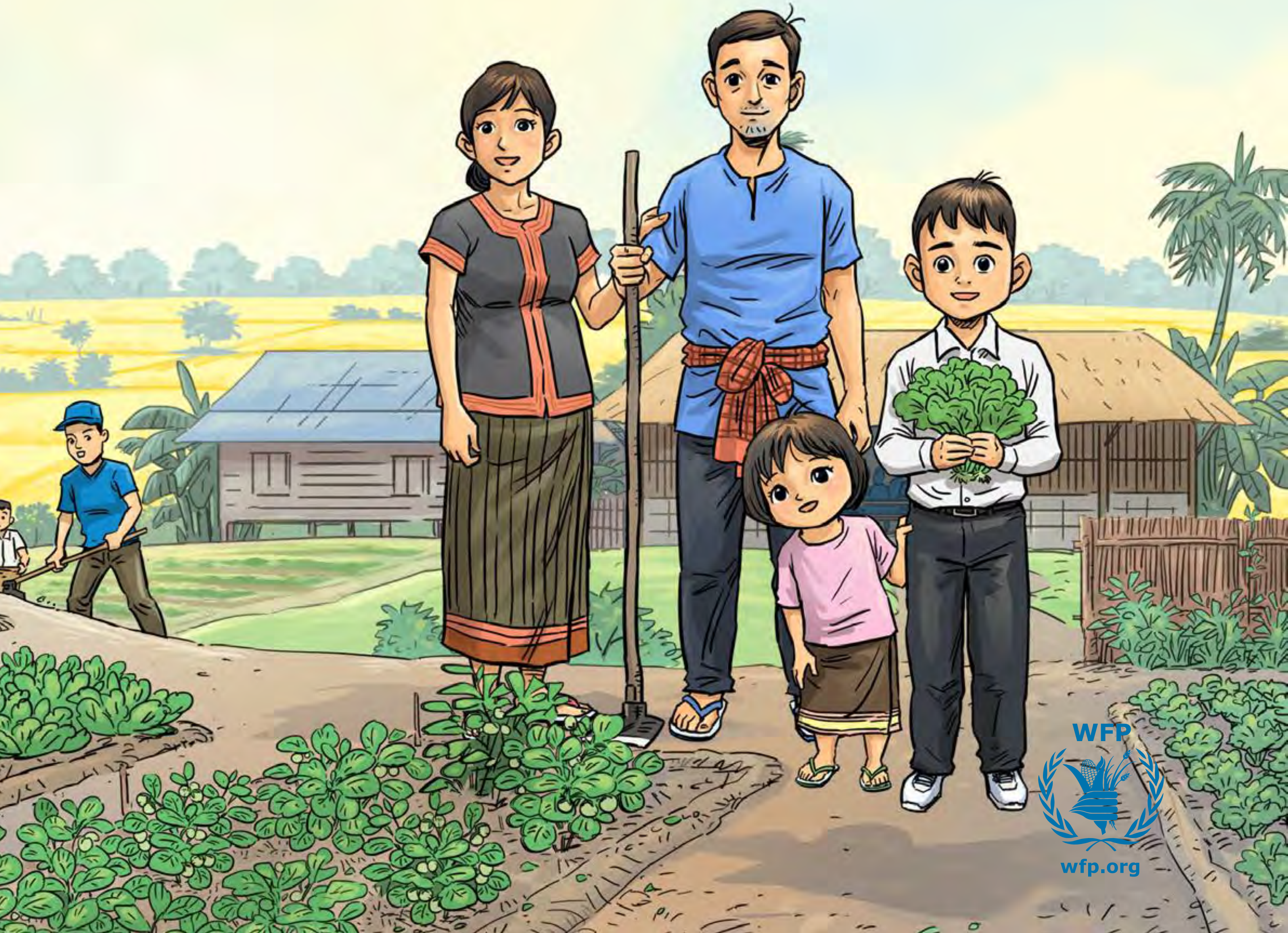
ຊ່ວຍເຫຼືອຊຸມຊົນໃຫ້ມີການດຳລົງຊີວິດທີ່ດີຂຶ້ນໃນໄລຍະຍາວ 2017–2021

ເລື່ອງເລົ່າກ່ຽວກັບ ຊຸມຊົນຂອງ

ທ້າວວັນນາ



WFP

wfp.org

ຊ່ວຍເຫຼືອຊຸມຊົນໃຫ້ມີການດຳລົງຊີວິດທີ່ດີຂຶ້ນໃນໄລຍະຍາວ 2017–2021

ເລື່ອງເລົ່າກ່ຽວກັບ ຊຸມຊົນຂອງ

ທ້າວວັນນາ

ປີນີ້ຝົນບໍ່ຕົກຕາມລະດູການ,
ຄົວເຮືອນທຸກຍາກສ່ວນໜຶ່ງໄດ້ຮັບຜົນກະທົບ

ພວກເຮົາຈະຊ່ວຍກັນແນວໃດ
ເພື່ອແກ້ໄຂບັນຫາເຫຼົ່ານີ້

ມື້ນີ້ພວກເຮົາມາປະຊຸມຮ່ວມກັນ ເພື່ອຊອກຫາວິທີປັບປຸງຊີວິດການ ເປັນຢູ່ຂອງພວກເຮົາໃຫ້ດີຂຶ້ນ
ພວກເຮົາຕ້ອງການຄອງເໝືອງເພື່ອໃຫ້ມີນ້ຳ ເຮັດນາເຮັດສວນ

ເຮົາຈະເຮັດແນວໃດລູກເຕົ້າ ຂອງພວກເຮົາຈຶ່ງຈະໄດ້ກິນອາຫານທີ່ ມີປະໂຫຍດຕໍ່ຮ່າງກາຍ ແລະ ການຮຽນຂອງເຂົາເຈົ້າ?
ການເຮັດສວນຜັກ ແລະ ລ້ຽງໄກ່ໃນໂຮງຮຽນ ເປັນແນວຄິດທີ່ດີບໍ່?

1. ນ້ອງໆນັກຮຽນໄດ້ກິນອາຫານທີ່ມີໂພຊະນາການດີ
ແລະ ມີສຳມະທິໃນການຮ່ຳຮຽນ
ສວນຜັກຂອງ
ພວກເຮົາງາມຫຼາຍ
ການກິນອາຫານຫຼາຍ
ປະເພດແມ່ນມີຜົນ
ປະໂຫຍດຕໍ່ຮ່າງກາຍ
ແລະ ສະໝອງ

ຮ່ວມກັບພະນັກງານອົງການອາຫານໂລກ,
ພວກເຮົາລົງມາຕິດຕາມກິດຈະກຳ
ໃນໂຮງຮຽນຂອງພວກທ່ານ
WFP
ນ້ອງມັກກິນປາ
ພວກນ້ອງ
ມັກກິນຜັກ

ພວກນ້ອງຕ້ອງຊ່ວຍກັນເບິ່ງແຍງໄກ່ຂອງພວກເຮົາເດີ້
ພວກນ້ອງມັກລ້ຽງໄກ່

ພວກເຮົາຕ້ອງຊ່ວຍກັນ
ຮັກສາຄວາມສະອາດ

ກ່ອນ ແລະ ຫລັງກິນ
ອາຫານທຸກຄັ້ງພວກເຮົາ
ຄວນລ້າງມືໃຫ້ສະອາດ

ທຸກຄົນພ້ອມໃຈກັນອອກແຮງງານ

ການຫົດນ້ຳຜັກ
ເຮັດໃຫ້ຂ້ອຍມີຄວາມສຸກ

ຂອບໃຈນຳບັນດາທ່ານທີ່ນຳຜັກມາຂາຍ
ໃຫ້ໂຮງຮຽນ. ເດັກນ້ອຍນັກຮຽນຈະໄດ້
ຮັບຜົນປະໂຫຍດຈາກຜັກເຫຼົ່ານີ້

ເຂົ້າ
ເຂົ້າ

ເພື່ອໃຫ້ນັກຮຽນມີອາຫານກິນຢ່າງພຽງພໍ ແລະ
ຫຼາກຫຼາຍ, ຊຸມຊົນໄດ້ມີການປະກອບສ່ວນອາຫານ
ທີ່ມີຕາມລະດູການປະເພດຕ່າງໆໃຫ້ໂຮງຮຽນ

แซบຫຼາຍ
ຄັກໆ

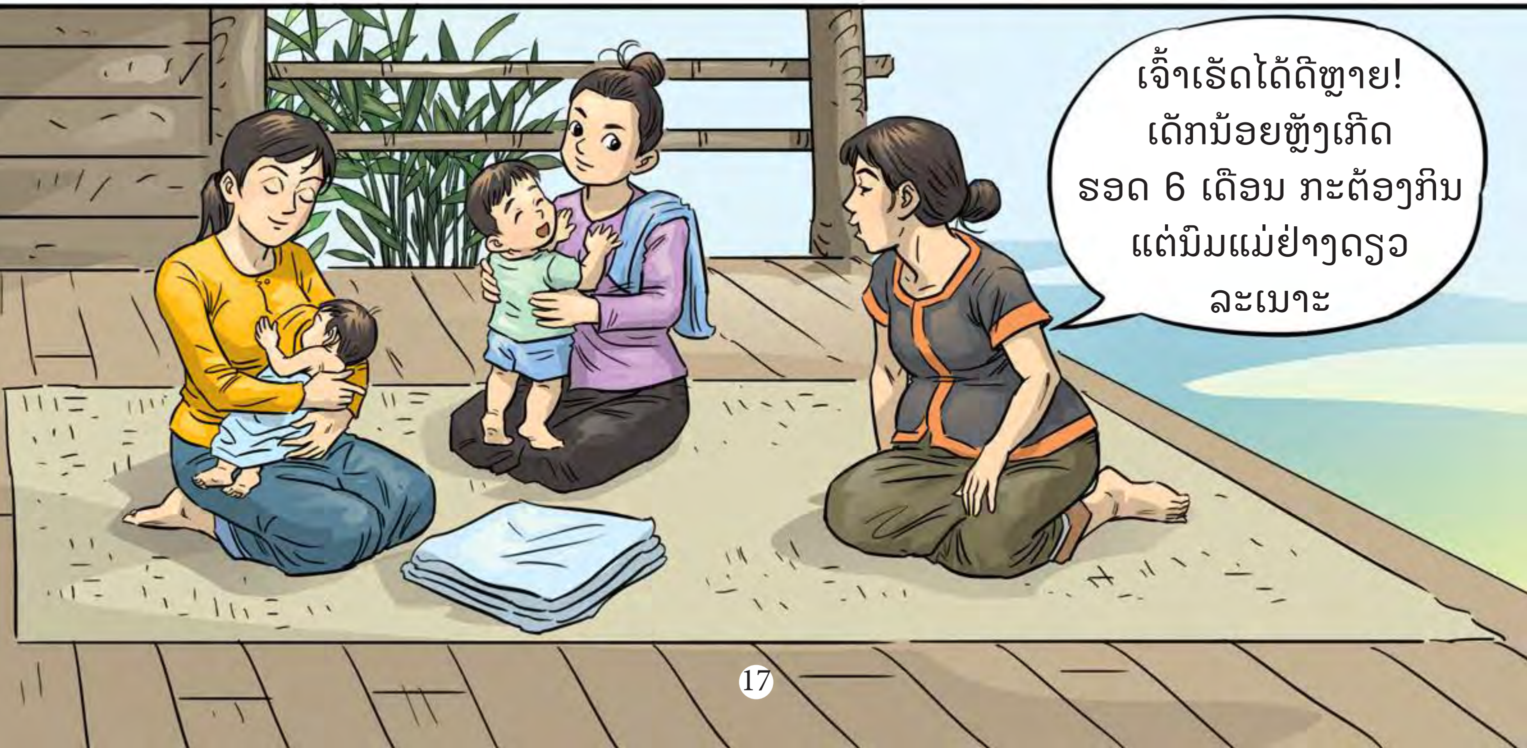
ສຸດຍອດ

2. ການຂາດສານອາຫານສາມາດປ້ອງກັນໄດ້ ໂດຍການເບິ່ງແຍງແມ່ຖືພາ ແລະ ເດັກນ້ອຍນັບແຕ່ມື້ເກີດຈົນຮອດອາຍຸ 2 ປີ

ຮັກສາອະນາໄມ
ເພື່ອປ້ອງກັນພະຍາດ

ກິນເຂົ້າແລ້ວໃຫ້ ເຈົ້າພັກຜ່ອນເດີ້ ຂ້ອຍຊິໄປນາ ກ່ອນເດີ້
ກິນໃຫ້ຫຼາຍເດີ້ແມ່ ເພື່ອນ້ອງໃນທ້ອງນຳ

ອ້ຳ ອ້ຳ !!
ກິນເຂົ້າແລ້ວ
ລະຈະໄດ້ກິນ
ໝາກຫຸ່ງສຸກ
ແຊບແຊບ
ເຂົ້າປຽກ ໃສ່ຊີ້ນປາ,
ຜັກຫຼາຍສີ ເປັນຕາ
ແຊບແທ້

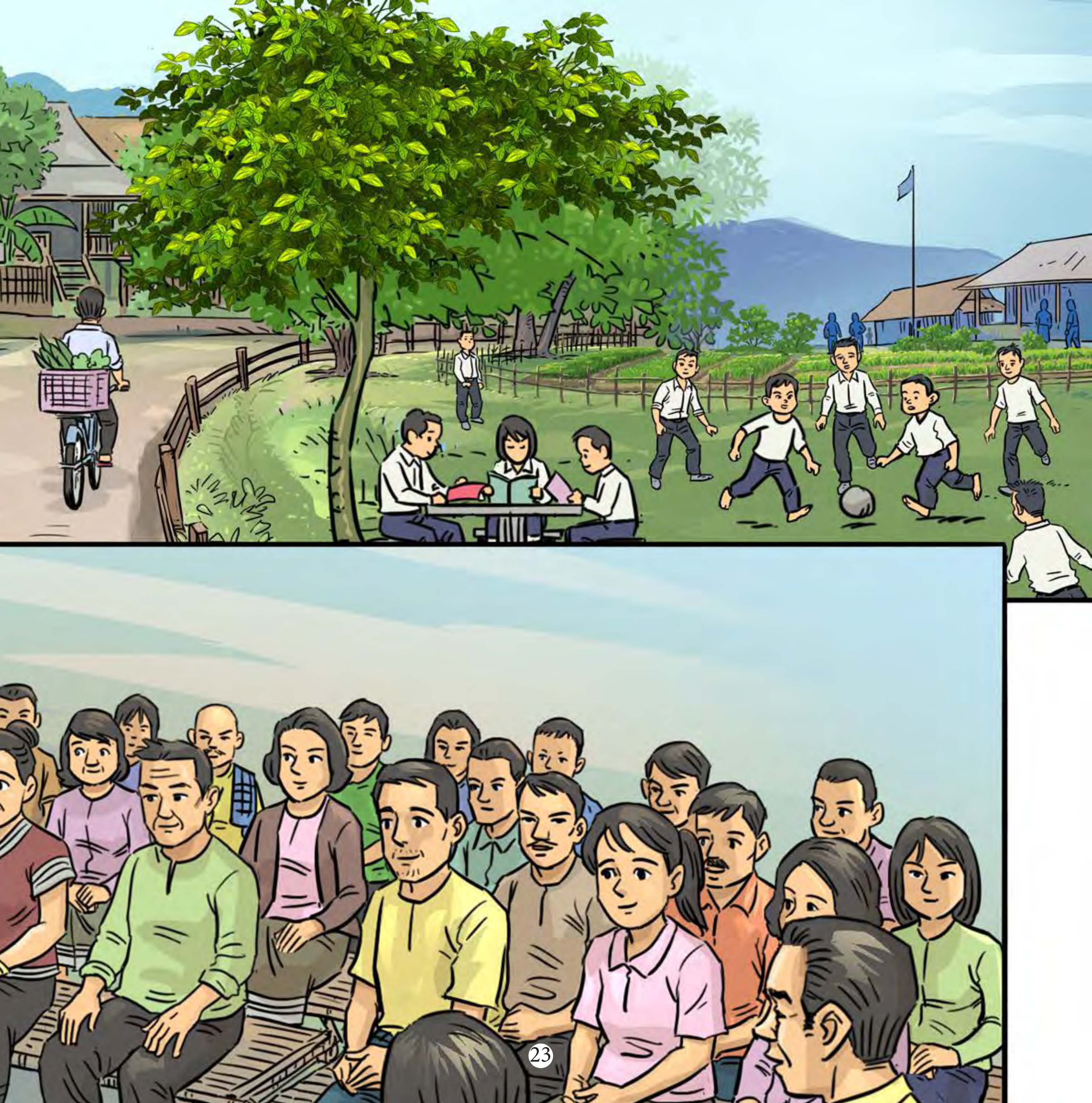

ເຈົ້າເຮັດໄດ້ດີຫຼາຍ!
ເດັກນ້ອຍຫຼັງເກີດ
ຮອດ 6 ເດືອນ ກະຕ້ອງກິນ
ແຕ່ນົມແມ່ຢ່າງດຽວ
ລະເນາະ

3 ແລະ 4. ຊຸມຊົນຮູ້ນໍາພາ ແລະ ເປັນເຈົ້າການໃນການວາງແຜນພັດທະນາການ ຄໍ້າປະກັນສະບຽງອາຫານ ແລະ ປັບປຸງໂພຊະນາການຂອງເຂົາເຈົ້າ. ຍິ່ງໄປກວ່ານັ້ນເຂົາເຈົ້າຍັງສາມາດຮັບມືຕໍ່ການປ່ຽນແປງດິນຟ້າອາກາດໄດ້ຫຼາຍຂຶ້ນ.

ຫຼັງຈາກສ້າງແລ້ວ ເຮົາກໍ່ຈະມີບ່ອນລ້ຽງປາ, ມີນ້ຳພຽງພໍສຳລັບສວນຜັກ ແລະ ທີ່ງນາຂອງພວກເຮົາ

ເຮັດແນວນີ້ ຜົນຜະລິດຂອງເຮົາຈະບໍ່
ເສຍຫາຍຫຼາຍ ແລະ ເກັບໄວ້ໄດ້ດົນກວ່າ
ພວກເຮົາກໍ່ຈະມີລາຍຮັບຫຼາຍຂຶ້ນ
ຈາກການຂາຍຜົນຜະລິດ

ກະລຸນາໂທຫາພະນັກງານອົງການອາຫານໂລກ
ຖ້າທ່ານມີຂໍ້ສະເໜີ ຫຼື ຄຳຄິດເຫັນອື່ນໆ



ວັນນາໄດ້ຫວນຄິດເຖິງອະດີດທີ່ຜ່ານມາ

ຕໍ່ຈາກນີ້ ວັນນາ ແລະ ນ້ອງສາວ
ຈະມີອະນາຄົດທີ່ສົດໃສ

ນິທານສຳລັບເດັກນ້ອຍ ແລະ ທຸກຄົນ
ຈັດທຳໂດຍ ອົງການອາຫານໂລກ

ແຕ່ງໂດຍ	ທີມງານ ອົງການອາຫານໂລກ
ພາບປະກອບໂດຍ	ສຳນັກພິມ ມີດີບຸກສ໌
	ເຮືອງສັກ ດວງພູາ
ຄອມພິວເຕີກາຟຟິກ	ນ້ອຍ ສີປະເສີດ

ຈຳນວນພິມ 15,000 ຫົວ
808.899282 -- dc 21
ISBN 978-9932-02-145-1
ເລກທະບຽນພິມຈຳໜ່າຍ: 127/ພຈ05062017

ຂໍ້ມູນທາງບັນນານຸກົມຂອງຫໍສະໝຸດແຫ່ງຊາດ

ທີມງານ ອົງການອາຫານໂລກ

ເລື່ອງເລົ່າກ່ຽວກັບ ຊຸມຊົນຂອງທ້າວວັນນາ/
ທີມງານ ອົງການອາຫານໂລກ,
ພາບປະກອບ ເຮືອງສັກ ດວງພູາ.
--ວຽງຈັນ : ສຳນັກພິມ ມີດີບຸກສ໌

--ວຽງຈັນ : ອົງການອາຫານໂລກ, 2017.
28 ໜ້າ : ພາບປະກອບສີ ; 20 ຊມ.
1. ວັນນະກຳສຳລັບເດັກ.
I. ເຮືອງສັກ ດວງພູາ, ຜູ້ແຕ້ມ. II. ຊື່ເລື່ອງ

ພິມຄັ້ງທີ 2 : ກັນຍາ 2017
ພິມທີ່: ບໍລິສັດ ປານຄຳ ຈຳປາ ຈຳກັດ
ສະຫງວນລິຂະສິດ
© 2017 ອົງການອາຫານໂລກ