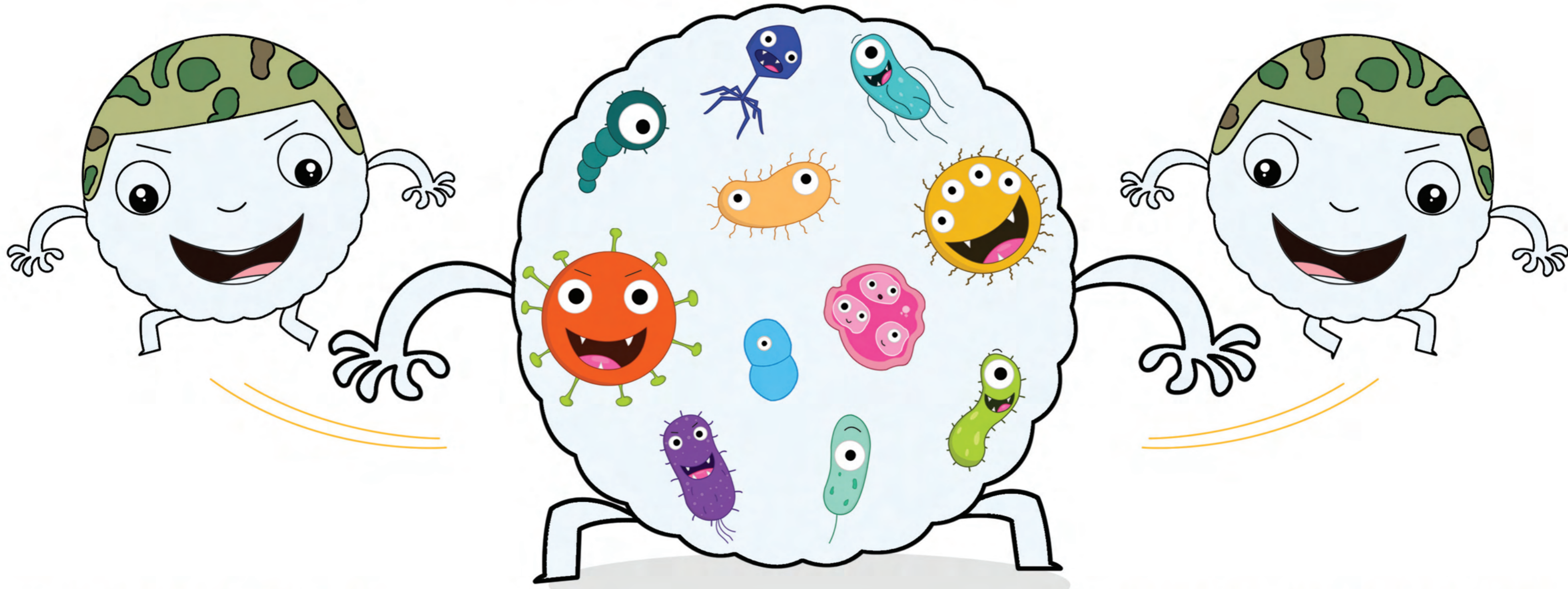
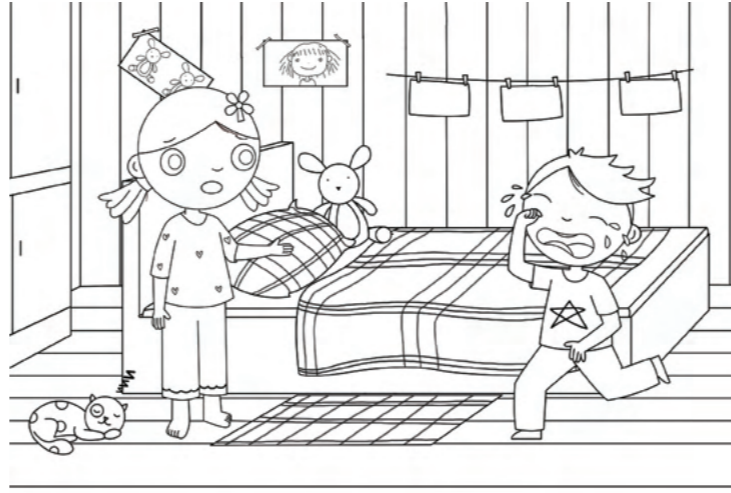


# ປຶ້ມສຳລັບເດັກນ້ອຍ Teeny Tiny Monsters



Written by TukTuk

Illustrated by Choven Hen



មកវាបានរត់ចូលទៅក្នុងបន្ទប់របស់វតនាបណ្ណែរ យំបណ្ណែរ។  
វតនាក៏សួរទាំងភ្ញាក់ផ្អើល « តើមានរឿងអ្វីកើតឡើងហ្នឹង មកវា? »





« បាទបង! ខ្ញុំយល់សប្តិឃើញរឿងអាក្រក់ណាស់ មានបិសាចចម្លែកតូចៗ  
រាប់ពាន់រាប់លានក្បាល ពួកវាចង់ធ្វើបាបខ្ញុំ ហើយវាបានព្យាយាមចូលក្នុង  
មាត់និងច្រមុះរបស់ខ្ញុំ »។





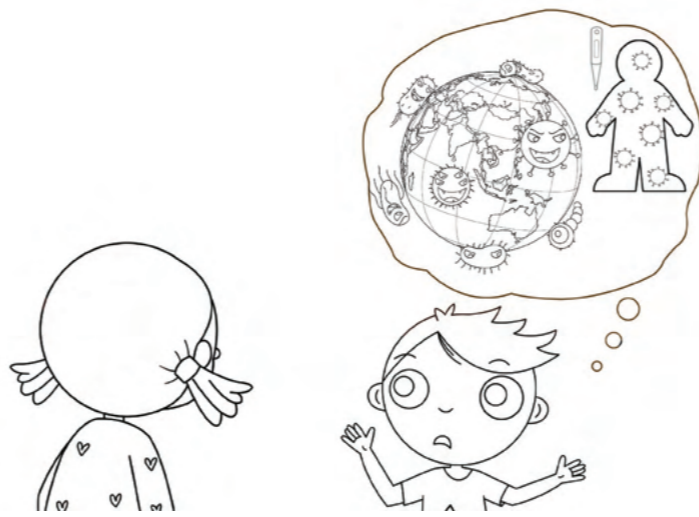
« ខ្ញុំបានខ្ជាប់ដង្ហើមនិងយកដៃបិទច្រមុះរបស់ខ្ញុំ ហើយព្យាយាមរត់ចេញ ប៉ុន្តែពួកវា  
នៅគ្រប់ទីកន្លែងទាំងអស់។ បន្ទាប់មក ខ្ញុំមិនអាចខ្ជាប់ដង្ហើមបានទៀតទេ  
ខ្ញុំក៏បើកមាត់ ហើយ... ហើយ... និង... »





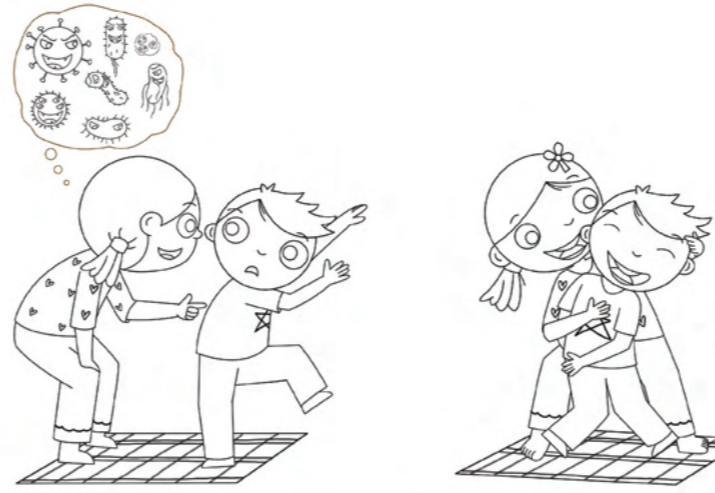
រតនាបានឱប ហើយនិយាយលួងលោមទៅកាន់ប្អូន  
« មករា! នៅទីនេះមិនមានបិសាចនោះទេ »។





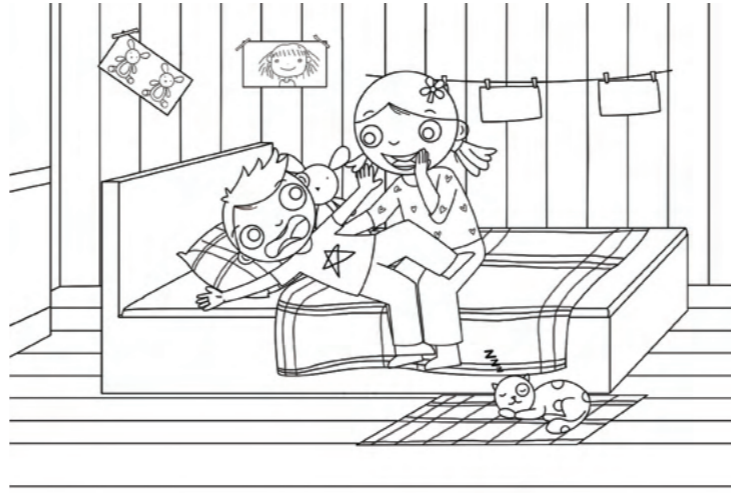
មកវាបានច្រានរតនាចេញ ហើយនិយាយ « បាទបង មានមែនតើ!  
ថ្ងៃមុន លោកគ្រូសុខបានប្រាប់ពួកខ្ញុំអំពីវា។ វាគឺជាអ្វីតូចៗដែលមាននៅគ្រប់ទីកន្លែង។  
វាពិតជាអាក្រក់ខ្លាំងណាស់។ ប្រសិនបើយើងមិនបានប្រុងប្រយ័ត្ន ពួកវាអាចចូលទៅក្នុងខ្លួន  
យើង ហើយអាចធ្វើឱ្យពួកយើងឈឺបាន » « គេហៅពួកវាថា មេរោគ »។





រតនានិយាយទាំងញញឹម « អូ... មែនហើយ! វាជាបិសាច។ គេហៅពួកវាថា មេរោគ។  
ពួកវាមានរូបរាងតូចៗ មិនអាចមើលវាយើញដោយភ្នែកទទេបានឡើយ  
ហើយវាអាចក្រក់ខ្លាំងណាស់។ ពួកវារស់នៅគ្រប់ទីកន្លែង »។  
រតនានិយាយទាំងចាក់ក្រឡេកបួន « នៅទីនេះៗ! នៅទីនោះៗ! នៅទីនេះៗ! »  
នាងចាក់ក្រឡេកមករាហូតធ្វើឱ្យគាត់ស្រែកនិងសើចខ្លាំងៗ។





មកវាបាននិយាយទាំងសម្លេងធំៗ « ឈប់លេងមើល! ខ្ញុំខ្លាចណាស់! ខ្ញុំមិនចង់ឱ្យ  
មេរោគចូលក្នុងខ្លួនរបស់ខ្ញុំទេ ហើយខ្ញុំក៏មិនចង់ឈឺដែរ » ។  
រតនាខ្សឹបប្រាប់មកវា « អីចឹង ចាំបងប្រាប់រឿងអាថ៌កំបាំងមួយដល់ប្អូនណា » ។





« បងមានវិធីងាយៗ ដើម្បីកម្ចាត់មេរោគទាំងនោះ គឺត្រូវមានអនាម័យជានិច្ច។  
វាមានន័យថា ពួកយើងត្រូវលាងសម្អាតដៃជាមួយសាប៊ូមុនពេលញ៉ាំអាហារ  
និងក្រោយពេលចូលបង្គន់រួច ព្រមទាំងងូតទឹកសម្អាតខ្លួនប្រាណ  
ហើយដុសធ្មេញរបស់ប្អូនផង » ។



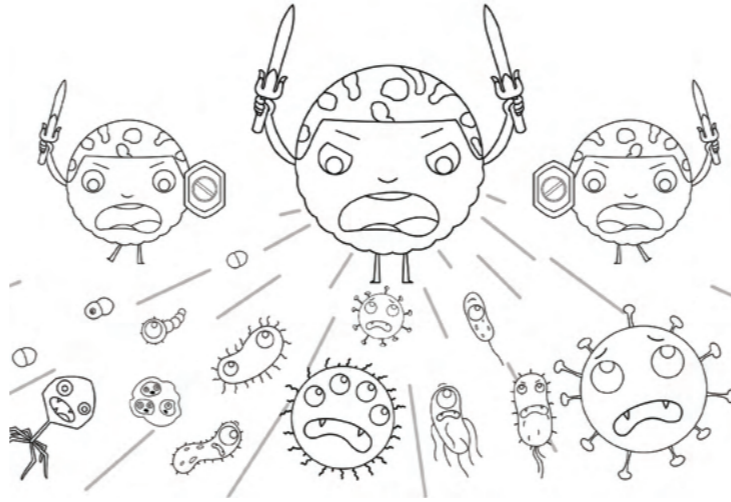


មកវាបានចាប់ផ្តើមយំម្តងទៀត ហើយនិយាយ

« តើពួកវាមករកខ្ញុំដោយសារតែមូលហេតុបែបនេះមែនទេបង?

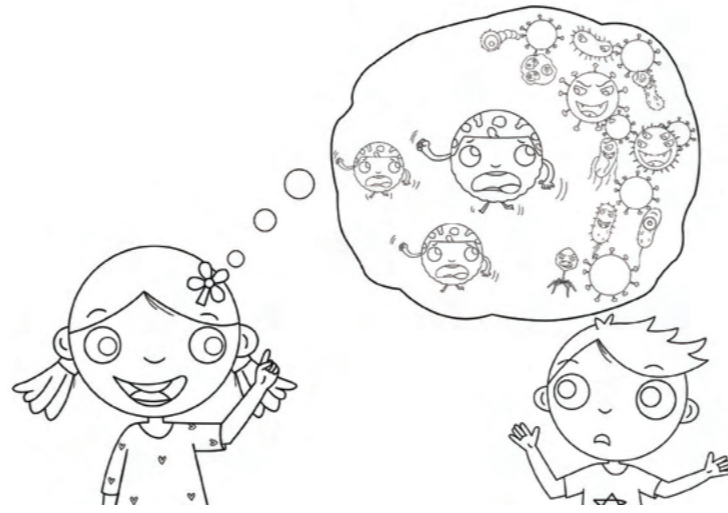
ព្រោះខ្ញុំភ្លេចលាងដៃជាមួយសាប៊ូបន្ទាប់ពីខ្ញុំទៅបង្គន់កាលពីយប់មិញ »





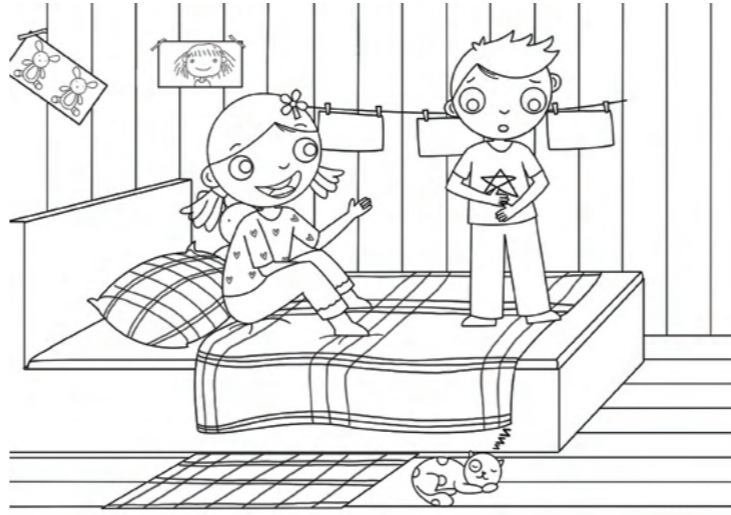
រតនានិយាយ « ចាំបងប្រាប់ប្អូននូវរឿងអាថ៌កំបាំងមួយទៀត។  
 នៅខាងក្នុងខ្លួនមនុស្សយើងមានអ្វីមួយដែលគេគ្រប់គ្នាហៅថាប្រព័ន្ធការពារសារពាង្គកាយ។  
 នៅពេលដែលវាយើងមេរោគណាមួយនៅក្នុងខ្លួនរបស់យើង វានឹងបញ្ចេញកោសិកាឈាមស  
 ដើម្បីវាយប្រហារនិងសម្លាប់មេរោគនោះភ្លាម។  
 ពួកគេដូចជាទាហានដែលប្រយុទ្ធប្រឆាំងនឹងមនុស្សអាក្រក់ ហើយការពារយើងអីចឹងដែរ។  
 ពួកគេជួយការពារយើងមិនឱ្យឈឺបាន » ។





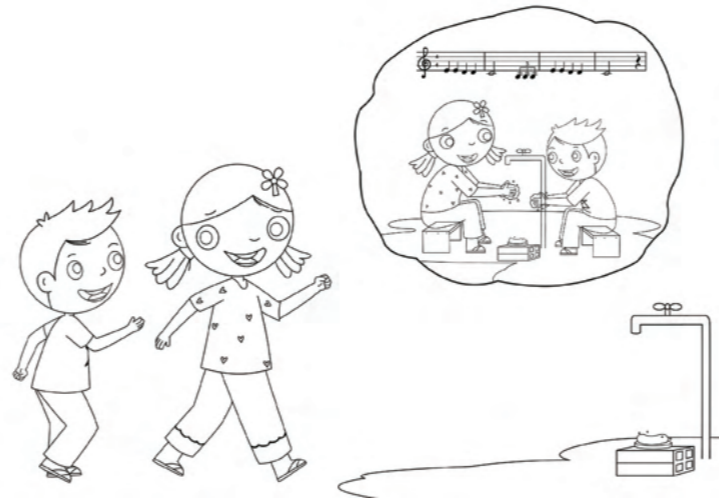
មករាសួរទៀត « តើនេះជាមូលហេតុដែលយើងត្រូវលាងសម្អាតដៃមែនទេបង? »  
រតនាឆ្លើយ « ចាស ពិតមែនហើយ! ប្រសិនបើមានមេរោគច្រើនពេកចូលក្នុងខ្លួនយើង  
កោសិកាឈាមសក្តុំខ្លួនរបស់យើងវាមិនគ្រប់គ្រាន់ ដើម្បីសម្លាប់មេរោគទាំងអស់នោះទេ។  
ដូច្នេះយើងលាងសម្អាតដៃ ដើម្បីជួយដល់ប្រព័ន្ធការពារសារពាង្គកាយរបស់យើងដែរ »។





មកវាបន្តទៀត « ខ្ញុំគិតថាប្រព័ន្ធការពារសាព៌កាយរបស់ខ្ញុំវាមិនដំណើរការទេ  
ព្រោះខ្ញុំមានអារម្មណ៍ថា មិនមានការប្រយុទ្ធគ្នាណាមួយនៅក្នុងខ្លួនខ្ញុំឡើយ » ។  
រតនាសីថ ហើយនិយាយ « ប្អូនមិនអាចមានអារម្មណ៍ដឹងបាននោះទេ។  
ប៉ុន្តែប្អូនអាចដឹងបាន នៅពេលដែលប្អូនមិនមានជំងឺឈឺនៅក្នុងខ្លួន » ។

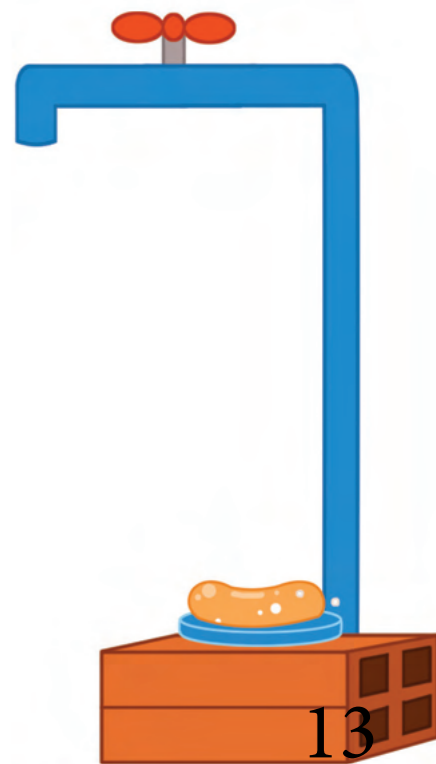




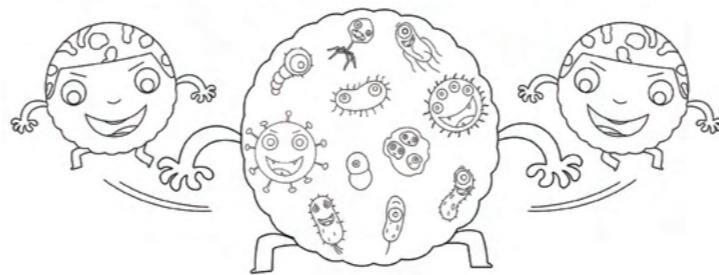
រតនានិយាយទៀត « ឱ្យលឿនមក បងឃ្លានហើយ! តោះញ៉ាំអាហារពេលព្រឹក  
ជាមួយគ្នា! ប៉ុន្តែពួកយើងត្រូវធ្វើអ្វីសិន មុននឹងញ៉ាំអាហារ? »  
មករាឆ្លើយ « បាទបង! គឺយើងត្រូវលាងសម្អាតដៃរបស់យើងជាមួយសាប៊ូជាមុនសិន »  
« ចាស! មែនហើយ! បងចេះច្រៀងបទចម្រៀងមួយបទដែលនិយាយអំពីរបៀបលាងដៃ  
ឱ្យបានត្រឹមត្រូវ ហើយយើងអាចច្រៀងវាពេលដែលយើងកំពុងលាងសម្អាតដៃបានណា » ។

♪ ស្តេន QR Code ដើម្បីទទួលបានបទចម្រៀង





ប៊ីសាចចម្លែកតូចៗ  
Teeny Tiny Monsters



# ប៊ីសាចចម្លែកតូចៗ

អ្នកនិពន្ធ៖ TukTuk

អ្នកគំនូរ៖ ហ៊ុន ឆវីន



គំនូរជីវចល



ធនធានបង្រៀន



អង្គការរ៉ឺម៉កកង់ប៊ី  
សម្រាប់កុមារ R4C

