



កញ្ចប់  
នៃភាពធន់  
របស់ខ្ញុំ

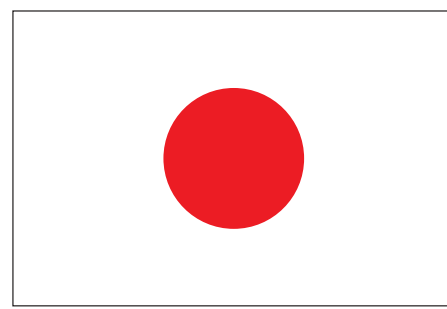




# កញ្ចប់ នៃភាពធន់ របស់ខ្ញុំ



គាំទ្រដោយ

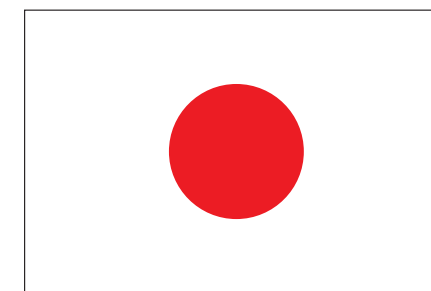


អំណោយពី  
ប្រជាជនជប៉ុន





Supported by



**From  
the People of Japan**





# កិច្ចប្រជុំផ្សព្វផ្សាយស្តីពី

ចំណាកស្រុកដោយសុវត្ថិភាព

និង ការឆ្លើយតបយេនឌ័រ

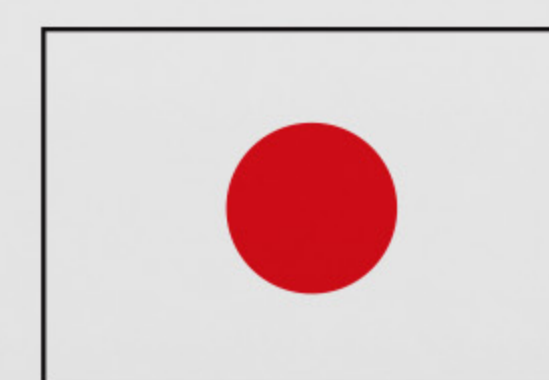
ក្នុងបរិកាកូវីដ១៩



SAFE MIGRATION AND GENDER-RESPONSIVE  
COVID-19 PREVENTION AND RESPONSE



គាំទ្រដោយ



អំណោយពី  
ប្រជាជនជប៉ុន



# ការរក្សាសុវត្ថិភាព

## ការធ្វើចំណាកស្រុកនិងអំពើហិង្សាលើស្ត្រី

យើងដឹងថា ការធ្វើចំណាកស្រុកដើម្បីការងារអាចជា បទពិសោធន៍វិជ្ជមានមួយសម្រាប់ស្ត្រី។ តាមរយៈការធ្វើចំណាកស្រុក ស្ត្រីអាចទទួលបានជំនាញ និងបទពិសោធន៍ថ្មីៗ ភាពជឿជាក់ និងអាចជួយផ្គត់ផ្គង់គ្រួសាររបស់ពួកគេ។

ប៉ុន្តែទោះជាយ៉ាងនេះក្តី ក៏ស្ត្រីមួយចំនួនដែលធ្វើ ចំណាកស្រុកដើម្បីការងារ បែរជាទទួលបានការងារ ដែលមានប្រាក់ចំណូល ថែមទាំងត្រូវបានប្រើប្រាស់ ដើម្បីបំបែកប្រាក់ចំណូលរបស់ពួកគេ។

ការណ៍នេះក៏ធ្វើឱ្យស្ត្រីប្រឈមមុខនឹងអំពើហិង្សាការ៉ាណេ បំពាន ការកេងប្រវ័ញ្ច និងការប្រើប្រាស់ផងដែរ។

**អ្នកមានសិទ្ធិ!**

មិនថាស្ថានភាពផ្នែកច្បាប់របស់អ្នកបែបណា ក៏ត្រូវទាំងអស់សុទ្ធ តែមាន សិទ្ធិរស់នៅដោយគ្មានការបៀតបៀន ការកេងប្រវ័ញ្ច និងអំពើហិង្សា។ ប្រសិនបើអ្នកកំពុងជួបប្រទះអំពើហិង្សាមានកន្លែងជាច្រើនដែលអ្នក អាចទាក់ទងសម្រាប់ជំនួយ។

## កន្លែងស្វែងរកជំនួយ នៅខាងក្រៅប្រទេសកម្ពុជា

| ប្រទេស           | ប៊ូស៊ីស | សេវាកម្ម   |
|------------------|---------|--|
| ប្រទេសកម្ពុជា    | 1288    | 1280 (បណ្តាញទូរស័ព្ទជំនួយ)                                 |
| ប្រទេសឥណ្ឌូនេស៊ី | 112     | 081317617622 (មជ្ឈមណ្ឌលពង្រឹងសិទ្ធិស្ត្រី និងកុមារ P2TP2A) |
| ប្រទេសថៃ         | 191     | 1362 (សហគមន៍ស្ត្រីខ្មែរ)                                   |
| ប្រទេសម៉ាឡេស៊ី   | 999     | 03 7956 3488 (អង្គការជំនួយស្ត្រី)                          |
| ប្រទេសហ្វីលីពីន  | 199     | 067 3 404 222 (រដ្ឋាភិបាលសហភាព)                            |
| ប្រទេសវៀតណាម     | 177     | 0919 777 7377 (មជ្ឈមណ្ឌលការពារស្ត្រី និងកុមារ PNP)         |
| ប្រទេសសិង្ហបុរី  | 999     | 1800 777 5555 (អង្គការយល់ដឹង) 6341 5535 (ផ្ទះ*)            |
| ប្រទេសថៃ         | 191     | 1300 (មជ្ឈមណ្ឌលដោះស្រាយបែន្លិម)                            |
| ប្រទេសវៀតណាម     | 113     | 1900 96 96 80  |

# ការបញ្ជូនបន្តសម្រាប់អ្នករួចផុត

## ពីអំពើហិង្សា

ស្ត្រីដែលកំពុងជួបប្រទះអំពើហិង្សា អាចទទួលបាន សេវាសំខាន់ៗដូចជា ការថែទាំសុខភាព សេវាសុវត្ថិភាព និងសន្តិសុខ សេវាផ្នែកច្បាប់ សេវាសង្គម និងជំនួយ ផ្នែកសេដ្ឋកិច្ច។ ប៉ុន្តែនៅតែអាចពិបាកក្នុងការដឹងថា គួរតែចាប់ផ្តើមពីកន្លែងណា!



## កន្លែងស្វែងរកជំនួយ នៅក្នុងប្រទេសកម្ពុជា

**នគរបាល/សេវាបុគ្គលិក**  
នាយកដ្ឋានប្រឆាំងការជួញដូរ មនុស្ស និងការរារាំងអនិធន  
☎ 855-23-997919 / 1288  
www.facebook.com/Cambodian-Anti-human-Trafficking-Juvenile-Protection-Police-1657135634508745

**វិស័យសង្គមកិច្ច**  
អង្គការកម្ពុជាដើម្បីជួយស្ត្រីមានវិបត្តិ  
☎ 855-23-997967  
www.cwcc.org.kh  
www.facebook.com/CambodianWomensCrisisCenterCwcc

**សេវាសុខភាព**  
មន្ទីរពេទ្យកាលីម៉ែន  
☎ 855-23-426948  
www.calmette.gov.kh  
មន្ទីរពេទ្យមិត្តភាពខ្មែរ - សូរៀន  
☎ 855-23-424373  
www.facebook.com/pages/Khmer-Soviet-Friendship-Hospital/1192814281486602  
មន្ទីរពេទ្យ ព្រះកុសុមៈ  
☎ 855-23-883047  
www.facebook.com/Perah-Kosamak-Hospital827358274004690

**កាតព្វកិច្ចការងារ**  
ក្រសួងការងារ និង បណ្តុះបណ្តាលវិជ្ជាជីវៈ  
☎ 855-23-884375  
www.mvt.gov.kh  
www.facebook.com/mvt.kh  
អង្គការផ្តល់ជំនួយផ្លូវច្បាប់ដល់ កុមារ និងស្ត្រី  
☎ 855-77 455 516  
www.lscw.org  
www.facebook.com/LSCW02

**បណ្តាញទូរស័ព្ទជំនួយកម្ពុជា**  
☎ 093 777 900 និង 085 777 900  
☎ 012 523 366  
☎ 089 334 492  
☎ 010 892 604  
☎ 012 742 733  
សៀមរាប  
☎ 012 428 766  
☎ 092 317 778

**ខ្សែទូរស័ព្ទទាន់ហេតុការណ៍ និងជម្រកសុវត្ថិភាព**  
បណ្តាញទូរស័ព្ទជំនួយកុមារកម្ពុជា  
☎ 1280  
www.childhelpline.org.kh  
www.facebook.com/chc1280

# ជំនួយតែងតែអាចរកបាន

សូមស្វាគមន៍មកកាន់កញ្ចប់ឧបករណ៍ ការពារផ្ទាល់ខ្លួនរបស់អ្នក។

នៅក្នុងកញ្ចប់នេះមាន៖

- ម៉ាស់ដែលប្រើ ហើយចោលបាន
- ម៉ាស់ដែលអាច ប្រើឡើងវិញបាន
- គេសូហ្វាស៊ីត្រី-១៩
- អាស់កុលបាញ់
- ស៊ីអិម
- ព័ត៌មានសំខាន់អំពី សិទ្ធិរបស់អ្នក និងសេវាកម្មជំនួយ។

## ការធ្វើចំណាកស្រុក ដោយសុវត្ថិភាព

«ដំណើរផ្លូវដៃរបស់ខ្ញុំ» គឺជាកម្មវិធីទូរស័ព្ទដែលផ្តល់ជូនសម្រាប់ពលករចំណាកស្រុកកម្ពុជា ដែលកម្មវិធីនេះពេញទៅដោយព័ត៌មានសំខាន់ៗដែលអ្នកគួរដឹងអំពីសិទ្ធិរបស់អ្នកនិងរបៀប ធ្វើចំណាកស្រុកប្រកបដោយសុវត្ថិភាព។

- ទិដ្ឋភាព
- ព័ត៌មានផ្តល់ជូន
- កិច្ចសន្យា
- ការប្រើសេវាបុគ្គលិក
- សុវត្ថិភាព និងសន្តិសុខ
- សិទ្ធិច្បាប់
- សេវាកម្ម
- ទូរស័ព្ទជំនួយ

ទាញយកនៅទីនេះតាមរយៈ ទូរស័ព្ទ និង 00 0000

### អំពើហិង្សាផ្នែកលើយេនឌ័រ មានច្រើនប្រភេទ

**ការរំលោភបំពាន**

ការប្រើប្រាស់អំពើហិង្សាផ្នែកលើយេនឌ័រ គឺជាការប្រើប្រាស់អំពើហិង្សាផ្នែកលើយេនឌ័រ ដើម្បីគ្រប់គ្រង និងគ្រប់គ្រងអំពើហិង្សាផ្នែកលើយេនឌ័រ ។

**ការរំលោភបំពាន**

- ការរំលោភបំពាន ប្រយោល រំលោភបំពាន រំលោភបំពាន
- ការរំលោភបំពាន ប្រយោល រំលោភបំពាន រំលោភបំពាន
- ការរំលោភបំពាន ប្រយោល រំលោភបំពាន រំលោភបំពាន

### តើការបៀតបៀនផ្លូវភេទគឺជាអ្វី?

ការបៀតបៀនផ្លូវភេទ គឺជាការប្រើប្រាស់អំពើហិង្សាផ្នែកលើយេនឌ័រ ដើម្បីគ្រប់គ្រង និងគ្រប់គ្រងអំពើហិង្សាផ្នែកលើយេនឌ័រ ។

**ការបៀតបៀនផ្លូវភេទ មានប្រភេទខ្លះៗដូចខាងក្រោម៖**

- ការបៀតបៀនផ្លូវភេទ**
- ការបៀតបៀនផ្លូវភេទ**
- ការបៀតបៀនផ្លូវភេទ**

### ការរក្សាសុវត្ថិភាព ការធ្វើចំណាកស្រុក និងអំពើហិង្សាលើស្ត្រី

នៅក្នុងស្ថានភាព អ្នករស់នៅអាចមានការរំលោភបំពាន រំលោភបំពាន រំលោភបំពាន

**ការរំលោភបំពាន ប្រយោល រំលោភបំពាន រំលោភបំពាន**

**ការរំលោភបំពាន ប្រយោល រំលោភបំពាន រំលោភបំពាន**

**ការរំលោភបំពាន ប្រយោល រំលោភបំពាន រំលោភបំពាន**

**ការរំលោភបំពាន ប្រយោល រំលោភបំពាន រំលោភបំពាន**

### កន្លែងស្វែងរកជំនួយ នៅក្នុងប្រទេសកម្ពុជា

អង្គការស្រុកស្រី និងអំពើហិង្សាលើស្ត្រី មានទីសេវាបម្រើស្ត្រី រំលោភបំពាន រំលោភបំពាន

| ឈ្មោះអង្គការ                           | អាសយដ្ឋាន | លេខទូរស័ព្ទ  | គេហទំព័រ         |
|--|-----------|--------------|------------------|
| អង្គការស្រុកស្រី និងអំពើហិង្សាលើស្ត្រី | ភ្នំពេញ   | 855-23-99199 | www.women.gov.kh |
| អង្គការស្រុកស្រី និងអំពើហិង្សាលើស្ត្រី | ភ្នំពេញ   | 855-23-99199 | www.women.gov.kh |
| អង្គការស្រុកស្រី និងអំពើហិង្សាលើស្ត្រី | ភ្នំពេញ   | 855-23-99199 | www.women.gov.kh |

### ការរក្សាសុវត្ថិភាព ការធ្វើចំណាកស្រុក និងអំពើហិង្សាលើស្ត្រី

នៅក្នុងស្ថានភាព អ្នករស់នៅអាចមានការរំលោភបំពាន រំលោភបំពាន រំលោភបំពាន

**ការរំលោភបំពាន ប្រយោល រំលោភបំពាន រំលោភបំពាន**

**ការរំលោភបំពាន ប្រយោល រំលោភបំពាន រំលោភបំពាន**

**ការរំលោភបំពាន ប្រយោល រំលោភបំពាន រំលោភបំពាន**

### កន្លែងស្វែងរកជំនួយ នៅខាងក្រៅប្រទេសកម្ពុជា

| ប្រទេស           | ផ្លូវលំដាច់ | លេខទូរស័ព្ទ |
|------------------|-------------|-------------|
| ប្រទេសឥណ្ឌូនេស៊ី | 1200        | 1200        |
| ប្រទេសឥណ្ឌូនេស៊ី | 112         | 112         |
| ប្រទេសប្រូ       | 191         | 191         |
| ប្រទេសបង់ក្លាដេស | 999         | 999         |
| ប្រទេសថៃ         | 155         | 155         |
| ប្រទេសសិង្ហបុរី  | 177         | 177         |
| ប្រទេសចិន        | 666         | 666         |
| ប្រទេសវៀតណាម     | 112         | 112         |

### ការយល់ដឹងអំពីការជួយប្រមូលនិវាសន និងការកេងប្រវ័ញ្ច

**ការជួយប្រមូលនិវាសន**

ការជួយប្រមូលនិវាសន គឺជាការជួយប្រមូលនិវាសន ដើម្បីគ្រប់គ្រង និងគ្រប់គ្រងអំពើហិង្សាផ្នែកលើយេនឌ័រ ។

**ការជួយប្រមូលនិវាសន មានប្រភេទខ្លះៗដូចខាងក្រោម៖**

- ការជួយប្រមូលនិវាសន
- ការជួយប្រមូលនិវាសន
- ការជួយប្រមូលនិវាសន

### ការធ្វើចំណាកស្រុកដោយសុវត្ថិភាព

ការធ្វើចំណាកស្រុកដោយសុវត្ថិភាព គឺជាការធ្វើចំណាកស្រុកដោយសុវត្ថិភាព ដើម្បីគ្រប់គ្រង និងគ្រប់គ្រងអំពើហិង្សាផ្នែកលើយេនឌ័រ ។

**ការធ្វើចំណាកស្រុកដោយសុវត្ថិភាព មានប្រភេទខ្លះៗដូចខាងក្រោម៖**

- ការធ្វើចំណាកស្រុកដោយសុវត្ថិភាព
- ការធ្វើចំណាកស្រុកដោយសុវត្ថិភាព
- ការធ្វើចំណាកស្រុកដោយសុវត្ថិភាព

### កម្ពុជាស្រុកកម្ពុជា

អនុប្រធានាធិការនៃគណៈកម្មាធិការស្រុកកម្ពុជា ប្រជាជនកម្ពុជា ប្រទេសកម្ពុជា មានសិទ្ធិសម្រេចចិត្តដោយឥតការបង្ខំ

| ប្រទេស        | លេខស្រុក | លេខទូរស័ព្ទ                         |
|---------------|----------|-------------------------------------|
| ប្រទេសកម្ពុជា | 120      | 120 (សម្រាប់ទូរស័ព្ទកម្ពុជា)        |
| ប្រទេសកូរ៉េ   | 110      | 110 (សម្រាប់ទូរស័ព្ទកូរ៉េ)          |
| ប្រទេសថៃ      | 119      | 01 750 100 (សម្រាប់ទូរស័ព្ទថៃ)      |
| ប្រទេសឡាវ     | 177      | 002 808 222 (សម្រាប់ទូរស័ព្ទឡាវ)    |
| ប្រទេសវៀតណាម  | 111      | 003 777 777 (សម្រាប់ទូរស័ព្ទវៀតណាម) |

### ការពារខ្លួនអ្នក និងមនុស្សជុំវិញខ្លួនអ្នក

ការពារខ្លួនអ្នក និងមនុស្សជុំវិញខ្លួនអ្នក គឺជាប្រយោជន៍សម្រាប់អ្នក និងមនុស្សជុំវិញខ្លួនអ្នក។

- ការពារខ្លួនអ្នក និងមនុស្សជុំវិញខ្លួនអ្នក គឺជាប្រយោជន៍សម្រាប់អ្នក និងមនុស្សជុំវិញខ្លួនអ្នក។
- ការពារខ្លួនអ្នក និងមនុស្សជុំវិញខ្លួនអ្នក គឺជាប្រយោជន៍សម្រាប់អ្នក និងមនុស្សជុំវិញខ្លួនអ្នក។

### ជំនួយតែងតែអាចរកបាន

សូមស្វាគមន៍មកកាន់កញ្ចប់មេកាន់ ការពារខ្លួនអ្នកប្រយោជន៍។

- ការពារខ្លួនអ្នក និងមនុស្សជុំវិញខ្លួនអ្នក
- ការពារខ្លួនអ្នក និងមនុស្សជុំវិញខ្លួនអ្នក

### ការធ្វើចំណាកស្រុក ដោយសុវត្ថិភាព

សំខាន់បំផុតគឺការធ្វើចំណាកស្រុកដោយសុវត្ថិភាព គឺជាប្រយោជន៍សម្រាប់អ្នក និងមនុស្សជុំវិញខ្លួនអ្នក។

- ការពារខ្លួនអ្នក និងមនុស្សជុំវិញខ្លួនអ្នក
- ការពារខ្លួនអ្នក និងមនុស្សជុំវិញខ្លួនអ្នក

### ប្រសិនបើ អ្នកមានអារម្មណ៍មិនស្រួលខ្លួន ទាំងនេះជា

សញ្ញាណបញ្ជាក់នៃការមានជំងឺ គួរតែប្រុងប្រយ័ត្ន និងប្រើប្រាស់ប្រព័ន្ធការពារខ្លួនអ្នក។

- ការពារខ្លួនអ្នក និងមនុស្សជុំវិញខ្លួនអ្នក
- ការពារខ្លួនអ្នក និងមនុស្សជុំវិញខ្លួនអ្នក

### ជំនួយសម្រាប់អ្នកដែលមានបញ្ហា

អ្នកដែលមានបញ្ហា គួរតែស្វែងរកជំនួយសម្រាប់អ្នកដែលមានបញ្ហា។

- ការពារខ្លួនអ្នក និងមនុស្សជុំវិញខ្លួនអ្នក
- ការពារខ្លួនអ្នក និងមនុស្សជុំវិញខ្លួនអ្នក



### ជំនួយតែងតែអាចរកបាន

ជំនួយតែងតែអាចរកបាន ក្នុងនាមប្រទេសកម្ពុជា

- សេវាប្រឹក្សា
- សេវាប្រឹក្សាសម្រាប់ស្ត្រី
- សេវាប្រឹក្សាសម្រាប់កុមារ
- សេវាប្រឹក្សាសម្រាប់អ្នកជំនាញ
- សេវាប្រឹក្សាសម្រាប់អ្នកជំនាញ
- សេវាប្រឹក្សាសម្រាប់អ្នកជំនាញ

### កន្លែងរៀនសូត្រនៅខាងក្រៅប្រទេសកម្ពុជា

| ប្រទេស           | ទីស្នាក់នៅ | លេខទូរស័ព្ទ  | លេខអ៊ីម៉ែល         |
|------------------|------------|--------------|--------------------|
| ប្រទេសកម្ពុជា    | 120        | 093 999 7777 | info@womens.gov.kh |
| ប្រទេសថៃ         | 112        | 02 252 2222  | info@womens.gov.kh |
| ប្រទេសឡាវ        | 111        | 021 222 2222 | info@womens.gov.kh |
| ប្រទេសវៀតណាម     | 111        | 021 222 2222 | info@womens.gov.kh |
| ប្រទេសមីយ៉ាន់ម៉ា | 111        | 021 222 2222 | info@womens.gov.kh |
| ប្រទេសឡាវ        | 111        | 021 222 2222 | info@womens.gov.kh |
| ប្រទេសកម្ពុជា    | 111        | 021 222 2222 | info@womens.gov.kh |

### សម្រាប់អ្នកចុះតំណែង

សម្រាប់អ្នកចុះតំណែង តំណែង តំណែង តំណែង

### សេវាសុខភាព

សេវាសុខភាព សេវាសុខភាព សេវាសុខភាព

### នៅក្នុងប្រទេសកម្ពុជា

នៅក្នុងប្រទេសកម្ពុជា នៅក្នុងប្រទេសកម្ពុជា

### សេវាកម្មផ្នែកច្បាប់ និងយុត្តិធម៌

សេវាកម្មផ្នែកច្បាប់ និងយុត្តិធម៌ សេវាកម្មផ្នែកច្បាប់ និងយុត្តិធម៌



# ការរក្សាសុវត្ថិភាព

## ការធ្វើចំណាកស្រុកនិងអំពើហិង្សាលើស្ត្រី



យើងដឹងថា ការធ្វើចំណាកស្រុកដើម្បីការងារអាចជា បទពិសោធន៍វិជ្ជមានមួយសម្រាប់ស្ត្រី។ តាមរយៈ ការធ្វើចំណាកស្រុក ភាពរឹងមាំ និងអាចជួយផ្គត់ផ្គង់ទ្រព្យសម្បត្តិ។

ប៉ុន្តែការងារជាច្រើនក៏ស្មើមួយចំនួនដែលធ្វើ ចំណាកស្រុកដើម្បីការងារ បែបនេះមិនអាចទទួលបានការងារ ដែលមានប្រាក់ខ្ពស់ ឬការគាំទ្រណាមួយឡើយ។



ការណែនាំក៏ធ្វើឱ្យស្ត្រីប្រឈមនឹងអំពើហិង្សាការណែនាំ បំពាន ការកេងប្រវ័ញ្ច និងការជួយដល់ផងដែរ។

### អ្នកមានសិទ្ធិ!

មិនថាស្ថានភាពផ្ទៃក្នុងរបស់អ្នកបែបណា ក៏ស្ត្រីតាំងអស់ស្មារតី តែមាន សិទ្ធិសំរេចចិត្តដោយគ្មានការបៀតបៀន ការកេងប្រវ័ញ្ច និងអំពើហិង្សា។



# ការបញ្ជូនបន្តសម្រាប់អ្នករួចផុត

## ពីអំពើហិង្សា

ស្ត្រីដែលកំពុងជួបប្រទះអំពើហិង្សា អាចទទួលបានសេវាសំខាន់ៗដូចជា ការថែទាំសុខភាព សេវាសុវត្ថិភាព និងសន្តិសុខ សេវាផ្នែកច្បាប់ សេវាសង្គម និងជំនួយផ្នែកសេដ្ឋកិច្ច។ ប៉ុន្តែវានៅតែ អាចពិបាកក្នុងការដឹងថា គួរតែចាប់ផ្តើមពីកន្លែងណា!



## កន្លែងដែលត្រូវទទួលបានជំនួយ?

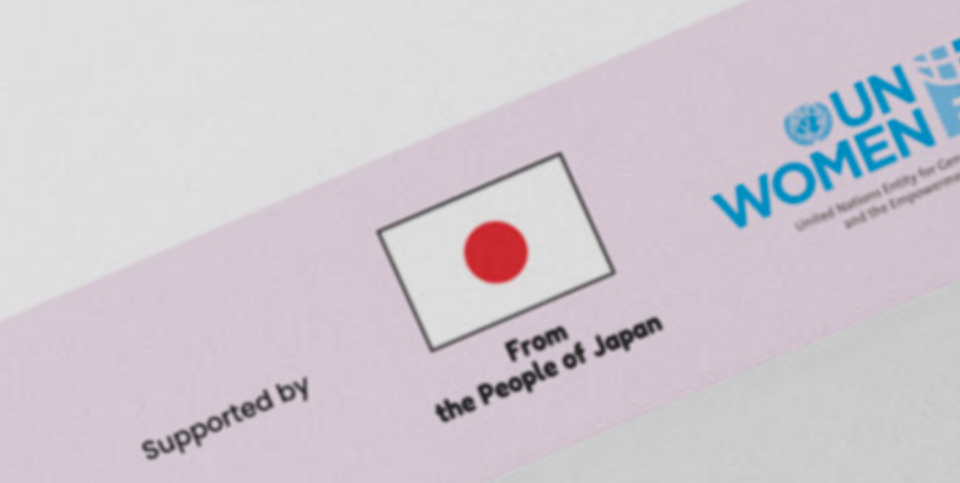
មនុស្សគ្រប់រូបមានសិទ្ធិទទួលបានជំនួយ។ ប្រសិនបើអ្នកកំពុងជួបប្រទះ អំពើហិង្សា មានកន្លែងជាច្រើនដែលអ្នកអាចទាក់ទងសម្រាប់ជំនួយ។



# កន្លែងស្វែងរកជំនួយ នៅក្នុងប្រទេសកម្ពុជា

មនុស្សគ្រប់រូបមានសិទ្ធិក្នុងការទទួលបានជំនួយ។ ប្រសិនបើអ្នកជួបប្រទះអំពើ ហិង្សាយេនឌ័រ មានកន្លែងជាច្រើនដែលអ្នកអាចទាក់ទងសុំជំនួយបាន។

- ទស្សនាវដ្តី/សេវាសុវត្ថិភាព**  
 ជួយក្នុងការប្រយុទ្ធនឹងការរក្សាសុវត្ថិភាព និងការការពារអតិថិជន  
 855-23-997919 / 1288  
[www.facebook.com/CambodianAnti-Human-Trafficking-Juvenile-Protection-polic](http://www.facebook.com/CambodianAnti-Human-Trafficking-Juvenile-Protection-polic)  
 1657135634608745
- វិស័យសង្គមកិច្ច**  
 អង្គការកម្ពុជាដើម្បីជួយស្ត្រីមានវិបត្តិ  
 855-23-997967  
[www.cwcc.org.kh](http://www.cwcc.org.kh)  
[www.facebook.com/CambodianWomen-CrisisCenter-cwcc](http://www.facebook.com/CambodianWomen-CrisisCenter-cwcc)
- ក្រសួងកិច្ចការនារី**  
<https://www.facebook.com/mowa.go.vh?mibextid=LQJAd>
- បណ្តាញទូរស័ព្ទជំនួយទូកំពង់ចាម**  
 093 777 900 និង 085 777 900  
 (facebook: kon)  
[facebook.com/mowa.gov.kh](http://facebook.com/mowa.gov.kh)  
[facebook.com/PDOWA](http://facebook.com/PDOWA)
- បន្ទាយមានជ័យ**  
 012 523 366  
 089 334 492
- បាត់ដំបង**  
 010 892 604  
 012 742 733
- សៀមរាប**  
 012 428 766  
 092 317 778
- សេវាសុខភាព**  
 មន្ទីរពេទ្យកាល់ម៉ែត  
 855-23-426948  
[www.calmette.gov.kh](http://www.calmette.gov.kh)  
 មន្ទីរពេទ្យមិត្តភាពខ្មែរ-សូវៀត  
 855-23-424373  
[www.facebook.com/pages/Khmer-Soviet-Friendship-Hospital/119281428148602](http://www.facebook.com/pages/Khmer-Soviet-Friendship-Hospital/119281428148602)  
 មន្ទីរពេទ្យ ព្រះគុសមៈ  
 855-23-883047  
[www.facebook.com/Perah-Kosamak-Hospital82759274004690](http://www.facebook.com/Perah-Kosamak-Hospital82759274004690)
- ខ្សែទូរស័ព្ទទាក់ទងហេតុការណ៍ និងជម្រកសុវត្ថិភាព**  
 បណ្តាញទូរស័ព្ទជំនួយកុមារកម្ពុជា  
 1280  
[www.childhelpline.org.kh](http://www.childhelpline.org.kh)  
[www.facebook.com/chci280](http://www.facebook.com/chci280)



# ការបញ្ជូនបន្តសម្រាប់អ្នករួចផុត

## ពីអំពើហិង្សា

ស្ត្រីដែលកំពុងជួបប្រទះអំពើហិង្សា អាចទទួលបានសេវាសំខាន់ៗដូចជា ការថែទាំសុខភាព សេវាសុវត្ថិភាពនិងសន្តិសុខ សេវាផ្នែកច្បាប់ សេវាសង្គម និងជំនួយផ្នែកសេដ្ឋកិច្ច។ ប៉ុន្តែ នៅតែអាចពិបាកក្នុងការដឹងថា គួរតែចាប់ផ្តើមពីកន្លែងណា!



### កន្លែងដែលត្រូវទទួលបានជំនួយ?

មនុស្សគ្រប់រូបមានសិទ្ធិទទួលបានជំនួយ។ ប្រសិនបើអ្នកកំពុងជួបប្រទះអំពើហិង្សា មានកន្លែងជាច្រើនដែលអ្នកអាច ទាក់ទងសម្រាប់ជំនួយ។



### កន្លែងស្វែងរកជំនួយ នៅក្នុងប្រទេសកម្ពុជា

មនុស្សគ្រប់រូបមានសិទ្ធិក្នុងការទទួលបានជំនួយ។ ប្រសិនបើអ្នកជួបប្រទះអំពើហិង្សាយេនឌ័រ មានកន្លែង ជាច្រើនដែលអ្នកអាចទាក់ទងសុំជំនួយបាន។

- នគរបាល/សហយុត្តិធម៌**
  - នាយកដ្ឋានប្រឆាំងការជួញដូរមនុស្ស និងការពារអនិធិជន
    - ☎ 855-23-997919 / 1288
    - www.facebook.com/Cambodian-Anti-human-Trafficking-Juvenile-Protection-Police-1657135634508745
- ការងារ**
  - ក្រសួងការងារ និងបណ្តុះបណ្តាលវិជ្ជាជីវៈ
    - ☎ 855-23-884375
    - www.mvt.gov.kh
  - www.facebook.com/mvt.kh
  - អង្គការផ្តល់ជំនួយផ្លូវច្បាប់ដល់កុមារ និងស្ត្រី
    - ☎ 855-77 455 516
    - www.lscw.org
    - www.facebook.com/LSCW02
- វិស័យសង្គមកិច្ច**
  - អង្គការកម្ពុជាដើម្បីជួយស្ត្រីមានវិបត្តិ
    - ☎ 855-23-997967
    - www.cwcc.org.kh
  - www.facebook.com/Cambodian-Womens-CrisisCenter/cwcc
  - ក្រសួងកិច្ចការនារី
    - https://www.facebook.com/mowa.gov.kh?mibextid=LQQJ4d
  - បណ្តាញទូរស័ព្ទជំនួយក្នុងស្រុក
    - ☎ 093 777 900 និង 085 777 900
    - (facebook icon) facebook.com/mowa.gov.kh.facebook.com/PDOWA
  - បន្ទាយមានជ័យ សៀមរាប
    - ☎ 012 523 366 ☎ 012 428 766
    - ☎ 089 334 492 ☎ 092 317 778
  - បាត់ដំបង
    - ☎ 010 892 604
    - ☎ 012 742 733
- សេវាសុខភាព**
  - មន្ទីរពេទ្យកាលីម៉ែត
    - ☎ 855-23-426948
    - www.calmette.gov.kh
  - មន្ទីរពេទ្យមិត្តភាពខ្មែរ - សូវៀត
    - ☎ 855-23-424373
  - www.facebook.com/pages/Kimer-Soviet-Friendship-Hospital/1192814281486602
  - មន្ទីរពេទ្យ ព្រះកុសមៈ
    - ☎ 855-23-883047
  - www.facebook.com/Perah-Koisamak-Hospital827358274004690
- ខ្សែទូរស័ព្ទទាន់ហេតុការណ៍ និងជម្រកសុវត្ថិភាព**
  - បណ្តាញទូរស័ព្ទជំនួយកុមារកម្ពុជា
    - ☎ 1280
    - www.childhelpline.org.kh
    - www.facebook.com/chc1280



# ការរក្សាសុវត្ថិភាព

## ការធ្វើចំណាកស្រុកនិងអំពើហិង្សាលើស្ត្រី

យើងដឹងថា ការធ្វើចំណាកស្រុកដើម្បីការងារអាចជាបទពិសោធន៍វិជ្ជមានមួយសម្រាប់ស្ត្រី។ តាមរយៈការធ្វើចំណាកស្រុក ស្ត្រីអាចទទួលបានជំនាញ និង បទពិសោធន៍ថ្មីៗ ភាពជឿជាក់ និងអាចជួយផ្គត់ផ្គង់គ្រួសាររបស់ពួកគេ។

ប៉ុន្តែចោទជាយ៉ាងនេះក្តី ក៏ស្ត្រីមួយចំនួនដែលធ្វើចំណាកស្រុកដើម្បីការងារ បែរជាទទួលបានការងារដែលមានប្រាក់ខែទាប ថែមទាំងត្រូវបានប្រមូលនិធិ ព្រមទាំងមិនមានការគាំពារ ឬការគាំទ្រណាមួយឡើយ។

ការណ៍នេះក៏ធ្វើឱ្យស្ត្រីប្រឈមមុខនឹង អំពើហិង្សា ការរំលោភបំពាន ការកេងប្រវ័ញ្ច និងការជួញដូរផងដែរ។

**អ្នកមានសិទ្ធិ!**

មិនថាស្ថានភាពផ្នែកច្បាប់របស់អ្នកបែបណា ក៏ស្ត្រីទាំងអស់សុទ្ធ តែមានសិទ្ធិរស់នៅដោយគ្មានការបៀតបៀន ការកេងប្រវ័ញ្ច និងអំពើហិង្សា។ ប្រសិនបើអ្នកកំពុងជួបប្រទះអំពើហិង្សាមានកន្លែងជាច្រើនដែលអ្នកអាចទាក់ទងសម្រាប់ជំនួយ។

**កន្លែងស្វែងរកជំនួយ**

**នៅខាងក្រៅប្រទេសកម្ពុជា**

| ប្រទេស | ប៉ូស៊ីស | សេវាកម្ម   |
|--------|---------|--|
|        | 1288    | 1280 (បណ្តាញទូរស័ព្ទជំនួយ)                                 |
|        | 112     | 081317617622 (មជ្ឈមណ្ឌលពង្រឹងសិទ្ធិស្ត្រី និងកុមារ P2TF2A) |
|        | 191     | 1362 (សហភាពស្ត្រីមាឡា)                                     |
|        | 999     | 03 7956 3488 (អង្គការជំនួយស្ត្រី)                          |
|        | 199     | 067 3 404 222 (អ្នករិក្សាសហភាព)                            |
|        | 177     | 0919 777 7377 (មជ្ឈមណ្ឌលការពារស្ត្រី និងកុមារ PNP)         |
|        | 999     | 1800 777 5555 (អង្គការយល់ដឹង) 6341 5535 (ផ្ទះ*)            |
|        | 191     | 1300 (មជ្ឈមណ្ឌលដោះស្រាយវិបត្តិម)                           |
|        | 113     | 1900 96 96 80  |



# ជំនួយតែងតែអាចរកបាន

## សូមស្វាគមន៍មកកាន់កញ្ចប់ឧបករណ៍ការពារផ្ទាល់ខ្លួនរបស់អ្នក។

នៅក្នុងកញ្ចប់នេះមាន៖

- ម៉ាស់ដែលប្រើហើយចោលបាន
- ម៉ាស់ដែលអាចប្រើឡើងវិញបាន
- តេស្តរហ័សកូវីដ-១៩
- អាល់កុលបាញ់
- ស្ពីក័រ
- ព័ត៌មានសំខាន់អំពីសិទ្ធិរបស់អ្នក និងសេវាកម្មជំនួយ។

## ការធ្វើចំណាកស្រុកដោយសុវត្ថិភាព

«ដំណើរឆ្លងដែនរបស់ខ្ញុំ» គឺជាកម្មវិធីទូរស័ព្ទដែលបង្កើតឡើងសម្រាប់ពលករចំណាកស្រុកកម្ពុជាដែលកម្មវិធីនេះពេញទៅដោយព័ត៌មានសំខាន់ៗដែលអ្នកគួរដឹងអំពីសិទ្ធិរបស់អ្នកនិងរបៀបធ្វើចំណាកស្រុកប្រកបដោយសុវត្ថិភាព។

ទិដ្ឋភាព លិខិតឆ្លងដែន កិច្ចសន្យា ការជ្រើសរើសបុគ្គលិក សុវត្ថិភាព និងសន្តិសុខ សិទ្ធិផ្លូវច្បាប់ សេវាកម្ម ទូរស័ព្ទជំនួយ

តាមរយៈកម្មវិធីនេះតាមរយៈ តំលៃក្រាប និង 00 0000

