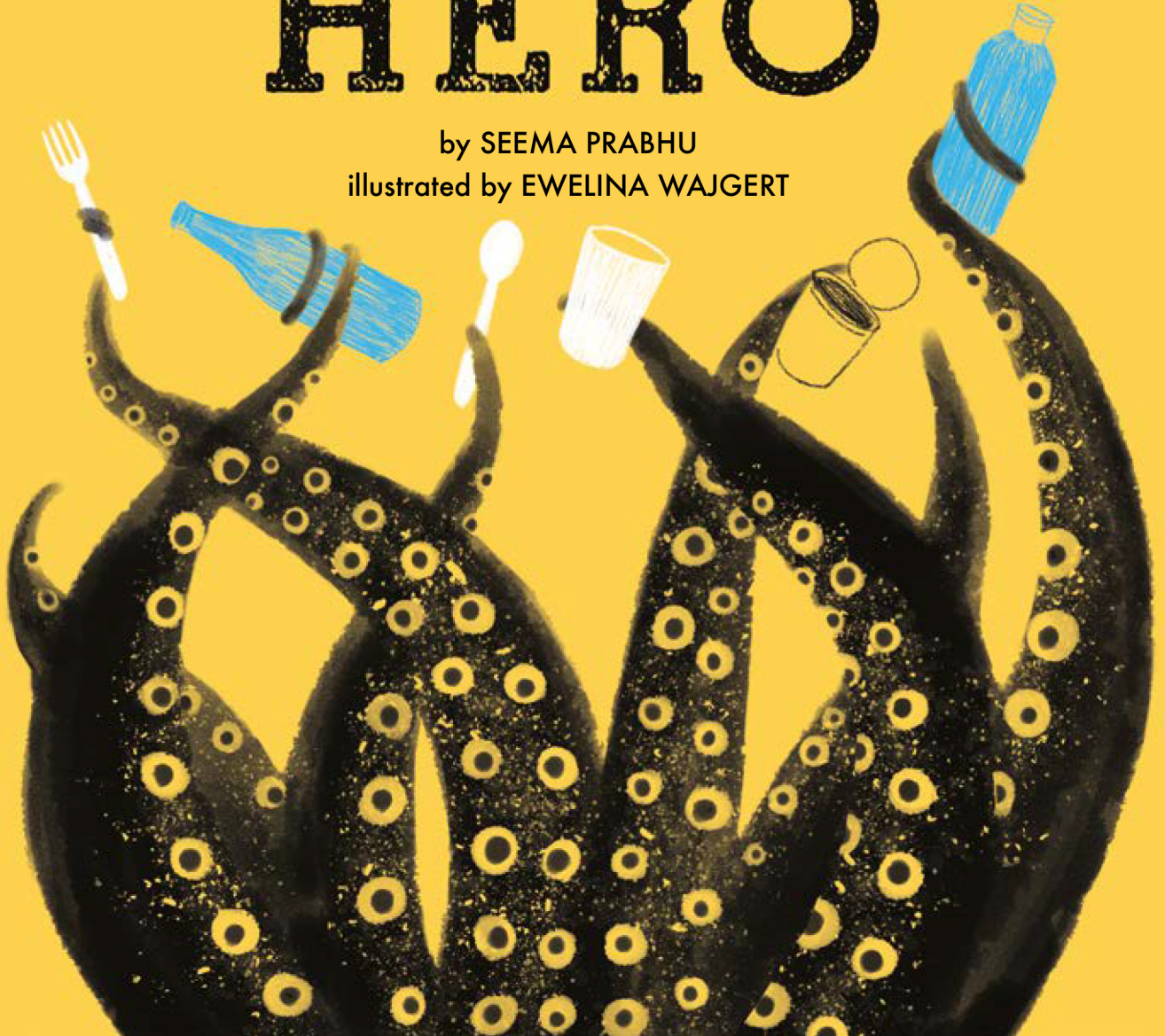


# TRASH HERO

by SEEMA PRABHU  
illustrated by EWELINA WAJGERT



# TRASH HERO

by Seema Prabhu  
Illustrated by Ewelina Wajgert

အမှိုက်ကောက်သူရဲကောင်းစာအုပ်သည် Trash Hero World ကုမ္ပဏီမှ  
မှတ်ပုံတင်ထားသည့် မူပိုင်စာအုပ်ဖြစ်ပါသည်။

စာအုပ်တွင်းပါအကြောင်းအရာများမူပိုင်ခွင့်သည် စီမာဖရူဘူ (၂၀၁၇) ဖြစ်သည်။  
စာအုပ်တွင်းပါသရုပ်ဖော်ထားမှု၏မူပိုင်ခွင့်သည် ဝီလီနာဝိတ်ဂါတ် (၂၀၁၇) ဖြစ်သည်။  
မြန်မာဘာသာပြန်ဆိုထားမှု မူပိုင်ခွင့်သည် Trash Hero Myanmar ဖြစ်သည်။  
စာရေးသူ၊ သရုပ်ဖော်သူနှင့်ဘာသာပြန်ဆိုသူတို့၏ဂုဏ်သိက္ခာဆိုင်ရာ အခွင့်အရေးများမှန်ကန်ကြောင်း  
အခိုင်အမာဖော်ပြထားပါသည်။

Trash Hero World ၏အချက်အလက်များသိမ်းဆည်းထားမှုဆိုင်ရာမူပိုင်ခွင့်

ပထမအကြိမ်ပုံနှိပ်ထုတ်ဝေမှု၊ ၂၀၁၈  
သက်ဆိုင်သူအားလုံး၏ မူပိုင်ခွင့်များအားလက်ဝယ်ထားရှိပါသည်။  
ဖြန့်ချိမည့်စာအုပ်အတွင်းမှမည်သည့် အစိတ်အပိုင်းအကြောင်းအရာများကို  
ခွင့်ပြုချက်မရှိဘဲ မည်သည့်ရည်ရွယ်ချက်ကြောင့်ဖြစ်စေ၊  
အခြားသောပုံစံများဖြင့်ပြန်လည်ထုတ်ဝေခြင်းပြုလုပ်သွားမည်မဟုတ်ပါ။

( ၁၀၀ ) ရာနှုန်းပြည့်ပြန်လည်အသုံးပြုနိုင်သည့် စာရွက်များဖြင့်မြန်မာနိုင်ငံတွင်ပုံနှိပ်ထုတ်ဝေပါသည်။



သာယာကောင်းမွန်ပြီး နေသာနေတဲ့နေ့ကလေးတစ်နေ့မှာ ပင်လယ်နေ သတ္တဝါပေါင်းများစွာကလည်း နေ့စဉ်ပြုလုပ်နေကြအတိုင်းအပြင်ကိုထွက် လာကြတယ်။ သတ္တဝါတွေထဲမှာမှပင်လယ်လိပ်ကတော့ အလွန်ဆာလောင် နေတဲ့အတွက် မနက်စာအတွက်အစာရှာနေသတဲ့။ နောက်ဆုံးတော့အလွန် အရသာရှိမယ့် ရေပေါ်ပေါလောပေါ်နေတဲ့ ရေခူတစ်ကောင်ကို သူတွေ့ သွားတယ်။ “ ငါတကယ်နှစ်သက်တဲ့အစာပဲ! ” လို့သူတွေ့လိုက်ပြီးနောက် ရေခူဆီကိုအရောက်ကူးသွားခဲ့လေရဲ့။ ဒါပေမယ့်လှမ်းဆွဲဖို့ချိန်ရွယ်လိုက်တဲ့ အချိန်မှာပဲရေထဲကအဝါရောင်မီးအလင်းရောင်နဲ့ ကျယ်လောင်တဲ့ ဗွမ်းခနဲ မြည်သံထွက်ပေါ်လာခဲ့သတဲ့။ ရေပူဖောင်းတွေကွယ်ပျောက်သွားပြီး နောက်မှာတော့ ရေခူက ပျောက်ချင်းမလှပျောက်သွားပါသတဲ့။ ပင်လယ် လိပ်ကလေးမှာဝေခွဲမရဖြစ်ပြီး ဘာဖြစ်သွားခဲ့တာလည်း သိလိုတာကြောင့် ရေမျက်နှာ ပြင်ပေါ်ကိုကူးတက်သွားခဲ့တယ်။













ရေပေါ်ရောက်သွားတဲ့အချိန်မှာတော့ အဝါရောင်အကျီဝတ်ဆင်ထားပြီး  
ရေရှုကိုလေထဲမှာ ပင့်ကိုင်ထားတဲ့ကောင်ကလေး တစ်ယောက်ကို  
သူတွေ့သွားတယ်။ “ဟေ့!” လို့လိပ်ကလေးကလှမ်းခေါ်လိုက်ပြီးနောက်  
“အဲ့ဒီရေရှုက ငါ့ရဲ့မနက်စာကွ” ဟုပြောလိုက်သတဲ့။ “ အို့ မဟုတ်ပါလေနဲ့ ”  
ဟုကောင်လေးကပြန်ပြောလိုက်တယ်။ “ ဒါက စားစရာ မဟုတ်ပါဘူး။  
တစ်ယောက်ယောက်ကစွန့်ပစ်ထားတဲ့ ပလပ်စတစ်အိတ်အဟောင်း  
တစ်လုံးပါ။ ရေပေါ်ပေါ်နေတဲ့အချိန်မှာ ရေရှုလိုပဲ ဒါပေမယ့် မိတ်ဆွေ  
စားလိုက်တဲ့အခါ အဆိပ်သင့်စေလိမ့်မယ် (ဒါမှမဟုတ်) ခန္ဓာကိုယ်အတွင်းမှာ  
သွားပိတ်ဆို့နေလိမ့်မယ် ” ဟုပြောလိုက်သတဲ့။ ပင်လယ်လိပ်ကလေး မှာ  
နားမလည်သည့်ပုံပေါက်သွားလေရဲ့။ ပလပ်စတစ်အိတ်ကဘာလဲဆိုတာကို  
မသိပေမယ့်ကြားလိုက်ကတည်းက ထိုအရာကို သူမနှစ်မျိုး ခွဲပါ။





“ ကျွန်တော့်နာမည်ကတော့ အမှိုက်ကောက်သူရဲကောင်းပါ ” ဟု ကောင်လေးက ဆက်ပြောသတဲ့။ “ ကျွန်တော်တို့လူသားတွေ စွန့်ပစ်လိုက်တဲ့ အဆိပ်သင့်စေတဲ့ အရာတွေကို တိရိစ္ဆာန်တွေမစားမိစေဖို့ ကာကွယ်ပေးတယ်လေ ” ။

“ ဘာကြောင့်ဒီအရာဝတ္ထုတွေကိုမင်းတို့စွန့်ပစ်ကြတာလဲ ” ဟု လိပ်ကလေးက မေးသတဲ့။ ဤပင်လယ်ထဲတွင်မူ မည်သည့်အရာကိုမှ ဖြန်းတီးခြင်းမပြုလုပ်ကြပါ။ “ ဒါတင်မက အထူးသဖြင့် ခင်ဗျားကိုင်ထားတဲ့ အန္တရာယ်ဖြစ်စေတဲ့ အရာတွေ အားလုံးအပါအဝင်ပေါ့ ” ဟု လိပ်ကလေးက ဆက်ပြောသတဲ့။

“ အဲ့သည်လိုအရာဝတ္ထုပစ္စည်းတွေကို ရေထဲမှာမစွန့်ပစ်သင့်ပါဘူး ” ဟုလိပ်ကလေးက ဆက်ပြောလိုက်သတဲ့။ ကောင်ကလေးမှာဝမ်းနည်းပုံပေါက်သွားပြီး စကားဆက် မပြောတော့ပေ။ သို့သော် ပင်လယ်မိုးကုပ်စက်ဝိုင်းကို ကြည့်လိုက်ပြီးနောက် လိပ်ကလေးကို “ ဝမ်းနည်းပါတယ်။ ကျွန်တော်အခု သွားရတော့မယ် ” ဟုပြောလိုက်သတဲ့။

ပြီးနောက်ရေပြင်ကိုအနီးကပ်ကြည့်လိုက်တဲ့အချိန်မှာတော့ အစားအစာတွေထည့်တဲ့ အပူထိန်းပလပ်စတစ် ဖော့ဘူးကိုပြေးကိုက်ဖို့ အလျှင်ကူးလာနေတဲ့ ငါးအုပ်ကို တွေ့သွားသတဲ့။







မရပ်မနားဘဲ အမှိုက်ကောက်သူရဲကောင်းမှာ အတ္တလန္တိတ်သမုဒ္ဒရာမှ ပစ်ဖိတ်သမုဒ္ဒရာထိ တစ်နေ့လုံး စွန့်ပစ်ပစ္စည်းတွေဆယ်ယူနေသတဲ့။

ပလပ်စတစ်အဖုံးတွေကို ငါးလို့ထင်ပြီးသွဲယူနေတဲ့ ပင်လယ်စင်ရော်ငှက် တစ်ချို့ကို အန္တရာယ်ကကယ်တင်နိုင်ခဲ့တယ်။ ပလပ်စတစ်အိတ်နဲ့လိမ်ယုက် ငြိနေတဲ့ ပင်လယ်ဖျံငယ်ကိုလည်းကယ်တင်နိုင်ခဲ့တယ်။ ဒါ့အပြင်စီးကရက် တိုဟောင်းတွေစားနေတဲ့ ပင်လယ်ကမ်းခြေက ခွေးကလေးတစ်ကောင် ကိုလည်းကယ်တင်နိုင်ခဲ့ပါသေးတယ်။

ဒီသတ္တဝါတွေအားလုံးအတွက် ပလပ်စတစ်တို့ အမှိုက်တို့ ဆိုတာ သူတို့ ကျင်လည်ရာသဘာဝမှာမရှိတာကြောင့်ဘာမှန်းမသိ၊ အန္တရာယ် ရှိ/မရှိ ကိုလည်း မသိရှိကြဘူးလေ။



အခုဆိုရင် ဒီအလုပ်တွေလုပ်ရင်းအချိန်ကုန်တာနေ့တိုင်းလိုလိုပါပဲ။ အရင် သူ့ရဲ့အဖွားကိုယ်တိုင် အမှိုက်ကောက်သူရဲကောင်း ဖြစ်ခဲ့ပေမယ့်လည်း အားလပ်ရက်ပိတ်ရက်တွေမှာလောက်ပဲ အလုပ်လုပ်သတဲ့။ ဒါပေမယ့် ကောင်လေးက ဒီအလုပ်ကိုစပြီးလုပ်တဲ့အချိန်ကတည်းက မရပ်မနားတမ်း ဒီအလုပ်ကိုလုပ်ကိုင်နေခဲ့ပါတယ်။ သူ့မှာစွမ်းအားတွေရှိပေမယ့်လည်း ခက်ခဲနေပါတယ်။ များသည်ထက်များတဲ့ အမှိုက်တွေပိုပိုစွန့်ပစ်လာပုံပါပဲ။

ကောင်လေးရဲ့အဖွားပြောခဲ့တာကတော့ စွန့်ပစ်လိုက်တဲ့ အမှိုက်တွေက အဆင်သင့်အသုံးပြုနိုင်တဲ့ ပလပ်စတစ်ပစ္စည်းတွေ အထူးသဖြင့်မိနစ် အနည်းငယ်ပဲ အသုံးပြုခဲ့ပြီး စွန့်ပစ်ခဲ့တဲ့ ပလပ်စတစ်ပိုက်တွေ၊ ပလပ်စတစ် ဖွန်းတွေနဲ့ပလပ်စတစ်အိတ်တွေပဲ ဖြစ်တယ်။ ဒါပေမယ့် ကောင်လေး အတွက်ကတော့ သာယာအဆင်ပြေပုံမပေါက်ပါ။ အဲ့ဒီပလပ်စတစ်ပစ္စည်း တွေကြောင့် ထိခိုက်ဒဏ်ရာခံစားခဲ့ရတဲ့ တိရိစ္ဆာန်တွေအားလုံးအတွက်တော့ ပိုပြီးသာယာမှုမရှိ၊ အဆင်မပြေမှုဖြစ်စေတာတော့ သေချာတာပေါ့။















တစ်မနက်မှာတော့အလွန်တရာမောပန်းနေတာကြောင့် အမှိုက်ကောက်  
သူရဲကောင်းတစ်ယောက် ပင်လယ်ကမ်းခြေမှာထိုင်နေသတဲ့။ ပါလာတဲ့  
ရေငူထဲကရေကို အနည်းငယ်စုပ်သောက်လိုက်ပြီး စာရွက်အိတ်လေးထဲက  
ကွတ်ကီးမုန့်လေးကိုယူစားနေသတဲ့။ သူ့ရဲ့ပင်လယ်နေသူငယ်ချင်းတွေကို  
ထိခိုက် ဒဏ်ရာရစေခဲ့တဲ့အသင့်အသုံးပြုနိုင်တဲ့ပလပ်စတစ်ပစ္စည်းတွေကို  
သူ့ကိုယ်တိုင်မသုံးမိဖို့ အထူးသတိထားနေခဲ့သတဲ့။





အမဲရောင်အိတ်ကလေးကိုကိုင်ရင်း မိန်းကလေးတစ်ယောက်သူ့ကိုဖြတ်လျှောက်  
သွားတယ်။ ပြီးတော့ မိန်းကလေးကလိပ်ထားတဲ့စာရွက်လေးတွေကိုသူ့ခွဲလာတဲ့  
အိတ်ထဲထည့်ဖို့ အမှိုက်ကောက်သူရဲကောင်းကို လှမ်းပြောလိုက်တယ်။  
မိန်းကလေးက ပင်လယ်ကမ်းခြေပိုပြီးကြည့်ကောင်းအောင် စွန့်ပစ်ထားတဲ့  
အမှိုက်တွေသိမ်းယူနေတယ်လို့ပြောလိုက်တယ်။

အမှိုက်ကောက်သူရဲကောင်းက အံ့အားသင့်သွားပြီး ကောင်မလေးကို  
ကျေးဇူးတင်ကြောင်းပြောလိုက်သတဲ့။

အမှိုက်ကောက်သူရဲကောင်းက မိန်းကလေးလှည့်လည်သိမ်းယူနေတဲ့အမှိုက်တွေ  
ကလည်း တိရိစ္ဆာန်တွေကိုအန္တရာယ်ဖြစ်စေကြောင်းပြောပြီး၊ ဒီလိုတိရိစ္ဆာန်တွေ  
အားလုံးကို ကယ်တင်ဖို့က အလွန်တရာခက်ခဲတဲ့အလုပ်ဖြစ်ကြောင်းကိုလည်း  
ဝန်ခံခဲ့တယ်။

မိန်းကလေးက တစ်စုံတစ်ရာ အတွေးပေါက်သွားပြီးနောက်မှာတော့  
အမှိုက်ကောက်သူရဲကောင်းကို ပြုံးပြလိုက်လေသတဲ့။ “ မင်းကိုငါကူညီ  
နိုင်ကောင်း နိုင်လိမ့်မယ် ” လို့ပြောလိုက်တယ်။ “ ဘယ်လိုကူညီနိုင်မှာလဲ ” လို့  
အမှိုက်ကောက်သူရဲကောင်းကပြောလိုက်တယ်။ “ မင်းမှာငါ့လိုတစ်ကမ္ဘာလုံးကို  
ပျံသွားလို့ရတဲ့ စွမ်းအားတွေမရှိဘူးလေ ” ဟုပြောလိုက်တယ်။

“ ငါသိပါတယ် ” လို့ မိန်းကလေးက ပြောလိုက်တယ်။ “ ဒါပေမယ့် ငါ့မှာ  
သူငယ်ချင်းတွေအများကြီးရှိတယ် ငါနဲ့လိုက်ခဲ့ ” ဟုပြန်ပြောလိုက်တယ်။











အမှိုက်ကောက်သူရဲကောင်းလေးက မိန်းကလေးနဲ့အတူ သူ့ရဲ့ရွာထဲက ကျောင်းကိုလိုက်သွားတယ်။ ကျောင်းရောက်တော့တစ်တန်းလုံးက သူ့ရဲ့ အကြောင်းကိုပြောပြလိုက်ပြီးနောက်မှာတော့ အတန်းထဲကယောက်ျားလေးတွေ၊ မိန်းကလေးတွေ၊ ဆရာ၊ ဆရာမတွေအားလုံးက သူ့ကိုဝိုင်းကူညီကြဖို့ သဘောတူသတဲ့။ သူတို့တွေအားလုံးအလုပ် ( ၃ ) ခုလုပ်ဖို့ဆုံးဖြတ်လိုက်ကြတယ်။

ပထမအလုပ်ကတော့ သူတို့တွေအားလုံးတတ်နိုင်သမျှအသင့်အသုံးပြုနိုင်တဲ့ ပလပ်စတစ်ပစ္စည်းတွေကို အသုံးမပြုကြဖို့ဖြစ်ပါတယ်။

ဒုတိယအလုပ်ကတော့ သူတို့နဲ့အမှိုက်တွေကို အမှိုက်ပုံးထဲမှာပစ်ဖို့ဖြစ်ပါတယ်။

နောက်ဆုံး တတိယအလုပ်ကတော့ သူတို့တွေတွေ့မြင်ရတဲ့အမှိုက်တွေကို သိမ်းယူဖို့ဖြစ်တယ်။ ဒါမှ တိရိစ္ဆာန်တွေ တွေ့မြင်နိုင်တဲ့နေရာမျိုးတွေမှာ တင်ကျန်နေတာတွေ မဖြစ်တော့မှာဖြစ်တယ်။



အမှိုက်ကောက်သူရဲကောင်းကတော့ အဲ့သည်လိုလုပ်မယ်ဆိုတာကိုကြားလိုက်တာနဲ့ အပြီးကြီးပြုံးလိုက်ပါတယ်။ “ ဆိုလိုတာက ကျွန်တော့်အတွက် လိုက်သိမ်းရမယ့် အမှိုက်တွေနည်းသွားတာပေါ့” ဟု ပြောလိုက်တယ်။

“ တိရိစ္ဆာန်တွေအားလုံးလည်း ပိုပြီးလုံခြုံလာလိမ့်မယ်” ဟုဆရာမကလည်းသဘောတူ ထောက်ခံလိုက်တယ်။ လူတိုင်းလူတိုင်းက အမှိုက်ကောက်သူရဲကောင်းတစ်ယောက် ဖြစ်နိုင်ပြီးကမ္ဘာကြီးပိုပြီးသန့်ရှင်းလာအောင်၊ ပိုပြီးလုံခြုံလာအောင် ဝိုင်းကူပေးနိုင်ပါတယ် လို့လည်းပြောလိုက်ပါတယ်။ အမှိုက်ကောက်သူရဲကောင်းကလည်း သဘောတူ ထောက်ခံလိုက်တယ်။

“ တစ်ယောက်တည်းနဲ့ လုံလောက်မှာမဟုတ်ဘူး။ အမှိုက်ကောက် သူရဲကောင်း ပိုပြီးများလေ ပိုပြီးကောင်းလေပဲ ” ဟု အမှိုက်ကောက် သူရဲကောင်းက ဆက်ပြီး ပြောလိုက်တယ်။ ကလေးငယ်တွေအားလုံးကလည်း လက်ခုပ်တီးအားပေးပြီး အခုချိန်မှစပြီး ကူညီမယ်လို့ ပြိုင်တူအော်ပြောလိုက်တယ်။

ဒါပေမယ့်အမှိုက်ကောက်သူရဲကောင်းကတော့ ဆက်ပြီးကြာကြာနေလို့မဖြစ်တော့ပါ။ ပင်လယ်ပြင်မိုးကုတ်စက်ဝိုင်းအား လှမ်းကြည့်လိုက်ပြီးအနီးကပ် ကြည့်လိုက်ပြီးနောက် စီးကရက်မီးညှိတဲ့ မီးခြစ်ကို မျိုချတော့မည့် လင်းပိုင်ငယ်လေးတစ်ကောင်ကို ကူညီဖို့တွေ့သွားပြန်ပါသတဲ့။



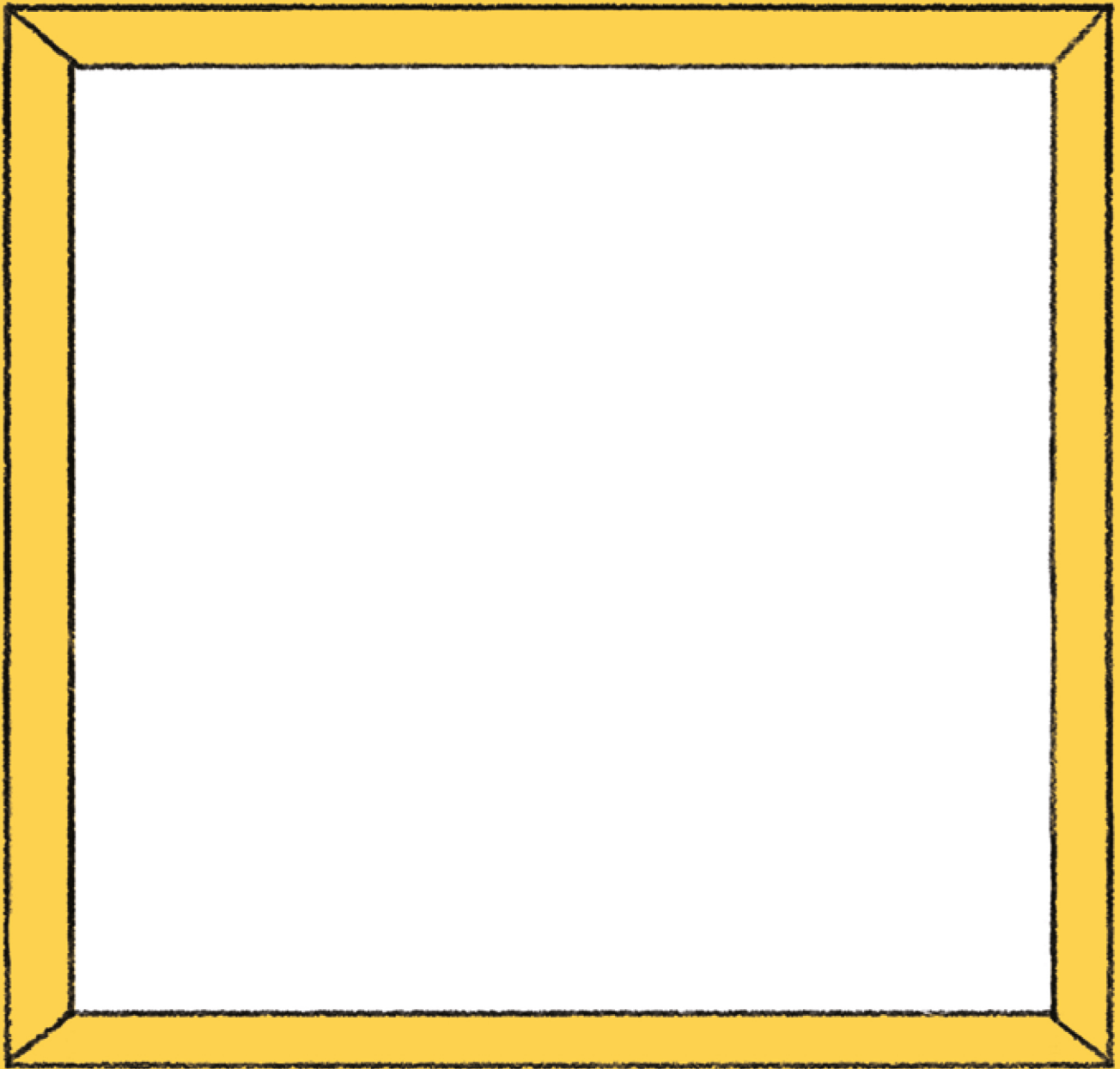


I'M A  
TRASH  
HERO

အမည် .....

အသက် .....





your  
portrait

ကလေးတို့သိပါသလား : .....

သမုဒ္ဒရာများသည် ကျွန်ုပ်တို့အသက်ရှူရန်အောက်စီဂျင်ပေးပြီး ကမ္ဘာ၏ရေပမာဏရဲ့ ၉၇% ရှိပါသည်။

ထိုသမုဒ္ဒရာများသည် သိန်း ( ၂၅၀ ) သောရေနေသတ္တဝါတို့၏ ကျက်စားနေထိုင်ရာနေရာလည်း ဖြစ်ပြီးငှက်နှင့်လူတို့အတွက်အရေးပါသည့် အစားအစာအရင်းမြစ်တစ်ခုလည်းဖြစ်ပါသည်။ နှစ်စဉ် ( ၁၂,၇၀၀,၀၀၀,၀၀၀ ) ကီလိုဂရမ်ရှိသည့် အမှိုက်သရိုက်များအား သမုဒ္ဒရာထဲသို့ စွန့်ပစ်ကြသည်။ ထိုပမာဏထဲမှ ( ၈၀% ) မှာပလပ်စတစ်ပစ္စည်းများ ဖြစ်ကြသည်။ ပလပ်စတစ် ပစ္စည်းများမှာ အဆိပ်သင့်စေပြီး၊ အခြားသောသဘာဝစွန့်ပစ်ပစ္စည်းများကဲ့သို့ ဆွေးမြည့် ပျက်စီးသွားခြင်းမရှိပါ။ အစငယ်များအဖြစ် တဖြည်းဖြည်းပျက်စီးသွားသော်လည်း ဘယ်တော့မှ ပျောက်ကွယ်ပျက်စီးသွားခြင်းမရှိပါ။

သမုဒ္ဒရာ၏အချို့သောနေရာများတွင် ပစိဖိတ်သမုဒ္ဒရာ၏မြောက်ဘက်ကဲ့သို့နေရာများတွင် သေးငယ်ပြီး အဆိပ်ရှိသည့် ပလပ်စတစ်ပစ္စည်းများမှာ မရေတွက်နိုင်အောင်များပြားပြီး မျောပြီးရေပေါ် ပေါ်နေသည်မှာ ရေ၏ (၆) ပုံ (၁) ပုံမျှ ရှိနေပြီးဖြစ်သည်။ ထိုအရာများအား သိပ္ပံပညာရှင်များမှ ပလပ်စတစ်စွပ်ပြုတ်ဟု ခေါ်ကြသည်။

သမုဒ္ဒရာအတွင်းရှိ တစ်ဝက်ကျော်မျှရှိသော ပလပ်စတစ်ပစ္စည်းများမှာ ကျွန်ုပ်တို့မိနစ် အနည်းငယ်သာအသုံးပြုပြီးစွန့်ပစ်ခဲ့သည့် အသင့်အသုံးပြုနိုင်သည့် ပလပ်စတစ်ပစ္စည်းများ ဥပမာ - ပလပ်စတစ်အိတ်များ၊ ပလပ်စတစ်ပူးများနှင့် ပလပ်စတစ်ပိုက်များ ဖြစ်ကြသည်။

တစ်သန်းမျှရှိသည့် ငှက်နှင့်ပင်လယ်နေသတ္တဝါများ၏ ကိုယ်ခန္ဓာအတွင်းနှင့် အနီးအနား ပတ်ဝန်းကျင်တို့တွင် ထိုပလပ်စတစ်ပစ္စည်းများရှိသောကြောင့် နှစ်စဉ်သေဆုံးလျက်ရှိသည်။ ဤဖြစ်ရပ်များ ရပ်တန့်သွားစေရန် သင်ကူညီနိုင်ပါသလား။ သမုဒ္ဒရာအတွင်းရှိ အမှိုက်သရိုက် များအားဖယ်ရှားနိုင်ရန်နှင့် ကျွန်ုပ်တို့အသုံးပြုခဲ့ပြီး စွန့်ပစ်ခဲ့သည့်ပလပ်စတစ်ပစ္စည်းများ အရေအတွက်လျော့နည်းလာစေရန်အတွက် အမှိုက်ကောက်သူရဲကောင်းအသစ်များ လိုအပ်နေပါသည်။

ဒီနေ့ဘယ်သူကို  
ကူညီမလဲ?





အမှိုက်ကောက်သူရဲကောင်းတစ်ယောက်ဖြစ်ဖို့ ...

စိန်ခေါ်မှုအတွက် အဆင့်သင့်ဖြစ်ကြပြီလား။ ပေးထားတဲ့အလုပ်တွေကို တတ်နိုင်သမျှများများပြီးစီးနိုင်အောင်လုပ်ပါ။  
ရလာတဲ့အမှတ်တွေကို နောက်စာမျက်နှာမှာရှိတဲ့ ဇယားကွက်ထဲမှာဖြည့်ပါ။  
ပိုပြီးအလုပ်လုပ်လေ = ပိုပြီးအမှတ်ရလေပဲနော်!



(၂) ကလေးတို့ကိုယ်ပိုင်အိတ်တွေယူလာကြပါ !

ဈေးဝယ်ထွက်ပါကအိတ်အသစ်တွေထပ်မယူပဲ ကလေးတို့ကိုယ်ပိုင်အိတ်တွေကို ယူသွားပါ။ ဒါကိုတော့ စွန့်ပစ်ပစ္စည်းလျှော့ချတယ်လို့ခေါ်တယ်။

အကြံပြုချက် - ကလေးတို့ရဲ့မိဘတွေကိုထပ်မံအသုံးပြုနိုင်တဲ့ အိတ်တွေကိုခေါက်သိမ်းထားဖို့၊ လက်ကိုင်အိတ်တွေထဲမှာ၊ ကားထဲမှာ(ဒါမှမဟုတ်)မော်တော်ဆိုင်ကယ်ထဲမှာ သိမ်းထားဖို့ပြောပါ။ ဒါမှလိုအပ်လာတဲ့အခါ အသုံးဝင်လိမ့်မယ်။

ကလေးတို့ရဲ့ကိုယ်ပိုင်အိတ်တွေ ( ၁ ) ရက်ယူလာခဲ့ပါ (ပလပ်စတစ်အိတ်မဟုတ်တဲ့အိတ်သုံးရန်) = ၁ မှတ်

(၁) ရှင်းလင်းကြဟေ့!

သမုဒ္ဒရာထဲရှိတဲ့ ၈၀% သော အမှိုက်တွေက ကုန်းပေါ်ကလူတွေ ဆီကပဲဖြစ်တယ်။ ဒါကြောင့် ပင်လယ်ကမ်းခြေတွေနဲ့ တစ်ခြားမြေနေရာတွေက အမှိုက်တွေကိုရှင်းထုတ်ဖို့က ပိုပြီးအရေးကြီးတယ်။ လာရောက်ကူညီမယ့်လူတွေ အများကြီးရှိတဲ့အချိန် အမှိုက်တွေ ဘယ်လောက်မြန်မြန်ရှင်းထုတ်နိုင်သလဲဆိုတာ အံ့သြစရာကောင်းလှတယ်။ ကလေးတို့အိမ်ဘေးက အမှိုက်ကောက်သူရဲကောင်းတစ်ယောက်နဲ့အတူ ရှင်းထုတ်နိုင်ဖို့အရင်စုံစမ်းကြည့်ပါ (ဒါမှမဟုတ်) ကလေးတို့သူငယ်ချင်းတွေ၊ မိဘတွေ (ဒါမှမဟုတ်) ဆရာတစ်ယောက်ယောက်နဲ့ကလေးတို့ကိုယ်တိုင်ဦးဆောင်လုပ်ပါ။

၁ကြိမ်ရှင်း = ၅ မှတ်



ရမှတ်များစစ်ဆေးခြင်း  
သန့်ရှင်းရေးလုပ်ပါက >> ၅မှတ်  
ပလပ်စတစ်ဗူးမသုံးပါက >> တစ်ရက် ၁မှတ်  
ပလပ်စတစ်အိတ်မသုံးပါက >> တစ်ရက် ၁မှတ်  
ပလပ်စတစ်ပိုက်မသုံးပါက >> တစ်ရက် ၁မှတ်  
စွန့်ပစ်ပစ္စည်းပြန်လည်အသုံးပြုပါက >> အိတ်တစ်လုံးအတွက် ၂မှတ်  
ပြန်လည်မွမ်းမံပြင်ဆင်အသုံးပြုပါက >> ပစ္စည်းတစ်ခုအတွက် ၁မှတ်



(၃) ရေပူလင်းတစ်လုံးကိုပြန်ဖြည့်ပါ!

ကလေးတို့ ရေသောက်ပြီးတဲ့အချိန်တိုင်း ပူလင်းအသစ်တစ်လုံး ပစ်မယ့်အစား ဝယ်သောက်မယ့်အစား တစ်ခါပြန်ဖြည့်သုံးလို့ရမယ့် ပူလင်းကိုဖြည့်သုံးပါ။ သဘာဝပတ်ဝန်းကျင်ကိုကာကွယ်ပေးနိုင်မယ် ပိုက်ဆံလည်း အကုန်သက်သာမယ်!

ပူလင်း( ၁ ) လုံးကို ( ၁ ) ရက်ဖြည့်သုံးပါ  
(ပလပ်စတစ်မဟုတ်တဲ့ပူလင်းသုံးရန်) = ၁ မှတ်



(၄) ပလပ်စတစ်ပိုက်ဆိုငြင်းလိုက်ပါ!

ဒီနည်းလမ်းကလည်းစွန့်ပစ်ပစ္စည်းလျှော့ချတဲ့နည်းလမ်းတစ်ခုပါ။ ပလပ်စတစ်ပိုက်တွေကို စက္ကန့်ပိုင်းလောက်ပဲအသုံးပြုလိုက်ပေးမယ့် လည်း ကလေးတို့ဘဝတစ်လျှောက်လုံး( ဒါထက်မက ) မှာ သဘာဝ ပတ်ဝန်းကျင်ကိုညစ်ညမ်းသွားစေနိုင်တယ်။ သောက်သုံးစရာမှာတဲ့ အခါ ပိုက်မထည့်ပေးဖို့ပြောပါ။

( ၁ ) ရက်တာ ပလပ်စတစ်ပိုက်မသုံးပါက = ၁ မှတ်

(၅) ပြန်လည်အသုံးပြုရန်နှင့် ပြန်လည်မွမ်းမံပြင်ဆင်အသုံးပြုပါ!

ကလေးတို့အိမ်အနီးနားပတ်ဝန်းကျင်မှာလည်း ဖန်ပုလင်းတွေ၊ သတ္တုပူးတွေ၊ စာရွက်ဟောင်းတွေ၊ အခြားပလပ်စတစ်နဲ့လုပ်ထားတဲ့ပစ္စည်းတွေ သွားယူလို့ ရမယ့် စွန့်ပစ်ပစ္စည်း ပြန်လည်အသုံးပြုနိုင်ဖို့အတွက် စင်တာတစ်ခုရှိကောင်း ရှိနေပါလိမ့်မယ်။ ဒီလိုပစ္စည်းမျိုးတွေက ပစ္စည်းအသစ်တွေလုပ်နိုင်ဖို့အတွက် ကုန်ကြမ်းပစ္စည်းတွေအဖြစ်အသုံးပြုနိုင်တယ်လေ။

အမှိုက်တွေကနေ ပြန်လည်အသုံးပြုနိုင်တဲ့ အမဲရောင်အိတ် ( ၁ ) လုံးရရင် = ၂ မှတ်

အချို့အချို့သောပြန်လည်အသုံးပြုနိုင်တော့တဲ့ စွန့်ပစ်ပစ္စည်း အမျိုးအစား တွေကိုတော့ပြန်လည်မွမ်းမံပြင်ဆင်အသုံးပြုနိုင်တယ်လေ။ ဒါမှမဟုတ်ရင်လည်း မြေဖို့တဲ့အခါ၊ ပြီးတော့သမုဒ္ဒရာထဲမရောက်သွားစေဖို့အတွက် အသုံးပြုနိုင်တဲ့ ပစ္စည်းကိရိယာတွေအဖြစ် ပြောင်းလဲပြင်ဆင်အသုံးပြုနိုင်သေးတယ်လေ။ အောက်မှာရေးထားတဲ့ပစ္စည်းလေးတွေကိုအိမ်မှာဖြစ်ဖြစ်၊ ကျောင်းမှာဖြစ်ဖြစ် စမ်းလုပ်ကြည့်ပါ။

- ဇီဝနည်းအရဖြစ်စေလို့မရတဲ့အမှိုက်တွေကို ပလပ်စတစ်ပူးထဲထည့်ပြီး အဆောက်အဦဆောက်တဲ့အခါအောက်ခံတုံးတွေအဖြစ် အသုံးပြုနိုင်တဲ့ အတုံးများ။
- ပန်းအိုးများ။
- ဘောပင်ထည့်ရန်ပူးတစ်လုံး။
- လက်ဝတ်ရတနာပစ္စည်း။
- အနုပညာဖန်တီးမှုတစ်ခုခု (သို့) ပန်းပုရုပ်တစ်ခုခု။

ပြန်လည်မွမ်းမံပြင်ဆင်အသုံးပြုနိုင်တဲ့ပစ္စည်း တစ်ခုခုဖန်တီးနိုင်ပါက = ၁ မှတ်

အကြံပြုချက် -  
ပြုလုပ်နည်းတွေနဲ့အမှိုက်ကောက် သူရဲကောင်းတစ်ယောက်ဖြစ်နိုင်ဖို့ အတွက် စိတ်ကူး စိတ်သန်းတွေကို ကျွန်တော်တို့အင်တာနက်စာမျက်နှာ [www.trashhero.org/kids](http://www.trashhero.org/kids) မှာ သွားရောက်လေ့လာနိုင်ပါတယ်။





## ပလပ်စတစ်ပစ္စည်းဆိုငြင်းလိုက်ပါ!

နေ့စွဲ	သန့်ရှင်းရေး	ဗူး	အိတ်	ပိုက်	ပြန်လည်အသုံးပြုသည်/ ပြန်လည်မွမ်းမံပြင်ဆင်အသုံးပြုသည်။	ရမှတ်
စုစုပေါင်းရမှတ်						



**၅၀** ဝမ်းသာပါတယ်။  
အမှိုက်ကောက်သူရဲကောင်းတစ်ယောက်  
အနေနဲ့ ရှုပ်အကျီတစ်ထည်ယူလိုက်ပါ။



**၁၀၀** အံ့ဖွယ်ကောင်းတဲ့အလုပ်ပဲ!  
အမှိုက်ကောက်သူရဲကောင်းအတွက်  
ဂုဏ်ပြုမှတ်တမ်းလွှာ ရရှိပါမယ်။



**၂၀၀** မယုံကြည်နိုင်လောက်အောင်တော်ပါတယ်  
“အမှိုက်ကောက်သူရဲကောင်းဂုဏ်ထူးဆောင်”  
အဆင့်ကိုရောက်ရှိမှာ ဖြစ်ပါတယ်။





လူတိုင်းလူတိုင်း အမှိုက်ကောက်သူရဲကောင်းဖြစ်နိုင်ပါတယ်။ အမှိုက်ကောက်သူရဲကောင်း ကတော့ ၂၀၁၃ ခုနှစ် ထိုင်းနိုင်ငံမှာတည်ထောင်ခဲ့တဲ့ ရပ်ရွာဦးဆောင်စေတနာ့ ဝန်ထမ်းအဖွဲ့ဖြစ်ပါတယ်။ ဆွစ်ဇာလန်နိုင်ငံမှာ အကျိုးအမြတ်မရည်ရွယ်သည့် အဖွဲ့အစည်းတစ်ခုအဖြစ် မှတ်ပုံတင်ထားပြီး အရှေ့တောင်အာရှတစ်ဝိုက်နဲ့တစ်ကမ္ဘာလုံးမှာ လက်ရှိလုပ်ငန်းဆောင်ရွက်နေတဲ့အဖွဲ့ ဖြစ်ပါတယ်။

စွန့်ပစ်ပစ္စည်းတွေရှင်းလင်းနိုင်ဖို့နဲ့ ကာကွယ်နိုင်ဖို့အတွက် အရပ်တွင်းအဖွဲ့တွေကအပတ်စဉ်သန့်ရှင်းရေး လုပ်ငန်းတွေနဲ့ ရေလူးပြန်လည်ဖြည့်သုံးမှုအစီစဉ်ကို ပြုလုပ်ကျင်းပလျက်ရှိပါတယ်။ ကျွန်တော်တို့လက်ရှိ လုပ်ကိုင်နေတဲ့လုပ်ငန်းတွေကတော့ အပြုသဘောအမြဲဆောင်လေ့ရှိပြီး ရေရှည်တည်တံ့တဲ့အနာဂတ် အတွက် အမူအကျင့်တွေပြောင်းလဲနိုင်ဖို့ ရည်ရွယ်ပါတယ်။

ကျွန်တော်တို့ လက်ရှိလုပ်ကိုင်နေတဲ့ လုပ်ငန်းစီမံကိန်းဆိုင်ရာ အချက်အလက်တွေ ပိုမိုသိရှိနိုင်ရန်၊ ကျွန်တော်တို့နဲ့ဆက်သွယ်နိုင်ရန်၊ ဒါမှမဟုတ် ကလေးတို့ရပ်ရွာထဲက အသင်းအဖွဲ့အတွက် လုပ်ငန်း စတင်နိုင်ဖို့အတွက် ကျွန်တော်တို့ရဲ့ ဖေ့ဘုတ်စာမျက်နှာ "trashheromyanmar" ဒါမှမဟုတ် [www.trashhero.org](http://www.trashhero.org) ကိုသွားရောက်လေ့လာနိုင်ပါတယ်။





thank you

ဦးဖုန်းကျော်မိုးမြင့်ထံမှ စေတနာပြုညှိဝသည့်လှူဒါန်းငွေဖြင့် ဤစာအုပ်လေးအားပုံနှိပ်ထုတ်ဝေခဲ့ပါသည်။