

၃

## ကျားမရေးရုန်း ကျို့ဗာရေးကဏ္ဍ



ကျား၊ မ ရေးရာကို အခြေခံသော အတွေးအဆောင်ရွက်မှုများနှင့် စည်းကမ်းမှုများသည် အမျိုးသမီးနှင့် အမျိုးသမားတို့၏အပြုအမှုမှုများနှင့် အခွင့်အလမ်းမှုများအတော် ထိန်းချုပ်ရထွက် အစိကာနေရမှ ပါဝင်နေသည်။ သို့သော် ကျား၊ မ ရေးရာ မူးမျှမှုကို မြန်မာ့သမိုင်းတစ်လျှောက်လုံးတွင် စီးပိုင်စရာကိုစွဲ တစ်ရပ်အနဲ့ဖြင့် အသာဆုံးပြုထားခြင်းဖြစ်ပါ။ ရန်းမြတ်သာဘဝိုင်းလား၊ မြန်မာ့စိုင်င်၏ ယဉ်ကျော်မှုများနှင့် လူမှုအလေ့အထားမှုများနှင့် ကျား၊ မ တန်းတူးမျှရေးတော်များက အမျိုးသမီးနှင့်အမျိုးသမားတို့၏ အသက်ရှင်နေထိုင်မှုများနှင့် အောင်ဖြင့်သော ဘဝိုင်းရှင်သနိုင်မှုမည် အရည်အသွေးများအတော် အကျိုးသက်ရောက်စေသည် ငါးလိုအပေါ်သံတို့မှုတော်ထားသော ကျွဲ့ပြားသောတာဝန်မှုများနှင့်တန်ဖိုးမှုများကို ယဉ်ကျော်မှုများနှင့် လူမှု အလေ့အထားမှုများက ယဉ်ကျော်မှုများသာ၏ရောက်စေသည်၌ ဖော်ပြုသွားပါသည်။ ပြုသွားတော်နံဘဏ် မြန်မာ့သမိုင်းမှုများ၏ သမိုင်းတစ်လျှောက် ကြံ့ကြံ့တော်မှုများ၏ သော်မြန်မာ့သမိုင်းတော်မှုများနှင့် ဘာသာရေးအပြုံ့မှုများနှင့် ကဏ္ဍမျိုးစိုးရှိ အမျိုးသမီးဝန်ဆောင်ရေးတို့မှုတော်ထားသော တရားသောအယူအဆမှုများနှင့် အမြင်မှုများကို အသေးစိတ်ဖော်ပြုသွားပါသည်။ ၂၀၁၃ခုနှစ် စက်တင်ဘာလမှ ၂၀၁၄ခုနှစ် မေလအတွင်းတွင် ပြည့်စုံခြင်းမှုများနှင့် တိုင်းဒေသကြံ့ရေးရှုံးရေးအုပ်ချုပ်မှုများနှင့် အသာဆုံးအသာမျိုးစိုး အမျိုးသမီး၊ အမျိုးသမား စုစုပေါင်း ၅၄၃ ဦးကို မော်ဖြန့်ထားပြီး သုတေသနစာတော်ကို ပြုစွဲထားပါသည်။

ပြုအတူးအနှစ်ချုပ်သည် ကျိုးမာရောက္ခာ အတွင်းရှိ ကျား၊ မ ရေးရာ ကိစ္စရပ်မှုများကို ပါးမောင်းထိုးပြထားသည်။ အခြားသော အထူးအနှစ်ချုပ်မှုများတွင် အားကား၊ ပုံမှန်ရော်၊ သတင်းခြံးသာမှုများနှင့် ပါးမောင်းသံမှုများနှင့် ပြုပြုသွားမည် ဖြစ်ပါသည်။ အစိရင်ခံစာအပြုံ့အစုံမှုများကို သုတေသနအနှစ်ချုပ်မှုများကို ကျား၊ မ ရေးရာ တန်းတူးမျှရေးကွန်းရှင်၏ [www.raisethecurtain.org](http://www.raisethecurtain.org) တွင် ရယူခိုင်ပါသည်။



ကျား၊ မ ရေးရာ  
တန်းတူးမျှရေးကွန်းရှင်

The Gender Equality Network  
Yangon, Myanmar

© All rights reserved

Published in Yangon, Myanmar,  
November 2015



ရန်းမထွက်သာ အစဉ်အလာ

မြန်မာနိုင်ငံ၏ ယဉ်ကော်မှုစံနှင့်များ  
လူမှုအလေ့အထများနှင့် ကျော်များ၊ မ တန်းတူညီများရောင်း

ကျော်များ၊ မ ရေးရာ နှင့်

ကျွန်းမာရေးကဏ္ဍ

အမိုးသမီးကျိုးမာရေး စောင့်ရှောက်မှု လိုအပိုလိုက်ရင်  
လူတွေက မိခင်နှင့်ကလေး ကျိုးမာရေးလိုပဲ  
တစ္ဆေးထင်နေတယ်။ ဒါပေမဲ့ အမိုးသမီးကျိုးမာရေး  
စောင့်ရှောက်မှုဆိုတာ ဒီထက်မက ကျယ်ပြန့်တယ်။

အခိုက သတ်းအချက်အလက်ပေးနိုင်သူ လိုင်နှင့် ပိုးဆက်ပွားကျိုးမာရေးဘိုင်ရာ  
ကွွမ်းကျင်သူတစ်ဦးနှင့် တွေ့ဆုံးပေးပြန်ပြင်း

## မြန်မာနိုင်ငံ၏ ကျေးမာရေး မ ရေးရာနှင့် ကျွန်းမာရေး

ယဉ်ကျေးမှု စလေထုးစံများသည် အမျိုးသမီးများ ကျွန်းမာရေးဘဝကို ပိုင်ဆိုင် နိုင်မည့် အခွင့်အလပ်များပေါ်တွင် များစွာအကျိုးသက်ရောက်မှုရှိသည်။ ငင်းတို့တွင် အမျိုးသမီးများ ဓမ္မတာလာခြင်းကို ညွစ်ညွှဲသည်ဟု ယူဆခြင်း၊ အမျိုးသမီးများ၏ အပျိုစ်ဘဝကို အလွန်အမလ်း တန်ဖိုးထားခြင်း၊ အမျိုးသမီးများကို အစိကအားဖြင့် မျိုးများနိုင်သော သက်ရှိများဟူ၍မြင်ခြင်း၊ လိုင်မှုကိစ္စကို တားမြစ်ထားသော အကြောင်းအရာအဖြစ် ရှုမြင်ခြင်း၊ ကလေးမွေးဖွားခြင်းကိုသာအားပေးရှု မိသားစုစိပ်ကိန်းနှင့် သားဆက်ကြားခြင်းကို အားပေါ်ခြင်း၊ အမျိုးသမီးများအား မိသားစုအတွက် စွန့်လွှာတ်အနစ်နာခံရင့် တိုက်တွန်းအားပေးခြင်းနှင့် မိသားစုတွင် အမျိုးသမီးများအား အမျိုးသားများထက် တစ်သင်နှစ်မျိုးကျသူများအဖြစ် ထားခိုင်းစသည့် စံနှစ်းများသည် ကျွန်းမာရေးအပေါ် သက်ရောက်မှုရှိပေါ်သည်။

ယဉ်ကျေးမှုစံနှစ်းများသည် သက်တူဂျယ်တူများ၊ မိသားစုဝင်များ၊ ကျွန်းမာရေး ပညာပေး သူများနှင့် ကျွန်းမာရေးစောင့်ရောက်သူများမှတစ်ဆင့် အများလက်ခံလာစေရန် ပုံစံ သွင်းပေးကြပါသည်။ ငင်းတို့သည် တစ်ခုနှင့်တစ်ခု ဆက်စပ်နေပြီး အပြန်အလှန် အကျိုးပြုနေပါသည်။ ရဲနံနှစ်မျိုးပေါ်တွင် စံနှစ်းများအား ကျွန်းမာရေးဆိုင်ရာညပဒေများနှင့် မူဝါဒများ၊ ရုံးရာအစွဲများ၊ အပိုင်တောင်ရေးပြုမှုများ၊ ချက်များ၊ မတိကျေမသေချာသော ကျွန်းမာရေးဆိုင်ရာ သတင်းအချက်အလက်များ၊ ကန်းသတ်ထားပြီး မညီမှုသော ကျွန်းမာရေးစောင့်ရောက်မှုများကို လက်လှမ်းမြို့ရှိမှုများက ကျောထောက်နောက်ခံ ပြုပေးထားပါသည်။

ငြင်းစံနှစ်းများ၏ အကျိုးသက်ရောက်မှုများကြောင့် လိုင်နှင့် မျိုးသက်မွားကျွန်းမာရေး အတွက် အခွင့်အရေးများ အထူးသြားပြု အပိုင်တောင်မပြုရသေးသော အမျိုးသမီးများနှင့် အသီးသား အမျိုးသားများအတွက် ပြည့်ဝစ္စမရရှိခြင်း၊ ယဉ်ကျေးမှု စလေထုးစံများကို အမျိုးသမီးများကသာ လိုက်နာသင့်သည်ဆိုကာ လိုင်ပိုင်းဆိုင်ရာအကြမ်းဖက်မှုများ အပါအဝင် အမျိုးသားများက အမျိုးသမီးများအပေါ် အကြမ်းဖက်မှုများကို ညံ့နှင့် ဖြေရှင်းပြီး အမျိုးသမီးများကိုနှစ်နာစွဲခြင်း၊ အမျိုးသမီးများ၏ကျွန်းမာရေးကို မိခင်နှင့်



ကလေးကျန်းမာရေး စောင့်ရှောက်မှုများအဖြစ်သာ လျော့ချွင်းတာကြခြင်း၊ အမျိုးသမီးများ  
မိမိတို့၏ ဆွဲကိုယ်အပေါ်ဘုံး ဆုံးဖြတ်ပိုင်ခွင့်မရကြခြင်း၊ ကျေးမာ စုံနှင့်များကို  
မလိုက်ဘာသည် အမျိုးသမီးများကို အသိင်းအပိုင်းမှ ဖယ်ကျဉ်ခြင်းနှင့် ခွဲခြားသက်ဆံခြင်း  
စသည်တို့ကို ဖြစ်စေပါသည်။

**အမျိုးသမီးများအား မျိုးဆက်ပြန်ဟွားပေးသူများအဖြစ်**

**ရှုမြင်ခြင်းနှင့် ထိုင်မှုကိစ္စအား တားမြစ်ခြင်း။**

အမျိုးသမီးများအား မျိုးဆက်ပြန်ဟွားပေးသူများအဖြစ်နှင့် သန့်ကျင်ဘက်အားဖြင့်  
အမျိုးသမီးများအား ထုတ်လုပ်သူများအဖြစ် သတ်မှတ်ထားသည့် စုံနှင့်များသည်  
အမျိုးသမီးများ၏ ကျွန်းမာပြုနှင့်ရေးအပေါ် နည်းအမျိုးမျိုးဖြင့် သက်ရောက်စေပါသည်။  
အမျိုးသမီးများ၏ ကျွန်းမာရေးလိုအပ်ချက်များဟု ဆုံးလိုက်သည်နှင့် မသင့်နှင့်ကလေး  
ကျွန်းမာရေးကို အလေးထား အာရုံစိုက်ပြီး အခြားသောကျွန်းမာရေး စောင့်ရှောက်မှု  
များကို လျစ်လျှောက်သို့ ဖြစ်နေသည်။ တစ်ခိုင်တည်းမှာပင် အမျိုးသမီးများ၏ ထိုင်နှင့်  
မျိုးပွားမှုဆိုင်ရာ ကျွန်းမာရေးလိုအပ်ချက်များကို သတိမထားမိဘဲ ဖြစ်တတ်ပါသည်။

“အမျိုးသမီး ကျွန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုလို ဆုံးလိုက်ရင် လူတွေက မိခင်နှင့်ကလေး  
ကျွန်းမာရေးလိုပဲ တွေ့စွဲတင်နေတယ်။ ဒါပေမဲ့ အမျိုးသမီးကျွန်းမာရေး စောင့်ရှောက်မှု  
ဆုံးတာ ဒီထက်မက ကျွန်းပြန်တယ်။ ဒါကြောင့် အသေးစိတ် ဘာတွေလိုအပ်တယ်  
ဆုံးတာ ကျွန်းမှတို့ပြီး တိတိကျကျနားလည်ဖို့ လိုပါတယ်။ ဥပမာအားဖြင့်  
သားအီမီဒေါ်းကင်သာဆေးစစ်တာကို စီမံချက်ရှိတဲ့ ပြု့တွေမှာပဲ စစ်လိုရတယ်။ ရေါက်  
ကာကွယ်တားဆီးရေးကလည်း သိပ်မလုပ်နိုင်သေးဘူး။ ကျွန်းမှတို့ ပို့ပြီးလုပ်ပေးဖို့  
လိုတယ်။ ကာကွယ်ဆေးတွေက သူငြေးတွေပဲတတ်နိုင်တယ်။ ရင်သားကင်သာနဲ့  
အမျိုးသမီးတွေမှာ ဖြစ်နိုင်တဲ့ တွေ့ဗောက်ရောဂါစီမံချက်တွေကို တစ်နိုင်ငံလုံး  
အတိုင်းအတာနဲ့ ကျွန်းကျယ်ပြန်ပြန်လုပ်ဖို့ လိုပါတယ်။ အမျိုးသမီးတွေရဲ့ ကျွန်းမာရေးကို  
မိခင်နှင့်ကလေး ကျွန်းမာရေးလိုအလွယ်တကူ ယူဆကြတယ်။ အမျိုးသမီးတွေရဲ့သာဝမှာ  
အသက်အပိုင်းအခြားအလိုက် ကျွန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှု ပုံသဏ္ဌာန်အမျိုးမျိုး  
လိုအပ်တယ်။ မိခင်နှင့်ကလေး ကျွန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုကလည်း အရေးကြီးပါတယ်။  
ဒါပေမဲ့ မိခင်မဖြစ်သေးတဲ့ ပိုနဲ့ကလေးတွေ့ဗောက်ရောဂါစီမံချက်တွေလိုပဲ့ဗျို့  
တွေ့ဗောက်ရေး ခုခံနိုင်စွမ်းအားနည်းတဲ့ အမျိုးသမီးတွေရဲ့ ကျွန်းမာရေးကလည်း တန်းတူ  
အရေးကြီးတာပါပဲ။ ဝန်ဆောင်မှုပေးသူတွေအနေနဲ့ အမျိုးသမီးတွေကိုပဲ အာရုံစိုက်ပြီး  
ဦးစားပေးတဲ့အပါ အမျိုးသမီးတွေရဲ့အခန်းကဏ္ဍကိုလည်း လျစ်လျှောက်သားလို့မရဘူး။

အမျိုးသားတွေရဲ့ ကျွန်းမာရေးကိုလည်း အာရုံစိုက်ဖို့လိုတယ်။ ဝန်ဆောင်မှုပေးသူတွေ အနေနဲ့ အမျိုးသားတွေရဲ့ ကျွန်းမာရေးက အမျိုးသမီးတွေနဲ့ သူတို့မိသားစုတွေအတွက် အရေးကြီးတယ်ဆိုတာ ရှင်ပြနိုင်တယ်။  
(အစိုက သတင်းအချက်အလက်ပေါ်ပိုင်သူ လိင်နှင့်မျိုးဆက်ပွား ကျွန်းမာရေးဆိုင်ရာ ကျွမ်းကျင်သူတစ်ဦးနှင့် တွေ့ဆုံးပေးပို့ခြင်း)

## ကဲ၍၏သိက္ခာ အပျိုစ်၏တန်ဖိုးနှင့် လိင်မှုကိစ္စတားမြစ်ခြင်း - ‘မိန်းမကောင်းပန်းပန် တစ်ပွဲတန်’

ကဲ၍၏သိက္ခာနှင့် သိမ်မွေသောအပြုအမှုဆိုင်ရာ ယေဘုယျခံနှုန်းများ၏ တစ်စိတ်တစ်ပိုင်း ဖြစ်သည့် လက်မထပ်ရသေးသူ အမျိုးသမီးတစ်ဦး၏ အပျိုစ်ဖြစ်မှုတန်ဖိုးသည် မြန်မာ လူအဲ့အစွဲအစဉ်းအတွင်း အတင်းကျပ်ဆုံး ကျား၊ မ ရေးရာ စံနှုန်းများတွင် ပါဝင်ပါသည်။ ငွင်းစံနှုန်းများသည် အမျိုးသမီးများအပေါ် အမျိုးသားများ အကြမ်းဖက်မှုပြုလုပ်ရာတွင် အကြောင်းပြုချက်ကောင်းတစ်ခု ဖြစ်နေသည်။

နောက်တစ်နေ့မန်ကျတော့ သတို့သားကသတို့သမီးရဲ့ မိဘတွေကို မကျေမနပ်နဲ့ ပြောတယ်။ ‘ဦးတို့အန်တို့သမီးက အပျိုစ်မဟုတ်ဘူး။ (သူရဲ့မိန်းမကိုယ်က) အရမ်းလျော့ရဲ့နေပြု’ ဆုံးဖို့ သတို့သမီးကို လက်မထပ်နိုင်တော့ဘူးလို့ ပြောတယ်။ မိဘတွေက ‘သူ အပျိုစ်မဟုတ်တော့ဘူးဆိုတာ မင်းဘယ်လို့သိသလဲ။ မင်းမှာ အတွေ့အကြံ့ ရှိလိုလား’လို့ မမေးခဲ့ကြဘူး။ မြန်မာယဉ်ကျေးမှုမှာ ရည်းစားနဲ့ ကူးကျး လွန်လွန် ဖြစ်ပြီးသွားရင် ကိုယ့်ဘက်က ‘အရှုံး’ပဲ။ ဒီတော့ ဒီစံနှုန်းတွေကြောင့် မိဘတွေက သမီးကို သတို့သားနဲ့လက်ထပ်ဖို့ အတင်းအကျပ်တို့က်တွေးတယ်။ မိအားပေးတယ်။ မိသားစုတင်အားပုံးက သူတို့သမီးကို လက်ထပ်ဖို့ သတို့သားတို့ ပိုင်းတောင်းပန်ကြတယ်။ နောက်တော့ သတို့သားက သူဂိုလ်လက်ထပ်လိုက်တယ်။ တစ်ဘာဝလဲး နိုင်းထက်စီးနင်းလုပ်ခံရတယ်။ နှုပ်စက်ညွှေးပန်းခံရတယ်။ နောက်ဆုံးတော့ ဆက်သွည်းမခိုင်တဲ့အဆုံး တရားဝင်ကွာရှင်းခွင့်တောင်းတယ်။ ဒါပေမဲ့ သူက ‘မင်းဒီလို ကွာရှင်းဖို့ဆက်လုပ်နေ့မယ်ဆိုရင် မင်းကိုသိသတ်ပစ်မယ်’ လို့ ပြောတယ်။ ဒါနဲ့သူလည်း ဆက်မလုပ်တော့ဘူး။ နေ့တိုင်းနိုင်စက်ခံရတယ်။ ဒီယဉ်ကျေးမှုက အမျိုးသမီးတွေကို ဒီလိုအခြေအနေရောက်အောင် တွန်းပို့တယ်။ အမျိုးသမီးတွေအနေနဲ့ ထုတ်ပြေလိုလည်း မရဘူး။ ဒီလိုအပျိုစ်ဆိုင်ရာ စံနှုန်းတွေကြောင့် အမျိုးသမီးတွေ အများကြီး ကုဘ္ဗရောက်ကြရတယ်။  
(အစိုက သတင်းအချက်အလက်ပေးပိုင်သူ အကြိုးတန်းအမျိုးသမီးသောင် ၃ နှင့် တွေ့ဆုံးပေးပို့ခြင်း)

အနောက်တိုင်း စလေ့ထုံးစံတွေကို ကြားလာ မြန်လတ္တယ်။ မြန်မာလူငယ်တွေက  
ဒီစလေ့ထုံးစံတွေကို အတူနီးချင်လာတယ်။ အဲဒီလိုလုပ်တော့ HIV/AIDS ရောဂါတွေ  
အလွယ်တကူ ကူးနိုင်တာပေါ့။ ဒေါကြားငှေးမာရေးဝန်ကြီးဌာနက ကျွန်းမာရေး  
ဝန်ထမ်းတွေက ပညာပေးရမယ်။ မြန်မာစလေ့တန်ဖိုးတွေကို ကျွန်းတော်တို့  
တောင့်ထိန်းနိုင်ရင် ဒီရောဂါတေသုံးနည်းသွားပယ်။  
(အိမ် သတ်းအောက်အလက်ပေးနိုင်သူ မြန်ကြားရေးအရာရှင်တော်ဦးနင် အေးခံမေးနှင့်)

အပျို့ဆိုင်ရာစုနှင့်များသည် ကျိုးမာရေးပြသုနာများအား အသိအမှတ်ပြုခြင်း၊  
အမျိုးအမည် ခွဲဗြားခြင်းနှင့် ဆွေးနွေးခြင်းတို့နှင့်ပစ်လျဉ်းသည်။ အမျိုးသမီးများ၏  
ကျိုးမာပျော်ဆွဲမှာပေါ် ကြိုးမားစွာသက်ရောက်ပေါ်သည်။ ကြံးနှင့်များနှင့်  
လူငယ်များ အထူးသဖြင့် လက်မထင်ရသေးသော အမျိုးသမီးများနှင့်အပျိုးသားများကို  
ကျိုးမာရေးနှင့်ပတ်သက်သော သတင်းအချက်အလက်များ ရှာဖွေခြင်းနှင့်ရရှိခြင်း  
အခွင့်အလပ်များအပေါ် အခက်အခဲဖြစ်စေခြင်းသည် ကျိုးမာရေးသတင်း  
အချက်အလက်များနှင့် ဝန်ဆောင်မှုများ အထူးသဖြင့် လိုင်နှင့် မျိုးသက်ပွားကျိုးမာရေး  
နှင့် အခွင့်အရေးများအပေါ် ကြိုးမားစွာသက်ရောက်ပေါ်သည်။ လိုင်နှင့်မျိုးသက်ပွား  
ကျိုးမာရေးသို့ရာ ဝန်ဆောင်မှုများရှိပေါ်လည်း အများအားဖြင့် လက်လှမ်းမှုနိဂုံးခြင်း  
နှင့် ဈေးကြိုးခြင်းတို့နှင့် ကြံးတွေ့နေပါသည်။

ဝန်ဆောင်မှုပေးသူများအခါး၊ ကိုယ်တိုင်သည်ပင် ယဉ်ကျေးမှ အကန်အသတ်များအရ လိုင်နှင့် မျိုးသက်ပွားကျို့မာရေးအကြောင်း ပွင့်ပွင့်လင်းလင်းပြောဆိုရန် ဝန်လေး တတ်ကြပါသည်။ မြှင့်မာနိုင်တွေက ထိုင်မှုဆိုင်ရာများကို ပွင့်လင်းစွာပြောဆိုခြင်းကို စေလေ့ထုံးစုံများအရ တင်းကျပ်စွာကန့်သတ်ထားသည်။ လိုင်မှုကိစ္စသည် ညစ်ညင်းခြင်းနှင့် တစ်သီးပုဂ္ဂလက်စွဲ ဖြစ်သည်ဆိုသော သတ်မှတ်ချက်သည် ငါင်းကန့်သတ်ချက်ကို တည်ဆောက်ရရှိစွင် တစ်စိတ်တစ်စိုင်း ပါဝင်ပါသည်။ ဦးများရေးအကြောင်းအချက်များအပြင် ဗျာဇားသိကွာ (၁)စင်ကြော်ခြင်း၊ အပျို့စ်ဖြစ်ခြင်းနှင့် တစ်လင်တစ်မယားစနစ်တို့ဆိုင်ရာ စုနှင့်များသည်လည်း အမျိုးသား၊ အမျိုးသမီးများ၏ ကျို့များမှာ တော်းခေါ်ရေးအဖြေအမှုများအပေါ် အလားတွေအကိုး၊ သက်ရောက်ပေါ်သည်။





## လိုင်မှုဆိုင်ရာပညာရေးနှင့် လိုင်ပိုင်းဆိုင်ရာ သတင်းအချက်အလက် နည်းပါးခြင်း

ကျွန်းမာရေး စောင့်ရောက်မှု ရပိုင်ခွင့်ကန်သတ်ချက်နှင့်အတူ အပျိုဝင်ဖြစ်မှုနှင့် လိုင်ကိစ္စမဆွေးနွေးရန် တားမြစ်ချက်များဆိုင်ရာ စံနှုန်းများသည် အထူးသဖြင့် ပိုန်းကလေးငယ်များနှင့် အမျိုးသမီးများ လိုင်မှုဆိုင်ရာပညာရေးရှုံးနိုင်မှုကို တားသီးထားပါသည်။

HIV ရောဂါဒေါ်လာခြင်းနှင့် ငင်းနှင့်ဆက်ပဲနေသည့် ကျွန်းမာရေးအန္တရာယ်များသည် လိုင်ကိစ္စမဆွေးနွေးရန် အဓိုဒေါ်အလာတားမြစ်ချက်များမှ ခေါ်ကင်းလွတ်ခွင့်ရသည့် အခြေအနေ ဖြစ်လေပါသည်။ သို့ရာတွင် HIV ကာကွယ်ရေး သတင်းအချက်အလက် များသည် ရောဂါကာကွယ်ရေး ဆွေးနွေးမှုများမှ ပို၍ကျယ်ပြန်သည့် လိုင်မှုဆိုင်ရာ ပညာပေးရေးနှင့် လိုင်နှင့်မျိုးဆက်ပွားကျွန်းမာရေးဆိုင်ရာ အခွင့်အရေအန့် သတင်းအချက်အလက်များ ရရှိရေးအထိ မလွှာပါ၍မြှင့်ခဲ့ပါ။ အန္တရာယ်ရှိသော ကိုယ်ဝန်ယူကြသူမြှင့်းများသည် ကြိုးမားသည့် ကျွန်းမာရေးပြဿနာများကို ဖြစ်စေပါး မြင်မာနိုင်ငံတွင် ကိုယ်ဝန်ဆောင် ပါခင် သေဆုံးမှုမြင့်မားစေသည့် အစိကအကြောင်းတရား ၃ ခုတွင် ပါဝင်နေသော်လည်း ငင်းတို့နှင့်စပ်လျဉ်း၍ ပွင့်ပွင့်လင်းလင်း ဆွေးနွေးအဖြေရှာခြင်း မရှိသေးပါ။

ကြော်ဆိုကြား အိမ်ထောင်ပြုမှုပါးဝင်ဖြစ်မှုနှင့် ကျယ်ကျယ်ပြန်ပြန် လက်ခံထားသော လိုင်အကြောင်း လူအများကြားဆွေးနွေးခြင်းကို တားမြစ်ချက်များစသည်တို့ကို စံအဖြစ် အခိုင်အမာ အလေးပေးထားသည့် ရပ်စွာသေသနဆိုင်ရာ အချက်အလက်များတွင် ပို၍ အုံသွယ် တွေ့ရှိချက်များထဲမှတစ်ခုမှာ ရပ်စွာသေသနများတွင် လိုင်မှုဆိုင်ရာပညာပေးရေး အစိအစဉ်များ ရရှိနိုင်ရေးကို ယောက်းလေးရေး ပိုင်းကလေးများပါ အားလုံးနှင့်ပါးလက်ခံ၍ လိုလားကြခြင်းဖြစ်ပါသည်။ အသက်အရွယ်များ အသေခံအမျိုးသား၊ အမျိုးသမီးအားလုံးက လိုင်မှုဆိုင်ရာပညာပေးရေးကို အထူးသဖြင့် လူငယ်များကို လိုင်မှုကူးစက်သောရောဂါများနှင့် HIVရောဂါတို့မှာကာကွယ်ရာတွင် အသက်ကယ်ပေးသည့် အရာတစ်ခုအဖြစ် လက်တွေ့ကျကျ ပြောဆိုကြပါသည်။

သို့သော် လိုင်မှုဆိုင်ရာပညာပေးရေးဆောင်ရွက်ခြင်းသည် လူငယ်များ (အထူးသဖြင့် အမျိုးသမီးများ) အား ‘မမှားစေရန်’ ဆိုလိုသည်မှာ ပိမိပတ်ဝန်းကျင်တွင် အလွန်အမဲ့ ကဲ့ရဲ့ပြိုတင်ခံရရှိနိုင်သည့် လက်မထပ်မံကိုယ်ဝန်ရှုံးမျိုးမှဖြစ်စေရန် အထောက်အကူ ပေါ်လိုက်ပါသည်။ ဤသို့ဆိုလှုပါ သတင်းအချက်အလက် ပိုမိုရရှိနိုင်ခြင်းသည် ကျယ်ကျယ်ပြန်ပြန် လက်ခံထားသည့် ကြော်ဆိုကြားဆိုင်ရာစံနှုန်းများအတိုင်း

လိုက်နာရန် ရပ်စွာဒေသခံများအား အထောက်အကူ ဖြစ်စေပါသည်။ ဤတွင်  
သတင်းအချက်အလက်ကို မည်သို့ဖော်ပြုမည်၊ လိုင်မှုဆိုင်ရာပညာပေးရေး  
သင်ရိုးညွှန်းတမ်းနှင့် နည်းစနစ်များ မည်သို့ရေးဆွဲမည်တို့နှင့်စပ်လျဉ်း၍  
ထည့်သွင်းစဉ်းစားရမည့် အရာများ ရှိပါသည်။

## သားသမီးများခြင်းသည် ရတနာနှင့် မိခင်များ၏ စွန်းလွှာတ်အနစ်နာခံခြင်းစံနှင့်များ

လေ့လာမှုတွင်ပါဝင်သူများအကြေား သားသမီးများခြင်းသည် ရတနာဆိုခြင်းက ပုံးနှံး  
လွှာမှုပို့နေပါသည်။ မွေးဘားနှင့်မြင့်မားခြင်းကိစ္စကို အထူးသဖြင့် ကျေးလက်ဒေသများ၏  
နောက်ခံအခြေအနေတွင် ဆွေးနွေးထားပါသည်။ အဆိုပါဒေသများသည် လိုင်နှင့်  
မျိုးသက်ဟူးကျိုးမာရေး သတင်းအချက်အလက်နှင့် ဝန်ဆောင်မှုများရရှိမှု  
အနည်းဆုံးဖြစ်နေသေးသည့်အပြင် သန့်မှုနှင့်ခြေအားဖြင့် မိခင်ဒေသဆုံးမှု ၈၇%အထိ  
ရှိနေပါသည်။ အမျိုးသမီးများ၏ စွန်းလွှာတ်အနစ်နာခံမှုကို တန်ဖိုးထားခြင်းနှင့်  
မိမိအရေးထက် မိသားစုံတိအပ်ချက်များကို ဦးစားပေးတတ်ရန် အမျိုးသမီးများအား  
လူမှုပုံးစံသွင်းပေးသည့်စွန်းများသည် အမျိုးသမီးများအား ငှုံးတို့၏ တစ်ကိုယ်ရေ  
ကျိုးမာရေးလိုအပ်ချက်များနှင့် ပျော်ဆွင်မှုကို လျှင်လျှော်စားစေသည်ဟု ဖော်ပြက  
ပါသည်။ မိသားစုံလိုအပ်ချက်များအတွက် ငှုံးတို့၏ တစ်ကိုယ်ရေး လိုအပ်ချက်များကို  
စွန်းလွှာတ်အနစ်နာခံကြသည့် သရုပ်သက်နှင့်အနက် နိုင်လုံသည့်သာကတစ်ခုမှာ  
အစာအာဟာရ လုံလောက်စွာ မစားခြင်း အထူးသဖြင့် မလောက်မင်အခြေအနေ  
များတွင် ဖြစ်ပါသည်။ ဤသည်မှာ အမျိုးသမီးများအတွက်သာမက ကလေးသူငယ်များ  
အတွက်ပါ ဆိုးရွားသည့်ကျိုးမာရေးပြဿနာများ ဖြစ်စေနိုင်သည့် စွန်းများမှ  
အလွန့်ပိုင်းမာသော ဥပမာဏစံကို ဖြစ်ပါသည်။

## ရာသီသွေးဆင်းခြင်းကို ညစ်ညမ်းသည်ဟု ရှုမြင်ခြင်းနှင့် ကိုယ်ဝန်ဆောင်ခြင်းနှင့် မီးဖွားခြင်းကို ရှုက်စရာဟု ရှုမြင်ခြင်း

ပုံးစံတွင် မီးဖွားခြင်းကို ညစ်ညမ်း၍ ရှုက်စရာကောင်းပြီး မဂ်လာမရှိသောအရာအဖြစ်  
သတ်မှတ်သည့် စွန်းများသည် နိုင်ငံတစ်ဝန်းတွင် ပုံးနှံလွှာမှုပို့နေပါသည်။ ပုံးစံ  
လာချိန်တွင် အစားအသောက်နှင့် တစ်ကိုယ်ရောသနနှင့်မှုဆိုင်ရာ အလေ့အထား  
ပြောင်းလဲရန်နှင့် လိုင်သက်ဆုံးမှုကို ရောင်ကြည်ရန် အပါအဝင် ပုံးစံလာခြင်းနှင့်  
စပ်လျဉ်းသည့် အယူအဆအများများစွာ ရှိပါသည်။ ဤအယူအဆများသည်  
အမျိုးသမီးများ၏အပြု့အမှုကို ကန်သတ်ထိန်းချုပ်သည့် တားမြစ်ချက်များနှင့်

အခြေအမြစ်မရှိသော အစွဲအလမ်းများနှင့်အတူ ကျယ်ကျယ်ပြန်ပြန် ပုံနှိပ်ပါသည်။ အမျိုးသမီးများ ဓမ္မတာလာသိန်းတွင်ကန်သတ်ထားသည့် အချို့သော လူမှုရေး တားမြစ်ချက်များ ရှိပါသည်။ အမျိုးသမီးများသည် လိုင်အရ ရာသီဒ္ဓားဆင်း၏ ဤသည်က ငြင်းပိုကိုညာစ်ညမ်းစေပြီး အမျိုးသားများနှင့်နှိုင်းယုံကြည့်လျှင် နိမ့်ကျေသည်ဆိုသည်။ အကြောင်းပြုချက်ဖြင့် အမျိုးသမီးများ၏ဘဝတစ်လျှောက်လုံးတွင် အားလုံးလူမှုရေးနှင့် ယဉ်ကျေးမှုအလေ့အထများဖြစ်သည့် ဘာသာရေးဆိုင်ရာ နေရာများနှင့် လုပ်ဆောင်ချက် များတွေ့ အမျိုးသမီးများအား ယော့ယျာအားဖြင့် ဖယ်ထုတ်ထားလေ့ရှိပါသည်။

ဓမ္မတာလာခြင်းနှင့်စပ်လျှင်းသည့် တားမြစ်ချက်များနှင့် အယူအဆအများများကို ခန္ဓာကိုယ်၊ လိုင်ကိုရွှေ့နှင့် ပျိုးဆက်ပွားခြင်းအကြောင်းတိုကို မငြောရနိုင်သည်။ တားမြစ်ချက်နှင့် ပေါင်းစပ်တိုက်သည့်အခါ ထောင်ယောက်ရွယ်ချုပ်အမျိုးသမီးများအနေဖြင့် အပျို့ဖော်ဝင်သည့်အခါ အရွယ်ရောက်သည့်အခါ ကြောက်ရွှေ့ခြင်း၊ စိုးဝိုင်ခြင်းနှင့် မလုံခြုံခြင်းတိုကို ခံစားကြရပါသည်။

မိန့်ကလေးတွေ ဓမ္မတာလာတဲ့အခါ သူတို့ကိုသင်ပေးထားတဲ့ လူမှုအလေ့အထတွေ ရှိတယ်။ ဥပမာအားဖြင့် ကော်မီမသောက်ရှားဗျား၊ လက်ဖက်သုပ်မစားရာဗျား၊ ခေါ်းမလျှော်ရာဗျား၊ ရေခဲမစားရာဗျား၊ ဘားကြောင့် ရာသီဒ္ဓားဆင်းသလဲဆိုတာရော၊ တစ်ကိုယ်ရည်သနှင့်မှုအတွက် ဘာလုပ်ရမယ်ဆိုတာရောသူတို့ မသိကြဘား၊ (အမိုက် သတ်းအချက်အလက်ပေါ်နိုင်သူ မိန့်ကလေးယောက်ရွယ်ရားဆိုင်ရာ ကွဲမြေးကျင်သူတစ်ဦးနှင့် တွေ့ဆုံးဖြစ်ခြင်း)

ကိုယ်ဝန်ဆောင်ခြင်းနှင့် ပီးဖွားခြင်းဆိုင်ရာတဲ့နှင့်များသည် ဓမ္မတာလာခြင်းနှင့် စပ်လျှင်းသည့် စံနှုန်းများနှင့် အတိုင်းအတာတစ်ခုအထိ အတူတူဖြစ်ပါသည်။ တစ်ဖက်တွင် အမျိုးသမီးများ၏မျိုးဆက်ပွားတာဝန်ကို အားသာချက်အဖြစ်ရှုတ်ယူ ကြသော်လည်း၊ (အမျိုးသားအမိုက်ဖြစ်သည့်) ထုတ်လုပ်မှုတာဝန်များနှင့် ဆန့်ကျင်ဘက်ဖြစ်သည့် မျိုးဆက်ပွားတာဝန်အပေါ်ထားသည့်တန်းမှုးမှာ ပို့ကြနိုင်ပါးသည်ကို အတင်အရှုံးတွေ့ရပါသည်။ အမျိုးသားများ၏ ‘ဘုန်း’ကိုထိန်းသိမ်းနှင့် အမျိုးသားနှင့် အမျိုးသမီးတို့အား လုပ်ဆောင်ချက်များနှင့် နေရာများခွဲခြားထားသည်ကို ကလေးမွေးဖြင့် စပ်လျှင့်းလင်းအပေါ်ပါသည်။

ကိုယ်ဝန်ဆောင်ခြင်းနှင့် ပီးဖွားခြင်းဆိုင်ရာ ယဉ်ကျေးမှုအလေ့အထများနှင့် အယူသီးမှုများ ရှိသည်။ ကိုယ်ဝန်ဆောင်စဉ် အလေးအပင် မ-မရခြင်းစသည် ကန်သတ်ချက်အချို့သည် မိုင်နှင့်ကလေးကျွန်းမာရေးကို ကာကွယ်တောင့်ရောက်သည့် အယူအဆအပေါ် ရှင်းရှင်းလင်းလင်းအပေါ်ပါသည်။ အားကန်သတ်ချက်များသည် ကိုယ်ဝန်ကို

အောင်မြင်စွာမွေးဖျားရန် အမျိုးသမီးများ၏ တာဝန်ဖြစ်သည်ဟုသတ်မှတ်ပြီး၊ တစ်စုံတစ်ခု မှားယွင်းခဲ့လျှင် အမျိုးသမီးများအပေါ်အပြစ်ပုံချရန် ဖြစ်ပါသည်။

## လိုင်နှင့်မျိုးဆက်ပွား ကျိုးမာရေးဆိုင်ရာ ဆုံးဖြတ်ချက်ချမှတ်ခြင်း

မိသားစုဝင်များ၏ စားရေးသောက်ရေးနှင့် ကျိုးမာရေးကိစ္စများတွင် အမျိုးသမီးများက အမိကတာဝန်ရှုသည်ဟု ကျယ်ကျော်ပြန်ပြန် ယူဆထားကြသော်လည်း ငါးငါးတို့တွင် ထိုရလဒ်များကို အာမခံနိုင်သည့် ဆုံးဖြတ်ချက်ချိုင်ခွင့် အမြဲတစေမရှိပါ။ အထူးသဖြင့် ငွေကုန်ကြေးကျများမည့် ကျိုးမာရေးတောင်ရောက်မှုများအပေါ် ဆုံးဖြတ်ခွင့်ပုံရှိပါ။ လိုင်နှင့် မျိုးဆက်ပွားကျိုးမာရေးနှင့် ဝန်ဆောင်မှုများရှုရှိရေး ဆုံးဖြတ်ချက်များချမှတ်ရာတွင် လိုင်လုပ်သားများသည် အထူးသဖြင့် ဘေးအန္တရာယ်ကျရောက်လွယ်သူများ ဖြစ်ပါသည်။ အမိက ဆုံးဖြတ်ချက်ချုပ်သူများဖြစ်သည် အထူးသဖြင့် ပြည့်တန်ဆာဂေါင်းများ၏ ထိန်းချုပ်မှုအောက်တွင် လုပ်ကိုင်နေရသော လိုင်လုပ်သားများအတွက် ပြဿနာ ဖြစ်ပါသည်။

## မည်မှုသော စံနှုန်းများကို ပြောင်းလဲရန်အတွက် အဆင့်များ

အမျိုးသမီးများ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးဆိုင်ရာ အမျိုးသားအဆင့် မဟာဗျာဗျာလုပ်ငန်းစဉ် ၂၀၁၃-၂၀၂၂ (NSPAW) တွင် လိုင်နှင့် မျိုးဆက်ပွားကျိုးမာရေး အပါအဝင် အမျိုးသမီးနှင့် ပိုင်းကလေးများ၏ အရည်အသွေးပြည့်မီရှု စရိတ်ကျဉ်းသော ကျိုးမာရေး တောင်ရောက်မှု ရပိုင်ခွင့်များရရှိစေရန် သုတေသန၊ မူဝါဒ၊ အကောင်အထည်ဖော် ဆောင်ရွက်မှုနှင့် အသုံးစရိတ်တို့သည် အလွန်အရေးပါကြောင်း အလေးပေးဖော်ပြ ထားပါသည်။ ကျိုးမာရေးမူဝါဒများနှင့် စီမံချက်များအားလုံးအပ်င် အရေးပါသည့် လူမှု ပုံစံသွင်းပေးသူများဖြစ်သော ကျိုးမာရေးနှစ်ထမ်းများနှင့် လုပ်ငန်းဆောင်ရွက်ရာတွင် ကျိုးမာရေးပေးပို့ဆောင်ရွက်ရာတွင် ကျိုးမာရေး၏ ကျိုးမာရေး လိုအပ်ချက်များကို ပိုမိုကောင်းမွန်စွာ ဖြည့်ဆည်းပေးနိုင်ရေးအတွက် မရှိမဖြစ် လိုအပ်ပါသည်။

ယဉ်ကျေးမှုစံနှုန်းများနှင့် လူမှုအလေ့အထများက အမျိုးသမီးများ၏ ကျိုးမာရေးအပေါ် သက်ရောက်စေမည့်အကျိုးဆက်များကို အသိအမှတ်ပြုပြီး ကျား၊ မ ရေးရာ တန်းတူညီမှုရေး ကွန်ရက်မှ အောက်ပါအကြံပြုချက်များ ပေးထားပါသည်။

- မိမ်နှင့်ကလေး ကျိုးမာရေးပါဝင်သော်လည်း ငါးငါးချုပ်းသက်သက်မဟုတ်ဘဲ အမျိုးသမီးများ၏ ကျိုးမာရေးအပေါ် သက်ရောက်စေမည့်အကျိုးဆက်များကို အသိအမှတ်ပြုပြီး ကျား၊ မ ရေးရာ တန်းတူညီမှုရေး ကွန်ရက်မှ အောက်ပါအကြံပြုချက်များ ပေးထားပါသည်။

- သွာကိုယ်ဆိုင်ရာများတွင် အမျိုးသမီးများကိုယ်တိုင် ဆုံးဖြတ်ခွင့်ကို နိုဗိုလ်ခံလာစေရန်ရည်ရွယ်၍ အမျိုးသမီးများအား အမျိုးသမီးများအား လိပ်နှင့်ပျိုးဆက်ပွားကျန်းမာရေးနှင့် အခွင့်အရေးများအာကြောင်း အသိအမြဲ့ မြှင့်တင်ပေးရမည်။
  - ယဉ်ကျေးမှုဆိုင်ရာ ထင်မြင်ယူဆသောက်များက အမျိုးသမီးများအား ချင်းကော်မှုအပေါ် မည်သို့ လွမ်းမြို့သည် (အမျိုးသမီး၊ အမျိုးသမီးများအား မည်သည်ကို ပေါ်ဖြန့်သည်၊ မည်သည်ထို့မေးပါနှင့် မည်သို့မေးပြန်သည် စသည်တို့ ပါဝင်သည်) နှင့်စပ်လျဉ်းသည့် ကျန်းမာရေးတောင့်ရှောက်မှု နောက်ခံ အခြေအနေများအား သုတေသနလုပ်ရပါမည်။
  - သွာကိုယ်ဆိုင်ရာကိစ္စများတွင် အမျိုးသမီးများ၏ ကိုယ်တိုင်ဆုံးဖြတ်ပိုင်ခွင့်အပေါ် အလေးထားသည့် မူးမှုဒါဒေများ အဆင့်မြှင့်တင်ရပါမည်။ ရပ်ရွာကျန်းမာရေးအိုအစဉ် များနှင့် အခြားမူးမှုဒါဒေရေးရာ မှတ်တော်မှတ်ရာများတွင် ကျေးမား မ ရေးရာကို ပေါင်းစပ် ထည့်သွေးရန် မရှိမဖြစ်လိုအပ်ပါသည်။
  - HIV ကာကွယ်ရေးလုပ်ငန်းများမှ ရရှိလာသည့် အခွင့်အရေးတို့အသုံးချ၍ ရောဂါ ထိန်းချုပ်ရေးအပေါ် အဘရုံးစိုက်မှုမှ အသိအမြဲ့ မြှင့်တင်ရေးလုပ်ငန်းများအတိ ကျယ်ကျယ်ပြန်ပြန် ဆောင်ရွက်ရမည်။ လိပ်ပညာပေးရေး ကုန်းလုပ်ငန်းများတွင် ပိုင်းယူစွာ သွာကိုယ်ပုံပိုပိုပ်နှင့် ဂုဏ်သိက္ခာ၊ လိပ်နှင့်ပျိုးဆက်ပွားကျန်းမာရေးနှင့် အခွင့်အရေးများ ပါဝင်စေရမည်။ ပညာပေးအကြောင်းအရာများသည် အသက်အချယ် နောက်ခံအခြေအနေတို့နှင့် သင့်လော်မှုရှိရမည်။
  - လူနာများနှင့်ဆက်ဆံရေးတွင် လွမ်းပိုးနိုင်သည့် ယဉ်ကျေးမှုစွဲနှင့် ကျေးမား မရေးရာ တရားသေအမြင်များကို ထုတ်ဖော်ဆွဲစွာရန် ကျန်းမာရေး တောင့်ရှောက်ပေးသူများအား အခွင့်အလမ်းများဖုန်းတိုးပေးရမည်။
  - လိပ်နှင့် မျိုးဆက်ပွားကျန်းမာရေးဝန်ဆောင်မှုများ ရရှိနိုင်ခွင့်သည် အိမ်ထောင်ရှုခြင်း၊ မရှိခြင်း၊ သို့မဟုတ် အခြားအကြောင်းတရားများအပေါ် အခြေခံ၍ ကန်သတ်ထားခြင်း၊ မရှိရေား။

## ကျား၊ မ ရေးရာ တန်းတူညီမျှရေးအတွက် ရှေ့ဆက် ဆောင်ရွက်ရမည့် လုပ်ငန်းစဉ်များ။

- အလှာဏုင်များ မူဝါဒချမှတ်သူများ စီးပွားရေးလုပ်ငန်းများ၊ သယ်ယူများ ဖွံ့ဖြိုးရေး ဆောင်ရွက်သည့် အဖွဲ့အစည်းများစသည်တို့အား ကျား၊ မ ရေးရာကို ပါးစပ်ပြောတင် ပဟုတ်ဘ လက်တွေ့ဆောင်ရွက်ရန် စိန်ခေါ်တိုက်တွန်းရမည်။ ကျား၊ မ ရေးရာ တန်းတူညီမျှမရှိခြင်း၏ အဓိကရေသာက်မြစ်အကြောင်းရင်း ခံများ၊ အကျိုးသင်ရောက်မှုများနှင့် ဂြို့ဟားစွာ လွှမ်းမိုးသင်ရောက်မှုများကို မိုးမောင်းထို့ပြုပြီး ဖွံ့ဖြိုးရေးသို့ရေးရာကို ကိစ္စရုပ်များအားလုံးတွင် ကျား၊ မ ရေးရာ အမြင်ဖြင့်ကြည့်ရန် တိုက်တွန်းစဉ်းရုံးရပါမည်။
- ‘ကျား၊ မ ရေးရာ တန်းတူညီမျှရေးကို ‘အမျိုးသမီးများ၏ကိစ္စ’အဖြစ် ရှုဖြင့်ခြင်းမှ နိုင်ငံရေ့ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှုနှင့် ပိုမိုကရေးစိန်ရာကိစ္စ’ အဖြစ် ပုံသဏ္ဌာန် ပြောင်းနိုင်ရန် ရည်ရွယ်လုပ်ဆောင်ရမည်။
- ကျား၊ မ ရေးရာ တန်းတူညီမျှရေးလုပ်ငန်းများ၏ အကြော်ခြားကို လက်ရှိတက်ကြွလှုပ်ရှားသူ အဝန်းအထိုင်းထက် ပိုမိုကျယ်ပြန်စေရန်အတွက် လူမှုစီးပွားရောက်ခံများ ပညာရေးအဆင့်အတန်း၊ တိုင်းရင်းသားလူမျိုးများ၊ နေထိုင်ရာဒေသများ၊ ကျား၊ မ သဘာဝနှင့် စွမ်းရည်အသီးသီးကြသည့် မတူကွဲပြားသူအားလုံး ပါဝင်လုပ်ဆောင် စေရမည်။
- လူတို့၏ဘဝများတွင် လက်ဆုပ်လက်ကိုင် ပြနိုင်သော ကိစ္စရုပ်များနှင့် စင်လျဉ်း၍ ကျား၊ မ ရေးရာ တန်းတူညီမျှ မရှိခြင်းအကြောင်း ဆွေးဆွေးမှုများကို စတင်ပြုထုပ်ရပါမည်။ တစ်ဦးချုပ်းနှင့် အများအပေါ်သောက်မှု နှစ်ခုစာလုံးကို လေ့လာရပါမည်။
- မျက်ကန်းတော့တိုး လိုက်နာခြင်းထောက် မေးခွန်းထုတ်ခြင်းနှင့် စူးစမ်းရှာဖွှဲခြင်း သဘောကို ဖြောင်းတင်ပေးသည့် ယဉ်ကျေးမှုနှင့် ဘာသာရေးတာပေများနှင့် လူမှုဘဝများသို့ရေးကိစ္စရုပ်များကို ပြန်လည်ဖော်ထုတ်ရေးနှင့် ပြန်လည် တန်ဖိုးထားလာစေရေး ဦးတူညီကြိုးထုတ်ရပါမည်။ ကျား၊ မ ရေးရာ တန်းတူညီမျှရေးလုပ်ငန်းစဉ်များ အရှိန်ပြင်ဆောင်ရွက်ရာတွင် ကျယ်ကျယ်ပြန်ပြန် လက်ခံကြသည့် အဆိပ်ပါယဉ်ကျေးမှုနှင့် ဘာသာရေးတာပေများကို အသုံးပြုရပါမည်။



## ဝါတ်ပုံပညာရှင်များသို့ ကျော်စာင်းထွေး

‘ရန်းမထွက်သာဘဝ်အလာ’၊ မြန်မာနိုင်ငံ၏ ယဉ်ကျေမှုခံနှစ်များ။ လူမှုအဆောင်အထများနှင့် ကျားမှ မ ရေးရာ တန်းတူညီမှုရေး အစီရင်ခံစာနှင့် စာတင်းအကျဉ်းချုပ်များတွင် ပါဝင်ပုံဖော်ထားသောစာတ်ပုံပညာရှင်များဖြစ်ကြသည်။

ကြယ်ပြာ၊ ခွဲ့သိပါ၊ စည်သူပေါ်၊ ခုံင်စွန်းငြော်၊ ထူးအောင်ကျက်၊ ဒီဇိုင်ဘောက်မောင်၊ နိုင်တွန်းငြော်၊ မြတ်သွေးခြုံး၊ ရွှေဝတ်မှုနဲ့ ရိတာခင်၊ ရည်စွိုး၊ သုသာ သိန်းနိုင်(ခ)ညီတော်မောင်၊ အောင်နိုင်တွန်းလို့နှင့် အကော်တွန်းကျက်

တိုကို ကျားမှ ပ ရေးရာ တန်းတူညီမှုရောဂါန် (Gender Equality Network) မှ ကျော်လှုပောင်ရှိပါကြောင်း၊ အသိအမှတ်ပြုဖော်ပြုအပ်ပါသည်။ တော်ပြုပါ စာတ်ပုံပညာရှင်များသည် ကျားမှ မ ရေးရာ တန်းတူညီမှုရေးဂွန်ရှိရှိမှ ပြုလုပ်ခဲ့သော မှတ်တမ်းစာတ်ပုံသင်တန်းတွင် သင်တန်းနှင့် စာတ်ပုံပြုပွဲတွင် ပါဝင်တက်ရောက်ယဉ်ပြုပါကြပါသည်။ သင်တန်းတွင် သင်တန်းတွင် စာတ်ပုံပညာရှင်များ၊ စာတ်ပုံပညာဆိုင်ရာ စည်းမျဉ်များနှင့်အတူ အစီရင်ခံကို လွှမ်းပြုပါသော အစီအဝကြောင်းအရာများကို လေ့လာသင်ယူဆရိတ်သည်။ အစီရင်ခံစာနှင့် စာတမ်းအကျဉ်းချုပ်များတွင် အသုံးပြုသေးသော စာတ်ပုံများအားလုံးသည် စာတ်ပုံပြုပွဲကာလအတွင်း စာတ်ပုံပညာရှင်များ၏ အာဏာတိရှိရှိကူးထားမှုများပြုပါသည်။ ယင်းမှာ လောက်ပုံများတွင်ပါဝင်သူများကို ပို့ကူးသူသာတ်ပုံပညာရှင်များမှာတောင် ခွင့်ပြုချက်ရယူထားပြီပြုပါသည်။ အသိပါ ခွင့်ပြုချက်အရ ငြင်းတို့၏အယဉ်များကို ထည့်သွေးဖော်ပြခွင်ပြုမည်။ မဟုတ်ပါ။

ဤအစီရင်ခံစာပြုမြောက်ရေးအတွက် ပုံးပေါ်သော အောက်ဖော်ပြု အလုပ်ရှင်အဖွဲ့အစည်းများအား အထူးကျော်စာင်ရှိပါကြောင်း မှတ်တမ်းတင် တော်ပြုအပ်ပါသည်။



action:aid

Trócaire  
Working for a just world.



MARIE STOPES  
INTERNATIONAL

Norad



Livelihoods and Food Security Trust Fund

