



# Calendar 2021

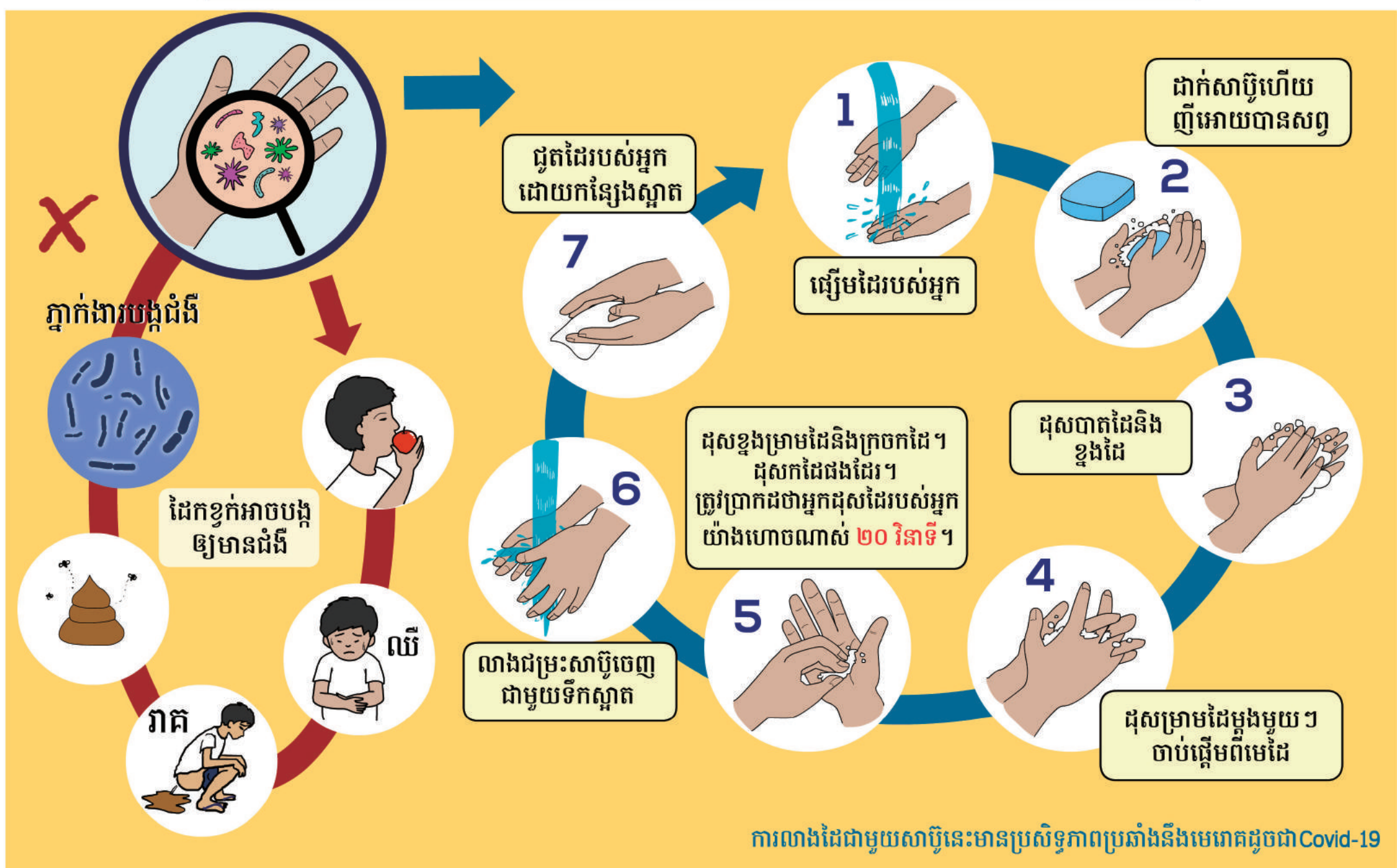
Establishment of Environmental Conservation Platform of Tonle Sap Lake

SATREPS - JICA/JST  
JPMJSA1503






**វិធីលាងដៃជាមួយសាប៊ូឲ្យបានត្រឹមត្រូវ**



# אנחנו

ច័ន្ទ	អង្គារ	ពុធ	ព្រហ	សុក្រ	សៅរ៍	អាទិត្យ
				1 ៣ រោច បុស្ស	2 ៤ រោច បុស្ស	3 ៥ រោច បុស្ស
4 ៦ រោច បុស្ស	5 ៧ រោច បុស្ស	6  ៨ រោច បុស្ស	7 ៩ រោច បុស្ស	8 ១០ រោច បុស្ស	9 ១១ រោច បុស្ស	10 ១២ រោច បុស្ស
11 ១៣ រោច បុស្ស	12 ១៤ រោច បុស្ស	13  ១៥ រោច បុស្ស	14 ១កើត មាឃ	15 ២ កើត មាឃ	16 ៣ កើត មាឃ	17 ៤កើត មាឃ
18 ៥ កើត មាឃ	19 ៦ កើត មាឃ	20 ៧កើត មាឃ	21  ៨ កើត មាឃ	22 ៩ កើត មាឃ	23 ១០ កើត មាឃ	24 ១១កើត មាឃ
25 ១២ កើត មាឃ	26 ១៣ កើត មាឃ	27 ១៤ កើត មាឃ	28  ១៥កើត មាឃ	29 ១ រោច មាឃ	30 ២ រោច មាឃ	31 ៣ រោច មាឃ

01- ទិវាចូលឆ្នាំសកល

07- ទិវាជ័យជំនះលើរបបប្រល័យពូជសាសន៍

28- ពិធីបុណ្យមាឃបូជា

ថ្ងៃឈប់សម្រាកនិងថ្ងៃមុឈ្យផ្សេងៗ

ក្រុមហ៊ុន

ច័ន្ទ	អង្គារ	ពុធ	ព្រហ	សុក្រ	សៅរ៍	អាទិត្យ
1	2	3	4	5 	6	7
៤ រោច មាឃ	៥ រោច មាឃ	៦ រោច មាឃ	៧ រោច មាឃ	៨ រោច មាឃ	៩ រោច មាឃ	១០ រោច មាឃ
8	9	10	11 	12	13	14
១១ រោច មាឃ	១២ រោច មាឃ	១៣ រោច មាឃ	១៤ រោច មាឃ	១ កើត ជល្លន	២ កើត ជល្លន	៣ កើត ជល្លន
15	16	17	18	19 	20	21
៤ កើត ជល្លន	៥ កើត ជល្លន	៦ កើត ជល្លន	៧ កើត ជល្លន	៨ កើត ជល្លន	៩ កើត ជល្លន	១០ កើត ជល្លន
22	23	24	25	26 	27	28
១១ កើត ជល្លន	១២ កើត ជល្លន	១៣ កើត ជល្លន	១៤ កើត ជល្លន	១៥ កើត ជល្លន	១ រោច ជល្លន	២ រោច ជល្លន

ថ្ងៃឈប់សម្រាកនិងថ្ងៃបុណ្យផ្សេងៗ

តើនឹងមានអ្វីកើតឡើងប្រសិនបើអ្នកដឹកទឹកបីដៃដែលមិនបានសម្អាតឲ្យបានត្រឹមត្រូវ?

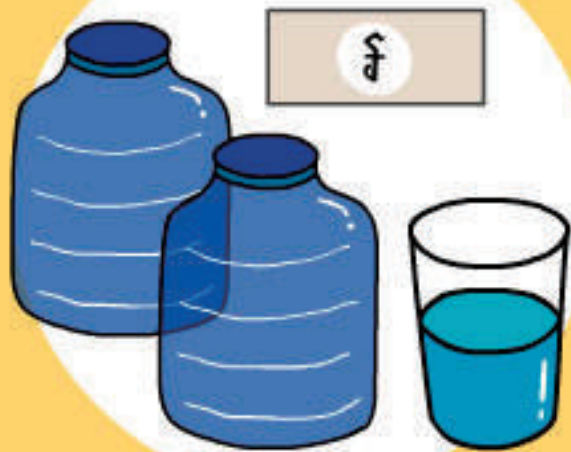


# វិនិយោគលើទឹកស្អាតនិងមានសុខភាពល្អ


ទិញទឹកស្អាតពីប្រភព  
ដែលអាចទុកចិត្តបាន ឬក៏ឆ្លង  
កាត់ការសម្អាតបានត្រឹមត្រូវ

## ទឹកស្អាតសម្រាប់ផឹក

មានសុខភាពល្អ  
ហើយអាចទៅ  
សាលារៀន ឬ ធ្វើការបាន







ឧសភា

ច័ន្ទ	អង្គារ	ពុធ	ព្រហ	សុក្រ	សៅរ៍	អាទិត្យ
					1 ៥ រោច ពិសាខ	2 ៦ រោច ពិសាខ
3 ៧ រោច ពិសាខ	4  ៨ រោច ពិសាខ	5 ៩ រោច ពិសាខ	6 ១០ រោច ពិសាខ	7 ១១ រោច ពិសាខ	8 ១២ រោច ពិសាខ	9 ១៣ រោច ពិសាខ
10 ១៤ រោច ពិសាខ	11  ១៥ រោច ពិសាខ	12 ១ កើត ជេស្ឋ	13 ២ កើត ជេស្ឋ	14 ៣ កើត ជេស្ឋ	15 ៤ កើត ជេស្ឋ	16 ៥ កើត ជេស្ឋ
17 ៦ កើត ជេស្ឋ	18 ៧ កើត ជេស្ឋ	19  ៨ កើត ជេស្ឋ	20 ៩ កើត ជេស្ឋ	21 ១០ កើត ជេស្ឋ	22 ១១ កើត ជេស្ឋ	23 ១២ កើត ជេស្ឋ
24 ១៣ កើត ជេស្ឋ	25 ១៤ កើត ជេស្ឋ	26  ១៥ កើត ជេស្ឋ	27 ១ រោច ជេស្ឋ	28 ២ រោច ជេស្ឋ	29 ៣ រោច ជេស្ឋ	30 ៤ រោច ជេស្ឋ
31 ៥ រោច ជេស្ឋ	០១- ទិវាពលកម្មអន្តរជាតិ 14- ចម្រើនព្រះជន្ម ព្រះករុណាព្រះបាទសម្តេច ព្រះបរមនាថ នរោត្តមសីហមុនី 20- ទិវាជាតិនៃការចងចាំ					

ថ្ងៃឈប់សម្រាកនិងថ្ងៃបុណ្យផ្សេងៗ

មីធីនា

ច័ន្ទ	អង្គារ	ពុធ	ព្រ.ហ	សុក្រ	សៅរ៍	អាទិត្យ
	1 ៦ រោច ជេស្ឋ	2 ៧ រោច ជេស្ឋ	3 ៨ រោច ជេស្ឋ 	4 ៩ រោច ជេស្ឋ	5 ១០ រោច ជេស្ឋ	6 ១១ រោច ជេស្ឋ
7 ១២ រោច ជេស្ឋ	8 ១៣ រោច ជេស្ឋ	9 ១៤ រោច ជេស្ឋ 	10 ១ កើត បឋមសាធន	11 ២ កើត បឋមសាធន	12 ៣ កើត បឋមសាធន	13 ៤ កើត បឋមសាធន
14 ៥ កើត បឋមសាធន	15 ៦ កើត បឋមសាធន	16 ៧ កើត បឋមសាធន	17 ៨ កើត បឋមសាធន 	18 ៩ កើត បឋមសាធន	19 ១០ កើត បឋមសាធន	20 ១១ កើត បឋមសាធន
21 ១២ កើត បឋមសាធន	22 ១៣ កើត បឋមសាធន	23 ១៤ កើត បឋមសាធន	24 ១៥ កើត បឋមសាធន 	25 ១ រោច បឋមសាធន	26 ២ រោច បឋមសាធន	27 ៣ រោច បឋមសាធន
28 ៤ រោច បឋមសាធន	29 ៥ រោច បឋមសាធន	30 ៦ រោច បឋមសាធន				

០1- ទិវាកុមារពលកម្មអន្តរជាតិ

18- ព្រះរាជពិធីបុណ្យចម្រើនព្រះជន្ម សម្តេចព្រះមហាក្សត្រី នរោត្តម មុនីនាថ សីហមុនី

ថ្ងៃឈប់សម្រាកនិងថ្ងៃមុនារៀបចំ

## ការប្រើប្រាស់ចុងក្រោយ

សីហា



# របៀបប្រើប្រាស់ទឹកបីដប្រភេទដោយសុវត្ថិភាព

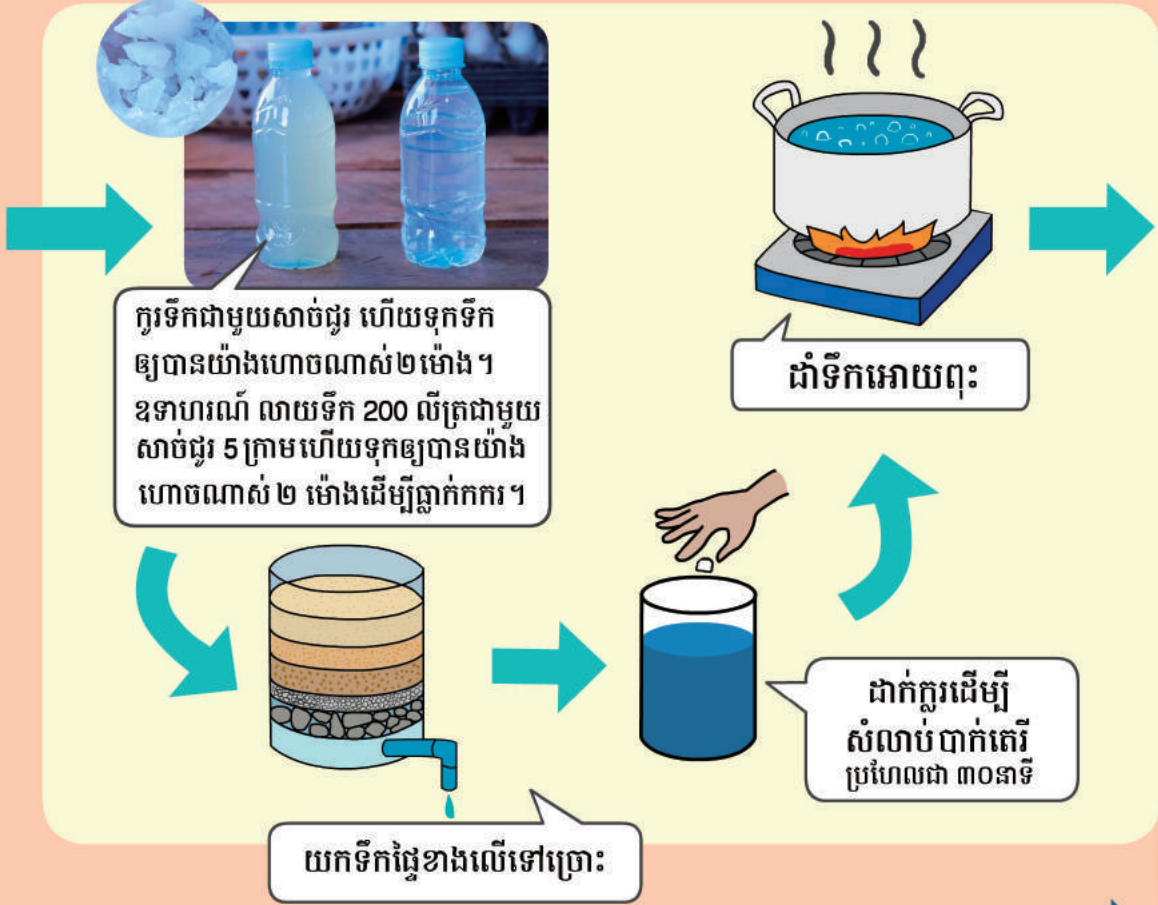
## ការប្រមូលទឹក

## ការសម្អាតទឹក

## ការប្រើប្រាស់ ចុងក្រោយ



បឹងដែលគ្មានមនុស្សរស់នៅជិត ឬជាបឹងដែលគុណភាពទឹកមិនមាន រងផលប៉ះពាល់ពីសកម្មភាពមនុស្ស ឧទាហរណ៍ (សកម្មភាពកសិកម្ម និង ឧស្សាហកម្ម)



សម្រាប់ផឹក ចម្អិនអាហារ លាងម្ហូបនិងបន្លែនៅ និងលាងបាន



ដូតទឹក

## កញ្ញា

ច័ន្ទ	អធ្ឋារ	ពុធ	ព្រហស្ប	សុក្រ	សៅរ៍	អាទិត្យ
		1	2	3	4	5
		៩ រោច ស្រាពណ៍	១០ រោច ស្រាពណ៍	១១ រោច ស្រាពណ៍	១២ រោច ស្រាពណ៍	១៣ រោច ស្រាពណ៍
6 ឡាត	7 ១ កើត ក្របបទ	8 ២ កើត ក្របបទ	9 ៣ កើត ក្របបទ	10 ៤ កើត ក្របបទ	11 ៥ កើត ក្របបទ	12 ៦ កើត ក្របបទ
13 ៧ កើត ក្របបទ	14 ៨ កើត ក្របបទ	15 ៩ កើត ក្របបទ	16 ១០ កើត ក្របបទ	17 ១១ កើត ក្របបទ	18 ១២ កើត ក្របបទ	19 ១៣ កើត ក្របបទ
20 ១៤ កើត ក្របបទ	21 ១៥ កើត ក្របបទ	22 ១ រោច ក្របបទ	23 ២ រោច ក្របបទ	24 ៣ រោច ក្របបទ	25 ៤ រោច ក្របបទ	26 ៥ រោច ក្របបទ
27 ៦ រោច ក្របបទ	28 ៧ រោច ក្របបទ	29 ៨ រោច ក្របបទ	30 ៩ រោច ក្របបទ			

24 ទិវាប្រកាសរដ្ឋធម្មនុញ្ញ

ថ្ងៃឈប់សម្រាកនិងថ្ងៃមុនឈប់ផ្សេងៗ

## តុលា

ច័ន្ទ	អធ្ឋារ	ពុធ	ព្រហស្ប	សុក្រ	សៅរ៍	អាទិត្យ
				1	2	3
				១០ រោច ក្របបទ	១១ រោច ក្របបទ	១២ រោច ក្របបទ
4 ១៣ រោច ក្របបទ	5 ១៤ រោច ក្របបទ	6 ១៥ រោច ក្របបទ	7 ១ កើត អស្សុជ	8 ២ កើត អស្សុជ	9 ៣ កើត អស្សុជ	10 ៤ កើត អស្សុជ
11 ៥ កើត អស្សុជ	12 ៦ កើត អស្សុជ	13 ៧ កើត អស្សុជ	14 ៨ កើត អស្សុជ	15 ៩ កើត អស្សុជ	16 ១០ កើត អស្សុជ	17 ១១ កើត អស្សុជ
18 ១២ កើត អស្សុជ	19 ១៣ កើត អស្សុជ	20 ១៤ កើត អស្សុជ	21 ១៥ កើត អស្សុជ	22 ១ រោច អស្សុជ	23 ២ រោច អស្សុជ	24 ៣ រោច អស្សុជ
25 ៤ រោច អស្សុជ	26 ៥ រោច អស្សុជ	27 ៦ រោច អស្សុជ	28 ៧ រោច អស្សុជ	29 ៨ រោច អស្សុជ	30 ៩ រោច អស្សុជ	31 ១០ រោច អស្សុជ

05 ពិធីបុណ្យភ្ជុំបិណ្ឌ 06 ពិធីបុណ្យភ្ជុំបិណ្ឌ 07 ពិធីបុណ្យភ្ជុំបិណ្ឌ  
15 ពិធីគោរពព្រះវិញ្ញាណក្ខន្ធ ព្រះករុណាព្រះបាទសម្តេចន រតន្ត្រីសីហមុនី  
21 ចេញវស្សា 22 កបិនកាល  
23 ទិវាលើកខួបកិច្ចព្រមព្រៀងសន្តិភាពទីក្រុងប៉ារីស  
29 ព្រះរាជពិធីត្រងព្រះបរមរាជវាំងសម្បត្តិរបស់ព្រះករុណា ព្រះបាទសម្តេច ព្រះបរមនាថ នរោត្តម សីហមុនី  
ថ្ងៃឈប់សម្រាកនិងថ្ងៃមុនឈប់ផ្សេងៗ

# របៀបប្រើប្រាស់ទឹកស្អាតប្រកបដោយសុវត្ថិភាព



**ទិញទឹកស្អាតពីកន្លែងផលិតទឹកស្អាត  
ដែលជឿទុកចិត្តបាន**

**ទិញទឹកដបពីកន្លែងដែល  
ជឿទុកចិត្តបាន**

**ត្រូវប្រាកដថាធុងទឹកត្រូវបានលាងសម្អាត  
ជាមួយទឹកស្អាត មុននឹងស្តុកទឹកទុក**

# ការប្រើប្រាស់



សម្រាប់ជីក ចម្អិនអាហារ  
លាងម្ហូបនៅឬបន្លែនៅ និងលាងចាន

ចំនួន	អន្តរា	ពុទ្ធ	ប្រ.ហ	សុក្រ	សៅរ៍	អាទិត្យ
1 ១១ រោច អស្សុជ	2 ១២ រោច អស្សុជ	3 ១៣ រោច អស្សុជ	4 ១៤ រោច អស្សុជ 	5 ១ កើត កត្តិក	6 ២ កើត កត្តិក	7 ៣ កើត កត្តិក
8 ៤ កើត កត្តិក	9 ៥ កើត កត្តិក	10 ៦ កើត កត្តិក	11 ៧ កើត កត្តិក	12 ៨ កើត កត្តិក 	13 ៩ កើត កត្តិក	14 ១០ កើត កត្តិក
15 ១១ កើត កត្តិក	16 ១២ កើត កត្តិក	17 ១៣ កើត កត្តិក	18 ១៤ កើត កត្តិក	19 ១៥ កើត កត្តិក 	20 ១ រោច កត្តិក	21 ២ រោច កត្តិក
22 ៣ រោច កត្តិក	23 ៤ រោច កត្តិក	24 ៥ រោច កត្តិក	25 ៦ រោច កត្តិក	26 ៧ រោច កត្តិក	27 ៨ រោច កត្តិក 	28 ៩ រោច កត្តិក
29 ១០ រោច កត្តិក	30 ១១ រោច កត្តិក					

09 ពិធីបុណ្យឯករាជ្យជាតិ  
18 បុណ្យអុំទូក បណ្តែតប្រទីប អកអំបុក សំពះព្រះខែ  
19 បុណ្យអុំទូក បណ្តែតប្រទីប អកអំបុក សំពះព្រះខែ  
20 បុណ្យអុំទូក បណ្តែតប្រទីប អកអំបុក សំពះព្រះខែ

**ថ្ងៃឈប់សម្រាកនិងថ្ងៃបុណ្យផ្សេងៗ**

二つ

ច័ន្ទ	អង្គារ	ពុធ	ព្រហ	សុក្រ	សៅរ៍	អាទិត្យ
		1 ១២ រោច កក្កិក	2 ១៣ រោច កក្កិក	3 ១៤ រោច កក្កិក	4  ១៥ រោច កក្កិក	5 ១ កើត មិគសិរ
6 ២ កើត មិគសិរ	7 ៣ កើត មិគសិរ	8 ៤ កើត មិគសិរ	9 ៥ កើត មិគសិរ	10 ៦ កើត មិគសិរ	11 ៧ កើត មិគសិរ	12  ៨ កើត មិគសិរ
13 ៩ កើត មិគសិរ	14 ១០ កើត មិគសិរ	15 ១១ កើត មិគសិរ	16 ១២ កើត មិគសិរ	17 ១៣ កើត មិគសិរ	18 ១៤ កើត មិគសិរ	19  ១៥ កើត មិគសិរ
20 ១ រោច មិគសិរ	21 ២ រោច មិគសិរ	22 ៣ រោច មិគសិរ	23 ៤ រោច មិគសិរ	24 ៥ រោច មិគសិរ	25 ៦ រោច មិគសិរ	26 ៧ រោច មិគសិរ
27  ៨ រោច មិគសិរ	28 ៩ រោច មិគសិរ	29 ១០ រោច មិគសិរ	30 ១១ រោច មិគសិរ	31 ១២ រោច មិគសិរ		

## 10 ទិវាសិទ្ធិមនុស្សអន្តរជាតិ

**ថ្ងៃឈប់សម្រាកនិងថ្ងៃបុណ្យផ្សេងៗ**