ရေချိုးတတ်တဲ့
သမီးလေး

unicef

အင်္ကျီချွတ်

မျက်နှာသစ်

ရေလောင်း

ဆပ်ပြာတိုက်

ရေထပ်လောင်း

ရေခြောက်အောင်သုတ်

အဝတ်လဲ

ရေချိုးပြီးပြီ

ပြုစုစောင့်ရှောက်သူများအတွက်အမှာစာ

ဒီစာအုပ်လေးဟာ မွေးစမှ ငါးနှစ်အရွယ်မြန်မာကလေးငယ်တွေ၊ သူတို့ရဲ့မိသားစုတွေနဲ့ ပြုစုစောင့်ရှောက်သူတွေအတွက်ရည်ရွယ်ပါတယ်။ ဒီအရွယ်ကလေးတွေဟာ ရုပ်ပုံတွေကိုကြည့်ရတာ၊ ပုံပြင်နားထောင်တာနဲ့ စာအုပ်တွေကို ကြိုက်ကြပါတယ်။ ဒီအရွယ်ကလေးငယ်တွေအတွက် အက္ခရာစကားလုံးတွေ၊ သင်္ချာကိန်းဂဏန်းတွေကိုသင်ယူဖို့ အရေးမကြီးသေးပါဘူး။ ကလေးတွေရဲ့စိတ်ပိုင်းနဲ့ ရုပ်ပိုင်း အဆင်သင့်မဖြစ်သေးခင် အသက် ငါးနှစ်၊ သို့မဟုတ် ခြောက်နှစ်ပတ်ဝန်းကျင်ကလေးတွေကို စာသင်ခိုင်းခြင်းဟာ ကျောင်းနေကာလနဲ့ နောက်ပိုင်းဘဝတလျှောက်မှာ ပြဿနာတွေဖြစ်စေနိုင်ပါတယ်။ ကလေးငယ်အတွက် အရေးအကြီးဆုံးဟာ သင်နဲ့ သင့်ကလေးရဲ့ နွေးနွေးထွေးထွေးဆက်ဆံမှု ဖြစ်ပါတယ်။ ကလေးအတွက် အချိန်မှန်မှန်ပေးဖို့၊ ကလေးတွေကို စာအုပ်တွေထဲက ဘာတွေမြင်တယ်၊ ဘာတွေကြားတယ်ဆိုတာကို စူးစမ်းရှာဖွေလေ့လာတတ်အောင် တိုက်တွန်းအားပေးဖို့၊ စာအုပ်တွေထဲက တွေ့မြင်ရတဲ့အမှုအရာတွေကို လိုက်လုပ်နိုင်အောင်အားပေးဖို့၊ ပုံပြင်တွေကို ကလေးတွေကိုယ်တိုင် တီထွင်ဖန်တီးပြောဆိုနိုင်အောင် အားပေးတိုက်တွန်းဖို့၊ ကလေးတွေကိုယ်တိုင် စာအုပ်တွေကိုစူးစမ်းလေ့လာရှာဖွေနိုင်အောင် ခွင့်ပြုပေးဖို့၊ ကလေးကို အမြဲအတိုင်းပြောဆိုနေထိုင်မှုအတွက် သင်ဘယ်လောက်နှစ်သက်သဘောကျသလဲဆိုတာပြသဖို့ စတဲ့အချက်တွေပါဝင်ပါတယ်။

“ရေချိုးတတ်တဲ့သမီးလေး” စာအုပ်ဟာရေချိုးတဲ့အခါ ပါဝင်တဲ့အဆင့်တွေကို ဖော်ပြထားတဲ့ စာအုပ်တစ်အုပ်ဖြစ်ပါတယ်။ စာမျက်နှာတိုင်းမှာ ကလေးမလေးအနေနဲ့ ရေချိုးတာကို ပျော်ရုံတင်မက ကိုယ့်ဘာသာကိုယ် ရေချိုးနိုင်လို့ ပျော်နေတာကိုဖော်ပြထားပါတယ်။ ကလေးငယ်တွေဟာ သူတို့ဘာသာသူတို့ လုပ်ရကိုင်ရတာကို နှစ်ခြိုက်ကြပါတယ်။ ကိုယ့်ဘာသာကိုယ် ရေချိုး၊ ကိုယ့်ဘာသာကိုယ် အဝတ်အစားဝတ်ချင်တာတင်မက၊ ကိုယ့်ဘာသာကိုယ် စားသောက်၊ အဝတ်အစားတွေ၊ ဖိနပ်တွေကို သူ့နေရာတကျ ပြန်ထားတာမျိုးတွေကိုလည်း နှစ်ခြိုက်ကြပါတယ်။ ဒီလိုလုပ်ရတဲ့အခါ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ်ယုံကြည်မှုနဲ့ ငါလုပ်နိုင်တယ်လို့ ခံစားကြတယ်။ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ်ယုံကြည်တဲ့ကလေးတွေဟာ တခြားသူတွေနဲ့ ပိုပြီးဆက်သွယ်ဆက်ဆံနိုင်ကြတယ်။ ပိုပြီးသင်ယူနိုင်ကြတဲ့အပြင် အခက်အခဲပြဿနာတွေကိုလည်း ပိုကျော်လွှားနိုင်ကြတယ်။

မိသားစုဝင်တိုင်းဟာ သူတို့ရဲ့ကလေး ကျန်းမာသန်စွမ်းစေဖို့၊ ပျော်ရွှင်စေဖို့၊ စူးစမ်းလေ့လာတတ်ဖို့၊ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ်ယုံကြည်မှုရှိစေဖို့ ကူညီပေးနိုင်တဲ့စွမ်းရည်တွေရှိကြပါတယ်။ သင်လည်း သင့်ကလေးအတွက် ချီးကျူးစရာလုပ်ဆောင်ချက်တွေကို လုပ်ဆောင်နေပြီးဖြစ်မှာပါ။ ဒီစာအုပ်ဟာ သင်နဲ့ သင့်ကလေးအတွက် နေ့စဉ်ဘဝမှာ အထောက်အကူဖြစ်ဖို့ နည်းလမ်းတစ်ခုအနေနဲ့ အသုံးပြုနိုင်အောင် ရည်ရွယ်ပါတယ်။

ကျေးဇူးတင်လွှာ

ဤစာအုပ်ကို မြန်မာကလေးများနှင့် သူတို့၏မိသားစုများအတွက် အထောက်အပံ့ဖြစ်စေရန်၊ ယူနီဆက်သည် ၎င်းနှင့်လက်တွဲအလုပ်လုပ်လျက်ရှိသော ဌာနအသီးသီး၊ အဖွဲ့အစည်းအသီးသီးနှင့် အတူတကွထုတ်လုပ်ဖန်တီးခဲ့ပါသည်။

ဤစာအုပ် ဖြစ်မြောက်ရေးအတွက်အားသွန်ခွန်စိုက်ပါဝင်ခဲ့ကြသော -
ကလေးသူငယ်ပြုစုပျိုးထောင်ရေးနှင့် မီဒီယာအသုံးပြု မိဘပညာပေးအစီအစဉ်
အတိုင်ပင်ခံပုဂ္ဂိုလ် – **Ms. Barbara Kolucki**
စာရေးသူ – အဖွဲ့ (၃) အဖွဲ့ဝင်များ
သရုပ်ဖော်ရေးဆွဲသူ – ဦးဇေသစ်တည် (သရုပ်ဖော်)
ကွန်ပျူတာဒီဇိုင်း – ဦးသက်နိုင်ဆွေ (ဒီဇိုင်းနာ)
ကူညီပံ့ပိုးသူ – ဒေါ်ခင်မိုးမိုးအောင် (ယူနီဆက်) တို့နှင့်

ဤစာအုပ်ကို ပြုစုရာတွင်ပူးပေါင်းပါဝင်ခဲ့ကြသော အဖွဲ့ဝင်များဖြစ်ကြသည့် ဒေါ်ခင်မြင့်နိုင် (သရုပ်ဖော်ရေးဆွဲသူ)၊ နော်ဂျူလီယာချစ် တို့အား ကျေးဇူးတင်ရှိပါသည်။ ထို့အပြင် ဤစာအုပ်များပြုစုရေးအတွက် အလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲတွင် ပါဝင်ခဲ့ကြသူများနှင့် ကွင်းဆင်းစမ်းသပ်သူများ၊ ကလေးများနှင့် မိသားစုများ အားလုံးတို့အား မိမိတို့၏တန်ဖိုးရှိသော အချိန်များကိုပေးခဲ့ခြင်းအတွက် အထူးကျေးဇူးတင်ရှိကြောင်း မှတ်တမ်းတင်အပ်ပါသည်။

unicef

ယူနီဆက် ရန်ကုန် (၁၄)ထပ် ကုန်သည်ကြီးများဟိုတယ် ၂၂၃ ဆူးလေဘုရားလမ်း ရန်ကုန်။
ဖုန်း ၃၇၅၅၂၇ ၃၇၅၅၂၈ ၃၇၅၅၃၂ ၃၇၅၃၃၀ ဖက်(စ်) ၉၅-၁-၃၇၅၅၅၂

ရောင်းရန် မဟုတ်ပါ။

ဤစာအုပ်ကို ထပ်မံရိုက်နှိပ်လိုပါက ယူနီဆက်၏ ခွင့်ပြုချက်ရယူပြီးမှ ရိုက်နှိပ်ပါရန်။