

(၁၈) ကြိမ်မြောက် နှစ်ပတ်လည် ရွှေ့ပြောင်းအလုပ်သမား အမျိုးသမီးတိုင်းနှောပလုယ့်ပွဲ မှတ်တမ်း

၂၀၁၉ ခုနှစ် ၊ မတ်လ ၅ - ၉ ရက်နေ့





(၁၈) ကြိမ်မြောက် နှစ်ပတ်လည် ရွှေ့ပြောင်းအလုပ်သမား အမျိုးသမီး နီးနှောဖလှယ်ပွဲ မှတ်တမ်း

၂၀၁၉ ခုနှစ်၊ မတ်လ ၅-၉ ရက်နေ့

“ကမ္ဘာ့လုပ်ငန်းခွင်များအတွင်း အမျိုးသမီးများ၏ ဘေးကင်းလုံခြုံရေး”

မက်ပ်ဖောင်ဒေးရှင်းအကြောင်း...

ထိုင်းနိုင်ငံမှာ အခြေစိုက်ကြတဲ့ အစိုးရမဟုတ်တဲ့အဖွဲ့အစည်းတွေထဲက ရွှေ့ပြောင်းအလုပ်သမားများအတွက် လူမှုအကျိုးပြုလုပ်ငန်း လုပ်ဆောင်နေတဲ့အဖွဲ့အစည်းများ၊ ကျန်းမာရေးလုပ်ငန်းများကိုကူဆောင်ရွက်ပေးနေတဲ့ အဖွဲ့အစည်းများ၊ သဘာဝပတ်ဝန်းကျင်နဲ့ပတ်သက်ပြီး လုပ်ဆောင်နေတဲ့အဖွဲ့အစည်းများစွာရှိပါတယ်။ မက်ပ်ဖောင်ဒေးရှင်းကလည်း မြန်မာပြည်က ရွှေ့ပြောင်းလာတဲ့ အလုပ်သမားများအတွက် ကျန်းမာရေးပညာပေးလုပ်ငန်းများ၊ ရွှေ့ပြောင်းအလုပ်သမားအမျိုးသမီးများကို စွမ်းရည်မြှင့်တင်ရေးသင်တန်းများ၊ အမျိုးသမီးဆွေးနွေးပွဲများဖန်တီးပေးပြီး၊ အလုပ်သမားအခွင့်အရေးနဲ့ ပတ်သက်ပြီး ကူညီပေးနေတဲ့ အဖွဲ့အစည်းဖြစ်ပါတယ်။ ရွှေ့ပြောင်းအလုပ်သမားဆိုင်ရာ သတင်းအချက်အလက်များနဲ့ အလုပ်သမားတွေရဲ့ ဘဝတိုးတက်မြှင့်တင်ရေးပညာပေးလုပ်ငန်းများ၊ လုံခြုံစွာရွှေ့ပြောင်းသွားလာခြင်း ပညာပေးလုပ်ငန်းများကိုလည်း ဆောင်ရွက်ပေးလျက်ရှိပါတယ်။

အဲလိုလုပ်ဆောင်တဲ့နေရာမှာ အသိပညာပေးလက်ကမ်းစာစောင်များ၊ ပိုစတာများ စတာတွေအပြင် ချင်းမိုင်နဲ့ မဲဆောက်တို့မှာ FM 99 and FM 105.5 ရေဒီယို အသံလှိုင်းတွေကလည်း ရွှေ့ပြောင်းအလုပ်သမားတွေအတွက် အကျိုးပြုသတင်းအချက်အလက်တွေဖြစ်တဲ့ ထိုင်းနိုင်ငံက ထုတ်ပြန်တဲ့ အလုပ်သမားနဲ့ သက်ဆိုင်တဲ့ ဥပဒေများ၊ သတင်းအချက်အလက်များ၊ ကျန်းမာရေးဆိုင်ရာ ဗဟုသုတများ၊ ပညာရေးဆိုင်ရာ မူဝါဒများနှင့် ရွှေ့ပြောင်းအလုပ်သမားများနှင့် ဆိုင်တဲ့ မှတ်ပုံတင်ခြင်း၊ အမျိုးသမီးအခွင့်အရေးနဲ့ ဆိုင်တဲ့ အကြောင်းအရာတွေကို အသံလွှင့်ပေးလျက်ရှိပါတယ်။ ဒါ့ပြင် အိမ်တွင်းအကြမ်းဖက်မှုနဲ့ မုဒိမ်းမှု ခံရတဲ့သူ၊ လုပ်ငန်းခွင်အတွင်း ခွဲခြားဆက်ဆံခြင်းခံရတဲ့ ရွှေ့ပြောင်းအလုပ်သမားအမျိုးသမီးတွေရဲ့ အခက်အခဲတွေကို အခြားအလုပ်သမားရေးလုပ်ဆောင်ပေးနေတဲ့ အဖွဲ့အစည်းတွေနဲ့အတူ ထိုင်းနိုင်ငံရဲ့တရားဥပဒေဘောင်အတွင်းမှ ကူညီဆောင်ရွက်ပေးအဖွဲ့အစည်းလည်းဖြစ်ပါတယ်။



မာတိကာ

■ ထုတ်ဝေသူအမှာစာ	၄
■ (၁၈) ကြိမ်မြောက် အမျိုးသမီးနှီးနှောဖလှယ်ပွဲ	၅
■ ဦးဆောင်ဆွေးနွေးသူများရဲ့ ကိုယ်ရေးအကျဉ်း	၆
■ ဒေသအလိုက် အစီရင်ခံစာ	၁၁
■ နံနက်ခင်းမျက်နှာစုံညီ အစီရင်ခံစာ	၁၈
■ အတွင်းစိတ်ပျော်ရွှင်မှု	၂၉
■ အိုင်အယ်လ်အိုကြေငြာစာတမ်းအရ ကမ္ဘာ့လုပ်ငန်းခွင်အတွင်းအကြမ်းဖက်မှုနှင့် ဘလက်ကာယပပျောက်မှုအတွက် ရွှေ့ပြောင်းအလုပ်သမားအမျိုးမျိုး၏စည်းရုံးလှုံ့ဆော်မှု	၃၃
■ ထိုင်းနိုင်ငံလူမှုဖူလုံရေးအကြောင်း	၃၉
■ အလုပ်သမားခေါင်းစဉ်နှင့် ပတ်သက်၍ဒေသအတွင်းရှိ အမျိုးသမီးများ စည်းရုံးလှုံ့ဆော်မှု	၄၂
■ လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ	၄၇
■ မြန်မာနိုင်ငံအတွင်းရှိ အမျိုးသမီးအလုပ်သမားလှုပ်ရှားမှု	၅၃
■ နစ်နာကြေးရံပုံငွေအကြောင်း	၅၈
■ အမျိုးသမီးများဘေးကင်းလုံခြုံရေးအတွက် လက်တွေ့ အသုံးပြုနိုင်မည့် ဥပဒေ လမ်းစဉ်များ	၆၁
■ ရိုးရာပါတီည	၆၆
■ လန်းဆန်းပျော်ရွှင်သုတစုံလင်	၆၈
■ အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာ အမျိုးသမီးများနေ့ အခမ်းအနားနှင့် ချီတက်လမ်းလျှောက်ခြင်း အစီအစဉ်	၆၉
■ ၂၀၁၉ ခုနှစ် အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာ အမျိုးသမီးများနေ့အတွက် ထုတ်ပြန်ကြေငြာစာတမ်း	၇၁

ထုတ်ဝေသူအမှာစာ

ဤစာအုပ်ကို ၂၀၁၉ ခုနှစ်၊ မတ်လ ၅-၉ ရက်နေ့ထိ၊ ထိုင်းနိုင်ငံ၊ ချင်းမိုင်မှာ ကျင်းပပြုလုပ်ခဲ့တဲ့ (၁၈) ကြိမ်မြောက် အမျိုးသမီးနှီးနှောဖလှယ်ပွဲရဲ့ မှတ်တမ်းများကို စုစည်းထားတဲ့စာအုပ်ဖြစ်ပါတယ်။

ရွှေ့ပြောင်းအလုပ်သမား အမျိုးသမီးများ ထိုင်းနိုင်ငံတွင်းရှိ အလုပ်သမားနဲ့ ဆိုင်တဲ့ ဥပဒေများ၊ လူမှုဖူလုံရေးနဲ့ နှစ်နာကြေးရပုံငွေအကြောင်း၊ လုပ်ငန်းခွင်မှာ ဘေးကင်းလုံခြုံမှုများ၊ နိုင်ငံတကာမှာရှိနေတဲ့ အမျိုးသမီးအလုပ်သမားများ အကြောင်း၊ အမျိုးသမီးများရဲ့ စိတ်ကျန်းမာရေးနဲ့ လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာကျန်းမာရေးများအကြောင်း ပိုမိုသိရှိနားလည်ပြီး၊ မိမိတို့ ဒေသတွင်းရှိ အမျိုးသမီးများကို ပြန်လည် လက်ဆင့်ကမ်း အသိပညာပေးနိုင်ရန်နှင့် အမျိုးသမီးဆွေးနွေးပွဲများတွင် ဦးဆောင် တဲ့အခါလက်စွဲစာအုပ်အဖြစ် အသုံးပြုနိုင်ရန် ရည်ရွယ်ပြီး ထုတ်ဝေခြင်းလည်းဖြစ်ပါတယ်။

ဤစာအုပ်ဖြစ်မြောက်ဖို့အတွက် အချက်အလက်တွေကို ဦးဆောင်ဆွေးနွေးပေးသွားတဲ့ နိုင်ငံတကာနဲ့ ပြည်တွင်း ပြည်ပက အမျိုးသမီး ဦးဆောင်သူများ၊ မှတ်တမ်းဓါတ်ပုံနှင့် အချက်အလက်များကို မှတ်တမ်းတင်ပေးသော ညီမများ၊ အမျိုးသမီးနှီးနှောဖလှယ်ပွဲဖြစ်မြောက်အောင် ပံ့ပိုးကူညီပေးတဲ့ အလှူရှင်နဲ့ မက်ပီဖောင်ဒေးရှင်းက ညီအစ်မများကို အထူးပဲ ကျေးဇူးတင်ရှိကြောင်း မှတ်တမ်းတင်လိုက်ပါတယ်။



(၁၈) ကြိမ်မြောက် အမျိုးသမီးနှီးနှောဖလှယ်ပွဲ

နှစ်စဉ် မတ်လ ၈ ရက်နေ့မှာ ကျရောက်တဲ့ အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာ အမျိုးသမီးများနေ့အတွက် မက်ပီဖောင်ဒေးရှင်းက ဦးဆောင်ပြီးရွှေ့ပြောင်း အလုပ်သမားအမျိုးသမီးတွေအတွက် အမျိုးသမီးနှီးနှောဖလှယ်ပွဲ လုပ်ဆောင်လာတာ၊ ၂၀၁၈ ခုနှစ်၊ မတ်လ ၈ မှာ ၁၈ ကြိမ်မြောက်ရှိဖြစ်ပါတယ်။ ထိုင်းနိုင်ငံတွင်းနဲ့ နယ်စပ်ဒေသအပါ ဒေသ ၁၉ ခုမှာရှိတဲ့ အမျိုးသမီးဆွေးနွေးပွဲ က အမျိုးသမီးကိုယ်စားလှယ် စုစုပေါင်း ၁၂၀ ဦး တက်ရောက်ကြပါတယ်။ ဒီနှစ်အမျိုးသမီးနှီးနှောဖလှယ်ပွဲရဲ့ ခေါင်းစဉ်က "ကမ္ဘာ့လုပ်ငန်းခွင်များအတွင်း အမျိုးသမီးများ၏ ဘေးကင်းလုံခြုံရေး" ဖြစ်ပါတယ်။ ကျမတို့ အမျိုးသမီးတွေဟာ ကျမတို့ မိသားစုထဲမှာနေရတာ လုံခြုံမှုရှိဖို့လိုအပ်ပါတယ်။ ပတ်ဝန်းကျင်အသိုင်းအဝိုင်းထဲမှာလည်း လုံခြုံမှုရှိဖို့ လိုအပ်ပါတယ်။ အထူး သဖြင့် စက်ရုံအလုပ်တွေ၊ ပန်းရံဆိုင်တွေ၊ စိုက်ပျိုးရေးခြံ၊ ရော်ဘာနဲ့ ဆီအုန်းခြံတွေ၊ အိမ်အလုပ်တွေ လုပ်နေကြရတဲ့ရွှေ့ပြောင်း အလုပ်သမားအမျိုးသမီးတွေရဲ့ ဘဝဟာ အလုပ်သမားခေါင်း၊ ကိုယ်နဲ့ အတူ အလုပ်လုပ်နေကြရတဲ့ အမျိုးသားတွေ၊ မကောင်းတဲ့ အိမ်ရှင်အမျိုးသားတွေနဲ့ ဆုံရတဲ့အခါ ဘလက်ကာယလုပ်တာ၊ မုဒိမ်းကျင့်တာ၊ အနိုင်ကျင့်တာ စတာတွေ ခံရ ကြပါတယ်။ အဲလို အဖြစ်မျိုးတွေ ကြုံလာပြီ ဆိုရင် အများအားဖြင့် အမျိုးသမီးတွေကိုပဲ ပြန်ပြီး အပြစ်တင်တတ်ကြပါတယ်။ အဲဒါကြောင့် အမျိုးသမီး တစ်ဦးအနေဖြင့် ကိုယ့်ပတ်ဝန်းကျင် အသိုင်းအဝိုင်းထဲမှာ ဘယ်လိုပဲ နေနေ၊ ဘယ်ကိုပဲ သွားသွား၊ ဘာအလုပ်လုပ်လုပ် လုံခြုံမှုရှိရမယ် ဆိုတာကို ဆိုလိုခြင်းပဲ ဖြစ်ပါတယ်။



ဦးဆောင်ဆွေးနွေးသူများ၏ ကိုယ်ရေးအကျဉ်း ၂၀၁၉

ဂျက်ကီသည် အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာအလုပ်သမားရေးရာအဖွဲ့ (ILO) မြန်မာ နိုင်ငံရုံး၏ ရွှေ့ပြောင်းသွားလာခြင်းဆိုင်ရာ စီမံချက်များ၏ နည်းပညာအကြံပေး အရာရှိချုပ် ဖြစ်သည်။ ရန်ကုန်သို့ မရွှေ့ပြောင်းမှီ မက်ပီဖောင်ဒေးရှင်း၏ ဒါရိုက်တာ အဖြစ် ၁၉၉၆ ခုနှစ်ကတည်း တာဝန်ထမ်းဆောင်ခဲ့ပါသည်။ ချင်းမိုင်နှင့် ဘန်ကောက် မြို့တွင်ရှိသော (Empower Foundation) တို့တွင်လည်း နှစ်ပေါင်းများစွာ ပါဝင် ဆောင်ရွက်ခဲ့ပါသည်။ ထို့ပြင် ဗြိတိသျှကောင်စီ (British Council)၊ လန်ပန်း ဆရာ အတတ်သင်ကျောင်း (Lampang Teachers College) နှင့် ပတ်စ်တယ်လ်လဇ အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာ ကလေးသူငယ်များ အတွက်ကျေးရွာ (Pestalozzi International Children's Village) တို့တွင်လည်း အင်္ဂလိပ်စာ သင်ကြားခဲ့ပါသည်။



ရီဘက်ခါသည် အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာ အလုပ်သမားအဖွဲ့အစည်း (ILO) အဖွဲ့ အစည်းတွင် လုံခြုံခြင်းနှင့် မျှတခြင်းဆိုင်ရာစီမံချက်တွင် နည်းပညာပိုင်းဆိုင်ရာတာဝန်ထမ်းဆောင်နေသည့် ဝန်ထမ်းဖြစ်သည်။ အာဆီယံနိုင်ငံတွင်းရှိ ရွှေ့ပြောင်းအလုပ်သမားအမျိုးသမီးများအရေးကို အဓိကထားကူညီဆောင်ရွက်ပေးသူလည်းဖြစ်သည်။ ဘန်ကောက်တွင် ၁၁ ကြာနေထိုင်ပြီး၊ လူမှုအသိုင်းအဝိုင်းအဖွဲ့အစည်းများတွင်လည်း လက်ရှိကာလအထိ လုပ်ငန်းများကို ဆက်လက်ဆောင်ရွက် လျှက်ရှိသည်။



နန်းနွမ်းဟွမ်သည် ရှမ်းပြည်မြောက်ပိုင်း၊ သိန်းနီမြို့နယ် နောင်ဆိုင်ကျေးရွာ အထိက ဖြစ်သည်။ ရှမ်းလူမျိုးဖြစ်ပြီး၊ မိဘနှစ်ပါးမှာ တောင်သူလယ်သမား များဖြစ်ကြသည်။ ၂၀၁၂ ခုနှစ်တွင် ရှမ်းလယ်သမားများကွန်ယက်အဖွဲ့အစည်းတွင် စေတနာ့ဝန်ထမ်းအဖြစ်ဆောင်ရွက်ပြီး၊ ယခုအချိန်တွင် လူထုဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးနှင့်ရွှေ့ပြောင်းသွားလာခြင်းကဏ္ဍကို အဓိက တာဝန်ယူထမ်းဆောင်နေပါသည်။



အိမွန်ဖြိုးသည် မြန်မာ့အမျိုးသမီးသမဂ္ဂ(BWU) တွင် အွန်လိုင်းမီဒီယာ စည်းရုံးလှုံ့ဆော်ရေးတာဝန်ခံအဖြစ် အမျိုးသမီးအခွင့်ရေး၊ ကျား-မ တန်းတူရေး၊ ငြိမ်းချမ်းရေးနှင့်တရားမျှတရေးအတွက် လုပ်ဆောင်နေသူ တစ်ဦးဖြစ်သည်။ 2015 မှ 2017 အတွင်းတွင် BWU မှ မှတ်တမ်း ပြုစုထားသည့် ရန်ကုန်စက်မှုဇုန် အချို့ရှိ အထည်ချုပ်စက်ရုံများမှာ အမျိုးသမီး အလုပ်သမားများ၏ အခြေအနေကို မီးမောင်းထိုးပြထားသော “ပြုပြင်ပြောင်းလဲ မှုနောက်ကွယ်မှ အမေ့လျော့ခံအမျိုးသမီး အလုပ်သမား” သုတေသနစာစောင်တွင်လူငယ်သုတေသနပြုလုပ်သူတစ်ဦးအနေဖြင့်ပါဝင်ခဲ့သည်။



နန်းခင်မာညွန့်သည် ရှမ်းပြည်တောင်ပိုင်း လွိုင်လင်ဇာတိကဖြစ်သည်။ ထိုင်းနိုင်ငံတွင် နေထိုင်တာ ၂၉ နှစ်ရှိပြီဖြစ်သည်။ ထိုင်းနိုင်ငံတွင် ဆူနာမီဖြစ်ပေါ်ချိန်ကစပြီးရွှေ့ပြောင်းအလုပ်သမားလုပ်ရားမှုများတွင်စတင်ပါဝင်ကူညီခဲ့ပြီး၊ ရှမ်းအမျိုးသမီးရေးရာလုပ်ရားမှုကွန်ယက်အဖွဲ့ အစည်းတွင်လည်းသင်တန်းသူအနေဖြင့် ၂ နှစ်တက်ရောက်ခဲ့ဖူးသည်။ ထိုနောက် အလုပ်သမားစည်းရုံးရေးအသင်းအဖွဲ့တွင် ဥက္ကဋ္ဌအနေဖြင့် တာဝန်ယူဆောင်ရွက်ခဲ့သည်။ မက်ပရေဒီယိုတွင်လည်း စေတနာ့ဝန်ထမ်းအဖြစ် အသံလွှင့်သူအဖြစ်ဆောင်ရွက်ခဲ့ပြီး၊ လက်ရှိ မက်ပရေဒီယိုတွင် အေးရှင်းတွင် အလုပ်သမားစည်းရုံးလှုံ့ဆော်ရေး တာဝန်ခံအဖြစ် တာဝန်ထမ်းဆောင်နေသည်မှာ ၇ နှစ်ရှိပြီဖြစ်သည်။



ဆတ်တာရာ ဟတ်တီရတ်သည် အိမ်နောက်ဖေးနိုင်ငံရေးလိုချင်သည့် ကျား၊ မ နိုင်ငံရေးနှင့် အမျိုးသမီးအခွင့်အရေးလုပ်ရားသူများ၏ ဘဝသာယာဝပြောရေးနှင့်ဘေးကင်းလုံခြုံစွာ ကိုယ်ဝန်ဖျက်ချနိုင်ခွင့် အခွင့်အရေးအဖွဲ့ (ထမ်းထန်း) တွင် စေတနာ့ဝန်ထမ်းအဖြစ် ကူညီလုပ်ဆောင်လုပ်နေသူတစ်ဦးဖြစ်သည်။



ဆူလိုင်းဖွမ်းသည် ဘေးကင်းလုံခြုံစွာ ကိုယ်ဝန်ဖျက်ချနိုင်ခွင့် အခွင့်အရေးစည်းရုံးလှုံ့ဆော်မှုအဖွဲ့ (ထမ်းထန်း) နှင့် အိပ်အိုင်ဗွီ- အေအိုက်ဒီအက်စ် ရောဂါကူးစက်သူ ထိုင်းအမျိုးသမီးအဖွဲ့အစည်းတွင်ကော်မတီဝင်အဖြစ်အလုပ်လုပ်ကိုင်သည်။ သူမ၏ အဓိကလုပ်ငန်းစဉ်များမှာ အမျိုးသမီးများ ဘေးကင်းလုံခြုံစွာ ကိုယ်ဝန်ဖျက်ချနိုင်ခွင့်အခွင့်အရေးနှင့်ပတ်သက်သည့် လှုပ်ရှားမှုများနှင့် အိပ်အိုင်ဗွီ- အေအိုက်ဒီအက်စ် ရောဂါကူးစက်သူ ထိုင်းအမျိုးသမီးများအတွက်လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ မျိုးဆက်ပွားကျန်းမာရေးအခွင့် အရေးအတွက်လှုပ်ရှားမှုများလည်းပါဝင်ပါသည်။



ဆူလတ်ဖိုင်လမူဘွန်လ်(ဖိုက်) ထိုင်းနိုင်ငံသူဖြစ်သည်။ အာရှဖစ်ဖိတ် ဒေသဆိုင်ရာ အမျိုးသမီးများဥပဒေဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေး (APWLD) အဖွဲ့အစည်းတွင် အလုပ်သမားနှင့် ရွှေ့ပြောင်းခြင်းဆိုင်ရာ ဌာနတွင် တာဝန်ယူဆောင်ရွက်နေသူဖြစ်သည်။



မဝေနှင်းပို(ပိုပို)သည် ယခုလက်ရှိတွင် ရွှေ့ပြောင်းအလုပ်သမားများ၏ အခွင့်အရေးများနှင့်ဝန်ဆောင်မှုများ ပိုမို ဖြစ်ထွန်း ရရှိလာစေရေးအတွက် ဦးတည်ဆောင်ရွက်လျက်ရှိသော မြန်မာနိုင်ငံရှိ အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာ အလုပ်သမားရေးရာအဖွဲ့ (ILO) ၏ TRIANGLE in ASEAN စီမံချက်တွင်အမျိုးသားစီမံချက် ညှိနှိုင်းရေးမှူးအဖြစ် တာဝန်ထမ်းဆောင်နေပါသည်။ ယခင်က ထိုင်းနိုင်ငံတောင်ပိုင်းရှိ ပညာရေးနှင့် ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးအဖွဲ့ (Foundation for Education and Development – FED) တွင် ရွှေ့ပြောင်းအလုပ်သမားများ၏ အခွင့်အရေးများမြှင့်တင်ခြင်းလုပ်ငန်းစဉ်များတွင် ၁၀ နှစ်ကျော် တာဝန်ထမ်းဆောင်ခဲ့ပါသည်။



မမိုးဝေသည် ၂၀၀၉ ခုနှစ်မှစ၍ အလုပ်သမားအခွင့်အရေးလှုပ်ရှားမှုများ ဆောင်ရွက်ခဲ့ပြီး ၂၀၁၂ ခုနှစ် တိုင်ရီအလုပ် သမားလှုပ်ရှားမှုများ စတင်၍ ၂၀၁၂ ခုနှစ် အလုပ်သမားအဖွဲ့အစည်းဥပဒေအရ ပထမဆုံး အလုပ်သမားသမဂ္ဂ ဖွဲ့စည်းဆောင်ရွက်ခဲ့ကာ အလုပ်သမားသမဂ္ဂများပေါ်ပေါက်လာရေးအတွက် ဆောင်ရွက်ခဲ့ပါသည်။ အလုပ်သမားရေးရာ အငြင်းပွားမှုများကိုဖြေရှင်းရေး မြို့နယ်ညှိနှိုင်းဖြန့်ဖြေရေးအဖွဲ့ဝင်အဖြစ် ၂ နှစ်တာ တာဝန်ထမ်းဆောင်ခဲ့ပြီး အလုပ်သမား ဥပဒေနှင့် အခွင့်အရေးဆိုင်ရာများ သင်တန်းပို့ချခြင်း၊ နိုင်ငံတော်အလုပ်သမားရေးရာမူဝါဒချမှတ်ရေးတွင် ပါဝင်ဆောင်ရွက်ခဲ့ခြင်း၊ အလုပ်သမားဥပဒေပြုပြင်ပြောင်းလဲရေး နည်းဥပဒေဆိုင်ရာ သုံးပွင့်ဆိုင်အဖွဲ့တွင်လည်း ပါဝင်ဆောင်ရွက်ခဲ့ပြီး ယခုအချိန်တွင် အလုပ်သမားအခွင့်အရေးဆိုင်ရာများက ကူညီဆောင်ရွက်ပေးနေပြီး စက်မှုလုပ်ငန်းခွင်ဆက်ဆံရေးဆိုင်ရာများက သင်တန်းများပို့ချခြင်းများ လုပ်ဆောင်နေပါသည်။



နော်လားဖေါသည် ထိုင်းနိုင်ငံရှိ နိုင်ငံတကာကယ်ဆယ်ရေးကော်မတ (IRC) မှ Senior Rule of Law Training Officer တစ်ဦးဖြစ်ပါသည်။ သူမသည် ၂၀၁၆ ခုနှစ်တွင် ကရင်ပြည်နယ်၊ ဘားအံမြို့၌ သူနာပြု ဒီပလိုမာဘွဲ့ကို ရရှိခဲ့ပါသည်။ ကျောင်းပြီးသောအခါ သူမသည် အစိုးရမဟုတ်သောအဖွဲ့အစည်းများတွင် စတင်အလုပ်လုပ်ကိုင်ခဲ့ပါသည်။ ၂၀၀၇-၂၀၁၁ အတွင်း ကျန်းမာရေးဌာန များတွင်အလုပ်လုပ်ကိုင်ခဲ့ပါသည်။ ၂၀၁၂-၂၀၁၄ အတွင်း အမေရိကန်ဒုက္ခသည် ကော်မတီ (ARC) တွင် GBV ပရိုဂရမ်၏ Project Manager အဖြစ်လည်း တာဝန်ထမ်းဆောင်ခဲ့ပါသည်။ ၂၀၁၅ ခုနှစ်တွင် မဲဆောက်မြို့၌ လူမှုစိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာနှင့်ပတ်သတ်သည့် ပရိုဂရမ်တွင် စတင်ပါဝင်လာပြီး Program Coordinator အဖြစ် ၁ နှစ် တာဝန်ထမ်းဆောင်ခဲ့ပါသည်။ သူမ၏ မွေးရပ်ဇာတိမှာ ကရင်ပြည်နယ်ဖြစ်ပြီး ၁၉၈၆ ခုနှစ်တွင် မွေးဖွားခဲ့ပါသည်။



နိုင်ယာနပရဇိုင်ဝုန်သည် ထိုင်းလူမှုတရားမျှတရေးကွန်ယက်တွင် ဦးဆောင်သူနှင့် သင်တန်းဆရာမ ဖြစ်သည်။ ထို့ပြင် ယောဂဆရာမလည်း ဖြစ်သည်။



အိအိချောသည် မြန်မာနိုင်ငံမှထိုင်းနိုင်ငံရှိ ရွှေ့ပြောင်းအလုပ်သမားများအခွင့်အရေးနှင့် ပတ်သက်ပြီး၊ လူမှုအဖွဲ့အစည်း အသိုင်းအဝိုင်းတွင် ၁၀ နှစ်ကျော် လုပ်ငန်းအတွေ့အကြုံရှိပြီးသည့်ပြင် မဲခေါင်ရွှေ့ပြောင်းခြင်းဆိုင်ရာ ကွန်ယက်တွင်လည်း ရွှေ့ပြောင်းအလုပ်သမားများနှင့် ပတ်သက်ပြီး၊ စည်းရုံးလှုံ့ဆော်မှုများ ပူးပေါင်းပါဝင်သူဖြစ်သည်။ ရွှေ့ပြောင်းအလုပ်သမားကလေးများ ကျောင်းပြင်ပ ပညာရေးဆက်လက်သင်ကြားနိုင်စေရန်လည်း အကောင်အထည် ဖော်လုပ်ကိုင်နိုင်ခဲ့သည်။ လက်ရှိတွင် ပညာရေးနှင့် ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးဖောင်ဒေးရှင်းတွင် လက်ထောက်ဒါရိုက်တာအဖြစ် တာဝန်ထမ်းဆောင်နေပါသည်။



(၁၈) ကြိမ်မြောက် နှစ်ပတ်လည် ရွှေ့ပြောင်းအလုပ်သမား အမျိုးသမီးနှီးနှောဖလှယ်ပွဲ မှတ်တမ်း

နန်းခမ်းအွမ်သည် ရှမ်းအမျိုးသမီးရေးရာကွန်ယက်တွင် အလုပ်သင်အဖြစ် ၂၀၁၉ ခုနှစ်တွင် လုပ်ကိုင်ခဲ့သည်။ ထို့နောက် ၂၀၁၀ တွင် သတင်းနှင့် အချက်အလက်ဌာနတွင်ဝန်ထမ်းအနေဖြင့် တာဝန်ထမ်းဆောင်ခဲ့သည်။ ၂၀၁၅ ခုနှစ် အမျိုးသမီးနှီးနှောဖလှယ်ပွဲမှ ယခုချိန်ထိ မြန်မာဘာသာမှ ထိုင်းဘာသာသို့ ဘာသာပြန်ပေးခြင်းများ လုပ်ဆောင်နေပါသည်။



ခင်စပယ်အောင်သည် ထိုင်းနိုင်ငံ ချင်းမိုင်မြို့မှာရှိသော BEAM Education Foundation မှာအထက်တန်း ပညာသင်ယူခဲ့ပြီး၊ ချင်းမိုင်တက္ကသိုလ်မှာ လူမှုရေး သိပ္ပံဘာသာရပ်နဲ့ဘွဲ့ရရှိခဲ့ပါတယ်။ လက်ရှိ MAP Foundation မှာ လုံခြုံမှုတသော ရွှေ့ပြောင်းမှုခေါင်းစဉ်နှင့် သုတေသနပြုစုသူအဖြစ်တာဝန်ထမ်းဆောင်နေပါတယ်။



ဒေသအလိုက် အစီရင်ခံစာ

မဲဆောက်ဒေသ - သီသီထွေး

မဲဆောက်ဒေသက ထိုင်းမြန်မာ နယ်စပ်မှာရှိပါတယ်။ အမျိုးသမီးတွေက လုပ်ငန်းခွင်မျိုးစုံမှာ လုပ်ကြရတယ်။ အမျိုးသမီးနဲ့အမျိုးသားအလုပ် လုပ်ရတာချင်းတူပေမယ့် အမျိုးသမီးတွေက အိမ်ထောင်တာဝန်ကိုပိုပြီးယူကြရပါတယ်။ လုပ်ငန်းခွင်တွေမှာ အလုပ်ချိန် အတူတူ အလုပ်လုပ်ခဲ့ရပေမယ့်လည်း အိမ်ပြန်ရောက်တဲ့အခါ အမျိုးသမီးတွေက အိမ်ထောင်မှာ ချက်ပြုတ်၊ သားသမီးရေး ကိစ္စတွေ ဆက်လက်ပြီးလုပ်ကိုင်ရပါတယ်။ တောင်ယာ၊ စိုက်ခင်းတွေမှာဆိုရင်လဲ အလုပ်လုပ်ကြတဲ့ အမျိုးသမီးတွေ များပါတယ်။ အိမ်ဖော်လုပ်ကြတဲ့ အမျိုးသမီး တွေဆိုရင် အိမ်ကလေးတွေကို ထားစရာမရှိလို့ ကလေးတွေကိုပါ လုပ်ငန်းခွင်သို့ခေါ်သွားရပါတယ်။ လုပ်ငန်းခွင်ထဲရောက်ရင် ကလေးတွေကအငြိမ်မနေတော့ အလုပ်ရှင်ရဲ့ဥျှော့ခြင်းကို ခံရတယ်။ ဒါကြောင့် အမျိုးသားတွေနဲ့ နှိုင်းယှဉ်လိုက်ရင် အမျိုးသမီးတွေဟာ အပြင်မှာလည်း အလုပ်လုပ်ရသလို အိမ်ပြန်ရောက်ရင်လည်း အိမ်အလုပ်တွေကို ပိုလုပ်ရပါသေးတယ်။ လုပ်အားလခတွေ အနေနဲ့ ကြည့်မယ်ဆိုရင်လည်း အမျိုးသားတွေနဲ့ တန်းတူမရကြပါဘူး။ မဲဆောက်မှာ အလုပ်လုပ်ကြတဲ့ ရွှေ့ပြောင်းအလုပ်သမားတွေဟာ နယ်စပ်ဒေသမှာ အလုပ်လုပ်ကိုင်ကြတဲ့ သူတွေဖြစ်တဲ့ အတွက် ထိုင်းနိုင်ငံက သတ်မှတ်ထားတဲ့ လုပ်အားလခအပြည့်ကိုတော့ မရကြပါဘူး။ မဲဆောက်မှာ အလုပ်လုပ်တဲ့သူတွေက အထည်ချုပ်စက်ရုံ၊ အိမ်ဖော်၊ စိုက်ပျိုးရေးခြံ နဲ့ဈေးဆိုင်ရောင်းတဲ့ သူတွေပဲဖြစ်ကြပါတယ်။



လုမ္ဗူကီ - မခင်မာစိုး

လုမ္ဗူကီဒေသက ထိုင်းနိုင်ငံတောင်ပိုင်းမှာရှိပါတယ်။ အဓိကအလုပ်ကတော့ ရာဘာ ခြစ်ပါတယ်။ အလုပ်ကို ညဘက်မှာလုပ်ရတာ ဖြစ်တယ်။ ဒါကြောင့် အမျိုးသမီးဆွေးနွေးပွဲ လုပ်ရင် နေ့ခင်းပိုင်းပဲ လုပ်နိုင်တယ်။ အားလုံးက ညဘက်အလုပ်လုပ်ပြီး နေ့ဘက်အိပ်နေကြတာဖြစ်ပါတယ်။ အရင်တုန်းက အမျိုးသမီးတွေကိုစည်းရုံးရတာ အရမ်းခက်ခဲပါတယ်။ ပြီးတော့အမျိုးသားတွေကလည်းအားပေးခြင်းမရှိဘူး။ အမျိုးသမီးဆွေးနွေးပွဲကို ဘာလုပ်ဖို့လဲ၊ ရှုပ်တယ်၊ သူများနိုင်ငံလာတာ အလုပ်လာလုပ်၊ အဲဒီရှုပ်ရှုပ်ယှက်ယှက်တွေလုပ်ဖို့မရှိဘူး



ဆိုပြီးပြောကြ၊ ကန့်ကွက်ကြတယ်။ ကျမကိုယ်တိုင်ကလည်း အိမ်က အမျိုးသားရဲကန့်ကွက်ခြင်းကိုခံရဖူးပါတယ်။ ဒါပေမယ့် ကျမတို့က အမျိုးသမီးအရေးတွေကို သိပ်လုပ်ချင်၊ သိပ်စိတ်ဝင်စားတော့ ဘယ်သူဘာပြောပြော ဂရုမစိုက်ဘူး။ အမျိုးသမီးတွေကို ရာဘာခြစ်နားချိန်တွေမှာ လာရောက်ပါဝင်ဖို့ စည်းရုံးလှုံ့ဆော်ခဲ့ပါတယ်။ ခုနောက်ပိုင်းမှာ အမျိုးသမီးတွေကလည်း အမျိုးသမီးဆွေးနွေးပွဲကို စိတ်ပါဝင်စားလာကြသလို၊ သူတို့ခင်ပွန်းသည်တွေကလည်း အမျိုးသမီးဆွေးနွေးပွဲကို သွားရောက်ပါဝင်ဖို့ ပိတ်ပင်တာတွေ သိပ်မရှိတော့ပါဘူး။ အမျိုးသမီးဆွေးနွေးပွဲမှာ ပါဝင်ခြင်းအားဖြင့် အမျိုးသမီးတွေရဲ့ အသိပညာနဲ့ စွမ်းရည်မြှင့်တက်လာတာကိုတွေ့ရပါတယ်။ အမျိုးသမီးဆွေးနွေးပွဲ ဖြစ်မြောက်အောင် မတည်ပေးတဲ့ မက်ဖောင်ဒေးရှင်းကိုလည်း ကျေးဇူးအထူးတင်ရှိပါတယ်ရှင်...

မယ်ဟောင်ဆောင် - ကရင်နီအမျိုးသမီးအစည်းအရုံး KNOW

မယ်ဟောင်ဆောင်ဒေသဟာ ထိုင်းနိုင်ငံမြောက်ပိုင်းမှာရှိပါတယ်။ ကရင်နီ အမျိုးသမီးအစည်းအရုံးကတော့ ဒုက္ခသည်စခန်းမှာရှိတဲ့ အမျိုးသမီးအရေးတွေကို ဆောင်ရွက်ပေးနေတာဖြစ်ပါတယ်။ ကရင်နီ အမျိုးသမီးအစည်းအရုံးရဲ့ လုပ်ဆောင်ချက်တွေကတော့-



၁။ အမျိုးသမီးနှင့် ကလေးကာကွယ်စောင့်ရှောက်ရေးစီမံကိန်း (အကြမ်းဖက်ခံရတဲ့ အမျိုးသမီးတွေကို ကြိုတင်ကာကွယ်မှု သင်တန်းတွေလုပ်ပေးတယ်။ စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာသင်တန်း၊ အကြမ်းဖက်ခံရတဲ့ကလေးတွေကို လုံခြုံတဲ့နေရာမှာ ထားပေးတယ်။ တကိုယ်ရည်သန့်ရှင်းရေးလုပ်ငန်းတွေလုပ်ပေးတယ်။ အမှုနဲ့ပတ်သက်ပြီးလုပ်မယ်ဆိုရင် လိုက်ပေးတယ်။)

၂။ လက်မှုပညာစီမံကိန်း (ဆပ်ပြာ၊ ဆပ်ပြာရည်၊ ခေါင်းလျှော်ရည်တွေလုပ်သင်တယ်၊ စက်ချုပ်သင်တန်း၊ ဂျက်ခုတ်၊ ယက်ကန်းသင်တန်း၊ အလှူရှင်ကတော့ IRC, WAVE, Merry Kin)။

၃။ သတင်းဖြန့်ဝေရေးစီမံကိန်း။

၄။ အခြေခံပညာရေးစီမံကိန်း။

၅။ ကလေးကြီးထွားမှုဆိုင်ရာစီမံကိန်း (ကလေးတကိုယ်ရည်သန့်ရှင်းမှု၊ မိသားစုစီမံကိန်း၊ ကလေးဖွံ့ဖြိုးရေးတွေကို လုပ်ဆောင်ပေးပါတယ်)။

၆။ ကျွန်ုပ်တို့ပြင်ဆင်ပြီစီမံကိန်းက ဒုက္ခသည်စခန်းကိုရောက်နေကြတဲ့လူတွေကို သတင်းအချက်အလက်တွေမျှဝေပေးတယ်၊ ပြည်တွင်းပြန်လည်နေရာချမယ်ဆိုရင် ဘယ်လိုစိန်ခေါ်မှု၊ အားသာချက်တွေရှိလဲဆိုတာ သတင်းမျှဝေပေးတယ်။ စစ်ဘေးရှောင်တွေအတွက် ဗဟုသုတဖြစ်စေတဲ့ ကျန်းမာရေးနှင့်ပတ်သက်ပြီး လုပ်ပေးတာတွေလည်းရှိပါတယ်။

မယ်ဆိုင် - မအီပလု

မအီပလု ဟာ လက်ရှိမယ်ဆိုင် အမျိုးသမီးဆွေးနွေးပွဲကို ဦးဆောင်သူဖြစ်ပါတယ်။ လွန်ခဲ့တဲ့ ၈ နှစ်လောက်ကတည်း အမျိုးသမီးဆွေးနွေးပွဲတွေလုပ်တဲ့အခါမှာ ဝိုင်းဝန်းကူညီပံ့ပိုးသူအဖြစ် ပါဝင်ခဲ့ပါတယ်။ အရင်တုန်းကတော့ ဆရာမ အက်စတာရှိတော့ မအီပလုက အကူအနေဖြင့် ပါဝင်ပေးမယ့် နောက်ပိုင်းဆရာမ အက်စတာနိုင်ငံခြားထွက်သွား သူပဲ ဦးဆောင်သူဖြစ်လာတယ်။



မယ်ဆိုင်ဒေသမှာရှိတဲ့ တာချီလိတ်နဲ့ နီးစပ်ရာရွာတွေမှာ လိုက်ပြီးအမျိုးသမီးဆွေးနွေးတွေလုပ်ဆောင်ခဲ့ပါတယ်။ ဒါပေမယ့် ရွာသူကြီးတွေက လက်မခံခဲ့ဘူး။ နောက်ပိုင်းမှ

အမျိုးသမီးဆွေးနွေးတွေလုပ်ဖုန်းများလာတော့ ရွာသူကြီး တွေက အမျိုးသမီးတွေလည်း ဆွေးနွေးနိုင်၊ ဦးဆောင်နိုင်တဲ့အစွမ်းရည်ရှိတာပဲလို့ မြင်လာတော့ အခုတော့ လက်ခံလာပါပြီ။ ကျမတို့ မယ်ဆိုင်ဒေသမှာရှိတဲ့အမျိုးသမီးတွေကိုစုပြီး ဆွေးနွေးပွဲတွေလုပ်ဖြစ်လာပါတယ်။ တဆက်တည်းမှာပဲ တာချီလိတ်ဘက်မှာရှိတဲ့ အမျိုးသမီးတွေကိုလည်း စည်းရုံးပြီး ဆွေးနွေးပွဲတက်ရောက်ဖို့ စည်းရုံးခဲ့ပါတယ်။

မယ်ဆိုင်ဒေသမှာတော့ ခြံလုပ်ငန်း၊ လိမ္မော်သီးစိုက်ပျိုးရေးငန်း၊ အိမ်ဖော်အလုပ်နဲ့ ဈေးရောင်းအလုပ်တွေလုပ်ကြတာများပါတယ်။ ကျမတို့ မယ်ဆိုင်ဒေသမှာ အမျိုးသမီးဆွေးနွေးပွဲ လာရောက်လုပ်ဆောင်ပေးတဲ့ မက်ဖောင်ဒေးရှင်းကို ကျေးဇူးတင်ပါတယ်။ အခုဆိုရင် အမျိုးသမီးဆွေးနွေးပွဲမှာ လာရောက်ပါဝင်ဖူးတဲ့ အမျိုးသမီးတွေဆိုရင် အမျိုးသမီးအခွင့်အရေးအကြောင်း၊ အမျိုးသမီးနဲ့ ကျန်းမာရေးအကြောင်း၊ ပညာရေးအကြောင်း၊ အိမ်တွင်းအကြမ်းဖက်မှု လျော့ကျအောင်လုပ်ဆောင်ရမယ့် အကြောင်းအရာတွေကို သိရှိထားကြပြီ ဖြစ်ပါတယ်။

ရနောင်း - မမြင့်မူ

မင်္ဂလာပါ ကျမ မမြင့်မူပါရဲ့။ ရနောင်းဒေသကပါရဲ့။ ရနောင်းမှာ အရင်က အမျိုးသမီးဆွေးနွေးပွဲတွေ ရှိခဲ့ပေမယ့်မယ်ကျမက ၂၀၁၆ ခုနှစ်မှာမှ မက်ဖောင်ဒေးရှင်းက ဖိတ်လို့ အမျိုးသမီးနှီးနှောဖလှယ်ပွဲမှာပါဝင်ခဲ့ရပြီး၊ အဲဒီနောက်ပိုင်းမှာမှ အမျိုးသမီးဆွေးနွေးပွဲတွေမှာ ပါဝင်ခဲ့ရပါတယ်။ ၂၀၁၇-၂၀၁၈ ခုနှစ်မှာမှ ရနောင်းဒေသရဲ့ အမျိုးသမီးဆွေးနွေးပွဲတွေကို ကျမကိုယ်တိုင် ဦးဆောင်လာခဲ့ပြီး ပုံမှန်လုပ်ခဲ့ပါတယ်။ ရနောင်းဒေသမှာ ရှိတဲ့ အမျိုးသမီးအများစုက ငါးရွေး၊ ပုစွန်ရွေး လုပ်ငန်း၊ အိမ်ဖော်နဲ့ ဈေးဆိုင်ရောင်းတဲ့ လုပ်ငန်းတွေ လုပ်ကြပါတယ်။ အရင် ကျမတို့ ရနောင်းဒေသမှာ အမျိုးသမီးဆွေးနွေးပွဲလုပ်တဲ့အခါ သူတို့ အမျိုးသားတွေက အမျိုးသမီးဆွေးနွေးပွဲကို မသွားဖို့ ရန်ရှာကြပါတယ်။ တစ်ချို့အမျိုးသမီးတွေက အမျိုးသမီးဆွေးနွေးပွဲမှာ လာရောက်ပါဝင်လို့အိမ်ပြန်ရောက်တဲ့ အခါ သူတို့ခင်ပွန်းတွေရဲ့ ရိုက်နှက်ခြင်းတွေကို လည်းခံကြပါတယ်။

ဘယ်လိုပဲ ကြုံတွေ့နေရပါလေစေ၊ ကျမတို့ အမျိုးသမီးတွေဟာ အမျိုးသမီးဆွေးနွေးပွဲမှာ လာရောက်ပါဝင်ရလို့ စွမ်းရည်လေးတွေ မြှင့်တက်လာခဲ့ကြပါတယ်။ ကျမဆိုအရင်က လူရှေ့သူရှေ့မှာ စကားတောင်ထွက်ပြီး မပြောရဲ့ ခဲ့ပါဘူး။ အခုဆိုရင် အမျိုးသမီးတွေကို စိတ်ဓါတ်ခွန်အားတွေ ပေးနေတဲ့ သူတစ်ယောက် ဖြစ်နေပါပြီ။ ဒီလို စွမ်းရည်တွေ မြှင့်တက်လာအောင် အမျိုးသမီးဆွေးနွေးပွဲက လေ့ကျင့်ပေးလိုက်တာဖြစ်ပြီး၊ အမျိုးသမီး စွမ်းရည်မြှင့်တင်ရေးသင်တန်းတွေကနေလည်း အမျိုးသမီးဆွေးနွေးပွဲကို ဦးဆောင်ဖို့ အသိပညာနဲ့ စွမ်းရည်တွေ ရရှိခဲ့ပါတယ်။

အခုနောက်ပိုင်း အမျိုးသမီးတွေကိုလည်း အမျိုးသမီး ဆွေးနွေးပွဲမှာ လာရောက်ပါဝင်ဖို့ စည်းရုံးလှုံ့ဆော် နိုင်ခဲ့ပါတယ်။ ဒါ့ပြင် ပတ်တနီဒေသမှာ အမျိုးသမီးဆွေးနွေးပွဲ ဖြစ်မြောက်ဖို့လဲ နယ်မြေသစ်တွေ တိုးချဲ့ရှာဖွေနိုင်ခဲ့ပါတယ်။ ထိုင်းနိုင်ငံ တောင်ပိုင်းက ဟတ်ယိုင်၊ ဖန်ငါ၊ ခူရဘူရီစတဲ့ ဒေသတွေအပြင်၊ မြန်မာဖက်ခြမ်းက ကော့သောင်းမှာလည်း အမျိုးသမီးဆွေးနွေး ပွဲတွေမှာ သွားရောက်ပါဝင်နိုင်ခဲ့ပြီး၊ အချင်းချင်း အသိပညာတွေ၊ ဒေသအကြောင်းအရာတွေနဲ့ ဖလှယ်ရင်း ဒေသက အမျိုး သမီးခေါင်းဆောင်တွေနဲ့အတူ အဲဒီဒေသက အမျိုးသမီးတွေနဲ့ သွားရောက်တွေ့ဆုံပြီး ဒေသအခြေအနေတွေ ဖလှယ်နိုင်ခဲ့ ပါတယ်။

မယ်တော်ဆေးခန်း (မဲဆောက်) - နွေးနွေးဦး

မင်္ဂလာပါ။ ကျမ နွေးနွေးဦး ဖြစ်ပါ တယ်။ မယ်တော်ဆေးခန်းက ကိုယ်စားပြုပြီး လာရောက်ပါဝင်ခြင်းဖြစ်ပါတယ်။ ကျမအနေနဲ့ အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာအမျိုးသမီးများနေ့အခမ်း အနားကို လွန်ခဲ့တဲ့နှစ်ပေါင်းစွာက တက်ဖူးပါ တယ်။ အခုတခါ အသစ်တဖန်ပြန်ရောက်ခွင့် ရတာ အရမ်းပျော်တယ်။ ကျေးဇူးလည်းတယ်။

ကျမက စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာနှင့် ကျောင်းပြီး ထားပါတယ်။ မယ်တော်ဆေးခန်းမှာ ကလေး စိတ်အထူးကျ၊ စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာလုပ်ငန်းတွေကို လုပ်ဆောင်ပါတယ်။



မယ်တော်ဆေးခန်းဟာ ကုတင် ၂၀၀ ရှိပါတယ်။ အမှန်တော့ ဆေးရုံတစ်ခုလောက်ကြီးပါတယ်။ မယ်တော် ဆေးခန်း က တရားဝင်မှတ်ပုံတင်ထားတာမဟုတ်လို့ ဆေးခန်းလို့ပဲကြပါတယ်။

မယ်တော်ဆေးခန်းမှာ လာရောက်ကုသမှုတွေယူကြပါတယ်။ လာရောက်ကုသတဲ့လူနာအများစုကတော့ ထိုင်း- မြန်မာနယ်စပ်တစ်လျှောက်ရှိ၊ တပ်ခံခရိုင်၊ ဆန်ခရဘူရီ၊ မြဝတီ စသည့်နေရာများမှ ဖြစ်တယ်။ အဓိကကတော့ နယ်စပ် ဒုက္ခသည်စခန်းတွေ လူနာတွေကိုလည်း ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုလုပ်ပေးပါတယ်။ ၂၀၁၂ ရွေးကောက်ပွဲပြီး နောက်ပိုင်းမှာ ဒုက္ခသည်စခန်းတွေကို စားနပ်ရိက္ခာထောက်ပံ့မှုတွေလျော့နည်းလာပါတယ်။ ပြီးတော့ နှစ်နိုင်ငံအစိုးရ တွေကလည်း ဒုက္ခသည် များပြန်လည်နေရာချထားရေး (ပြည်တော်ပြန်) ပြန်ပို့ဖို့စဉ်နေကြပါတယ်။

မယ်တော်ဆေးခန်းကို ဆရာမကြီး ဒေါက်တာစင်သီယာမောင်က တည်ထောင်ခဲ့တယ်။ ပြီးတော့ ဆရာမကြီး နှင့်တကွ ကျောင်းသားခေါင်းဆောင်များကမကထတည်ထောင်ခဲ့တာဖြစ်တယ်။ မယ်တော်ဆေးခန်းကို ၁၉၈၈ ခုနှစ် ကတည်းက စတင်ခဲ့ပြီး ဆရာဝန်၊ ကျောင်းသား၊ သူနာပြုတွေဖြင့်ပါဝင်ဖွဲ့စည်းတည်ထောင်ခဲ့တယ်။ အများသိတာကတော့ ကျောင်းသား ဆေးခန်းဖြစ်ပါတယ်။ မယ်တော်ဆေးခန်းစတင်တည်ထောင်စဉ်က ဆေးဝါးလုံလောက်မှုတွေမရှိခဲ့ဘူး။ ၁၉၉၂ ခုနှစ်က တိုင်း ပြည်မငြိမ်မသက်ဖြစ်မှုတွေကြောင့်၊ ပြည်တွင်းစစ်တွေကြောင့် ရွာသူရွာသားများထွက်ပြေးရှောင် ကြရပါတယ်။ အဲဒီအထဲမှာ အမျိုးသမီးနှင့်ကလေးတွေက အများစုဖြစ်တယ်။ အဲဒီစစ်ဘေးရှောင်ပြည်သူများကို မယ်တော်ဆေးခန်းက ဆေးဝါးကုသမှုတွေ လုပ်ဆောင်ပေးတယ်။ သားဖွားခြင်းတွေလုပ်ပေးရတယ်။ အဲဒီအချိန်ကစပြီး ဆရာမကြီးက ဒီအရပ်ဒေသမှာ သားဖွားသင်တန်း တွေပြုလုပ်ပေးတယ်။ နောက်ပြီး ရိုးရာသားဖွားနည်းသင်တန်းတွေလည်း လုပ်ပေးခဲ့တယ်။ စစ်ဘေးရှောင်များအတွက် ခြေတုလည်းပြုလုပ်ပေးတယ်။

၂၀၀၀-၂၀၁၀ စစ်ဘေးရှောင်များရဲ့ ကလေးငယ်များအတွက် ပညာရေးလည်း စတင်လုပ်ဆောင်ပေးတယ်။ အစော ပိုင်းတုန်းက မူကြိုကျောင်းဖွင့်ပေးခဲ့တယ်။ နောက်ပိုင်း တဖြည်းဖြည်း မူလတန်း၊ အလယ်တန်း၊ အထက်တန်းထိ လုပ်ပေး ခဲ့တယ်။

ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုမှာ အားကစားအစီအစဉ်ကိုပါ ထည့်သွင်းဆောင်ရွက်ပေးခဲ့တယ်။ မယ်တော်ခန်းမှာ ဆေးကုသမှုလာယူကြတဲ့ လူနာတွေကို ကျန်းမာရေးလိုက်စားဖို့ အစီစဉ်ဖြစ်တယ်။

မယ်တော်ဆေးခန်းမှာ မျက်စိကုသမှုလုပ်ဆောင်ပေးတယ်။ မကြာသေးခင်ကမှ မယ်တော်ဆေးခန်းရဲ့ မျက်စိ အထူးကုကြီး ဆုံးသွားတာဖြစ်လို့ အကြီးအမားဆုံးရှုံးမှုဖြစ်ခဲ့ရပါတယ်။

မျိုးဆက်ပွားဆိုင်ရာကျန်းမာရေးပညာပေးခြင်းတွေလည်း လုပ်တယ်။ ကလေးသူငယ်ကာကွယ်စောင့်ရှောက်ရေးအစီအစဉ်လုပ်တယ်။ Child Protection Policy Guideline ကိုလည်းလုပ်တယ်။ ထိုင်းနိုင်ငံရဲ့ ဥပဒေရေးရာ အသိအတတ်ပညာရှင်တွေက ဝိုင်းဝန်းပံ့ပိုးပေးကြတယ်။ ထိုင်းနိုင်ငံအတွင်း ဒေသအလိုက် ကျန်းမာရေးကုသမှုတွေကို မယ်တော်ဆေးခန်းမှာ ဆက်လက်ကုသမှုခံယူသူများအတွက် ဖိုကယ်ပွိုင့်တာဝန်ယူပေးသူတွေရှိတယ်။

၁။ ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှု - IPD, OPD, အမျိုးသမီး၊ ကလေး၊ ကျန်းမာရေးလုပ်သား၊

၂။ ထိုင်းနိုင်ငံကျန်းမာရေးဌာန၊ မြန်မာနိုင်ငံကျန်းမာရေးဌာနနှင့်ပူးပေါင်းခြင်း စတဲ့လုပ်ငန်းတွေကို လုပ်ဆောင်ပါတယ်။

မြန်မာ Positive women network - မစန်းစန်းဝင်း

မြန်မာ Positive women network - အဖွဲ့ကို စတင်တည်ထောင်ခဲ့စဉ်က အဖွဲ့ဝင် ၆ ဦးပဲ ရှိပါတယ်။ ယခုလက်ရှိမှာ ဒေသ ၂၂ ခုနှင့် ချိတ်ဆက်လုပ်ဆောင်ပြီး၊ ဒေသကိုယ်စားလှယ် ၆ ထောင်လောက်နေပြီ ဖြစ်ပါတယ်။ ကွန်ယက်အသစ် ထပ်မံတိုးချဲ့တယ်။ CFM အစီအစဉ်တွေလည်းလုပ်တယ်။ HIV positive တွေအတွက်လုပ်ဆောင်ခြင်းအပြင် အမျိုးသမီးများကိုလည်း သင်တန်းပေးတယ်။ သင်တန်းတွေကတော့ လိင်အင်္ဂါလုပ်ဆောင်ပုံ၊ မိသားစုစီမံကိန်း၊ လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ အကြမ်းဖက်မှုကို ကိုင်တွယ်အရေးယူခြင်း၊ သတင်းအချက်အလက်များကို စုစည်းပြီးသက်ဆိုင်ရာသတင်းဌာနများကို ပို့ပေးခြင်းတို့ဖြစ်တယ်။

PMCT မိခင်မှကလေးသို့ ကူးစက်နှုန်းလျော့ချဖို့ စီမံကိန်း လုပ်တယ်။ OPC ရောဂါကူးစက်ခံ ကလေးငယ်လေးတွေကို ဆေးဝါးကုသခွင့်၊ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုကာကွယ်မှု၊ နှစ်သိမ့်ဆွေးနွေးမှု၊ ဆေးဝါးရရှိအောင် လုပ်ပေးတယ်။ ကွန်ယက်ကိုလည်း ပိုပြီးတိုးချဲ့နိုင်အောင် လုပ်ဆောင်တယ်။ IG ဝင်ငွေလည်ပတ်နိုင်အောင် သင်တန်းတွေ လုပ်ပေးတယ်။ မှီစိုက်လုပ်ငန်း၊ ဆပ်ပြာလုပ်ငန်းနှင့် အသိပညာအစွမ်းရည်မြှင့်တင်ခြင်း စတာတွေ

၁။ သတင်းအချက်အလက်များ စုဆောင်းခြင်း။

၂။ အပတ်စဉ်၊ လစဉ်အစည်းအဝေး ပုံမှန်လုပ်ဆောင်ခြင်း။

၃။ အိမ်တွင်းအကြမ်းဖက်မှုတွေပပျောက်အောင် ဆောင်ခြင်း။

ဥပဒေရေးရာဆိုင်ရာတွေနဲ့ပူးပေါင်းခြင်းစတဲ့ သင်တန်းတွေလည်းဦးဆောင်ပေးပါတယ်။ ကျမတို့အဖွဲ့အစည်းအတွက် ရံပုံငွေ အခက်အခဲတော့ ရှိပါတယ်။ အမျိုးသမီးတွေလည်းလူရှေ့ထွက်ဖို့မရဲကြသလို အသိပညာပိုင်းမှာလည်း အားနည်းကြပါတယ်။ ၂၀၁၈ ခုနှစ်ကတည်းက စတင်ပြီး မက်ပ်ဖောင်ဒေးရှင်းနဲ့ ရောဂါကူးစက်နေတဲ့ ရွှေ့ပြောင်းအလုပ်သမား အမျိုးသမီးတွေကို ပြည်တော်ပြန် အလွှဲအပြောင်းလုပ်ပေးတဲ့လုပ်ငန်းတွေကို ပူးပေါင်းပြီး လုပ်ဆောင်ခဲ့ပါတယ်။

ရှမ်းပြည်နယ်တောင်ပိုင်း၊ ရှမ်းတောင်အမျိုးသမီးကွန်ယက် - ဆရာမ ကိန္နရီ

ရှမ်းတောင်အမျိုးသမီးကွန်ယက်သည် မတူကွဲပြားတဲ့အမျိုးသမီးများနဲ့ ချိတ်ဆက်ထားတယ်။ ၂၀၁၄ ခုနှစ်မှာ မြို့ပေါ်အဖွဲ့ ၂၀ နှင့် စတင်ဖွဲ့စည်းခဲ့တယ်။ ၂၀၁၆ မှာ နယ်ဖက်အဖွဲ့ ၁၀ နှင့်တိုးချဲ့နိုင်ခဲ့တယ်။ လက်ရှိမှာဆိုရင် အဖွဲ့ဝင်ပေါင်း ၃၀ ရှိပါတယ်။ SSSWON အမျိုးသမီးများ မျှတသော လူ့ဘောင်ကို ရရှိခြင်းဆိုတဲ့ ရည်ရွယ်ချက်ရှိတယ်။

အဓိကရည်ရွယ်ချက်များ - ကျား၊မတန်းတူညီမျှခြင်း၊ အမျိုးသမီးများဘဝ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှုရခြင်း။ ကွန်ယက်ထဲမှာ ပါဝင်တဲ့အဖွဲ့အစည်းတွေထဲမှာ မသန်စွမ်းအဖွဲ့လည်းပါတယ်။ ကလေးငယ်သူနှင့် အမျိုးသမီးများအဖွဲ့အစည်း၊ စာပေယဉ်ကျေးမှုနှင့် ရိုးရာဓလေ့ထုံးတမ်းအဖွဲ့အစည်း၊ အမျိုးသမီးစွမ်းရည်မြှင့်တင်ရေးအဖွဲ့အစည်း၊ လူမှုကွန်ယက်အဖွဲ့အစည်းတွေလည်းပါတယ်။ ကျမတို့အဖွဲ့အစည်းကို ပံ့ပိုးပေးတဲ့ အလှူရှင်အဖွဲ့တွေလည်း ပါဝင်တယ်။

ကျမတို့ကွန်ယက်ရဲ့ လုပ်ဆောင်မှုတွေက သုတေသနစာတမ်းလုပ်ခြင်း၊ အမျိုးသမီးအဖွဲ့အစည်းများနှင့် ချိတ်ဆက်ခြင်း၊ မဟာမိတ်ဖက်များ ချိတ်ဆက်ခြင်း၊ အမျိုးသမီးများနေ့၊ အခြားနေ့ထူးနေ့မြတ်တွေကို လုပ်ဆောင်တယ်။ အဖွဲ့အစည်းဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးဆိုင်ရာ စတဲ့လုပ်ငန်းစဉ်တွေကို လုပ်ဆောင်ပါတယ်။



မြဝတီ၊ အလုပ်သမားလေ့လာစောင့်ကြည့်ရေးအဖွဲ့ - မခင်ခင်မူ

ကျမတို့အဖွဲ့ကို စတင်ဖွဲ့စည်းတာ သိပ်မကြာသေးဘူး။ ကျမတို့အဖွဲ့ရဲ့လုပ်ဆောင်ချက်ကတော့ အလုပ်သမားတွေ ကြုံဆုံရတဲ့ပြဿနာတွေကို ဥပဒေဘောင်ထဲက ဖြေရှင်းဆောင်ရွက်ပေးတယ်။ အမျိုးသမီး နှီးနှောဖလှယ်ပွဲကို တက်ရောက်တာကတော့ ပထမဦးဆုံးအကြိမ်ပဲ ဖြစ်ပါတယ်။ ရှေ့လုပ်ငန်းစဉ်တွေမှာလည်း အမျိုးသမီးဆွေးနွေးပွဲတွေကို မက်ပ်ဖောင်ဒေးရှင်းနဲ့ရော၊ မြဝတီမှာ ရှိနေတဲ့ အခြားအမျိုးသမီးအဖွဲ့တွေနဲ့ရော ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်ဖို့ ရှိပါတယ်။

မြန်မာပြည်၊ ၈၈ မျိုးဆက်ကျောင်းသားလူငယ်များကွန်ယက် - မမာမာအေး

ကျမဟာ နိုင်ငံရေးသမားတစ်ဦးဖြစ်တယ်။ ကျမတို့အဖွဲ့ရဲ့လုပ်ဆောင်မှုတွေကတော့ လောင်းကစားလျော့ကျရေးလှုပ်ရှားမှုမှာ အဓိကပါဝင်ခဲ့တယ်။ ငွေအဖွဲ့လို့လည်း ခေါ်ပါတယ်။

မြန်မာနိုင်ငံ၊ မြန်မာနိုင်ငံအမျိုးသမီးရေးရာအဖွဲ့ - မကေခိုင်ဦး

လူမှုဝန်ထမ်း၊ လူကယ်ပြန် အလုပ်သမားရေးရာဌာနမှ ဖြစ်တယ်။ ပြည်တော်ပြန်အလုပ်သမားများအတွက် ကူညီဆောင်ရွက်ပေးပါတယ်။ အမျိုးသမီးငယ်များအတွက် လက်မှုပညာသင်ကြားပေးတယ်။ နွေရာသီတိုင်းမှာ လက်မှုပညာသင်တန်း (ပန်းထိုး၊ ဆပ်ပြာ၊ ခြေသုတ်ခုံ) လုပ်ပေးတယ်။

မြန်မာနိုင်ငံ၊ မြန်မာနိုင်ငံနှစ်ချင်းအသင်းချုပ် - ဆရာမနော်ဖောဝါး

ကျမတို့အဖွဲ့ဟာ ဘာသာရေးအဖွဲ့ဖြစ်တယ်။ ဒေသအသီးသီးမှာရှိတဲ့ စင်တာတွေကို ဘာသာရေးလုပ်တယ်။ စင်တာတိုင်းမှာ အမျိုးသမီးများအတွက် သင်တန်းတွေလုပ်ပေးတယ်။ နှစ်စဉ်နှစ်တိုင်းမှာလည်း အမျိုးသမီးများအတွက် အမျိုးသမီးခေါင်းဆောင်မှုအစွမ်းအရည်မြှင့်တင်ရေး သင်တန်းတွေလုပ်ပေးတယ်။ ခေါင်းဆောင်အမျိုးသမီးငယ်များ သင်တန်းကိုလည်း လုပ်ပေးတယ်။ နှစ်တိုင်း နွေရာသီကလေးများသင်တန်း - အင်္ဂလိပ်စာ၊ ကွန်ပျူတာ၊ ပန်းချီသင်တန်းတွေ လုပ်ပေးတယ်။

ရနောင်း၊ Maris Asia Foundation - စစ္စတာမာဂရက် (ဖုန်းနံပါတ် ၀၈၁-၈၉၄-၀၀၅၂)

HIV positive လူနာတွေကို နှစ်သိမ့်ဆွေးနွေးမှုတွေ လုပ်ပေးရတယ်။ ပညာရေးအစီအစဉ်၊ ကျန်းမာရေး အစီအစဉ် တွေလုပ်ပေးတယ်။ လက်မှုပညာသင်တန်းတွေ လုပ်ပေးတယ်။ မြန်မာပြည်ပြန်မယ့် လူတွေအတွက်ကို ပြန်နိုင်ဖို့အတွက် ချိတ်ဆက်ဆောင်ရွက်ပေးတယ်။ လွှဲပြောင်းပေးတယ်။ ကော့သောင်းဘက်က ဆေးခန်းဆရာဝန်တွေနဲ့ ချိတ်ဆက်ထားပြီး အပြန်အလှန်ကူညီဆောင်ရွက်ပေးတယ်။ ဆေးသောက်နေတဲ့လူတွေအတွက် မြန်မာပြည်ပြန်တဲ့အခါ မြန်မာပြည်မှာ ဆေး ပုံမှန်ရရှိအောင် ချိတ်ဆက်ဆောင်ရွက်ပေးတယ်။ စရိတ်မတတ်နိုင်တဲ့ လူနာတချို့အတွက်ကိုလည်း အတတ်နိုင်ဆုံး အလှူ ရှင်ရှာရွှေ့ပြောင်းအလုပ်သမားများအတွက် လူကုန်ကူးပျောက်ရေး အစီအစဉ်လုပ်ပေးတယ်။ လက်မှုပညာသင်တန်းတွေ လုပ်ပေးပါတယ်။



နံနက်ခင်းမျက်နှာစုံညီ အစီရင်ခံစာ

ပထမနေ့ နံနက်ခင်းမျက်နှာစုံညီ

နိုင်ငံအဆင့်နှင့် အစိုးရအဆင့် စက်ရုံအလုပ်ရုံမှ အမျိုးသမီးအလုပ်သမားများ စည်းရုံးလှုံ့ဆောင်မှုနည်းဗျူဟာ ဦးဆောင်ဆွေးနွေးသူ... မအိမွန်ဖြိုး (မြန်မာအမျိုးသမီးသမဂ္ဂ)

နိုင်ငံအဆင့်နှင့် အစိုးရအဆင့်တွေမှာ စက်ရုံအလုပ်ရုံက အမျိုးသမီးအလုပ်သမားများ အတွက်စည်းရုံးလှုံ့ဆောင်မှုနည်းဗျူဟာတွေကို ဘယ်လိုလုပ်ဆောင်နေသလဲဆိုတဲ့ အကြောင်းကို မြန်မာအမျိုးသမီးသမဂ္ဂအဖွဲ့က မအိမွန်ဖြိုး ကဦးဆောင်ပြီးတင်ပြသွားမှာဖြစ်ပါတယ်။ မအိမွန်ဖြိုးက လက်ရှိ မြန်မာအမျိုးသမီးသမဂ္ဂရဲ့ မီဒီယာအပိုင်းမှာတာဝန်ယူထားသလို အမျိုးသမီးအခွင့်အရေးနဲ့ပတ်သက်ပြီး ဖိုဝါဒကြီးစိုးရေး လျော့ပါးသွားအောင်လဲ လုပ်ဆောင်နေပါတယ်။

မြန်မာအမျိုးသမီးသမဂ္ဂ အကြောင်းနဲ့ လုပ်ဆောင်ချက်တွေကို အနည်းငယ်တင်ပြချင်ပါတယ်။ မြန်မာအမျိုးသမီးသမဂ္ဂကို ၁၉၉၅ ခုနှစ်မှာ စတင်ခဲ့ပြီး တိုင်းရင်းသားလူမျိုးပေါင်းစုံဖြင့် ဖွဲ့စည်းထားပါတယ်။ မြန်မာနိုင်ငံရှိ နောက်ခံသမိုင်းကြောင်းမတူညီတဲ့ အမျိုးသမီးများ၊ ဒုက္ခသည်အမျိုးသမီးများနဲ့ ရွှေ့ပြောင်းအလုပ်သမားအမျိုးသမီးတွေကို စွမ်းရည်မြှင့်တင်ရေးနဲ့ ပညာပေးလုပ်ငန်းတွေကို လုပ်ဆောင်ပေးပါတယ်။

စွမ်းရည်မြှင့်တင်ခြင်း၊ စည်းရုံးလှုံ့ဆောင်ခြင်း၊ သုတေသနပြုခြင်းနဲ့ သတင်းအချက်အလက်တွေကို စုဆောင်းဖြန့်ဝေခြင်းနဲ့ စည်းရုံးလှုံ့ဆော်ခြင်းတွေလုပ်ဖို့ ခိုင်လုံတဲ့ သတင်းအချက်အလက်တွေ လိုအပ်ပါတယ်။ ဒါ့ကြောင့်လေ့ကျင့်ပညာပေးရေးနဲ့ ပူးပေါင်းပါဝင်ရေးလုပ်ငန်းစဉ်၊ စည်းရုံးလှုံ့ဆော်ရေးလုပ်ငန်းစဉ်ဖြစ်တဲ့ အွန်လိုင်းစည်းရုံးလှုံ့ဆော်ရေးလုပ်ငန်းစဉ်တွေလည်းလုပ်ဆောင်ပေးပါတယ်။ တစ်ခါတစ်လေ အာဏာပိုင်တွေက အမျိုးသမီးတွေရဲ့အခွင့်အရေးနဲ့ အခြေအနေတွေကို မသိကြပါဘူး။ ဒါ့ကြောင့် အကြမ်းဖက်ခံရတဲ့ အမျိုးသမီးတွေကို ဘယ်လို ဆောင်ရွက်ပေးရမလဲ၊ ဘယ်လိုကိုင်တွယ်ပေးရမလဲ ဆိုတာကို ကျမတို့အနေနဲ့ စည်းရုံးလှုံ့ဆော်ရပါတယ်။

သတင်းနဲ့ မှတ်တမ်းဌာနကလည်း နေ့ကြီးခါကြီး အခမ်းအနားတွေ ကျင်းပခြင်း ဒေသတွင်းလူထု တွေ့ဆုံဆွေးနွေးပွဲ ပြုလုပ်ပေးခြင်း၊ သက်ငယ်မှုဒိမ်းမှု ပပျောက်ရေး ကမ်ပိန်းတွေကိုလည်း နယ်တွေမှာလိုက်ပြီးဆောင်ရွက်ပေးပါတယ်။ တချို့ဒေသခံတွေ သက်ငယ်မှုဒိမ်းမှုပပျောက်ရေးကမ်ပိန်းလုပ်တာကို လက်မခံကြဘူး။ ဒါပေမယ့် ကျမတို့က ဒေသခံ အဖွဲ့အစည်းတွေ၊ အစိုးရအာဏာပိုင်တွေနဲ့ ပူးပေါင်းလုပ်ဆောင်ခဲ့ပါတယ်။

HI ကမ်ပိန်းကိုလည်း ကျမတို့အဖွဲ့အစည်းက လုပ်ဆောင်ခဲ့တယ်။ ဒါကတော့ အမျိုးသမီးသက်ငယ်မှုဒိမ်းမှုနှင့် အမျိုးသမီးအကြမ်းဖက်မှုပပျောက်ရေး ကမ်ပိန်းတွေပဲဖြစ်ပါတယ်။

ရွှေ့ပြောင်းအလုပ်သမား အမျိုးသမီးများနှင့်ပတ်သက်ပြီးလုပ်ဆောင်မှုများလည်းရှိခဲ့ပါတယ်...

မဲဆောက်စင်တာနှင့် စာကြည့်တိုက် (၂၀၀၅ - ၂၀၁၂ ခုနှစ်) ထိုင်းနိုင်ငံ မဲဆောက်မှာ စာကြည့်တိုက်နဲ့ စင်တာကို ဖွင့်လှစ်ခဲ့ပါတယ်။ ငရဲဘုံနှစ်ထပ်ကြား ပိတ်မိနေခြင်း၊ အသံမဲ့ (သို့) ပုန်းကွယ်နေသော အရိပ်များနဲ့ ပြုပြင်ပြောင်းလဲမှုနောက်ကွယ်မှ အမေ့လျော့ခံ အလုပ်သမားများ (အနုစိချုပ်စာတမ်းနှင့် မှတ်တမ်းခွေ) စတဲ့ အလုပ်သမားအမျိုးသမီးအခြေအနေများရဲ့ အကြောင်းကို အစီရင်ခံစာအဖြစ် ထုတ်ဝေပါတယ်။

အခြားမဟာမိတ်များနှင့် ပူးပေါင်းလုပ်ဆောင်ခြင်းမှာလည်း...

အလုပ်သမားအခွင့်အရေး၊ အမျိုးသမီးအခွင့်အရေးများဆိုင်ရာ လက်ကမ်းစာစောင် ထုတ်ဝေခြင်း၊ အလုပ်သမားများ နှင့်ဆိုင်သည့် အခမ်းအနားပွဲများတွင် ပူးပေါင်းပါဝင်၍ အမျိုးသမီးများအပေါ် ကာကွယ်ပေးသည့် ဥပဒေများအား ဖလှယ်ခြင်း၊ အိမ်အကူ အလုပ်သမားများအတွက် ဥပဒေတစ်ရပ် ထွက်ရှိလာစေရန် စည်းရုံးလှုံ့ဆော်ခြင်းအတွက် နေပြည်တော်တွင် အိုင်အယ်လ်အိုနှင့်ပူးပေါင်းပြီး အလုပ်သမားအိမ်အကူများအတွက် ဥပဒေတစ်ရပ်ထွက်ပေါ်ဖို့အတွက် သွားရောက်ဆွေးနွေး ခဲ့ပါတယ်။

အမျိုးသမီးများ ပူးပေါင်းပါဝင်လှုပ်ရှားသည့် သုတေသန (FPAR) ကို...

၂၀၁၅ ခုနှစ်၊ ဩဂုတ်လမှ စတင်ခဲ့ခြင်းပြီး၊ ရွှေ့ပြည်သား၊ လှိုင်သာယာ၊ မင်္ဂလာဒုံ အတွင်းရှိ အထည်ချုပ်စက်ရုံများရှိ အမျိုးသမီးအလုပ်သမားအခြေအနေများကို အဓိက ကောက်ယူခဲ့ပါတယ်။ အဲဒီ သုတေသနလုပ်ခြင်းက အနည်း ဆုံးလုပ်ခ လစာ အကျိုးသက်ရောက်မှုအခြေအနေနှင့် လုံလောက်သောလုပ်အားခ ရရှိရေး လှုပ်ရှားမှု ဖြစ်လာစေရန်အတွက် ရည် ရွယ်ခြင်းဖြစ်ပါတယ်။ ၂၀၁၇ ဧပြီလ၊ ၂၅ ရက်နေ့တွင် မှတ်တမ်းခွေနှင့် သုတေသနစာတမ်းအနှစ်ချုပ်စာတမ်းပြုစုခြင်းတို့ ကို လုပ်ဆောင်ခဲ့ပါတယ်။

စည်းရုံးလှုံ့ဆော်ရေးတွင် အသုံးပြုသည့်နည်းလမ်းများမှာ

- ၁။ **အစိုးရ တာဝန်ရှိသူများနှင့် တွေ့ဆုံခြင်း။** - ပြည်တွင်းပြည်ပ၊ အလုပ်သမားရေးဆိုင်ရာကော်မတီ၊ အမျိုးသမီးနှင့် ကလေးအခွင့်အရေးဆိုင်ရာကော်မတီ၊ လွှတ်တော်အမတ်များနှင့်တွေ့ဆုံခြင်း။
- ၂။ **နိုင်ငံတကာ သံရုံးနှင့် သံအမတ်များနှင့် တွေ့ဆုံခြင်း။** - ဂျပန်၊ အမေရိကန်၊ ဆွီဒင် နှင့် နော်ဝေ နိုင်ငံများမှ တာဝန် ရှိသူများနှင့် တွေ့ဆုံခြင်း၊ H&M Brand တွေကို အဓိကထားပြီး အလုပ်သမားအမျိုးသမီးအနေအခြေများကို ဆွေး နွေးဖလှယ်ကြပါတယ်။
- ၃။ **နိုင်ငံတကာအဖွဲ့အစည်းတွေနှင့် ချိတ်ဆက်လုပ်ဆောင်ခြင်း။** - အလုပ်သမားများပြောပြချက်များ၊ အခြေအနေများကို မှတ် တမ်းယူပြီး မြန်မာအစိုးရ၏ အလုပ်သမားရေးဥပဒေနှင့် ပေါ်လစီများရေးဆွဲရာတွင် တည့်သွင်းစဉ်းစားနိုင်ရန် အကြံပေးခြင်းများပြုလုပ်ရန်ရှိပါတယ်။
- ၄။ **ကမ်ပိန်းများ ပြုလုပ်ခြင်း။** - အာရှပစိဖိတ်ဒေသတွင်း အမျိုးသမီးများ ဖိုရမ်၊ အာစီယံနိုင်ငံများအတွင်းရှိ အစည်းဝေးများ၊ လှုပ်ရှားမှုများ၊ ကမ္ဘာ့ကုလသမဂ္ဂစီးပွားရေးနှင့် လူ့အခွင့်အရေးဆိုင်ရာဖိုရမ်၊ နိုင်ငံတကာအလုပ်သမားများနှင့်ဆိုင်သော အစည်းများသို့ တက်ရောက်ခြင်း၊ အမျိုးသမီးအလုပ်သမား အခွင့်အရေးဆိုင်ရာ သုတေသနတွေကို ပြုလုပ်တဲ့အပြင် အခမ်းအနားတွေကိုလည်းပြုလုပ်ပါတယ်။
- ၆။ **မီဒီယာကို အသုံးပြုခြင်း။** - အမျိုးသမီးအလုပ်သမားတွေရဲ့ အသံတွေကို မီဒီယာက အဆင့် အသံအားထုတ်ဖော်ခြင်း၊ သတင်းဆောင်းပါးများ၊ သတင်းများ ရေးသားတင်ပြခြင်း၊ အင်တာဗျူးများ ဖြေကြားချက်များ၊ ဗီဒီယိုမှတ်တမ်းအတို များ ရိုက်ကူးတင်ပြခြင်း၊ ဆွေးနွေးပွဲများတွင် ဝင်ရောက်ဆွေးနွေးခြင်းတို့ကိုလည်း လုပ်ဆောင်ပါတယ်။

စည်းရုံးလှုံ့ဆော်ရေးလုပ်ဆောင်ရာတွင် ကြုံတွေ့ရသည့် စိန်ခေါ်မှုများတွေလည်းရှိပါတယ်...

၁။ တရားဝင်မှတ်ပုံတင်အဖွဲ့အစည်းမဟုတ်လျှင် အစိုးရတာဝန်ရှိသူများနဲ့ တွေ့ဆုံဖွင့်ရရှိရန် ခက်ခဲတယ်။ ဒါ့ကြောင့် နီးစပ်ရာ လွှတ်တော်အမတ်များ၊ အာဏာပိုင်များမှ တဆင့် ချဉ်းကပ်ရပါတယ်။ ကျမတို့အဖွဲ့အစည်းက မှတ်ပုံတင် ထားတဲ့အဖွဲ့အစည်း မဟုတ်တဲ့အတွက်ကြောင့် မှတ်ပုံတင်ထားတဲ့အဖွဲ့အစည်းကတဆင့် ချဉ်းကပ်ခြင်း၊ အခြား အလုပ်သမားအဖွဲ့များနဲ့ ပူးပေါင်းလုပ်ဆောင်ခြင်းများတို့ကို လုပ်ဆောင်ရပါတယ်။ မှတ်ပုံတင်ထားတာမဟုတ်တဲ့ အတွက် နယ်မြေဒေသအတွင်း လုပ်ငန်းစဉ်များ အကောင်အထည်ဖော်ဆောင်တဲ့အခါ အခက်ခဲများစွာ ကြုံတွေ့ရ တယ်။ အလုပ်သမားများရဲ့ အလုပ်ပိတ်ရက်နဲ့ ချိန်ကိုက်ပြီး တာဝန်ရှိသူများနဲ့ တွေ့ဆုံညှိနှိုင်းရပါတယ်။ အလုပ်သမား တွေရဲ့ လုံခြုံရေးအတွက်လည်း စဉ်းစားရပါတယ်။ အလုပ်သမားတွေက ကြောက်စိတ်ရှိကြတယ်။ အချက်အလက် ကောက်ယူတဲ့အခါ သူတို့တွေက ရဲရဲဝံ့ဝံ့ မပြောရဲကြပါဘူး။

အောင်မြင်မှု

၁။ သံရုံးတာဝန်ရှိသူများမှတဆင့် အစိုးရထံသို့ အကြံပြုချက်များ ထည့်သွင်းစဉ်းစားသင့်သည့် အချက်အလက် များကို ပေးနိုင်တယ်။ တစ်သီးပုဂ္ဂလိ အလှူရှင်များမှ အလုပ်သမားအမျိုးသမီးများကို ကူညီမှုများပေးခြင်းများကို ချိတ်ဆက်ပေးနိုင်ခဲ့တယ်။ ဒါ့ပြင် နိုင်ငံတကာ သတင်းဌာနများမှာ အလုပ်သမား အမျိုးသမီးအခြေအနေများကိုလည်း ဖော်ပြနိုင်ခဲ့ပါတယ်။

နောက်ဆုံးအနေနဲ့ ပြုပြင်ပြောင်းလဲမှုနောက်ကွယ်မှ အမေ့လျော့ခံ အမျိုးသမီးအလုပ်သမားများ ဦးစီးယိုမှတ်တမ်း ပြသပါတယ်။ အဲဒီနောက်မှာတော့ မအိမ့်နွန့်ဖြိုးက

- ရွှေ့ပြောင်းအလုပ်သမားဥပဒေထုတ်ထားတယ်လို့သိရပါတယ်။ ဒါပေမယ့်နေ့စဉ်နှင့်အမျှ မြဝတီဘက်မှာ အလုပ် သမားတွေဟာ အေဂျင်စီတွေနှင့် ပြဿနာတက်နေပါတယ်။ ဒါတွေကိုလေ့လာစစ်တမ်းကောက်ယူတဲ့အနေနှင့် မြန်မာ့အမျိုးသမီးသမဂ္ဂကို လာစေချင်ပါတယ်။
- ဦးစီးယိုထဲက အလုပ်သမားကလေးတွေရဲ့ လုံခြုံရေးကို ဘယ်လိုကာကွယ်ပေးမလဲ၊ ဘာကြောင့်လဲဆိုတော့ ဒီဦးစီးယို ဖိုင်ဟာ တစ်ကမ္ဘာလုံးကိုပြန့်သွားပါပြီ။
- မြန်မာ့အမျိုးသမီး သမဂ္ဂအဖွဲ့အစည်းဟာ အလုပ်သမားထုအားလုံးအရေးကို တိုက်ရိုက်လုပ်တဲ့အဖွဲ့တော့မဟုတ်ပါ ဘူး။ အမျိုးသမီးများကိုသာ အဓိကထားပြီး လုပ်တာဖြစ်ပါတယ်။ အလုပ်သမားအမျိုးသမီးများရဲ့အခြေအနေကို အစိုးရကရော၊ နိုင်ငံတကာကပါ သိရှိခွင့်ရအောင် ကျမတို့အဖွဲ့က လုပ်ခြင်းဖြစ်ပါတယ်။ ပြီးတော့ သက်ဆိုင်ရာဒေသ အတွင်းက အလုပ်သမားအရေးလုပ်ဆောင်တဲ့အဖွဲ့တွေနဲ့ ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်ပါတယ်။ ဦးစီးယိုထဲမှာပါတဲ့ အလုပ် သမားတွေရဲ့လုံခြုံရေးကို ကျမတို့အဖွဲ့က တာဝန်ယူပေးတာမျိုးမရှိဘူး။ ဘာလို့လဲဆိုတော့ အလုပ်သမားတွေရဲ့အခြေ အနေကို အလုပ်သမားတွေကိုယ်တိုင်က စိတ်ပါပြီးပြောပြဖွင့်ဟချင်တဲ့ အနေအထားမျိုးဖြစ်ပြီး ဒီဦးစီးယိုထဲမှာ သူတို့ ရုပ်သံတွေပါလာရင် ရှေ့ဆက်ဖြစ်ပေါ်လာနိုင်တဲ့အခြေအနေတွေကို ကျမတို့ ကြိုတင်ပြောထားပြီးသားလည်း ဖြစ်ပါ တယ်။

မြန်မာ့အမျိုးသမီးသမဂ္ဂအဖွဲ့ရဲ့ လုပ်ဆောင်မှုလုပ်ငန်းစဉ်ကို လာရောက်တင်ပြပေးတဲ့ မအိမ့်နွန့်ဖြိုးကိုလည်း မက်ပ် ဖောင်ဒေးရှင်းကိုယ်စား အထူးပဲကျေးဇူးတင်ပါတယ်။ နိုင်ငံအဆင့်နဲ့အစိုးရအဆင့်မှာ စက်ရုံအလုပ်ရုံက အမျိုးသမီး အလုပ် သမားများအတွက် စည်းရုံးလှုံ့ဆော်မှု နည်းဗျူဟာ အကြောင်းတွေကို သိခွင့်ရလို့ ရွှေ့ပြောင်းအလုပ်သမားအမျိုးသမီးတွေ အတွက်လည်း စိတ်ဓါတ်ခွန်အားတွေနဲ့လုပ်ဆောင်မှုနည်းလမ်းတွေကို သိရှိသွားမယ်လို့ ယုံကြည်မျှော်လင့်မိပါတယ်။

ဒုတိယနေ့ နံနက်ခင်းမျက်နှာစုံညီ

သဘာဝပတ်ဝန်းကျင် အန္တရာယ်ဖြစ်ပေါ်လာမှုကြောင့် အမျိုးသမီးများနှင့် ရွှေ့ပြောင်းသူများအပေါ် အကျိုးသက်ရောက်ခြင်းများ

ဦးဆောင်ဆွေးနွေးသူ..... နန်းနွမ်းဟွမ် (ရှမ်းပြည်နယ် တောင်သူလယ်သမားကွန်ယက် SSFN)



သဘာဝပတ်ဝန်းကျင် အန္တရာယ်ဖြစ်ပေါ်လာမှုကြောင့် အမျိုးသမီးများနဲ့ ရွှေ့ပြောင်းနေထိုင်တဲ့သူတွေ အပေါ်မှာ ဘယ်လို အကျိုးသက်ရောက်မှုတွေ ဖြစ်ပေါ်လာသလဲ ဆိုတဲ့အကြောင်းအရာတွေကို ရှမ်းပြည်နယ် တောင်သူလယ်သမား ကွန်ယက်အဖွဲ့က နန်းနွမ်းဟွမ်က တင်ပြသွားမှာဖြစ်ပါတယ်။ အဲလိုမတင်ပြခင်မှာ ရှမ်းပြည်နယ်တောင်သူလယ်သမားများ ကွန်ယက်ဖြစ်ပေါ်လာပုံသမိုင်းအကျဉ်းကိုတင်ပြပါတယ်။ ရှမ်းပြည်နယ်တောင်သူ လယ်သမားများကွန်ယက်ကိုဖွဲ့စည်းဖို့ ၂၀၁၀ ခုနှစ်မှာ စတင်စည်းရုံးပါတယ်။ အဲဒီနှစ်မှာ ရခိုင်ပြည်နယ်ကနေ တရုတ်ပြည်ထိ ဂက်စ်နဲ့ ရေနံတွေကို တင်ပို့နေတဲ့ အချိန်လည်းဖြစ်ပါတယ်။ ၂၀၁၃ ခုနှစ်မှာ ရှမ်းတောင်သူလယ်သမားအဖွဲ့ကို ဖွဲ့စည်းပါတယ်။ ၂၀၁၅ ခုနှစ်မှာ ရှမ်းပြည်နယ် တောင်သူလယ်သမားကွန်ယက်ကို ဖွဲ့စည်းပါတယ်။ စည်းရုံးရေးပြုလုပ်ခြင်း၊ ရပ်ရွာဖွံ့ဖြိုးရေးစီမံကိန်းများပြုလုပ်ခြင်း၊ စစ်ပြေး စစ်ရှောင်တွေကို ကူညီခြင်း စတဲ့လှုပ်ရှားမှုတွေပြုလုပ်ပါတယ်။

ရှမ်းပြည်နယ်တောင်သူလယ်သမားကွန်ယက်အဖွဲ့ရဲ့ ရည်ရွယ်ချက်က လူတိုင်း လွတ်လပ်စွာစိုက်ပျိုးပိုင်ခွင့်နှင့် ကုန် သွယ်ခွင့် ရရှိရန်၊ အာမခံရှိသော မြေယာပိုင်ဆိုင်ခွင့်ရရှိရန်၊ ရှမ်းပြည်နယ်တွင်းရှိ တိုင်းရင်းသားလူမျိုးအားလုံးသည် ရှမ်းပြည်နယ်အတွင်းရှိ သဘာဝသံယဇာတများကို စီမံခန့်ခွဲခြင်းနဲ့ ဆုံးဖြတ်ပိုင်ခွင့်ရှိရန်တို့ဖြစ်ပါတယ်။ ရှမ်းပြည်နယ်မှာရှိတဲ့ သံယဇာတ တွေကို ရှမ်းပြည်နယ်က လူတွေပဲ ပိုင်ဆိုင်ချင်တယ်၊ ရှမ်းပြည်နယ် ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ဖို့အတွက် ကိုယ့်ပြည်နယ်က သယံဇာတတွေကို ကိုယ်တိုင်ပဲ စီမံခန့်ခွဲချင်ပါတယ်။

ဆပ်ပြာခဲကုန်ကြမ်းရောင်းခြင်း၊ ရေချိုးဆပ်ပြာ၊ ခေါင်းလျှော်ရည်၊ ပန်းကန်ဆေးရည်တွေလုပ်ရောင်းတယ်။ ကျမတို့ ဒေသကထွက်တဲ့ သခွားသီး၊ ခရမ်းချဉ်သီးတွေနဲ့ အဲဒီထုတ်ကုန်တွေကိုလုပ်တယ်။ အသက်မွေးဝမ်းကျောင်းပညာအဖြစ်လည်း ဒေသအတွင်းမှ လူငယ်တွေကို သင်တန်းပို့ချပေးတယ်။ ဒီကုန်ကြမ်းတွေအားလုံးဟာ သဘာဝ သစ်သီးသစ်နှံသစ်ဥများ သာဖြစ်တယ်။ ဓါတုပစ္စည်းလုံးဝမသုံးပါဘူး။ ခုခေတ်မှာဆိုရင် ခရမ်းချဉ်သီးက အရမ်းခေတ်စားနေတယ်။ ခရမ်းချဉ်သီးက အသားရေလှစေတယ်။ အဲဒါတွေပြုလုပ်ပြီး ကွန်ယက်အတွက် ရုံပုံငွေ ရှာကြပါတယ်။

သဘာဝသယံဇာတစီမံကိန်းကြီးများရှိလာတဲ့အတွက် ကျမတို့ရှမ်းပြည်နယ်မှာ သတ္တုတူးဖော်ခြင်း တွေရှိလာပါတယ်။ သတ္တုတူးဖော်တဲ့ကုမ္ပဏီပေါင်း ၅၀၀ ကျော်ရှိလာပါတယ်။ အဲဒီကုမ္ပဏီတွေက ရွှေ၊ ကော်တန်၊ ကျောက်မီးသွေး၊ ခဲ၊ ရွှေဖြူ တူးဖော်ကြတယ်။ သဘာဝသယံဇာတဆိုတာက ရေ၊ မြေ၊ လေ၊ သစ်ပင်၊ ချောင်း၊ မြောင်း၊ မြစ်၊ အင်း၊ အိုင်၊ သတ္တု၊ ပတ္တမြား၊ ခဲမဖြူ၊ အဖြိုက်နက်၊ စိန်၊ ရွှေ၊ ငွေ စတာတွေဖြစ်ပြီး ကျမတို့လူတွေအတွက်ရော ထည့်သွင်းစဉ်းစားခြင်းများမရှိခဲ့ကြပါဘူး...

ရွှေတူးဖော်ခြင်းကြောင့် လုံခြုံရေးကင်းမဲ့နေသော ဒေသခံများ

နားဟိုင်းလုံကျေးရွာ၊ တာလေမြို့နယ်၊ ရှမ်းပြည်နယ်အရှေ့ပိုင်း ဘက်မှာဆိုရင် ၂၀၁၇ ကစပြီး ရွှေတူးဖော်ခြင်း တွေ စတင်လုပ်နေကြပါတယ်။ ရွှေတွေကောက်ဖို့ အက်စစ်အသုံးပြုတယ်။ တောင်ပေါ်မှာရွှေတူးရင် ရေကရှားတယ်။ နမ့်ခမ်း ချောင်းကရေကို အသုံးပြုကြတယ်။ အဲဒီနမ့်ခမ်းချောင်းရေကို ရွာသားတွေကသောက် သုံးကြတယ်။ လယ်ယာအတွက် အသုံးပြုတယ်။ ရေထဲမှာ အက်စစ်တွေပါတာကြောင့် ယားယံတယ်။ တရိစ္ဆာန်များသေကြတယ်။ ကလေးများ လမစေ့ပဲ မွေးဖွားလာကြတယ်။ မမွေးဖွားခင်ဝမ်းပိုက်အတွင်း သေဆုံးကြတယ်။

ဒေသခံများထိခိုက်ခံစားနေရသည့် ဆိုးကျိုးများ

ရွာသူရွာသားတွေ ထိခိုက်ဒဏ်ရာရကြတယ်။ ရွှေတူးတဲ့ကုမ္ပဏီကို ကင်းစောင့်ပေးတာက စစ်တပ်ကဖြစ်ပါတယ်။ ရွှေတူးတဲ့နေရာကို စစ်ဆေးရေးတွေရောက်လာပြီး စစ်ဆေးမှုလုပ်ဖို့အတွက် ကင်းစောင့်ပေးတဲ့စစ်တပ်က ရွာသားတွေ တား မြစ်နယ်မြေသတ်မှတ်ပြီး ရွာသားတွေကို သွားလာခွင့်မပေးဘူး။ ကျမသူငယ်ချင်းအဖေကို အဲဒီသတ်မှတ်နယ်နိမိတ်ကို သွား လာခဲ့မိလို့ သေနတ်နဲ့ပစ်သတ်ခြင်းခံရတယ်။

ရေကာတာတည်ဆောက်ခြင်းမှာ ဆောက်ပြီးရေကာတာ ၂၉ (၃၂၉၈) MW ရှိပါတယ်။ လက်ရှိ ၆ (၁၅၆၄) MW ရှိပြီး၊ ရှေ့ဆက် ၆၉ (၄၃၈၄၈) MW ဆောက်ဖို့ရှိပါတယ်။ မြေယာသိမ်းဆည်းခြင်း အမြောက်အများကတော့ မြို့တိုင်းလိုလိုမှာ ရှိနေပါတယ်။

သိမ်းဆည်းမြေယာပြဿနာနှင့် နေရပ်စွန့်ခွာပြည်သူများအကြောင်း

ကုန်းကျော်ဒေသအတွင်း မြေယာသိမ်းဆည်းမှုတွေကြောင့် ဒေသခံပြည်သူများ နေရပ်စွန့်ခွာပြီး ထွက်ပြေးတိမ်း ရှောင်ကြရတယ်။ ၁၉၉၆-၈ ခုနှစ် ဖြတ် ၄ ဖြတ် ဆိုတာ ၁) ရှမ်းပြည်နယ်ရှိမြို့နယ်ပေါင်း ၁၂ ဒေသ၊ ကျေးရွာပေါင်း ၁၅၀၀၊ ဒုက္ခသည်ပေါင်း ၃ သိန်းကျော်၊ မုဒိမ်းမှုပေါင်း ၃၀၀ ကျော်ရှိခဲ့ မြေယာသိမ်းဆည်းခြင်းရဲ့ အဓိကအကြောင်းရင်းက ကုမ္ပဏီ (သတ္တု) တူးဖော်ရန်၊ တပ်ချဲ့ရန်၊ ပြည်သူ့စစ် နှင့် ရေကာတာတွေ ဆောက်ဖို့ ဖြစ်တယ်။ မုန်းဒွန်ရေကာတာ၊ တာဆမ်းရေကာ တာတွေကို ဆောက်လုပ်မှာဖြစ်လို့ အဲဒေသအတွင်းက ပြည်သူများရဲ့ မြေယာကိုတွေ့ကိုသိမ်းဆည်းခြင်း ဖြစ်တယ်။ ပေါင်း လောင်းရေကာတာဆောက်ပြီး ဒေသခံများကို လျှပ်စစ်ထုတ်ပေး၊ စာကျောင်းဆောက်ပေး၊ ဆေးခန်းဆောက်ပေး၊ ဘုန်းကြီး ကျောင်းဆောက်ပေး စတာတွေကို စစ်တပ်ကလုပ်ပေးပေးမယ့် ပြည်သူတွေ မပျော်ပါဘူး။ ပြည်သူတွေလိုလားတာက အဲဒါ တွေမဟုတ်ပါဘူး။ ၂၀၁၀ ခုနှစ်နောက်ပိုင်းမှာ အစိုးရက ပြည်သူတွေရဲ့ မြေယာကိုသိမ်းဆည်းပြီး နိုင်ငံခြားရင်းနှီးမြှုပ်နှံမှုကို

ကြိုတင်ပြင်ထားခြင်းဖြစ်တယ်။ တာဆန်းရေကာတာဟာ ကမ္ဘာမှာ အကြီးဆုံးရေကာတာ ဖြစ်တယ်။ ဒီရေကာတာဆောက်ပြီး ပြည်တွင်းစစ်တွေဖြစ်တယ်။ ကျေးရွာတွေ ရေမြုပ်တယ်။ ပြည်သူတွေ လယ်ယာမြေတွေအသိမ်းခံရတယ်။

အထက်ရဲရွာရေကာတာ ကို၂၀၀၈ မှာ စတင်ဆောက်လုပ်ပြီး ၂၀၁၄ ခုနှစ် မှအသိပေးပြီး၊ ၂၀၂၀ မှာပြီးမှာဖြစ်တယ်။ ၂၈၀ မီတာဝက်ရှိပြီး၊ ရေကာတာဆောက်လုပ်တဲ့ ကုမ္ပဏီက China, Germany, Japan ဖြစ်တယ်။

လက်ရှိခံစားနေရသည့်ဆိုးကျိုးများ ကစစ်ရှောင်တွေထဲမှာ အမျိုးသမီးများ အရမ်းဒုက္ခရောက်တယ်။ ရာသီလာတဲ့ အခါမျိုးမှာ ဝှမ်းထုတ်တွေတောင်မယူနိုင်ဘူး။ အဲဒီထဲကအဖွားအိုတွေ၊ ကလေးတွေက ပိုပြီး ဒုက္ခရောက်ကြပါတယ်။ အမျိုးသမီးတွေကို မုဒိန်းကျင့်တယ်။ သတ်ပစ်တယ်။ လက်ရှိရေကာတာဆောက်နေတာ ၈၀% ပြီးပါပြီ။

အနာဂတ်အတွက်ကြုံတွေ့ရမယ့် ဆိုးကျိုးတွေက ရှမ်းပြည်နယ်၊ သံလွန်ရွာမှာ လိမ္မော်သီး(ကာပလာသီးအမျိုး) အရမ်းချိုတယ်။ ဘာခါတုပစ္စည်းမှ အသုံးမပြုဘူး။ ဒါပေမယ့် ရေကာတာဆောက်လုပ်ခြင်းကြောင့် ကာပလာသီးခြံတွေ ရေအောက်ရောက်ကုန်ပြီ။ ပြည်သူပိုင်တဲ့မြေခြံတွေကို စစ်တပ်ကသိမ်းပိုက်တော့ ကျမတို့မှာနေစရာမြေမရှိတော့ဘူး။ ကျမတို့ဘယ်မှာသွားနေမလဲ။ ရေကာတာတွေ၊ ဆည်တွေရှိပေမယ့် ကျမတို့မှာ သောက်သုံးရန်ရေမရှိဘူး။ လျှပ်စစ်စွမ်းအင် ထုတ်တယ်လို့ပြောပေမယ့် ကျမတို့မှာ မီးမရှိဘူး။ တောင်သူလယ်သမားမရှိရင် ကျမတို့ဘာစားကြမလဲ။ တောင်သူလယ်သမားတွေက ပိုပြီး အနစ်နာခံရတယ်။ တစ်နိုင်ငံလုံးကပြည်သူလူထုစားသောက်ဖို့ သူတို့တွေက စိုက်ပျိုးပေးရတယ်။ ကျမတို့မျိုးဆက်သစ်တွေဟာ တောင်သူလယ်သမားမိဘများက မွေးဖွားလာကြတာဖြစ်တယ်။ ရွာထဲစစ်တပ် ဝင်လာရင်လည်း တောင်သူလယ်သမားကပဲ ဒုက္ခခံရတယ်။ စစ်သားက မိန်းမလိုချင်ရင် ကိုယ့်သမီးပေးရမယ်။ စစ်တပ်က ရဲဘက်လိုချင်ရင် ကိုယ့်သားပေးရပါတယ်။

ထွက်လမ်းလှုပ်ရှားမှုများအတွက် မြို့နယ်၊ ပြည်နယ်အဆင့်ထိ အစိုးရဌာနတွေကို စာတင်တယ်။ မရရင် ဆန္ဒပြတယ်။ သစ်တောဆုတောင်းပွဲတွေ လူစုပြီးလုပ်တယ်။ တခါတလေ ဆန္ဒပြပွဲတွေပါ ပူးပေါင်းလုပ်ကြတယ်။ ပြည်နယ်၊ မြို့နယ်များတွေ သတင်းစာရှင်းလင်းပွဲတွေပြုလုပ်ကြတယ်။

နိုင်ငံရေးပါတီ၊ အရပ်ဖက်လူထုအဖွဲ့အစည်း၊ ဒေသခံလူထုများ တွေ့ဆုံကြပြီး ရေကာတာဆောက်လုပ်ရေးရပ်တန့်ဖို့ ကုမ္ပဏီတွေ၊ သံရုံးတွေမှာသွားရောက်တွေ့ဆုံမှုတွေလုပ်တယ်။ ဆွေးနွေးတယ်။ ဒီလိုလုပ်ဆောင်မှုတွေကြောင့် တချို့ကုမ္ပဏီတွေက ထွက်သွားကြတယ်။ ဒါဟာ ကျမတို့အတွက် အောင်မြင်မှုပါပဲ။ တော်တော်များများ ဒီလိုလှုပ်ရှားမှုတွေမှာ ဦးဆောင်လုပ်သူတွေဟာ အမျိုးသမီးတွေသာ ဖြစ်တယ်။ အမျိုးသားတွေရဲ့ ပူးပေါင်းပါဝင်မှု လုံးဝမရှိဘူး။ နောင်ဖာရေကာတာဆောက်လုပ်တာကို ကျမတို့က ဆန္ဒပြကြတယ်။

ပြဿနာတစ်ခုဖြစ်လာပြီဆိုရင် တစ်ယောက်တည်းနဲ့ ဖြေရှင်းလို့မရဘူး။ တချို့သောပြဿနာကိုသာ တစ်ယောက်တည်းရပေမယ့် စုပေါင်းဆောင်ရွက်မှသာ အောင်မြင်မှုကိုရရှိမှာဖြစ်တယ်။ တခါတလေ သွေးနီရင်းရတယ်။

ပြဿနာအားလုံးရဲ့အဓိကအရင်းအမြစ်က အစိုးရနဲ့ ဆိုင်သလို ပြည်သူတွေအားလုံးက အခွင့်အာဏာအပြည့်အဝမရှိတာလည်းဖြစ်တယ်။ စွမ်းအားအရင်းအမြစ်ထုတ်တာကို ပြည်သူတွေက ကန့်ကွက်ပိုင်ခွင့်ရှိရမယ်။ တိုင်းရင်းသားတွေဟာ တိုင်းပြည်ရဲ့ ပြည်သူတွေဖြစ်ပါတယ်။ နိုင်ငံခြားသားကိုပဲ နာတောင်တာမလုပ်သင့်ဘူး။ အစိုးရက ဒေသခံပြည်သူတွေကို စီမံကိန်းနှင့်ပတ်သက်ပြီး ရှင်းလင်းချပြဖို့လိုတယ်။ ပြည်သူလူထုရဲ့ အသံကို လည်း အစိုးရနားထောင်ဖို့လိုတယ်။ ပြည်သူတွေလိုအားမှုကို စစ်တမ်းကောက်ဖို့ လိုအပ်တယ်။ တိုင်းရင်းသား ပြည်သူလူထုရဲ့အခွင့်အရေး၊ လူ့အခွင့်အရေးကိုချိုးဖောက်ခံနေရတာဖြစ်တယ်။ NGO တွေဝင်ရောက်ကူညီဆောင်ပေးတာရှိ သလို ဒီပြဿနာတွေကို UN-UPR အစီရင်ခံစာမှာထည့်သွင်းဘူးပါတယ်။ ရှမ်းပြည်နယ်တောင်သူလယ်သမားကွန်ယက်အနေနဲ့ ချင်းမိုင်ဘက်ကမဟာမိတ်တွေနဲ့တော့ အချိတ်ဆက်

(၁၈) ကြိမ်မြောက် နှစ်ပတ်လည် ရွှေ့ပြောင်းအလုပ်သမား အမျိုးသမီးနှီးနှောဖလှယ်ပွဲ မှတ်တမ်း

ရှိပါတယ်။ ကျမတို့လက်ဆောင်နေရအရာတွေကို လက်လျှော့မှာမဟုတ်ပါဘူး၊ ဆက်လက်တိုက်ပွဲဝင်သွားမှာပါ။ သတင်းတွေ မှာ ဒီပြဿနာတွေပါလာပေမယ့် မှန်ကန်တဲ့သတင်းဖော်ပြခြင်းရှိသလို၊ မမှန်မကုန်ဖော်ပြတာလည်းရှိတယ်။

Shan State Farmers Network - SSFN ရဲ့တောင်းဆိုချက်များက...

- ၂၀၁၈ အခြေခံဥပဒေကို လူတိုင်းနားလည်အောင် ဖတ်ရှုလေ့လာထားရန်။
- ဖွဲ့စည်းပုံဥပဒေပြင်ဆင်ရာတွင် လူတိုင်းပူးပေါင်းပါဝင်ဆောင်ရွက်ပေးရန်။
- စစ်ပြေးစစ်ရှောင်များကို ကူညီထောက်ပံ့ရာတွင် မိမိတို့ဖက်မှတတ်စွမ်းသလောက်ပံ့ပိုးကူညီပေးရန်။
- သတ္တုတူးဖော်ခြင်း၊ ရေကာတာဆောက်လုပ်ခြင်း မြေယာသိမ်းဆည်းခံရခြင်းကြောင့် ဒေသခံများကြုံတွေ့နေရသော ပြဿနာများကို ရင်ဆိုင်ဖြေရှင်းရာတွင်ဖြစ်စေ ပူးပေါင်းပါဝင်ဆောင်ရွက်ပေးရန်။
- မိမိတို့ရဲ့ အစိုးရတန်ဖိုးသဘာဝသယံဇာတများကို မြတ်နိုးတန်ဖိုးထားပြီး အနာဂတ်မျိုးဆက်သစ်များအတွက် ထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်ပေးရန် တိုးမြှင့်ပေးရန်။

အကြံပြုချက်များ

- အမှတ် ၁ သတ္တုတူးဖော်မှုလုပ်ငန်းတွေမှာ အက်စစ်အသုံးပြုတာကို တွေ့ရတယ်။ ကျမတို့ဒေသမှာ စစ်ရှောင်စခန်းတွေကလူတွေဟာ အရမ်းဒုက္ခရောက်ပါတယ်။ ကျမတို့ဒေသမှာ ခုချိန်ထိ စစ်ပွဲတွေ ဖြစ်နေဆဲပါ။ တိုင်းရင်းသားအချင်းချင်းလည်း စစ်ဖြစ်နေဆဲပါ။ အထူးသဖြင့် ရှမ်းပြည်နယ်မြောက်ပိုင်း၊ ပအိုဝ်း၊ ပလောင် စတာတွေ ဖြစ်ပါတယ်။ ကျမတို့အနေနှင့် ပြည်တွင်းစစ်ကြီးဖြစ်နေဆဲကာလမှာ နိုင်ငံရေးကိုရော၊ အမျိုးသမီးအရေးကိုပါ ဆက်လက်လုပ်ဆောင်သွားမှာ ဖြစ်ပါတယ်။

ရှမ်းပြည်နယ် လယ်သမားများကွန်ယက်အဖွဲ့က နန်းနွမ်းဟွမ်ရဲ့ တင်ပြချက်များကြောင့် ရှမ်းပြည်နယ်ဒေသတွင်း လယ်သမားများကြုံတွေ့နေရတဲ့ အခက်အခဲနဲ့ ရှမ်းပြည်နယ်တွင်းမှာရှိတဲ့ သယံဇာတများ၊ ရေကာတာဆောက်လုပ်ခြင်းကြောင့် ဖြစ်ပေါ်နေတဲ့ ဒေသတွင်း ဆိုးကျိုးများအကြောင်းကို လေ့လာသိရှိခဲ့ရပါတယ်။ ဒီအကြောင်းအရာကြည့်ခြင်းအားဖြင့် ကျမတို့ ရွှေ့ပြောင်းအလုပ်သမား အမျိုးသမီးတွေကလည်း မိမိတို့ဒေသမှာ အဲသလိုအခြေအနေအနေတွင် ဖြစ်ပေါ်လာမယ်ဆိုရင် ဒေသခံ အချင်းချင်းအပြင်၊ တခြားသောအဖွဲ့တွေနဲ့ ဘယ်လိုပူးပေါင်း လုပ်ဆောင်ကြမလဲ ဆိုတာကိုလည်း သိရှိလာနိုင်ပါတယ်။ ဒီအကြောင်းအရာတွေကို တင်ပြဆွေးနွေးပြီးပေးတဲ့ နန်းနွမ်းဟွမ်ကိုလည်း အထူးပဲ ကျေးဇူးတင်ပါတယ်။

တတိယနေ့ နံနက်ခင်းမျက်နှာစုံညီ

ကမ္ဘာ့အလုပ်ခွင်အတွင်း အကြမ်းဖက်မှုနှင့် ဘလက်ကာယပပျောက်မှု ဦးဆောင်ဆွေးနွေးသူ.....ဂျက်ကီ (မြန်မာနိုင်ငံရှိ အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာ အလုပ်သမားအဖွဲ့အစည်း)

ဂျက်ကီ အကြောင်းကို အနည်းငယ်ပြောပြချင်ပါတယ်။ ဂျက်ကီက မက်ပီဖောင်ဒေးရှင်းကို စတင်တည်ထောင်ခဲ့သူ ဖြစ်ပါတယ်။ အမျိုးသမီးဆွေးနွေးပွဲနဲ့ရွှေ့ပြောင်းအလုပ်သမား အမျိုးသမီးနှီးနှောဖလှယ်ပွဲမြောက်အောင်လဲ ဦးဆောင်ပေးခဲ့သူ ဖြစ်တယ်။ ဒီနေ့မှာလည်း ကမ္ဘာ့အလုပ်ခွင်အတွင်း အကြမ်းဖက်မှုနှင့် ဘလက်ကာယပပျောက်မှု အကြောင်းကို ဦးဆောင်တင်ပြပေးသွားမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ ဒီနေ့ဟာ အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာ အမျိုးသမီးများနေ့ဖြစ်တဲ့အတွက် အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာ အမျိုးသမီးများနေ့ ဘာကြောင့်ဖြစ်ပေါ်လာရသလဲ ဆိုတာလဲ သိဖို့လိုပါတယ်။

အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာအမျိုးသမီးများနေ့ဟာလွန်ခဲ့တဲ့နှစ် ၁၀၀ ကျော်လောက်ကနေစတင်ဖြစ်ပေါ်လာတယ်။ အမျိုးသမီးများဟာ ဒီနေ့ကိုဖြစ်ပေါ်လာဖို့ ကျိုးပမ်းခဲ့ကြတယ်။ အမေရိကနိုင်ငံမှာ စက်ရုံတစ်ခုမှာ မီးလောင်မှုတစ်ခုဖြစ်ပွားခဲ့ပါတယ်။ အဲဒီမှာ အမျိုးသမီး ၁၆၈ ယောက် သေဆုံးခဲ့တယ်။ သူတို့အားလုံးဟာ ရွှေ့ပြောင်းအလုပ်သမားအမျိုးသမီးများဖြစ်ကြတယ်။ အဲဒီအဖြစ်အပျက် ဆိုးကြီးကြောင့် အမျိုးသမီးများရဲ့အခြေအနေတွေဟာ ပြောင်းလဲလာတယ်။ ရုရှားနိုင်ငံမှာလည်း ရုရှားအမျိုးသမီးတွေ အာဏာရှင်ကို ဖြုတ်ချတဲ့အနေနဲ့ ဆန္ဒခဲ့ကြတယ်။ ရုရှား၊ စကန်နီဗီးယားနိုင်ငံတွေမှာ အာဏာရှင်တွေကိုဖြုတ်ချမှု တွေပြုလုပ်ခဲ့တဲ့အထိမ်းအမှတ်အနေနဲ့ မတ်ချီလ ၈ ရက်နေ့ကို အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာအမျိုးသမီးများနေ့အဖြစ် သတ်မှတ်ခဲ့ကြပါတယ်။

အလုပ်အကိုင်ဝန်းကျင်လောက အကြမ်းဖက်မှုနှင့် ထိပါးနှောင့်ယှက်မှုများကို အဆုံးသတ်ခြင်း အကြောင်းနဲ့ ပတ်သက်ပြီး အဖွဲ့ခွဲပြီး အုပ်စုလိုက် အမေးအဖြေများနဲ့ လှုပ်ရှားမှုပြုလုပ်ပြီး စတင်ခဲ့ပါတယ်။

အမျိုးသမီးများအားလုံးကို အစိုးရ၊ အလုပ်ရှင်၊ အလုပ်သမားသမဂ္ဂ နှင့် အလုပ်သမား အမျိုးသမီး ကိုယ်စားလှယ် အုပ်စုဆိုပြီး ၄ ဖွဲ့ ခွဲလိုက်ပြီး ဖြစ်နိုင်ချေရှိသည့် အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာ အလုပ်သမား စံချိန် စံညွှန်းဖြစ်ပေါ်ရေး ရည်မှန်းချက် အဆိုပြုစာချုပ်စာတမ်းအရ မေးခွန်းတွေမေးပြီး ဖြေဆိုတဲ့ လှုပ်ရှားမှုပဲ ဖြစ်ပါတယ်။

မေး။ ။ လုပ်ငန်းခွင်မှာ အကြမ်းဖက်မှုတွေရှိပါသလား?
ဖြေ။ ။ အစိုးရက မရှိဘူးလို့ အမြဲလိုလိုပြောတယ်။

လူနီဗာမှာ နှစ်စဉ်နှစ်တိုင်းကျင်းပတဲ့အစည်းအဝေးကြီးမှာ နိုင်ငံတိုင်းအစိုးရကိုယ်စားလှယ် ၂ ဦး၊ အလုပ်ရှင် ၂ ဦး၊ အလုပ်သမားသမဂ္ဂ ကိုယ်စားလှယ် ၂ ဦး တက်ခွင့်ရှိပါတယ်။ ဒါပေမယ့် အမျိုးသမီးအလုပ်သမားကိုယ်စားလှယ်ကတက်ခွင့်မရှိပါဘူး။ ဒီ ၃ ဖွဲ့ကပဲ အလုပ်သမားနှင့်ပတ်သက်တာတွေကို ဆွေးနွေးဆုံးဖြတ်ကြရတယ်။ အစည်းအဝေးတိုင်းမှာ အလုပ်သမားတွေ လုပ်ငန်းခွင်မှာ အကြမ်းဖက်ခံရတယ်လို့တင်ပြလိုက်ပေမယ့် အစိုးရက ငြင်းဆိုပါတယ်။ အခုနောက်ပိုင်းမှာဆိုရင် မီဒီယာနဲ့ တီဗွီတွေမှာ အလုပ်သမားတွေ လုပ်ငန်းခွင်မှာအကြမ်းဖက်မှုခံရတယ်ဆိုတာ တင်ပြလာတာများလို့ အစိုးရကအနည်းငယ် လိုက်ရောမှုတွေ၊ ဖြေရှင်းမှုတွေ လုပ်လာပါတယ်။



ယနေ့ဆောင်ရွက်လျက်ရှိသည့် လုပ်ငန်းစဉ်

လုပ်ငန်းခွင်အတွင်း အလုပ်သမားအကြမ်းဖက်မှုတွေရှိမရှိ၊ စစ်တမ်းကောက်ယူခြင်းမှာ အလုပ်သမားကိုယ်စားလှယ် နဲ့ အလုပ်ရှင်တွေက ဒီစစ်တမ်းကိုကောက်ပေးရပါတယ်။ ပြီးတော့ စစ်တမ်းအမှတ်တွေကိုစုပေါင်းပြီး အလုပ်သမားသမဂ္ဂနှင့် အစိုးရကိုပို့ပေးရတယ်။ အဲဒီလို စစ်တမ်းအဖြန့် အစီရင်ခံစာကို အလုပ်သမားရေးကော်မတီ တွေဆီကို တင်သွင်းရပါတယ်။ ပြီးတော့မှ နောက်ထပ်အကဲဖြတ်တဲ့ကော်မတီအဖွဲ့ကို ထပ်ပြီးပို့ပေးရတယ်။ အဲဒီလိုအဆင့်ဆင့် အစီရင်ခံစာတွေကို yellow report, blue report လို့ခေါ်ဆိုတယ်။ blue report အဆင့်ရောက်ရင် မူကြမ်းအဆင့်မှ အတည်ပြုပြဌာန်းမယ့် ကြေငြာစာတမ်းထဲကို ထည့်သွင်းမယ့်အစီရင်ခံစာဖြစ်လာပါတယ်။

၁။ ပြဌာန်းချက် - အစိုးရက ဥပဒေထဲမှာ ထည့်သွင်းပြဌာန်းရန်

၂။ အကြံပြုချက် - ဥပဒေပြဌာန်းချက်တွေကို အကြံပြုခြင်း၊ ပြုပြင်ပြောင်းလဲခြင်း

၃။ စည်းမျဉ်းစည်းကမ်း - ပြဌာန်းချက်+အကြံပြုချက်များကို စည်းမျဉ်းစည်းကမ်းအဖြစ်သတ်မှတ်ခြင်း

အထက်ဖော်ပြပါအချက် ၃ ချက်ကို ဂျနီဗာအစည်းအဝေးကြီးကိုတက်ရောက်ခွင့်ရတဲ့ ကိုယ်စားလှယ်ကို မဲပေးစနစ်ဖြင့် လုပ်ဖို့ အမျိုးသမီးကိုယ်စားလှယ်များနှင့် သမဂ္ဂကိုယ်စားလှယ်များက အစိုးရကိုအကြံပြုရမယ်။ ဂျနီဗာ အစည်းအဝေးကြီးကိုတက်ရောက်ကြမည့် ကိုယ်စားလှယ်များကိုလည်း ချဉ်းကပ်ဖို့လိုပါတယ်။

လုပ်ငန်းခွင်အတွင်းအကြမ်းဖက်မှုနှင့် ဘလက်ကာယရဲ့ အဓိပ္ပါယ်ဖွင့်ဆိုချက်နှင့် အတိုင်းအတာများ...

၁။ လက်ခံနိုင်ဖွယ်မရှိသော အပြုအမူနှင့် အကျင့်စရိုက် (သို့) ခြိမ်းခြောက်မှုများ

၂။ တစ်ကြိမ် (သို့) ခဏခဏ ဖြစ်ပေါ်ခြင်း

၃။ ရုပ်ပိုင်း၊ စိတ်ပိုင်း၊ လိင်ပိုင်း (သို့) စီးပွားရေး၊ လုပ်ငန်းပိုင်း ထိခိုက်ခြင်း

၄။ ကျား၊မ အခြေပြုအကြမ်းဖက်မှုပါဝင်ခြင်း

လုပ်ငန်းခွင်အတွင်းအကြမ်းဖက်မှုနှင့် ဘလက်ကာယရဲ့ အတိုင်းအတာ

ကျား၊မ အခြေပြုအကြမ်းဖက်ခြင်း

၁။ လိင် (သို့) ကျားဖြစ်ခြင်း၊ မဖြစ်ခြင်းပေါ်အခြေပြုအကြမ်းဖက်ခြင်း။

အလုပ်အကိုင်ဝန်းကျင်လောက ဆိုသည်မှာ

လုပ်ငန်းခွင်အတွင်း အကြမ်းဖက်ခြင်း

- ထမင်းစားဆောင်အတွင်း
- သင်တန်းခန်းမတွင်း၊
- ဖယ်ရီကားပေါ်
- လုပ်ငန်းခွင်သုံး ကွန်ပျူတာ၊ အီးမေးလ်၊ မူဘိုင်းဖုန်း
- အစည်းအဝေးခန်းမတွင်း
- အများပြည်သူသုံးဘက်စံကားပေါ် စသည့်နေရာများကို ဆိုလိုသည်။

အကြမ်းဖက်မှု ကြုံတွေ့လာသူအမျိုးသမီးများအား လုံခြုံသောနေရာထိုင်ခင်းစီစဉ်ဆောင်ရွက်ပေးရန်နှင့် လုပ်ငန်းခွင်နှင့်ဆက်စပ်ပြီး ဖြစ်ပေါ်တဲ့အကြမ်းဖက်မှုမှန်သမျှကို တာဝန်ယူဖြေရှင်းပေးရန်အတွက် အလုပ်ရှင်မှာတာဝန်ရှိပါတယ်။

အကယ်၍ အလုပ်သမားက ကျူးလွန်တဲ့သူဖြစ်ရင် ဘယ်လိုအရေးယူဆောင်ရွက်မလဲ - ပြဌာန်းချက်ထဲမှာက ထိုသူအား စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ နှစ်သိမ့်ပညာပေးရမယ်လို့ပဲ ပြဌာန်းထားတယ်။

ဒီပြဌာန်းချက်ထဲမှာ ရွှေ့ပြောင်းအလုပ်သမားတွေ မူလနိုင်ငံမှ ဆိုက်ရောက်နိုင်ငံသို့သွားလာရာလမ်းခရီးမှာ ဘေးကင်းလုံခြုံမှုအတွက် ထည့်သွင်းပြဌာန်းထားတာမရှိဘူး။ ဘယ်သူမှလည်း ထည့်သွင်းဆွေးနွေးတင်ပြတာလည်း မရှိဘူး။ ဒါကြောင့် ဒီကိစ္စနှင့်ပတ်သက်ပြီး ညီအစ်မများအနေနှင့် အကြံပြုချက်များရှိပါက ပို့ပေးနိုင်ပါတယ်။

ပြဌာန်းချက်ထဲမှာ ကျူးလွန်တဲ့သူ၊ ကျူးလွန်ခံရသူ (အလုပ်ရှင်၊ အလုပ်သမား)။ သူတို့ဟာ နှစ်ဖက်စလုံး ကျူးလွန်သူ၊ ကျူးလွန်ခံရသူတွေဖြစ်နိုင်တယ်။ ပြီးတော့ တတိယအုပ်စုဖြစ်တဲ့ မိမိတို့နှင့်နေ့စဉ်နှင့်အမျှ ထိတွေ့ဆက်စပ်နေတဲ့သူ ဥပမာ - မိမိတို့ဝန်ဆောင်မှုပေးသူ၊ ပတ်ဝန်းကျင်ထဲကသူတွေလည်း ကျူးလွန်သူ၊ ကျူးလွန်ခံရသူတွေ ဖြစ်နိုင်တယ်။

ကာကွယ်တားဆီးခြင်းနည်းလမ်းများ...

အလုပ်ရှင်အဖွဲ့အစည်းများ၊ အလုပ်သမားအဖွဲ့အစည်းများနှင့် ဆွေးနွေးတိုင်ပင်၍ အဖွဲ့ဝင်နိုင်ငံများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို ဆောင်ရွက်ရန် ဖြစ်ပါတယ်။

- ၁။ အလုပ်သမားများအနေဖြင့် အကြမ်းဖက်ခြင်းနှင့် ထိပါးနှောင့်ယှက်ခြင်းခံရနိုင်ချေများသည့် ကဏ္ဍများအသက်မွေးဝမ်းကျောင်းလုပ်ငန်းနှင့် အလုပ်အကိုင်အစီအစဉ်များနှင့် ခွဲခြားဖော်ထုတ်ခြင်း။
- ၂။ ယင်းအလုပ်သမားများကို ထိရောက်သေချာတဲ့ ကာကွယ်စောင့်ရှောက်မှုရှိစေခြင်း
- ၃။ ကြိုတင်ကာကွယ်သည့်အဆင့်အနေဖြင့် အလုပ်ရှင်များလိုက်နာရန် လိုအပ်သည့်ဥပဒေနှင့်စည်းမျဉ်းစည်းကမ်းများကို ချမှတ်ခြင်း။
 - လုပ်ငန်းခွင်ဘေးအန္တရာယ်ကင်းရှင်းရေးနှင့် ကျန်းမာရေး(OSH) တစ်စိတ်တစ်ပိုင်းအဖြစ် အန္တရာယ်နှင့် ဖြစ်နိုင်ချေများကို ဖော်ထုတ်ခြင်း
 - မူဝါဒများချမှတ်ကျင့်သုံးခြင်း
 - သတင်းအချက်အလက်နှင့် သင်တန်းများပေးခြင်း စသည်တို့ လုပ်ဆောင်ရန်လိုအပ်ပါတယ်။
- ၄။ အမျိုးသမီးအလုပ်သမားတစ်ယောက်နေနှင့် လုပ်ငန်းခွင်အတွင်း အကြမ်းဖက်မှု၊ ဖော်ကားနှောင့်ယှက်မှုနှင့် ရင်ဆိုင်ရပြီဆိုရင် ချက်ချင်းအဲဒီနေရာကနေထွက်သွားခွင့်ရှိတယ်။
- ၅။ လုပ်ငန်းခွင်စစ်ဆေးမှုတွေမှာ အမျိုးသမီးများရဲ့အခြေအနေတွေကို စစ်ဆေးပေးဖို့တင်သွင်းထားတယ်။

ပံ့ပိုးကူညီမှုနှင့် လမ်းညွှန်မှုများဖြစ်တဲ့

- ၁။ အမျိုးသားမူဝါဒဆိုင်ရာတွင် အကြမ်းဖက်မှုနှင့် ထိပါးနှောင့်ယှက်မှုများကို ထည့်သွင်းဆောင်ရွက်ခြင်း။
 - ဥပမာ OSH၊ တန်းတူညီမျှမှုရှိရေး၊ ခွဲခြားဆက်ဆံမှုပျောက်ရေးနှင့် ရွှေ့ပြောင်းသွားလာခြင်းဆိုင်ရာမူဝါဒများ ထားရှိခြင်း...

၂။ လမ်းညွှန်မှု အရင်းအမြစ်ပစ္စည်းများ၊ သင်တန်းနှင့် အခြားအထောက်အကူပြုပစ္စည်းများရှိရန်

- အလုပ်ရှင်များ၊ အလုပ်သမားများနှင့် ဥပဒေအာဏာသက်ဝင်ရေးဆောင်ရွက်သည့် အာဏာပိုင်များအတွက် လုပ်ငန်းခွင်အတွင်း အမျိုးသမီးအလုပ်သမားတွေဟာ အကြမ်းဖက်မှုတွေ၊ ထိပါးနှောင့်ယှက်မှုတွေ ခံစားနေရတာကို အလုပ်သမားတွေကိုယ်တိုင်၊ အလုပ်သမားအရေးလုပ်ဆောင်နေတဲ့အဖွဲ့အစည်းတွေ၊ အမျိုးသမီးအဖွဲ့အစည်းတွေ၊ အလုပ်သမားသမဂ္ဂတွေက အစိုးရကို တိုက်တွန်းစည်းရုံးလှုံ့ဆော်ဖို့ လိုအပ်တယ်။

ပရိတ်သတ်ထဲကလည်း မေးခွန်းတွေ မေးတာရှိပြီး ဂျက်ကီက ပြန်လည်ဖြေကြားပေးပါတယ်။

မေး - ပြဌာန်းချက်မူကြမ်းရှိပြီးဆိုတော့ code of conduct ရှိပြီးလား?

ဖြေ - ပြဌာန်းချက်မူကြမ်းမှာ ကျင့်ဝတ်တွေရှိဖို့ အကြံပြုထားပါတယ်။ ရှိရင်တော့ ကောင်းပါတယ်။

မေး - အပြစ်ပေးရေးဆိုင်ရာ ကော်မတီဖွဲ့ထားတာရှိသလား?

ဖြေ - ပြဌာန်းချက်ထဲမှာ တိုင်ကြားမှုယန္တရားထားရှိပါတယ်။ ဒါပေမယ့် ပြဌာန်းချက်ထဲမှာမဟုတ်ပဲ အကြံပြုချက်ထဲမှာ ထည့်သွင်းထားပါတယ်။

မေး - CEDAW အစီရင်ခံစာလုပ်ဖို့ UPR ၄ နှစ်တစ်ကြိမ် အစီရင်ခံစာတင်သွင်းခြင်းဆိုင်ရာကို အဲဒီပြဌာန်းချက်ထဲမှာ ထည့်သွင်းထားပါသလား?

ဖြေ - ဒီပြဌာန်းချက်ဟာ အတည်ပြုလိုက်သောအခါ နိုင်ငံတိုင်းက လိုက်နာကျင့်သုံးရမှာဖြစ်တဲ့အတွက် အမျိုးသမီး ကဏ္ဍတစ်ခုတည်းမဟုတ်ပဲ အမျိုးသားအတွက်ပါ ပါဝင်ပါတယ်။ ဒီပြဌာန်းချက်ထဲမှာ စီဒီအေ၊ အိုင်အယ်လ်အိုရီ၊ ရွှေ့ပြောင်းအလုပ်သမားရေးဆိုင်ရာ ပြဌာန်းချက်တွေလည်း ပါဝင်ပါတယ်။

မေး - အရင်ကတည်းက တရားမဝင်နေထိုင်သူများက ကျူးလွန်ခံရတဲ့အခါ၊ သက်သေထောက်ထားမရှိတဲ့အခါ ဒီပြဌာန်းချက်က ဘယ်လိုထည့်သွင်းဖော်ပြထားသလဲ?

ဖြေ - ပြဌာန်းချက်ကိုအတည်ပြုလိုက်ပြီဆိုရင် အစိုးရကိုလက်မှတ်ထိုးဖို့ တိုက်တွန်းရပါမယ်။ အစိုးရက လက်မှတ်ထိုးပြီး သွားရင် အကောင်အထည်ဖော်ဆောင်ရွက်ဖို့ အစိုးရကိုထပ်ပြီး တွန်းအားပေးဖို့လိုတယ်။

မေး - စော်ကားနှောင့်ယှက်ခံရတဲ့အမျိုးသမီးတွေ ဘေးကင်းလုံခြုံစွာ ကိုယ်ဝန်ဖျက်ချခွင့်ပြဌာန်းချက်မှာ ထည့်သွင်းထားပါသလား?

ဖြေ - ကိုယ်ဝန်ဖျက်ချခွင့်ဆိုပြီး သီးခြားပေါ်ပြထားတာမရှိဘူး။ အကြံပြုချက်မှာတော့ စော်ကားနှောင့်ယှက်ခံရသူတွေကို ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုနှင့် ကူညီစောင့်ရှောက်မှုတွေပေးဖို့အကြံပြုထားပါတယ်။ တကယ်လို့တရားဝင်ဘေးကင်းလုံခြုံစွာ ကိုယ်ဝန်ဖျက်ချမှုကို တားမြစ်ထားတဲ့နိုင်ငံဖြစ်ရင် အစိုးရကို စည်းရုံးလှုံ့ဆော်လို့ရပါတယ်။

ကျွန်ုပ်တို့အလုပ်ခွင်အတွင်း အကြမ်းဖက်မှုနှင့် ဘလက်ကာယပပျောက်မှု အကြောင်းအရာ လုပ်ငန်းခွင်အတွင်း အကြမ်းဖက်မှုရဲ့ အဓိပ္ပါယ်ဖွင့်ဆိုချက်နှင့် အတိုင်းအတာများ၊ အလုပ်အကိုင်ဝန်းကျင်လောက၊ ကာကွယ်တားဆီးခြင်းနည်းလမ်းများနဲ့ ပံ့ပိုးကူညီမှုနှင့် လမ်းညွှန်မှုများ စတဲ့အကြောင်းအရာတွေနဲ့အတူ အမေးအဖြေများကို ရှင်းပြဖြေကြားပြောပြ သွားပေးတဲ့အတွက် ဂျက်ကီကို အထူးပဲ ကျေးဇူးတင်ရှိပါတယ်။ ရွှေ့ပြောင်းအလုပ်သမား အမျိုးသမီးများအတွက်လည်း အလွန်ပဲ အသုံးဝင်တဲ့ သတင်းအချက်အလက်ပဲ ဖြစ်ပါတယ်။ မိမိတို့ဒေသတွင်းက အမျိုးသမီးတွေကိုလည်း ပြန်လည်ဝေမျှပေးဖို့ အကောင်းဆုံး သတင်းအချက်အလက်လည်း ဖြစ်ပါတယ်။

အတွင်းစိတ်ပျော်ရွှင်မှု

ဦးဆောင်ဆွေးနွေးသူ... (ဆတ်တာရာ - အိမ်နောက်ဖေးနိုင်ရေးအဖွဲ့.)

ဒီနှစ် အမျိုးသမီးနှီးနှောဖလှယ်ပွဲမှာလည်း အတွင်းစိတ်ပျော်ရွှင်မှု ခေါင်းစဉ်ကို ဆွေးနွေးမှုအပိုင်းမှာ ထည့်ထားပေးပါတယ်။ ကျမတို့ရွှေ့ပြောင်းအလုပ်သမားအမျိုးသမီးဟာ လုပ်ငန်းခွင်မှာ ပင်းပန်းရတယ်။ ကိုယ့်ရဲ့ မိသားစုစားဝတ်နေရေးအတွက် ကြိုးစားပြီး ရှာဖွေရုန်းကန်နေရလို့ ကိုယ့်ကိုယ်ကို ကျန်းမာရေးအတွက်နဲ့ စိတ်အပန်းဖြေဖို့ပါ ကိုယ်ပိုင်အချိန်တောင် မပေးနိုင်ကြတဲ့သူတွေလည်းရှိပါတယ်။ ဒီသင်ခန်းစာလေးက အမျိုးသမီးတွေအတွက် လိုအပ်တဲ့ အတွင်းစိတ်ရဲ့ ကျန်းမာရေးအကြောင်းကို ဘယ်လိုလုပ်ဆောင်ရမလဲ ဆိုတာကို ဆွေးနွေးသွားမယ့် သင်ခန်းစာဖြစ်တဲ့အတွက် အမျိုးသမီးတိုင်းအတွက် အသုံးဝင်မယ့် အကြောင်းအရာပဲ ဖြစ်ပါတယ်။

ပထမသင်ခန်းစာအနေနဲ့ မတ်တပ်ရပ်ပြီး မျက်လုံးမှတ်ထားပါ။ နောက်ပြီး သက်တောင့်သက်သာရှိတဲ့ ပုံစံဖြင့်မတ်တပ်ရပ်ပြီး ခန္ဓာကိုယ်အတွင်း အကြောတွေကို လျော့ထားလိုက်ပါ။ အသက်ကို ဝအောင်ရှူရှိုက်လိုက်ပါ။ မိမိရဲ့ လက်နှစ်ဖက်ကို မြှောက်လိုက် ချလိုက် လုပ်ပြီး အသက်ကိုလည်းအပြင်းဆုံးရှူသွင်းပြီး ပြန်ရှူထုတ်လိုက်ပါ။ လက်နှစ်ဖက်ကို ရှုပ်ပြီး အပေါ်သို့မြှောက်လိုက်ပါ။ မြှောက်ထားပြီး လက်နှစ်ဖက်ကို ပြန်ချပြီး နောက်ဖက်ကို ဆန့်ထုတ်ပါ။ အသက်ကိုပြင်းပြင်းရှူသွင်း၊ ရှူထုတ်လုပ်ပါ။ ဒီအခါမှာ ကိုယ့်စိတ်ကို သက်တောင့်သက်သာဖြစ်အောင် ထားပါ။ လက်နှစ်ဖက်ကို နောက်မှာရှုပ်ထားပြီး အသက်ကိုပုံမှန်ရှူသွင်းရှူထုတ်ပါ။ လက်ဖဝါးနှစ်ဖက်ကို ဖြန့်ထားပါ။ မျက်လုံးကိုလည်း မှိတ်ထားပါ။ အသက်ကိုအနက်ရှိုင်းဆုံးရှူသွင်းပြီး မိမိစိတ်မှာဖြစ်တည်လာတဲ့ခံစားချက်တွေကို သတိပြုကြည့်ပါ။ လက်ဖဝါးနှစ်ဖက်ကို မိမိပါပြင်ကိုကပ်လိုက်ပြီး



နွေးထွေးမှုပေးလိုက်ပါ။ လက်ဖဝါးနှစ်ဖက်ကို မိမိရင်ဘတ်မှာကပ်ထားပြီး ချစ်ခြင်းမေတ္တာတွေပေးလိုက်ပါ။ ပြီးတော့ လက်နှစ်ဖက်ကို ဝမ်းဗိုက်မှာကပ်ထားပြီး ယုံကြည်မှု တွေပေးလိုက်ပါ။ အသက်ပြင်းပြင်းလေးရှူသွင်းပါ။ ပြီးရင် အာ ဆိုတဲ့ အသံမြည်အောင် အသက်ပြန်ရှူထုတ်ပါ။ လက်နှစ်ဖက်ကို ခတ်ပြင်းပြင်းလေး ခါလိုက်ပါ။ ခန္ဓာကိုယ်ပုတ်ပေးပါ။

အဲဒီနောက်မှာတော့...

ဘယ်လိုခံစားရသလဲပြန်စဉ်းစားကြည့်လိုက်ပါ... သက်တောင့်သက်သာဖြစ်တယ်လို့ ခံစားရမှာပါ။ ခံစားလို့ကောင်းပါတယ်။ အလုပ်ခွင်ထဲမှာရော၊ အိမ်မှာပါ သွားလုပ်လို့ရပါတယ်။

ဒုတိယသင်ခန်းစာအနေနဲ့ အမျိုးသမီးတွေဟာ ကိုယ့်ကိုယ်ကို အချိန်မပေးနိုင်ကြဘူး၊ သူများကိုပဲ အချိန်ပေးတာများပါတယ်။ ဒါကြောင့် ဒီနေ့ ကိုယ့်ကိုယ်ကို အချိန်ပေးကြမယ်။ ကိုယ့်သူငယ်ချင်းတွေကိုလည်း အချိန်ပေးမယ်။ ကျမတို့လူ့အသိုင်းအဝိုင်းဟာ အမျိုးသမီးတွေကို ဖြစ်စေချင်တာသိပ်များပါတယ်။ မိန်းကလေးဆိုတာ လှရမယ်၊ သိမ်မွေ့ရမယ်၊ ဟိုလိုဖြစ်ရမယ်၊ ဒီလိုဖြစ်ရမယ်လို့ သတ်မှတ်ပေးကြတယ်။ ဒါကြောင့် ဒီနေ့ ကျမတို့ မိမိကိုယ်ကို ဖြစ်စေချင်တဲ့ အရာတွေကို ပြောပြမယ်။ ဥပမာ - လွန်ခဲ့တဲ့ ၃ လက ကိုယ်အဖြစ်ချင်ဆုံးအရာကို မိမိရဲ့ တွဲရတဲ့အဖော်ကို ၃ မိနစ်စာ ပြောပြလိုက်ပါ။ အခု ၃ မိနစ်ကို ကျမတို့ပိုင်ပါတယ်။ ကြိုက်တာပြောပါ။ မပြောချင်လို့ ခံစားချက်ကို ဖော်ပြချင်ရင်လည်း ရပါတယ် ကျန်တဲ့ အတွဲဖော်တစ်ယောက်ကလည်း ကိုယ့်သူငယ်ချင်းပြောတာကို ဘာမှ ဝင်ပြောခြင်း၊ မေးခြင်း မလုပ်ပဲ အာရုံစိုက်ပြီး နားထောင်ပေးပါ။ တစ်ယောက်ပြောပြီးရင် နောက်တစ်ယောက်ကို အလှည့်ပေးပြီး ပြန်နားထောင်ပေးပါ။ တစ်ယောက်တစ်လှည့် အပြန်အလှန်ပြောပြီး အချင်းချင်း နားထောင်ပေးကြပါ။

ဒီသင်ခန်းစာမှာ ဘာတွေခံစားရလိုက်ရသလဲပြန်ကြည့်မယ်ဆိုရင် ဒီသင်ခန်းစာက ကျမတို့ကို သူငယ်ချင်း အသစ်တွေ ရစေတယ်။ ကိုယ့်ခံစားချက်တွေကို သူငယ်ချင်းကို ဖွင့်ပြောလိုက်ရတဲ့အတွက် စိတ်ကို သက်သာပေါ့ပါးစေတယ်။ မိခင်တွေဖြစ်တဲ့အတွက် သားသမီးအကြောင်းတွေလည်း ပြောပြခွင့်ရလို့ ဝမ်းသာရပါတယ်။ သူငယ်ချင်းရဲ့ အကြောင်းကို နားထောင်ပေးလိုက်ရလို့ သူလည်းစိတ်ပေါ့သွားတာ သိလိုက်ရတဲ့အတွက် သူ့အတွက်လည်း ဝမ်းသာရပါတယ်။ တစ်ယောက်နဲ့ တစ်ယောက် ခံစားချက်တွေ ဖွင့်ပြောလိုက်ရလို့ သူ့အခက်အခဲ၊ သူ့ခံစားချက်တွေဟာ ကိုယ့်ဆီကိုပါကူးစက်လာစေပါတယ်။ ပြီးတော့ နှစ်ယောက်စလုံးရဲ့ စိတ်ထဲမှာလည်း ပေါ့ပါးသွားစေပါတယ်။

ဒီသင်ခန်းစာမှာ တစ်ယောက်နဲ့ တစ်ယောက်ဖလှယ်ကြပြီးတဲ့နောက် အံ့သြစရာတွေ တွေ့ရပါတယ်။ ၃ မိနစ်စာသာ ပြောရတဲ့ အချိန်လေးမှာ အတွေ့အကြုံတွေ အများကြီး ရလိုက်ပါတယ်။ ကျမတို့စိတ်ကို ကုစားခြင်းလည်းဖြစ်သလို ကျမတို့အသိုင်းအဝိုင်းမှာ ဒီလိုသင်ခန်းစာတွေ မကြာမကြာ လုပ်ပေးဖို့လည်း လိုအပ်တယ်ဆိုတာလည်း သိမြင်လာရပါတယ်။

တတိယသင်ခန်းစာအနေနဲ့ ခံစားချက်တွေ ရှိရင် ဖြစ်ရင် ခန္ဓာကိုယ်မှာ ဘာတွေဖြစ်လာသလဲဆိုတာ ဆက်လက် လေ့လာကြည့်ဖို့ပဲ ဖြစ်ပါတယ်။ အခန်းထဲမှာကိုယ်တစ်ယောက်တည်းလမ်းလျှောက်ချင်တဲ့ နေရာကိုရွေးပါ။ စကားလုံးဝ မပြောပါနဲ့၊ လမ်းလျှောက်တဲ့အခါမှာ ခံစားချက်ကို ထည့်သွင်းပေးပါ။

၁။ စိတ်ဆိုးတဲ့ခံစားချက်နဲ့လမ်းလျှောက်ရင် ဘယ်လိုခံစားရသလဲ...

- မောတယ်၊ နှလုံးခုန်မြန်လာတယ်၊ လူနဲ့စိတ်မကပ်ဘူး၊ မလျှောက်ချင်တော့ဘူး၊ လက်တွေခြေတွေတုန်လာတယ်၊ အားအင်မရှိဘူး၊ ခေါင်းငုံ့ထားတယ်၊ ရင်ခုန်တယ်၊ ဘာမှလုပ်ချင်စိတ်မရှိဘူး၊ ခန္ဓာကိုယ်ပေါ်ကအကြောတွေတောင့်နေတယ်...

၂။ ပုံမှန်အနေအထားနဲ့လမ်းလျှောက်ရင် ဘယ်လိုခံစားရသလဲ...

- ပေါ့ပေါ့လန်းဆန်းနေတယ်...

၃။ ဝမ်းနည်းတဲ့ခံစားချက်နဲ့လမ်းလျှောက်ရင် ဘယ်လိုခံစားရသလဲ...

- နှေးနှေးလျှောက်တယ်...

ကိုယ့်ရဲ့လက်တွေ့ နေ့စဉ်ဘဝမှာရော ဒီသင်ခန်းစာထဲက အတွေ့အကြုံတွေရှိရင် ဘယ်လိုလုပ်ဆောင်ပြီး၊ ဖြတ်သန်းပါသလဲ... အမျိုးသမီးတွေရဲ့အဖြေက တစ်ယောက်ရဲ့ တစ်ယောက်မတူကြပါဘူး...အောက်ပါအတိုင်း အမျိုးမျိုး တုန့်ပြန်ကြပါတယ်။

စိတ်ဆိုးရင် -

- ၁။ အိမ်မှာတွေ့သမျှ အလုပ်တွေကိုအကုန်ကုန်းလုပ်တော့တာပဲ။ အဝတ်တွေလျှော်၊ ပန်းကန်တွေဆေး၊ ကြမ်းတိုက်အကုန်လုပ်ပြစ်တော့တာပဲ။ စိတ်ဆိုးပြေမှ တစ်ကိုယ်နာကျင်ကိုက်ခဲတော့တာပဲ။
- ၂။ လူတွေကိုလည်း ပေစောင်းစောင်းကြည့်သွားတယ်။
- ၃။ တွေ့သမျှပစ္စည်းတွေကို ကောက်ပေါက်ပစ် တော့တာပဲ။
- ၄။ ရေခဲမုန့်တွေပဲတော့တယ်။ တွေ့တာအကုန်စားပြစ်လိုက်တယ်။ ကော်ဖီပဲ အနင်းကန်သောက်တယ်။
- ၅။ ခန္ဓာကိုယ်ငြိမ်သွားတယ်။ ခေါင်းထဲမှာ မုန်တိုင်းတွေဖြစ်နေတယ်။
- ၆။ ခေါင်းကိုက်တယ်။ ရင်ဘတ်အောင့်၊ အသက်ရှူကြပ်တယ်။ ခေါင်းအုံတယ်။

ဒီလိုစိတ်ဆိုးခြင်းတွေကို နှစ်ပေါင်းများစွာဆက်တိုက်ဖြစ်ပေါ်လာရင် ဘာတွေဖြစ်လာနိုင်သလဲ...

- ၁။ ရုပ်ရင့်လာတယ်။
- ၂။ စာအုပ်ထဲမှာ အကုန်ချရေးပြီး၊ စိတ်ဆိုးပြေသွားရင် ဆွဲဖြုတ်လိုက်တယ်။
- ၃။ အကြောတွေတင်းတယ်။ ဖြစ်ပါများရင် လေဖြတ်တတ်တယ်။

ဦးဆောင်သူမှ တင်ပြခြင်း... လူတစ်ယောက်က စိတ်ဆိုး၊ စိတ်ဖိစီးလာရင် ခန္ဓာကိုယ်တစ်ခုလုံးမှာရှိတဲ့ အကြောတွေ၊ အာရုံကြော နှင့် အခြားအစိတ်အပိုင်းတွေဟာ တင်းလာမယ်၊ ကျုံ့လာမယ်။ သွေးကြောတွေပါ ကျင်းလာနိုင်တယ်။ အာရုံကြောတွေ အားနည်းလာတဲ့အတွက် မိမိကိုယ်ကိုယ့်ကြည်မှုတွေနည်းလာတယ်။ လုပ်နိုင်စွမ်းတွေ လျော့နည်းလာတယ်။ ဒီလိုနဲ့ သံသယာလည်နေပါတယ်။ ဒါကြောင့် ဒီဖြစ်ပျက်တဲ့သံသယာမှ လွတ်ဖို့ဆိုတာ စောစောက မိမိတို့ယုံကြည်ရသူ၊ အားထားရသူ သူငယ်ချင်းကို ဖွင့်ဟပြောပါ။ အကြောလျော့လေ့ကျင့်ခန်းတွေလုပ်ပါ။ အသက်ရှူလေ့ကျင့်ခန်းတွေလုပ်ပါ။

နောက်ဆုံးသင်ခန်းစာနေနဲ့ မိမိကိုယ်ချစ်တတ်အောင် လုပ်ဆောင်နည်းပဲဖြစ်ပါတယ်။

- မိမိကိုယ်ကို သက်တောင့်သက်သာဖြစ်အောင် မတ်တပ်ရပ်ပါ။ မျက်လုံးမှိတ်ထားပါ။ အသက်ပြင်းပြင်းလေး ရှူသွင်းပါ။ လက်နှစ်ဖက်ကို ရှုပ်ပြီးအပေါ်ကိုမြှောက်တင်၊ ခန္ဓာကိုယ်ကိုလည်း မြှောက်တင်လိုက်ပါ။ ပြီးရင် လက်နှစ်ဖက်ကို ဖြည်းဖြည်းလေး နောက်ဘက်ကို ပို့လိုက်ပြီး ပြန်ချလိုက်ပါ။
- လက်နှစ်ဖက်ကို ရှေ့သို့ဆန်းပြီး လက်မနှစ်ချောင်းထောင်ပါ။ ပြီးရင် လက်မထောင်ထားတဲ့လက်နှစ်ဖက်ကို နောက်ဘက်သို့ဆန့်ပါ။ ပြန်ချပါ။
- ဘယ်ဘက်လက်ကို မြှောက်တင်ပြီး နောက်ဘက်သို့ဆန့်ထုတ်ပါ။ ပြီးရင် ညာဘက်လက်ကို မြှောက်ပြီး နောက်ဘက်သို့ ဆန့်ထုတ်လိုက်ပါ။ အသက်ကို ပြင်းပြင်းရှူသွင်း၊ ရှူထုတ်လိုက်ပါ။

(၁၈) ကြိမ်မြောက် နှစ်ပတ်လည် ရွှေ့ပြောင်းအလုပ်သမား အမျိုးသမီးနှီးနှောဖလှယ်ပွဲ မှတ်တမ်း

- အသက်ပုံမှန်ရှိပါ။ ပုံမှန်ရှူသွင်း၊ ရှူထုတ်ပါ။
- လက်နှစ်ဖက်ကို အကျီချွတ်တဲ့ပုံစံလုပ်ပြီး အပေါ်ကိုမြှောက်လိုက်ပါ။
- လက်နှစ်ဖက်ကိုမြှောက်ပါ။ အင်အားများစုစည်းပြီး လက်နှစ်ဖက်ပြန်ချတဲ့အခါ အသံကို ဟေ့ ဆိုတဲ့ အသံ မြည်အောင် အော်ဟစ်လိုက်ပါ။
- နောက်ထပ် အသံကတော့ ယေ့..... ဆိုပြီး မြည်အောင်လုပ်ပါ။

အတွင်းစိတ်ပျော်ရွှင်မှု သင်ခန်းစာကတော့ ကျမတို့ အားလုံးအတွက် မသိမဖြစ် သိထားရမယ့် အကြောင်းအရာ လည်းဖြစ်သလို ကိုယ့်ပတ်ဝန်းကျင်က သူငယ်ချင်းဖြစ်ဖြစ်၊ ကိုယ်ကိုယ်တိုင်ပဲဖြစ်ဖြစ် စိတ်ဖိစီးမှုတွေ ရှိလာတဲ့အခါ၊ အဆင်မပြေမှုတွေများရှိလာတဲ့အခါ ကိုယ့်ကိုယ်နဲ့ ကိုယ့်သူငယ်ချင်းရဲ့ အတွင်းစိတ်တွေကို ပြန်ပြီး ကုစားရမယ့် သင်ခန်းစာပဲ ဖြစ်ပါတယ်။ ဦးဆောင်ဆွေးနွေးပေးသွားတဲ့ ဆရာမ ဆတ်တာရာ ကိုလည်းအထူးပဲ ကျေးဇူးတင်ပါတယ်။ ကျမတို့ အမျိုးသမီး အားလုံးရဲ့ အတွင်းစိတ်တွေလည်း ပျော်ရွှင်မှုတွေ ရှိပါစေလို့ ဆုမွန်ကောင်းတောင်းပေးလိုက်ပါတယ်။



အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာအလုပ်သမားအဖွဲ့အစည်း(ILO) အိုင်အယ်လ်အိုကြေငြာစာတမ်းအရ ကမ္ဘာ့လုပ်ငန်းခွင်အတွင်း အကြမ်းဖက်မှုနှင့် ဘလက်ကာယ ပပျောက်မှုအတွက် ရွှေ့ပြောင်းအမျိုးသမီးများ၏ စည်းရုံးလှုံ့ဆော်မှု

ဦးဆောင်ဆွေးနွေးသူ... မဝေနှင်းပို - (အိုင်အယ်လ်အို)

အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာ အလုပ်သမားအဖွဲ့အစည်းကြေငြာစာတမ်းအရ ကမ္ဘာ့လုပ်ငန်းခွင်အတွင်း အကြမ်းဖက်မှုနှင့် ဘလက်ကာယ ပပျောက်မှုအတွက် ရွှေ့ပြောင်းအလုပ်သမား အမျိုးသမီးများ၏ စည်းရုံးလှုံ့ဆော်မှုအကြောင်းကို မပိုပိုကဦးဆောင် ဆွေးနွေးသွားပါတယ်။ မပိုပိုဟာ ယခင်တိုင်းနိုင်ငံတောင်ပိုင်း၊ ဖန်ငခရိုင်က ပညာရေးနှင့် ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေး ဖောင်ဒေးရှင်းမှာ အလုပ်လုပ်ကိုင်သူဖြစ်ပါတယ်။ ယခုလက်ရှိမှာတော့ အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာအလုပ်သမားအဖွဲ့အစည်း(ILO) ရန်ကုန်မှာ တာဝန်ထမ်းဆောင်နေပါတယ်။



ဆွေးနွေးပွဲအစမှာ UN CONVENTION တွေမှာ အမျိုးသမီးများအတွက်၊ အလုပ်သမားများအတွက် ဘာတွေသဘောတူညီချက်တွေချမှတ်ထားသလဲဆိုတာ လေ့လာကြပါတယ်။ ကျမတို့အမျိုးသမီးတွေဟာ အလုပ်လုပ်ရပါတယ်။ ဒါ့ကြောင့် ကမ္ဘာ့လုပ်ငန်းခွင်အတွင်းတွေမှာ အလုပ်သမားအမျိုးသမီးတွေအတွက် အခွင့်အရေးတွေ၊ စည်းမျဉ်းစည်းကမ်းတွေ၊ လုပ်ငန်းခွင်အတွင်း ကာကွယ်မှုရရှိဖို့ဆိုတာလိုအပ်ပါတယ်။

ပထမသင်ခန်းစာအနေနဲ့ ဆွေးနွေးပွဲမှာ ပါဝင်တဲ့အမျိုးသမီးများကို မိမိတို့ အခွင့်အရေးတွေ၊ စည်းမျဉ်းစည်းကမ်းတွေ၊ ကာကွယ်မှုတွေ သိရှိနားလည်အောင် ဆွေးနွေးဖို့ ပါဝင်သူ ၂၂ ယောက်ကို နှစ်ယောက်တစ်တွဲစီ တွဲပြီး ဦးဆောင်သူမှ ပေးထားတဲ့ ပုံထဲက အလုပ်သမားတွေရဲ့ လုပ်ငန်းခွင် အကြောင်းနဲ့ ပတ်သက်ပြီး ပေးထားတဲ့ပုံကို ကြည့်ပြီး ကိုယ်နားလည်သလို အဓိပ္ပာယ် ပြောပြပြီး အချင်းချင်း ဆွေးနွေးဖလှယ်ကြဖို့ပဲ ဖြစ်ပါတယ်။ ပါဝင်သူအမျိုးသမီးများကလည်း မိမိတို့ရရှိတဲ့ပုံရဲ့ အဓိပ္ပာယ်ကို အောက်ပါအတိုင်းပြောပြကြပါတယ်။

- ① စိုက်ပျိုးရေးအလုပ်သမားပုံ..... များသောအားဖြင့် နယ်ကလာတယ်။ ဗဟုသုတနည်းတယ်။ ဒါကပင်ကိုယ်အားနည်းချက်ပါ။ စိုက်ပျိုးရေးအလုပ် အုပ်နဲ့ကျင်းနဲ့မဟုတ်တော့ တစ်ယောက်တည်းလုပ်ရတာ များပါတယ်။ ဒါ့ကြောင့် လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ အကြမ်းဖက်ခံရနိုင်တယ်။
- ① အရက်ဆိုင်အလုပ်သမားပုံ..... အရက်ဆိုင်အတွင်း အမူးသမားများရဲ့ အနှောင့်အယှက်ပေးခြင်းခံရနိုင်တယ်။ အလုပ် အားခ ဖြတ်တောက်လိမ်လည်ခြင်းခံရနိုင်တယ်။
- ① အလုပ်ကြမ်းသမားပုံ..... အလုပ်ကြမ်းသမားဖြစ်လို့ ရုံးအလုပ်သမားတွေနဲ့တော့မတူဘူး။ အလုပ်ကြမ်းလုပ်ရပေမယ့် အမျိုးသားတွေနဲ့အတူလုပ်ရပေမယ့် လုပ်အားခတော့တန်းတူရမယ်မထင်ဘူး။
- ① ပုလွန်ရွေးတဲ့အလုပ်ရုံပုံ..... အမျိုးသမီးတွေ အချိန်ပိုင်းအလုပ်လုပ်တာမျိုးလည်းဖြစ်နိုင်တယ်။ ကိုယ်ဝန်ဆောင်အမျိုးသမီးတွေလည်းပါနိုင်တယ်။ ဒါ့ကြောင့် အလုပ်ဖြုတ်လည်းခံရနိုင်တယ်။ လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ အကြမ်းဖက်မှုလည်းခံရနိုင်တယ်။ ကျန်းမာရေးမကောင်းတဲ့အမျိုးသမီးတွေဟာလည်း အချိန်မရွေးအလုပ်ဖြုတ် ခံရနိုင်တယ်။ တချို့ကတော့ ကိုယ်မလုပ်ချင်ပေမယ့် မိဘ၊ ပွဲစားများရဲ့ အတင်းအဓမ္မစေခိုင်းလို့ လုပ်ရနိုင်တယ်။
- ① ရေလုပ်သားပုံ..... နေပူထဲမှာလုပ်ရတဲ့အလုပ်ဖြစ်တယ်။ အဝတ်အစားလည်းမပါဘူး။ ဒါ့ကြောင့် လုပ်ငန်းခွင်ကိုက်ညီတဲ့အဝတ်စုံတွေလိုတယ်။ လှေပေါ်မှာလုပ်တဲ့အတွက် အန္တရာယ်တွေများပါတယ်။ အလုပ်ရှင်နဲ့အခန့်မသင့်ရင် လှေပေါ် ကကန်ချခံရနိုင်တယ်။
- ① ဖျော်ဖြေရေးအလုပ်သမား၊ စားသောက်ဆိုင်အလုပ်သမားပုံ..... ဒီအလုပ်ကိုဝါသနာပါလို့ လုပ်တဲ့အလုပ်လည်းဖြစ်နိုင်သလို၊ သူမ မကြိုက်နှစ်သက်တဲ့အလုပ်လည်းဖြစ်နိုင်တယ်။ သူမပုံဟာ ပြုံးနေပေမယ့် အသက်မဲ့ပါတယ်။
- ① ပန်းရုံအလုပ်သမားပုံ..... ပန်းရုံလုပ်တဲ့အလုပ်က အလေးအပင်မရတဲ့အလုပ်ဖြစ်တယ်။ အမျိုးသမီးတွေအတွက် သားအိမ်ကျတာတွေဖြစ်နိုင်တယ်။ လုပ်အားခပေးတာလည်းနည်းနိုင်တယ်။ နေ့လည်စာစားတာ နောက်ကျနိုင်တယ်။ လုပ်ငန်းခွင်မှာ ထိခိုက်ဒဏ်ရာရတဲ့အခါ သူဌေးက တာဝန်မယူတာလည်းဖြစ်နိုင်တယ်။
- ① ရာဘာခြံအလုပ်သမားပုံ..... ညဖက်မှာ အလုပ်လုပ်ကြရတဲ့အတွက် လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ အကြမ်းဖက်ခံရတာတွေရှိနိုင်ပါတယ်။

- ① ဆီအုန်းထိုးတဲ့ အလုပ်သမားပုံ..... ဆီအုန်းသီးထိုးအလုပ်သမားတွေဟာ စိတ်ပင်ပန်း၊ လူပင်းပန်း အရမ်းပင်ပန်းပြီး လုပ်အားခလည်း လုံလောက်စွာ မရဘူး။
- ① အိမ်အကူအလုပ်သမားပုံ..... အတင်းအဓမ္မခိုင်းစေခြင်းခံနေရသလိုဖြစ်နေတယ်။ သူဌေးရဲ့ခြိမ်းခြောက်ခြင်းခံရပုံရတယ်။ နှိပ်စက်ခံရနိုင်တယ်။ လစာလည်း ပုံမှန်မရတဲ့ပုံစံဖြစ်နေတယ်။
- ① အကြမ်းဖက်မှုကိုခံစားနေရတဲ့ပုံ..... အလုပ်ရှင်အလုပ်သမားကြား လုပ်ငန်းခွင်တန်းတူညီမျှမှု မရှိဘူးလို့ ခံစားနေရပုံပေါ်နေပါတယ်။

ပါဝင်သူအမျိုးသမီးများအားလုံးမိမိတို့ရရှိတဲ့ပုံတွေရဲ့ အဓိပ္ပာယ်ကို တင်ပြပြီးတဲ့နောက်မှာတွေ့ နွေးသူက အကျဉ်းချုပ် ပြန်လည်တင်ပြပါတယ်။

ပြန်လည်ဆွေးနွေးခြင်း.....

ကျမတို့နေ့စဉ်နှင့်အမျှ အလုပ်လုပ်ရတဲ့အခါမှာ အကြမ်းဖက်မှုတွေနှင့်ကြုံရနိုင်တယ်။ စိတ်အနှောင့်အယှက် ဖြစ်စေတဲ့အကြမ်းဖက်မှု၊ လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာအနှောင့်အယှက်၊ အကြမ်းဖက်မှုတွေခံရနိုင်တယ်။ လုပ်အားခတွေ ခေါင်းပုံဖြတ်ခံရနိုင်တယ်။ အလုပ်တွေကို မပြီးမချင်း အတင်းခိုင်းစေတာတွေဖြစ်နိုင်တယ်။ အလုပ်ခွင်အတွင်း ကိုယ်ထိလက်ရောက် ဟိုကိုင် ဒီကိုင်လုပ်တာတွေရှိနိုင်တယ်။ ထမင်းဝအောင်မကျွေးတာ၊ အထောက်အထားတွေသိမ်းဆည်းတာ၊ မူးယစ်ဆေးဝါးတိုက်ကျွေးခြင်းခံရတာ၊ လူကုန်ကူးတာ၊ အမျိုးသားဖြစ်ပေမယ့် လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာအကြမ်းဖက်မှုတွေပြုလုပ်ခံရနိုင်တယ်။

ဒီအကြမ်းဖက်မှုတွေကို အမျိုးသားအချင်းချင်း၊ အမျိုးသားမှအမျိုးသမီး၊ အလုပ်ရှင်မှအလုပ်သမားကို ပြုမူတာ ဖြစ်ပါတယ်။ သတင်းမီဒီယာမှာတွေ့မှာ ဖော်ပြရလည်း အမျိုးသားက အမျိုးသမီးကို အဓမ္မပြုကျင့်တယ်လို့ရေးသားပြ တာ သိပ်နည်းပါတယ်။ ဘာကြောင့်လဲဆိုတော့ သတင်းရေးတဲ့သူတွေက အမျိုးသားအများစုဖြစ်နေလို့ပါ။

အိမ်အကူအလုပ်သမားကိုကြည့်မယ်ဆိုရင် သူဌေးအိမ်မှာတစ်ယောက်တည်းနေရပြီးအလုပ် လုပ်ရတဲ့သူတွေဖြစ်တယ်။ ပြင်ပလောကနဲ့အဆက်သွယ်သိပ်နည်းတယ်။ အိမ်တွင်းမှာ ဖြစ်ပျက်သမျှအကြမ်းဖက်မှုတွေကို တစ်ယောက်တည်းခံရတာများပါတယ်။

တစ်ခါတစ်ရံမှာကျမတို့အချင်းချင်းကိုယ်ထိလက်ထိနဲ့တရင်းတနီးနှုတ်ဆက်ကြတဲ့အခါတချို့ကကြိုက်ချင်မှုကြိုက်မယ်၊ ဘာ ကြောင့်လဲဆိုတော့ ယဉ်ကျေးမှုချင်းမတူညီတာတွေကြောင့်ဖြစ်ပါတယ်။ တကယ်လို့ ကိုယ့်လူမျိုးအချင်းချင်းကြား တရင်းတနီးနှုတ်ဆက်တဲ့အခါ ကိုယ်ထိလက်ထိမှုကို မကြိုက်ဘူးဆိုရင် ပွင့်လင်းစွာပြောပြပေးဖို့လိုအပ်ပါတယ်။

ဒုတိယ သင်ခန်းစာအနေနဲ့

ပထမအတွဲတွဲထားတဲ့သူတွေထဲက စည်းဝိုင်းပုံသဏ္ဌာန်ဖြင့်ရပ်ပြီးအတွင်းတစ်ဝိုင်း၊ အပြင်တစ်ဝိုင်း မျက်နှာချင်း ဆိုင်မတ်တပ်ရပ်ပြီး ဆွေးနွေးခြင်း။

- ၁။ အထဲဝိုင်းကလူတွေက
 - အလုပ်သမားအဖြစ် ဆွေးနွေးခြင်း...
 - ရဲအဖြစ် ဆွေးနွေးခြင်း...
 - NGO လုပ်သားအဖြစ် ဆွေးနွေးခြင်း...
 - မန်နေဂျာအဖြစ် ဆွေးနွေးခြင်း...

(၁၈) ကြိမ်မြောက် နှစ်ပတ်လည် ရွှေ့ပြောင်းအလုပ်သမား အမျိုးသမီးနှီးနှောဖလှယ်ပွဲ မှတ်တမ်း

၂။ အပြင်ပိုင်းကလူတွေက

- အလုပ်ရှင်အဖြစ် ဆွေးနွေးခြင်း...
- အလုပ်သမားအဖြစ် ဆွေးနွေးခြင်း...

၃။ အထဲပိုင်းနှင့်အပြင်ပိုင်းတစ်လှည့်စီ နေရာလဲပြီးဆွေးနွေးခြင်း...

၄။ အပြင်ပိုင်းကလူတွေ ကိုယ့်ရဲ့ညာဘက်ကိုတစ်လှမ်း လှမ်းပြီးနေရာပြောင်း/လူပြောင်းပြီးဆွေးနွေးခြင်း...



အဖွဲ့အသီးသီးဆွေးနွေးသွားတဲ့အကြောင်းအရာများကို ပြန်လည်တင်ပြခြင်း

၁။ အကောင်းဆုံးဆွေးနွေးပေးနိုင်တဲ့သူက

- NGO လုပ်သားများဖြစ်ပါတယ်...
- အလုပ်ဖော်ကိုင်ဖက်အချင်းချင်းဖြစ်ပါတယ်...

၂။ အထဲပိုင်းကလူရဲ့အမြင်က

- NGO တွေက ဆွေးနွေးမှုပေးနိုင်တယ်...
- ရဲအဖြစ်နဲ့ကတော့ အလုပ်သမားတွေတိုင်မယ်ဆိုရင် အလုပ်သမားအချင်းချင်းစည်းလုံးစွာဖြင့် ညှိနှိုင်းဖို့လိုကြောင်း...
- အလုပ်ရှင်ကတော့ ကိုယ့်ပြဿနာတွေကိုပြောပြလိုက်တာနဲ့ အရင်ဆုံးအပြစ်တင်မယ်ဆိုတာပဲဖြစ်တယ်...

ဦးဆောင်သူမှတင်ပြခြင်း

အလုပ်သမားတွေက ကိုယ့်ရဲ့ ပြဿနာတွေကို လူတိုင်း၊ အဖွဲ့တိုင်းကိုသွားပြောပြနေဖို့မလိုကြောင်း၊ လူတိုင်းက ဒီ ပြဿနာတွေကိုမဖြေရှင်းပေးနိုင်ကြောင်း ဒါကြောင့် အလုပ်သမားအရေးနဲ့ ပြဿနာတွေကို သူနဲ့တိုက်ရိုက်သက်ဆိုင်သူတွေ ကို တင်ပြဖို့လိုအပ်ပါတယ်။

အမျိုးသမီးတွေဟာ ကိုယ့်ပြဿနာတွေကို လူတိုင်းကိုဖွင့်ဟပြောပြနေလို့မလိုပါဘူး။ လုပ်ပေးချင်သူ၊ လုပ်ပေးနိုင် သူရှိချင်မှရှိမယ်။ ဒါကြောင့် အမျိုးသမီးနှင့်ပတ်သက်တဲ့အကြမ်းဖက်မှုတွေကို အမျိုးသမီးများစုပေါင်းပြီး အသံပြိုင်တူနဲ့ ပူး ပေါင်းဆောင်ရွက်ရမှာဖြစ်ပါတယ်။

Me Too campaign (မီးထူးကင်ပိန်း) အခုတလောလုပ်ဆောင်မှုတွေလုပ်လာကြတာ သိပ်ပြီးထင်ရှားလာပါတယ်။ ဒီကင်ပိန်းက ဘယ်ကစတင်ခဲ့သလဲဆိုတော့ ဟောလိဝုဒရုပ်ရှင်သမီးတစ်ဦးကို ဩဇာအရမ်းကြီးတဲ့လူတစ်ယောက်က ဟိုတယ်ကိုခေါ်ပြီး အကြိမ်ကြိမ်အကြမ်းဖက်စစ်ကားခဲ့ပါတယ်။ ဒီကိစ္စသူမကိုယ်တိုင်ကလည်း မပြောရဲဘူး၊ မလုပ်ရဲဘူး၊ ဒါကြောင့် သတင်းမီဒီယာတစ်ခုကနေပြီး ဒီကိစ္စကိုစတင်ပြီး သတင်းရေးသားထုတ်ဖော်လိုက်ပါတယ်။ ပြီးတော့ ကာယကံရှင် ကိုယ်တိုင်ပါဝင်ပြီး တရားစွဲလိုက်တဲ့အတွက် အဲဒီဩဇာကြီးတဲ့သူဟာလည်း အခုဆိုရင်ထောင်ကျသွားပါပြီ။ ဒါဟာ တစ်ဦးတစ် ယောက်တည်းလုပ်လို့မရတဲ့ ကိစ္စတစ်ခုဖြစ်ပေမယ့် အသင်းအဖွဲ့နဲ့ပူးပေါင်းပြီး လုပ်ဆောင်မယ်ဆိုရင် တစ်နေ့အောင်မြင်မှု ရရှိနိုင်ပါတယ်။

နေ့စဉ်နဲ့အမျှ ကျမတို့အားလုံးကြုံတွေ့နေရတဲ့အကြမ်းဖက်မှု၊ စော်ကားမှုတွေကို ကြုံနေရပေမယ့်လည်း ဖွင့်ဟပြော ဆို၊ တားဆီးဖို့ ဘယ်သူကမှ ဦးဆောင်ပြီးမပြောရဲကြဘူးဆိုရင် အဖွဲ့လိုက်စုပေါင်းပြီး လုပ်ဆောင်ဖို့လိုအပ်လာပါပြီ။

တတိယသင်ခန်းစာအနေနဲ့...

အုပ်စု ၂ ဖွဲ့ခွဲပြီး မိမိတို့လုပ်ငန်းခွင်အတွင်း အချင်းချင်း အကြမ်းဖက်မှုဖြစ်စေသောအပြောအဆို၊ အမူအရာ၊ အပြု အမူတို့ကို တားဆီးစေနိုင်တဲ့ စည်းမျဉ်းစည်းကမ်းလေးတွေကို ဆွေးနွေး၊ ရေးသားခြင်းဖြစ်ပါတယ်။ ပါဝင်သူအမျိုးသမီး အဖွဲ့ ၂ ဖွဲ့ရဲ့ ဆွေးနွေးတင်ပြခြင်း...



(၁၈) ကြိမ်မြောက် နှစ်ပတ်လည် ရွှေ့ပြောင်းအလုပ်သမား အမျိုးသမီးနှီးနှောဖလှယ်ပွဲ မှတ်တမ်း

အဖွဲ့ (၁)

- အမျိုးသမီးများ ညဘက် တစ်ယောက်တည်းမသွားရ၊ အဖော်တွေနဲ့သွားရမယ်...
- အမျိုးသမီးများအား ထိတွေ့ကိုင်တွယ်မှုမပြု - အလုပ်ရှင်၊ မန်နေဂျာမှ အမျိုးသမီးတွေကို လက်ကိုင်၊ ပခုံးကိုင် တာတွေကို မပြုစေရ...
- အမျိုးသမီးများအား တန်းတူအခွင့်အရေးပေးသင့် - အမျိုးသမီးနဲ့ အမျိုးသား တန်းတူ လစာပေးခြင်း...
- အမျိုးသမီးများကို မတော်မရော်သောပုံများ မပို့၊ မဆွဲသင့်...

အဖွဲ့ (၂)

- အချိန်မတော်မသွားရ...
- အဖော်နဲ့သွားပါ - မိန်းကလေးတွေ...
- မိမိယုံကြည်ရတဲ့သူနဲ့သွားပါ...
- မိမိအတွက် အန္တရာယ်ကြိုတင်ကာကွယ်မယ်၊ အဝတ်အစား...
- ကိုယ့်ကိုယ်ကိုအမြဲသတိရှိရမယ်...
- အလုပ်မဝင်ခင် ကြိုတင်လေ့လာစမ်းစစ်ပါ...
- ဆန္ဒကိုသိက္ခာနှင့်ထိမ်းပါ - အမျိုးသားတွေ...
- အလုပ်ရှင်မှအလုပ်သမားအမျိုးသမီးတွေ လုံခြုံရေးဦးစားပေးပါ...
- အားလုံးအမျိုးသမီးများရဲ့လုံခြုံရေးအလေးထားပေးကြပါ...

ဦးဆောင်သူမှနောက်ဆုံးအနေဖြင့် ရွှေ့ပြောင်းအလုပ်သမားအမျိုးသမီးများကို အောက်ပါအတိုင်း အကြံပေး ဆွေးနွေးပေးခဲ့ပါတယ်။

ကျမတို့အားလုံး အမျိုးသမီးများအပေါ် အကြမ်းဖက်မှုတွေကို ဝိုင်းဝန်းစုပေါင်းပြီး လုပ်ဆောင်ဖို့လိုပါတယ်။ လာမယ့် ဖွန်လမှာ အလုပ်သမားတွေ ဆုံပွဲတစ်ရပ်လုပ်ဆောင်ဖို့ရှိပါတယ်။ အိုင်အယ်လ်အိုအနေနှင့် လုပ်ငန်းခွင်ဘေးကင်းလုံခြုံရေး နှင့်ပတ်သက်ပြီး ကြေငြာစာတမ်းတစ်ခုထုတ်ပြန်ဖို့ရှိပါတယ်။ ကျမတို့ အလုပ်သမားအခွင့်အရေး၊ လုပ်ငန်းခွင်လုံခြုံရေးကိစ္စ နှင့်ပတ်သက်ကမ်းမိန်းတွေ လုပ်ဆောင်ဖို့လိုပါတယ်။ အိဒီထဲမှာ အမျိုးသမီးတွေအများကြီးပါဝင်ဖို့ လိုပါတယ်။ အိုင်အယ်လ်အိုရဲ့ ကြေငြာစာတမ်းမှာ အမျိုးသမီးတွေပါဝင်ချင်တယ်ဆိုရင် မိမိတို့နေထိုင်တဲ့ဒေသမှာရှိတဲ့အဖွဲ့အစည်းတွေကို ဆက်သွယ်ပါ။
ဥပမာ - MAP, FED, ILO, CTUM, APWLD နဲ့အခြားသော အဖွဲ့တွေလည်းရှိပါတယ်။



ထိုင်းနိုင်ငံလူမှုဖူလုံရေးအကြောင်း

(နန်းခင်မာညွန့် - မက်ပီဖောင်ဒေးရှင်း)

ထိုင်းနိုင်ငံမှာ နေထိုင်ပြီး အလုပ်လုပ်ကိုင်နေတဲ့ ရွှေ့ပြောင်းအလုပ်သမားတိုင်း၊ လူမှုဖူလုံရေးအကြောင်းကို သိထားဖို့ လိုအပ်ပါတယ်။ လူမှုဖူလုံရေးက ဘာလို့အရေးကြီးသလဲ၊ ဘာအကျိုးကျေးဇူးရှိသလဲ၊ ဘယ်လိုအသုံးပြုလို့ ရသလဲဆိုတာကို မက်ပီဖောင်ဒေးရှင်းက မခင်မာညွန့်က ဦးဆောင်ဆွေးနွေးသွားမှာ ဖြစ်ပါတယ်။

ထိုင်းနိုင်ငံ လူမှုဖူလုံရေး

- ၁။ အလုပ်သမားလူမှုဖူလုံရေး ဝင်ခွင့်ရှိသူတွေက ထိုင်းနိုင်ငံအတွင်း တရားဝင်နေထိုင်လုပ်ကိုင်သူများ၊ MOU စနစ်ဖြင့် ဝင်လာသော အလုပ်သမားများ။
- ၂။ အလုပ်သမားလူမှုဖူလုံရေး ဝင်ခွင့်မရှိသူ - ၁) အိမ်ဖော်၊ စိုက်ပျိုးရေး၊ ရေလုပ်သား ထိုင်းနိုင်ငံအတွင်း တရားဝင်နေ ထိုင်လုပ်ကိုင်သူများ၊ ဒီအုပ်စုက အတည်တကျအလုပ်အကိုင်တစ်ခုကိုတည်း မလုပ်တဲ့အတွက် လူမှုဖူလုံရေး လုပ်ခွင့်မပေးထားပါဘူး။

အလုပ်ရှင်တွေက အလုပ်သမားကိုခန့်အပ်ထားပြီးဆိုရင် အလုပ်သမားတွေကို လူမှုဖူလုံရေးရုံငွေထည့်ပေးရပါ တယ်။ ကိုယ်ရတဲ့ လုပ်အားလစာထဲက...

- အလုပ်ရှင်က ၅ ရာခိုင်နှုန်း
 - အလုပ်သမား ၅ ရာခိုင်နှုန်းနဲ့
 - အစိုးရက ၅ ရာခိုင်နှုန်း (ဒါပေမယ့် လက်ရှိမှာ အစိုးရက မထည့်ပေးဘူး)
- ထည့်သွင်းရပါတယ်။

လူမှုဖူလုံရေးအာမခံ ခံစားခွင့် အမျိုးအစား

- ၁။ ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်ခံစားခွင့်
- ၂။ ကလေးမီးဖွားခွင့်
- ၃။ ကလေးနှို့မွန်းဖို့ခံစားခွင့်

လူမှုဖူလုံရေးသွင်းတဲ့ပုံစံ

- ၁။ အလုပ်ရှင်က အလုပ်သမားကိုခန့်အပ်ပြီးတာနဲ့ အလုပ်သမားရဲ့ ပတ်စပို့နဲ့၊ အထောက်အထားမိတ္တူတွေကိုယူပြီး အလုပ်သမားရုံးသို့သွားပြီး စာရင်းသွင်းရပါတယ်။
- ၂။ ထိုင်းနိုင်ငံအတွင်းကို တရားဝင် ဝင်လာတဲ့အလုပ်သမားတွေကသာ လူမှုဖူလုံရေးအာမခံ ဝင်လို့ရတယ်။ ကိုယ် အလုပ်လုပ်တဲ့ အလုပ်ရှင်ရဲ့အမည်နဲ့သာ ဝင်လို့ရတယ်။ တကယ်လို့ အလုပ်ရှင်က ပွဲစား(အေဂျင်စီ)တွေကို အပ် ထားရင်(အာဏာလွှဲစာနဲ့) ပွဲစားနဲ့သွားလုပ်လို့ရတယ်။
- ၃။ လူမှုဖူလုံရေးလျှောက်ထားပြီး ၃ လကြာတဲ့အခါကဒ်ပြားရပါတယ်။ အဲဒီကဒ်ပြားမရသေးပေမယ့် လူမှုဖူလုံရေးသွင်း ထားပြီးလို့ ကိုယ့်နာမည်နဲ့ နံပါတ်ရတာတယ်။ တကယ်လို့ ကဒ်ပြားနဲ့နံပါတ်မရသေးဘူးဆိုရင် လူမှုဖူလုံရေးရုံးကို သွားမေးရပါမယ်။

၄။ လူမှုဖူလုံရေးရုံပုံငွေကို လစဉ်ပုံမှန်ထည့်သွင်းရမယ်။ ၁၂ လအတွင်း ဆက်တိုက်သွင်းပေးရပါတယ်။ ဒါပေမယ့် ဒီ ၁၂ လအတွင်းမှ ၁ လ၊ ၂ လ ထည့်သွင်းဖို့ ပျက်ကွက်လို့ရတယ်။ ၆ လအထက် ပျက်ကွက်လို့တော့မရပါဘူး။

လူမှုဖူလုံရေးအသုံးဝင်ပုံ၊ အကျိုးခံစားခွင့်

၁။ ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုအတွက် ဆေးရုံဆေးခန်းပြောင်းလို့ရတယ်။ (ဘတ် ၃၀ တန်ကျန်းမာရေးအာမခံကဒ်နဲ့ မတူဘူး၊ ဒီကဒ်က ကိုယ်နေထိုင်အလုပ်လုပ်တဲ့နေရာမှာပဲ အသုံးပြုလို့ရတယ်။)

- လူမှုဖူလုံရေးဝင်ထားပြီး ဆေးရုံ၊ ဆေးခန်းပြတဲ့အခါ ပိုက်ဆံပေးစရာမလိုတော့ဘူး။ လူမှုဖူလုံကဒ်ထဲကပဲ ဖြတ်တယ်။
- လူမှုဖူလုံရေးကဒ်နဲ့ ဆေးရုံတက်ရင် သာမန်အခန်းမှာနေဖို့အတွက်ပဲ ဖြစ်တယ်။ အထူးခန်းမှာချင်ရင်လဲ ရပါတယ် ဒါပေမယ့် အဲဒီကကုန်ကျတဲ့စရိတ်တွေကို လူမှုဖူလုံရေးကဒ်ထဲကပဲ နှုတ်ယူပါတယ်။
- သွားကျန်းမာရေးအတွက် တစ်နှစ်ကို ၉၀၀ ဘတ်ပေးပါတယ်။

၂။ သေရင် အသုဘကြေး ဘတ် ၄ သောင်းပေးတယ်။ သေတဲ့နေ့မှ မီးသင်္ဂြိုဟ်နေထိ အကျိုးဝင်ပါတယ်။

၃။ လုပ်ငန်းခွင်အတွင်းမှ ဖြစ်ပေါ်တဲ့ ထိခိုက်ဒဏ်ရာရခြင်း၊ ဒုက္ခိတဖြစ်ခြင်းတွေကိုလည်း ဆေးကုသစရိတ်၊ နစ်နာကြေး၊ လျော်ကြေးပေးပါတယ်။

၄။ မီးဖွားခွင့်ကုန်ကျစရိတ် (ဖန်ငါ ၁၃,၀၀၀ ဘတ်ပေးတယ်၊ ဘန်ကောက် ၂၇,၀၀၀ ဘတ်ပေးတယ်)။ မီးဖွားခွင့်ရက် ၉၀ နားခွင့်ပေးတယ်။ ၄၅ ရက်စာ လုပ်အားခရတယ်။ ကျန်တဲ့ ၄၅ ရက်စာကို အလုပ်ရှင်ကပေးရတယ်။ မွေးလာတဲ့ ကလေးက ကျန်းမာရေးမကောင်းလို့ ဆက်ပြီးကုသရမယ်ဆိုရင် မီးဖွားခွင့် ၁၃,၀၀၀ ဘတ်အထက် ကုန်ကျတာကို လူမှုဖူလုံရေးကဒ်ထဲကပဲပေးတယ်။ ကလေးတခါမွေးတိုင်း မီးဖွားစရိတ် ၁၃,၀၀၀ ဘတ်ကို ပေးပါတယ်။ ဘယ်နှစ်ကြိမ်ပဲဖြစ်ဖြစ် တခါမွေးတိုင်း ၁၃,၀၀၀ ဘတ်ရတယ်။

၅။ ကလေးထောက်ပံ့ကြေး (နို့ဖိုး) မွေးကတည်း ၆ နှစ်ထိ တစ်လ ၆၀၀ ဘတ်ပေးတယ်။ ကလေးမွေးပြီးကတည်းက မိဘရဲ့အထောက်အထားတွေနဲ့ စရင်းသွင်းရမယ်။ ကလေးထောက်ပံ့စရိတ်လည်း ကလေးတစ်ယောက်ချင်းစီ မွေးဖွားပြီးတိုင်း ရတယ်။ ကလေးထောက်ပံ့ကြေးကိုရရှိဖို့ နှစ်တိုင်းလူမှုဖူလုံရေးရုံးမှာစာရင်း သွားတင်ပြပြီး အကြောင်းကြားရပါတယ်။ ကလေးအသက်ရှိနေသေးခြင်းရှိ၊ မရှိ သက်သေပြတဲ့အနေနှင့် သတင်းပို့ခြင်းဖြစ်တယ်။

၆။ အလုပ်လက်မဲ့ကြေးခံစားခွင့်၊ အလုပ်သမားတစ်ဦးက အလုပ်ရှင်ကနေအလုပ်ထွက်တဲ့နေ့ကတည်း အလုပ်ထွက်စာ၊ ပတ်စပို့ဒ်မိတ္တူတွေနဲ့သွားတင်ရတယ်။ အလုပ်ရှင်အသစ်မရမချင်း အလုပ်လက်မဲ့ကြေးကို တစ်လတစ်ကြိမ် ထုတ်ပေးတယ်။ ဥပဒေကထုတ်ပြန်ထားတာက အလုပ်ထွက်ပြီး ၇ ရက်အတွင်း အလုပ်ရှင်အသစ်ရှာရမယ်လို့ ပြဌာန်းထားတယ်။ လူမှုဖူလုံရေးဥပဒေကတော့ အလုပ်လက်မဲ့ ရက် ၉၀ တိတိ ခံစားခွင့်ပေးတယ်။

- အလုပ်ရှင်မရှိတော့တဲ့ အလုပ်လက်မဲ့ကာလမှာ လူမှုဖူလုံရေးရုံပုံငွေကို မိမိကိုယ်တိုင်ထည့် သွင်းထားလို့ရတယ်။ ဒါပေမယ့် ၁၀ ရာခိုင်နှုန်းအပြည့်ထည့်ထားရမယ်။

*** အသက်ကြီးခံစားခွင့်၊ အသက် ၅၅ နှစ်ပြည့်တာနှင့် လူမှုဖူလုံရေးရုံးမှ အသက်ကြီးခံစားခွင့်ထုတ်ယူလိုပြီဖြစ်တယ်။ ဒါပေမယ့် အလုပ်သမားဥပဒေမှာ အသက် ၅၅ နှစ်ပြည့်တဲ့သူကို အလုပ်ဆက်ခန့်ခြင်းမပြုတော့ပါ။ ဒါကြောင့် အသက်ကြီးသူတွေကို ကိုယ့်ဘာသာ အသက်ကြီးရုံပုံငွေထည့်ချင်တာတောင် အလုပ်လုပ်မယ့်ပါမစ်မရတော့တဲ့အတွက် လူမှုဖူလုံရေးထည့်သွင်းခွင့်မရှိတော့ဘူး။ အသက်ကြီးရုံပုံငွေကို လူမှုဖူလုံရေးရုံးက လူကိုယ်တိုင်ကိုထုတ်ပေးတာမျိုးမရှိဘူး။ မူလနိုင်ငံကို လွှဲပေးဖို့ပြောတယ်။ မူလနိုင်ငံကိုလွှဲပေးဖို့က အဆင်မပြေဘူး။ မူလနိုင်ငံမှာလည်း ဒီစနစ်ကိုသေချာစီမံမှု မရှိသေးဘူး။

ဦးဆောင်သူက လူမှုဖူလုံရေးအကြောင်းကို တင်ပြပြီးတဲ့အခါ တက်ရောက်လာသူ အမျိုးသမီးများကလည်း မိမိတို့ရဲ့ အတွေ့အကြုံကို အချင်းချင်းပြန်ပြီး ဖလှယ်ကြပါတယ်။

အတွေ့အကြုံလှယ်ခြင်း

- လူမှုဖူလုံရေးကဒ်လည်းလုပ်ရတယ်။ ကျန်းမာရေးအာမခံကဒ် ဘတ် ၃၀ တန်လည်းလုပ်ရတယ်။ ၂ မျိုးကိုင်ရတယ်။ ပိုက်ဆံ ၂ ခါကုန်တယ်။ (ရနောင်း၊ ဟတ်ယိုင်)
- အရင်တုန်းက ပန်းရောင်ကဒ်ကိုင်ဆောင်တဲ့သူတွေဟာ ကျန်းမာရေးအာမခံကဒ်လုပ်ထားကြတယ်။ နောက်ပိုင်း လူမှုဖူလုံရေးစနစ်ဝင်လိုတဲ့အခါ ကျန်းမာရေးကဒ်ကနေ လူမှုဖူလုံရေးစနစ်ကိုဝင်လိုရတယ်။ ဆေးရုံမှာ ဆေးစစ်ခ ၅၀၀ ဘတ်ပေးရတယ်။ (ဖန်ငါ)
- အလုပ်သမားတွေက နားမလည်လို့ ကျန်းမာရေးအာမခံကဒ်လည်းလုပ်ရတယ်။ လူမှုဖူလုံရေးကဒ်ပြန်ပြောင်းဖို့ သွားလျှောက်တဲ့အခါ ဆေးရုံမှာ ဆေးစစ်ခ ၆၀၀ - ၁,၂၀၀ ဘတ်ပေးရတယ်။ တခါတလေ ပွဲစားတွေက ၆,၀၀၀ ဘတ်ယူကြတယ်။ ပြီးရင် ကျန်းမာရေးအာမခံကဒ်တစ်မျိုးတည်းပဲ လုပ်ပေးထားတယ်။ လူမှုဖူလုံရေး စနစ်ကိုလည်း ပြောင်းပေးထားတယ်။ တချို့ကျတော့ ကျန်းမာရေးကဒ်ကနေ လူမှုဖူလုံရေးစနစ်ကိုပြောင်းတဲ့အခါ အရင်ကကိုယ်လုပ်ထားတဲ့ ကျန်းမာရေးအာမခံကဒ်မှာ ကိုယ်ဘယ်လောက်အသုံးပြုထားပြီးသလဲဆိုတာ ဆေးရုံကစစ်တဲ့ ဆေးစစ်ခ ဘတ် ၅၀၀ ယူပြီး ကျန်တဲ့ပိုက်ဆံပြန်ပေးတာလည်းရှိတယ်။ (ချင်းမိုင်)
- လူမှုဖူလုံရေးစနစ်မှာ ကိုယ်ထည့်ထားတဲ့ တစ်လ ၅ ရာခိုင်နှုန်းငွေဟာ မနည်းဘူး။ ဒါကြောင့် ကိုယ်အလုပ်ထွက်တဲ့အခါ၊ အိမ်ပြန်တဲ့အခါ၊ ထိခိုက်ဒဏ်ရာရတဲ့အခါ လူမှုဖူလုံရေးရုံးက ပြန်ထုတ်ယူပါ။ ခက်ခဲရင်လည်း နီးစပ်ရာ အဖွဲ့အစည်းများ၊ သိတတ်နားလည်သူများကိုခေါ်သွားထုတ်ယူပါ။
- မိန်းမဖြစ်သူကလေးမွေးတဲ့အခါ သူမမှာ လူမှုဖူလုံရေးမရှိလဲ။ ယောက်ျားဖြစ်သူမှာ လူမှုဖူလုံရေးကဒ်ရှိရင် ယောက်ျားရဲ့ လူမှုဖူလုံရေးကဒ်ကို အသုံးပြုလိုရတယ်။ ဒါပေမယ့် လက်ထပ်စာချုပ်ပြရပါတယ်။

လူမှုဖူလုံရေးအကြောင်း ပြည့်စုံအောင် ဆွေးနွေးပေးတဲ့နန်းခင်မာညွန့်ကို အထူးပဲ ကျေးဇူးတင်ပါတယ်။ လူမှုဖူလုံရေးခံစားခွင့်အကြောင်းကို ရွှေ့ပြောင်းအလုပ်သမားတိုင်း သိထားရမယ့် အကြောင်းအရာပဲ ဖြစ်ပါတယ်။ လူမှုဖူလုံရေးလျှောက်ခွင့်ရှိတဲ့ အလုပ်သမားတိုင်းကလည်း လူမှုဖူလုံရေး ခံစားခွင့်ရရှိနိုင်အောင် လျှောက်ထားသင့်ပါတယ်။ ဒါမှ အကျိုးခံစားခွင့်တွေ ခံစားရမှာဖြစ်ပါတယ်။ ဒါ့ကြောင့် ကိုယ့်ဒေသကို ပြန်ရောက်တဲ့အခါမှာလည်း ကိုယ့်ပတ်ဝန်းကျင်မှာ ရှိတဲ့သူတွေကို လူမှုဖူလုံရေးအကြောင်း ပြန်ပြောပြဖို့ လိုအပ်ပါတယ်။ လူမှုဖူလုံရေးခံစားခွင့်ရဖို့ အသင်းဝင်ဖို့ လိုအပ်ကြောင်းလဲ ရွှေ့ပြောင်းအလုပ်သမားတိုင်း တစ်ယောက်နဲ့တစ်ယောက် အသိပေး တိုက်တွန်းနှိုးဆော်ဖို့ လိုအပ်ကြောင်း အသိပေး လက်ဆင့်ကမ်းလိုက်ခြင်း ဖြစ်ပါတယ်။



အလုပ်သမားခေါင်းစဉ်နှင့်ပတ်သက်၍ ဒေသအတွင်းရှိ အမျိုးသမီးများ စည်းရုံးလှုံ့ဆောင်မှု

ဦးဆောင်သူ Fai ဖိုက် (APWLD)

အလုပ်သမားခေါင်းစဉ်နှင့် ပတ်သက်ပြီး ဒေသအတွင်းရှိ အမျိုးသမီးများ စည်းရုံးလှုံ့ဆောင်မှု အကြောင်းကို Asia Pacific Forum on Women, Law and development (APWLD) အဖွဲ့အစည်းက ဦးဆောင်သွားမှာ ဖြစ်ပါတယ်။

သင်ခန်းစာ (၁) အနေနဲ့

သင်တန်းထဲမှာ ပါဝင်ကြတဲ့ လူအားလုံးကို အဖွဲ့ ၄ ဖွဲ့ခွဲပြီး မိမိတို့ အဖွဲ့ကပါဝင်သူ အယောက်စီတိုင်းကို သိအောင် အရင်လုပ်ဆောင်ဖို့ပဲ ဖြစ်ပါတယ်။ ဆရာမက ပစ္စည်း ၄ ခုချထားပေးပါတယ်။ တစ်ဖွဲ့ချင်းစီက ပစ္စည်းတစ်ခုကိုရွေးပြီး ပေးထားတဲ့ စာသားတွေအပေါ်မှာ ဆွေးနွေးပြီး သရုပ်ဆောင်ရမှာဖြစ်ပါတယ်။ အဲဒီအတွက်ကို ၅ မိနစ်အချိန်ပေးပါတယ်။

အဖွဲ့ (၁) ဘောင်းဘီချုပ်စက်ရုံ၊ ကမ္ဘောဒီးယားအုပ်စု

ဘောင်းဘီချုပ်စက်ရုံလုပ်ရတဲ့အမျိုးသမီးများ ဖြစ်တယ်။ အချိန်ပိုတွေ အမွေခိုင်းစေခံရတယ်။ လုပ်ခလစာက ၅၀၀၀ ဘတ်လောက်ပဲရတယ်။ ကိုယ်ဝန်ဆောင်မိခင်တွေဆိုရင် မီးဖွားခွင့်ရက် မရကြဘူး။

(ကမ္ဘောဒီးယားစက်ရုံသမားတွေဟာ လွန်ခဲ့တဲ့ ၂-၃ နှစ်လောက်က လုပ်အားခကို ၂၀၀၀ ဘတ်လောက်ရတယ်။ အဲဒီ လုပ်အားခဟာ အင်မတန်နည်းပါတယ်။ တခါတလေ အော်ဒါတွေကျလာရင် အချိန်ပိုတွေလုပ်ရတယ်။ အချိန်ပိုကြေးလည်းမရကြဘူး။ ကိုယ်ဝန်ဆောင်အမျိုးသမီးတွေကို နားခွင့်မပေးဘူး။ တခါတလေ ကိုယ်ဝန်ရှိမှန်းသိရင် အလုပ်ထုတ်ပစ်တာမျိုးလည်းရှိတယ်။)

အဖွဲ့ (၂) လက်ကောက်လုပ်ငန်း၊ ပါကစ္စတန်အုပ်စု

ပါကစ္စတန်အမျိုးသမီးတွေဟာ လက်မှုပညာဖြစ်တဲ့ လက်ကောက်လေးတွေလုပ်ရောင်းကြတယ်။ တစ်ကွင်း ကို ၅-၆ ဘတ်/တနေ့ ရတယ်။ အခြေခံလုပ်အားခလည်း မရှိဘူး။ လူမှုရေးကာကွယ်စောင့်ရှောက်မှုလည်း မရှိဘူး။

(လက်ကောက်လုပ်တဲ့အလုပ်ဟာ အိမ်တွင်းမှာ အမျိုးသမီး ၄-၅ ယောက်လုပ်တယ်။ တနေကုန် ဆောင့်ကြောင့်ထိုင်ပြီး လုပ်ရတယ်။ အဲဒီလိုဆောင့်ကြောင့်ထိုင်ရတော့ သူတို့ရဲ့သားအိမ်၊ တင်ပုဆုံ၊ ခါးစသည်များ ထိခိုက်လာတယ်။ ဒီလက်ကောက်တွေကို အိမ်မှာလုပ်ပြီး ဖောက်သည်တွေကို တဆင့်ပြန်ရောင်းကြတယ်။ အဲဒီမှာ တနေ့ကို ၅-၆ ဘတ်လောက် ဝင်ငွေရရှိပါတယ်။)

အဖွဲ့ (၃) ရှုပ်အကျီချုပ်စက်ရုံ၊ ဘင်္ဂလားဒေ့ချ် အုပ်စု

စာချုပ်မရှိဘူး။ လခ ၁၈၀၀ ပဲရတယ်။ ကျန်းမာရေးအတွက် အကာအကွယ်မရှိဘူး။ မီးလုံးလေးတွေမှိန်တယ်၊ မျက်လုံးထိခိုက်နိုင်တယ်။ အပေါ့သွားဖို့လည်း အချိန်သတ်မှတ်ထားတယ်။ အလေးသွားဖို့လည်း ခွင့်မပြုဘူး။ အပ်ချုပ်တဲ့အခါ နားကြပ်တွေပေးထားသင့်တယ်၊ စက်သံဆူညံလို့။

(လွန်ခဲ့တဲ့ ၅ နှစ်လောက်က ရာနာပလာဇာအထည်ချုပ်စက်ရုံတစ်ခုမှာ အလုပ်သမားအယောက် ၁၀၀၀ လောက်ရှိ တယ်။ လုပ်အားခနည်းလို့ အလုပ်သမားတွေစုပေါင်းပြီး ဆန္ဒပြကြတယ်။ နောက်ဆုံးဒီစက်ရုံကြီး ကျဆုံးသွားပါတယ်။)

အဖွဲ့ (၄) လက်ဖက်ရည်ထုပ်၊ အိန္ဒိယ အုပ်စု

လက်ဖက်ရည်ထုပ်တွေထုတ်ဖို့အတွက် တနေကုန်ကော်မီတီတွေလုပ်ရတယ်။ ကိုယ်ဝန်ဆောင်မိခင်တွေဖြစ်ကြပြီး အလုပ်ပင်ပန်းတာကြောင့် မိခင်သေဆုံးနှုန်းတွေ ဖြစ်စေတယ်။ တနေ့လုပ်အားခ ၆၀-၈၀ ဘတ်ရတယ်။

(အက်ဒီဟာစီ တိုင်းရင်းသားတွေဖြစ်တယ်။ လက်ဖက်ရည်တယ်၊ လက်ဖက်ခြောက်ထုပ်လုပ်တယ်။ အမျိုးသမီးတွေဟာ တနေကုန် လက်ဖက်ရည်တွေရပြီး ကျောကုန်းနောက်ကလွယ်ထားတဲ့ပလိုင်းထဲထည့်ရတယ်။ တနေ့ကို ၁၂ နာရီ လုပ်ရ တယ်။)

အုပ်စု ၄ ရှစ်လုံးမိမိတို့ ရရှိထားတဲ့ နိုင်ငံအသီးသီးရဲ့ အလုပ်သမား အမျိုးသမီးများ အကြောင်းကို လေ့လာ ပြီးတဲ့နောက် ဦးဆောင်သူဆရာမက မေးခွန်းတွေကို ပြန်မေးပါတယ်။

မေးခွန်း - လေ့လာခဲ့တဲ့ သင်ခန်းစာအရ မိမိတို့နိုင်ငံမှာရော အလားတူအခြေအနေများရှိပါသလား?
အဖြေ - စက်ချုပ်စက်ရုံများမှာ အလုပ်လုပ်ရသောအမျိုးသမီးများ အချိန်ပိုလုပ်ရခြင်း၊ အခြေခံလုပ်အားခမရခြင်း တွေရှိ တယ်။

မေးခွန်း - စာချုပ်မဲ့ အလုပ်သမားဆိုတာ ဘယ်လိုမျိုးလဲ?
အဖြေ - ယာယီအလုပ်သမားအမျိုးအစားဖြစ်တယ်၊ အစမ်းခန့် ၃ လပြီးရင် အလုပ်ဆက်မခန့်ခြင်း၊ ဆက်ခန့်သော်လည်း စာချုပ် မချုပ်ဆိုခြင်း။

မေးခွန်း - ဘာကြောင့် ယာယီအလုပ်သမားတွေကို အလုပ်ရှင်ကခန့်တာလဲ?
အဖြေ - ဒီလိုမျိုးအလုပ်သမားတွေကို အလုပ်ရှင်ကဘာမှ တာဝန်ယူစရာမလိုဘူး။ လုပ်အားခသက်သာစွာဖြင့် ငှားရမ်း ထားနိုင်တယ်။

သင်ခန်းစာ (၂)

ထိုင်း နဲ့ မြန်မာနိုင်ငံမှာရှိတဲ့ အလုပ်သမားတွေရဲ့ လုပ်ငန်းခွင်အခြေအနေတွေဘယ်လိုရှိသလဲဆိုတာ အဖွဲ့ ၄ ဖွဲ့အ တွင်း ဆွေးနွေးခြင်းပဲဖြစ်ပါတယ်။

အဖွဲ့ (၁) အုပ်စု

ဖန်ငါ (ထိုင်းနိုင်ငံ)
- ရာဘာလုပ်ငန်းလုပ်တယ်။ ညဘက်လုပ်ရတဲ့အတွက် လုံခြုံမှုမရှိဘူး၊ လူရဲအန္တရာယ်ကိုပို ကြောက်ရတယ်။

မဲဆောက်

- အထည်ချုပ်လုပ်ငန်းလုပ်တယ်။ အထိုင်များလို့ ညောင်းတယ်။ ကျန်းမာရေးထိခိုက်တယ်။ အမြဲတမ်းထိုင်နေရလို့ ကျောက်ကပ်ထိခိုက်တယ်။ ကိုယ်ဝန်ဆောင်အမျိုးသမီးတွေအတွက် အန္တရာယ်များတယ်။ ကိုယ်ဝန်ပျက်ကျ နိုင်တယ်။ အိုတီ ၁ နာရီ ၂၁ ဘတ်၊ အခြေခံလုပ်အားခမရဘူး။ စက်ချုပ်စက်ရုံတွေမှာ အလုပ်လုပ်ရတာ အရမ်း ညောင်းပါတယ်။

ဟတ်ယိုင်

- ပုစွန်လုပ်ငန်းလုပ်ရတယ်။ ရေနဲ့အမြဲထိတွေ့နေရလို့ အန္တရာယ်များပါတယ်။ ပုစွန်အခွံချွတ်ရတယ်၊ အကောင် အရေအတွက်၊ ကီလိုချိန်နှင့်ပေးတာမျိုးဖြစ်တယ်။ အများအားဖြင့် အခြေခံလုပ်အားခကို မရကြတာ များတယ်။

အဖွဲ့ (၂) အုပ်စု

ဒုက္ခသည်စခန်း (မယ်ဟုန်ဆောင်)

- အပြင်ထွက်ခွင့်မရှိ၊ ဒုက္ခသည်စခန်းမှာနေတယ်။ အပြင်မှာ အလုပ်လုပ်ခွင့်မရှိ၊ ဘတ် (အထောက်အထား) မရှိဘူး။ အပြင်ခိုးထွက်လို့ဖမ်းမိရင် ဒဏ်ငွေဆောင်ရတယ်။ ဆိုင်ကယ်ပါသွားရင် သိမ်းခံရတယ်။
- စီကို စက်ရုံမှာ လစာပေးတာ နည်းတယ်။ အလုပ်သမားခေါင်းဆောင်တွေကို တိုင်တော့လည်း လုပ်နိုင်ရင်လုပ်၊ မလုပ်နိုင်ရင်ထွက်လို့ ပြောပါတယ်။
- ငါးသေတ္တာစက်ရုံမှာ နေ့ဆိုင်းနဲ့ ညဆိုင်း ဆိုပြီး အလုပ်ကျ ခွဲထားပါတယ်။ အဲဒီ နေ့ရောညပါ အလုပ်ကျမှာ အလုပ်မလုပ်နိုင်ရင် အလုပ်ထွက်ခိုင်းပါတယ်။
- ရေလုပ်သားတစ်ဦးကို လှေဦးစီးက ပြဿနာတစ်ခုကြောင့် လှေပေါ်သတ်ပြီး ပင်လယ်ထဲပစ်ချခဲ့တယ်။ ဒီကိစ္စ အလုပ်သမားတွေအချင်းချင်း စည်းလုံးမှုမရှိကြလို့ ဘယ်သူမှ မျက်မြင်သက်သေ မလိုက်ပေးကြပါဘူး။
- ပန်းရံဆိုက်တစ်ခုမှာ ကွဲလူခတ်အဖွဲ့ဆိုတာရှိတယ်။ အဲဒီအဖွဲ့ဟာ အလုပ်သမားတွေကိုညှဉ်းပန်းနှိပ်စက်ကြတယ်၊ လူရှေ့သူရှေ့မှာဆိုရင် ရိုက်နှက်တယ်။ ဆဲဆိုကျိမ်းမောင်းတယ်။ အလုပ်သမားတွေကလည်း စုပေါင်းပြီး တိုင်ကြားဖို့ မလုပ်ကြဘူး။ ဒေသအတွင်း NGO တွေ၊ အဖွဲ့အစည်းတွေရှိတယ်၊ သွားတိုင်ကြားလို့ ပြောလည်း ဘယ်သူမှမတိုင်ကြားဘူး။ အလုပ်သမားတွေရဲ့နေထိုင်မှုကလည်း အရမ်းညံ့တယ်။

အဖွဲ့ (၃) အုပ်စု

- ဖန်င ထိုင်းတောင်ပိုင်းမှာ အထည်ချုပ်၊ ရာဘာခြံ၊ ဆီအုန်းခြံ၊ ရေလုပ်ငန်းနဲ့ ပန်းရံလုပ်ငန်းတွေ ရှိပါတယ်။ အလုပ် သမားတွေက လုပ်အားခ အပြည့် မရကြပါဘူး။ တစ်ချို့အလုပ်သမားတွေဆိုရင် အလုပ်ကို အတင်းအဓမ္မခိုင်း စေခံရတယ်။ ပိတ်ရက်တွေမှာ အလုပ်ခိုင်းစေခံရတယ်။ လုပ်ငန်းခွင်မှာ အန္တရာယ်အရမ်းများတယ်။ အထူးသဖြင့် အမျိုးသမီးတွေ တိုက်ပေါ်ကပြုတ်ကျပြီးသေဆုံးတာ လည်းရှိတယ်။ ရေလုပ်သားတွေဆိုလှေပေါ်ကနေ ပင်လယ် ထဲပြုတ်ချသေဆုံးရတယ်။
- ပန်းရံ အလုပ်သမားတန်းလျားတွေမှာ အမျိုးသမီးတွေအတွက် မလုံခြုံဘူး။ ရေချိုးတဲ့နေရာလည်း မလုံခြုံဘူး။ ရေလည်း မသန့်ဘူး။ အလုပ်သမားဥပဒေတွေ ချိုးဖောက်ခံရတယ်။ အလုပ်ရှင်တွေက အလုပ်သမားရုံးမှာကျတော့ တနေ့ ဘတ် ၃၀၀ ပေးတယ်လို့ ပြောပေမယ့် တကယ်ရတာက ၂၈၀ ပဲဖြစ်တယ်။ MOU အလုပ်သမားတွေလည်း လိမ်လည်ခံရတယ်။ ပွဲစားတွေက စာချုပ်တွေမှာ လက်မှတ်ထိုးခိုင်းလည်း စာမတတ်လို့ ဘာအတွက်ထိုးရမှန်း မသိဘူး။ အလုပ်အမျိုးအစားမတူတာတွေဖြစ်တယ်။ အလုပ်သမားတွေက အသက်လိမ်ပြီး အလုပ်ပါမစ်၊ ပတ်စပို့ဒ် တွေမှာ အသက်လိမ်ပြီးထည့်ကြတယ်။ ဥပမာ အသက် ၁၈ နှစ်မပြည့်သေးတဲ့ကလေးတွေ၊ အသက် ၅၅ နှစ် အထက်ဖြစ်တဲ့လူတွေ။

အဖွဲ့ (၄) အုပ်စု

မြန်မာနိုင်ငံက စက်ချုပ် နေ့စားလုပ်ငန်း

- အထိုင်များလို့ ခါးနာ၊ မျက်လုံးလဲ မကောင်းတော့ဘူး။ နေရာကျဉ်းတော့ ပုဇွန်လုံးပုံစံနေရတယ်။ ကြာလာတော့ ကျန်းမာရေး ထိခိုက်လာတယ်။ လုပ်အားလစာလဲ အပြည့် မရသလို အသက်အာမခံလဲ မရှိဘူး။ ဆေးခန်းသွားဖို့ ခွင့်ယူရင်လဲ မရပါဘူး။

အထက်ကဆွေးနွေးသွားတဲ့အကြောင်းအရာတွေအားလုံးအုပ်စုလိုက်တူတဲ့ အကြောင်းအရာတွေကို ပြန်လည်စုစည်း လိုက်ပြီး ရရှိတဲ့ အကြောင်းအရာတွေကတော့...

၁။ လုပ်အားမအပြည့်အဝမရရှိခြင်း။

၂။ လုပ်ငန်းခွင် လုံခြုံမှုမရရှိခြင်း။

၃။ အမျိုးသမီးတွေက အမျိုးသားတွေထက် လုပ်အားခနည်းခြင်း၊ အာရှစပီစီဇာဒေသမှာ အမျိုးသမီးတွေက အမျိုးသားတွေရဲ့ ၇၀ ရာခိုင်နှုန်းလောက်သာ လုပ်အားခရတယ်။ အာရှမှာရှိတဲ့အမျိုးသမီးတွေ အမျိုးသားများထက် ၄ ဆ အလုပ်လုပ်ရပါတယ်။ အခြားဒေသနိုင်ငံတွေနဲ့ယှဉ်ရင် အဆပိုများနေပါတယ်။

၄။ အခြေခံလုပ်အားမရရှိခြင်း။

၅။ အချိန်ပိုကြေးမရရှိခြင်း။

၆။ သမဂ္ဂ - အခွင့်အရေးဆိုင်ရာ၊ အကျိုးစီးပွားဆိုင်ရာ လုပ်ပေးတာရှိတယ်။ အလုပ်ရှင်တွေက သမဂ္ဂကို ဘာကြောင့် မကြိုက်တာလည်းဆိုတာ၊ သမဂ္ဂတွေ ဖွဲ့စည်းလိုက်ရင် အလုပ်ရှင်တွေရဲ့ အကျိုးစီးပွား ပျက်စည်းသွားမှာစိုးလို့ပဲ ဖြစ်ပါတယ်။

အခုလို တင်ပြကြတဲ့ အကြောင်းအရာတွေက ထိုင်းနဲ့ မြန်မာနိုင်ငံမှာပဲ တွေ့ကြုံနေရတဲ့ အကြောင်းအရာပဲ မဟုတ် ပါဘူး။ နိုင်ငံတိုင်းလိုလိုမှာ တွေ့ကြုံရတဲ့ အဖြစ်အပျက်ပဲ ဖြစ်ပါတယ်။ သမဂ္ဂတွေ ဖွဲ့စည်းခွင့်မပေးတာလဲဆိုတာ အလုပ်ရှင် ရဲ့အကျိုးစီးပွားတွေ ပျက်စီးမှာစိုးရိမ်တယ်။

အဲဒီနောက်မှာ ဆရာမက ဓါတ်ပုံတွေပြပြီး တစ်နိုင်ငံချင်းဆီက အလုပ်သမားတွေရဲ့ တောင်းဆိုမှု အကြောင်းကို ရှင်းပြပါ တယ်။

- ကမ္ဘောဒီးယားနိုင်ငံ အထည်ချုပ်စက်ရုံအလုပ်သမားများ ဆန္ဒပြပြီး အခြေခံလုပ်အားခကိုတောင်းဆိုမှုတွေပြု လုပ် တယ်။ ကမ္ဘောဒီးယားနိုင်ငံ၊ ဖနွန်းပင်းမြို့မှာ၊ အနိပ်ခန်းခအလုပ်သမားတွေ လုပ်အားခ တစ်လကို ဘတ် ၂၀၀၀ လောက် ပဲရတယ်။ ၂၀၁၅ ခုနှစ်မှာ သမဂ္ဂရဲ့အကူအညီနှင့် ဆန္ဒပြတောင်းဆိုမှုတွေလုပ်တယ်။ သူတို့အနိုင်ရတယ်။ နောက် ဆုံးတော့ အလုပ်သမားတွေ လစာတိုးရခဲ့ပါတယ်။
- ဘီယာပရိုမိုတာ အမျိုးသမီးအလုပ်သမား၊ ညပိုင်းအလုပ်ဖြစ်လို့ လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာအနှောင့်အယှက်တွေ ခံရကြတယ်။ အဲဒီအလုပ်သမားတွေက သူတို့ သမဂ္ဂနဲ့ပူးပေါင်းပြီး ဒီကုမ္ပဏီက ဘီယာကို မသောက်ဖို့ကမ်းပိန်းလုပ်တယ်။ သူတို့ အနိုင်ရသွားတယ်။
- အိန္ဒိယနိုင်ငံ၊ လက်ဖက်ရည်လုပ်ငန်း၊ တနေ့ကို ၅-၆ ဘတ် လောက်ပဲရတယ်။ ဒီအလုပ်သမားအမျိုးသမီးတွေမှာ သမဂ္ဂ ရှိတယ်။ ဒါပေမယ့် သမဂ္ဂခေါင်းဆောင်တွေဟာ အမျိုးသားတွေပဲဖြစ်တယ်။ အမျိုးသမီးအလုပ်သမားတွေရဲ့ ပြဿနာ ကို တိုင်ပင်မယ့် အမျိုးသားတွေကို သောက်စားမှုနေပြီး ဘာမှဂရုစိုက်ကြဘူး။ ဒါကြောင့် အမျိုးသမီးတွေဟာ စု ပေါင်းပြီးဆန္ဒပြတောင်းဆိုကြတယ်။ သူတို့အနိုင်ရသွားတယ်။

(၁၈) ကြိမ်မြောက် နှစ်ပတ်လည် ရွှေ့ပြောင်းအလုပ်သမား အမျိုးသမီးနှီးနှောဖလှယ်ပွဲ မှတ်တမ်း

- ပါကစ္စတန်နိုင်ငံ၊ အထည်ချုပ်စက်ရုံအလုပ်သမားတွေ တစ်လကို ၁၈၀၀ ဘတ်လောက်သာရရှိတယ်။ စက်ရုံမှာ အမျိုးသမီးအလုပ်သမားတွေဟာ စုပေါင်းပြီး လုပ်အားခအပြည့်အဝရရှိဖို့အတွက် ဆန္ဒပြတောင်းဆိုခဲ့ကြတယ်။ နောက်ဆုံး သူတို့တောင်းဆိုတာ အနိုင်ရသွားတယ်။ စက်ရုံလည်း ကျဆုံးသွားပါတယ်။

ဦးဆောင်သူ ဆရာမရဲ့ နောက်ဆုံးအကြံပေးချက်များ...

အလုပ်သမားတွေဟာ မိမိတို့အခွင့်အရေးကိုအပြည့်အဝရရှိဖို့ ဘယ်လိုရလုပ်ကြမလဲ ဆိုရင်...

၁။ စုပေါင်းဆန္ဒပြတောင်းဆိုကြရမယ်။

၂။ ဆန္ဒပြတောင်းဆိုမှုတွေအတွက် နောက်ကပံ့ပိုးပေးဖို့ သမဂ္ဂတွေ၊ အဖွဲ့အစည်း၊ ရံပုံအဖွဲ့တွေရှိရမယ်။

၃။ ဆန္ဒပြလို့ အဖမ်းခံရရင် သမဂ္ဂ၊ အဖွဲ့အစည်း၊ ရံပုံတွေဖြင့် ပံ့ပိုးပေးဖို့လိုတယ်။

၄။ ဆန္ဒပြတောင်းဆိုတာက နောက်ဆုံးအဆင့်မှ လုပ်တဲ့အလုပ်ပါ။

၅။ လုပ်ငန်းခွင်မှာ အခွင့်အရေးချိုးဖောက်ခံရရင်၊ ပြဿနာအခက်အခဲတွေရှိရင် အလုပ်ရှင်၊ မန်နေဂျာနဲ့ အရင်ညှိနှိုင်းပါ။

နောက်ဆုံးအနေနဲ့ ဒီနေ့သင်ခန်းစာထဲက မိမိတို့အတွက် အကျိုးဖြစ်စေတဲ့အရာတွေက ဘာတွေရှိမလဲ ဆိုရင်...

၁။ သူများနိုင်ငံက သင်ခန်းစာတွေကိုယူပြီး မိမိတို့ကြုံရတဲ့ အခက်အခဲပြဿနာတွေကို ဖြေရှင်းဖို့လိုတယ်။

၂။ အများနှင့်ပူးပေါင်းပြီး ဆောင်ရွက်ဖို့လိုတယ်။

အလုပ်သမားခေါင်းစဉ်နှင့် ပတ်သက်ပြီး ဒေသတွင်းရှိ အမျိုးသမီးများ စည်းရုံးလှုံ့ဆော်မှု သင်ခန်းစာမှာ နိုင်ငံတကာမှာ ရှိတဲ့ အလုပ်သမားတွေရဲ့ အကြောင်းနဲ့ သူတို့ရဲ့ အခွင့်အရေးတွေအတွက် တောင်းဆိုတဲ့ လှုပ်ရှားမှုတွေ ပိုပြီး သိရှိလိုက်ရပါတယ်။ ကျမတို့ ထိုင်းနဲ့ မြန်မာနိုင်ငံမှာရှိတဲ့ အလုပ်သမားအမျိုးတွေကလည်း ကျမတို့ အခွင့်အရေးတွေကို ရရှိခံစားချင်တယ်ဆိုရင် အချင်းချင်း စည်းရုံးလှုံ့ဆော်မှုနဲ့ အတူတကွ လက်တွဲလုပ်ဆောင်ရမယ် ဆိုတာကိုလည်း ပိုပြီး ထင်သာမြင်သာ ရှိလာခဲ့ပါတယ်။

ဦးဆောင်ဆွေးနွေးသွားတဲ့ ဆရာမ ဖိုက် ကိုလည်း ရွှေ့ပြောင်းအလုပ်သမားအမျိုးသမီးများကိုယ်စား အထူးပဲ ကျေးဇူးတင်ရှိပါတယ်။



လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ

ဦးဆောင်သူ... (ဆုလိုင်ဖွန်း - ထမ်းထန်း)

လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ အကြောင်းကို ဆရာမ ဆုလိုင်ဖွန်း (ထမ်းထန်းအဖွဲ့၊ ထိုင်းနိုင်ငံ) က ဦးဆောင်ပြီး၊ ဆွေးနွေးသွားမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ အကြောင်းလည်း ကျမတို့ အမျိုးသမီးတွေ သိထားရမယ့် အကြောင်းအရာလေးဖြစ်လို့ အမျိုး သမီးနှီးနှောဖလှယ်ပွဲကြီးရဲ့ သင်ခန်းစာထဲမှာ နှစ်စဉ်ထည့်ထားပေးတဲ့ သင်ခန်းစာပဲဖြစ်ပါတယ်။

ဆွေးနွေးပွဲ အစကို ပါဝင်သူအချင်းချင်း နာမည်ဖြင့် မိတ်ဆက်ပြီး၊ ကိုယ်လာတဲ့ဒေသနဲ့ တစ်ယောက်ချင်းစီမှာရှိတဲ့ အရာတစ်ခုကို ဖော်ပြကြတဲ့ ကစားနည်းပဲ ဖြစ်ပါတယ်။ အဲဒီလိုဖော်ပြပြီးတဲ့နောက်မှာ ဦးဆောင်သူက အမျိုးသမီးများ မိမိ တို့ရဲ့ မိန်းမအင်္ဂါနဲ့ ပတ်သက်တဲ့ အကြောင်းအရာများကို ပြောရဲဆိုရဲရှိလာအောင် မေးခွန်းများထုတ်ပြီး ဦးဆောင်ဆွေးနွေး သွားပါတယ်။

သင်ခန်းစာ (၁)

ဥပမာ...

- ယိုင်းဟွမ်၊ ၃၄ နှစ်၊ ချင်းမိုင်၊ စကက်။
- နန်းနွေအောင်၊ ၃၄ နှစ်၊ ကျိုင်းတုံ၊ ဆံပင်ရှည်။
- ယုယုလွင်၊ ၃၉ နှစ်၊ မော်လမြိုင်၊ အလှအပကြိုက် ဆံပင်ရှည်။
- စန်းဖွန်အောင်၊ ၃၀ နှစ်၊ ကိတ်တယ်။
- ခက်ခက်၊ ၃၂ နှစ်၊ မဲဆောက်၊ အရပ်အမောင်းနဲ့ကိတ်တယ်။
- အာထန်၊ ၂၆ နှစ်၊ မဲဆောက်၊ အလှအပ မျက်ခုံးဆွဲ။
- ဝေဖြိုးဝင်း၊ ဟတ်ယိုင်၊ နှုတ်ခမ်းလှတယ်။
- နွေးနွေး၊ ၃၀ ကျော်၊ မဲဆောက်၊ ဟိုးနည်းနည်းလုပ်တတ်တယ် - လက်ဝတ်ဖန်စီ။
- ဒေါ်သန်းနု၊ ၅၂ နှစ်၊ ကော့ကလွိုင်၊ လက်ကောက်။
- ဒေါ်ခင်ဌေးမြင့်၊ ၆၂ နှစ်၊ ချင်းမိုင်၊ အပြင်အကျီ။
- ဇီဇဝါ၊ ၂၆ နှစ်၊ ဘန်ကောက်၊ နှုတ်ခမ်းနီ။
- ဂျက်စတင်း၊ ၂၄ နှစ်၊ ဖန်စီ။
- ၃၄ နှစ်၊ နားကပ်။
- မသက်သက်နိုင်၊ ၅၀ နှစ်၊ ဖန်ငါ၊ အကျီ။
- ခင်မာစိုး၊ ၄၅ နှစ်၊ ဖန်ငါ၊ နို့ကြီးကြီးရှိတယ်။
- ဆွေဆွေမြင့်၊ ၃၄ နှစ်၊ ဖန်ငါ၊ မိန်းမအင်္ဂါရှိတယ်။
- မြင့်မူ၊ ၄၃ နှစ်၊ ရနောင်း၊ ဗိုက်ရှိတယ်၊ နာခေါင်းလှတယ်။
- သင်းသင်းမာ၊ ၃၈ နှစ်၊ စူရတ်ဌာနီ၊ အားလုံးကြိုက်တယ်။
- သင်းသင်းနိုင်၊ ၃၂၊ မဲဆောက်၊ အကျီ။
- ဖဲမယ်၊ မယ်ဟောင်ဆောင်၊ ၂၂၊ အလှပြင်ကြိုက်။
- နောင်းအယ်၊ ၂၁၊ မယ်ဟောင်ဆောင်၊ နို့။
- စုစုအေး၊ ၂၂၊ ရနောင်း၊ မျက်တောင်မွေးရှိတယ်။
- ဖီးနွန်မီး၊ ကြံ့ခိုင်။

(၁၈) ကြိမ်မြောက် နှစ်ပတ်လည် ရွှေ့ပြောင်းအလုပ်သမား အမျိုးသမီးနှီးနှောဖလှယ်ပွဲ မှတ်တမ်း

ဦးဆောင်သူ... အယောက်တိုင်းကမိမိတို့နာမည်၊ လာတဲ့ဒေသနဲ့ မိမိတို့ဆီမှာရှိတဲ့ပစ္စည်းတွေနဲ့မိတ်ဆက်သွားကြပါတယ်။ ဆရာမက ပြန်မေးပါတယ်။ ခုနက မိတ်ဆက်သွားတဲ့ ကိုယ့်ဆီမှာရှိနေတဲ့ အရာတွေကို ဘယ်လို ဂရုစိုက်သလဲ၊ ပြင်ဆင်ကြသလဲ၊ အချိန်ဘယ်လောက်ကြာသလဲ?

တက်ရောက်သူများရဲ့ အဖြေ...

- မိုးလင်းတာနဲ့ အိမ်သာတက်၊ ရေချိုး၊ အဝတ်လဲ၊ အလှပြင်၊ ကလေးအတွက်အစားစာလုပ်၊ အိမ်မှုကိစ္စလုပ်။
- အနည်းဆုံး မိနစ် ၃၀ လောက်အချိန်ပေးရတယ်။ တခါတလေ အလျင်စလိုလုပ်ရတဲ့အခါလည်းရှိတယ်။
- မိမိကိုယ်ကိုအလှပြင်ဖို့ တခါတလေအချိန်များများမရဘူး၊ လမ်းသွားရင်း အလှပြင်ရမယ်။ မျက်ခုံးဆွဲရတယ်။ နှုတ် ခမ်းနီဆိုးရတယ်။ တချို့ကျတော့ ကားမောင်းရင်း ကလေးကတစ်ဘက်နဲ့ အလှပြင်ရတယ်။

ဦးဆောင်သူ... ကိုယ့်ရဲ့ မိန်းမအင်္ဂါကို ဂရုစိုက်ရတာ အချိန်ဘယ်လောက်ပေးရသလဲ။ ဘယ်လိုဂရုစိုက်ရသလဲ?

တက်ရောက်သူများရဲ့ အဖြေ...

- ရေချိုးပေးရတယ်။
- ရာသီလာချိန်ဆိုရင် ပိုပြီးအချိန်ပေးရတယ်။



ဦးဆောင်သူ... ကိုယ့်ရဲ့ မျက်နှာနဲ့ မိန်းမအင်္ဂါ အဲဒီနှစ်ခုမှာ ဘယ်ဟာကို ပိုပြီးပြုစုဖို့ အချိန်ပေးရပါသလဲ?

တက်ရောက်သူများရဲ့ အဖြေ...

- မျက်နှာကိုအချိန်ပေးတာ ပိုကြာတယ်။
- မိန်းမအင်္ဂါက လူမမြင်ရဘူးဆိုတော့ အချိန်သိပ်မပေးရဘူး။

ဦးဆောင်သူ... မိန်းမအင်္ဂါက ဘယ်သူ့ဟာလဲ?

တက်ရောက်သူများရဲ့ အဖြေ...

- ယောက်ျားမရှိရင် ကိုယ့်ဟာပဲ။

ဦးဆောင်သူ... မိန်းမအင်္ဂါကို ကိုယ့်ဟာပဲလို့ သတ်မှတ်ပြီး ကြည့်ကြရအောင်...

၁။ ကိုယ့် မိန်းမအင်္ဂါကို ပြန်ကြည့်ဖူးသလား?

- (၁) သိပ်မကြည့်ဖူးဘူး။
- (၂) တခါတလေကြည့်တယ်။
- (၃) မှန်ထောင်မကြည့်ဖူးဘူး။
- (၄) အမွှေးရိတ်တဲ့အခါ မှန်ထောင်ကြည့်တယ်။

၂။ ဘာကြောင့် မကြည့်ဖြစ်တာလဲ?

- (၁) ရေချိုးတိုင်းစမ်းမိတာပဲ ကြည့်စရာမလိုဘူး။
- (၂) ကိုင်ကြည့်လိုက်တော့ မျက်နှာတစ်ခြမ်းစာလောက်ရှိတာ သိလိုက်တယ်။

၃။ ကိုယ့်မိန်းမအင်္ဂါကို ဆေးကြောပေးပါသလား?

- (၁) ဆေးတယ်။
- (၂) ဆပ်ပြာနဲ့ဆေးတယ်။

၄။ မိန်းမအင်္ဂါကို ဘာကြောင့် ဂရုစိုက်ဖို့လိုတာလဲ?

- (၁) ကျန်းမာရေးအရ။

၅။ လိင်ဆက်ဆံတဲ့အချိန်မှာ ကိုယ့် မိန်းမအင်္ဂါကို ဘယ်လိုမျိုးဆက်ဆံရင် ကြိုက်သလဲလို့ မေးမိပါသလား?

- (၁) သဘာဝပဲ။
- (၂) တားဆေးနဲ့မတည့်ဘူး။
- (၃) အိပ်ထည့်တာ မကြိုက်ဘူး၊ ကွန်ဒွန်းသုံးရင် ယားတယ်။

(၁၈) ကြိမ်မြောက် နှစ်ပတ်လည် ရွှေ့ပြောင်းအလုပ်သမား အမျိုးသမီးနှီးနှောဖလှယ်ပွဲ မှတ်တမ်း

သင်ခန်းစာ (၂) အနေနဲ့

ဦးဆောင်သူ ဆရာမက စက္ကူပုံထဲက ပစ္စည်းတစ်ခုခုပေးမယ်၊ အဲဒီပစ္စည်းရရင် ကိုင်ပြီးစဉ်းစားရမယ့် ကစားနည်းဖြစ်ပါတယ်။

ပစ္စည်းတူတာရတဲ့သူချင်း ပေါင်းထိုင်ရပါမယ်။ မိမိတို့ရတဲ့ပစ္စည်းတွေကို အောက်ပါမေးခွန်းနဲ့အတူ ဖြေဆိုရမယ်။		
မေးခွန်း	ဘယ်လိုသုံးသလဲ	သုံးဖူးသလား
(၁) ရာသီခံအဖတ်		
(၂) ယောကျ်ားကွန်ဒုံး	ယောကျ်ားလိင်အင်္ဂါမှာ စွပ်တယ်။ ဖောက်တဲ့နေရာလေးပါတယ်။ အိပ်ကို ကိုင်ပြီး အတွင်းပိုင်းက ကွန်ဒုံးအောက်ဘက်သို့ ဖိဆွဲချပြီးမှ ဖောက်ပါ။ ကွန်ဒုံးကွင်းအတွင်းနဲ့အပြင်ကို သေချာကြည့်ပြီး စွပ်ရတယ်။ မိန်းမက စွပ်ပေးရတယ်။ လက်သည်းနဲ့ မထိစေနဲ့၊ ပေါက်ပြဲနိုင်တယ်။ ကလေးမရအောင် ကာကွယ်ပေး တယ်။ ရောဂါကာကွယ်ပေးနိုင်တယ်။ အရွယ်အစား ၄၂၊ ၄၈၊ ၅၂၊ ၅၄၊ ကွန်ဒုံးမှာ ရက်စွပ်ပါတယ်။ သေချာကြည့်ပါ။	
(၃) သန္ဓေတားဆေး	တားဆေးကိစ္စ ၂၈ လုံးရှိတယ်။ များလေးအတွက် နံပါတ် ၁ ကနေစပြီး သောက်ပါ။ ၂၈ လုံးသောက်ပြီးရင် ရာသီလည်းလာပြီးပါပြီ။ ရာသီလာပြီး သွားရင် နောက်တစ်ကိစ္စ ကို ၁ ကနေပြန်စပြီးသောက်ပါ။ ရာသီအပတ်လည်တဲ့ရက်က ပုံမှန်အား ဖြင့် ၂၈ - ၃၅ ရက်ရှိတယ်။ သားဥကြွေချိန်က ရာသီလာပြီး ၁၄ ရက် အတွင်း ဖြစ်တယ်။ ရာသီလာတာ ၁ ရက်နေ့၊ လိင်ဆက်ဆံတာ ၃ ရက် နေ့ဖြစ်ပြီး သုတ်ရည်ချန်ထားခဲ့ရင် ကိုယ်ဝန်ရနိုင်တဲ့ အလားလာရှိသေးတယ်။ တားဆေး ၂၁ လုံးနဲ့ ၂၈ လုံးရဲ့အာနိသင်က အတူတူပါ။ တားဆေးကို ရာသီလာတဲ့ပထမနေ့မှာပဲ သောက်ရမယ်။ ၂၁ လုံးသောက်တာ က ၂၁ လုံးသောက်ပြီးတာနဲ့ ကျန်တဲ့ ၇ ရက်က ရာသီလာဖို့ စောင့်ရတာ ဖြစ်တယ်။ ဒါပေမယ့် မေ့ကြမ္မာစိုးလို့ အခုနောက် ၂၈ လုံးကိုပဲ ဖော်ပေးတယ်။ ကျန်တဲ့ ၇ လုံးက ဂျုံမှုန့်ပဲဖြစ်တယ်။ ဘာမှအာနိသင်မရှိဘူး။	
(၄) အမျိုးသမီးကွန်ဒုံး	အမျိုးသမီးသုံးကွန်ဒုံးနဲ့ အဆီရှိ၊ ဖောက်တဲ့အရာရှိတယ်။ လက်ကောက်ကွင်းလေးပုံစံ ၂ ကွင်းရှိ၊ ကွင်းတဖက်ကိုကိုင်ပြီး ၈ ပုံစံလိပ်ပါ။ သားအိမ်ထဲကို ထိုးသွင်းစွပ်ပေးရမယ်။ ကျန်တဲ့တစ်ကွင်းကို မိန်းမအင်္ဂါ အဝမှာ တွေ့ထားရမယ်။ တချို့အမျိုးသားတွေက ယောက်ျားကွန်ဒုံးမသုံးချင်ဘူးဆိုရင် မိန်းမသုံးကို သုံးဖို့ဖြစ်တယ်။ လိင်ဆက်ဆံပြီးရင် မိန်းမကိုယ်အဝကအကွင်းကို ဆွဲထုတ်လိုက်ပါ။ တစ်ယောက်တည်းသုံးတာဖြစ်လို့ ဆေးကြောပြီး ပြန်သုံးလို့ရတယ်။ သူ့ရဲ့အားသာချက်က ကြိုတင်ကာကွယ်နိုင်တယ်၊ ကြိုတင်ထည့်ထားနိုင်တယ်။	

(၅) ဆီးစစ်တံ	အိမ်ထောင်သည်တွေအသုံးပြုတာများတယ်၊ ဥပမာ ဒီလရာသီမပေါ်သေးဘူးဆိုရင် ကိုယ်ဝန်ရှိမရှိ စစ်ကြည့်ခြင်းဖြစ်တယ်။ နည်းလမ်းကတော့ ဆီးပေါက်ပြီး ဆီးခွက်ထဲမှာထည့်ထားပြီး ခနစောင့်လိုက်ပါ။ ပြီးရင် ဆီးစစ်တံထည့်ပြီး ကြည့်လိုက်ပါ။ အနီလိုင်းလေး ၁ ထပ်ပဲရှိတယ်ဆိုရင် ကိုယ်ဝန်မရှိပါဘူး။ အနီလိုင်း ၂ ထပ်ရှိတယ်ဆိုရင် ကိုယ်ဝန်ရှိနေပါတယ်။	
၆) ချွေရည် - ဂျဲလ်	လိင်ဆက်ဆံတဲ့အခါ မိန်းမကိုယ်ခြောက်နေရင် ဆက်ဆံရတာနာတယ်ဆိုရင် ဂျဲလ်ကို အသုံးပြုရပါတယ်။ ဂျဲလ်ဟာ ချွေရည် ဖြစ်စေတယ်၊ ရေခဲခတ်ပါတယ်၊ ဂျဲလ်ကို မသုံးချင်ရင်လဲ ဘောဘီအိုင်းကို သုံးလိုရပါတယ်။ ဒါပေမယ့် ကွန်ဒုံးနဲ့တော့ တွဲသုံးလို့မရပါဘူး၊ ကွန်ဒုံးက ရာဘာနဲ့ လုပ်ထားတာဖြစ်ပြီး ဘောဘီအိုင်းက ဆီနဲ့လုပ်ထားတာဖြစ်ပါတယ်။ ရာဘာနှင့်ဆီပွတ်မိရင် အပူခဲတ်ဖြစ်စေနိုင်တယ်။ ဒါ့ကြောင့် တွဲပြီး မသုံးသင့်ပါဘူး။	မသုံးဖူးတဲ့လူ ၈ ဦးရှိ။



<p>(၇) ရာသီခံအတံ</p>	<p>နဲနဲထူးဆန်းတယ်။ ဒီပစ္စည်းကို မိန်းမကိုယ်အပေါက်ထဲကို တည့်တည့်ထိုး ထည့်ရတယ်။ ကြိုးလေးက အပြင်ဘက်မှာကျန်နေပါမယ်။ တကယ်လို့ ရာသီ သွေးပြည့်သွားရင် ကြိုးလေးကို ဆွဲထုတ်လိုက်ရုံပါပဲ။ အပြင်ဘက်မှာ သွေးမ စွန်းစေဘူး။ ပစ္စည်းပေးတဲ့အခါ လက်မှာပဲပေးမယ်။ ထိုင်နေရင် ဒီအတံက မိန်းမကိုယ်ရဲ့ မွေးလမ်းကြောင်းထဲကို လက်ညှိုးတစ်ဆုံးထိ ထိုးထည့်ပေး ရမယ်။ မွေးလမ်းကြောင်းပေါက်ဝမှာပဲထားရင် အနေထိုင်ခက်ပါမယ်။ ၄-၈ နာရီခံတယ်။ သားအိမ်ကိုအန္တရာယ်မဖြစ်စေဘူး။ ယားယံတာလည်းမဖြစ်ဘူး။ အတံရဲ့ အောက်ပိုင်းက ကြိုးကလည်း ခိုင်ခံ့တယ်။ တအားဆွတာတောင် မ ကျွတ်ဘူး။ အိမ်သာအတွက် ပိုပြီးတောင်အကျိုးပြုနိုင်သေးတယ်။ နေရထိုင် ရတာလည်း သက်တောင့်သက်သာဖြစ်တယ်။ ဒီပစ္စည်းက နှာခေါင်းသွေး ယိုခြင်း၊ သွေးထက်ခြင်းတွေမှာလည်း အသုံးပြုနိုင်တယ်။ ဈေးတော့ ပုံမှန်ရာ သီခံအဖတ်ထက် ၁ ဆကြီးတယ်။</p>	
<p>(၈) အရေးပေါ်တားဆေး</p>	<p>အမျိုးသားနဲ့ ဆက်ဆံပြီး တားဆေး ၂၁ လုံး၊ ၂၈ လုံးမသောက်ဖြစ်တဲ့သူ တွေအတွက် အရေးပေါ်သောက်ခြင်းဖြစ်တယ်။ ကြိုတင်ပြင်ဆင်မှုမရှိပဲ လိင်ဆက်ဆံမိတဲ့အခါ အရေးပေါ်ဆေးကို အသုံးပြုခြင်းဖြစ်တယ်။ အရေး ပေါ်တားဆေးက ၇၅% သာ ကလေးမရစေနိုင်ဘူး။ အရေးပေါ်တားဆေး ကို ရာသီလာပြီး ၃-၄ ရက်အတွင်းသောက်ဖြစ်ရင် ဟော်မုန်းအားနည်းသေး လို့ ကာကွယ်နိုင်သေးတယ်။ ဒါပေမယ့် ရာသီလာပြီး ၁၄-၁၅ ရက်နေ့ လောက်မှ အရေးပေါ်တားဆေးသောက်ရင်တော့ သိပ်မသေချာတော့ဘူး။ အဲဒီအချိန်က ဟော်မုန်းဓါတ်အားကောင်းနေပြီဖြစ်တယ်။ သောက်ဖို့ နောက် ကျလေ ကာကွယ်နိုင်စွမ်းနည်းလေပါ။ ပထမ ၁ လုံးကို လိင်ဆက်ဆံပြီးပြီး ချင်း သောက်ပါ။ နောက် ၁ လုံးကို နောက် ၁၂ နာရီ ခြားပြီးသောက်ပါ။ ၂ လုံးစလုံးတပြိုင်တည်းသောက်လည်းရတယ်။ ဒါပေမယ့် ခေါင်းမူးတတ် တယ်။ အန္တရာယ်တော့ မဖြစ်စေဘူး။ အရေးပေါ်တားဆေးကို တစ်လမှာ ၂ ကဒ်ထက်ပိုပြီး မသောက်သင့်ဘူးလို့ ဆေးဘက်ဆိုင်ရာက ညွှန်ကြားထား တယ်။ ဒါပေမယ့် မသောက်တာထက် သောက်တာကို ပိုပြီးကောင်းတယ်လို့ ယူဆထားကြတယ်။ ပိုပြီးအရေးကြီးတာက အရေးပေါ်တားဆေးသောက် ရာသီလာမည့်ရက်တွေလည်း ပြောင်းလဲသွားတယ်။ ဒါကြောင့် ကိုယ့်မှာ ကိုယ်ဝန်ရှိမရှိဆိုတာ သေချာမသိနိုင်တော့ဘူး။ ပုံမှန်တားဆေးသောက် တာက ၃ ပတ်ကြာလို့ ရာသီမလာတော့ဘူးဆိုရင် ကိုယ်ဝန်ရှိမရှိ စစ်ဆေး လို့ရတယ်။</p>	

ယခုလို အမျိုးသမီးရဲ့ အင်္ဂါနဲ့ ဆိုင်တဲ့အကြောင်းအရာတွေကိုပွင့်ပွင့်လင်းလင်း ပြောဆိုဆွေးနွေးသွားတဲ့အတွက် အချို့သူတွေအဖို့ အနည်းငယ်တော့ ရှက်မိကြမှာပါပဲ။ ဒါပေမယ့်လည်း ကျမတို့တွေဟာ ကိုယ့်မျက်နှာကိုပဲ လှအောင် ဂရုစိုက်ကြသလို၊ ကိုယ့်ရဲ့ မိန်းမအင်္ဂါကိုလည်း ဂရုစိုက်ဖို့ လိုအပ်ပါတယ်။ ကိုယ့်မိန်းမအင်္ဂါဆိုတာ ရွံ့စရာ မဟုတ်ပါဘူး။ အမြဲ သန့်သန့်ရှင်းရှင်းထားပေးရမယ့် အရာဖြစ်ပါတယ်။ ဒါမှလည်း ကျမတို့ အမျိုးသမီးတွေက ကျန်းမာပြီး သာယာပျော်ရွှင်တဲ့ ဘဝတွေကို ဖုန်းတီးပိုင်ဆိုင်ကြတဲ့သူတွေ ဖြစ်လာကြမှာဖြစ်ပါတယ်။ အမျိုးသမီးတွေရဲ့ လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာအကြောင်း ပွင့်ပွင့် လင်းလင်း ဆွေးနွေးတင်ပြ ဦးဆောင်ပေးတဲ့ ဆရာမ ဆုလိုင်ဖွန်းကိုလည်း အထူးပဲ ကျေးဇူးတင်ပါတယ်။

မြန်မာနိုင်ငံအတွင်းရှိ အမျိုးသမီးအလုပ်သမားလှုပ်ရှားမှု

ဦးဆောင်ဆွေးနွေးသူ... မမိုးဝေ (မြန်မာနိုင်ငံ အထည်ချုပ်လုပ်ငန်းမှ အမျိုးသမီးခေါင်းဆောင်)

ထိုင်းနိုင်ငံမှာ စက်ရုံအလုပ်ရုံတွေရှိသလို၊ မြန်မာနိုင်ငံမှာလည်း စက်ရုံအလုပ်ရုံတွေရှိပါတယ်။ စက်ရုံအလုပ်ရုံတွေမှာ အလုပ်လုပ်ကြတဲ့အလုပ်သမားများမှာ အလုပ်သမားရေးနဲ့ပတ်သက်တဲ့ပြဿနာတွေရှိကြပါတယ်။ အဲလိုအလုပ်သမားရေးရာ ပြဿနာတွေကိုဖြေရှင်းဖို့ မြန်မာပြည်ဘက်ကရော၊ ထိုင်းနိုင်ငံဘက်ကပါ ဘယ်လိုဆောင်ရွက်ကြမလဲ ဆိုတဲ့ ခေါင်းစဉ်နဲ့ မမိုးဝေက ဦးဆောင်ဆွေးနွေးပေးသွားမှာဖြစ်ပါတယ်။ မမိုးဝေဟာ အလုပ်သမားရေးသမဂ္ဂအဖွဲ့ချုပ်မှာအဖွဲ့ဝင်ဖြစ်သလို အလုပ်သမားရေးဆိုင်ရာ ဥပဒေအကြံပေးသူ တစ်ဦးလည်းဖြစ်ပါတယ်။

ပထမဆုံးအနေနဲ့အဖွဲ့ (၅)ဖွဲ့ခွဲပြီးတစ်ကမ္ဘာလုံးမှာရှိတဲ့အလုပ်သမားတွေလုပ်ငန်းခွင်မှာဘာတွေကြုံတွေ့နေရသလဲ၊ ဘာပြဿနာတွေဖြစ်နေကြသလဲ ဆိုတာကို ဆွေးနွေးကြပြီး၊ အဖွဲ့အသီးသီးက မိမိတို့ ဆွေးနွေးထားတဲ့အကြောင်းအရာ တွေကို ပြန်လည်တင်ပြထားတဲ့အကြောင်းအရာတွေပဲဖြစ်ပါတယ်။

အဖွဲ့ (၁) ဆွေးနွေးတင်ပြချက်

- လုပ်အားခပြဿနာနှင့် အခက်အခဲ။
- အလုပ်ချိန်ပိုသတ်မှတ်တဲ့ပြဿနာ။
- ကျန်းမာရေးနှင့်ပတ်သက်သောအခက်အခဲများ။
- သူဌေးအပြောင်းအလဲမှာ ပြုလုပ်ရတဲ့ စာရွက်စာတမ်း အခက်အခဲ။
- အေဂျင်စီကတိကဝတ်ပြဿနာ။
- အလုပ်သမားအချင်းချင်းမစည်းလုံးခြင်း။
- ဘာသာစကားပြဿနာ။

အဖွဲ့ (၂) ဆွေးနွေးတင်ပြချက်

- အလုပ်သမားရဲ့ အထောက်အထားကိုသိမ်းဆည်းထားခြင်း။
- လုပ်ငန်းခွင်ထဲမှာ အသုံးပြုထားတဲ့ပစ္စည်း။
- လုပ်ငန်းခွင်ထဲမှာအန္တရာယ်ရှိတဲ့အလုပ်များကို လုပ်ဆောင်နိုင်ခြင်း။
- အချိန်ပိုလုပ်အားခ အပြည့်အဝမရရှိခြင်း။
- သတ်မှတ်ထားတဲ့ပိတ်ရက်ကို မတရားခိုင်းခြင်း။
- အလုပ်သမား၊ အလုပ်ရှင်ရပိုင်ခွင့်အခွင့်အရေးကိုမရရှိခြင်း။
- လုပ်ငန်းခွင်ထဲမှာ မတော်တဆထိခိုက်ဒဏ်ရာရရှိခြင်း။
- လုပ်ငန်းခွင်ထဲတွင် အလုပ်သမားအားဆဲဆိုခြင်း။
- ဆေးဝါးကုသမှုမခံစားရခြင်း။
- ကိုယ်ဝန်ဆောင်အမျိုးသမီးများအား အလုပ်ဖြုတ်ခြင်း။
- အထောက်အထားစာရွက်၊ စာတမ်းများသိမ်းဆည်းထားခံရခြင်း။

အဖွဲ့ (၃) ဆွေးနွေးတင်ပြချက်

- သူဌေးမကောင်းခြင်း၊ ပွဲစားမကောင်းခြင်း။
- တာဝန်ယူမှုမရှိခြင်း။
- လွှတ်လပ်စွာသွားလာခွင့်မရခြင်း။
- လက်မှတ်သိမ်းထားခြင်း။
- အချိန်ပိုခိုင်းခြင်း။
- ၈ နာရီထက်ပိုခိုင်းခြင်း။
- လုပ်အားနှင့် လုပ်အားခမမျှတခြင်း။
- ပိတ်ရက်မရှိခြင်း။
- ကိုယ်ဝန်ဆောင်စဉ် ဆေးခွင့်မရှိခြင်း။

အဖွဲ့ (၄) ဆွေးနွေးတင်ပြချက်

- လုပ်ငန်းခွင်ဘေးကင်းလုံခြုံမှု နည်းပါးခြင်း။
- ခြိမ်းခြောက်ခံရခြင်း။
- နေရာထိုင်ခင်း အဆင့်မမှီခြင်း။ (မိန်းကလေးတွေအတွက် လုံခြုံမှုမရှိ)
- ငွေကြေးတန်ရာတန်ကြေးမရခြင်း။
- မတရားခိုင်းစေခြင်း။
- ခေါင်းပုံဖြတ်ခံရခြင်း။
- လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာစော်ကားခံရခြင်း။
- အလုပ်သမားအခွင့်အရေးချိုးဖောက်ခံရခြင်း။
- ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုမရ။
- အလုပ်သမားမှီခိုများအား မည်သည့်အခွင့်အရေးမှမရ။
- အလုပ်ရှင်များ လိုက်နာရမည့်အရာများ မလုပ်ပေးခြင်း။

အဖွဲ့အသီးသီးရဲ့ တင်ပြမှုပြီးတဲ့နောက်မှာ ဦးဆောင်သူက အလုပ်သမားတွေရဲ့အခက်အခဲနဲ့ ပြဿနာတွေကို အခုလို ပြန်လည် ဆွေးနွေးတင်ပြခဲ့ပါတယ်။

အလုပ်သမားတိုင်းက အလုပ်လုပ်တဲ့အခါမှာ လုပ်ခလစာကို အပြည့်အဝလိုချင်ကြပါတယ်။ ဒါပေမယ့်လည်း များသောအားဖြင့် အလုပ်သမားတွေက မိမိတို့လုပ်အားခတွေ အပြည့်အဝမရကြတာများပါတယ်။

မြန်မာပြည်မှာဆိုရင် စက်ရုံအလုပ်ရုံ အလုပ်သမားတွေဟာ နိုင်ငံခြားသားပိုင်တဲ့စက်ရုံတွေမှာအလုပ်လုပ်ရတာကြောင့် လုပ်အားခခေါင်းပုံဖြတ်ခံရတာ များပါတယ်။ ပြီးတော့ အချိန်ပိုအလုပ်လုပ်ကြတာလည်း အချိန်ပိုကြေးပေးတာမျိုး စနစ်တွေမရှိဘူး။ လုပ်ငန်းခွင်ထဲမှာ တစ်နေ့ကုန် မတ်တပ်ရပ်ရတဲ့အလုပ်မျိုးတွေ ရှိပါသေးတယ်။ လုပ်ငန်းခွင်မှာ သံစူး၊ ထိခိုက်ဒဏ်ရာရတာတွေလည်းရှိပါတယ်။ ဒါပေမယ့်လည်း အလုပ်သမားတွေက ဒီလောက်ဖိနှိပ်ခံနေရတာတောင် တစ်ယောက်နဲ့တစ်ယောက် ဖာသီဖာသာပဲ နေနေကြပါတယ်။ စုရုံးခြင်းလည်းမရှိကြပါဘူး။ အလုပ်သမားတွေဟာ ဒီလောက်ဖိနှိပ်ခံနေရတာတောင် အားလုံးက ဖာသီဖာသာပါပဲ။ အဲဒီတုန်းက စုရုံးခြင်းလည်း မရှိဘူး။

၂၀၀၀ - ၂၀၀၁ ခုနှစ်လောက်မှ အလုပ်သမားတွေဟာ ဖိနှိပ်မှုတွေခံရတာများလာတဲ့အခါ စုပေါင်းပြီး အလုပ်သမား အခွင့်အရေးတွေကို တောင်းဆိုဆန္ဒပြမှုတွေ လှုပ်ရှားလာကြတယ်။ အိုင်အယ်လ်အို ကြေငြာစာတမ်းမှာ ပြဌာန်းထားတဲ့ အလုပ်သမားဥပဒေတွေကို အကောင်အထည်ဖော်ပေးဖို့ စုရုံးကြတယ်။

အလုပ်သမားအခွင့်အရေး၊ အလုပ်သမားဥပဒေတွေကို လှုပ်ရှားမှုတွေလုပ်ကြတဲ့အခါမှာ ဒေသအတွင်းရှိ စက်ရုံ တွေကို စည်းရုံးရပါတယ်။ ဒေသအတွင်းဖြစ်ပျက်လာတဲ့အလုပ်သမားပြဿနာတွေကို မြို့နယ် (အလုပ်သမားကိုယ်စားလှယ်၊ - တိုင်း (အလုပ်သမားရေးရာကိုယ်စလှယ်အဖွဲ့၊ အလုပ်သမားရေးဝန်ကြီး - ပြည်နယ် (အလုပ်သမားရေး ဝန်ကြီးချုပ်၊ အလုပ်သမားရေးဆောင်ရွက်သောအဖွဲ့ချုပ်)- အဖွဲ့ချုပ် အဆင့်ထိ လုပ်ဆောင်လာကြပါတယ်။

အလုပ်သမားတွေရဲ့ပြဿနာနဲ့ အခက်အခဲတွေကို သိရှိပြီးနောက် အဲဒီအခက်အခဲနဲ့ပြဿနာတွေကို ဘယ်လိုဖြေရှင်း ကြမလဲ ဆိုတာကို ဆက်လက်ပြီး ဆွေးနွေးကြမှာဖြစ်ပါတယ်။

ဥပမာ-

၁။ ဘယ်သူ့ကို တိုင်ပင်မလဲ?
- အလုပ်သမား အချင်းချင်းညီညွတ်ဖို့လိုတယ်။

၂။ ဘယ်အဖွဲ့အစည်းကို ချဉ်းကပ်မလဲ?
- မိမိတို့နဲ့ နီးစပ်တဲ့အဖွဲ့အစည်း၊ အစိုးရဌာန။

၃။ ဘယ်လိုနည်းလမ်းနဲ့ ဖြေရှင်းမလဲ?
- စုပေါင်း တောင်းဆို ဆန္ဒပြမှု။
- ညှိနှိုင်းမှု။

စသည့်ဖြေရှင်းရမယ့် နည်းလမ်းများကို အောက်ပါဖော်ပြထားတဲ့ ပြဿနာများနဲ့အဖွဲ့ ၂ ဖွဲ့ခွဲပြီး ဘယ်လိုဖြေရှင်းရမလဲ ဆိုတာကို သင်ခန်းစာ (၂) အနေနဲ့ ဆက်လက်ဆွေးနွေးကြပါတယ်။

အဖွဲ့(၁)

- ပြဿနာ (လုပ်အားခအပြည့်အဝမရရှိခြင်း)။
- အကြောင်းအရင်း (အလုပ်အကိုင်စီနဲ့ အလုပ်ရှင်ပူးပေါင်းပြီး အလုပ်သမားအခွင့်အရေးချိုးဖောက်ခြင်း၊ အလုပ် သမားများကလည်း မိမိတို့ အခွင့်အရေးကိုမသိရှိခြင်း။
- ချဉ်းကပ်ခြင်း (မြန်မာနိုင်ငံအလုပ်သမားရေးရာ၊ အစိုးရမဟုတ်သော အလုပ်သမားရေးရာကူညီဆောင်ရွက်ပေး နေသော အဖွဲ့အစည်းများ၊ CBO အလုပ်သမားများဖွဲ့စည်းထားသော အဖွဲ့အစည်း၊ MRWG- Migrant Rights Working Group)။
- ဖြေရှင်းနည်း (မြန်မာနိုင်ငံအလုပ်သမားရေးရာ နှင့် အလုပ်သမားများစုစည်းဆန္ဒဖော်ထုတ်ခြင်းအလုပ်သမားများ အား မိမိတို့အခွင့်အရေးသိရှိစေရန် ပညာပေးခြင်း (လက်ကမ်းစာစောင်၊ ရေဒီယို၊ ဆွေးနွေးခြင်း)။

အဖွဲ့ (၂)

- ပြဿနာ (ခေါင်းပုံဖြတ်ခြင်း)။
- အကြောင်းရင်း (တရားမဝင်ခိုးဝင်လို့၊ ကိုယ့်ဒေသမှာအလုပ်အကိုင်ရှားပါး၊ လုပ်အားခနည်းပါးခြင်း။ တစ်ရက် ၄၈၀၀ ကျပ်၊ အမှန်တစ်ကယ်မရရှိပါ။
- ချဉ်းကပ်ခြင်း (NGO, သက်ဆိုင်ရာဌာနအဖွဲ့အစည်း)။

ဖြေရှင်းနည်း

- အလုပ်သမားအချင်းချင်းစည်းလုံးခြင်း၊ ဆွေးနွေးခြင်း။
- အလုပ်သမားရှာဖွေရေးရုံးသို့ သွားရောက်တိုင်ကြားခြင်း။
- သံရုံသို့သွားတိုင်ခြင်း။
- ပြည်ပမထွက်ခွာမှီ သိကောင်းစရာ အသိပညာပေးခြင်း၊ ဆွေးနွေးပွဲတွေကို NGO တွေနဲ့ ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်ခြင်း။

အဖွဲ့ ၂ ဖွဲ့မှ ဆွေးနွေးတင်ပြပြီးတဲ့နောက် ဦးဆောင်သူမှ အောက်ပါအတိုင်းပြန်လည် ဆွေးနွေးပေးခဲ့ပါတယ်။

မြန်မာပြည်မှာ အလုပ်သမားဥပဒေတွေကို ချိုးဖောက်တာတွေ အရမ်းများတယ်။ ဒါ့ကြောင့် အကြောင်းရင်းကို ရှာဖွေဖို့လိုအပ်ပါတယ်။ အလုပ်သမားဥပဒေတွေကိုချိုးဖောက်တဲ့အခါ ပြစ်ဒဏ်တွေကို ချမှတ်ထားတာရှိတယ်။ အလုပ်သမားတွေရဲ့ ပြဿနာက ဘာလဲဆိုတာ သိတဲ့အခါ၊ အကြောင်းရင်းကိုသိအောင် ထပ်လုပ်ရအုံးမယ်။ အကြောင်းရင်းကိုသိပြီးဆိုရင် ချဉ်းကပ်ရမည့်အဖွဲ့များကို သိဖို့လဲ လိုအပ်ပါတယ်။

အလုပ်သမားဥပဒေကို ချမှတ်တဲ့နေရာမှာ လွှတ်တော်က တာဝန်ရှိတယ်။ အလုပ်သမားအဖွဲ့တွေရှိတယ်။ အလုပ်သမားဥပဒေပြင်ဆင်ရေး သုံးဘုံဆိုင်အဖွဲ့တွေရှိတယ်။

ဖြေရှင်းနည်း -

ချဉ်းကပ်ရမယ့် ဘုံအဖွဲ့တွေဖွဲ့စည်းရမယ်။ စကားဝိုင်းလေးတွေဖွဲ့ကြရမယ်။ အလုပ်အကိုင်ရှာဖွားရေးအေဂျင်စီများရဲ့ မူဝါဒတွေ ကိုအပြောင်းအလဲ လုပ်ဖို့လိုတယ်။ ပြည်တွင်း၊ ပြည်ပအလုပ်သမားရေးရာအဖွဲ့အစည်းများ၊ အလုပ်သမားများ ချိတ်ဆက်ဖို့ အရေးကြီးပါတယ်။

အလုပ်သမားအင်အားစုတွေ စုပေါင်းရမယ်။ အလုပ်ရှင်တွေကိုလည်း ချဉ်းကပ်ဖို့လိုတယ်။ တံဆိပ်ကုမ္ပဏီတွေ ကိုသိထားရမယ်။ တံဆိပ်ကြီးကုမ္ပဏီတွေကိုလည်း ဖိအားတွေပေးတဲ့အနေနဲ့ အလုပ်သမားတွေက စည်းလုံးဖို့လိုတယ်။ သိထားဖို့လိုပါတယ်။

အလုပ်သမားတစ်ဦး အခွင့်အရေးချိုးဖောက်ခံရတဲ့အခါ...

၁။ အကြောင်းရင်းကိုရှာဖွေမယ် ၂။ ချဉ်းကပ်ရမည့်သူ၊ အဖွဲ့အစည်း၊ အစိုးရဌာနတွေ ကိုရှာဖွေမယ် ၃။ တခါတလေ အလုပ်ရှင်ကို အနီးကပ်ချဉ်းကပ်ထားဖို့လိုတယ် ၄။ မိမိတို့အလုပ်နဲ့ဆက်စပ်နေတဲ့ နောက်ဆက်တွဲကို ရှာဖွေဖို့လိုတယ် ၅။ ဆက်စပ်မှုရှိတဲ့ ကုမ္ပဏီ၊ လူပုဂ္ဂိုလ်တွေ အလုပ်သမားချိုးဖောက်မှုကို သိရှိလာအောင် လုပ်ဆောင်မယ့် နည်းလမ်းတွေကို ရှာဖွေရမယ်။

- ၁။ စည်းရုံးလှုံ့ဆော်မှု - ဘယ်လိုပုံစံနဲ့စည်းရုံးမလဲဆိုတာ ရှာဖွေခြင်း
- ၂။ လူတွေမှာရှိတဲ့ အားနည်းချက်၊ အားသာချက်ကိုရှာဖွေခြင်း
- ၃။ လူတွေက ဘာတွေယုံကြည်ကြမလဲ ဆိုတာရှာဖွေခြင်း
- ၄။ စည်းရုံးမှုလုပ်ဖို့ ဘာတွေလိုအပ်သလဲ

အချိန်၊ လူ (ဦးတည်ရာအုပ်စု)

- ၁။ ခေါင်းဆောင်...
- ၂။ တာဝန်ကျအောင်လုပ်တဲ့သူ...
- ၃။ လုပ်ချင်/မလုပ်ချင်သူများ...
- ၄။ ပဲသိတယ်၊ သိပ်မလုပ်တတ်သေးတဲ့သူ...
- ၅။ လုံးဝမသိ၊ မတတ်၊ စိတ်မဝင်စားသူများ...

- ငွေ (ကိုယ်ပိုင်မတည် ငွေ၊ ရံပုံငွေ၊ အလှူရှင်မှအလှူငွေ၊ *** အလှူရှင်တွေကို မှီခိုတာမျိုးဆိုရင် ရေရှည်တည်တံ့ဖို့ မလွယ်ဘူး။)
- အရည်အချင်း (စည်းရုံးလှုံ့ဆော်ဖို့ဆိုတာ လူတိုင်းမှာ ရှိထားရမယ့်အရည်အချင်းတွေ ပဲဖြစ်ပါတယ်။)

မြန်မာနိုင်ငံအတွင်းရှိ အမျိုးသမီးအလုပ်သမားလှုပ်ရှားမှုအကြောင်း လေ့လာခြင်းအားဖြင့် အလုပ်သမားအမျိုးသမီးများ လုပ်ငန်းခွင်အတွင်း ပြဿနာအခက်အခဲ ကြုံတွေ့လာပါက ဘယ်လိုဖြေရှင်းရမလဲ ဘယ်သူတွေကို ချဉ်းကပ်ရမလဲ၊ ဘယ်လိုတွေ စည်းရုံးလှုံ့ဆော်သွားရမလဲ ဆိုတာကို သိရှိနားလည်ရတဲ့အတွက် ဒီသတင်းအချက်အလက်တွေဟာ ရွှေ့ပြောင်းအလုပ်သမားအမျိုးသမီးတွေအတွက် အင်မတန်မှ အသုံးဝင်တဲ့ သတင်းအချက်အလက်နဲ့ မိမိတို့ ကိုယ်တိုင် လုပ်ဆောင်နိုင်တဲ့ အချက်အလက်တွေ ဖြစ်တာကြောင့် လက်တွေ့မှာလည်း အသုံးပြုနိုင်ပါတယ်။ ဦးဆောင်ဆွေးနွေးသွားတဲ့ မမိုးဝေကိုလည်း အထူးပဲ ကျေးဇူးတင်ပါတယ်။



နှစ်နာကြေးရံပုံငွေအကြောင်း

ဦးဆောင်သူ... နန်းခင်မာညွန့် (မက်ပ်ဖောင်ဒေးရှင်း)

ထိုင်းနိုင်ငံမှာ လာရောက်အလုပ်လုပ်ကိုင်ကြတဲ့ ရွှေ့ပြောင်းအလုပ်သမားများ နှစ်နာကြေးရံပုံငွေနဲ့ ပတ်သက်တဲ့ အကြောင်းအရာတွေကို သိဖို့လိုအပ်ပါတယ်။ ဒါမှလည်း လုပ်ငန်းခွင်ထဲမှာ ထိခိုက်နှစ်နာမှု၊ အသက်ဆုံးရှုံးမှု စသဖြင့်ရှိခဲ့ရင် ကိုယ်ရသင့်ရထိုက်တဲ့ အခွင့်အရေးနဲ့ ခံစားခွင့်တွေကို ပြန်လည်တောင်းယူလို့ရမှာဖြစ်ပါတယ်။ ဒါ့ကြောင့် နှစ်နာကြေးရံပုံငွေ အကြောင်းကို မက်ပ်ဖောင်ဒေးရှင်းက အလုပ်သမားရေး ဆောင်ရွက်သူ နန်းခင်မာညွန့်က ဦးဆောင်ဆွေးနွေးသွားမှာဖြစ်ပါတယ်။

လျော်ကြေးရံပုံငွေအသုံးပြုပုံ

ကုမ္ပဏီတစ်ခုဖြစ်စေ၊ လုပ်ငန်းပိုင်ရှင်တစ်ဦးဖြစ်စေ အလုပ်သမားတစ်ဦးထပ်ပိုပြီး အလုပ်ခန့်ထားတယ်ဆိုရင် လျော်ကြေးရံပုံငွေကို လူမှုဖူလုံရေးရုံးမှာ သွားတင်လို့ရပါတယ်။

၁။ ဆေးကုသခွင့်

- လုပ်ငန်းခွင်ကြောင့် ကျန်းမာရေးထိခိုက်တဲ့သူတွေအတွက် ဆေးရုံကဆရာဝန်ထောက်ခံဆေးမှတ်တမ်းယူပြီး အလုပ်ရှင်ကိုပြပြီး နားခွင့်ရှိပါတယ်။

၂။ အလုပ်မှ ဝင်ငွေမရှိရင် အသုံးပြုခွင့်

- လုပ်ငန်းခွင်ကြောင့် ကျန်းမာရေးထိခိုက်တာဖြစ်စေ၊ ဒဏ်ရာရတာဖြစ်စေ၊ ခန္ဓာကိုယ်အစိတ်အပိုင်းဆုံးရှုံးသွားတာဖြစ်စေ အလုပ်နားနေရတဲ့ကာလမှာ လုပ်အားခဝင်ငွေမရှိတဲ့အတွက် လျော်ကြေးခံစားခွင့်ရှိပါတယ်။

၃။ ခန္ဓာကိုယ်အစိတ်အပိုင်းဆုံးရှုံးမှု ခံစားခွင့်

- လုပ်ငန်းခွင်မှ ထိခိုက်ဒဏ်ရာကြောင့် ခန္ဓာကိုယ်အစိတ်ပိုင်းထိခိုက်၊ ဒဏ်ရာရ၊ ဆုံးရှုံးသွားပါက လျော်ကြေးခံစားခွင့်ရှိတယ်။
- လုပ်ငန်းခွင်အချိန်မဟုတ်သောအချိန်မှာဖြစ်တဲ့ ထိခိုက်ဒဏ်ရာတွေကိုတော့ လျော်ကြေးမရပါဘူး။
- ခန္ဓာကိုယ်အစိတ်ပိုင်းထဲမှာမှ အရေးကြီးတဲ့အစိတ်အပိုင်းပေါ်မူတည်ပြီး လျော်ကြေးငွေပေးတဲ့နေရာမှာလည်း ကွာခြားပါတယ်။

၄။ မသန်စွမ်း၊ ဒုက္ခိတဖြစ်ခြင်းအတွက် ခံစားခွင့်

- လုပ်ငန်းခွင်အတွင်း ထိခိုက်ဒဏ်ရာရရှိပြီး ခန္ဓာကိုယ်အစိတ်အပိုင်းဆုံးရှုံးသွားလို့ မသန်စွမ်း၊ ဒုက္ခိတဖြစ်သွားရင် ဆေးရုံ၊ ဆရာဝန်ထောက်ခံစားကိုယူပြီး အလုပ်ရှင်ကိုပြု အလုပ်ရှင်နဲ့အတူ လူမှုဖူလုံရေးရုံးကိုတင်သွားပြီး လျော်ကြေးတောင်းဆိုခံစားခွင့်ရှိ။ လိုအပ်တဲ့စာရွက်စာတမ်းတွေကို အားလုံးစုစည်းရမယ်၊ မိတ္တူ ကူးထားရမယ်။
- လုပ်ငန်းခွင်မှာ အလုပ်သမားတစ်ဦး မတော်တဆဖြစ်နေတာကိုတွေ့ရင် ဓါတ်ပုံမှတ်တမ်းတွေလုပ်ထားဖို့ လိုအပ်ပါတယ်။ ဒါဟာ မတော်တဆခံစားရတဲ့အလုပ်သမားအတွက် အထောက်အကူဖြစ်စေတယ်။ မတော်တဆဖြစ်တဲ့လူကို ချက်ချင်းသွားမကိုင်၊ မထိနဲ့၊ နီးစပ်ရာအရေးပေါ်ကားဖြစ်ဖြစ်၊ အလုပ်ရှင် (သို့) မန်နေဂျာကို အကြောင်းကြားပါ။

၅။ အလုပ်ခွင်ကြောင့် အသက်သေဆုံးသွားရင် သေဆုံးလျော်ကြေးခံစားခွင့်

- လုပ်ငန်းခွင်အတွင်း ထိခိုက်ဒဏ်ရာကြောင့် အသက်ဆုံးရှုံးသွားပါက ၎င်းအလုပ်သမားအတွက် လျော်ကြေးခံစားခွင့်ရှိတယ်။ လျော်ကြေးကို မိသားစုဝင်အရင်းကပဲ ခံစားခွင့်ရှိတယ်။ ဒီလျော်ကြေးထဲမှာ မီးသတ်စရိတ်၊ လုပ်အားခ (အလုပ်သက်တမ်း)၊ ကလေးရှိရင် ကလေးစောင့်ရှောက်စရိတ် တို့ကို ကျန်ရစ်သူ မိသားစုဝင် အရင်းကို ပေးအပ်ပါတယ်။
- ဥပမာ အလုပ်ရှင်ရဲ့လုပ်ငန်းခွင်ကိုမီးလောင်လို့ အလုပ်သမားကသွားကယ်ပြီး အလုပ်သမားမှာ ထိခိုက်မှုဖြစ်သွားရင် အလုပ်ရှင်ရဲ့စီးပွားကိုကူညီတဲ့အတွက် လျော်ကြေးခံစားခွင့်ရှိတယ်။

- လူမှုဖူလုံရေးရုံး - အလုပ်သမားများရဲ့ခံစားခွင့်နှင့် နစ်နာကြေးတွေကို ဆောင်ရွက်တဲ့နေရာဖြစ်တယ်။
- အလုပ်သမားကာကွယ်ရေးရုံး - အလုပ်သမားပြဿနာ၊ လုပ်ခလစာကိစ္စတွေ၊ အလုပ်ရှင်မကောင်းတဲ့ကိစ္စတွေကို ဆောင်ရွက်ပေးတယ်။
- တောမော (လူဝင်မှုကြည့်ကြပ်ရေးရုံး) - အလုပ်သမားတွေကိုင်ဆောင်ထားတဲ့ပတ်စပို့ဒ်မှာ တံဆိပ်တုံး (နေထိုင်ခွင့် ဗီဇာ) တွေကိုထုပေးတဲ့ဌာနဖြစ်တယ်။

ဆွေးနွေးဖလှယ်ခြင်း

- အလုပ်သမားတွေက ကိုယ့်အလုပ်ရှင်၊ မန်နေဂျာတို့ရဲ့နာမည်ကို သိအောင်လုပ်ရမယ်။ မြန်မာလူမျိုးတွေက ကိုယ့်အလုပ်ရှင်ကို သူတို့နားထဲကကြားတဲ့အတိုင်းပဲ ခေါ်ကြတယ် ဥပမာ - (ဝဏ၊ နိုင်ဇူးဝါး၊ လူးဖီး) စသဖြင့်ခေါ်တာ တကယ့်တကယ်အရေးကြုံလာရင် အဆင်မပြေဘူး။
- ထိုင်းနိုင်ငံမှာရှိတဲ့ အစိုးရဌာနတွေက ထိုင်းစကားမတတ်တဲ့အလုပ်၊ (အထူးသဖြင့်အလုပ်သမားဖြစ်နေရင်) ဆက်ဆံရေးမကောင်းဘူး။ သူတို့စနစ်အတိုင်းမလုပ်ပေးဘူး။ အလုပ်သမားပြဿနာတွေကို ဆောင်ရွက်ရာမှာ ပထမဆုံး ကိုယ့်အလုပ်ရှင်၊ မန်နေဂျာကို ခေါ်သွားပါ။ ၂-၃ ယောက်အဖော်တွေခေါ်သွားပါ။ အဲဒီအခါမှာ ကိုယ့်ဖုန်းနဲ့ အသံဖမ်းထား၊ ဓါတ်ပုံရိုက်ထားပါ။ ဒါတွေက မှတ်တမ်းဖြစ်စေပါတယ်။
- နစ်နာကြေး၊ လျော်ကြေးကိစ္စတွေကို အလုပ်ရှင်တွေကလိုက်လုပ်ပေးသော်လည်း တချို့အလုပ်ရှင်တွေက သူတို့ကိုယ် ခေါင်းပုံဖြတ်တာတွေရှိတယ်။
- အလုပ်သမားတစ်ဦးသေဆုံးသွားတဲ့အခါ အလုပ်ရှင်က သူ့အလုပ်သမားရဲ့ ပတ်စပို့ဒ် စတဲ့အထောက်အထား ဖြစ်စေမယ့်အရာတွေကို ဖျောက်ပစ်လိုက်တယ်။ နောက်ဆက်တွဲကိစ္စတွေကိုလည်း ဘာမှဆက်မလုပ်ပေးတော့

ဘူး။ ဆွေမျိုးမရှိတဲ့လူ တွေဆိုရင် ပိုဆိုးတယ်။

- အလုပ်ချိန်မဟုတ်ပဲ အိမ်မှာအိပ်နေရင်း သေဆုံးသွားရင် နှစ်နာကြေးအာမခံက မပေးဘူး။ ဒါပေမယ့် လူမှုဖူလုံရေးအာမခံကို အလုပ်သမားရဲ့ သား-သမီးတွေက ခံစားခွင့်ရတယ်။
- မနက်စောစော အိမ်ကနေအလုပ်ခွင်ကိုလာချိန်မှာ မတော်တဆဖြစ်ရင် နှစ်နာကြေးအာမခံကမပေးဘူး။ လူမှုဖူလုံရေးက ပေးတယ်။
- ကျန်းမာရေးအာမခံကဒီရိုပြီး ဆေးရုံမှာဆေးသွားကုတာကို ဘတ် ၃၀ အပြင်တချို့သောကုန်ကျစရိတ်ကို ပေးရတယ်။ အဲဒါက လက်ရှိကိုယ်ကုသမှုခံယူဆေးရုံးမှာ မရှိတဲ့ဆေးတွေ၊ ပစ္စည်းကိရိယာတွေရဲ့ တန်ဖိုးကို ဆေးရုံးက ကောက်ယူတာဖြစ်တယ်။
- ဘတ် ၃၀ တန် ကျန်းမာရေးအာမခံကဒီနဲ့ ကလေးသွားမွေးတယ်ဆိုရင် အဲဒီကလေးဟာ မိခင်ရဲ့ကျန်းမာရေးအာမခံနဲ့ ၂၈ ရက်အတွင်း ဘတ် ၃၀ နဲ့ ကုသခံပိုင်ခွင့်ရှိတယ်။
- ဖန်ငဘက်က ဆေးရုံမှာ ကလေးမွေးမယ်ဆိုရင် မွေးမိခင်ဆီက စရံငွေဘတ် ၂၀၀၀ ကောက်ယူထားတယ်။ ဒီဘတ် ၂၀၀၀ က ကလေးမွေးပြီးတာနဲ့ မိဘတွေက ကလေးမွေးစာရင်းလုပ်ပြီးမှ ပြန်ပေးတယ်။ ကလေးမွေးစာရင်းလုပ်ပြီးရင် မွေးစာရင်းမိတ္တူနှင့်တကွ စရံငွေ ၂၀၀၀ ကိုပြန်ယူရပါမယ်။

ထိုင်းနိုင်ငံမှာအလုပ်လုပ်နေစဉ်အတွင်း နှစ်နာကြေးရုံပုံငွေခံစားခွင့်ကလည်း အလုပ်သမားတွေအတွက် အရေးပါသလို၊ အသုံးဝင်တဲ့ ခံစားခွင့် တစ်ခုဖြစ်ပါတယ်။ ဒါ့ကြောင့် ကိုယ်နဲ့နီးစပ်တဲ့ အလုပ်သမားတိုင်းကိုလည်း ဒီအကြောင်းအရာတွေကို လက်ဆင့်ကမ်းဝေမျှပေးဖို့ လိုအပ်ပါတယ်။ နှစ်နာကြေးရုံပုံငွေအကြောင်း သေချာနားလည်အောင်ဆွေးနွေးပေးတဲ့ နန်းခင်မာညွန့်ကို အထူးပဲ ကျေးဇူးတင်ပါတယ်။



အမျိုးသမီးများ လုပ်ငန်းခွင်ဘေးကင်းလုံခြုံရေးအတွက် လက်တွေ့အသုံးပြုနိုင်မည့် ဥပဒေနှင့် လမ်းစဉ်များ

ဦးဆောင်သူ... ရီဘတ်ခါ (အိုင်အယ်လ်အို)

လုပ်ငန်းခွင်ဘေးကင်းလုံခြုံရေးအတွက် လက်တွေ့အသုံးပြုနိုင်တဲ့ ဥပဒေနဲ့ လမ်းစဉ်များအကြောင်းကို ရီဘတ်ခါက ဦးဆောင်ပေးသွားမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ ILO ဆိုတာ အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာအလုပ်သမားအဖွဲ့အစည်း ဖြစ်ပါတယ်။ အိုင်အယ်အို အဖွဲ့အစည်းက အိမ်ဖော်အလုပ်သမားတွေအတွက် အလုပ်သမားကာကွယ်ရေး ဥပဒေတွေ ထွက်ပေါ်လာဖို့ လုပ်ဆောင်ပေး နေတဲ့ အဖွဲ့အစည်းဖြစ်သလို၊ ဒီနှစ်ထဲမှာ လုံခြုံစွာ ရွှေ့ပြောင်းသွားလာနိုင်ခြင်းနဲ့ ပတ်သက်ပြီးတော့လည်း ဥပဒေတွေ၊ လမ်းစဉ်တွေကို အစိုးရတွေနဲ့ ရေးဆွဲနေတဲ့ အဖွဲ့အစည်းလည်းဖြစ်ပါတယ်။

ပထမသင်ခန်းစာအနေနဲ့

လုပ်ငန်းခွင်ထဲမှာ ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ဘေးကင်းလုံခြုံရေးနဲ့ ပတ်သက်တဲ့ ဗီဒီယိုကလစ် တစ်ခုကို ၇ မိနစ်တာ အတူကြည့် ကြမှာဖြစ်ပါတယ်။ အဲဒီဗီဒီယိုကြည့်ပြီး ဘာတွေ သိရှိလိုက်ရသလဲဆိုတာကို ပြန်လည် ဆွေးနွေးကြပါတယ်။

- ၁။ အလုပ်သမားတွေဟာ သူတို့ရဲ့ အလုပ်သမားရပိုင်ခွင့်တွေကို ရအောင်လုပ်တယ်။
- ၂။ အလုပ်သမားအချင်းချင်း စည်းလုံးခြင်းရှိတယ်။
- ၃။ ကိုယ်နဲ့ လိုက်ဖက်တဲ့ အလုပ်မျိုးကို ရွေးချယ်ဖို့လဲ လိုတယ်ဆိုတာကို တွေ့ရှိရပါတယ်။



ဒုတိယသင်ခန်းစာအနေနဲ့

ကိုယ်နဲ့ လုပ်ငန်းချင်းတူတဲ့ သူတွေစုပေါင်း အဖွဲ့ဖွဲ့ပြီး၊ ကိုယ့်ရဲ့လုပ်ငန်းခွင်မှာဘေးကင်းလုံခြုံမှု ရှိ-မ ရှိ၊ အဲဒီလုပ်ငန်းခွင်မှာ ကျန်းမာရေးထိခိုက်မှု ရှိ- မရှိ ဆိုတာ ဆွေးနွေးရမှာဖြစ်ပါတယ်။ ကိုယ့်အဖွဲ့ထဲက စေတနာ့ ဝန်ထမ်း တစ်ယောက်ကိုရွေးပါ။ ပြီးရင်သူ ကိုယ်ခန္ဓာကိုမြေပုံလုပ်ရမယ်။ ကိုယ့်ခန္ဓာမှာ ခံစားရတဲ့အရာ တွေကို သူ့ခန္ဓာကိုယ်မြေပုံမှာ စတိတ်ကာနှင့် ကပ်ပေးရမှာဖြစ်ပါတယ်။

အဖွဲ့တွေရဲ့ ပြန်လည်တင်ပြချက်များ-

၁။ ပန်းရံ

- ဘိလပ်မြေဖျော်စပ်ရလို့၊ ရွက်ရလို့ ခေါင်းနာတယ်၊ လက်နာတယ်၊ ခြေထောက်နာတယ်၊
- ဘွတ်ဖိနှပ်စီးတယ်၊ ဦးထုပ်ချွတ်ထားရတယ်၊ နှာခေါင်းပိတ်မရှိ၊ လက်အိပ်မရှိ။

၂။ NGO, CBO

- စဉ်းစားရတဲ့ အလုပ်တွေလုပ်ရလို့ ခေါင်းကိုက်၊ မျက်နှာရင့်၊ စိတ်ဖိစီးမှုဖြစ်၊ ဗိုက်အောင့်၊ ကျောက်ကပ်၊ ကြောရိုး ကိုက်၊ ခါးနာ၊ ထိုင်များလို့ သွေးကျ၊ နားထောင်တာများလို့ နားအူ၊ တကိုယ်လုံးကိုက်ခဲ၊ မိသားစုနဲ့လည်း အဆင် မပြေမှုတွေဖြစ်တတ်တယ်။

၃။ အိမ်ထောင်ရှင်

- ထမင်းဟင်းချက်ရင် ခေါင်းကဆံပင်ကိုသပ်ရပ်စွာစည်းထားရမယ်။ မျက်နှာလည်း ရင့်တယ်။ လက်က အသား ငါးကိုင်ရလို့ ခါးနဲ့ခတ်မိနိုင်တယ်။ ယောက်ျားရိုက်နက်ထိုးကျိတ် ခေါင်းကွဲနိုင်တယ်။ ခြေထောက်တွေက လှမ်း လျှောက်ရတယ်။ လမ်းလျှောက်များလို့ ပေါင်းတွေနာတယ်။
- အဝတ်လျှော်တဲ့အခါ လက်အိတ်မစွပ်ဘူး။

၄။ စက်ရုံ (စက်ချုပ်၊ ပဇွန်၊ ကားပစ္စည်း)

- စက်ချုပ်သမားများအတွက် ထိုင်ပြီးစက်ချုပ်နေရလို့ အာရုံကြောထိခိုက်၊ ခေါင်းကိုက်၊ နှာခေါင်းထဲအထည် အမှုန်တွေဝင်၊ အဆုတ်ထိခိုက်၊ ကြောရိုးနာ၊ လက်မှာ အပ်စူး၊ နားအူ၊ နူးခေါင်းနာ၊ ခြေထောက်နာ။ အကာ အကွယ်က တချို့စက်ရုံမှပေးတယ်။ ကားပစ္စည်းစက်ရုံကတော့ အကာအကွယ်ပေးတယ်။ ခေါင်းကိုက်ပျောက် ဆေးပေးတယ်။ အနာထည့်ဆေးမပေးဘူး။
- ပုဇွန်အအေးခန်းမှာအလုပ်လုပ်ရလို့ ခေါင်းကိုက်၊ လက်နာ၊ ခြေထောက်တက်၊ လက်မောင်းကိုက်၊ ဗိုက်နာ။ အကာအကွယ်က လက်အိပ်ပေးတယ်။ ဦးထုပ်၊ နှာခေါင်းပိတ် တွေပေးတယ်။ ရေခဲစိမ်းထားတာမို့ တနေကုန် ပုဇွန်အခွံခွာရတော့ အရမ်းအေးတယ်။

၅။ ရာဘာ

- ရာဘာက ညဘက်မှခြစ်ရလို့ မျက်စိညောင်း၊ တစ်ညလုံးရပ်ရလို့ ခြေထောက်ညောင်း၊ လက်မှာလည်း ဒဏ်ရာ တွေရတယ်၊ လက်မောင်းကိုက်၊ ခေါင်းကိုက်၊ ခါးနာ၊ ကြောအောင့်၊ မြွေ၊ ကင်း၊ လူအန္တရာယ် ကြောက်ရ တယ်။

- အလုပ်ရှင်က အကာအကွယ်ပစ္စည်း ဘာမှမပေးဘူး။
- ရာဘာပင်တွေမြေဩဇာတွေထည့်ရင် အလုပ်ရှင်ပဲလုပ်တယ်။
- နွေရာသီမှာဆိုရင် တစ်ညကို အပင်ရေ ၃၀၀၀ ကို ဘတ် ၂၀၀၀ လောက်ရတယ်။ မိုးရာသီဆိုရာ အလုပ် မလုပ်ရတာများပါတယ်။

G။ Missionary (သာသနာပြုသူများ)

- ရုံးအလုပ်လုပ်ရလို့ ခေါင်းကိုက်၊ စိတ်ဖိစီးမှုများ၊ အချိန်မှာအစာမစားဖြစ်လို့ အစာအိမ်ဖြစ်၊ ရုံးမှာအချိန်ကြာကြီးထိုင်ရလို့ ခါးနာ၊ ခရီးခဏခဏသွားရလို့ ခြေထောက်ညောင်း၊ ကွန်ပျူတာနှိပ်ရလို့ ဇက်ကြောတက်တယ်။

ကတိယသင်ခန်းစာအနေနဲ့

ဦးဆောင်သူက ထိုင်းနိုင်ငံ လုပ်ငန်းခွင်ကျန်းမာရေးနှင့် ဘေးကင်းလုံခြုံရေးအက်ဥပဒေ အကြောင်းရှင်းပြပါတယ်။ ဥပဒေထဲမှာ အလုပ်သမားများကို အလုပ်ရှင်ကဘေးကင်းလုံခြုံဖို့အတွက် လုပ်ပေးဖို့တာဝန်ရှိတယ်လို့ ပြဌာန်းထားပါတယ်။

- ၁။ ကိုယ်အလုပ်စဝင်တဲ့နေ့ကစပြီး အလုပ်ရှင်က ကျန်းမာရေးနှင့် ဘေးကင်းလုံခြုံမှုသင်တန်းပေးဖူးသလား?
(occupational health and safety training)
- ၂။ ဥပဒေကသတ်မှတ်ထားတဲ့ လုပ်ငန်းခွင်အကာအကွယ်ပစ္စည်းတွေကို စီစဉ်ပေးပါသလား?
- ၃။ လုပ်ငန်းခွင်ဘေးကင်းလုံခြုံမှုအတွက်ရော အလုပ်ရှင်မှ စီစဉ်ပေးပါသလား?

ကိုယ့်လုပ်ငန်းခွင်ထဲ ဘေးကင်းလုံခြုံမှုမရှိဘူးဆို ဘယ်လိုလုပ်ဆောင်မလဲဆိုရင်...

- ၁။ ထိုင်းအစိုးရအလုပ်သမားအရေးရုံး အရေးပေါ်ဖုန်းနံပါတ်က ၁၅၀၆ ဖြစ်တယ်။ အဲဒီဖုန်းကို ခေါ်ပြီး တိုင်ကြားလို့ရတယ်။ ဒါပေမယ့် အဲလိုတိုင်ကြားဖို့ဆိုရင် ထိုင်းစကား ပြောတတ်ဖို့တော့လိုတယ်။ ဖုန်းမဆက်ခင် ကိုယ်နေတဲ့နေရာ ဝန်ထမ်းတွေလာနိုင်သလားဆိုတာ အရင်စဉ်းစားကြည့်ဖို့လဲ လိုပါတယ်။။ ပြီးတော့ အစိုးရဝန်ထမ်းနဲ့ အလုပ်ရှင်တွေ ဆက်သွယ်မေးမြန်းလို့ သိသွားရင် အလုပ်ရှင်က ကိုယ့်ကို အလုပ်ထုတ်ပစ်နိုင်တဲ့ အန္တရာယ်တွေကိုလည်း စဉ်းစားထားရမယ်။
- ၂။ လုပ်ငန်းခွင်အတွင်း ထိခိုက်ဒဏ်ရာရတဲ့အခါ နစ်နာကြေးတောင်းဆိုခြင်းနှင့်ပတ်သက်ပြီး သင်ခန်းစာကို နောက်ဆက်တွဲမှာ လေ့လာရမှာဖြစ်ပါတယ်။
- ၃။ အမျိုးသမီးနှီးနှောဖလှယ်ပွဲကိုလာရောက်ကြတဲ့ အမျိုးသမီးတွေ အားလုံးဟာခေါင်းဆောင်တွေဖြစ်ကြပါတယ်။ ဒါ့ကြောင့် ဒီကနေရရှိသွားတဲ့ အသိပညာ၊ အဆက်အသွယ်တွေနဲ့ ကိုယ့်ဒေသအတွင်းမှာ အမျိုးသမီးတွေ ပြဿနာကြုံလာတာတွေရှိရင် ဘယ်လို ဘယ်လိုတိုင်းကြားရမလဲ အရေးပေါ်ဆက်သွယ်နိုင်တဲ့နေရာတွေ ဘယ်မှာရှိသလဲ ဆိုတာတွေကို လေ့လာသိရှိဖို့လည်း လိုအပ်ပါတယ်။
- ၄။ အလုပ်သမားရေးဆိုင်ရာဥပဒေမှာ ပြဌာန်းထားတာက အလုပ်ရှင်တစ်ဦးမှာ အလုပ်သမား အယောက် ၅၀ ထက် ကျော်ရင် အလုပ်သမားကော်မတီ ဖွဲ့ပိုင်ခွင့်နှင့် မဖြစ်မနေဖွဲ့ရမယ်။

(၁၈) ကြိမ်မြောက် နှစ်ပတ်လည် ရွှေ့ပြောင်းအလုပ်သမား အမျိုးသမီးနှီးနှောဖလှယ်ပွဲ မှတ်တမ်း

၅။ အလုပ်သမားဥပဒေမှာ အလုပ်သမားကော်မတီက အလုပ်ရှင် ၁ နှစ်အတွင်း အနည်းဆုံး ၄ ကြိမ်ထက်မနည်း တွေ့ဆုံခွင့် ရှိရမည်။

၆။ အလုပ်သမားဥပဒေရဲ့ ပြဌာန်းချက်အရ အောက်ပါ ၄ ချက်ကို အလုပ်ရှင်အနေနှင့်ဆောင်ရွက်ရမှာဖြစ်တယ်။

- (၁) လူမှုဖူလုံရေး ပံ့ပိုးပေးရန်။
- (၂) အကြံပြုချက်များ လက်ခံပေးရန်။
- (၃) လုပ်ငန်းခွင် လေ့လာစစ်ဆေးရန်။
- (၄) လုပ်ငန်းခွင် စည်းမျဉ်းစည်းကမ်းမူဝါဒတွေ ရေးဆွဲပေးရန်။

နောက်ဆုံးသင်ခန်းစာအနေနဲ့ အလုပ်သမားအရေး ဦးဆောင်ဖို့ ကော်မတီရွေးကောက်ပွဲကို ဥပမာအနေနဲ့ လက်တွေ့လုပ်ဆောင်ကြမှာ ဖြစ်ပါတယ်။

အမျိုးသမီးနှီးနှောဖလှယ်ပွဲသို့တက်ရောက်ပြီးပြန်လာတဲ့ အမျိုးသမီးတစ်ဦးက သူမအလုပ်လုပ်တဲ့ စက်ရုံတစ်ခုထဲမှာ အလုပ်သမားကော်မတီတစ်ခုဖွဲ့စည်းဖို့ လုပ်ဆောင်တယ်။ စက်ရုံထဲက အလုပ်သမားတွေကို သွားညှိပြီး အလုပ်ရှင်ကို သွားပြောကြတယ်။ အလုပ်ရှင်က သူ့ကိုတစ်ယောက်ချင်းစီ တစ်ယောက်ပြီးတစ်ယောက် လာလာပြောနေလို့ စိတ်ရှုပ်ပြီး အလုပ် ထုတ်ပစ်တယ်။ အဲတော့ နောက်ဆုံးမှာ အလုပ်သမားအားလုံးစုပေါင်းပြီး အလုပ်သမားကော်မတီကို ကိုယ့်ဘာသာဖွဲ့စည်းဖို့ ဆုံးဖြတ်လိုက်တယ်။ ကော်မတီခေါင်းဆောင်အဖြစ် ၇ ဦးစာရင်းပေးထားမယ်။ ပြီးတော့မှ တိတ်တဆိတ် မဲပေးပြီး ရွေးချယ်ကြတယ်။

စာရင်းအရအမည်များ -

- ၁။ မခင်မာစိုး
- ၂။ မမြင့်မူ
- ၃။ မသက်သက်နိုင်
- ၄။ မခက်ခက်
- ၅။ ခင်ခင်မူ
- ၆။ နန်းနွေနှောင်း
- ၇။ သင်းသင်းမာ

ကော်မတီခေါင်းဆောင် ၅ ဦးကိုတိတ်တိတ်လေးမဲပေးရမယ်။

- ၁။ မခင်မာစိုး
- ၂။ မမြင့်မူ
- ၃။ မခက်ခက်
- ၄။ ခင်ခင်မူ
- ၅။ သင်းသင်းမာ
- ၆။ နန်းနွေနှောင်း

ရွေးကောက်ခံကော်မတီအဖွဲ့ဝင် ၆ ဦးဟာ -

- ၁။ လုပ်ငန်းခွင်အတွင်း အလုပ်သမားနှင့် မန်နေဂျာ အဆင်မပြေတဲ့ပြဿနာ၊ လုပ်အားခအပြည့်အဝမရရှိ စစ်ပါ။
- ၂။ လုပ်ငန်းခွင်ဘေးကင်းလုံခြုံမှုနှင့်ပတ်သက်ပြီး အကာအကွယ်ပစ္စည်းစီစဉ်ပေးခြင်း၊ သင်တန်းပေးခြင်းရှိ/မရှိ စစ်ပါ။
- ၃။ အလုပ်သမားတွေကို လိုက်ပြီး ကြည့်ရှုဖို့လိုတယ်။ အလုပ်သမားများရဲ့ လိုအပ်ချက်များကို လေ့လာရတယ်။
- ၄။ အလုပ်ရှင်နဲ့သွားတွေ့ဖို့လိုတယ်။
- ၅။ အလုပ်ရှင်မှ အလုပ်သမားများတောင်းဆိုမှုကို လိုက်လျောပေးအောင် ဘယ်လိုတွေ့ဆုံဆွေးနွေးကြမလဲဆိုတာ စဉ်းစားထားပါ။

အလုပ်ရှင်နှင့် ကော်မတီခေါင်းဆောင် ၆ ဦးတွေ့ဆုံခြင်း -

- ၁။ အလုပ်ရှင်စိတ်ဝင်စားမှုရှိအောင် ဆွဲဆောင်ခြင်း။
- ၂။ အလုပ်ရှင်ရဲ့အကျိုးစီးပွားကိုတဖက်တလမ်းကတိုးတက်ကောင်းမွန်အောင်အလုပ်သမားတွေကလုပ်ပေးတာဖြစ်ကြောင်း အလုပ်ရှင်မြင်နိုင်အောင် ဆွေးနွေးပေးခြင်း။
- ၃။ အလုပ်ရှင်ကို မန်နေဂျာတွေရဲ့ စီမံခန့်ခွဲမှုတွေကို သိအောင် တင်ပြဆွေးနွေးခြင်း။
- ၄။ အလုပ်ရှင်ကို အလုပ်သမားဥပဒေအကြောင်းလေးပါ အခါခန့်သင့်ရင် ထည့်သွင်းတင်ပြပေးခြင်း။

စသဖြင့် နောက်ဆုံးသင်ခန်းစာကို သရုပ်ဆောင်ခဲ့ပါတယ်။

ဒီသင်ခန်းစာလေးဟာ ကျမတို့ အလုပ်သမားအမျိုးသမီးတွေအတွက် လက်တွေ့ကျပြီး အင်မတန်မှ အသုံးဝင်တဲ့ သင်ခန်းစာလဲဖြစ်ပါတယ်။ လက်တွေ့ကျလုပ်ဆောင်ရတော့ ပိုပြီး မှတ်မိပါတယ်။ အလုပ်သမားနဲ့ ဆိုင်တဲ့ ဥပဒေတွေ၊ ပြဿနာဖြစ်လာရင် တိုင်ကြားရမယ့် နေရာတွေပါသိရလို့ ကိုယ့်နေရပ်ဒေသကို ပြန်ရောက်သွားတဲ့အခါ၊ အမျိုးသမီးဆွေးနွေးပွဲတွေမှာ သတင်းအချက်အလက်တွေကို ပြန်ပြီး ဝေမျှနိုင်သလို၊ အကူအညီလိုအပ်တဲ့သူတွေကိုလည်း လက်တွေ့ကျကျ ပြန်ပြီး အကူအညီပေးနိုင်မှာဖြစ်ပါတယ်။ ဦးဆောင်ပေးတဲ့ ရီဘတ်ခါကိုလည်း ကျေးဇူးအထူးပဲ တင်ရှိပါကြောင်း ပြောကြားလိုပါတယ်။



(၁၈) ကြိမ်မြောက် နှစ်ပတ်လည် ရွှေ့ပြောင်းအလုပ်သမား အမျိုးသမီးနှီးနှောဖလှယ်ပွဲ မှတ်တမ်း

ရိုးရာပါတီည

(၁၈) ကြိမ်မြောက် အမျိုးသမီးနှီးနှောဖလှယ်ပွဲကြီးရဲ့ နှစ်စဉ်နှစ်တိုင်းကျင်းပတဲ့ ပါတီပွဲလေးကိုတော့ မတ်လ ၇ ညနေမှာ ကျင်းပပြုလုပ်ပါတယ်။ တစ်နှစ်တာလုံးပင်ပန်းခဲ့သမျှ အမောတွေဖြေဖို့နဲ့ ညီမများ အချင်းချင်းတွေ့ဆုံကြပြီး၊ ပျော်ကြရွှင်ကြ၊ ကကုန်ကြနဲ့ တစ်ကယ်ပဲ ပျော်ရွှင်စရာကောင်းလှပါတယ်။ ဒေသအသီးသီးက တက်ရောက်လာကြတဲ့ ညီအစ်မတွေကလည်း တိုင်းရင်းသားရိုးရာဝတ်စုံတွေဝတ်ဆင်ကြပြီး၊ ကိုယ်စီအလှတွေနဲ့ လှနေကြပါတယ်။ ဒေသအသီးသီးကကလည်း ရိုးရာအကပဒေသာများ၊ ပျော်ရွှင်စရာဖတ်လမ်းလေးတွေနဲ့ သရုပ်ဆောင်ဖျော်ဖြေ တင်ဆက်မှုတွေကလည်း ကျမတို့အတွက် မမေ့နိုင်တဲ့ ပျော်စရာ ညချမ်းလေး ဖြစ်ခဲ့ပါတယ်။





လန်းဆန်းပျော်ရွှင်ညနေခင်းအစီအစဉ်

နှစ်စဉ် အမျိုးသမီးနှီးနှောဖလှယ်ပွဲကြီးရဲ့ ညနေခင်းအစီအစဉ်ထဲမှာ အမျိုးသမီးတွေအတွက် လန်းဆန်းပြီး ပျော်ရွှင်ရအောင် အစီအစဉ်ကိုလည်း ထည့်ထားပေးပါတယ်။ ဒီနှစ်မှာတော့ အမျိုးသမီးတွေအတွက် လက်မှုပညာအနေနဲ့ ပိုက်ဆံအိတ်ချုပ်တာရယ်၊ ခြေသုတ်ရုံ လုပ်နည်းလေးတွေကိုသင်ကြားပေးပါတယ်။ ကိုယ်တိုင်လည်း အသုံးပြုလို့ရသလို အမျိုးသမီးတွေကို ပြန်လည်ပြီး သင်ကြားပေးလို့လည်းရပါတယ်။ ဒါ့ပြင်တစ်နေ့တာလုံး အညောင်းအညာပြေစေဖို့ ယောဂလေ့ကျင့်ခန်း ကိုလည်း ဆရာမ ယိုင် ကလာရောက်သင်ကြားပေးပါတယ်။ ဒါတင်မကသေးပဲ အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာ အမျိုးသမီးများနေ့မှာ အမျိုးသမီးများအားလုံးအတွက် အထိမ်းအမှတ်ဖြစ်တဲ့ ဝမ်းဘီလီယံ အကကိုလည်း ညီမလေး နောင်အိုးက သင်ကြားပေးပါတယ်။ အဲဒီဝမ်းဘီလီယံ အကကိုတော့ အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာ အမျိုးသမီးများနေ့ ချီတက်လမ်းလျှောက်ခြင်းနဲ့ အခမ်းအနားပြီးတဲ့နောက်မှာ အားလုံးကရမယ့် အကဖြစ်လို့ ကျမတို့ အမျိုးသမီးတွေဟာ စိတ်လှုပ်ရှားစွာနဲ့ သင်ယူနေကြပါတယ်။



အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာ အမျိုးသမီးများနေ့ ချီတက်လမ်းလျှောက်ခြင်း အခမ်းအနား အစီအစဉ်

နှစ်စဉ်နှစ်တိုင်း မတ်လ ၈ ရက်နေ့မှာ ကျရောက်တဲ့ အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာ အမျိုးသမီးများနေ့ အခမ်းအနားကို ချင်းမိုင်မြို့ MAYA Shopping Mall ရှေ့မျက်နှာစာမှာ ကျင်းပပြုလုပ်ပါတယ်။ အမျိုးသမီးနှီးနှောဖလှယ်ပွဲမှာ ပါဝင်ကြတဲ့ ညီမများအားလုံး အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာ အမျိုးသမီးများနေ့မှာ သွားရောက်ပါဝင်ကြပါတယ်။

ချင်းမိုင်မှာရှိတဲ့ ထိုင်းအမျိုးသမီး အဖွဲ့အစည်းများအပြင် ဒီနှစ်မှာတော့ အစိုးရဌာနအဖွဲ့များကလည်း အတူတကွ လာရောက်ပူးပေါင်းပါဝင်ကြပါတယ်။

အခမ်းအနားချီတက်ခြင်းအတွက် ချင်းမိုင်တက္ကသိုလ်က Art Museum မှာ လူစုကြပြီး၊ အခမ်းအနားကျင်းပတဲ့ MAYA ရှေ့မျက်နှာစာထိ ကြွေးကြော်သံတွေနဲ့အတူ ချီတက်လမ်းလျှောက်ကြပါတယ်။ လမ်းတစ်လျှောက်လုံးမှာလည်း ၂၀၁၉ ခုနှစ်ရဲ့ အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာ အမျိုးသမီးများနေ့အတွက် ထုတ်ပြန်ကြေငြာစာတမ်းကို လက်ကမ်းဝေမျှပေးပါတယ်။ အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာ အမျိုးသမီးများနေ့ ချီတက်လမ်းလျှောက်ခြင်း အစီအစဉ်နဲ့ အခမ်းအနားက ကျမတို့ ပါဝင်ရတဲ့ အမျိုးသမီးတွေ အတွက် ပျော်ရွှင်စရာဖြစ်ခဲ့ပြီး၊ မမေ့နိုင်စရာ နေ့တစ်နေ့လည်း ဖြစ်ခဲ့ရပါတယ်။



(၁၈) ကြိမ်မြောက် နှစ်ပတ်လည် ရွှေ့ပြောင်းအလုပ်သမား အမျိုးသမီးနှီးနှောဖလှယ်ပွဲ မှတ်တမ်း



၂၀၁၉ ခုနှစ် အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာ အမျိုးသမီးများနေ့အတွက် ထုတ်ပြန်ကြေငြာစာတမ်း



၂၀၁၉ မတ်လ ၈ ရက် နိုင်ငံတကာအမျိုးသမီးများနေ့ အမျိုးသမီးများကွန်ရက်အဖွဲ့မှ ထုတ်ပြန်တောင်းဆိုချက်

နှစ်စဉ် မတ်လ ၈ ရက် ကမ္ဘာ့အမျိုးသမီးများနေ့ရောက်တိုင်း နယ်ပယ်အသီးသီးမှ အမျိုးသမီးများလာရောက်စုဝေးကြပြီး၊ အမျိုးသမီးအခွင့်အရေးနဲ့ ကိုယ့်အနာဂတ်ကို ကိုယ်ပိုင်ဖန်တီးခွင့်ရရေးအတွက် အင်အားပြုကြသလို၊ တစ်ဖက်မှလည်း အမျိုးသမီးအလုပ်သမားများအနေဖြင့် တစ်နေ့လျှင် ၈ နာရီ အလုပ်လုပ်ခွင့်၊ ၈ နာရီ အသိပညာရှာဖွေခွင့်၊ ၈ နာရီ အနားယူခွင့် အစရှိသည့် ကမ္ဘာ့စံချိန်မှီ ၈ သုံးလုံးလုပ်ငန်းခွင်စနစ်ဖြစ်ပေါ်လာအောင် ကြိုးပမ်းတိုက်ပွဲဝင်ခဲ့သူ အမျိုးသမီးများကို အောက်မေ့ဂုဏ်ပြုကြပါတယ်။

မျက်မှောက်ခေတ်အမျိုးသမီးများသည် လုပ်ငန်းခွင်တိုင်း၌ အရေးပါတဲ့ အင်အားစုများဖြစ်သော်လည်း တစ်ချို့သော လုပ်ငန်းများ၌ တနေ့ကို အလုပ်လုပ်ချိန် ၁၅ နာရီထက် ကျော်လွန်၍ လုပ်ဆောင်ကြရကာ၊ လုပ်အားခမှာလည်း အမျိုးသားများနှင့် တန်းတူရခြင်းမရှိပဲ၊ တရားမျှတမှုမရှိခြင်းကို ခံနေရဆဲဖြစ်ပါတယ်။

ထို့အပြင် အမျိုးသမီးများရဲ့ နေ့တစ်နေ့လုပ်ကိုင်နေရသော အိမ်မှုကိစ္စ၊ ကလေးထိန်း၊ အိမ်သားတွေကို ဂရုစိုက်ခြင်း စသည့်အလုပ်များသည်လည်း အလုပ်ချိန် ၈ နာရီထက် ရှည်ကြာ၍ နားချိန်မရှိ၊ အသိပညာရှာဖွေချိန်များ မရှိပါ။ သို့သော် ၎င်းအလုပ်များသည် မိခင်၊ သမီးမိန်းကလေးနဲ့ ဇနီးမယားတို့ရဲ့ မွေးရာပါတာဝန်ဝတ္တရားသာဖြစ်ပြီး မိသားစုစီးပွားရေးအတွက် အရေးမပါသောအလုပ်အဖြစ် ရှုမြင်ခြင်းခံနေရပါတယ်။

ထို့ကြောင့် ကမ္ဘာ့စံချိန်အဖြစ် သတ်မှတ်ထားတဲ့ ၈ သုံးလုံး လုပ်ငန်းခွင်စနစ်အား အမျိုးသမီးများ လက်တွေ့ခံစားရခြင်းမရှိသည့်အပြင် အလုပ်ကို လက်မလည်အောင် လုပ်နေရသောကြောင့် မိခင်၊ ဇနီးမယား၊ သမီးမိန်းကလေးနဲ့ အမျိုးသမီးလုပ်သားများရဲ့ ကိုယ်ကျန်းမာရေးနဲ့ စိတ်ကျန်းမာရေး ဘေးကင်းလုံခြုံမှုပေါ် ရိုက်ခတ်မှုများ ရှိနေပါသည်။

ထို့အပြင် လူမှုအသိုင်းအဝိုင်းနယ်ပယ်မှစ၍ နိုင်ငံရေးနယ်ပယ်များအထိ အလွှာအသီးသီး၌ အမျိုးသမီးများအနေနဲ့ သဘာဝဝန်းကျင်နဲ့ သယံဇာတထိန်းသိမ်းရေးနဲ့စီမံခန့်ခွဲရေး၊ ဖွံ့ဖြိုးရေးလုပ်ငန်းစတာတွေမှာ ပါဝင်ဆုံးဖြတ်ပိုင်ခွင့်အား ကန့်သတ်ခံရခြင်း၊ လစ်လျူရှုခြင်းခံရမှုများသာမကဘဲ မိမိအခွသယံဇာတထိန်းသိမ်းရေးအတွက် လှုပ်ရှားရင်း ဥပဒေအရ အရေးယူခံရခြင်းများလည်း ရှိပါတယ်။

(၁၈) ကြိမ်မြောက် နှစ်ပတ်လည် ရွှေ့ပြောင်းအလုပ်သမား အမျိုးသမီးနှီးနှောဖလှယ်ပွဲ မှတ်တမ်း

အိတ်ချ်အိုင်စီပိုးကူးစက်ခံထားရတဲ့ အမျိုးသမီးများအား အလုပ်ခန့်ထားရေး၌လည်း ခွဲခြားခံရမှုများ၊ စဉ်ဆက်မပြတ် ရှိနေပြီး မသန်စွမ်းအမျိုးသမီးများမှာလည်း တရားမျှတမှု၊ လေးစားမှု၊ အခြေခံအခွင့်အရေးနဲ့ ဘေးကင်းလုံခြုံရေးအတွက် အထောက်အကူပြုပေးမှုတွေ လိုအပ်နေပါသေးတယ်။

ဒါကြောင့် ဒီကနေ့ ၂၀၁၉ ခုနှစ် မတ်လ ၈ ရက်နေ့မှာ ကျရောက်တဲ့ နိုင်ငံတကာအမျိုးသမီးများနေ့မှာ ကျမတို့ အမျိုးသမီးကွန်ယက်အဖွဲ့အနေနဲ့ အောက်ပါအချက်များကို တောင်းဆိုလိုက်ပါသည်။

- ၁။ အစိုးရအနေနဲ့ မွေးကာစမှအသက် ၁၈ နှစ်ထိ ကလေးနဲ့လူငယ်များကို ငွေကြေးထောက်ပံ့ဝန်ဆောင်မှု ပေးရန်။
- ၂။ အစိုးရအနေနဲ့ မသန်စွမ်းအမျိုးသမီးများအပေါ် ခွဲခြားဆက်ဆံမှုကို ဖြစ်စေသော၊ အဆင့်မြှင့်ပညာထောက်ပံ့မှု အပါအဝင် အဘက်ဘက်မှာ ပါဝင်နိုင်ခွင့် ရရှိရေးအတွက် အဟန့်အတား ဖြစ်စေသော နည်းဥပဒေများကို ရုတ်သိမ်းပေးရန်။
- ၃။ အစိုးရအနေနဲ့ အိတ်ချ်အိုင်စီပိုး ကူးစက်ခံရသူအမျိုးသမီးများပေါ် ခွဲခြားဆက်ဆံမှု ရပ်ဆိုင်းရန်။
- ၄။ အစိုးရအနေနဲ့ အလုပ်သမားဥပဒေအတိုင်း လိုက်နာဆောင်ရွက်ခြင်း မရှိတဲ့ အလုပ်ရှင်တွေကို ထိထိရောက်ရောက် အရေးယူပေးပြီး အမျိုးသမီး အမျိုးသား လုပ်အားခ တန်းတူညီမျှ ရရှိရေးဥပဒေနဲ့ ပြဌာန်းပေးရန်။
- ၅။ အစိုးရအနေနဲ့ ပြည့်တန်ဆာနှိမ်နင်းရေးအက်ဥပဒေကို ရုတ်သိမ်းပေးရန်။
- ၆။ အစိုးရအနေနဲ့ လူ့အခွင့်အရေးအတွက် တိုက်ပွဲဝင်နေတဲ့ အမျိုးသမီးတိုင်းကို အကာအကွယ်ပေးရန်။
- ၇။ အစိုးရအနေနဲ့ ဘယ်အခြေအနေမျိုးမှာဘဲဖြစ်ဖြစ် အမျိုးသမီးများ ကိုယ်ဝန်ဆောင်လိုပါက ဘေးအန္တရာယ်ကင်းစွာ တားဆီးနိုင်ရေးသတ်မှတ်ပေးရန်။
- ၈။ အစိုးရအနေနဲ့ ဥပဒေ၊ နည်းဥပဒေပြုရေးအဆင့်ဆင့်မှာ အမျိုးသမီးဦးရေ ၅၀ ရာခိုင်နှုန်း ပါဝင်ခွင့် ရရှိရေး သတ်မှတ်ပေးရန်။







Chiang Mai Office

P.O.Box 7, Chiangmai University, Chiang Mai 50202.

☎ 053 328 134 📠 053 271 551



Mae Sot office

No. 1/5, Ameena Uthit Road, Mae Sot, Tak, 63110

☎ / 📠 055 536 685 📧 media@mapfoundationcm.org

Website: www.mapfoundationcm.org listen online radio at www.mapradio.org