សម្ភារៈ អនាម័យក្នុងពេលមានរដូវ ត្រូវបានរក្សាទុកនៅកន្លែងសម្ងាត់ ដែលអាចបង្កឱ្យផ្តាច់ ឬគ្មានអនាម័យ។ ដើម្បីកាត់បន្ថយ មេរោគឆ្លងតាមរន្ធនោម ឬផ្លូវបន្តពូជ សម្ភារៈទ្រាប់ការពាររដូវដែលអាចយកមកប្រើប្រាស់ ឡើងវិញ គួរតែសម្អាតជាមួយសាប៊ូ និងទឹកស្អាត ដាក់ហាលនៅក្រោមពន្លឺថ្ងៃ និងបើកឱ្យមាន ខ្យល់ចេញចូល បន្ទាប់មករក្សាទុកនៅកន្លែងដែលស្អាត និង ស្ងួត។

៧. លក្ខខណ្ឌ និងភាពស្អាតរបស់បង្គន់អនាម័យមានសារៈសំខាន់សម្រាប់ការគ្រប់គ្រងអនាម័យ ក្នុងពេលមាន រដូវ ៖

ផលប៉ះពាល់សុខភាពអំពីការគ្រប់គ្រងអនាម័យក្នុងពេលមានរដូវ (MHM)

ការសិក្សាត្រួតពិនិត្យករណីនៅមន្ទីរពេទ្យមួយ ត្រូវបានធ្វើឡើងនៅឆ្នាំ ២០១៤ នៅទីក្រុង Odisha ប្រទេសឥណ្ឌា ដើម្បីពិនិត្យកាត់តែរីនៅក្នុងទ្វារមាស (BV) មេរោគនៅក្នុងផ្លូវនោម (UTI) និងមេរោគនៅក្នុងប្រព័ន្ធបង្ហូរនោម និងផ្លូវបន្តពូជ លើស្ត្រីចំនួន ៤៨៦ នាក់។ BV គឺជា ស្ថានភាពជំងឺមួយប្រភេទ ដែលបង្កឱ្យមានការរំខានដល់តុល្យភាពនៃបាក់តេរីក្នុងទ្វារមាស ហើយបង្កឱ្យមានការធ្លាក់ស ហើយជារឿយៗ ការធ្លាក់សនោះអាចមានក្លិនខ្លាំង។

របកគំហើញនេះ បានបង្ហាញថា មានកត្តាសំខាន់មួយចំនួនដែលត្រូវយកមកពិចារណាក្នុង ការគ្រប់គ្រងអនាម័យក្នុងពេលមានរដូវ ដើម្បីជៀសវាងការបង្កមេរោគក្នុងប្រព័ន្ធផ្លូវនោម និង ផ្លូវភេទ ដោយក្នុងនោះរួមមាន៖

- ប្រភេទកន្ទបអនាម័យដែលស្រ្តីប្រើ។ ស្រ្តីដែលប្រើប្រាស់កន្ទបអនាម័យបែបយកមក ប្រើឡើងវិញបាន ច្រើនតែមានអាការៈ ឬរោគសញ្ញាថាមានមេរោគក្នុងប្រព័ន្ធផ្លូវនោម និងផ្លូវភេទយ៉ាងហោចណាស់មួយ (BV ឬ UTI) ច្រើនជាងស្រ្តីដែលប្រើប្រាស់កន្ទប អនាម័យប្រភេទប្រើរួចបោះចោល។
- ការដែលមានទឹកនៃងងាយស្រួលនិងមានឯកជនភាពដើម្បីអាចប្តូរកន្ទបអនាម័យ ដោយពុំមានភាពតានតឹងផ្លូវចិត្ត។ ស្រ្តីដែលប្តូរកន្ទបអនាម័យរបស់គាត់នៅទីខាងក្រៅ បន្ទប់ ងាយនឹងមានបញ្ហាបាក់តេរីក្នុងទ្វារមាស ជាងពេល ដែលគាត់ប្តូរនៅទីកន្លែង ស្អាត និងមានឯកជនភាព។
- មានលទ្ធភាពចូលទៅរកបរិក្ខារទាំងនេះនៅកន្លែងជិតផ្ទះ ដោយមានទឹក និងសម្ភារៈ អនាម័យដទៃទៀត។

ប្រភព៖ Belen Torondel និង Padma Das, LSHTM (ឆ្នាំ២០១៤)

៨. ការបង្កលទ្ធភាពទទួលបានអនាម័យកាន់តែប្រសើរ អាចជួយកាត់បន្ថយភាពងាយរងគ្រោះ ចំពោះអំពើហិង្សាផ្នែកយេនឌ័រ។ ថ្វីបើកម្មវិធីផ្គត់ផ្គង់ទឹកស្អាត និងលើកកម្ពស់អនាម័យ (WASH) ផ្ទាល់មិនមែនជាឫសគល់នៃអំពើហិង្សាក្តី ប៉ុន្តែកម្មវិធីផ្គត់ផ្គង់ទឹកស្អាត និង លើកកម្ពស់ អនាម័យមួយ ដែលមិនបានគិតគូរអំពីសុវត្ថិភាពរបស់អ្នកប្រើប្រាស់អាច បង្កើនភាពងាយ រងគ្រោះដល់ស្ត្រី និងកុមារ។ ការមិនយកចិត្តទុកដាក់ចំពោះ ការគ្រប់គ្រងអនាម័យក្នុងពេល មានរដូវ (MHM) នៅក្នុងហេដ្ឋារចនាសម្ព័ន្ធអនាម័យ និងកម្មវិធីផ្សព្វផ្សាយសុខភាពអនាម័យ អាចធ្វើឱ្យស្ត្រី និងកុមារ ត្រូវប្រឈមនឹងហានិភ័យនៃអំពើហិង្សាផ្នែកយេនឌ័រ។ យើងនឹង ពិភាក្សាអំពីបញ្ហានេះបន្ថែមទៀតនៅក្នុងសៀវភៅ Frontiers of CLTS issue 5។

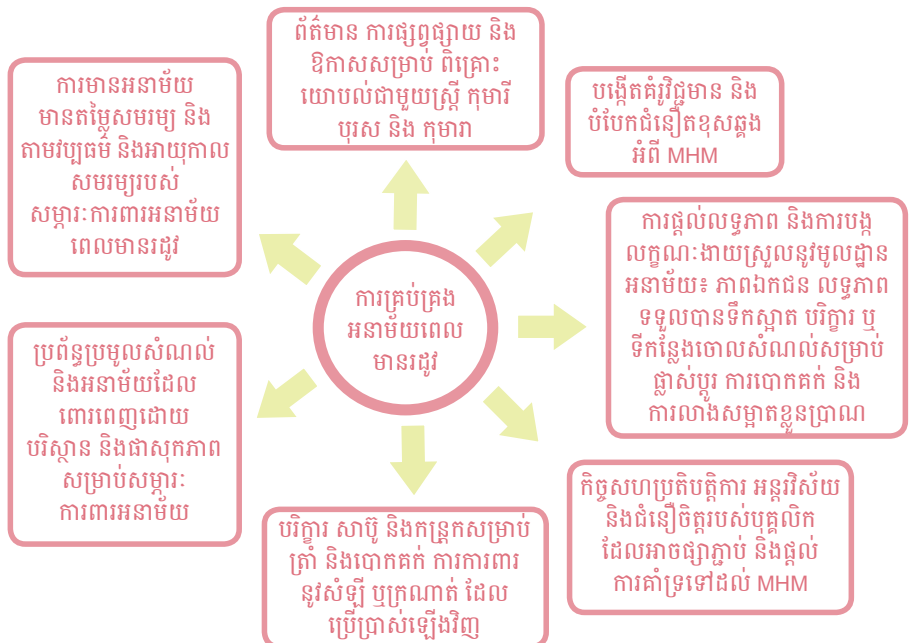
៩. កង្វះខាតបរិក្ខារការផ្គត់ផ្គង់ទឹកស្អាត និងលើកកម្ពស់អនាម័យ និងកង្វះសម្ភារៈអនាម័យ នៅ ក្នុងសាលារៀន អាចបង្កឱ្យមានការលំបាកសម្រាប់កុមារី និងអ្នកគ្រូបង្រៀននៅពេលពួកគេ

មានរដូវ ហើយអាចធ្វើឱ្យពួកគេស្តាប់ឈប់សម្រាកមួយថ្ងៃ ឬច្រើនថ្ងៃ ប្រសិនបើពួកគេមិនអាចគ្រប់គ្រងការមករដូវរបស់ខ្លួននៅសាលារៀនបាន។ កង្វះលទ្ធភាពទទួលបានសម្ភារៈអនាម័យ អាចបង្កើតឱ្យមានភាពចប់បារម្ភខ្លាចការហូរជ្រាបមកក្រៅ ខ្លាចប្រឡាក់សម្លៀកបំពាក់ ឬបង្កឱ្យមានក្លិនមិនល្អ ដែលអាចនាំឱ្យមានការពេបជ្រាយ ឌីផង និងមានអារម្មណ៍អៀន ឬអាម៉ាស់ជាដើម។ ការលើកទឹកចិត្តសហគមន៍សាលារៀនឱ្យគិតគូរអំពីការគ្រប់គ្រងអនាម័យក្នុងពេលមានរដូវ តាមរយៈកម្មវិធីសហគមន៍ដឹកនាំអនុវត្តន៍អនាម័យ និងសាលារៀនដឹកនាំអនុវត្តន៍អនាម័យ នៅក្នុងដំណាក់កាលតាក់តែងកម្មវិធី ការសាងសង់ ការថែទាំ និងការសម្អាតបង្គន់អនាម័យសាលារៀន អាចជួយបង្កើនភាពងាយស្រួល ការចូលរួម និងកម្រិតវត្តមានរបស់កុមារីនៅសាលារៀន និងជួយឱ្យគ្រូបង្រៀនជាស្រ្តីរក្សាការងាររបស់ខ្លួន។

ការមានបរិក្ខារអនាម័យគ្រប់គ្រាន់ គឺជាធាតុដ៏សំខាន់ក្នុងការផ្តល់មធ្យោបាយ និងឯកជនភាពគ្រប់គ្រាន់ ដើម្បីអាចគ្រប់គ្រងអនាម័យក្នុងពេលមានរដូវបានល្អ។ ដោយសារហេតុផលទាំងនេះ និងហេតុផលជាច្រើនទៀត ការមករដូវត្រូវបានទទួលស្គាល់ និងរចនាបញ្ចូលទៅក្នុងកម្មវិធីសហគមន៍ដឹកនាំអនុវត្តន៍អនាម័យ។

សមាសធាតុនៅក្នុងការគ្រប់គ្រងអនាម័យក្នុងពេលមានរដូវ

ដ្យាក្រាមខាងក្រោម ផ្តល់ទិដ្ឋភាពទូទៅអំពីសមាសធាតុសំខាន់ៗ ដែលចាំបាច់ត្រូវមានសម្រាប់ការគ្រប់គ្រងអនាម័យក្នុងពេលមានរដូវប្រកបដោយប្រសិទ្ធភាព។



ប្រភពឯកសារ៖ កែសម្រួលចេញពី House, Mahon និង Cavill (ឆ្នាំ ២០១១)

ការគ្រប់គ្រងអនាម័យក្នុងពេលមានរដូវនៅក្នុងសហគមន៍ដឹកនាំអនុវត្តន៍ អនាម័យ៖ បទពិសោធន៍ និងការច្នៃប្រឌិត

មានឯកសារតិចតួចណាស់ ដែលបានចងក្រងអំពីរបៀបដាក់បញ្ចូលកម្មវិធីគ្រប់គ្រងអនាម័យក្នុងពេលមានរដូវ ទៅក្នុងកម្មវិធីសហគមន៍ដឹកនាំអនុវត្តន៍អនាម័យ។ ទោះបីជាបុគ្គលិកកម្មវិធីសហគមន៍ដឹកនាំអនុវត្តន៍អនាម័យ អាចមានចំណេះដឹងខ្លះៗអំពីការគ្រប់គ្រងអនាម័យក្នុងពេលមានរដូវក្តី ប៉ុន្តែមានឧទាហរណ៍តិចតួចប៉ុណ្ណោះ ស្តីពីវត្តមាន សមាសធាតុការគ្រប់គ្រងអនាម័យក្នុងពេលមានរដូវ នៅក្នុងកម្មវិធីសហគមន៍ដឹកនាំអនុវត្តន៍អនាម័យ ។

ត្រូវមានការប្រុងប្រយ័ត្នក្នុងការលើកឡើងនូវប្រធានបទអំពីការគ្រប់គ្រង អនាម័យក្នុងពេលមានរដូវនៅក្នុងកិច្ចពិភាក្សាសហគមន៍ ដើម្បីចៀសវាងកុំឱ្យមានការដាក់កំហុស ឬផាត់ចេញនូវសមាជិកសហគមន៍ណាម្នាក់។ កិច្ចពិភាក្សាដំបូង ប្រហែលគួរធ្វើឡើងជាមួយក្រុមដែលមានតែស្ត្រី និងកុមារីដើម្បីស្វែងយល់អំពីបរិបទវប្បធម៌ជាមុនសិន មុននឹងឈានទៅពិភាក្សាជាមួយសហគមន៍ទាំងមូល។ ជាការសំខាន់ផងដែរ ដែលត្រូវចៀសវាងកុំបន្ទុះបង្អាក់ការចាប់ផ្តើមបំផុសសហគមន៍ដឹកនាំអនុវត្តន៍អនាម័យ តាមរយៈការលើកឡើងនូវសារបន្ថែម ដែលមានសក្តានុពលកាត់បន្ថយថាមពលសារគន្លឹះដែលយើងចង់បង្ហាញឱ្យសហគមន៍ឃើញថា "ពួកយើងកំពុងញ៉ាំងលាមករបស់គ្នាទៅវិញទៅមក" ហើយជម្រុញឱ្យកើតចេញជាសកម្មភាពភ្លាមៗ ដែលនឹងនាំទៅដល់ការបញ្ឈប់ការបន្ទោបង់ពាសវាលពាសកាល។

ផ្នែកខាងក្រោមនេះ បានចងក្រង និងស្វែងយល់អំពីបទពិសោធន៍មួយចំនួន ដោយបានលើកឡើងនូវសមាសធាតុសំខាន់ៗ ដែលត្រូវបានប្រើប្រាស់នៅក្នុងអន្តរាគមន៍ការគ្រប់គ្រងអនាម័យក្នុងពេលមានរដូវប្រកបដោយប្រសិទ្ធភាព ព្រមទាំងស្នើឡើងនូវចំណុចចូលសម្រាប់ការធ្វើកម្មវិធីសហគមន៍ដឹកនាំអនុវត្តន៍អនាម័យ (CLTS)។ សមាសធាតុទាំងអស់នេះ គឺមានភាពប្រទាក់ក្រឡា និងគាំទ្រគ្នាទៅវិញទៅមក។

ព័ត៌មាន ការផ្សព្វផ្សាយ និងឱកាសសម្រាប់កិច្ចសន្ទនាជាមួយស្ត្រី និងកុមារី បុរស និងកុមារ

បើយោងទៅលើការរីកសាយយ៉ាងពាសពេញនូវជំនឿខុសឆ្គង ការមាក់ងាយ ព្រមទាំងការយល់ខុសជុំវិញការគ្រប់គ្រងអនាម័យក្នុងពេលមានរដូវ ហេតុនេះ ការផ្សព្វផ្សាយព័ត៌មានពិត និងការសម្របសម្រួលកិច្ចពិភាក្សាគឺពិតជាមានភាពចាំបាច់ណាស់ដើម្បីកែលម្អ ការគ្រប់គ្រងអនាម័យក្នុងពេលមានរដូវ (MHM) ។

ឧទាហរណ៍អំពីអ្វីដែលបានធ្វើរួចហើយ៖

- នៅប្រទេសយូហ្គិនដា (Ugenda) អង្គការ Plan International បានប្រើប្រាស់វិធីសាស្ត្រជាច្រើនដើម្បីឱ្យកូនសិស្ស ចូលរួមធ្វើជាអ្នកអប់រំមិត្តសម្រាប់ការគ្រប់គ្រងអនាម័យពេលមានរដូវ ចែករំលែកកំណាព្យ និងរឿងរ៉ាវអំពី "ការផ្លាស់ប្តូរ" ជាមួយកុមារីដទៃទៀត។ ក្រុមការងារ សុខភាពភូមិ និងសមាជិកដទៃទៀត ក្នុងសហគមន៍បានសម្តែងល្ខោនស្តីពីជំនឿ

ខុសឆ្គង និងតំណាងពេលមករដូវ បង្ហាញអំពីរបៀបប្រើប្រាស់ កន្លែងអនាម័យប្រកបដោយប្រសិទ្ធភាព និងដាក់បញ្ចូលការគ្រប់គ្រងអនាម័យក្នុងពេលមានរដូវ ទៅក្នុងវគ្គផ្សព្វផ្សាយចំណេះដឹង អនាម័យដែលបានប្រព្រឹត្តទៅ នៅក្នុងអំឡុងពេលក្រោយការបំផុស។



ប្រធានក្លឹបអនាម័យសាលារៀនដឹកនាំកិច្ចប្រជុំប្រចាំសប្តាហ៍នៅក្នុងភូមិ Eastern Uganda។
រូបភាពដោយ អង្គការ Plan International

- អង្គការ WaterAid ប្រចាំនៅប្រទេសហ្សាំបៀ (Zambia) និងដៃគូ បានគាំទ្រការផ្សព្វផ្សាយស្តីពីការគ្រប់គ្រងអនាម័យក្នុងពេលមានរដូវនៅសាលារៀន តាមរយៈអ្នកសម្របសម្រួលសុខភាព និងអាហារូបត្ថម្ភសាលារៀន ក្លឹបសុខភាពសាលារៀន ក្រុមគាំទ្រអ្នកម្តាយ សមាគមឪពុកម្តាយ និងគ្រូបង្រៀន (PTAs) ដៃគូរៀនសូត្រ និងក្រុមពិភាក្សាដើម្បីផ្តល់បរិយាកាសប្រកបដោយការគាំទ្រដល់កុមារី និងកុមារក្នុងការរៀនសូត្រអំពីការគ្រប់គ្រងអនាម័យក្នុងពេលមានរដូវ។
- នៅភូមិ Mulanje ប្រទេស Malawi អង្គការ Plan International បានលើកទឹកចិត្តដល់ក្រុមម្តាយនៅតាមសាលារៀនមូលដ្ឋាន ធ្វើយ៉ាងណាឱ្យមានការចូលរួមពីប្រធានភូមិក្នុងការរៀបចំកិច្ចពិភាក្សានៅកម្រិតសហគមន៍ (ដោយមានការចូលរួមពីបុរស ស្ត្រី កុមារ និងកុមារី) អំពីការគ្រប់គ្រងអនាម័យក្នុងពេលមានរដូវ ដើម្បីបំបែកតំណាង និងជំនឿខុសឆ្គងដែលមាន។ ក្លឹបអនាម័យសាលារៀនដែលបានទទួលការពង្រឹងបន្ថែម តាមរយៈសាលារៀនដឹកនាំការអនុវត្តអនាម័យ ក៏បានបង្ហាញការទទួលយក និងបានទទួលការលើកទឹកចិត្តក្នុងការចូលរួមជាមួយ និងការគ្រប់គ្រងអនាម័យក្នុងពេលមានរដូវផងដែរ។



កុមារីជាសិស្សសាលាបឋមសិក្សា នៅក្នុងភូមិ Lira ភាគខាងជើងប្រទេស Uganda កំពុងរៀនពីអ្នកគ្រូរបស់ពួកគេអំពី MHM។
រូបភាពដោយអង្គការ Plan International



គ្រូបណ្តុះបណ្តាលកំពុងពន្យល់អំពីរបៀបប្រើប្រាស់សំឡីអនាម័យនៅក្នុងភូមិ Uttar Pradesh ប្រទេសឥណ្ឌា។
រូបភាពដោយអង្គការ Plan International

សៀវភៅស្តីពីការពេញវ័យរបស់កុមារី

សៀវភៅស្តីពីភាពពេញវ័យរបស់កុមារីតានហ្សានញៀ (Tanzania) ត្រូវបានបង្កើតឡើងនៅឆ្នាំ ២០០៩ ដោយ Dr. Marni Sommer តាមរយៈការសិក្សា ស្រាវជ្រាវបែបការចូលរួម ដែលត្រូវបានធ្វើឡើងដោយយកចិត្តទុកដាក់ជាមួយ កុមារីវ័យជំទង់ និងជាមួយមនុស្សធំដែលពាក់ព័ន្ធក្នុងជីវិតរបស់ពួកគេ ដូចជាឪពុកម្តាយ និងគ្រូបង្រៀន។ សៀវភៅនេះត្រូវបានទទួលស្គាល់ដោយក្រសួងអប់រំតានហ្សានញៀ ក្នុងឆ្នាំ ២០១០ ហើយក្រោយមកក៏ត្រូវបានកែសម្រួល និងអនុម័ត យកទៅប្រើនៅប្រទេស ហ្គាណា (Ghana) ប្រទេសអេទីអូភៀ (Ethiopia) និងប្រទេសកម្ពុជា។

សៀវភៅមានខ្លឹមសារប្រកបដោយអត្ថន័យយ៉ាងរស់រវើក ស្តីពីភាពពេញវ័យ និងការគ្រប់គ្រង អនាម័យក្នុងពេលមានរដូវ រួមទាំងរឿងរ៉ាវស្តីពីពេលមាន រដូវដែលសរសេរ ដោយកុមារីវ័យ ជំទង់។ សៀវភៅនេះ ផ្តោតគោលដៅ ចំពោះកុមារីចន្លោះពីអាយុ ១០ ឆ្នាំ ដល់ ១៤ ឆ្នាំ។ អ្នកអាចទាញយកសៀវភៅនេះបានតាមរយៈ www.growandknow.org/books.html



ប្រភពឯកសារ៖ Dr Marni Sommer, Columbia University. Photo: Girls in Cambodia with 'Growth and Changes' book. Credit: Susan Connolly/ Grow and Know

ចំណុចចាប់ផ្តើមសម្រាប់កម្មវិធីសហគមន៍ដឹកនាំអនុវត្តន៍អនាម័យ៖

ដាក់បញ្ចូលសមាសធាតុនៃការគ្រប់គ្រងអនាម័យក្នុងពេលមានរដូវ នៅក្នុងសកម្មភាពក្រោយ បំផុសរបស់សហគមន៍ដឹកនាំអនុវត្តន៍អនាម័យ និងសាលារៀនដឹកនាំអនុវត្តន៍អនាម័យ។

នៅក្រោយពេលបំផុស គឺជា ឱកាសមួយដើម្បីពិភាក្សា អំពី ចំណេះដឹង ឥរិយាបថ និងការ អនុវត្តទាក់ទងជាមួយរដូវ និង អនាម័យក្នុងពេលមានរដូវនៅក្នុង សហគមន៍ និងដើម្បីរំលេចអំពី បញ្ហាប្រឈមដែលស្ត្រី និងកុមារី បានជួបប្រទះ នៅក្នុងបរិបទមួយ ជាក់លាក់។ កិច្ចពិភាក្សានេះអាច ធ្វើឡើងជាកិច្ច ពិគ្រោះយោបល់ សហគមន៍បែបបើកទូលាយ ឬជា ក្រុមចែកតាមភេទ។ ការចូលរួម របស់ កុមារ និងបុរសអាចជួយ កាត់បន្ថយ ការបង្ហាប់លេងសើច ដោយកុមារាមកលើកុមារី ហើយ អាចជួយឱ្យបុរសជាឪពុកមានការ គាំទ្របន្ថែមទៀតដល់កូនស្រី និងប្រពន្ធភាគី តាមរយៈ ការទទួលស្គាល់បញ្ហា ការបើកបង្ហាញអំពី ជំនឿខុសឆ្គង និងការមាក់ងាយ និងការផ្តល់ឱ្យនូវវេទិការសម្រាប់ការពិភាក្សា។



ស្ត្រីមកពីគណៈកម្មាធិការគ្រប់គ្រងជួបជាមួយសមាជិកសហគមន៍ ដើម្បីពិភាក្សាការអប់រំសុខភាព និងអនាម័យនៅភូមិ Kalshi Takar Baa Slum ទីក្រុង Dhaka ប្រទេសបង់ក្លាដេស ឆ្នាំ ២០១១។ រូបភាពដោយអង្គការ WaterAid/GMB Akash/Panos

សាលារៀនដឹកនាំអនុវត្តន៍អនាម័យ គឺជាមធ្យោបាយគន្លឹះដ៏មានសក្តានុពលមួយដើម្បីដាក់បញ្ចូល ការគ្រប់គ្រងអនាម័យក្នុងពេលមានរដូវទៅក្នុងសាលារៀន ដោយក្នុងនោះទាំងកុមារ និងគ្រូបង្រៀន ត្រូវបានលើកទឹកចិត្តឱ្យពិភាក្សា ចែករំលែកចំណេះដឹង និងបទពិសោធន៍គ្នា។ គ្រូបង្រៀនត្រូវបាន ទទួលការបណ្តុះបណ្តាលអំពីសុខភាពបន្តពូជ និងការគ្រប់គ្រងអនាម័យក្នុងពេលមានរដូវ ដើម្បី ធានាឱ្យមានការសម្របសម្រួល និងការផ្សព្វផ្សាយព័ត៌មានពិតបានល្អ។

វិធីសាស្ត្ររបស់ប្រទេសប៉ាគីស្ថានក្នុងកម្មវិធីអនុវត្តន៍អនាម័យទាំងស្រុង (PATS)

នៅក្នុងប្រទេសប៉ាគីស្ថាន ការយល់ដឹងខ្លាំងផ្នែកវប្បធម៌ជុំវិញការគ្រប់គ្រង អនាម័យក្នុង ពេលមានរដូវ បង្កឱ្យមានបរិយាកាសដ៏លំបាកសម្រាប់ការអនុវត្ត សកម្មភាពគ្រប់គ្រងអនាម័យក្នុង ពេលមានរដូវ។ ក្លឹបកម្មវិធីផ្គត់ផ្គង់ទឹកស្អាត និងលើកកម្ពស់អនាម័យនៅក្នុងសាលារៀនដែលបាន ទទួលការបំផុសរួចហើយ បានក្លាយជាចំណុចចាប់ផ្តើម ដ៏ជោគជ័យសម្រាប់ការអនុវត្តសកម្មភាព គ្រប់គ្រងអនាម័យក្នុងពេលមានរដូវ។ កិច្ចពិគ្រោះយោបល់ជាមួយសហគមន៍ត្រូវបានធ្វើឡើងនៅ ក្រោមកម្មវិធី PATS ក្នុងអំឡុងដំណាក់កាលមុនបំផុស ដើម្បីយល់អំពីប្រពៃណីសង្គមនៅក្នុង សហគមន៍។ ការស្រាវជ្រាវមុនការអនុវត្តកម្មវិធីបានបង្ហាញថា សិស្សស្រីបានចែករំលែកសម្ភារៈ ផ្សព្វផ្សាយ និងសារអំពីការគ្រប់គ្រងអនាម័យក្នុងពេលមានរដូវជាមួយបងប្អូនស្រី មិត្តភក្តិជិតស្និទ្ធ និងពេលខ្លះជាមួយម្តាយរបស់ខ្លួន។ ការរកឃើញនេះ ត្រូវបានពង្រឹងបន្ថែមតាមរយៈកម្មវិធី PATS ដែលបានផ្តោតគោលដៅលើសិស្សស្រីដែលក្រោយមកបានផ្សព្វផ្សាយអំពីសារទាក់ទង នឹងការគ្រប់គ្រងអនាម័យ ក្នុងពេលមានរដូវទៅដល់សហគមន៍ដែលបានទទួលការបំផុសពីកម្មវិធី សហគមន៍ដឹកនាំអនុវត្តន៍អនាម័យរួចហើយ។

ប្រភព៖ Kamran Naem, WASH Specialist, UNICEF Pakistan

ការជំនះតំណាងជុំវិញការមករដូវ

ការបង្កើតឱ្យមានប្រពៃណីជាវិជ្ជមាន និងបំបាក់ជំនឿខុសឆ្គងស្តីពីការគ្រប់គ្រងអនាម័យក្នុង ពេល មានរដូវ

ដូចគ្នានឹងការសម្រេចបាននូវស្ថានភាពគ្មានការបន្ទោរបង់ពាសវាលពាសកាល នៅក្នុងសហគមន៍ ដឹកនាំអនុវត្តន៍អនាម័យដែរ ដើម្បីឱ្យការគ្រប់គ្រងអនាម័យក្នុងពេលមានរដូវមានភាពប្រសើរឡើងបាន គឺទាមទារឱ្យសហគមន៍ទាំងមូលមានការផ្លាស់ប្តូរឥរិយាបថ។ ការចូលរួមរបស់បុរសនៅក្នុងការងារ ការគ្រប់គ្រងអនាម័យក្នុងពេលមានរដូវ គឺជាការចាំបាច់ណាស់ ដើម្បីឱ្យពួកគេអាចផ្តល់ការគាំទ្រ ដល់កូនស្រី និងប្រពន្ធរបស់ខ្លួនទាំងផ្នែកស្មារតី និងហិរញ្ញវត្ថុ ក្នុងការយកចិត្តទុកដាក់ចំពោះតម្រូវការ សម្រាប់ការគ្រប់គ្រងអនាម័យក្នុងពេលមានរដូវរបស់កុមារី និងស្ត្រី។

ឧទាហរណ៍អំពីអ្វីដែលបានធ្វើរួចហើយ

- នៅប្រទេសបង់ក្លាដេស អង្គការ WaterAid បានធ្វើការ ជាមួយ កុមារីវ័យទំនង់ រស់នៅភូមិ Madhabpur Tea Garden ដើម្បីបំបែកភាពស្ងប់ស្ងាត់អំពីការមករដូវតាមរយៈការលេង បាល់ទាត់ <https://www.youtube.com/watch?v=JTnhNgT5XaY>

- អង្គការ WASH United បានបង្កើតកម្មវិធីសិក្សាស្តីពីការគ្រប់គ្រងអនាម័យក្នុងពេលមានរដូវប្រកបដោយភាពច្នៃប្រឌិតខ្ពស់។ ល្បែងមួយក្នុងចំណោមល្បែងដែលមានប្រជាប្រិយជាងគេគឺល្បែងឈ្មោះ "ផ្តល់ជំនឿខុសឆ្គង" ដោយល្បែងនេះបង្រៀនសិស្សឱ្យបានដឹងថាមានជំនឿខុសឆ្គង និងតំណាងជាទូទៅមួយចំនួនជុំវិញការគ្រប់គ្រងអនាម័យក្នុងពេលមានរដូវ ហើយយើងអាចរួមគ្នាចោទសួរ និងប្រឈមមុខជាមួយជំនឿខុសឆ្គង និងតំណាងទាំងនោះ។ គោលដៅរបស់ល្បែងនេះ គឺត្រូវផ្តល់ដបទទេរទាំង ១០ ដែលតំណាងឱ្យជំនឿខុសឆ្គង និងតំណាងអំពីការមករដូវ។ អ្នកលេងផ្តល់ដប ដើម្បីជាសញ្ញាបញ្ជាក់ពី ការបានទទួលចំណេះដឹង និងជំនឿចិត្ត ហើយ "ដោះលែង" ខ្លួនឯង និងក្រុមពីជំនឿខុសឆ្គង និងតំណាង ស្តីពីការមករដូវ។ ភាពសប្បាយរីករាយ ដែលបានមកពីការលេងល្បែងនេះ គឺមានសារៈប្រយោជន៍ណាស់ ព្រោះវាជួយ បង្កើតបរិយាកាសជាវិជ្ជមានជុំវិញប្រធានបទដែលបានហិមព័ទ្ធដោយប្រពៃណីនៃភាពស្ងៀមស្ងាត់ និងភាពអាម៉ាស់ (WASH United www.wash-united.org/) ។
- ការប្រារព្ធពិធីអបអរ និងការផ្សព្វផ្សាយជាសកល ដូចជា ទិវាអនាម័យការមករដូវ នៅថ្ងៃទី ២៨ ខែឧសភា (ផ្តួចផ្តើមឡើងដោយ WASH United, www.menstrualhygieneday) បង្កើតឱ្យមានសម្លេងសាមគ្គីភាពដ៏រឹងមាំមួយ សម្រាប់ស្ត្រី និងកុមារីជុំវិញសកលលោក និងជួយលើកបញ្ហានេះទៅក្នុងរបៀបវារៈផ្នែកនយោបាយ និងសង្គម។



សិស្សស្រីនៅក្នុងប្រទេសបង់ក្លាដេសលេងល្បែងថាមពលក្នុងអំឡុងពេលវគ្គបណ្តុះបណ្តាលអំពីការគ្រប់គ្រងអនាម័យក្នុងពេលមានរដូវដែលបានរៀបចំដោយអង្គការសប្បុរសធម៌ WASH United ។

រូបភាពដោយ WASH United



គ្រូបណ្តុះបណ្តាលបង្រៀនកុមារីអំពីការប្រើប្រាស់សំឡីអនាម័យដោយមានសុវត្ថិភាព នៅក្នុងអំឡុងពេល Great WASH Yatra ដែលជាយុទ្ធនាការផ្សព្វផ្សាយអំពីអនាម័យក្នុងពេលមានរដូវ ធ្វើដំណើរកាត់រដ្ឋចំនួន ៥ នៅទូទាំងប្រទេសឥណ្ឌារយៈពេលជាង ៥១ ថ្ងៃ។

រូបភាពដោយ Ina Jurga/ WSSCC

ក្រុមប្រឹក្សាសហប្រតិបត្តិការផ្គត់ផ្គង់ទឹកស្អាត និងលើកកម្ពស់អនាម័យ (WSSCC) និងការគ្រប់គ្រងអនាម័យក្នុងពេលមានរដូវ

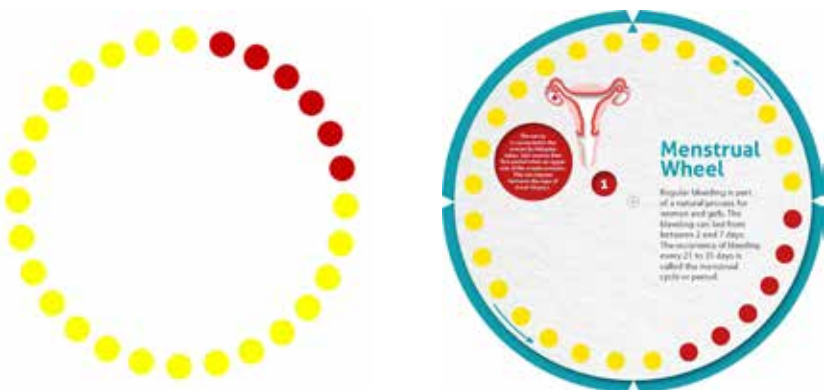
ក្រុមប្រឹក្សាសហប្រតិបត្តិការផ្គត់ផ្គង់ទឹកស្អាត និងលើកកម្ពស់អនាម័យ (WSSCC) បានពិចារណាអំពីលទ្ធភាពរបស់ស្ត្រី និងកុមារីក្នុងការគ្រប់គ្រងរដូវជាមួយរាល់ខែរបស់ពួកគេប្រកបដោយសេចក្តីថ្លៃថ្នូរ និងសុវត្ថិភាព ដោយចាត់ទុកថានេះ ជាផ្នែកមិនអាចកាត់ផ្តាច់ចេញដ៏សំខាន់មួយនៃសិទ្ធិមនុស្សក្នុងការទទួលបានទឹកស្អាត អនាម័យ សុខភាព អប់រំ លក្ខខណ្ឌការងារសមស្រប ទីជម្រក និងសុខុមាលភាព។

វិធីសាស្ត្ររបស់ក្រុមប្រឹក្សាសហប្រតិបត្តិការផ្គត់ផ្គង់ទឹកស្អាត និងលើកកម្ពស់អនាម័យចំពោះការគ្រប់គ្រងអនាម័យក្នុងពេលមានរដូវ បានច្របាច់បញ្ចូលគ្នានូវការផ្លាស់ប្តូរផ្នែកគោលនយោបាយកម្រិតជាតិ និងតំបន់ ជាមួយនឹងវគ្គបណ្តុះបណ្តាលដើម្បីបង្កើតក្រុមអនុវត្តន៍ជំនាញ និងទីតាំងដែលបានកែសម្រួលសម្រាប់ការគ្រប់គ្រងអនាម័យក្នុងពេលមានរដូវ គំនិតច្នៃប្រឌិតលើការគ្រប់គ្រងនិងបោះចោល និងការស្រាវជ្រាវបែបសកម្មភាព ដើម្បីបំពេញចន្លោះប្រហោងផ្នែកភស្តុតាង និងជះឥទ្ធិពលលើសកម្មភាពធំទូលាយ និងការយល់ដឹងជាច្រើនទៀតនៅក្នុងវិស័យទាំងមូល។

សរសរស្តម្ភទាំងបីនៃវិធីសាស្ត្រនេះមាន៖ ១. ការបំបែកភាពស្បៀងស្ងាត់ ២. ការគ្រប់គ្រងអនាម័យពេលមានរដូវសមស្រប និងមានសុវត្ថិភាព ត្រូវបានឆ្លុះបញ្ចាំងនៅក្នុងបទដ្ឋានអប្បបរមារបស់គ្រឹះស្ថានសាធារណៈជាដើម ៣. ការបោះចោល ដោយសុវត្ថិភាពដែលអាចការពារសេចក្តីថ្លៃថ្នូររបស់ស្ត្រី ព្រមទាំងអាចការពារបរិស្ថានផងដែរ។

រូបភាពមានសារៈសំខាន់ណាស់ក្នុងការបញ្ជូនសារអំពីគំនិតទាំងនេះ។ រង្វង់ការគ្រប់គ្រងអនាម័យក្នុងពេលមានរដូវ ត្រូវបានប្រើប្រាស់ជាខ្សែដៃ។ រង្វង់ និងពណ៌របស់ខ្សែដៃនេះ តំណាងឱ្យផ្លូវរដូវហើយរង្វង់នេះមូលសង្កត់ធ្ងន់ថារដូវ ត្រូវបានក្លាយជា រឿងដែលស្ត្រីត្រូវមានមោទនភាពជារៀងរាល់ខែ ព្រមទាំងជាអ្វីដែលត្រូវលើកយកមកជជែក។

ប្រភព៖ WSSCC www.wsscc.org/topics/hygiene/menstrual-hygiene-management



ខ្សែដៃគ្រប់គ្រងអនាម័យក្នុងពេលមានរដូវ និងរង្វង់ដែលបានបោះពុម្ពដោយ WSSCC។ សម្រាប់ព័ត៌មានបន្ថែមសូមទំនាក់ទំនង www.wsscc.org

ចំណុចចាប់ផ្តើមសម្រាប់ការធ្វើកម្មវិធីសហគមន៍ដឹកនាំអនុវត្តន៍អនាម័យ

ការបញ្ចូលការគ្រប់គ្រងអនាម័យក្នុងពេលមានរដូវ ទៅក្នុងកម្មវិធីបណ្តុះបណ្តាលគ្រូបង្គោល

ប្រសិនបើមានការសម្របសម្រួលបានល្អ កម្មវិធីសហគមន៍ដឹកនាំអនុវត្តន៍អនាម័យ អាចបំបែកភាពស្ងៀមស្ងាត់ និងតំណាមបានយ៉ាងឆាប់រហ័ស។ អ្នកសម្របសម្រួល សហគមន៍ដឹកនាំអនុវត្តន៍អនាម័យ លែងសួរអើពើខ្លាំងជាមួយតំណាម និងការមាក់ងាយ ចំពោះការពិភាក្សាបញ្ហាអនាម័យជាសាធារណៈ។ ចំណុចនេះ បូករួមជាមួយសមត្ថភាពក្នុងការសម្របសម្រួលឱ្យមានការយល់ដឹង និងលើកទឹកចិត្តឱ្យមានការពិភាក្សាដោយ បើកចំហ គឺជាជំនាញដ៏ចាំបាច់ដើម្បីលើកកម្ពស់ការគ្រប់គ្រងអនាម័យក្នុងពេលមានរដូវនៅក្នុងសហគមន៍។ សហគមន៍ ផែគូ និងបុគ្គលិក អាចមានចំណេះដឹងមានកម្រិតកំណត់ស្តីអំពីការមានរដូវ និងការប្រតិបត្តិអនាម័យក្នុងពេលមានរដូវ ដូច្នោះ ចាំបាច់ត្រូវមានវគ្គបណ្តុះបណ្តាលលើបញ្ហានេះបន្ថែមទៀត។ សំណួរដែលត្រូវសម្របសម្រួលអាចមានដូចជា៖

- សួរទៅបុរស៖
 - តើប្រពន្ធភាត់ធ្វើការគ្រប់គ្រងអនាម័យក្នុងពេលមានរដូវនៅកន្លែងណា ?
 - តើការគ្រប់គ្រងអនាម័យក្នុងពេលមានរដូវនេះ អាចមានភាពងាយស្រួល និងមានសុវត្ថិភាពជាងនេះ ឬទេប្រសិនបើធ្វើក្នុងបង្គន់អនាម័យ ?
 - តើអ្នកអាចពិចារណាដាក់បញ្ចូលតម្រូវការទាំងនេះទៅក្នុងការរចនា និងការសាងសង់បង្គន់អនាម័យ ដែរឬទេ ?
- ឬសួរស្ត្រី និងកុមារី៖
 - តើបច្ចុប្បន្នអ្នកធ្វើការគ្រប់គ្រងអនាម័យក្នុងពេលមានរដូវនៅកន្លែងណា ?
 - តើអ្នកមានអារម្មណ៍យ៉ាងណាចំពោះការគ្រប់គ្រងអនាម័យក្នុងពេលមានរដូវរបស់អ្នក ?
 - តើមានអ្វីខ្លះដែលអាចជួយអ្នកក្នុងការធ្វើឱ្យការគ្រប់គ្រង អនាម័យក្នុងពេលមានរដូវរបស់អ្នកមានភាពប្រសើរឡើង ?
 - តើទិដ្ឋភាពបង្គន់ដូចម្តេចខ្លះ ដែលអាចជួយអ្នកក្នុងការធ្វើឱ្យ ការគ្រប់គ្រងអនាម័យក្នុងពេលមានរដូវរបស់អ្នកមានភាពប្រសើរឡើង ?

ការរៀបចំការសិក្សាស្រាវជ្រាវបែបគុណភាព ក៏អាចជួយអ្នកដើម្បីបង្កើនការយល់ដឹងអំពីការអនុវត្ត និងតំណាមជុំវិញការមានរដូវ និងអនាម័យក្នុងពេលមានរដូវផងដែរ។ យើងលើកទឹកចិត្តឱ្យមានការសិក្សាប្រភេទនេះនៅមុនពេលអនុវត្តន៍។

កិច្ចសហប្រតិបត្តិការពហុវិស័យ និង បុគ្គលិកមានទំនុកចិត្តខ្ពស់ អាចជម្រុញការចូលរួម និងផ្តល់ការគាំទ្រលើការគ្រប់គ្រងអនាម័យក្នុងពេលមានរដូវ

ប្រើប្រាស់តួអង្គ ឬរចនាសម្ព័ន្ធសហគមន៍ដែលមានស្រាប់ សម្រាប់ការផ្សព្វផ្សាយជាបន្តអំពីការគ្រប់គ្រងអនាម័យក្នុងពេលមានរដូវ

ឧទាហរណ៍អំពីអ្វីដែលបានធ្វើរួចហើយ៖

នៅប្រទេសទីម័រឡេស (Timor Leste) អង្គការ WaterAid បានផ្តោតការយកចិត្តលើការដាក់បញ្ចូលការគ្រប់គ្រងអនាម័យក្នុងពេលមានរដូវ ទៅក្នុងគោលការណ៍ណែនាំជាតិស្តីពីការផ្គត់ផ្គង់ទឹកស្អាត និងលើកកម្ពស់អនាម័យនៅសាលារៀន ហើយបានធ្វើការយ៉ាងជិតស្និទ្ធជាមួយក្រសួងអប់រំ និងក្រសួងសុខាភិបាល ព្រមទាំងដៃគូអនុវត្តនៅមូលដ្ឋាន តាមរយៈការផ្តល់វគ្គបណ្តុះបណ្តាលអំពីការគ្រប់គ្រងអនាម័យក្នុងពេលមានរដូវ។

អង្គការ WaterAid ប្រចាំនៅប្រទេសអេធីអូរភៀបានផ្តួចផ្តើមបង្កើតឱ្យមានគោលការណ៍ណែនាំជាតិស្តីពីការគ្រប់គ្រងអនាម័យក្នុងពេលមានរដូវដោយក្រសួងសុខាភិបាល និង យុទ្ធសាស្ត្រផ្គត់ផ្គង់ទឹកស្អាត និងលើកកម្ពស់អនាម័យនៅសាលារៀន។ ឯកសារទាំងនេះនឹងត្រូវអនុវត្តដោយការបញ្ជ្រាបការយល់ដឹងអំពីការគ្រប់គ្រងអនាម័យ ក្នុងពេលមានរដូវនៅទូទាំងប្រទេស។

នៅក្នុងប្រទេសនីហ្សេរីយ៉ា (Nigeria) អនាម័យសាលារៀនគឺជា ផ្នែកមួយនៃលក្ខខណ្ឌវិនិច្ឆ័យជាតិដើម្បីអាចប្រកាស/ទទួលការបញ្ជាក់ថាជាកន្លែងគ្មានការបន្ទោរបង់ពាសវាលពាសកាល ហើយការគ្រប់គ្រងអនាម័យក្នុងពេលមានរដូវ ត្រូវបានដាក់បញ្ចូលទៅក្នុងដំណើរការការផ្គត់ផ្គង់ទឹកស្អាត និងលើកកម្ពស់អនាម័យនៅសាលារៀន នៅក្នុងកម្មវិធីសហគមន៍ដឹកនាំអនុវត្តអនាម័យ។

USAID/SPLASH បានដាក់បញ្ចូលការគ្រប់គ្រងអនាម័យក្នុងពេលមានរដូវ ទៅក្នុងប្រព័ន្ធអប់រំ

កម្មវិធីលើកកម្ពស់ការរៀនសូត្រដោយជោគជ័យតាមរយៈអនាម័យនៅសាលារៀន (SPLASH) គឺជាកម្មវិធីផ្គត់ផ្គង់ទឹកស្អាត និងលើកកម្ពស់អនាម័យ មានរយៈពេល ៤ ឆ្នាំ ឧបត្ថម្ភថវិកាដោយទីភ្នាក់ងារសហរដ្ឋអាមេរិចដើម្បីអភិវឌ្ឍន៍អន្តរជាតិ (USAID) ទៅដល់ក្រសួងអប់រំរបស់រដ្ឋាភិបាលហ្សាំបៀ (Zambia)។ ជោគជ័យរបស់ SPLASH រួមមាន៖

- ការតស៊ូមតិរបស់គម្រោង SPLASH បាននាំឱ្យមានការអនុម័តដាក់បន្ថប់ ទឹកស្រី ជាផ្នែកមួយនៅក្នុងការរចនាបង្គន់អនាម័យសាលារៀនជាផ្លូវការ របស់មន្ទីរអប់រំខេត្ត។
- ឥឡូវនេះ ស្ថានភាពការគ្រប់គ្រងអនាម័យក្នុងពេលមានរដូវ ត្រូវបានដាក់បញ្ចូលនៅក្នុងឧបករណ៍ពិនិត្យតាមដានសាលារៀន របស់ក្រសួងអប់រំ សម្រាប់ខេត្តភាគខាងកើត។
- ការតាំងពិពណ៌ខ្នាតតូចដ៏ជោគជ័យមួយសម្រាប់សិស្ស និងគ្រូបង្រៀនត្រូវបានរៀបចំឡើងនៅក្នុងស្រុកមួយ ហើយនឹងត្រូវចម្លងយកទៅ ធ្វើនៅស្រុកចំនួនបីផ្សេងទៀតរបស់គម្រោង SPLASH និងបានបង្ហាញឱ្យឃើញថា កុមារាក៏មានការចាប់អារម្មណ៍ចង់ចូលរួមនៅក្នុងសកម្មភាពគ្រប់គ្រងអនាម័យក្នុងពេល មានរដូវដែរ។
- គម្រោង SPLASH បានបង្កើតសម្ភារៈសម្រាប់ជំនួយដល់គ្រូបង្រៀន ក្នុងការរៀនសូត្រ និងបង្រៀនអំពីការគ្រប់គ្រងអនាម័យក្នុងពេលមានរដូវ និងធ្វើឱ្យសាលារៀនមានការបង្កភាពងាយស្រួលដល់ ការគ្រប់គ្រងអនាម័យក្នុងពេលមានរដូវ។
- សកម្មភាព និងសម្ភារៈគ្រប់គ្រងអនាម័យក្នុងពេលមានរដូវ ដែលមានស្លាកយីហោ បានបង្កើតអត្តសញ្ញាណដែលអាចស្គាល់ច្បាស់ ដើម្បីជួយផ្សព្វផ្សាយអំពីវត្តមានរបស់ការគ្រប់គ្រងអនាម័យក្នុងពេលមានរដូវសម្រាប់គោលបំណង ក្នុងការស្វែងរកមតិគាំទ្រ។
- គម្រោង SPLASH បានបង្កើតភាពជាដៃគូជាមួយក្រុមហ៊ុន YASH Pharmaceutical ក្នុងការផលិតកន្លបអនាម័យអាចយកមកប្រើប្រាស់វិញបាន និងការអភិវឌ្ឍសហគ្រាសខ្នាតតូច ដែលពេលខាងមុខនឹងអាចគ្របដណ្តប់បានទូទាំងប្រទេស។

ពានរង្វាន់ជើងឯកសម្រាប់បុរសដែលយល់ដឹងអំពីអនាម័យក្នុងពេលមានរដូវ ឬយេនឌ័រ



បុរសក្នុងសហគមន៍លេងល្បែងថាមពល ស្តីអំពីការផ្សព្វផ្សាយអនាម័យពេលមានរដូវ នៅ Ultra Pradesh ប្រទេសឥណ្ឌានៅខែមេសា ២០១៤។ រូបភាពដោយ WaterAid/Poulomi Basu

ការមានបុគ្គលិកបុរសនៅក្នុងអង្គការ ដើម្បីធ្វើការដោយផ្ទាល់ជាមួយសកម្មភាព គ្រប់គ្រងអនាម័យក្នុងពេលមានរដូវ អាចជួយបំបែកបាំង និងតំណាម។ បុរសជាសមាជិក និងជាប្រធានសហគមន៍នឹងបានទទួលការលើកទឹកចិត្ត និងទទួលបានទិព្វលពីអ្នកសម្របសម្រួលជាបុរស ដែលអាចដើរតួជាចំណុចចាប់ផ្តើម សម្រាប់បញ្ហាផ្តោតលើយេនឌ័រជាក់លាក់មួយនេះ។ អ្នកសម្របសម្រួលជាបុរស អាចធ្វើឱ្យមានការចូលរួមពីបុគ្គលិករដ្ឋាភិបាល ដែលភាគច្រើនជាបុរសនៅឡើយនោះ ឱ្យពិចារណាអំពីការគ្រប់គ្រងអនាម័យក្នុងពេលមានរដូវនៅក្នុងគោលនយោបាយនិងសេវាសហគមន៍។ បុរសក្នុងសហគមន៍ អ្នកដឹកនាំបែបប្រពៃណី និងគ្រូបង្រៀន ក៏អាចក្លាយជាជំនួយសកម្មភាពគ្រប់គ្រងអនាម័យក្នុងពេលមានរដូវ ដ៏មានប្រសិទ្ធភាពផងដែរ។ អង្គការ Plan International ប្រចាំប្រទេសយូហ្គីនដា បានជំរុញឱ្យមានបុគ្គលិក

ទាំងស្ត្រី និងបុរសធ្វើការលើសកម្មភាពគ្រប់គ្រងអនាម័យក្នុងពេលមានរដូវ។ ការធ្វើបែបនេះ ជួយឱ្យមានភាពងាយស្រួលក្នុងការពិភាក្សាអំពីរបៀប និងតំណាមនៅក្នុងសហគមន៍។ បុរសក៏ត្រូវបានលើកទឹកចិត្តឱ្យក្លាយជាអ្នកលក់កន្លបអនាម័យប្រើឡើងវិញម៉ាក AFRIpad ដែលជាការបង្កើតឱ្យមានការបើកចំហក្នុងការពិភាក្សាអំពីការគ្រប់គ្រងអនាម័យក្នុងពេលមានរដូវ ទាំងជាមួយបុរស និងស្ត្រីនៅក្នុងសហគមន៍ ក្នុងពេលកំពុងជំនះប្រពៃណីសង្គម។

ស្ត្រីជាគំរូនៃការចូលរួមនៅក្នុងកម្មវិធីផ្គត់ផ្គង់ទឹកស្អាត និងលើកកម្ពស់អនាម័យ

ស្រៀងគ្នានិងផលប្រយោជន៍ដែលបានមកពី ការដាក់បញ្ចូលបុរសទៅក្នុងកម្មវិធីសហគមន៍ដឹកនាំអនុវត្តន៍អនាម័យ និងការធ្វើកម្មវិធីគ្រប់គ្រងអនាម័យក្នុងពេលមានរដូវដែរ ការដាក់បញ្ចូលស្ត្រីគឺមានផលប្រយោជន៍យ៉ាងច្រើន។ ដោយសកម្មភាពគ្រប់គ្រងអនាម័យក្នុងពេលមានរដូវមានផលប៉ះពាល់យ៉ាងខ្លាំងទៅដល់ស្ត្រី ដូច្នេះការចូលរួមជា ប្រធានកម្មវិធី អ្នកអនុវត្ត និងអ្នកស្វែងរកមតិគាំទ្រ គឺមានសារៈសំខាន់ក្នុងការផ្តល់ជាគំរូអំពី សមធម៌យេនឌ័រ សមត្ថភាពការងាររបស់ស្ត្រី ហើយនេះជាចំណុចចាប់ផ្តើមយ៉ាងច្បាស់ដើម្បី ធ្វើការជាមួយស្ត្រី និងកុមារីនៅក្នុងសហគមន៍ ដែលជាញឹកញាប់សម្លេងរបស់ពួកគេត្រូវបានគេបំភ្លេច។ ភ្នាក់ងារអភិវឌ្ឍន៍គួរដឹកនាំដោយធ្វើជាគំរូ និងពិចារណាឱ្យមាន យេនឌ័រនៅក្នុងក្រុមការងារ ជាពិសេសនៅពេលដែលធ្វើការស្វែងរកមតិគាំទ្រដល់ការគ្រប់គ្រងអនាម័យក្នុងពេលមានរដូវ និងការអនុវត្តសកម្មភាពនៅក្នុងគណៈកម្មការ (ប្រតិបត្តិរូបដែលយើងប្រាប់អ្នកដទៃថាគួរតែធ្វើ!) ។

ការបង្កើតជ័យលាភីបុរស

នៅប្រទេសឥណ្ឌា អង្គការ WaterAid និង Vatsalya បានបង្កើតក្រុមកុមារ យុវជន និង បុរសដែលរៀបការរួច ដើម្បីវាយតម្លៃចំណេះដឹងដែលមានស្រាប់ ឥរិយាបថ និងការអនុវត្តជុំវិញ សកម្មភាពគ្រប់គ្រងអនាម័យក្នុងពេលមានរដូវ តាមរយៈការប្រជុំសហគមន៍។ បុរស និងកុមារ បានចូលរួមតាមរយៈវិធីសាស្ត្រប្រកបដោយភាពច្នៃប្រឌិតខ្ពស់ផ្សេងៗ ដូចជាល្បែង និងភាពយន្ត ដែលបានធ្វើឡើងជាមួយសហគមន៍។ មានការប្រើប្រាស់ព័ត៌មាន ការអប់រំ និងសម្ភារៈប្រាស្រ័យ ទាក់ទងដើម្បីចែករំលែកព័ត៌មានអំពី ការមានរដូវ និងអនាម័យក្នុងពេលមានរដូវ។ នៅក្នុងដំណាក់ កាលដំបូង មានការលំបាកជាខ្លាំងក្នុងការពិភាក្សាអំពីការគ្រប់គ្រងអនាម័យក្នុងពេលមានរដូវជាមួយ បុរស អាស្រ័យ ដោយបុរសនិច្ច ភាពខ្មាសអៀន ជំនឿខុសឆ្គង និងការយល់ខុសជុំវិញបញ្ហានេះ ប៉ុន្តែ តាមរយៈការប្រជុំជាទៀងទាត់ និងការទំនាក់ទំនងអន្តរបុគ្គល ទិដ្ឋភាពនេះបានចាប់ផ្តើម ផ្លាស់ប្តូរ។

បុរសជាជាងសំណង់បានចូលរួម ហើយសមត្ថភាពរបស់ពួកគេត្រូវបាន អភិវឌ្ឍន៍ក្នុងការរចនា និងអភិវឌ្ឍន៍ឡធុត (សម្រាប់បោះចោលកន្ទួបអនាម័យដោយសុវត្ថិភាព) និង បង្គន់អនាម័យនៅ តាមផ្ទះ និងតាមសាលារៀន។

សមាជិកជាបុរសរបស់គណៈកម្មការគ្រប់គ្រងសាលារៀន ក៏បានចូលរួមតាមរយៈ វគ្គបណ្តុះ បណ្តាល និងការផ្សព្វផ្សាយចំណេះដឹង ដើម្បីផ្តល់ឱ្យនូវបរិស្ថានដែលមានការគាំទ្រចំពោះ ការ គ្រប់គ្រងអនាម័យក្នុងពេលមានរដូវនៅក្នុងសាលារៀនប្រកបដោយប្រសិទ្ធភាព និងដើម្បីជំរុញឱ្យ បុរសក្លាយជាភ្នាក់ងារដើម្បីការផ្លាស់ប្តូរ។

ជាលទ្ធផលនៃគំនិតផ្តួចផ្តើមនេះ បុរស និងកុមារបានចាប់ផ្តើមនិយាយយ៉ាងបើក ចំហអំពី ការមានរដូវ ហើយអាចគាំទ្រតម្រូវការគ្រប់គ្រងអនាម័យ ក្នុងពេលមានរដូវរបស់ស្ត្រី និងកុមារី នៅក្នុងក្រុមគ្រួសារ សហគមន៍ និង សាលារៀនរបស់ខ្លួនបានកាន់តែប្រសើរ។

ប្រភព៖ Mahon et al ឆ្នាំ២០១៥



កុមារចូលរួមការបង្ហាញសកម្មភាពគ្រប់គ្រង អនាម័យក្នុងពេលមានរដូវ (MHM) នៅក្នុង ប្រទេសUganda ។

រូបភាពដោយ អង្គការ Plan International

កុមារ សាមូអែល (Samuel) អាយុ ១៤ ឆ្នាំបាននិយាយថា "ខ្ញុំគិតថា ជារឿងល្អណាស់ ដែលពួកយើងកំពុងរៀនសូត្រអំពីខ្លួនប្រាណរបស់យើង ដើម្បីឱ្យពួកយើងបានដឹងថានឹងមានអ្វី ប្រែប្រួល ពេលយើងធំឡើង ហើយយើងរៀនអំពី ការរស់នៅឱ្យបានស្អាត និងមានសុខភាពល្អ... យើងបានរៀនដឹងថាមានសារៈសំខាន់ណាស់ដែលត្រូវ លាងសម្អាតដៃរបស់យើងជាមួយ សាប៊ូ ដើម្បីកុំឱ្យយើងឈឺ... ហើយយើងក៏បាន និយាយគ្នាអំពីការមានរដូវផងដែរនៅក្នុងក្តីប្រា។ នេះជារឿងធម្មតា មិនមានអ្វីដែលត្រូវសើចចំអកនរណាម្នាក់អំពីការមានរដូវ ឡើយ។ ខ្ញុំក៏និយាយរឿងនេះប្រាប់ក្មេងប្រុសដទៃ ទៀតនៅក្នុងថ្នាក់រៀន... និងក្មេងៗដទៃទៀត នៅជិតខាងផ្ទះខ្ញុំដែរ។ ខ្ញុំប្រាប់ក្មេងស្រីនៅជិតផ្ទះខ្ញុំថា ពួកគេមិនចាំបាច់ភ័យខ្លាចនៅពេលពួកគេ មានរដូវឡើយ។ ការមានរដូវមិនមានអ្វីខុសប្រក្រតីឡើយ ព្រោះវាជាផ្នែកមួយនៃជីវិត។ ប្អូនស្រីៗរបស់ខ្ញុំនៅក្មេងៗណាស់ ប៉ុន្តែ ខ្ញុំនឹងជួយពួកគេនៅពេល ពួកគេធំ... ក្មេងប្រុសមួយចំនួនសើចចំអកឱ្យខ្ញុំ ពីព្រោះខ្ញុំជួយក្មេងស្រីៗ។ តែខ្ញុំប្រាប់ទៅពួកគេវិញថា យ៉ាងណាៗ ខ្ញុំក៏នៅតែធ្វើនូវអ្វីដែលខ្ញុំកំពុងធ្វើ។ ការដែលខ្ញុំធ្វើនេះ គឺជាការល្អសម្រាប់ខ្លួនខ្ញុំ និងល្អសម្រាប់ក្មេងស្រីៗ។"

ប្រភព៖ អង្គការ Plan International ប្រចាំប្រទេស Uganda ឆ្នាំ២០១៤

ចំណុចចាប់ផ្តើមសម្រាប់កម្មវិធីសហគមន៍ ដឹកនាំអនុវត្តន៍អនាម័យ

វិធីសាស្ត្រដែលមានការចូលរួម ក្នុងកម្មវិធីសហគមន៍ដឹកនាំអនុវត្តន៍អនាម័យ មានប្រសិទ្ធភាពក្នុងការបង្កើនកម្រិតចំណេះដឹង ជុំវិញការលើកកម្ពស់អនាម័យ និងការផ្តល់សិទ្ធិ អំណាចដល់សហគមន៍ ក្នុងការធ្វើសកម្មភាពជាសមូហភាព។ តួអង្គនៅក្នុងសហគមន៍ រួមមានបុគ្គលិកសុខភាពភូមិ គណៈកម្មការផ្គត់ផ្គង់ទឹកស្អាត និងលើកកម្ពស់អនាម័យ ឬគណៈកម្មការសុខភាព សមាគមន៍សន្សំប្រាក់ និងឥណទានភូមិ (VSLAs) ក្តីប សុខភាពសាលារៀន អ្នកអប់រំអំពីភាពពេញវ័យបែបប្រពៃណី ជីដូន និងអ្នកដឹកនាំភូមិ ទាំងអស់គ្នាក្នុងរូបផ្សព្វផ្សាយអំពីការគ្រប់គ្រងអនាម័យក្នុងពេលមានរដូវ ស្របពេលដែលពួកគេផ្សព្វផ្សាយអំពីការមិនបន្ទោរបងពាសវាលពាសកាល និងការប្រតិបត្តិដទៃទៀតទាក់ទងនឹងការលើកកម្ពស់អនាម័យ។

ស្ត្រី ជាអ្នកសម្របសម្រួលកម្មវិធីសហគមន៍ដឹកនាំអនុវត្តន៍អនាម័យ អាចដើរតួនាទីយ៉ាងសំខាន់ក្នុងការពិភាក្សាសកម្មភាពការគ្រប់គ្រងអនាម័យក្នុងពេលមានរដូវនៅក្រោយដំណើរការការបំផុស។



ពូចា បាទី (Pooja Bharti) អាយុ ២៤ ឆ្នាំ ជាប្រធានសហគមន៍ កំពុងពិភាក្សាអំពីភាពស្អាត និងអនាម័យជាមួយ សារីតា (Sarita) អាយុ ២៤ ឆ្នាំ និងជាជនពិការរស់នៅក្នុង Kanpur ប្រទេសឥណ្ឌា។ គាត់គឺជាសមាជិកម្នាក់របស់ក្រុមអ្នកប្រើប្រាស់ទឹកស្អាត និងលក់កន្សែងអនាម័យនៅផ្ទះរបស់គាត់។ គាត់មានតួនាទីដឹកនាំក្នុងការចូលទៅរកស្ថាប័ននានាក្នុងវិស័យផ្គត់ផ្គង់ទឹកស្អាត និងលើកកម្ពស់ អនាម័យសម្រាប់ការផ្តល់សេវានៅក្នុងសហគមន៍របស់គាត់។

ប្រភព៖ WaterAid/ Poulomi Basu

ជាងនេះទៀត ប្រធានបទអំពីការគ្រប់គ្រងអនាម័យក្នុងពេលមានរដូវ អាចជាចំណុចចាប់ផ្តើម ដើម្បីឈានពិភាក្សាលើប្រធានបទដទៃទៀត ដែលមានសារៈសំខាន់ចំពោះ សុខភាពស្ត្រី ដូចជា អាហារូបត្ថម្ភ ជំងឺកាមរោគ ការមានគភ៌ មេរោគអេដស៍ និងជំងឺអេដស៍ ការចៀរប្រដាប់ភេទស្ត្រី អំពើហិង្សាផ្នែកយេនឌ័រ និងអាពាហ៍ពិពាហ៍កុមារ។ តាមមធ្យោបាយនេះ គេអាចប្រើវេទនាសម្ព័ន្ធដែល មានស្រាប់ដើម្បីផ្សព្វផ្សាយ និងពិភាក្សាអំពីការគ្រប់គ្រងអនាម័យក្នុងពេលមានរដូវ ទាក់ទងនឹងប្រធាន បទបន្ថែមទាំងអស់នេះ។

ការគ្រប់គ្រងអនាម័យក្នុងពេលមានរដូវ គួរត្រូវបានដាក់បញ្ចូលនៅក្នុងប្រព័ន្ធសាលារៀនដែល មានស្រាប់ តាមរយៈការស្វែងរកមតិគាំទ្រពីរដ្ឋាភិបាល ការផ្តល់វគ្គបណ្តុះបណ្តាលដល់គ្រូបង្រៀន សម្ភារៈបង្រៀន សកម្មភាពការគ្រប់គ្រងអនាម័យក្នុង ពេលមានរដូវនៅក្នុងក្លឹបផ្គត់ផ្គង់ទឹកស្អាត និង លើកកម្ពស់អនាម័យ និងព្រឹត្តិការណ៍នានាសម្រាប់ កុមារ និងកុមារី។

ផ្សព្វផ្សាយពីការរចនាបង្គន់អនាម័យ និងមូលដ្ឋានលើកកម្ពស់អនាម័យដើម្បី បំពេញសេចក្តីត្រូវការការរករដូវរបស់ស្ត្រី និងកុមារី

មូលដ្ឋានលើកកម្ពស់អនាម័យដែលបង្កឱ្យមានលក្ខណៈងាយស្រួលត្រូវផ្តល់ឱ្យនូវ៖ ឯកជនភាព លទ្ធភាពទទួលបានការផ្គត់ផ្គង់ទឹកស្អាត ទឹកនៃងចោលសំណល់ និង ទឹកនៃងសម្រាប់ប្តូរ និងបោះ ចោលកន្ទបអនាម័យ និងការសម្អាតខ្លួនប្រាណគឺជាការចាំបាច់ណាស់សម្រាប់ការគ្រប់គ្រងអនាម័យ ក្នុងពេលមានរដូវ។

បង្គន់អនាម័យ និងកន្លែងលាងសម្អាតច្រើនតែមានភាពងាយស្រួលចំពោះការគ្រប់គ្រងអនាម័យ ក្នុងពេលមានរដូវ ប្រសិនបើអ្នកប្រើប្រាស់បានចូលរួមក្នុងការបំពាក់ និងរចនា។ ខាងក្រោមនេះ គឺជា សម្រង់បញ្ជីរួមអំពីសមាសធាតុផ្នែកការរចនា ដែលល្អសម្រាប់ការគ្រប់គ្រងអនាម័យក្នុងពេលមាន រដូវ ផ្តល់អនុសាសន៍ដោយអ្នកប្រើប្រាស់៖

- ធានាថាបង្គន់អនាម័យផ្តល់ទឹកនៃងមានសុវត្ថិភាព និងឯកជនភាពរួមមាន៖ ចាក់សោរពីខាង ក្នុងបាន មានការបែងចែកទៅតាមភេទសម្រាប់បង្គន់ អនាម័យសាធារណៈ និងសាលារៀន ទីតាំងដែលធ្វើឱ្យស្ត្រី និងកុមារីមានអារម្មណ៍សុវត្ថិភាពក្នុងការប្រើប្រាស់ និងមានភ្លើងសម្រាប់ បំភ្លឺនៅពេលយប់។
- បង្កើនលក្ខណៈងាយស្រួលចេញចូល ដោយធ្វើឱ្យមានបង្គន់ដៃ និងកន្លែងអង្គុយ និងមាន កន្លែងគ្រប់គ្រាន់សម្រាប់កុមារី ឬស្ត្រីដើម្បីផ្លាស់ទី ក្នុងការសម្អាត និងលាងសម្អាតខ្លួនបាន។
- មានភាពងាយស្រួលក្នុងការទទួលបានការផ្គត់ផ្គង់ទឹកស្អាត (ជាការល្អ ត្រូវមានទឹកនៅក្នុង បង្គន់អនាម័យ) ។
- បំពាក់របស់របរចាំបាច់ត្រូវប្រើនៅក្នុងបង្គន់មានដូចជា កញ្ចក់ ទំពក់ ភាជនៈប្លាស្ទិកសម្រាប់ បោកសម្អាត និងកន្លែងដាក់សាប៊ូឱ្យផុតពីដី។
- ផ្តល់ធុងសម្រាមមានគម្របបិទជិត ឬទ្រុឌុតសម្រាប់បោះចោលសំណល់រដូវនៅក្នុងបន្ទប់ទឹក បង្គន់អនាម័យ និងមូលដ្ឋានអនាម័យ។

ធាតុទាំងអស់នេះ នឹងធ្វើឱ្យមូលដ្ឋានអនាម័យកាន់តែបង្កលក្ខណៈងាយស្រួល មានអនាម័យ គួរ
ជាទីរីករាយ និងងាយស្រួលប្រើប្រាស់។ ការគ្រប់គ្រង និងថែរក្សាមូលដ្ឋានអនាម័យរួមមានការសម្អាត
និងការដុតចោល ឬការចោលសំណល់ដោយសុវត្ថិភាព គឺសុទ្ធតែជាកត្តាបំពេញបន្ថែមដ៏ចាំបាច់
ចំពោះការរចនាធាតុមិនខុសអ្វីពីការដែលមូលដ្ឋានអនាម័យផ្តល់ការគាំទ្រចំពោះការប្រតិបត្តិក្នុងការ
លាងសម្អាតដៃនៅមុន និងក្រោយពេលផ្លាស់ប្តូរកន្ទួបអនាម័យពេលមានរដូវដូច្នោះដែរ។

ការដាក់បញ្ចូលជនពិការ

របាំងនានាដែលស្ត្រី និងកុមារីពិការជួបប្រទះ និង
តម្រូវការខុសៗគ្នារបស់ពួកគេ គួរត្រូវបានពិចារណា
ផងដែរ ទាក់ទងនឹងលក្ខណៈនៃការបង្កភាពងាយស្រួល
និងភាពរួមបញ្ចូលនៅក្នុងព័ត៌មាន និងហេដ្ឋារចនា
សម្ព័ន្ធសម្រាប់ការគ្រប់គ្រងអនាម័យក្នុងពេលមាន
រដូវ។ ការធ្វើសវនកម្មលើការបង្កលក្ខណៈងាយស្រួល
និងសុវត្ថិភាពរបស់មូលដ្ឋានផ្គត់ផ្គង់ទឹកស្អាត និង
លើកកម្ពស់អនាម័យ ជាមួយក្រុមស្ត្រី និងបុរស កុមារី
និងកុមារ រួមបញ្ចូលទាំងជនពិការគ្រប់ប្រភេទ គឺជា
មធ្យោបាយដ៏ប្រសើរមួយក្នុងការបង្កើន ការយល់ដឹង
ដល់អ្នកប្រតិបត្តិអំពីរបាំងនានា ទាក់ទងនឹងបច្ចេកទេស
រចនា និងផលប៉ះពាល់របស់វាទៅលើអ្នកប្រើប្រាស់
មួយចំនួន (WEDC និងអង្គការWaterAidឆ្នាំ២០១៤)។
ការវិភាគរបាំងក្នុងការចូលរួមជាមួយ សមាជិកសហគមន៍
ជួយផ្តល់ចំណេះដឹងអំពីរបាំងដែលប្រជាជនជួបប្រទះ
និងរៀបរយ ដែលសហគមន៍អាចដោះស្រាយបញ្ហាប្រឈមទាំងនោះ (សូមមើល Frontiers of CLTS
issue 3) ។ ចំណុចជាក់លាក់ដែលត្រូវការសម្រាប់សកម្មភាពគ្រប់គ្រងអនាម័យក្នុងពេល មានរដូវគួរ
ត្រូវបានពិចារណា ដើម្បីធានាឱ្យមានការដាក់បញ្ចូលពិការភាពទៅក្នុងការពិចារណា អំពីសេចក្តី
ត្រូវការក្នុងការគ្រប់គ្រងអនាម័យពេលមានរដូវ របស់អ្នកប្រើប្រាស់ជាស្ត្រី។ ប្រសិនបើមានការ
ប្រើប្រាស់ប្រព័ន្ធផ្សព្វផ្សាយជារូបភាព ត្រូវធានាថារូបភាពទាំងនោះ ត្រូវបានរៀបរាប់ជាពាក្យសម្តី
ផងដែរ ដើម្បីជួយបំពេញបន្ថែមសម្រាប់អ្នកដែលមានការលំបាកផ្នែកការមើល ហើយត្រូវមានការ
បង្ហាញដោយរូបភាពដើម្បីជំនួយដល់អ្នកដែលមានការលំបាកក្នុងការស្តាប់។



តំបន់បង្គន់អនាម័យ ដែលមានបង្គន់ប្រភេទ
ជាក់លាក់ ព្រមទាំងមានបង្គន់ដៃ និងផ្លូវជម្រាម។
រូបភាពដោយ អង្គការ Plan International

ចំណុចចាប់ផ្តើមសម្រាប់កម្មវិធីសហគមន៍ដឹកនាំអនុវត្តន៍អនាម័យ

ដោយសារសកម្មភាពសហគមន៍ដឹកនាំអនុវត្តន៍អនាម័យ មានគោលបំណងក្នុងការលើកទឹកចិត្ត
ដល់សហគមន៍ និងសាលារៀនឱ្យសាងសង់បង្គន់អនាម័យ ដើម្បីសម្រេច បាននូវស្ថានភាពលុប
បំបាត់ការបន្ទោរបង់ពាសវាលពាសកាល ហេតុនេះ ជាការសមហេតុផលណាស់ក្នុងការធានាឱ្យបាន
ថា សេចក្តីត្រូវការ របស់ស្ត្រី និងកុមារីក្នុងពេលមានរដូវ ត្រូវបានលើកយកមកពិចារណា នៅពេល
ចាប់ផ្តើមការសាងសង់បង្គន់ ជាជាងសង់រួចហើយទើបត្រលប់មកគិតវិញ។ ចាំបាច់ត្រូវដាក់បញ្ចូល
សកម្មភាពគ្រប់គ្រងអនាម័យក្នុងពេលមានរដូវ ជាលក្ខខណ្ឌតម្រូវនៅកម្រិតខ្ពស់ សម្រាប់ការរៀងរៀន

និងការចេញវិញ្ញាបនបត្របញ្ជាក់ស្ថានភាពគ្មានការបន្ទោរបង់ពាសវាលពាសកាល ខណៈពេលដែល គ្រួសារ និងសហគមន៍កំពុងបោះជំហានកាន់តែខ្ពស់នៅលើការលើកកម្ពស់អនាម័យ (ឧ. នៅក្នុង គម្រោងដូចជា ODF+ ជាដើម)។ សូចនាករលទ្ធផលការងាររបស់សាលារៀន និងឧបករណ៍វាយតម្លៃ ក៏អាចជាក់ស្តែងសកម្មភាពគ្រប់គ្រងអនាម័យក្នុងពេលមានរដូវផងដែរ។ ចំណុចនេះស្តែងឱ្យឃើញ ថា ការមានទឹកស្អាត និងការលើកកម្ពស់អនាម័យ ក៏មានសារៈសំខាន់ស្មើនឹងភាពជាម្ចាស់លើបង្គន់ អនាម័យផងដែរ។

មានបរិក្ខារសម្រាប់ត្រាំ បោកគក់ និងហាលកន្ទបអនាម័យ និងក្រណាត់ទ្រាប់រដូវ ដែលអាចយកមកប្រើឡើងវិញបាន។

ក្នុងករណីស្ត្រីប្រើប្រាស់ផលិតផលអនាម័យ ប្រភេទ យកមកប្រើវិញបាន (លក់លើទីផ្សារ ឬរបស់កែច្នៃខ្លួនឯង) ដើម្បីស្រូបឈាមរដូវ នោះការបោកសម្អាតជាមួយសាប៊ូ និងទឹកស្អាត ព្រមទាំងមានទឹកនៃឯចំបារ (ហើយអាច មានឯកជនភាព) ដើម្បីហាលសម្ភារៈទាំងនេះ អាចជួយ ឱ្យសុខភាពអ្នកប្រើប្រាស់មានភាពប្រសើរឡើង។



AFRipads ហាលនៅក្នុងផ្ទះមួយនៅភាគ ខាងកើតប្រទេសយូហ្គីនដា។

រូបភាពដោយ អង្គការ Plan International

ក្នុងកញ្ចប់ AFRipads នៅប្រទេសយូហ្គីនដារួមមាន៖ ប្រដាប់កាន់ កន្ទបអនាម័យ និងកាបូបមិនជ្រាបទឹកដើម្បី រក្សាទុកសំឡីប្រឡាក់។

នៅប្រទេសកេនយ៉ា កម្មវិធីការលុបបំបាត់ភាពក្រីក្រ ឥឡូវនេះ បានបន្ថែមផងកាបូបសំណាញ់សម្រាប់ហាល សម្អាត និងខោក្នុង ទៅក្នុងកញ្ចប់នោះ ព្រោះមានកុមារីជា ច្រើនដែលមិនមានសម្ភារៈសំខាន់ៗទាំងនេះ។ ប្រអប់ពេល មកថ្ងៃខែ (ឬប្រអប់ TOM) ត្រូវបានបង្កើតឡើង ជាផ្នែកមួយនៃកម្មវិធីការជំនះរបស់វិស្វករគ្មានព្រំដែន អូស្ត្រាលី និងបានឆ្លើយតបចំពោះការលំបាករបស់ស្ត្រី និងកុមារីនៃប៉ាល់ដែលបានជួបប្រទះ ក្នុងការ ហាលសម្អាតកន្ទបអនាម័យអាចប្រើឡើងវិញបានរបស់ខ្លួនឱ្យផុតពីភ្នែកគេ។

ប្រព័ន្ធប្រមូល និងបោះចោលសំណល់សម្ភារៈការពារអនាម័យពេលមានរដូវដែលល្អ ចំពោះបរិស្ថាន និងមានអនាម័យ

ភាពស្ងប់ស្ងាត់ជាសាធារណៈជុំវិញសកម្មភាពគ្រប់គ្រងអនាម័យក្នុងពេលមានរដូវ បានធ្វើឱ្យការ រចនាប្រព័ន្ធប្រមូលសំណល់ត្រូវបានបំភ្លេចចោល។ បើគ្មានមធ្យោបាយដែលត្រូវបានកំណត់ និង សមស្រប ដើម្បីបោះចោលកាកសំណល់ (ផុតពីភ្នែកគេ និងដាច់ដោយឡែក) នោះកុមារីអាចនឹង បោះចោលសម្ភារៈការពារអនាម័យពេលមានរដូវ ទៅក្នុងរណ្តៅបង្គន់ បានបង្គន់អនាម័យ និងអាង ស្តុកទឹកស្អុយ ដែលជាហេតុនាំឱ្យមានការស្ទះបង្គន់ និងឆាប់ពេញ ដែលធ្វើឱ្យមានចំណាយច្រើនក្នុង ការបារយកចេញ ឬត្រូវដឹក/សាងសង់ឡើងវិញញឹកញាប់ ក៏ដូចជាធ្វើឱ្យខូចផលាមកមនុស្ស។ បើពុំ

ដូច្នោះទេ គេអាចបោះសម្ភារៈការពារអនាម័យទាំងនោះចោលពាសវាលពាសកាល បោះចោលក្នុង គំនរសម្រាមធ្វើឱ្យប៉ះពាល់ដល់សត្វ និងមនុស្ស ឬបោកសម្អាតនៅក្នុងប្រភពទឹកបណ្តាលឱ្យខូចបរិស្ថាន។

នៅប្រទេសម៉ាលាវី (Malawi) អង្គការ Plan International បានសង់មូលដ្ឋានផ្គត់ផ្គង់ទឹកស្អាត និងលើកកម្ពស់អនាម័យនៅសាលារៀន ដោយមានបន្ទប់បង្ហូរស្បូនបង្កើតអនាម័យសម្រាប់គ្រប់គ្រង អនាម័យពេលមានរដូវ និងបង្កើតប្រអប់ចោលសំឡីអនាម័យប្រើប្រាស់រួច ដោយមានច្រកបង្ហូរចូល ទៅក្នុងឡដុតកំទេចនៅខាងក្រៅអាគារ ដោយបានផ្តល់ឱ្យ នូវសេចក្តីថ្លៃថ្នូរ បរិស្ថានល្អ និងវិធីសាស្ត្រ ប្រកបដោយអនាម័យក្នុងការបោះចោលសំណល់។

និរន្តរភាព និងការមានសម្ភារៈការពារអនាម័យពេលមានរដូវដែលមានអនាម័យ មានតម្លៃសមរម្យ និងសមស្របតាមវប្បធម៌ និងវ័យ

ការគាំទ្រសង្វាក់ផលិតកម្ម ឬការផ្គត់ផ្គង់សម្ភារៈការពារអនាម័យពេលមានរដូវប្រកបដោយ និរន្តរភាព និងបន្តជាប់ជានិច្ច សម្រាប់ស្ត្រី និងកុមារីគ្រប់រូប។

ការធ្វើឱ្យប្រសើរឡើងនូវលទ្ធភាពទទួលបាន និងការប្រើប្រាស់ផលិតផលអនាម័យអាចកាត់បន្ថយ ការភ័យខ្លាចរបស់ស្ត្រី និងកុមារីចំពោះការលេចជ្រាប និង អនុញ្ញាតឱ្យពួកគេចូលរួមនៅក្នុងសង្គម យ៉ាងពេញលេញក្នុងអំឡុងពេលមានរដូវ។

- គម្រោង SPLASH បានណែនាំឱ្យមានការកាត់ដេរសំឡីអនាម័យប្រភេទអាចយកមកប្រើ ឡើងវិញបាន នៅក្នុងក្តីបង្កើតផ្គត់ផ្គង់ទឹកស្អាត និងលើកកម្ពស់អនាម័យ សាលារៀនក្រីក្រការ និង កិច្ចប្រជុំ PTA សាលារៀនដោយប្រើប្រាស់ក្រណាត់សំឡីជក់ទឹក (ឧ. កន្សែងពោះគោចាស់ៗ ផ្ទាំងក្រណាត់ និងខោអាវគេងយប់) ហើយអនុវត្តន៍តាមសៀវភៅណែនាំ។
- អង្គការ WaterAid ប្រចាំប្រទេសហ្សាំបៀ បានគាំទ្រក្តីបសុខភាពសាលារៀន និងក្រុមទ្រទ្រង់ ម្តាយ ដើម្បីផលិតកន្ទប់អនាម័យនៅក្នុងសាលារៀនលូប៊ូនដា (Lubunda) ហើយបានដាក់ តាំងបង្ហាញនៅក្នុងកម្មវិធីពិពណ៌កសិកម្ម និង ពាណិជ្ជកម្មនៅក្នុងតំបន់។

អានីតា (Anita) ដែលជាកុមារីវ័យទំនង់ម្នាក់រៀននៅសាលាបឋមសិក្សាសាន់ចន (St. John) ប្រទេសហ្សាំបៀ (Zambia) បាននិយាយអំពីការងារលើផ្នែកការគ្រប់គ្រងអនាម័យក្នុងពេលមាន រដូវរបស់ក្រុមទ្រទ្រង់ម្តាយថា៖ "មានក្រុមម្តាយមួយក្រុមបានចាប់ផ្តើមបង្រៀនពួកយើងអំពីរបៀប ផលិតកន្ទប់អនាម័យដ៏សាមញ្ញ។ ពួកគេបង្រៀន យើងអំពីរបៀបស្លៀកពាក់ របៀបអង្គុយ និង ការសម្អាតនៅពេលមានរដូវ"។ បទពិសោធន៍របស់អានីតាត្រូវបានគាំទ្រដោយ Yamikani ដោយ នាងបាននិយាយថា "មុនពេលមានការអន្តរាគមន៍ពួកយើងធ្លាប់រងការអាម៉ាស់។ ក្មេងប្រុសៗធ្លាប់ សើចចំអកដាក់ពួកយើង ហើយពេលខ្លះពួកយើង បានគេចសាលាដើម្បីឱ្យផុតពីការសើចចំអក នេះ។ ប៉ុន្តែ ឥឡូវនេះ ឯកជនភាព និងសេចក្តីថ្លៃថ្នូររបស់ពួកយើងត្រូវបានស្រោចស្រង់ឡើងវិញ ហើយ។" នៅក្នុងកម្មវិធីជនបទ សាលាបឋមសិក្សា Liudz ទីក្រុងស្រុក Nkhotakota មានកុមារី វ័យទំនង់ចំនួន ៧ នាក់បានវិលមករៀនវិញ ក្រោយពីពួកគេបានបោះបង់ការសិក្សា ដោយសារខ្វះ ការយល់ដឹងអំពីរបៀប គ្រប់គ្រងអនាម័យក្នុងពេលមានរដូវខណៈពេលពួកគេនៅសាលារៀន។ ពួកគេបានដឹងអំពីអន្តរាគមន៍ គ្រប់គ្រងអនាម័យក្នុងពេលមានរដូវ និងការសាងសង់បង្គន់អនាម័យ ថ្មីនៅសាលារៀន និងបានសម្រេចចិត្ត ត្រឡប់ទៅសាលារៀនវិញ។ (អង្គការ WaterAid ឆ្នាំ២០១៤)

- នៅសាលារៀន Dilela ប្រទេស
អេធីអូភៀ អង្គការ WaterAid
និងដៃគូអនុវត្តន៍ឈ្មោះ Prognyst
បានបង្កើតរោងជាងមួយផលិត
កន្ទួបអនាម័យ តម្លៃសមរម្យ
ដែលអាចប្រើប្រាស់ឡើងវិញបាន
ដោយមានតម្លៃថោកជាងបួន
ដងនៃសំឡីធម្មតាដែលប្រើម្តង
បោះចោល។ បង្គន់អនាម័យ
សមរម្យ ក៏ត្រូវបានសាងសង់
សម្រាប់សិស្សានុសិស្ស និងគ្រូ
បង្រៀនផងដែរ។



ស្ត្រីដេរកន្ទួបអនាម័យប្រភេទប្រើឡើងវិញបាននៅរោងជាងរបស់
ពួកគេ នៅវិទ្យាល័យ Dilela High School, Oromia, ប្រទេស
អេធីអូភៀ ខែឧសភា ឆ្នាំ២០១៥។

រូបភាពដោយ អង្គការ WaterAid/ Behailu Shiferaw

អង្គការ Plan International នៅក្នុងប្រទេសយូហ្គីនដា

នៅខែកក្កដា ឆ្នាំ ២០១២ អង្គការ Plan បានសម្តែងកម្មវិធីរយៈពេលវែងសម្រាប់ការគ្រប់គ្រង
អនាម័យក្នុងពេលមានរដូវនៅប្រទេសយូហ្គីនដា ដោយនេះជាការស្ថាបនាបន្ថែម លើការងារគម្រោង
ផ្គត់ផ្គង់ទឹកស្អាត និងលើកកម្ពស់អនាម័យនៅតាមសាលារៀន ដែលមានកន្លងមក។ គម្រោងកន្លង
មកបានបង្កើត VSLAs នៅក្នុងសហគមន៍ ដោយបានផ្សារភ្ជាប់ជាមួយគម្រោងគ្រប់គ្រងអនាម័យ
ក្នុងពេលមានរដូវ ដើម្បីជួយសមាជិកសហគមន៍ដែលមានការចាប់អារម្មណ៍ក្នុងការចាប់ផ្តើមអាជីវកម្ម
លក់កន្ទួបអនាម័យ ហើយក៏បានបង្កើតឱ្យមានការចាប់អារម្មណ៍ពីសមាជិកសហគមន៍ក្នុងការទិញ
កន្ទួបអនាម័យផងដែរ។ ភាពជាដៃគូត្រូវបានបង្កើតឡើងនៅគ្រប់កម្រិតក្នុងកម្មវិធី ចាប់តាំងពី
រដ្ឋបាលស្រុក ថ្នាក់ជាតិ សាលារៀន និងសហគមន៍ និងជាមួយក្រុមហ៊ុន AFRIPads Uganda Ltd
ដែលជាសហគ្រាសសង្គមមួយជាអ្នកផលិត ធ្វើទីផ្សារ និងលក់សម្ភារៈការពារអនាម័យពេលមាន
រដូវ ប្រភេទប្រើប្រាស់ឡើងវិញបានប្រកបដោយអនាម័យ។

កម្មវិធីនេះធ្វើការដើម្បីលើកកម្ពស់ចំណេះដឹង ឥរិយាបថ និង
ការអនុវត្តរបស់ស្ត្រី កុមារី បុរស និងកុមារជនបទទាក់ទងនឹង
ការគ្រប់គ្រងអនាម័យក្នុងពេលមានរដូវ ដោយបង្កើនលទ្ធភាព
ទទួលបានបន្ទះអនាម័យមានតម្លៃសមរម្យ និងមានអនាម័យល្អ។
កម្មវិធីនេះ ក៏ធ្វើការដើម្បីបង្កើនសមត្ថភាពរកប្រាក់ចំណូលសម្រាប់
ស្ត្រី ដែលត្រូវបានលើកទឹកចិត្តឱ្យលក់ AFRIPad ក្រោយពេល
ទទួលបានការបណ្តុះបណ្តាល ស្តីពីចំណេះដឹងពាក់ព័ន្ធនឹងការ
គ្រប់គ្រងអនាម័យក្នុងពេលមានរដូវ និងជំនាញអាជីវកម្ម។



Teddy និង Sylvia កំពុងដេរស្លាប
AFRIPads នៅក្នុងប្រទេសយូហ្គីនដា។

រូបភាពដោយ អង្គការ Plan International

ដើម្បីបើកមើលឧទាហរណ៍មួយចំនួនស្តីពីផលប៉ះពាល់នៃ
កម្មវិធីនេះ សូមចូលទៅមើលរឿងរ៉ាវស្តីពីការផ្លាស់ប្តូរជីវិតឱ្យកាន់តែស្អាតរបស់ Christine នៅក្នុង
គេហទំព័រ៖ <https://www.youtube.com/watch?v=1ACVYsZbo1A>

ចំណុចចាប់ផ្ដើមសម្រាប់កម្មវិធីសហគមន៍ដឹកនាំអនុវត្តន៍អនាម័យ

អនុលោមតាមគោលការណ៍សកម្មភាពសហគមន៍ដឹកនាំអនុវត្តន៍អនាម័យ សហគមន៍ត្រូវបានផ្តល់សិទ្ធិអំណាចក្នុងការពិនិត្យតាមដាននូវសកម្មភាពគ្រប់គ្រង អនាម័យក្នុងពេលមានរដូវរបស់ពួកគេ។ ដោយទទួលបានការអនុវត្តឱ្យធ្វើទីផ្សារអនាម័យដើម្បីបំពេញបន្ថែមលើសកម្មភាពសហគមន៍ដឹកនាំអនុវត្តន៍អនាម័យ សហគមន៍ត្រូវបានលើកទឹកចិត្តឱ្យប្រើផលិតផលសម្រាប់សកម្មភាពគ្រប់គ្រងអនាម័យក្នុងពេលមានរដូវ ដែលមានដាក់លក់នៅលើទីផ្សារ។ ក្នុងករណីដែលសម្ភារៈទាំងនេះមានតម្លៃថ្លៃហួសប្រមាណ គឺត្រូវជំរុញ (ឬបង្រៀន) ប្រជាជនឱ្យចេះរបៀបធ្វើឱ្យសម្ភារៈការពារអនាម័យសម្រាប់ស្ត្រី និងកុមារមានភាពប្រសើរឡើង គឺជាជម្រើសមួយប្រកបដោយនិរន្តរភាព។ ប្រព័ន្ធការលក់ដែលមានមូលដ្ឋាននៅសហគមន៍ និងការប្រើប្រាស់ VSLAs អាចផ្តល់ដំណោះស្រាយប្រកបដោយនិរន្តរភាពក្នុងការចែកចាយសម្ភារៈការពារអនាម័យ ដូចជាសំឡីប្រភេទប្រើប្រាស់ឡើងវិញបានដែលមានតម្លៃទាបជាងដើម។

នៅបំណងធ្វើឱ្យបន្ទះអនាម័យអាចងាយស្រួលរកបានបំផុតតាមដែលអាចធ្វើបាន មានអង្គការជាច្រើនបានកំពុងជម្រុញឱ្យប្រើបន្ទះអនាម័យ "ធ្វើដោយខ្លួនឯង"។ ធាតុចាំបាច់សំខាន់ៗមួយចំនួនក្នុងការវិនិយោគលើផលនេះមានដូចជា៖

- បាតមិនជ្រាបទឹក ដើម្បីការពារកុំឱ្យលេច/ប្រឡាក់ខោអាវ
- អាចបិទភ្ជាប់កន្ទបអនាម័យជាមួយខោទ្រនាប់បាន នៅពេលមានស្លៀកខោទ្រនាប់
- វិធីសាស្ត្រជាជម្រើសក្នុងការភ្ជាប់កុំឱ្យជ្រុះ (ឧ. ដាក់ខ្សែក្រវាត់ក្រណាត់) ដើម្បីអាចប្រើប្រាស់បានដោយមិនបាច់ប្រើខោទ្រនាប់។
- អាចពន្លាតទៅជារូបរាងផ្សេងបានដើម្បីកាត់បន្ថយការខ្មាសអៀន ឬភាពអាម៉ាស់ នៅពេលបោក ឬសម្លូតបន្ទះអនាម័យនោះ។
- អាចប៊ីតស្រូបសារធាតុរាវបានគ្រប់គ្រាន់ដើម្បីកាត់បន្ថយការលេចជ្រាប។



Bidyavati Singh ជាអ្នកលក់ម្នាក់ បានលក់ សំឡីអនាម័យទៅឱ្យ Aradhna, នៅក្នុងភូមិ Uttar Pradesh ប្រទេសឥណ្ឌា ។
រូបភាពដោយ អង្គការ WaterAid/ Poulomi Basu

សន្និដ្ឋាន

ការបំបែកតំណែម និងភាពអវិជ្ជមានជុំវិញការមានរដូវ និងការបង្កើតប្រពៃណីសង្គមថ្មីមួយ ដែល គ្រូនិងកុមារអាចសប្បាយរីករាយ និងមានមោទនភាពចំពោះការធ្លាក់ឈាមរដូវរបស់ ពួកគេគួរតែជា ផ្នែកមួយនៃសកម្មភាពសហគមន៍ដឹកនាំអនុវត្តន៍អនាម័យដើម្បីអាចសម្រេច បាននូវសមធម៌ និងការ ដាក់បញ្ចូលសម្រាប់ទាំងអស់គ្នា។ សហគមន៍ដឹកនាំអនុវត្តន៍អនាម័យ អាចក្លាយជាមធ្យោបាយដ៏មាន ឥទ្ធិពលមួយ ដើម្បីជំនះលើ ប្រពៃណីសង្គម ជំនឿខុសឆ្គង និងផ្នត់គំនិតចាស់គំរិល។ គំនិតបើក ទូលាយ ដែលកើតចេញមកតាមរយៈ ដំណើរការបំផុសអាចជួយបង្កើតបរិស្ថានមួយដែលសហគមន៍ អាចនិយាយអំពីការមានរដូវបានដោយសេរី។

នៅក្នុងកម្មវិធីគ្រប់គ្រងអនាម័យក្នុងពេលមានរដូវ គួរពិចារណាដាក់បញ្ចូល គោលការណ៍ជា មូលដ្ឋានអំពីសកម្មភាពសហគមន៍ដឹកនាំអនុវត្តន៍អនាម័យដូចខាងក្រោម៖

- មិនត្រូវមានការឧបត្ថម្ភទុនជាមុន
- មិនត្រូវមានប្លង់ការរចនាមូលដ្ឋានអនាម័យបែបសម្ភារៈបរិក្ខារ
- មិនត្រូវមានការផ្សព្វផ្សាយបែបជាការបញ្ជាឱ្យប្រើសម្ភារៈការពារអនាម័យប្រភេទតែមួយ
- មនុស្សជាចំបង៖ ពួកគេអាចធ្វើបាន
- កុំបញ្ជា ឬបង្រៀន ប៉ុន្តែត្រូវសម្របសម្រួល
- លើកទឹកចិត្តឱ្យមានសកម្មភាពរួមគ្នា ដើម្បីលុបបំបាត់តំណែម និងផ្លាស់ប្តូរ ប្រពៃណីសង្គម។

សម្រាប់ព័ត៌មានបន្ថែម

បរិបទ និងស្ថានភាពជាក់លាក់របស់គម្រោងធ្វើឱ្យយើងមិន អាចផ្តល់សម្រង់បញ្ជីសូចនាករ ទាក់ទងនឹងសកម្មភាពគ្រប់គ្រងអនាម័យក្នុងពេលមានរដូវបាន។ សូចនាករសំខាន់ៗមួយចំនួនដែល ប្រហែលជាសមស្របចំពោះកម្មវិធីគ្រប់គ្រងអនាម័យក្នុងពេល មានរដូវភាគច្រើន គឺអាចបើកមើល បាននៅលើគេហទំព័រកម្មវិធីសហគមន៍ដឹកនាំអនុវត្តន៍អនាម័យ។

www.communityledtotalsanitation.org/mhm-indicators

ជំនះតំណមបន្ទាប់៖ ការបង្កើនការយល់ដឹងអំពីអនាម័យពេល មានរដូវក្នុងកម្មវិធីសហគមន៍ដឹកនាំអនុវត្តន៍អនាម័យ

ការមានរដូវគឺជាផ្នែកធម្មជាតិ និងសុខភាពនៃជីវិតសម្រាប់ស្ត្រី និងកុមារី ប៉ុន្តែជារឿយៗ វាជាប្រធានបទតំណមមួយ ដែលមិនងាយនឹងនិយាយដល់ ហើយអាចនាំអោយមាន អារម្មណ៍ខ្មាសអៀន និងអាម៉ាស់។ វាក៏អាចនាំអោយកុមារីបាត់បង់ ចំណាប់អារម្មណ៍ ទៅសាលា ឬមិនទៅសាលាប៉ុន្មានថ្ងៃ។ ការមានរដូវគឺជាធាតុយ៉ាងសំខាន់នៃអនាម័យ ដែលធានាឱ្យយល់ដឹងប្រជាជនពាក់កណ្តាលពិភពលោកទៅលើផ្នែកដ៏ធំនៃការរស់នៅ របស់ពួកគេ។ ក្នុងការបោះពុម្ពផ្សាយ ព្រំដែននៃកម្មវិធីសហគមន៍ដឹកនាំអនាម័យបង្ហាញ ពីវិធីសាស្ត្រដែលកម្មវិធីសហគមន៍ដឹកនាំ អនាម័យអាចពង្រីកបន្ថែមក្នុងការកំណត់ពីការ គ្រប់គ្រងអនាម័យពេលមានរដូវនៅសាលារៀន និងសហគមន៍ក្នុងការកាត់បន្ថយភាព ស្មុគស្មាញទាំងនេះសម្រាប់ស្ត្រី និងកុមារី។ សៀវភៅនេះបែងចែក ការរៀនសូត្រ អនុសាសន៍ ការ បង្កើតថ្មី និងបទពិសោធន៍ពីអង្គការ ផ្លែនអន្តរជាតិ (Plan International) អង្គការវត្តទេវតា (WaterAid) WSSCC, UNICEF, WASH United, Grow and Know, និង USAID/WASHplus.



Illustration by Regina Faul-Doyle