

WE STORYBOOK

2025

CLIMATE ADAPTATION CHAMPIONSHIP

Voices from Yangon & Taunggyi on
Extreme Heat, Flooding & Water Scarcity



CONTENTS

INTRODUCTION

UNDERSTANDING
CLIMATE CHANGE

4

ADDRESSING
CLIMATE CHANGE

5

CLIMATE CHANGE IN
PRACTICE

6

FACING CLIMATE RISKS TOGETHER: WHY
INFORMAL COMMUNITIES &
INCLUSIVE APPROACHES MATTER

7

ABOUT THE CLIMATE ADAPTATION
CHAMPIONSHIP (CAC)

8

ABOUT THE
GENCIVIC PROJECT

9

THE WE STORY BOOK 2025

10

STORIES (PART 1)

EXTREME
HEAT

12

STORIES (PART 2)

FLOODING & WATER
SCARCITY

30

STORIES (PART 3)

FROM PROTOTYPES THROUGH MINI-GRANTS
TO CHANGE:
STORIES OF LOCAL IMPACT

48

OVERALL VIEW

OUR WORLD IS MADE UP OF
DIFFERENCES

58

01

UNDERSTANDING CLIMATE CHANGE

Climate change refers to long-term shifts in temperatures and weather patterns, driven mainly by human activities such as burning fossil fuels and land-use changes. These shifts alter rainfall, heat cycles, and the stability of local environments.

In Myanmar, climate change is intensifying existing environmental pressures. It contributes to:

EXTREME HEAT : heat waves are becoming hotter and longer, affecting health, work, and daily comfort, especially in dense neighbourhoods with little shade or ventilation.

FLOODING: rainfall is now heavier and more unpredictable, causing frequent urban flooding. Poor drainage and blocked waterways make floods more severe.

WATER SCARCITY: dry seasons last longer and rain is more irregular, leading to increasing water shortages for households that already rely on limited community water sources.



02

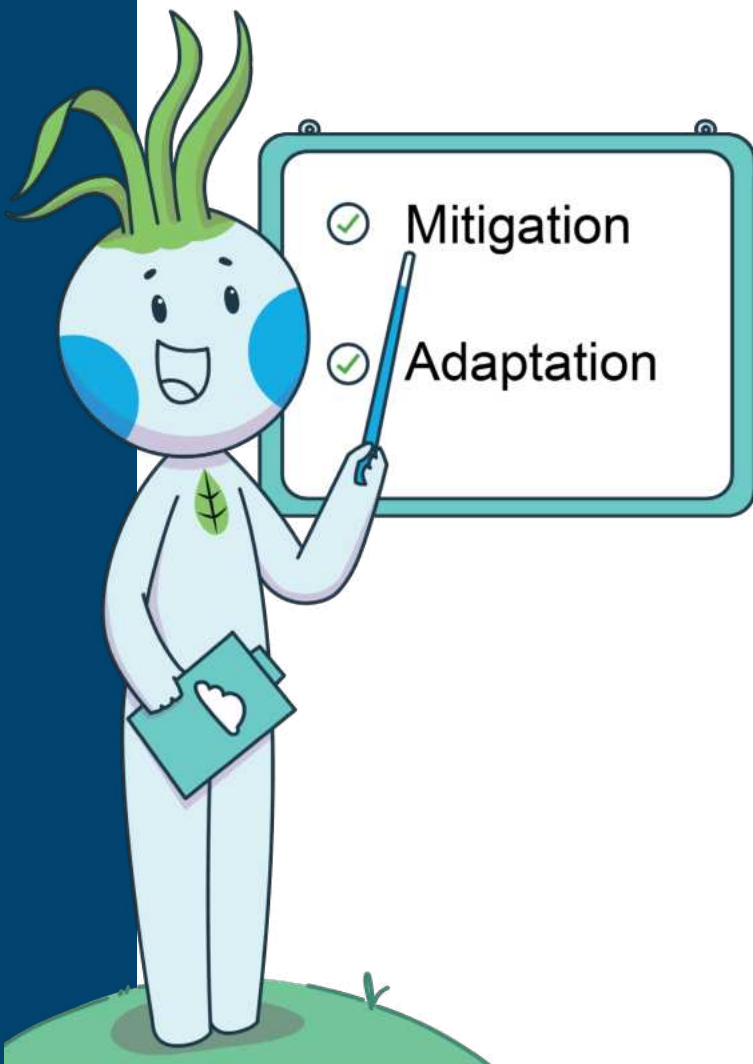
ADDRESSING CLIMATE CHANGE

When discussing climate change, two key approaches are important: mitigation and adaptation.

Mitigation reduces the root causes of climate change. This includes lowering greenhouse gas emissions, improving energy efficiency, transitioning to renewable energy, and protecting natural ecosystems. These actions help limit future global warming.

Adaptation focuses on managing the impacts that communities are already experiencing. Examples include raising house floors to reduce flood risks, improving drainage, harvesting water during dry periods, or creating shaded areas to cope with extreme heat. Adaptation ensures that people can stay safe and maintain their livelihoods even as climate conditions change.

Both approaches are necessary: mitigation tackles the root causes, while adaptation supports communities in managing today's and tomorrow's climate challenges.



03

CLIMATE ADAPTATION IN PRACTICE

Climate adaptation means finding practical ways to adjust to new climate realities: making homes safer, strengthening neighbourhood infrastructure, and improving community resilience to heat, flooding, and water shortages. These actions help communities build long-term resilience and strengthen their ability to adapt as climate risks continue to evolve.

A critical method of adaptation is Local Adaptation, which happens through:

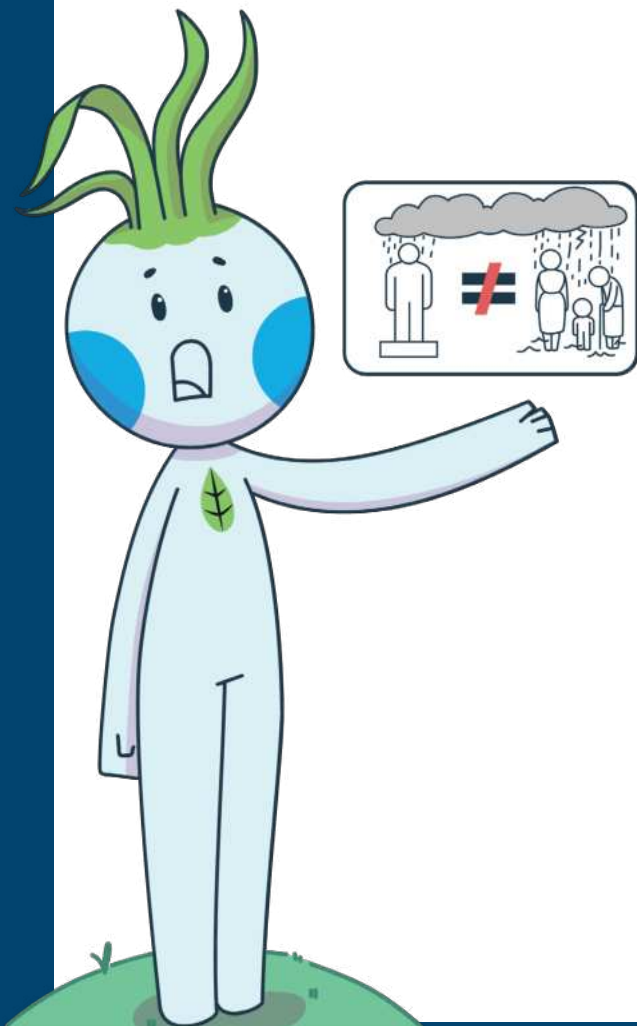
- **Community assessments**
- **Local knowledge sharing**
- **Testing small-scale solutions**
- **Building capacity within neighbourhood organisations**
- **Collaborative learning across partners**

This is where **DOH EAIN'S WORK** fits in, supporting communities to understand climate challenges, design their own solutions, test them through prototypes, and scale them through targeted mini-grants.



04

FACING CLIMATE RISKS TOGETHER: WHY INFORMAL COMMUNITIES AND INCLUSIVE APPROACHES MATTER



Climate hazards do not affect everyone equally.

Residents of informal settlements often face higher exposure to flooding, heat, and water shortages due to limited infrastructure and scarce resources. Within these communities, some groups are even more vulnerable:

- **Women and girls**
- **Elderly residents**
- **People with disabilities**
- **Mothers with young children**
- **LGBTQI+ individuals**
- **Low-income households without secure housing**

Social norms, caregiving responsibilities, and unequal access to information or decision-making spaces can intensify climate impacts for these groups.

Addressing climate change therefore requires gender-responsive and socially inclusive approaches, ensuring that solutions work for everyone, and that the voices of those most affected are at the centre of local adaptation efforts.

The CAC and GenCIVIC projects were designed with this vision: community-led, inclusive, and focused on practical, locally grounded solutions.

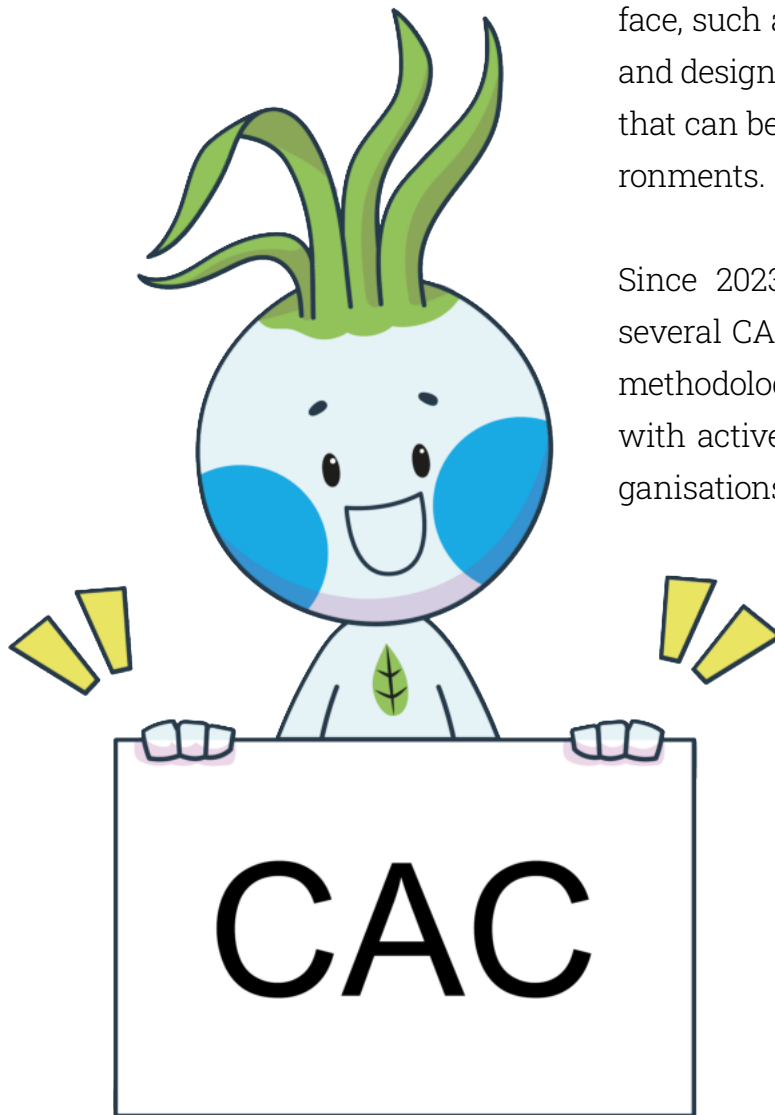
05.A

ABOUT THE CLIMATE ADAPTATION CHAMPIONSHIP (CAC)

The Climate Adaptation Championship (CAC) is a community-led action-research initiative launched by Doh Eain in 2023 with support from the Adaptation Research Alliance's Grassroots Action-Research Micro Grant.

Its purpose is to help neighbourhoods understand the climate challenges they face, such as flooding or water scarcity, and design practical prototype solutions that can be tested directly in their environments.

Since 2023, Doh Eain has completed several CAC projects while refining the methodology particularly in Yangon with active participation from local organisations and residents.



05.B

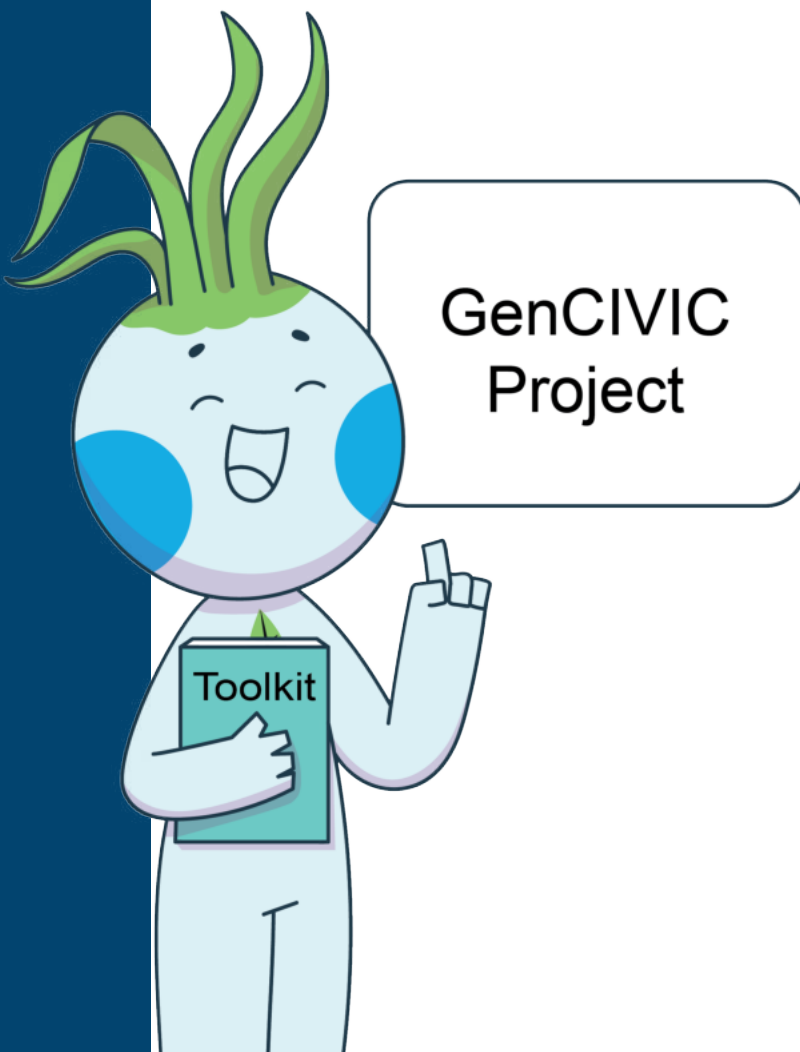
ABOUT THE GENCIVIC PROJECT

The Gender-Sensitive Climate-Responsive Initiatives for Vulnerable Informal Communities (GenCIVIC) project expands and strengthens the CAC model.

Building on lessons from the first CAC initiative it:

- **Has expanded to two cities: Yangon and Taunggyi**
- **Adds extreme heat as a major climate hazard alongside flooding and water scarcity**
- **Engages more Neighbourhood Networks and Community Champions**
- **Supports selected prototypes to evolve into mini-grant projects implemented directly in communities**

With the objective of empowering community members with practical knowledge gained from the Climate Adaptation Championship, "The Community-Led Climate Adaptation Solutions Toolkit" has been published. This toolkit presents 20 solutions aimed at addressing heat, water scarcity and flooding challenges. It is available free of charge and can be requested by EMAILING: nn@neighbourhood-networks.org.



06

THE WE STORY BOOK 2025

The We Story Book 2025 is a key component of the CAC - GenCIVIC initiative. It highlights the lived experiences of residents facing climate impacts, and showcases how community-driven actions (from prototypes to mini-grants) create meaningful change.

For this edition, stories were collected with support from Neighbourhood Networks (NNs) (Sharing Myanmar, Social Empowerment with Ethical Responsibility, The Kingdom for Charity of Khun Htun Lay, Summer Shelter Library, Freedom, LADDER, Taunggyi Educational Learning Hub, Kyauk Tin Pone Institute, Women Led Climate Action Team) through a combination of small workshops and one-on-one interviews.

This edition includes 20 stories from Yangon and Taunggyi:

- **8 stories on Extreme Heat**
- **4 stories on Flooding**
- **4 stories on Water Scarcity**
- **4 “Local Impact” stories**

These stories illustrate challenges, community strengths, local knowledge, and the concrete actions that help neighbourhoods become more resilient.



STORIES (PART 1)

EXTREME HEAT

SEEKING SHADE IN A
TEMPORARY SHELTER

14

A PLACE TO COOL DOWN
AND COME TOGETHER

16

CARING FOR A FAMILY IN
THE HEAT

18

WHEN THE HEAT REACHES
THE CLASSROOM

20

THE SHADE OF TOMORROW

22

COOLER SHADE,
STRONGER ROOTS

24

FROM HEAT TO HABIT

26

DREAMS AMIDST HEATWAVES AND
HOPE AMIDST TRASH

28

SEEKING SHADE IN A TEMPORARY SHELTER

Naw Gee Lar Paw is a 55 years old and a person with a disability and cannot walk. As a migrant, she currently lives with her family in a temporary shelter. Their shelter has a low zinc roof, which covers the entire structure. We can imagine how extremely hot it gets during the day and at night, and how this affects her well-being.

“AS A PERSON WITH A DISABILITY, THE DAYTIME HEAT UNDER THE ROOF WAS UNBEARABLE, AND SINCE I CANNOT WALK, I STRUGGLED TO MOVE TO A SHADED PLACE WHEN NO ONE WAS THERE TO HELP ME.”

By listening to her voice, we can clearly understand how difficult the hot days are for her due to the intense heat. She lives with her husband, her daughter, her daughter's husband, and her grandson. During the daytime, her daughter and son-in-law go to work, leaving her with her husband and grandson. Her husband must handle household chores and take care of the child, so at times it becomes difficult for her to go to the toilet or move to a shaded place on her own when he is busy.

“Usually, when it gets hot during the day, I sit under the mango tree. At night, I sometimes move outside as well, but I can't stay long because the mosquitoes bite me.”

Every day is challenging for her due to the hot weather. We can imagine how difficult it is for someone who cannot walk to move from one place to another. The mosquitoes make it even harder, creating a double risk to her health, from both the heat and potential malaria. When others are busy at night, she has no choice but to stay under the mosquito net on her bed, even though it is hot.

“Thanks to this green net installed under the roof,



TAUNGGYI
NEIGHBOURHOOD
NETWORK



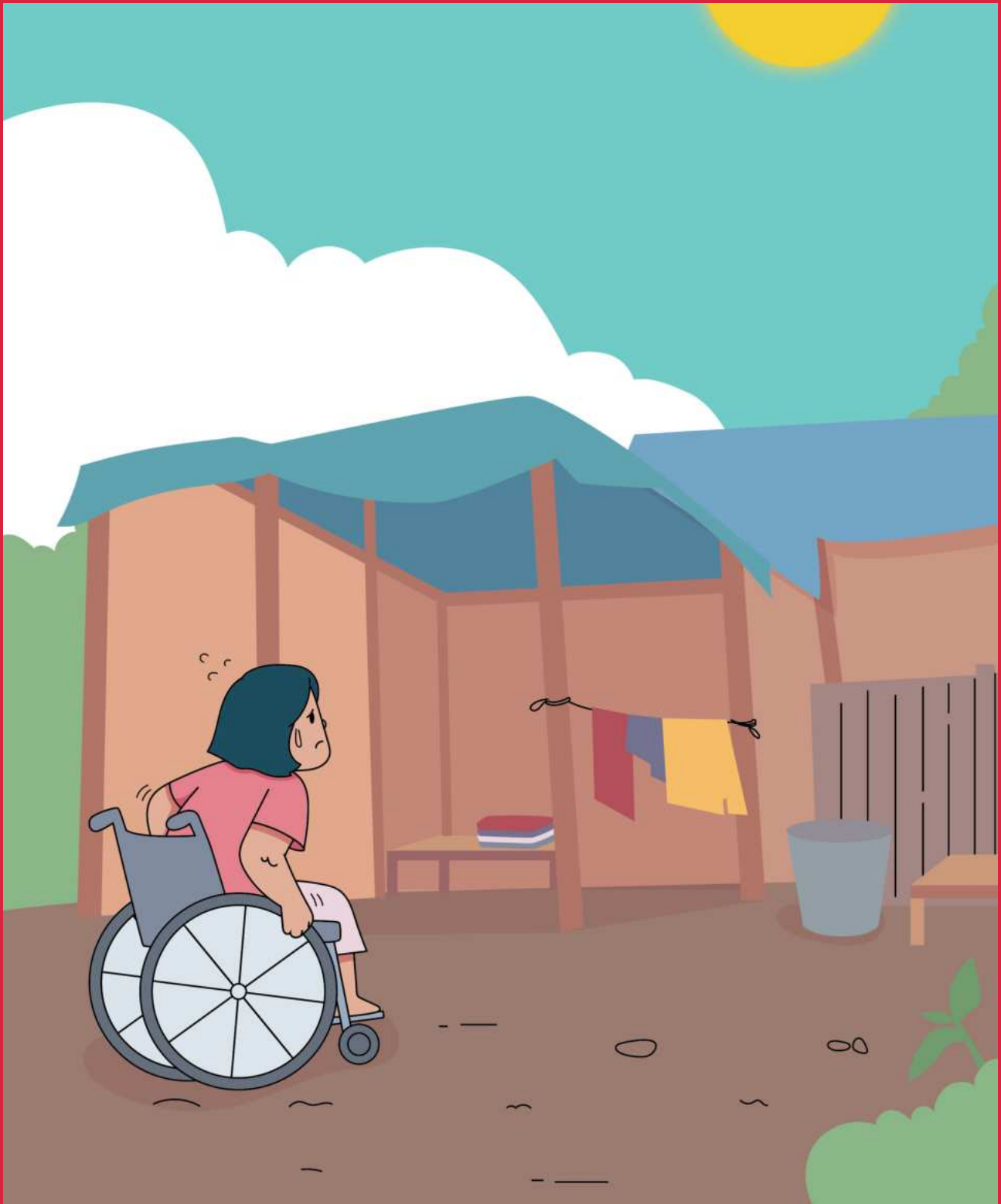
it helps reduce the heat. I am really grateful for it, as I can sleep well at night and stay cooler during the day.”

As part of the GenCIVIC project, one organization from the Neighborhood Network supported them by raising the roof and installing a green net ceiling to reduce the heat. This is her heartfelt voice expressing the real impact of this support.

“If possible, since all of us migrant people in this area have to live in temporary shelters, we would be very happy to receive more support to reduce the heat, especially for older people, children, and people with disabilities like me.”

How heartwarming are her words! We can see that she not only feels the impact of the heat for herself but also cares deeply about how it affects others.

ANONYMOUS ORGANIZATION



"IN SOUTHEAST ASIA, MYANMAR AND THAILAND WERE IDENTIFIED AS THE COUNTRIES MOST AFFECTED BY CLIMATE CHANGE BETWEEN 2000 AND 2019, RESULTING IN A SIGNIFICANT NUMBER OF PEOPLE BEING FORCED TO LEAVE THEIR HOMES AND SEEK EMPLOYMENT"

INTERNATIONAL ORGANIZATION FOR MIGRATION (IOM), ASIA-PACIFIC MIGRATION DATA REPORT 2021



A PLACE TO COOL DOWN AND COME TOGETHER

As a 54 year old woman, leaving her hometown suddenly and living in an unfamiliar place for almost two years with a temporary shelter and limited resources for everything, every day is lucky at least to live in a small safe place and to sleep peacefully. These are the lives of the migrants who have to live in small shelters constructed with limited resources like tarpaulin and materials such as bamboo. Whether on a sunny day, they just have to find the same shade and live under a small shelter with no choices.

"We live in a migrant compound, and there is only one big tree. When it gets hot, we spread a mat under that tree because it's too hot to stay inside the shelter."

Living, sleeping, and cooking with firewood in a space filled with smoke, where there is no window for ventilation and only a single door, and where the roof is just high enough to stand under, we can imagine how unbearably hot it becomes, especially for older people like her and for children. How lucky they are to at least have one tree that provides a bit of cool shade. What if there were a community cooling shelter for them to stay in, especially when it gets extremely hot?

"WE ARE DEEPLY THANKFUL FOR THE IMPLEMENTATION OF THIS COOLING SHELTER. IT IS TRULY A BLESSING AND FEELS LIKE HEAVEN TO US AND IT'S COOLER THAN BEFORE."

Yes, as we hoped, one of the organizations from the Neighborhood Network, as part of the GenCIV-IC project, constructed a nature-based community cooling shelter in the compound. This cooling shelter is more than just a place to escape the heat. Surrounding and inside the shelter are plants and beautiful flowers, creating a pleasant and refreshing environment. Inside, there are mats that can



TAUNGGYI
NEIGHBOURHOOD
NETWORK



accommodate many people, and benches in the corners designed especially for older adults who find it difficult to sit on the ground. It is truly a human-centered design. There are also water pots for drinking and a small library for children. What a heartwarming and thoughtful support for the community!

"We feel happier. Sometimes, we gather here, have meals together, and eat. We even come here to say our prayers two or three times."

Through this, we can clearly see how a community space can strengthen relationships. The very first reason for coming here was to escape the heat. But now, they not only feel cooler, they also feel happier and can build stronger bonds with their family and friends, even while coping with the mental challenges of their migrant situation.

"People from nearby always come now. Before, we had to go from house to house, but not anymore. We even held a child's birthday celebration here."

It may not be the same as living in their hometown, but at least they can reconnect with each other by gathering here and sharing their memories. How sweet it is that they also celebrate their children's birthdays. For the children, these moments create precious, positive memories—they are pure and deserve every bit of joy. In conclusion, we can see how a simple solution for escaping the heat can bring such meaningful and positive changes to the community.

ANONYMOUS ORGANIZATION



"IN MANY PLACES, HEAT IS OFTEN A SIGNIFICANT WEATHER-RELATED KILLER. HEAT WAVES AND AN INCREASE IN THE FREQUENCY OF VERY HOT DAYS, COUPLED WITH HIGH HUMIDITY, CAN CAUSE DEATH AND SEVERE HEALTH COMPLICATIONS. THE ELDERLY AND YOUNG ARE MOST AT RISK, WHILE OUTDOOR WORKERS CAN ALSO BE SEVERELY AFFECTED BY HEAT."



WWF, ASSESSING CLIMATE RISK IN MYANMAR - TECHNICAL REPORT, 2017

CARING FOR A FAMILY IN THE HEAT

This story is about a 36 migrant woman caring for three young children and her elderly mother while living in a temporary shelter, and how overwhelming the hot days can be as she balances household responsibilities and her family's needs. She arrived at Displaced Community in 2021, among the first to settle there after suddenly leaving her hometown. Today, she lives in a temporary shelter with her 70-year-old mother, her husband, and her three children. With no stable income except what her husband earns as a casual labourer, she carries the daily weight of caring for the entire household.

The heat makes every part of her day more difficult. Staying inside the shelter becomes unbearable, but moving outside is also challenging when caring for children and an elderly parent.

"During the hot summer, we stay inside the house as much as possible. When we can't bear it anymore, we go outside and stay under the trees."

When they first arrived, there was very little shade. It is only over the past year that the trees around the camp have grown enough to offer some shade.

Her days are spent balancing childcare, household duties, and the constant challenge of the heat. Even small forms of support can make a difference. Recently, her family received mats.

"WE ARE HAPPY TO RECEIVE THESE. MY SON NO LONGER WANTS TO SLEEP ON OUR OLD MATTRESS, HE SAYS THE NEW MAT FEELS WARM. I EXPLAINED TO HIM THAT THIS KIND OF MAT STAYS WARM WHEN IT'S COLD, AND COOL WHEN IT'S HOT."

When asked what kind of additional assistance would matter most, her answer reflects the needs



TAUNGGYI
NEIGHBOURHOOD
NETWORK



shared by many families around her.

"Regarding the heat, most people here need mats. Other than that, we also need food supplies. Menstrual hygiene products for women and soap are especially needed."

Her story is one of resilience under pressure, managing a household, caring for vulnerable family members, and enduring long, hot days in a temporary shelter with limited resources. Her voice echoes the everyday challenges faced by many women in the camp, navigating both the heat and the weight of responsibility.

THE KINGDOM FOR CHARITY OF
KHUN HTUN LAY FOUNDATION



“APRIL IS THE HOTTEST MONTH OF THE YEAR IN MYANMAR, WITH TEMPERATURES RISING AHEAD OF THE START OF RAINS IN MAY. IN 2024, A RECORD-BREAKING TEMPERATURE OF 48.2° C IN MYANMAR WAS RECORDED IN APRIL IN THE CENTRAL REGION OF THE COUNTRY. [...] CHILDREN ARE ESPECIALLY VULNERABLE TO THE IMPACTS OF HEAT WHICH CAN CAUSE SEVERE DEHYDRATION, EXHAUSTION AND HEATSTROKE. THE MORE THAT CHILDREN ARE EXPOSED TO EXTREME HEAT, THE GREATER THEY ARE AT RISK OF RESPIRATORY DISEASE, KIDNEY DISEASE AND OTHER HEALTH HAZARDS”



SAVE THE CHILDREN, MYANMAR: CHILDREN LIVING IN THE OPEN FACE ADDITIONAL RISK OF HEAT RELATED ILLNESSES AFTER DEADLY EARTHQUAKE, APRIL 2025

WHEN THE HEAT REACHES THE CLASSROOM

Most of these youths are between 15 and 19 years old. They come from small rural villages surrounded by hills and farmland, places where the environment is changing rapidly. In recent years, increasing deforestation and shifting weather patterns have made the heat more intense and the dry season longer. For students who spend much of their day walking, studying, or helping their families, even small increases in temperature are felt sharply.

Inside the classroom, the heat often becomes overwhelming. On some days, focusing on lessons is nearly impossible.

"When studying, if it gets hot, I get headaches and it's hard to stay under the sun."

For many of them, shade becomes the only refuge. Some move outside to continue studying under trees, while others simply rest until the heat eases. The lack of vegetation in certain areas, due to tree cutting for farming or fuel makes this even more difficult.

The students know that environmental changes around them are directly linked to how hot their villages have become.

"WHERE WE LIVE, THE FOREST IS BEING DESTROYED. THERE IS NO SHADE TO REST UNDER WHEN IT'S HOT."

"On the mountain, deforestation is increasing. Water sources are disappearing."

Despite these challenges, these young people show a strong sense of responsibility toward their surroundings. Many are already taking action by planting trees, caring for small saplings, clearing grass, and protecting what is left of the forest near their villages.

"I've planted trees before, and we also protect the existing ones from being cut down."

Their school also encourages environmental care. Students participate in tree-planting activities, al-



TAUNGGYI
NEIGHBOURHOOD
NETWORK



though the sandy soil and lack of water make it hard for many plants to grow. Still, the youths remain determined, imagining ways to improve the school environment :

"Water is the main problem. If we get enough, I want to plant fruit trees, shade trees, and flowers."

"If we could bring soil from other places and build soil beds, more plants would grow."

In their villages, coping with heat has become a collective effort. Families build bamboo huts for shade, reduce activities during the hottest hours, and try to keep the remaining trees standing. Local leaders encourage practices that reduce smoke and heat emissions, while communities look for ways to adapt their daily routines.

Looking forward, the students express hopeful and imaginative visions of what their environment could become if people continue to care for nature:

"I want to teach the younger generation to plant trees."

"I want penalties for cutting trees."

"I want the environment to be green and fresh everywhere."

Their voices show how rising heat is shaping not only their daily routines but also their ambitions for the future. Their dreams of cooler villages, restored forests, and communities working together, highlight a deep determination to protect both people and the environment.

TAUNGGYI EDUCATIONAL
LEARNING HUB



"WARMING : IN EVERY REGION IN MYANMAR, TEMPERATURES ARE EXPECTED TO RISE BY THE MIDDLE OF THE 21ST CENTURY BY 1.3°C–2.7°C. THE EASTERN AND NORTHERN HILLY REGIONS ARE PROJECTED TO SEE THE MOST DRAMATIC WARMING AMONG ALL REGIONS OF MYANMAR, WITH HOT SEASON AVERAGE TEMPERATURES RISING BY UP TO 3°C"



UN HABITAT - MYANMAR OFFICE, UNLOCKING NATURE-BASED ADAPTATION IN MYANMAR: LEARNING FROM DIFFERENT GEOCLIMATIC REGIONS, 2025

THE SHADE OF TOMORROW

Today, like every other day for the past ten years, U Kyaw Kyaw and his close-knit group of friends are out on the streets. You'll see them bending over to pick up litter or gently straightening a roadside sapling that has begun to lean. They work in quiet harmony. Over the decade, they've heard it all—the warm words of gratitude, but also the sharp stings of mockery from those who call their devotion "a waste of time." Their group has only one golden rule: Never respond with anger.

U Kyaw Kyaw's life has always been one of hard labor. Once a masonry worker, he now spends his days with his wife, pedaling a bicycle loaded with vegetables through the winding alleys of Yangon to provide for their family of three. When summer arrives, the heat is relentless. It isn't just a discomfort; it's a burden. You can see the desperation in the neighborhood people huddled under whatever scrap of shade they can find, fanning themselves tirelessly, or even wrapping themselves in wet cloths just to stop their skin from burning. The worst part is the "heat-stroke cycle." People rush to bathe in the cool water to escape the sun, only to fall ill from the sudden temperature shock.

To protect his small home, U Kyaw Kyaw installed green mesh netting under his roof. He got the idea after observing a climate intervention group from the GenCivic project demonstrate heat-reduction techniques in the lane, aimed at helping communities reduce exposure to climate hazards. He bought the materials with his own modest savings, and the difference was immediate: the air finally felt breathable. But for U Kyaw Kyaw, personal comfort isn't enough. He looks at his neighborhood and sees a deeper fear: Fire. In a community built of wood and bamboo, uncollected trash isn't just litter; it is fuel for a disaster. Recently, and through the same GenCivic project, an organization helping the community adapt to the heat began distributing saplings. U Kyaw Kyaw received one, guarding that tiny plant inside his house like a treasure. Reflecting on his journey and the mis-



YANGON
NEIGHBOURHOOD
NETWORK



sion he shares with his friends, he says:

"I MIGRATED HERE FIFTEEN YEARS AGO AND WATCHED THE TREES DISAPPEAR AS THE HEAT GREW STRONGER. I DON'T HAVE MONEY TO GIVE, BUT I HAVE MY HANDS AND MY HEART. MY FRIENDS AND I HAVE SPENT TEN YEARS CLEANING THESE STREETS AND TENDING TO THE EARTH, EVEN WHEN OTHERS MOCKED US FOR DOING 'EXTRA' WORK. WE DO IT BECAUSE WHEN THE HEAT RISES, THE RISK OF FIRE RISES WITH IT, AND THE EXHAUSTION GROWS HEAVIER FOR US ALL. I GUARD MY LITTLE SAPLING LIKE A TREASURE, PROTECTING IT INSIDE MY HOME, BECAUSE I KNOW ITS WORTH."

U Kyaw Kyaw may never be a man of great fortune, but he is always ready to offer his hands to the earth. If you were to walk up to him while he's stooped over a piece of trash or tending to a young leaf and ask, "Why do you do it?" he wouldn't give you a long lecture on climate change. He would simply look up with a gentle smile and give the answer he always gives: "I am working today so that one day, there will be enough shade to ease the heat for those who follow."

SEER



2024 DISASTERS IN NUMBERS - A HOT AND STORMY YEAR (UCLouvain, CRED, USAID

"ASIAN COUNTRIES ALSO EXPERIENCED SEVERE HEAT WAVES AND RECORD-BREAKING TEMPERATURES

IN 2024, INCLUDING INDIA, BANGLADESH, PAKISTAN, CAMBODIA, LAOS, THAILAND, MYANMAR, VIETNAM, AND THE

PHILIPPINES."

THE EMERGENCY EVENTS DATABASE (EM-DAT)



COOLER SHADE, STRONGER ROOTS

“IT WAS SO HOT I HAD TO RUN TO OTHER PEOPLE’S HOUSES IN THE DAY-TIME — BUT NOW, WITH SHADE AND NEW PLANTS, I CAN FINALLY STAY IN MY OWN HOME.”

At 46 years old, Ma Wai — a mason, a parent, and a proud member of the LGBT community — has lived through the slow, relentless rise of heat in her neighborhood. For seven years she has called her current settlement home, sharing a house with her nine-year-old child, a third-grade student. What was once simply a warm season has transformed into something far more exhausting and unforgiving.

Her house stands among three others — all four homes, none with trees or greenery. In the hottest months, the walls turn into radiators and the air inside becomes unbearable. The heat grew so intense she could not stay indoors during the day. Instead, she spent afternoons seeking refuge in neighbors’ homes.

Yet, amid this discomfort, something else grew — resolve.

When seasonal water sources dried up, she began to imagine what might make her yard livable again. The idea came to her, from her own observations and hope. She rented a three-wheeler, bought seven bags of fertilizer with money she could scarcely spare, and carried them herself. Then she began planting: bottle gourd, ambarella, almond — anything that might one day give shade. She did not know the proper names of every plant, but she knew what shade meant: rest, breeze, relief for children and elders alike.

Her involvement in the local climate-adaptation project together with the Climate Adaptation Champions strengthened that effort. When green



YANGON
NEIGHBOURHOOD
NETWORK



shade-netting was installed over homes, she worked on her own installation. It was not just assistance received; it was participation, pride, and learning. The effect was immediate — her home grew noticeably cooler. For the first time in years, she did not need to “run away” during the daytime.

“It’s better than before,” she said simply. “Because it’s better, I don’t need to run anymore.”

The change may seem modest to outsiders — a few plants, a stretch of netting — but for Ma Wai it meant dignity, stability, and belonging in her own home. She could rest. She could work without exhaustion.

She speaks about heat not in abstract terms of climate patterns, but through lived experience: tired hands, sore throats, afternoons spent outside, neighbors whispering about heat-related illness. She does not claim to know why the weather keeps getting hotter each year, only that it is happening, and that trees, shade, and community effort make life bearable.

Her insight is practical and rooted in care. She warns against cutting trees. She encourages planting more. She believes shade is not just protection, but a shared comfort — something that should stretch across homes and communities.

The heat may continue to rise, she says, but she no longer faces it as a displaced guest in her own life. With shade above her and roots taking hold in the soil, Ma Wai stays — at home, grounded, and determined to keep planting toward a cooler future.

SEER



**“ASIA IS CURRENTLY WARMING NEARLY TWICE AS FAST AS THE GLOBAL AVERAGE, FUELLING MORE EXTREME WEATHER AND
WREAKING A HEAVY TOLL ON THE REGION’S ECONOMIES, ECOSYSTEMS AND SOCIETIES”**



WORLD METEOROLOGICAL ORGANIZATION (WMO)

FROM HEAT TO HABIT

“AT FIRST I THOUGHT SEPARATING WASTE WOULD BE TOO TROUBLESOME — BUT LATER IT BECAME A HABIT, AND OTHERS STARTED TO FOLLOW.”

At 36, Ma Thazin Tun is known in her neighborhood not only as a community volunteer, but as someone who has turned her own struggles with heat, disability, and environmental challenges into quiet leadership. Living in a small rented room with her family of four, she experiences heat not as an abstract climate trend, but as something that presses into daily life — into the walls, the body, and the breath.

When temperatures rise, her blood pressure drops; dizziness comes in waves; tempers start to soar. Some days, the heat forces her to cancel community visits and volunteer duties.

“If someone asks me to come in the afternoon, I can’t go,” she admits. “It’s too hot.” Unlike others who can escape to shaded spaces, her disability makes mobility difficult. While neighbors seek refuge under trees or in cooler yards, she often has to stay inside, enduring discomfort without relief. For her, extreme heat is not only a physical burden; it amplifies isolation.

Around her, the wider community struggles too. During hot spells, electricity cuts are frequent, water runs dry, and people sit trapped in their homes with “no water and no comfort,” as she describes it. Yet the challenges do not end with heat alone. Waste accumulation, flooding, and poor drainage shape everyday risks.

Still, within that chaos, she pays attention to small acts of resilience emerging around her. She notices neighbors reusing large plastic bottles as planters and keeping useful bags aside instead of



throwing them away. These small, improvised practices inspire her. When she joined an interactive climate-awareness game organized in her ward by the Climate Adaptation Champions, those scattered observations transformed into understanding.

Through the game, she learned about methane, waste segregation, and the link between plants, trash, heat, and health. It was not a lecture she simply listened to; she played, debated, and discussed with neighbors. That experience stayed with her.

Soon after, she began changing habits at home. Instead of tossing all trash together, she now separates wet waste, dry waste, items that can be reused, and fish-smelling scraps that must be thrown out. At first it felt cumbersome and a disruption to routine. But with time, it became part of daily life. And as she quietly practiced it, others began to follow. “If someone does it at the front,” she says, “the others will follow behind.”

Her front yard now displays rows of planters made from reused materials, filled with edible plants. They are symbols of persistence as much as they are symbols of greenery and proof that environmental care can grow from humble beginnings.

She believes deeply that waste management, planting more trees, and reducing heat inside homes are essential steps for her community. She advocates for trash bins or bags placed in front of houses so people have somewhere to dispose of waste properly.

Today, Ma Thazin Tun continues to volunteer, and believes awareness must spread — from one person to ten, from ten to fifty — until change becomes collective.

FREEDOM ORGANIZATION



“THE CENTRAL DRY ZONE OF MYANMAR IS ESPECIALLY PRONE TO DROUGHT, WITH A HIGHER HAZARD LEVEL COMPARED TO OTHER REGIONS, SUCH AS THE BAGO REGION AND THE EASTERN MOUNTAIN RANGES. THE DRY ZONE'S VULNERABILITY IS DUE TO ITS LOW RAINFALL AND HIGH TEMPERATURES, WHICH CREATE CHALLENGING CONDITIONS FOR AGRICULTURE AND WATER RESOURCES. WHILE THE HAZARD LEVEL IS LOWER IN OTHER REGIONS, THE YANGON AND TANINTHARYI REGIONS ALSO FACE



SIGNIFICANT DROUGHT RISKS”

MINISTRY OF ENVIRONMENTAL CONSERVATION AND FORESTRY, 2012

DREAMS AMIDST HEATWAVES & HOPE AMIDST TRASH



YANGON
NEIGHBOURHOOD
NETWORK



Forty-nine-year-old Daw Tun Ma Ma is a resilient woman who, despite living with a physical disability, stands on her own feet by running a small home-based liquid soap business. However, she has recently been facing a challenge far more daunting than her physical limitations: the "unbearable and intense heat."

"IT IS SO HOT THAT I'M EVEN AFRAID TO GO INSIDE MY OWN HOUSE. THOSE WITH MONEY CAN STAY COMFORTABLY WITH AIR CONDITIONING, BUT FOR POOR PEOPLE LIKE US, WE HAVE TO GO OUT AND LOOK FOR SHADE ON THE STREETS."

As a resident of an informal settlement, Daw Tun Ma Ma lives in a shelter made of corrugated iron sheets for both the roof and walls. During the scorching midday hours, the heat inside becomes intolerable, forcing her to seek refuge under the shade of trees outside. The extreme temperatures often steal her appetite, leaving her with only a handheld fan as her sole source of relief. She feels the bitter sting of inequality—the vast gap between the wealthy who can afford the luxury of air conditioning and those in the working class who struggle just to breathe.

In her neighborhood, the streets and gutters are often clogged with carelessly discarded plastic bags, bottles, and foam boxes. During the summer, the wind blows this litter directly into people's homes, posing health risks. In the rainy season, this same trash blocks the drainage system.

"I believe the waste problem is directly linked to natural disasters like extreme heat and flooding." Daw Tun Ma Ma and her neighbors frequently face the hardship of floodwaters entering their

rooms because the drains are blocked. Furthermore, the stagnant water and mounting trash piles bring the threat of diseases such as dengue fever and diarrhea to their community. Believing that change is only possible through collective action, Daw Tun Ma Ma decided to lead by example. Before asking others to change, she began sorting her own waste into wet and dry categories. She meticulously saves reusable plastic bags and encourages her neighbors to stop littering and start recycling.

She also has practical ideas for climate adaptation. She points out that for those living in informal housing, installing ceilings or heat-resistant OPP (Oriented Polypropylene) sheets could significantly improve comfort, but they require technical and material support to make this a reality.

Having participated in awareness-raising activities organized by the Freedom Organization with support from the GenCIVIC project, Daw Tun Ma Ma cherishes the knowledge she gained. She is eager to practice environmentally friendly habits, such as walking or cycling for short trips to reduce pollution.

Despite her physical disability, Daw Tun Ma Ma possesses a formidable spirit and remains ready to serve her community.

"If there are similar activities in the future, I am ready to collaborate and help."

Her story is more than just a testament to the heat risks faced by vulnerable communities; it is a powerful display of a woman's determination to protect the planet through mindful waste management and community stewardship.

FREEDOM ORGANIZATION



“OBSERVABLE INCREASES IN EXTREME HIGH TEMPERATURES AND INCREASES IN RAINFALL VARIABILITY, HAS LED TO CONDITIONS OF GROWING FOOD INSECURITY AND SEVERE ENVIRONMENTAL DEGRADATION”



UNDP, LOST AND FOUND: CLIMATE ACTION ENHANCES WATER & FOOD SECURITY IN THE DRY ZONE OF MYANMAR
FEBRUARY 19, 2019

STORIES (PART 2)

WATER SCARCITY

WHEN SAFE WATER IS NOT GUARANTEED	32
WHEN WATER BECOMES SCARCE	34
THE PRICE OF WATER AND THE HAND PUMP'S RELIEF	36
THIRST NO MORE: HOW U HTAY AUNG TURNED DRY DUST INTO "PITI.	38

FLOODING

WHEN FLOODING BECOMES A NEW REALITY	40
WHEN FLOODING DISRUPTS LIVELIHOODS	42
THE RISING TIDE AND THE HAND PUMP'S PROMISE	44
THE MIDNIGHT TIDE AND A MOTHER'S HOPE	46

WHEN SAFE WATER IS NOT GUARANTEED

This story is about a 65 years old elderly migrant woman. Daw Naw Say War Paw left her hometown and now lives in a small temporary shelter with her daughter and young grandson. Their income is very limited: her daughter works as a porter in town, while she stays at home to care for the household. Every expense has to be carefully managed, especially when it comes to water.

Safe drinking water is a daily concern. The local water, drawn from underground wells, contains high mineral levels and is unsafe to drink without treatment.

“THIS WATER HERE IS ONLY FOR COOKING BECAUSE IT HAS A LOT OF MINERALS. THAT’S WHY MANY PEOPLE HERE HAVE KIDNEY PROBLEMS, BECAUSE THE WATER HAS TOO MANY MINERALS.”

For families with low income, buying bottled drinking water is a heavy burden. Sometimes they can afford it, sometimes not, which means they must rely on boiling domestic water. This takes time, fuel, and effort, adding another layer of difficulty to daily life. That is why the water filter provided through the project has made a real difference.

“It’s good. When the temperature is high, I use it and it’s convenient.”

Though small issues remain such as a loose pipe connection, the filter has become an important source of reassurance. It helps the family access safer drinking water without depending entirely on costly purchases.

Water scarcity shapes many aspects of life in the settlement. Even basic household tasks depend on the availability of well water. When the days are hot, water demand increases, but access does not.



TAUNGGYI
NEIGHBOURHOOD
NETWORK



For an older person like her, managing these tasks is tiring, and the pressure is constant.

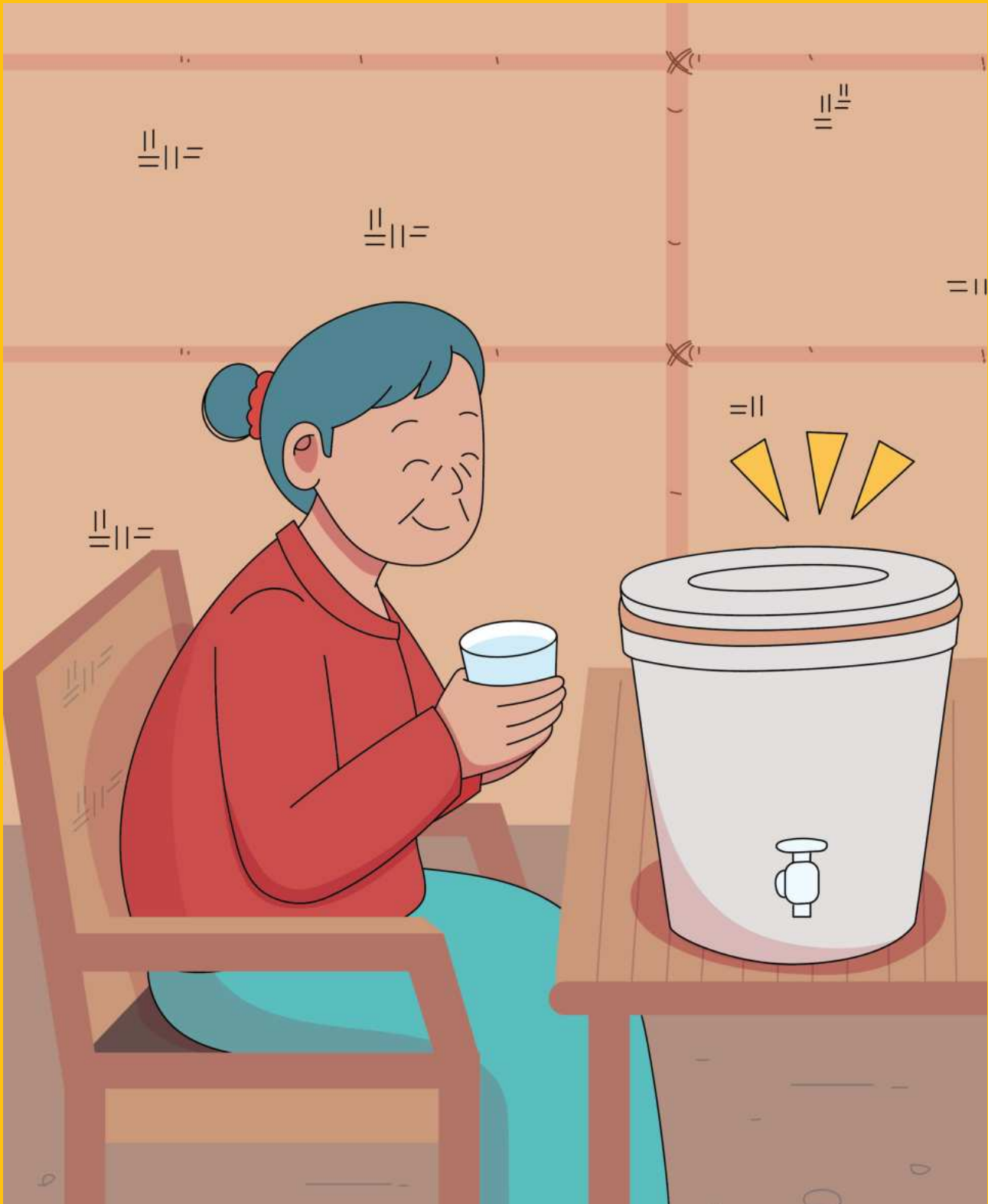
Her living situation is also uncertain. The shelter she stays in is temporary, and she may have to move within the next few months. Without a stable place to live, long-term solutions to water problems feel out of reach.

Despite these challenges, she remains warm and grateful, expressing appreciation for any support offered.

“At a time like this, any help you give with goodwill, I truly appreciate it.”

Her story reflects the quiet resilience of many families facing water scarcity: balancing limited income, unsafe water sources, and uncertain housing conditions, while trying to keep their loved ones healthy. Access to something as simple as a water filter becomes not just a convenience but a form of dignity, safety, and hope in a difficult environment.

THE KINGDOM FOR CHARITY OF
KHUN HTUN LAY FOUNDATION



"MYANMAR: A COUNTRY PRONE TO CYCLONES, FLOODS, AND DROUGHTS. SEVERELY IMPACTED BY CYCLONE NARGIS IN 2008, WHICH KILLED NEARLY 140,000 PEOPLE AND CAUSED USD 5.8 BILLION IN DAMAGE. BETWEEN 1995 AND 2024, MYANMAR

SUFFERED 55 EXTREME EVENTS, RESULTING IN 141,000 DEATHS, NINE MILLION AFFECTED, AND USD 8.6 BILLION IN LOSSES."

GERMANWATCH, THE CLIMATE RISK INDEX 2026, WHO SUFFERS MOST FROM EXTREME WEATHER EVENTS?, NOVEMBER 2025



WHEN WATER BECOMES SCARCE

Daw Khin San Win is 70 years old and has lived in this neighbourhood for nearly fifty years. Over time, she has witnessed changes in the weather and in the way people access water, but what has shaped daily life the most is the growing scarcity of water. Seasons now bring longer dry periods, and many households must manage their water use carefully.

For her, water scarcity is not a distant environmental issue but a lived, everyday reality. She remembers a time when residents walked long distances to wash clothes or bathe, and when families relied heavily on natural water sources that have since declined. Even today, despite having municipal water access, the supply is limited and irregular, leaving many households to cope however they can. She explains that water scarcity has long been a challenge for the residents in her ward.

Years ago, her household had no choice but to buy water. Today, they rely on municipal water and rainwater, though the supply still requires careful management.

"Other houses also use municipal water. We have to pay around 10,000 kyats per month. The water comes every two days."

Even though the water now arrives more regularly, it remains limited, and people must adjust their routines around its availability. Water scarcity continues to affect neighbours throughout the ward, especially during hotter months when needs increase.

Because of this, she views the groundwater recharge pit as an essential intervention.

"I'M THANKFUL FOR THIS BEING DONE. IT WILL HELP REDUCE THE DEPLETION OF THE GROUNDWATER."



TAUNGGYI
NEIGHBOURHOOD
NETWORK



Her commitment to the environment is visible not only in her words but also in her actions. She regularly participates in small community activities, often alongside her daughter who is active in local charity work. Tree-planting is one of the activities she cares most about, believing greenery is key to a healthier future.

When asked what she hopes her neighbourhood will become, her answer is simple but powerful: "I wish for the trees to be green and lush, and for water to be abundant."

Her voice reflects the hopes of many residents who face both heat and water shortages, yet continue caring for the environment in the ways they can. The groundwater recharge pit is more than a technical solution, for her, it is a symbol of renewal, and of the possibility that her ward may once again have reliable water and thriving green spaces.

**WOMEN LED CLIMATE
ACTION TEAM**



“MYANMAR EXPERIENCES WATER SCARCITY IN THE FORM OF TOO VARIABLE WATER; WHILE THERE ARE SUFFICIENT WATER RESOURCES PER CAPITA AND FOR GROWING FOOD ACROSS MOST OF THE COUNTRY, THERE IS A HIGH VARIABILITY OF WATER AVAILABILITY BETWEEN WET AND DRY SEASONS AND A LACK OF INFRASTRUCTURE TO ALLOW FOR INTRA-ANNUAL AND

INTER-ANNUAL STORAGE.”



FOOD AND AGRICULTURE ORGANIZATION OF THE UNITED NATIONS (FAO) - MANAGING WATER SCARCITY IN ASIA AND THE PACIFIC - A SUMMARY, 2023

THE PRICE OF WATER & THE HAND PUMP'S RELIEF



YANGON
NEIGHBOURHOOD
NETWORK



This story is about a 58-year-old man who lives in the settlement with his extended family of nine members. He attended school up to Grade 3 and works hard to support his family by driving a carry vehicle and occasionally selling goods when opportunities arise. His income is irregular, depending on daily availability of work.

Water scarcity is one of the biggest challenges his family faces. The cost of water in the community is around 8,000 MMK per day, which quickly becomes overwhelming for a household of this size. As long as there is income, they can manage. But during days without work, the situation becomes extremely difficult, forcing the family to carefully balance the cost of water with daily meals.

“EVERYTHING DEPENDS ON MONEY. IF WE EARN, WE CAN MANAGE THE WATER. IF WE DON'T, EVEN EATING AND BUYING WATER BECOMES HARD.”

The lack of a stable water source adds constant pressure to daily life. He believes that a ground-water well would be a long-term and sustainable solution for the community, but he knows that such a project would require financial support to become a reality.

For now, the hand pump installed through SMM has brought some relief. It has made water access easier and reduced part of the daily burden, especially during times when buying water is not affordable. While it does not solve all the problems, it has become an important support for many families in the settlement.

Beyond water, he is also concerned about sanitation and environmental conditions in the community. There are not enough toilets, and waste management remains a challenge. He hopes that,

alongside water solutions, there will be greater community awareness around waste management and improvements in sanitation facilities.

His story reflects the reality of many families living with water scarcity: working day by day to meet basic needs, making difficult choices between essentials, and hoping for more sustainable solutions that can ease the struggle for the future.

SHARING MYANMAR



"TROPICAL STORMS ALSO HAD A MAJOR IMPACT GLOBALLY. IN EARLY SEPTEMBER, TYPHOON YAGI CAUSED THE HIGHEST NUMBER OF FATALITIES IN MYANMAR, KILLING 460 PEOPLE AND CAUSING EXTENSIVE DAMAGE AND CASUALTIES IN OTHER COUNTRIES AS WELL, NOTABLY VIETNAM, WITH 345 FATALITIES REPORTED."



THE EMERGENCY EVENTS DATABASE (EM-DAT), 2024 REPORT

THIRST NO MORE: HOW U HTAY AUNG TURNED DRY DUST INTO "PITI."

At 64 years old, U Htay Aung should be enjoying a time of rest. Instead, as a security guard at a local clinic in the Taw Win informal settlement, he has spent years guarding something much more precious than a building: he has been guarding his family's survival against the relentless grip of drought.

The Cost of a Thirst

In Taw Win, the sun doesn't just bring heat; it brings a crushing financial burden. For years, U Htay Aung and his neighbors lived at the mercy of water vendors.

"When the pond runs dry and the pipes go empty, we are forced to buy water by the tank," U Htay Aung explains. A single tank costs 1,800 MMK, and the sellers only arrive once every three days. For a family already struggling to put food on the table, these prices led to a heartbreaking cycle of debt.

"WE WERE BORROWING MONEY JUST TO DRINK. WE WERE GOING INTO DEBT JUST TO STAY CLEAN."

The lack of water didn't just drain their pockets; it drained their health. With clean water being so scarce, hygiene became a luxury, and preventable illnesses began to spread through the settlement. U Htay Aung watched as his neighbors used motors to desperately suck the last drops of water from shared lines, leaving those without equipment with nothing but dry dust.

The GenCIVIC Life-Line

The arrival of the GenCIVIC project Gender-Sensitive Climate-responsive Initiatives for Vulnerable Informal Communities changed the landscape of Taw Win. By focusing on climate-responsive in-



YANGON
NEIGHBOURHOOD
NETWORK



frastructure, the project installed a community hand pump, tapping into the groundwater that the residents could never reach on their own.

For U Htay Aung, the impact was immediate and profound. The daily anxiety of spending 3,000 MMK or more on water vanished. But more importantly, it sparked a sense of pride. U Htay Aung didn't just stand by and watch; he led the way. He was there during the drilling, his hands deep in the mud, helping to connect the pipes with a strength that belied his 64 years.

A Legacy of Water and Greenery

Today, U Htay Aung is the self-appointed protector of the pump. He knows that if the pump breaks, the community suffers, so he treats the machinery with the same care he would his own home.

"I spent so many years worrying about the next drop of water, watching my meager earnings disappear into a water tank. Now, I see my neighbors filling their buckets for free, and my heart is full of 'Piti' (joyful pride). I am no longer just a man struggling to survive; I am a man helping my community thrive. Now that we have water, I want to work with GenCIVIC to plant trees. I want to turn this dry land green so that the heat can never trap us like this again."

U Htay Aung's story is no longer about scarcity; it is about stewardship. He is ready to volunteer his labor, his time, and his heart to ensure that in Taw Win, the water—and the hope—never runs out again.

SHARING MYANMAR



“CLIMATE CHANGE HAS ALSO DRIVEN WATER SCARCITY TRENDS IN MYANMAR; THE COUNTRY IS CONSISTENTLY CLASSIFIED AMONG THE MOST CLIMATE-VULNERABLE WORLDWIDE AND IS EXPERIENCING ALTERED MONSOON SEASONS”



NAGPAL, T., RAWLINGS, H. & BALAC, M. (2020). UNDERSTANDING WATER DEMAND AND USAGE IN MANDALAY CITY, MYANMAR AS A BASIS FOR RESETTING TARIFFS. JOURNAL OF WATER, SANITATION AND HYGIENE FOR DEVELOPMENT

WHEN FLOODING BECOMES A NEW REALITY

neighbourhood was once relatively stable in terms of water. In the past, households relied on wells, and water was generally sufficient for daily needs. Over time, however, this balance has shifted. The family recently dug a tube well to secure their water supply, yet even this has become less reliable, especially during the summer months when water levels drop.

Flooding, she explains, was not always an issue here. For many years, the drainage channels functioned without problems. But in the last one or two years, things have changed. During heavy rains, the drainage channel near her home now overflows, a situation that did not exist before. While the floodwater has not reached her house, it signals a growing vulnerability in the neighbourhood's infrastructure and raises concerns for the future.

“THESE DRAINAGE CHANNELS SHOULD BE THE FIRST THING TO FIX”

Despite these challenges, Daw Khin Oo notes that waste management in the area remains functional, with garbage trucks collecting regularly and no major blockages in the drains. Still, the flooding itself reflects broader changes in water flow and urban pressure that the existing system was not designed to handle.

Access to safe drinking water is another concern. While household water is drawn from the tube well, the family purchases purified water for drinking. Although water does not disappear entirely, reduced supply during hotter periods makes daily management more difficult and adds to household expenses.

She welcomed the installation of a groundwater recharge pit near her home, seeing it as a positive step toward improving local water conditions and



TAUNGGYI
NEIGHBOURHOOD
NETWORK



hoping it will help ease water challenges over time.

Beyond water and flooding, she finds comfort in small environmental improvements. She has planted flowers in the past and appreciates the flowerpots placed along the street, explaining that seeing plants helps bring a sense of calm and peace. For her, greenery is closely tied to well-being, especially as environmental conditions become more uncertain.

Looking ahead, her hopes are simple yet profound. She wishes for practical improvements that respond to real needs, starting with better drainage, and extending to a greener, more peaceful environment.

“I want there to be plants. I want it to be cool and peaceful”

Her story reflects the experience of many older residents who have witnessed environmental change over decades. Flooding may be a relatively new challenge in her neighbourhood, but it has quickly become a defining issue, highlighting the urgent need for resilient infrastructure and water management to protect communities during the rainy season.

SUMMER SHELTER LIBRARY



"IN 1995–2024, DOMINICA, MYANMAR, AND HONDURAS WERE THE COUNTRIES MOST AFFECTED BY EXTREME WEATHER EVENTS. LIBYA, HAITI, AND GRENADA WERE AMONG OTHER HIGHLY IMPACTED COUNTRIES"



GERMANWATCH, THE CLIMATE RISK INDEX 2026, WHO SUFFERS MOST FROM EXTREME WEATHER EVENTS?, NOVEMBER 2025

WHEN FLOODING DISRUPTS LIVELIHOODS

He is a young farmer living in a rural village where weather conditions strongly shape daily life and agricultural work. Farming is his main source of income, and access to his fields is essential. During the rainy season, however, flooding and muddy roads make it difficult to reach farmland, disrupting work and increasing physical strain.

When heavy rains arrive, water accumulates quickly and paths become hard to pass. Although flooding does not usually reach houses, it directly affects farming activities by slowing movement and limiting access to fields. These conditions make it harder to maintain crops and plan daily work during the rainy months.

Water management remains a key concern for farming. While small ponds exist, they are not always sufficient to support crops, especially when rainfall patterns are unpredictable. At the same time, rising temperatures add another layer of difficulty. Heat makes farm work more exhausting and increases the need for water, both for people and for crops.

“WHEN IT’S HOT, IT’S HARD TO WORK ON THE FARM. WE FEEL MORE EXHAUSTED, AND WE GET MORE THIRSTY”

To cope with both flooding and heat, villagers rely mostly on simple, nature-based solutions. Tree planting is one of the main actions people take, both on farmland and around the village. Trees provide shade during hot days and are also seen as essential for improving water availability and protecting the land over time.

Looking ahead, his hopes for the village focus on protection and care for the environment. He wants the trees that have been planted to be preserved and not cut down, believing that maintaining greenery will help the village better cope with flooding, heat, and changing weather conditions.



TAUNGGYI
NEIGHBOURHOOD
NETWORK



His story reflects how closely linked water, heat, and livelihoods are and how small, local actions can support resilience in the face of climate challenges.

KYAUK TIN PONE
INSTITUTE



TALKING ABOUT MYANMAR : "RAINFALL PATTERNS : OVER THE LAST 40 YEARS, RAINFALL HAS BECOME MORE INTENSE AND MORE LIKELY TO CAUSE DAMAGE. TOTAL ANNUAL RAINFALL HAS INCREASED WITHOUT AN INCREASE IN THE NUMBER OF RAINY DAYS, INDICATING MORE INTENSE RAINFALL. INTENSE RAINFALL PAIRED WITH ENVIRONMENTAL DEGRADATION RESULTS IN NEGATIVE IMPACTS SUCH AS FLOODS AND DECREASED GROUNDWATER LEVELS"



UN HABITAT - MYANMAR OFFICE, UNLOCKING NATURE-BASED ADAPTATION IN MYANMAR: LEARNING FROM DIFFERENT GEOCLIMATIC REGIONS, 2025

THE RISING TIDE AND THE HAND PUMP'S PROMISE



YANGON
NEIGHBOURHOOD
NETWORK



For Ko Ngay Lay, a 40-year-old mason living in the Mainmahla informal settlement, water is both a lifeline and a threat. Eleven years ago, he migrated from Pyay in search of a better life, but he found himself in a constant battle with the elements. In his neighborhood, the rhythm of life is dictated by the moon and the rain. When the moon is full, the tide rises; when the clouds gather, the floods follow.

The Danger in the Water

Ko Ngay Lay remembers the most recent full moon vividly. The tide rose until the entire settlement was submerged. For most, a flood is an inconvenience; for Ko Ngay Lay, it is a health crisis. The cold, dirty water brings back pain and the constant threat of diarrhea, leading to expensive clinic visits his family can ill afford. But the most terrifying part of the flood is what the water brings with it.

"WHEN THE WATER RISES, THE SNAKES COME"

Between repairing a house that feels like it's slowly dissolving and protecting his children from snakes, the stress is relentless.

He knows the root of the problem: the drainage system is choked with trash. Despite paying a monthly fee for garbage collection, the service rarely comes.

"We have to scoop the trash out from between our own latrines"

"If we all worked together to manage our waste, our streets could finally breathe."

Amidst the struggle with floodwater, a different kind of water has brought a glimmer of hope. Before Sharing Myanmar installed a community hand pump near his house, Ko Ngay Lay's family spent approximately 5,000 MMK every single day just to buy water for drinking and washing. In a

household where every kyat is earned through hard masonry work, that cost was a heavy burden.

Today, that burden has been lifted. The hand pump provides clean water for free, and Ko Ngay Lay has become its unofficial guardian. He maintains the pump with the same precision he uses to lay bricks, and he spends his free time talking to his neighbors about the importance of keeping it clean.

"In the past, we watched our money flow away just to have a drink of water. Now, seeing the community use this pump for free brings me a sense of peace. It's not just water; it's a shared treasure for all 'seven-day-borns' (the community)."

Ko Ngay Lay is a man who believes in the power of a helping hand. He doesn't just want a handout; he wants to be part of the solution. He dreams of a deep tube well that could serve even more people and is eager to volunteer his labor for any project that will keep the floods at bay.

As he looks out over the drainage lines he hopes to one day see clear of trash, he offers a simple invitation to those trying to help

"I want to work together. I want to hold hands with anyone willing to help us, and I will give everything I can to make this neighborhood a place where our children can walk without fear of the rising tide."

SHARING MYANMAR



"EXTREME EVENTS, SUCH AS FLOODS, CAN SPREAD WATERBORNE DISEASES, WHILE DROUGHTS CAN ALSO CAUSE THE SPREAD OF PATHOGENS AS WATER FLOWS DIMINISH AND STAGNATION REDUCES WATER QUALITY"



WWF, ASSESSING CLIMATE RISK IN MYANMAR - TECHNICAL REPORT, 2017

THE MIDNIGHT TIDE AND A MOTHER'S HOPE

In the informal settlements of Yangon, Ma Wai Mar is known to her neighbors as "Ma Baik" (pregnant woman) the expectant mother. At 28 years old and six months into her pregnancy, she carries more than just the weight of her unborn child; she carries the heavy memories of eleven years spent battling the rising waters of the river.

For Ma Wai Mar, the most terrifying moments happen in the dark. Eleven years ago, her family migrated from Pyapon, hoping to escape the debts of a failing farm. They found shelter in Yangon, but they also found a new kind of hardship. Because the settlement is near the river and the drainage lines are choked with unmanaged waste, the water doesn't just rise, it invades.

"I REMEMBER SO MANY NIGHTS, SITTING IN THE RISING WATER INSIDE MY OWN HOME, FEELING TRAPPED, PRAYING FOR THE SUN TO COME UP QUICKLY. IT'S PITCH BLACK, AND THE WATER IS ALIVE WITH INSECTS AND CREATURES THAT HAVE NOWHERE ELSE TO GO. WE JUST SIT THERE TOGETHER IN THE FLOOD, THE BUGS AND US WAITING FOR THE LIGHT OF MORNING."

For a pregnant woman, the floods brought a double burden. When the tide rose, water vendors could no longer reach the narrow lanes, leaving her family without clean water to drink or wash. But the physical struggle was nothing compared to the quiet anxiety that kept her awake: What if the water rises on the night my baby is born?

The cycle of despair began to break when the Gen-



YANGON
NEIGHBOURHOOD
NETWORK



CIVIC project reached her neighborhood. For the first time, an initiative looked at the specific vulnerabilities of people like Ma Wai Mar.

Through the project, the community was mobilized to clear the drainage systems that had been blocked for over a decade. Even with her pregnancy, Ma Wai Mar felt a surge of energy she hadn't felt in years. She stood alongside her husband, picking up litter and clearing debris.

"I didn't want to feel that despair anymore," she says. "I didn't want the first thing my baby sees to be the trash that floats on the floodwater."

The impact of the GenCIVIC intervention was immediate. With the drainage cleared and a new community hand pump installed, the water recedes faster than ever before. The "midnight tides" no longer linger for days, and clean water is always within reach.

Ma Wai Mar now spends her days talking to her belly, a gentle smile replacing her look of worry. She feels a sense of peace that has transformed her pregnancy.

"Now, I feel my baby's joy because I am no longer afraid. My prayer was answered through the GenCIVIC project and the hands of my neighbors. I don't want my child to ever sit in the dark, waiting for the dawn. I want them to grow up in a neighborhood that knows how to protect its own."

Ma Wai Mar still lives in a temporary shelter, but she no longer feels alone. She is ready for the future, standing on higher ground, waiting to welcome her child into a community that has finally learned to breathe.

SHARING MYANMAR



“IN THE PAST HALF A CENTURY, SOUTHEAST ASIA HAS EXPERIENCED FREQUENT AND MORE INTENSE STORMS AND HEAVY RAINFALL WHICH CAUSED FLOODING. SINCE 1900, AT LEAST 1,575 HYDRO- METEOROLOGICAL DISASTERS HAVE OCCURRED IN THE REGION. FLOODS AND STORMS WERE THE MOST FREQUENT DISASTERS AND BOTH HAVE SHOWN SIGNIFICANT INCREASE IN THE PAST 30 YEARS”



CHANGING DISASTER RISK LANDSCAPE DUE TO CLIMATE CHANGE IN ASEAN
ASEAN SOCIO-CULTURAL COMMUNITY TREND REPORT NO. 10 (2025)

STORIES (PART 3)

FROM PROTOTYPES THROUGH MINI- GRANTS TO CHANGE: STORIES OF LOCAL IMPACT

**SUPPORTING EACH OTHER UNDER
HEAT AND WATER STRESS**

50

**A COMMUNITY APPROACH
TO FLOODING**

52

**WHERE TRUST
TOOK ROOT**

54

**A WOMEN-LED AND YOUTH-DRIVEN JOURNEY
AGAINST HEAT AND WASTE**

56

SUPPORTING EACH OTHER UNDER HEAT & WATER STRESS

This group is made up entirely of migrants who now live and work alongside others facing similar displacement and uncertainty. Despite sharing the same difficult conditions as the people they support, they have come together as a small organization to respond to everyday climate challenges in their community.

Through the GenCIVIC project, the group became involved in a series of practical actions linked to extreme heat and water scarcity. At different stages, they helped distribute climate-awareness pamphlets, thermometers, water filter pots, and later fire extinguishers, responding to needs they observed directly among families living in temporary conditions. For several members, this was their first experience working on climate-related issues, yet it quickly became a source of motivation and learning.

“When we provide what people need, they are happy. And that makes me happy too”

As the project progressed from the prototype stage to the mini-grant, the group strengthened its collaboration with both volunteers and the wider community. They learned to connect climate information with real needs on the ground, and gained confidence in sharing this knowledge with others. Being selected for the mini-grant was described as a moment of pride, especially for members who had never worked on climate issues before.

“I FEEL ENCOURAGED. I LEARNED MORE, AND NOW I CAN CONNECT WHAT OUR AREA NEEDS. I ALSO WANT TO LEARN MORE ABOUT CLIMATE-RELATED THINGS AND SHARE THEM WITH THE COMMUNITY”



TAUNGGYI
NEIGHBOURHOOD
NETWORK



Working in displacement settings was not without challenges. Many community members, especially women, had limited time to attend awareness sessions or activities because they depended on daily work for income. Despite this, participation remained strong, and the group succeeded in building trust and engagement over time. One outcome they valued deeply was seeing volunteers grow, one even moved on to a full-time job after earlier prototype activities.

Looking ahead, the group's aspirations are clear and practical. Water remains a major concern, and members expressed a strong interest in developing water storage systems or larger tanks to better cope with shortages. They also emphasized the importance of supporting women's livelihoods, seeing income generation as closely linked to resilience, leadership, and long-term adaptation to climate change.

“Climate change is causing job shortages and low income. If women can earn, their lives will be more secure”

Their story reflects a collective journey of learning, mutual support, and action, showing how people living in displacement can still lead meaningful climate responses for their communities, even while facing the same risks themselves.

THE KINGDOM FOR CHARITY OF
KHUN HTUN LAY FOUNDATION



"THE REGIONS EXHIBITING A CORRELATION BETWEEN VULNERABILITY AND CLIMATE CHANGE ARE PRIMARILY LOCATED IN SOUTHEAST ASIA"



INTERGOVERNMENTAL PANEL ON CLIMATE CHANGE (IPCC), 2022

A COMMUNITY APPROACH TO FLOODING

This story follows a group of women who came together to take action on environmental challenges in their community. All three are volunteers who care deeply about their surroundings and were selected to move through the GenCIVIC process from the Prototype stage to the Mini-Grant stage. For them, the project offered an opportunity to put what they had learned into practice and respond to real issues affecting people around them.

From the beginning, the group focused on understanding local climate-related problems by spending time in the community and speaking directly with residents. Through this process, they observed that many people were regularly affected by flooding on their streets and had limited awareness of climate change and its impacts. These conversations helped shape the direction of their work and confirmed the need for practical action.

“From the beginning, we got the chance to apply what we learned into real practice. I was satisfied because we were able to do what we truly wanted within the community”

As the project progressed, the group actively invited community members to participate. According to them, participation was strong whenever people were invited, especially among those who experienced flooding firsthand. Some residents expressed high expectations for improvement, and a few even said they would contribute financially if possible. While connecting with people was not always easy, the group continued to engage directly and build relationships.

“SOME PEOPLE WERE VERY INTERESTED BECAUSE THEY ARE ALWAYS AFFECTED BY FLOODING ON THEIR STREET”



TAUNGGYI
NEIGHBOURHOOD
NETWORK



Through the Mini-Grant stage, the group received support for a groundwater recharge initiative. They see this as an important step toward addressing local water-related challenges. At the same time, they describe personal changes brought about by the project, including improved leadership and organizing skills, as well as stronger connections within the community.

“When we went to collect data, we found that people had very little awareness about climate change”

Looking ahead, the group recognizes that many challenges remain. Water issues, flooding, and other daily struggles continue to affect people's lives. Still, they express a desire to keep listening to the community and to remain involved in future efforts that respond to local needs.

Their experience reflects how small, community-led actions, developed through dialogue, participation, and practice, can contribute to addressing climate-related challenges in meaningful ways.

SUMMER SHELTER LIBRARY



"ASIA EXHIBITED THE HIGHEST FREQUENCY OF NATURAL DISASTERS AMONG ALL REGIONS BETWEEN 2003 AND 2022, AT 77.8%. IN TERMS OF THE DIRECT IMPACT ON PEOPLE IN 2023, INCLUDING DROUGHT, EARTHQUAKES, EXTREME TEMPERATURES, FLOODS, MASS MOVEMENT, STORMS, VOLCANIC ACTIVITY, AND WILDFIRES, 71.4% OF THE TOTAL AFFECTED POPULATION WAS LOCATED IN ASIA"

THE CENTRE FOR RESEARCH ON THE EPIDEMIOLOGY OF DISASTERS (CRED), 2024.



WHERE TRUST TOOK ROOT

This story highlights a women-led organization whose team members deeply care about their community and consistently stand at the forefront of community development, working with energy, dedication, and commitment. Through this story, we follow their journey throughout the GenCIVIC project from prototyping to receiving mini-grants and witness how they successfully implemented their ideas to address extreme heat and flooding, while also sharing their hopes and visions for future initiatives.

"This GenCIVIC project changed us a lot. It helped us better understand our community and clearly identify its most pressing issues."

At the beginning of the project, the group engaged directly with community members to identify key challenges. Through this process, they discovered that flooding caused by waste accumulation and extreme heat were major concerns. In response, they developed practical solutions tailored to these problems and successfully implemented them in the community.

"After completing two or three activities, the community grew much closer to us. Whenever we visited, people openly shared their challenges and the solutions they wanted to pursue, and they became more active in improving their community."

Throughout the project, the group worked closely with the community, which consistently welcomed their collaboration even though the group members were not originally from the area. They implemented a wide range of activities, including environmental awareness sessions, support for waste pickers, knowledge sharing through environmental board games, and the distribution of OPP sheets. These continuous efforts helped build strong trust within the community. People came to recognize the group's genuine commitment to supporting them, which is why the community continues to welcome and engage with the group.



YANGON
NEIGHBOURHOOD
NETWORK



"THE CHANGE WASN'T ONLY IN THE COMMUNITY, IT WAS IN US AS WELL. FROM THE PROTOTYPING STAGE TO THE MINI-GRANTS, WORKING CLOSELY WITH THE COMMUNITY INSPIRED US TO KEEP DOING MORE. WITH EVERY ACTIVITY, OUR CONNECTION DEEPENED, AND WE CAME TO TRULY LOVE THE COMMUNITY."

Working closely with the community is not easy. Success requires passion, dedication, and strong leadership. The Freedom organization demonstrated what it truly means to be a genuine supporter of the community. At times, team members were so focused on their work that they even forgot to bring umbrellas or hats when visiting the community, and community members had to offer theirs and remind them. This small but meaningful moment shows just how deeply passionate and committed the team is to the people they serve. "If we have the opportunity in the future, we would like to develop more innovative solutions to address flooding and extreme heat in our community."

Because of their implementation, the community became cleaner through better waste management and more aware of environmental knowledge, including the impacts of extreme heat and flooding. Whether the initiatives were big or small, their impact was significant. If given the opportunity in the future, we would like to see how the Freedom organization continues its impactful initiatives to tackle flooding and extreme heat in their community.

FREEDOM ORGANIZATION



“IN 2019, SOUTH-EAST AND EAST ASIA HAD ALREADY RECORDED THE INTERNAL DISPLACEMENT OF 9.6 MILLION PEOPLE FROM CYCLONES, FLOODS, AND TYPHOONS, REPRESENTING ALMOST 30% OF ALL GLOBAL DISPLACEMENTS IN THAT YEAR.”



UNITED NATIONS UNIVERSITY, CLIMATE CHANGE IN SOUTH-EAST ASIA: WHERE ARE WE AND WHAT ARE WE BOUND FOR?, 2022

A WOMEN-LED AND YOUTH-DRIVEN JOURNEY AGAINST HEAT AND WASTE

This story highlights a women-led organization that actively engages youth as part of their team and involves them directly in project implementation. Through this story, we follow their journey throughout the GenCIVIC project from prototyping to receiving mini-grants and see how they successfully implemented their ideas to address extreme heat and waste management, while sharing their aspirations for future initiatives.

"Being part of this project has taught me so much. I've gained new skills and experiences that I didn't have before, and it makes me want to keep learning more."

At the beginning of the project, the LADDER team worked closely with communities in Yangon and Taunggyi to identify the most pressing local challenges. They discovered that extreme heat and poor waste management were key issues affecting residents. With this understanding, they designed practical solutions tailored to these problems and implemented them successfully through the GenCIVIC prototyping and mini-grant phases.

"AFTER ENGAGING WITH THE COMMUNITY THROUGH OUR ACTIVITIES, WE GAINED THEIR TRUST, AND PEOPLE OPENLY SHARED THEIR CONCERNS AND IDEAS WITH US. IT FELT AMAZING TO SEE THEM BECOME MORE ACTIVE IN PROTECTING THEIR ENVIRONMENT."

Throughout the project, the LADDER organization involved youth team members alongside women leaders, creating a multi-generational approach to climate action. Activities included environmental awareness sessions, green shaded roads, tree planting, distribution of waste management materials like garbage bags. By engaging community members through both education and hands-on



YANGON
NEIGHBOURHOOD
NETWORK



activities, the team built strong trust and inspired active participation in environmental protection.

"This project didn't just change the community, it changed us too. Working closely with them taught us more about climate issues, responsibility, and the importance of sustainability."

The journey was not without challenges. Scheduling activities around church times in Yangon, managing travel logistics, and balancing the responsibilities of first-time climate work required dedication and flexibility from all team members. Yet, the commitment of the women and youth team allowed the project to move forward successfully. Through these experiences, team members grew closer to the community and developed a deeper respect for nature and its preservation.

"If we have the opportunity again, we want to focus on the community's most urgent needs like sandbags for flooding, water pots, and effective waste management tools. We also dream of creating peer groups and child clubs to lead environmental actions sustainably."

Because of their efforts, the communities in Yangon and Taunggyi became more aware of the effects of extreme heat and the importance of proper waste management. Whether through large or small initiatives, the impact of the LADDER organization was significant. Their vision for future projects, peer-to-peer actions, disaster preparedness plans, and sustained youth engagement promises continued positive change for the communities they serve.

LADDER ORGANIZATION



TALKING ABOUT MYANMAR “THE POPULATION INCREASED FROM 21.7 MILLION TO 54.4 MILLION BETWEEN 1960 AND 2020 [...] . THIS GROWING POPULATION HAS INCREASED WATER DEMAND FOR DOMESTIC WATER, AGRICULTURE AND INDUSTRY. ANNUAL FRESHWATER WITHDRAWALS INCREASED FROM 2.26 BILLION M3 IN 1987 TO 33.23 BILLION M3 IN 2017. OVER-EXTRACTION OF GROUNDWATER FOR IRRIGATION HAS ALSO LED TO GROUNDWATER DEPLETION IN SEVERAL REGIONS”

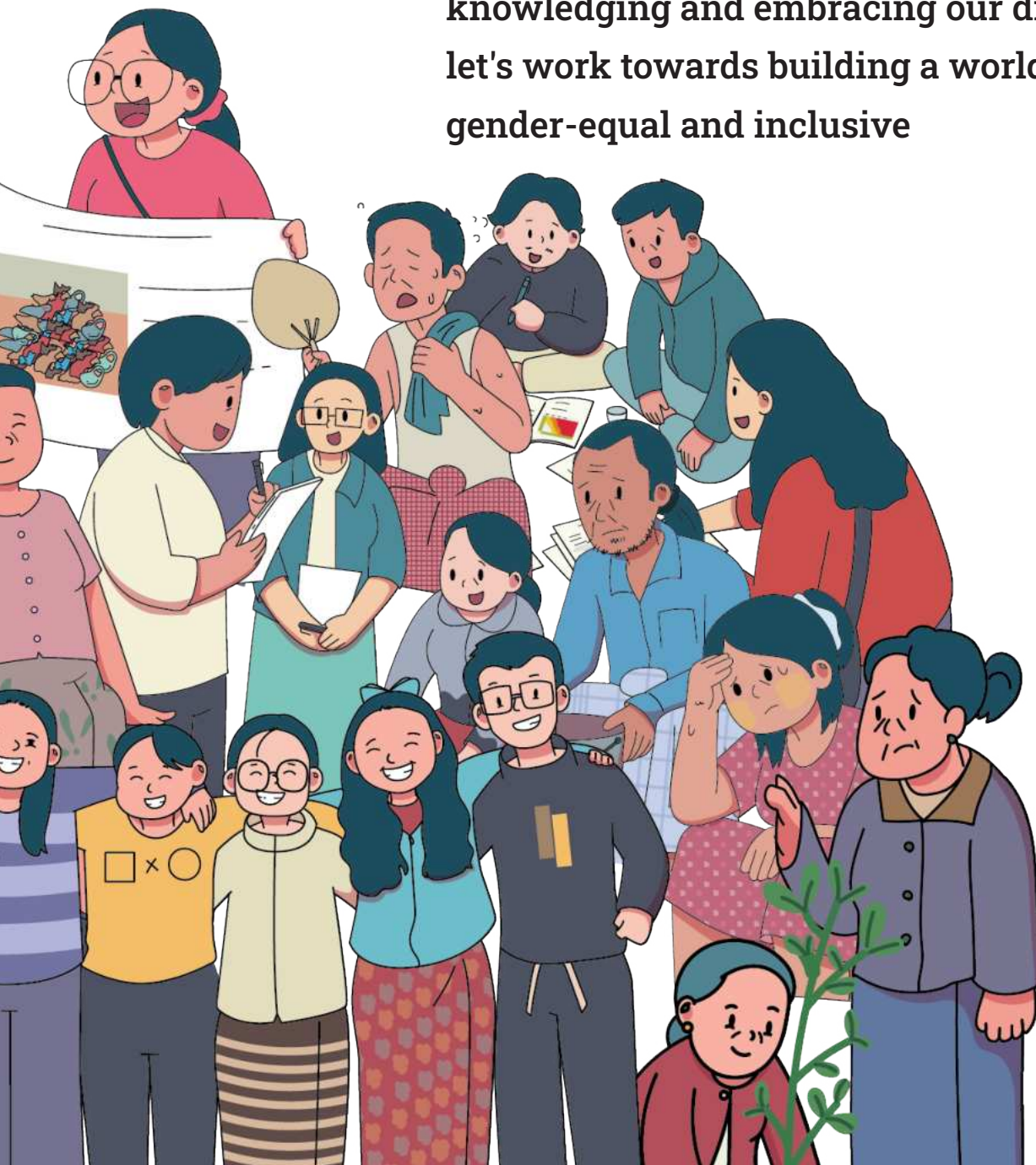


FAO - MANAGING WATER SCARCITY IN ASIA AND THE PACIFIC, 2023

OUR WORLD IS MADE UP OF DIFFERENCES:



Indeed, while climate change affects all humans, it's undeniable that individuals from diverse demographics face unique challenges, possess varying adaptive capacities, and have distinct experiences. Unfortunately, this has often been overlooked. Therefore, by acknowledging and embracing our differences, let's work towards building a world that is gender-equal and inclusive





**THIS STORYBOOK IS PUBLISHED BY DOH EAIN AND
DISTRIBUTED FREE OF CHARGE.**

Project Supervision

Flora-Lou Leclair, Ni Ni Win

Principal Author

Sharing Myanmar

Social Empowerment with Ethical Responsibility

The Kingdom for Charity of Khun Htun Lay

Summer Shelter Library, Freedom, LADDER

Taunggyi Educational Learning Hub

Kyauk Tin Pone Institute

Women Led Climate Action Team

Flora-Lou Leclair, Swan Yee Htun Lwin,

Nang Sanmi Pyae Phyo Chit, Kyaw Zin Hein

Translation

Nang Sanmi Pyae Phyo Chit, Kyaw Zin Hein, Nyein Zar Thwe

Design

Soe Lwin, May Myat Noe, Soe Zayar

Illustrator

Khin - Illustration

Reviewer

Cho Cho Shwe, Flora-Lou Leclair, Swan Yee Tun Lwin, Ni Ni Win



WE STORYBOOK

2025

CLIMATE ADAPTATION CHAMPIONSHIP

ကျွန်ုပ်တို့ ၂၀၂၅ ဇာတ်ကြောင်း ပုံပြင်စာအုပ်

ရာသီဥတုပြောင်းလဲမှုနှင့်အညီ လိုက်လျောညီထွေဖြစ်စေရေး လှုပ်ရှားမှု
ရန်ကုန်နှင့် တောင်ကြီးမြို့များမှ အပူလွန်ကဲမှု၊ ရေကြီးရေလျှံမှုနှင့်
ရေရှားပါးမှုဆိုင်ရာ ဇာတ်ကြောင်းပုံပြင်များ



မာတိကာ

မိတ်ဆက်

ရာသီဥတုပြောင်းလဲမှုဆိုတာ ဘာပါလဲ ?	၀၄
ရာသီဥတုပြောင်းလဲမှုကို ဘယ်လိုရင်ဆိုင် ဖြေရှင်းကြပါမလဲ	၀၅
ရာသီဥတုပြောင်းလဲမှုနှင့်အညီ လိုက်လျောညီထွေ နေထိုင်ရေးအတွက် လက်တွေ့လုပ်ဆောင်ချက်များ	၀၆
ရာသီဥတုဘေးအန္တရာယ်များကို အတူတကွ ရင်ဆိုင် ခြင်း အခြေတကျမဟုတ်သော ရပ်ရွာများနဲ့ အားလုံးပါဝင်နိုင်မယ့် နည်းလမ်းများက ဘာကြောင့် အရေးကြီးတာပါလဲ?	၀၇
ရာသီဥတုပြောင်းလဲမှုနှင့်အညီ လိုက်လျောညီထွေ ဖြစ်စေရေး လှုပ်ရှားမှုအကြောင်း	၀၈
ဂျန်ဒါအခြေပြု အခြေတကျ မဟုတ်သော ပြောင်းရွှေ့ နေထိုင်သူများအတွက် ရာသီဥတု တုံ့ပြန်မှုဆိုင်ရာ စီမံကိန်းအကြောင်း	၀၉
ကျွန်ုပ်တို့ ဇာတ်ကြောင်းပုံပြင် စာအုပ် ၂၀၂၅	၁၀

ပုံပြင်များ အပိုင်း (၁)

အတ်ကြောင်းပုံပြင်များ
(ပထမပိုင်း) - အပူလွန်ကဲမှု

၁၂

ပုံပြင်များ အပိုင်း (၂)

အတ်ကြောင်းပုံပြင်များ
(ဒုတိယပိုင်း) - ရေကြီးရေလျှံမှုနှင့် ရေရှားပါးမှု

၃၀

ပုံပြင်များ အပိုင်း (၃)

အတ်ကြောင်းပုံပြင်များ (တတိယပိုင်း) ရှေ့ပြေး
ပုံစံငယ်မှ လက်တွေ့ စီမံကိန်းငယ်သို့ ပြောင်းလဲ
မှုများ (ဒေသတွင်း အကျိုးသက်ရောက်မှုဆိုင်ရာ
အတ်ကြောင်းပုံပြင်များ)

၄၈

OVERALL VIEW

ကမ္ဘာကြီးဟာ မတူကွဲပြားမှုတွေနဲ့
ဖွဲ့စည်းထားတယ်

၅၈

ကျေးဇူးတင်လွှာ

၆၀

၀၁

ရာသီဥတုပြောင်းလဲမှု ဆိုတာ ဘာလဲ?

ရာသီဥတုပြောင်းလဲမှုဆိုတာက ရုပ်ကြွင်းလောင်စာများ လောင်ကျွမ်းခြင်း၊ မြေအသုံးချမှုပုံစံ ပြောင်းလဲခြင်းအစရှိတဲ့ လူသားတို့ရဲ့ လုပ်ဆောင်ချက်တွေကြောင့် အပူချိန်နဲ့ ရာသီဥတုပုံစံများ ရေရှည် ပြောင်းလဲလာခြင်းကို ဆိုလိုပါတယ်။ ဒီပြောင်းလဲမှုတွေက မိုးရွာသွန်းမှုပုံစံများ၊ အပူချိန်စက်ဝန်းများနဲ့ ဒေသတွင်း သဘာဝပတ်ဝန်းကျင် တည်ငြိမ်မှုအခြေအနေများကို ပြောင်းလဲစေပါတယ်။

မြန်မာနိုင်ငံမှာ ရာသီဥတုပြောင်းလဲမှုက လက်ရှိကြုံတွေ့နေရတဲ့ သဘာဝပတ်ဝန်းကျင်ဆိုင်ရာ ဖိအားများကို ပိုမိုပြင်းထန်လာစေပြီး အောက်ပါ အခြေအနေများကို ဖြစ်ပေါ်စေလျက်ရှိပါတယ် -

၁။ အပူလွန်ကဲမှု (Extreme Heat) - အပူလှိုင်းများက ပိုမိုပူပြင်းလာပြီး ကြာရှည်လာတာနဲ့အမျှ ကျန်းမာရေး၊ လုပ်ငန်းခွင်နဲ့ နေ့စဉ်နေထိုင်မှုဘဝတို့ကို ထိခိုက်စေပါတယ်။ အထူးသဖြင့် အရိပ်အာဝါသနဲ့ လေဝင်လေထွက်နည်းပါးပြီး လူနေထူထပ်တဲ့ ရပ်ကွက်တွေမှာ ပိုမိုသက်ရောက်မှုရှိစေပါတယ်။

၂။ ရေကြီးရေလျှံမှု (Flooding) - မိုးရွာသွန်းမှုများက ယခင်ထက် ပိုမိုသည်းထန်လာပြီး ခန့်မှန်းရခက်ခဲလာတာကြောင့် မြို့ပြမှာ ရေကြီးရေလျှံမှုများက မကြာခဏ ဖြစ်ပေါ်လို့နေပါတယ်။ ရေစီးရေလာစနစ်မကောင်းမွန်ခြင်းနဲ့ ရေလမ်းကြောင်း ပိတ်ဆို့မှုများက ရေကြီးမှုကို ပိုမိုဆိုးရွားစေပါတယ်။

၃။ ရေရှားပါးမှု (Water Scarcity) - ပူပြင်းခြောက်သွေ့တဲ့ကာလတွေ ပိုမိုရှည်ကြာလာပြီး မိုးရွာသွန်းမှု ပုံမှန်မရှိတော့ခြင်းတို့ကြောင့် အကန့်အသတ်ရှိတဲ့ ရပ်ရွာပိုင် ရေအရင်းအမြစ်တို့ကိုသာ အဓိကအားထားနေရတဲ့ အိမ်ထောင်စုတွေအတွက် ရေရှားပါးပြတ်လပ်မှု ပြဿနာကို ပိုမိုကြုံတွေ့လာစေပါတယ်။



၀၂

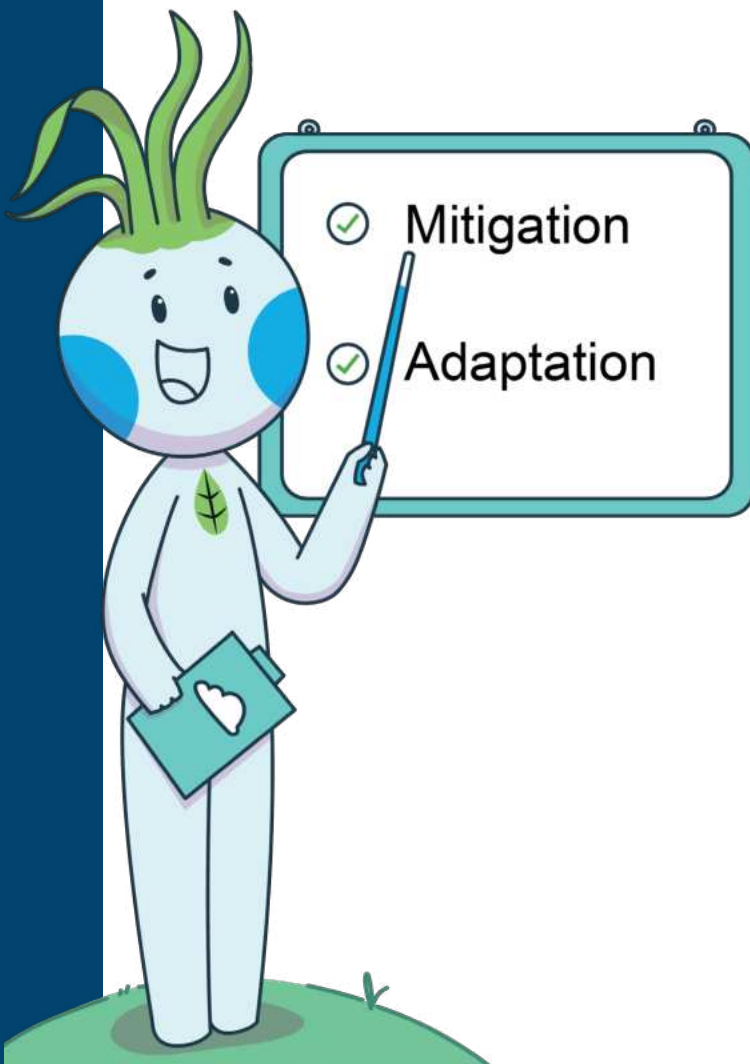
ရာသီဥတုပြောင်းလဲမှုကို ဘယ်လိုရင်ဆိုင်ဖြေရှင်း ကြမလဲ?

ရာသီဥတုပြောင်းလဲမှုအကြောင်း ပြောကြတဲ့အခါ အရေးပါတဲ့ အဓိက နည်းလမ်း (၂) ခု ရှိပါတယ်။ အဲဒါတွေကတော့ လျော့ပါးစေရေး (Mitigation) နဲ့ လိုက်လျောညီထွေနေထိုင်ရေး (Adaptation) တို့ပဲ ဖြစ်ပါတယ်။

လျော့ပါးစေရေး (Mitigation) - လျော့ပါးစေရေးဆိုတာက ရာသီဥတု ပြောင်းလဲမှုကိုဖြစ်စေတဲ့ အဓိက အကြောင်းအရင်းတွေကို လျော့ပါး အောင်လုပ်ဆောင်တာပါ။ ဒီလိုလုပ်ဆောင်ချက်တွေကတော့ ဖန်လုံအိမ် ဓာတ်ငွေ့ ထုတ်လွှတ်မှု လျှော့ချခြင်း၊ စွမ်းအင်အသုံးပြုမှု စနစ်တကျ ရှိခြင်း၊ အသစ်တဖန် ပြန်လည်ဖွံ့ဖြိုးမြဲစွမ်းအင်သုံးစွဲခြင်းနဲ့ သဘာဝ ဝေဟစနစ်များကို ထိန်းသိမ်းကာကွယ်ခြင်းတို့ ပါဝင်ပါတယ်။ ဒီ လုပ်ဆောင်ချက်တွေက အနာဂတ်မှာ ကမ္ဘာကြီးပူနွေးလာမှုကို ကန့်သတ် ထိန်းချုပ်နိုင်ဖို့ ကူညီပေးပါတယ်။

လိုက်လျောညီထွေနေထိုင်ရေး (Adaptation) - လိုက်လျောညီထွေ နေထိုင်ရေးကတော့ ရပ်ရွာလူထုအနေနဲ့ လက်ရှိကြုံတွေ့နေရတဲ့ သက်ရောက်မှုတွေကို ဖြေရှင်းစီမံဖို့ အဓိကရည်ရွယ်ပါတယ်။ ဥပမာ - ရေကြီးရေလျှံမှု အန္တရာယ်လျှော့ချဖို့ အိမ်ခြေမြှင့်ဆောက်တာ၊ ရေစီး ရေလာကောင်းအောင် ပြုလုပ်တာ၊ ရေရှားပါးတဲ့ကာလအတွက် ရေ စုဆောင်းတာ၊ ဒါမှမဟုတ် အပူလွန်ကဲမှုကို ကာကွယ်ဖို့ အရိပ်ရတဲ့ နေရာတွေ ဖန်တီးတာမျိုးတွေ ဖြစ်ပါတယ်။ ရာသီဥတုအခြေအနေတွေ ပြောင်းလဲနေပေမယ့်လည်း ရပ်ရွာလူထုအနေနဲ့ ဘေးကင်းလုံခြုံပြီး အသက်မွေးဝမ်းကျောင်းလုပ်ငန်းတွေကို ဆက်လက်လုပ်ကိုင်နိုင်ဖို့ ဒီ နည်းလမ်းက အာမခံချက်ပေးပါတယ်။

လျော့ပါးစေရေး (Mitigation) က ပြဿနာရဲ့ အရင်းအမြစ်ကို ဖြေရှင်းပေးပြီး လိုက်လျောညီထွေနေထိုင်ရေး (Adaptation) ကတော့ လက်ရှိနဲ့ အနာဂတ် ရာသီဥတုစိန်ခေါ်မှုတွေကို ကိုင်တွယ်ဖြေရှင်းနိုင်ဖို့ ရပ်ရွာလူထုကို ပံ့ပိုးပေးတာကြောင့် ဒီနည်းလမ်းနှစ်ခုစလုံးက မရှိမဖြစ် လိုအပ်ပါတယ်။



၀၃

ရာသီဥတုပြောင်းလဲမှုနှင့် အညီ လိုက်လျောညီထွေ (Climate Adaptation)

အတွက် လက်တွေ့ လုပ်ဆောင်ချက်များ

ရာသီဥတုပြောင်းလဲမှုနှင့်အညီ လိုက်လျောညီထွေနေထိုင်ရေး (Climate Adaptation) ဆိုတာက ရာသီဥတုအခြေအနေသစ်တွေနဲ့ အညီ လိုက်လျောညီထွေနေထိုင်နိုင်ဖို့ လက်တွေ့ကျတဲ့နည်းလမ်းတွေကို ရှာဖွေခြင်းဖြစ်ပါတယ်။ ဒီနည်းလမ်းတွေကတော့ နေအိမ်တွေ ဘေးကင်းလုံခြုံအောင် ပြုလုပ်ခြင်း၊ ရပ်ကွက် အခြေခံအဆောက်အအုံတွေကို ခိုင်ခံ့အောင်လုပ်ခြင်း၊ အပူလွန်ကဲမှု၊ ရေကြီးမှုနဲ့ ရေရှားပါးမှုတွေကို ရင်ဆိုင်ဖြေရှင်းရာမှာ ရပ်ရွာလူထုအနေနဲ့ ပိုမိုကြံ့ကြံ့ခိုင်ခိုင်ရည်ရှိအောင် လုပ်ဆောင်ခြင်းတို့ ပါဝင်ပါတယ်။ ဒီလုပ်ဆောင်ချက်တွေက ရပ်ရွာလူထုအတွက် ရေရှည်ခိုင်ခံ့ရည်ရှိမှုကို ပျိုးထောင်ပေးပြီး ရာသီဥတုဆိုင်ရာ အန္တရာယ်တွေ ပြောင်းလဲလာတာနဲ့အမျှ လိုက်လျောညီထွေ နေထိုင်နိုင်စွမ်းကို ပိုမိုအားကောင်းလာစေပါတယ်။

ဒီလုပ်ငန်းစဉ်မှာ အလွန်အရေးကြီးတဲ့ နည်းလမ်းတစ်ခုကတော့ "ဒေသအလိုက် လိုက်လျောညီထွေနေထိုင်ရေး (Local Adaptation)" ဖြစ်ပြီး အောက်ပါနည်းလမ်းတွေနဲ့ လုပ်ဆောင်လေ့ရှိကြပါတယ် -

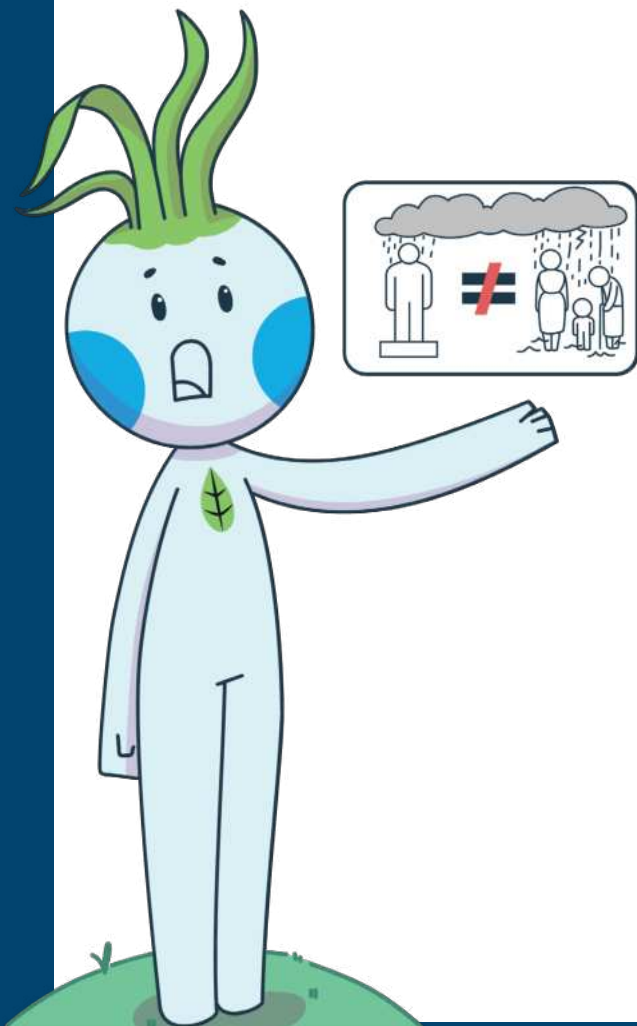
- ရပ်ရွာအခြေအနေ လေ့လာဆန်းစစ်ခြင်း ဒေသတွင်း ဗဟုသုတမျှဝေခြင်း
- အသေးစား ဖြေရှင်းနည်းလမ်းများကို စမ်းသပ်လုပ်ဆောင်ခြင်း
- ရပ်ရွာအခြေပြု အဖွဲ့အစည်းများရဲ့ စွမ်းဆောင်ရည်ကို မြှင့်တင်ခြင်း
- မိတ်ဖက်အဖွဲ့အစည်းများအကြား ပူးပေါင်းလေ့လာသင်ယူခြင်းတို့ဖြစ်ပါတယ်။

ဒီလိုလုပ်ဆောင်ချက်တွေကို အကောင်အထည်ဖော်ရာမှာ ခွဲအိမ်က ရပ်ရွာလူထုအနေနဲ့ ရာသီဥတုဆိုင်ရာ စိန်ခေါ်မှုတွေကို နားလည်သဘောပေါက်လာအောင်၊ ကိုယ်ပိုင်ဖြေရှင်းနည်းလမ်းတွေကို ရေးဆွဲနိုင်အောင်၊ ရှေ့ပြေးပုံစံငယ် (Prototypes) တွေနဲ့ စမ်းသပ်နိုင်အောင်၊ အဲဒီမှတစ်ဆင့် အသေးစားထောက်ပံ့ငွေတွေနဲ့ လက်တွေ့အကောင်အထည်ဖော် ချဲ့ထွင်နိုင်အောင် ကူညီပံ့ပိုးပေးလျက်ရှိပါတယ်။



၀၄

ရာသီဥတုဘေးအန္တရာယ်များကို အတူတကွ ရင်ဆိုင်ခြင်း - အခြေတကျမဟုတ်သော ရပ်ရွာများနဲ့ အားလုံးပါဝင်နိုင်မယ့် နည်းလမ်းများက ဘာကြောင့် အရေးကြီးတာလဲ?



ရာသီဥတုဆိုင်ရာ ဘေးအန္တရာယ်တွေရဲ့ သက်ရောက်မှုတွေက လူတိုင်းအပေါ်မှာ မတူညီပါဘူး။

ရပ်ရွာအတွင်း အခြေခံအဆောက်အအုံ မပြည့်စုံခြင်း၊ အရင်းအမြစ် ရှားပါးခြင်းစတာတွေကြောင့် အခြေတကျမဟုတ်တဲ့ ရပ်ရွာတွေမှာ နေထိုင်သူတွေဟာ ရေကြီးမှု၊ အပူလွန်ကဲမှုနဲ့ ရေရှားပါးမှုဒဏ်တွေကို ပိုမိုခံစားရလေ့ရှိပါတယ်။ ဒီရပ်ရွာလူထုတွေထဲမှာမှ အောက်ပါအုပ်စုတွေက ပိုပြီး ထိခိုက်ခံစားရလွယ်ပါတယ် -

- ❑ အမျိုးသမီးများနဲ့ မိန်းကလေးငယ်များ
- ❑ သက်ကြီးရွယ်အိုများ
- ❑ မသန်စွမ်းသူများ
- ❑ ကလေးငယ်ရှိသော မိခင်များ
- ❑ LGBTQI+ ပုဂ္ဂိုလ်များ
- ❑ ဝင်ငွေနည်းပါးပြီး ခိုင်လုံတဲ့ အိမ်ရာမရှိတဲ့ အိမ်ထောင်စုများ

လူမှုရေးစံနှုန်းတွေ၊ ပြုစုစောင့်ရှောက်ရေး တာဝန်တွေ၊ သတင်းအချက်အလက် ရရှိနိုင်မှုနဲ့ ဆုံးဖြတ်ချက်ချတဲ့နေရာတွေမှာ တန်းတူအခွင့်အရေး မရရှိတာတွေက ဒီရပ်ရွာလူထုရဲ့ ရာသီဥတုဒဏ်သက်ရောက်မှုကို ပိုမိုဆိုးရွားစေပါတယ်။ ဒါကြောင့် ရာသီဥတုပြောင်းလဲမှုကို ဖြေရှင်းရာမှာ ဂျန်ဒါရေးရာ ထည့်သွင်းစဉ်းစားပြီး လူမှုအလွှာစုံ ပါဝင်နိုင်တဲ့ နည်းလမ်းတွေ လိုအပ်ပါတယ်။ ဒါမှသာ ဖြေရှင်းနည်းလမ်းတွေက လူတိုင်းအတွက် အကျိုးရှိစေမှာဖြစ်ပြီး၊ ဒေသအလိုက် လိုက်လျောညီထွေနေထိုင်ရေးလုပ်ငန်းတွေမှာ ထိခိုက်ခံစားရဆုံးသူတွေရဲ့ လိုအပ်ချက်တွေကို အဓိကအခြေပြုပြီး လုပ်ဆောင်နိုင်မှာဖြစ်ပါတယ်။

ရာသီဥတုပြောင်းလဲမှုနှင့်အညီ လိုက်လျောညီထွေဖြစ်စေရေး လှုပ်ရှားမှု (Climate Adaptation Championship) နဲ့ ဂျန်ဒါအခြေပြု အခြေတကျမဟုတ်သော ပြောင်းရွှေ့နေထိုင်သူများအတွက် ရာသီဥတုတုံ့ပြန်မှုဆိုင်ရာ စီမံကိန်း (GenCIVIC - Gender-Sensitive Climate-responsive Initiatives for Vulnerable Informal Communities) တွေကို လက်တွေ့ကျပြီး ဒေသနဲ့ကိုက်ညီတဲ့ ဖြေရှင်းနည်းတွေကို ရပ်ရွာလူထုက ဦးဆောင်ကာ ဖော်ထုတ်ဆောင်ရွက်နိုင်ဖို့ ရည်ရွယ်ထားတာဖြစ်ပါတယ်။

၅(က)

ရာသီဥတုပြောင်းလဲမှုနှင့်
အညီ လိုက်လျောညီထွေ
ဖြစ်စေရေး လှုပ်ရှားမှု
(Climate Adapta-
tion Championship)
အကြောင်း



ရာသီဥတုပြောင်းလဲမှုနှင့်အညီ လိုက်လျောညီထွေဖြစ်စေရေး လှုပ်ရှားမှု (Climate Adaptation Championship) ဆိုတာက Adaptation Research Alliance's Grassroots Action-Research Micro Grant ရဲ့ ပံ့ပိုးမှုနဲ့ ၂၀၂၃ ခုနှစ်မှာ ဒို့အိမ်က စတင်အကောင်အထည်ဖော်ခဲ့တဲ့ ရပ်ရွာက ဦးဆောင်တဲ့ သုတေသနစီမံကိန်းတစ်ရပ်ဖြစ်ပါတယ်။ ဒီစီမံကိန်းရဲ့ ရည်ရွယ်ချက်ကတော့ ရပ်ရွာလူထုအနေနဲ့ သူတို့ကြုံတွေ့နေရတဲ့ ရေကြီးရေလျှံမှု သို့မဟုတ် ရေရှားပါးမှု စတဲ့ ရာသီဥတုဆိုင်ရာ စိန်ခေါ်မှုတွေကို ကောင်းစွာ နားလည်သဘောပေါက်လာစေဖို့နဲ့ သူတို့ပတ်ဝန်းကျင်မှာ တိုက်ရိုက်စမ်းသပ်နိုင်မယ့် လက်တွေ့ကျတဲ့ ရှေ့ပြေးပုံစံငယ်တွေကို ကိုယ်တိုင် အကောင်အထည်ဖော်နိုင်စေဖို့ ဖြစ်ပါတယ်။ ၂၀၂၃ ခုနှစ်ကစပြီး ဒို့အိမ်ဟာ ရန်ကုန်မြို့မှာ ဒေသခံအဖွဲ့အစည်းတွေ၊ ရပ်ရွာလူထုရဲ့ တက်ကြွစွာ ပူးပေါင်းပါဝင်မှုနဲ့အတူ စီမံကိန်းလုပ်နည်းလုပ်ဟန်တွေကို ပိုမိုကောင်းမွန်အောင် မွမ်းမံပြင်ဆင်ရင်း ရာသီဥတုပြောင်းလဲမှုနှင့်အညီ လိုက်လျောညီထွေဖြစ်စေရေး လှုပ်ရှားမှုများစွာကို အောင်မြင်စွာ ဆောင်ရွက်ခဲ့ပြီး ဖြစ်ပါတယ်။

၅(ခ)

လျန်ဒါအခြေပြု
အခြေတကျ မဟုတ်သော
ပြောင်းရွှေ့နေထိုင်သူများ
အတွက် ရာသီဥတု တုံ့ပြန်မှု
ဆိုင်ရာ စီမံကိန်း
(GenCIVIC) အကြောင်း



လျန်ဒါအခြေပြု အခြေတကျ မဟုတ်သော ပြောင်းရွှေ့နေထိုင်သူများ အတွက် ရာသီဥတု တုံ့ပြန်မှုဆိုင်ရာ စီမံကိန်း (GenCIVIC) သည် မူလ ရာသီဥတုပြောင်းလဲမှုနှင့်အညီ လိုက်လျောညီထွေဖြစ်စေရေး လှုပ်ရှားမှု (Climate Adaptation Championship) အပေါ် အခြေခံကာ ပိုမို ကျယ်ပြန့်တဲ့ လုပ်ငန်းနယ်ပယ်နဲ့ အဆင့်မြှင့်တင်ထားတဲ့ စီမံကိန်း တစ်ရပ် ဖြစ်ပါတယ်။

ပထမအကြိမ် ရာသီဥတုပြောင်းလဲမှုနှင့်အညီ လိုက်လျောညီထွေဖြစ်စေ ရေး လှုပ်ရှားမှု (Climate Adaptation Championship) မှ ရရှိခဲ့တဲ့ အတွေ့အကြုံတွေကို အခြေခံပြီး GenCIVIC

စီမံကိန်းက -

- ရန်ကုန်မြို့နှင့် တောင်ကြီးမြို့ (၂) မြို့အထိ တိုးချဲ့ဆောင်ရွက်ခဲ့ပါ တယ်။
- ရေကြီးရေလျှံမှုနဲ့ ရေရှားပါးမှုအပြင် "အပူလွန်ကဲမှု" ကိုပါ အဓိက ရာသီဥတုဘေးအန္တရာယ်တစ်ခုအဖြစ် ရှာဖွေ ဖော်ထုတ်နိုင်ခဲ့ပါ တယ်။
- အိမ်နီးချင်းကွန်ရက်အဖွဲ့ဝင်များနဲ့ ရပ်ရွာစံပြခေါင်းဆောင်များကို ပိုမိုပါဝင်လာအောင် ချိတ်ဆက်ဆောင်ရွက်ခဲ့ပါတယ်။

ရွေးချယ်ခံရတဲ့ ရှေ့ပြေးပုံစံငယ် (Prototypes) တွေကို ရပ်ရွာထဲမှာ တိုက်ရိုက်အကောင်အထည်ဖော်နိုင်မယ့် စီမံကိန်းငယ်တွေအဖြစ် အဆင့် မြှင့်တင်နိုင်ဖို့ ပံ့ပိုးပေးခဲ့ပါတယ်။

ရာသီဥတုပြောင်းလဲမှုနှင့်အညီ လိုက်လျောညီထွေဖြစ်စေရေး လှုပ်ရှားမှု (Climate Adaptation Championship) ကတစ်ဆင့်ရရှိခဲ့တဲ့ အသိပညာတွေနဲ့ မဟာဗျူဟာတွေကို ရပ်ရွာလူထုနဲ့ သက်ဆိုင်တွေ့ဆုံ မျှဝေပေးဖို့ ရည်ရွယ်ကာ "ရပ်ရွာလူထုဦးဆောင်သော ရာသီဥတုဆိုင်ရာ လိုက်လျောညီထွေဖြစ်စေရေး လမ်းညွှန်" (The Community-Led Climate Adaptation Solutions Toolkit)" ကို ထုတ်ဝေလိုက် ခြင်းဖြစ်ပါတယ်။ ဒီလမ်းညွှန်မှာ ရေရှားပါးမှုနဲ့ ရေကြီးရေလျှံမှုစတဲ့ စိန်ခေါ်ချက်တွေကို ရပ်ရွာအတွင်း ဖြေရှင်းနိုင်စေဖို့ ရည်ရွယ်တဲ့ နည်း လမ်း (၂၀) ကို ဖော်ပြထားပါတယ်။ ဒီစာအုပ်ကို အခမဲ့ ရယူနိုင်ပြီး nn@neighbourhood-networks.org သို့ အီးမေးလ်ပေးပို့ကာ တောင်း ဆိုနိုင်ပါတယ်။

၀၆

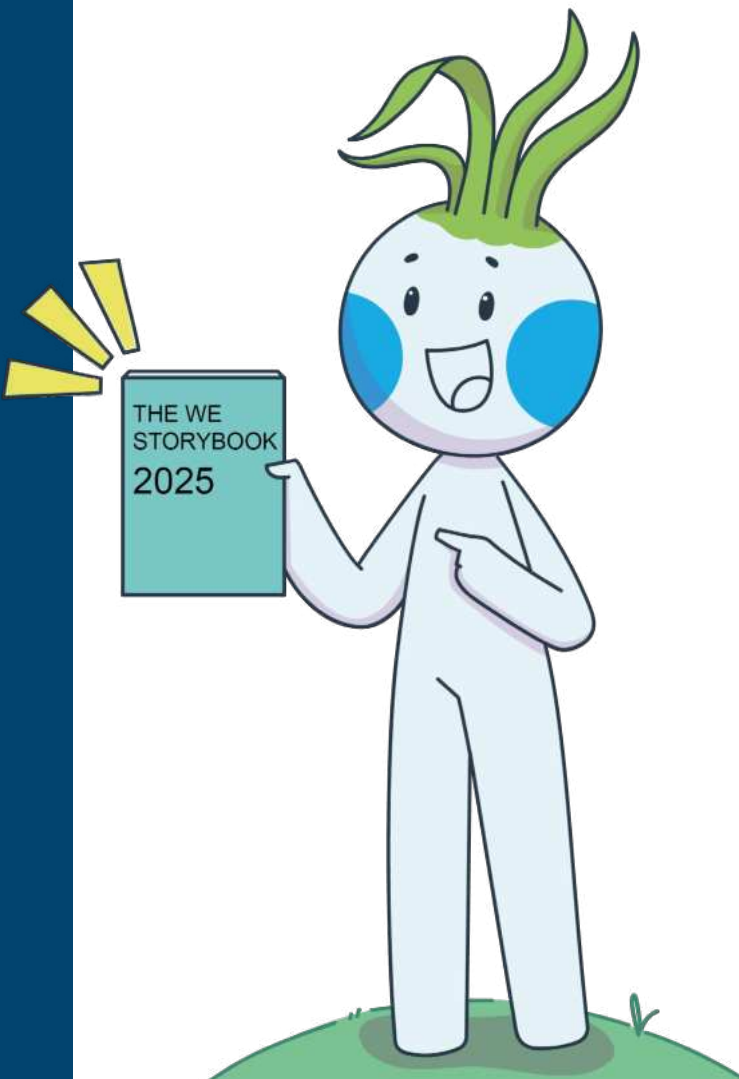
ကျွန်ုပ်တို့ ဇာတ်ကြောင်း ပုံပြင်စာအုပ် (၂၀၂၅)

ကျွန်ုပ်တို့ ဇာတ်ကြောင်းပုံပြင်စာအုပ် (၂၀၂၅) က ဂျန်ဒါအခြေပြု အခြေတကျ မဟုတ်သော ပြောင်းရွှေ့နေထိုင်သူများအတွက် ရာသီဥတု တုံ့ပြန်မှုဆိုင်ရာ စီမံကိန်း (GenCIVIC) ရဲ့ အဓိက အစိတ်အပိုင်းတစ်ခု ဖြစ်ပါတယ်။ ဒီစာအုပ်မှာ ရာသီဥတုပြောင်းလဲမှုဒဏ်ကို ရင်ဆိုင်နေရ တဲ့ ရပ်ရွာလူထုရဲ့ ဖြတ်သန်းမှု အတွေ့အကြုံတွေကို မျှဝေထားပါတယ်။ ဒါ့အပြင် ရပ်ရွာလူထုက ဦးဆောင်တဲ့ ရှေ့ပြေးပုံစံငယ်တွေ၊ စီမံကိန်း ငယ်တွေကတစ်ဆင့် ရပ်ရွာအတွင်း ကောင်းမွန်တဲ့ သက်ရောက်မှုတွေ ဖန်တီးနိုင်ပုံများကိုလည်း ဖော်ပြထားပါတယ်။

ဒီဒုတိယအကြိမ် ထုတ်ဝေမှုအတွက် ဇာတ်ကြောင်းပုံပြင်တွေကို အိမ်နီးချင်းကွန်ရက်အဖွဲ့ဝင်တွေဖြစ်တဲ့ Sharing Myanmar, Social Empowerment with Ethical Responsibility, The Kingdom for Charity of Khun Htun Lay, Summer Shelter Library, Freedom, LADDER, Taunggyi Educational Learning Hub, Kyauk Tin Pone Institute, Women Led Climate Action Team တို့ရဲ့ ကူညီပံ့ပိုးမှုနဲ့ အလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲငယ်များ၊ တစ်ဦးချင်း တွေ့ဆုံမေးမြန်းမှုများ ပြုလုပ်ပြီး စုစည်းမျှဝေခြင်းဖြစ်ပါတယ်။ ဒီစာအုပ်မှာ ရန်ကုန်နဲ့ တောင်ကြီးမြို့တို့မှ ဇာတ်ကြောင်းပုံပြင် (၂၀) ပါဝင်ပါတယ် -

- အပူလွန်ကဲမှုဆိုင်ရာ ဇာတ်ကြောင်းပုံပြင် (၈) ပုဒ်
- ရေကြီးရေလျှံမှုဆိုင်ရာ ဇာတ်ကြောင်းပုံပြင် (၄) ပုဒ်
- ရေရှားပါးမှုဆိုင်ရာ ဇာတ်ကြောင်းပုံပြင် (၄) ပုဒ်
- အကောင်အထည်ဖော်ခဲ့တဲ့ စီမံကိန်းငယ်များကို ပြန်လည်သုံးသပ် ထားတဲ့ ဒေသတွင်း အကျိုးသက်ရောက်မှုဆိုင်ရာ ဇာတ်ကြောင်း ပုံပြင် (၄) ပုဒ်

ဒီဇာတ်ကြောင်းပုံပြင်တွေက ရပ်ရွာအတွင်း လက်ရှိကြုံတွေ့နေရတဲ့ စိန်ခေါ်မှုတွေ၊ အားသာချက်တွေ၊ ဒေသတွင်း ဗဟုသုတတွေနဲ့ ရပ်ရွာ တွေကို ပိုမိုကြံ့ကြံ့ခိုင်ခိုင်ရည်ရှိလာအောင် ကူညီပေးမယ့် လက်တွေ့ကျတဲ့ လုပ်ဆောင်ချက်တွေကို မီးမောင်းထိုးပြထားပါတယ်။



| ပုံပြင်များ အပိုင်း (၁)

အပူလွန်ကဲမှု

ယာယီတဲလေးထဲမှ အရိပ်ရှာပုံတော်	၁၄
ခေတ္တနားခိုရာနှင့် အတူတကွ ဆုံစည်းနိုင်သော နေရာတစ်ခု	၁၆
အပူဒဏ်ကြားက မိသားစုကို ကာကွယ်စောင့်ရှောက်သူ	၁၈
စာသင်ခန်းများထဲသို့ အပူအန္တရာယ် ခြောက်လန့်လာမှု	၂၀
မနက်ဖြန်အတွက် အရိပ်	၂၂
အရိပ်ကောင်းကောင်း၊ အမြစ်ခိုင်ခိုင်	၂၄
အပူဒဏ်မှသည့် အလေ့အထသစ်ဆီသို့	၂၆
အပူလှိုင်းကြားက အိမ်မက်နှင့် အမှိုက်ပုံထဲက မျှော်လင့်ချက်	၂၈

ယာယီတဲလေးထဲမှ အရိပ်ရှာပုံတော်

အသက် ၅၅နှစ်အရွယ်ရှိပြီဖြစ်သော ဒေါ်ခန့်သီးလာမောသည် လမ်းလျှောက်ရန် အခက်အခဲရှိသော မသန်စွမ်း အမျိုးသမီးတစ်ဦး ဖြစ်ပါသည်။ သူမသည် နေရပ်မှ ယာယီပြောင်းရွှေ့လာရသူဖြစ်ပြီး သူမမိသားစုနှင့်အတူ ခပ်နိမ့်နိမ့် သွပ်အမိုး၊ အကာအရံ များမှာလဲ သွပ်ပြားများဖြင့် ကာရံထားသော ယာယီတဲလေးထဲတွင် နေထိုင်ကြရပါသည်။ အလွန်ပူပြင်းလှသည့် နေ့အချိန်နှင့် ညအချိန်များတွင် သူမအတွက် မည်မျှပူမည် ဖြစ်ကြောင်းနှင့် သူမ၏ ကျန်းမာရေးအတွက် မည်မျှအကျိုးသက်ရောက်မှုရှိမည်ကို ကျွန်ုပ်တို့ ပုံဖော်ကြည့်လို့ရနိုင်ပါသည်။

“အရမ်းပူတဲ့ နေ့လည်လိုအချိန်တွေဆို မခံနိုင်ဘူး။ လမ်းမ လျှောက်နိုင်တဲ့သူဆိုတော့ အရိပ်အေးအေးလေး ရှိတဲ့ နေရာကို ရွေ့ဖို့ကျတော့လဲ ကူပေးမယ့်သူမရှိရင် အရမ်း ဒုက္ခရောက်လွန်းတယ်။”

သူမ၏ စကားသံကိုနားထောင်ကြည့်လိုက်သည့်အခါ အပူဒဏ်ကြောင့် သူမ၏နေ့စဉ်ဘဝ မည်မျှခက်ခဲကြောင်း ကောင်းကောင်းနားလည်နိုင်ပါသည်။ သူမသည် သူမ၏အမျိုးသား၊ သမီး၊ သားမက နှင့် မြေးတို့နှင့်အတူ နေထိုင်ပါသည်။ နေ့ခင်းအချိန်များတွင် သူမ၏ သမီးနှင့် သားမကမှာ အလုပ်သွားကြပြီး သူမနှင့်အတူ သူမ၏အမျိုးသား၊ မြေးတို့မှာ အတူကျန်ခဲ့ပါသည်။ ထိုအချိန်များတွင် သူမ၏အမျိုးသားမှာ အိမ်အလုပ်များကို တာဝန် ယူခြင်း၊ မြေးအား ကြည့်ရှုစောင့်ရှောက်ခြင်းဖြင့် တစ်ခါတစ်ရံ အလုပ်များနေတတ် ပြီး သူမအတွက် အိမ်သာသွားခြင်း၊ အရိပ်အေးရသည့် နေရာအားပြောင်းရွှေ့ခြင်းများ အတွက် အခက်အခဲတွေ့ရပါသည်။

“အမြဲလိုလိုတော့ အိမ်ရှေ့ကသရက်ပင်ရှေ့မှာ ပူလာတဲ့အချိန်တွေဆို ထိုင်ဖြစ်တယ်။ တ ခါတလေ ညဆိုလဲ အပြင်ကိုရွှေ့ဖြစ်ပေမယ့် ခြင်အရမ်းကိုက်တော့ အပြင်မှာ ကြာကြာမ နေနိုင်ပါဘူး။”

ပူပြင်းလှသည့် ရာသီဥတုကြောင့် နေ့ရက်တိုင်းမှာ သူမအတွက် ခက်ခဲလှပါသည်။ လမ်းမ လျှောက်နိုင်သည့်သူ တစ်ဦးအတွက် တစ်နေရာမှ တစ်နေရာသို့ရွှေ့ရန် မည်မျှခက်ခဲ ကြောင်း ကျွန်ုပ်တို့မြင်ယောင်ကြည့်နိုင်ပါသည်။ အပူဒဏ်အပြင် ခြင်အန္တရာယ်ပါ ထပ် တိုးခံစားရသည့် သူမအတွက် သွေးလွန်တုပ်ကွေး၊ ငှက်ဖျားစသဖြင့် ကျန်းမာရေး အန္တရာယ်များမှာလည်း ထပ်မံခြိမ်းခြောက်လျက် ရှိပါသည်။ တစ်ခါတစ်ရံ ညဘက်အချိန် များတွင် သူမ၏မိသားစုများ မအားလပ်သောကြောင့် ပူအိုက်သော်လည်း သူမအနေဖြင့် ရွေးချယ်စရာမရှိ အိပ်ယာထဲမှ ခြင်ထောင်ထဲတွင်သာ လဲလျောင်းရပါသည်။



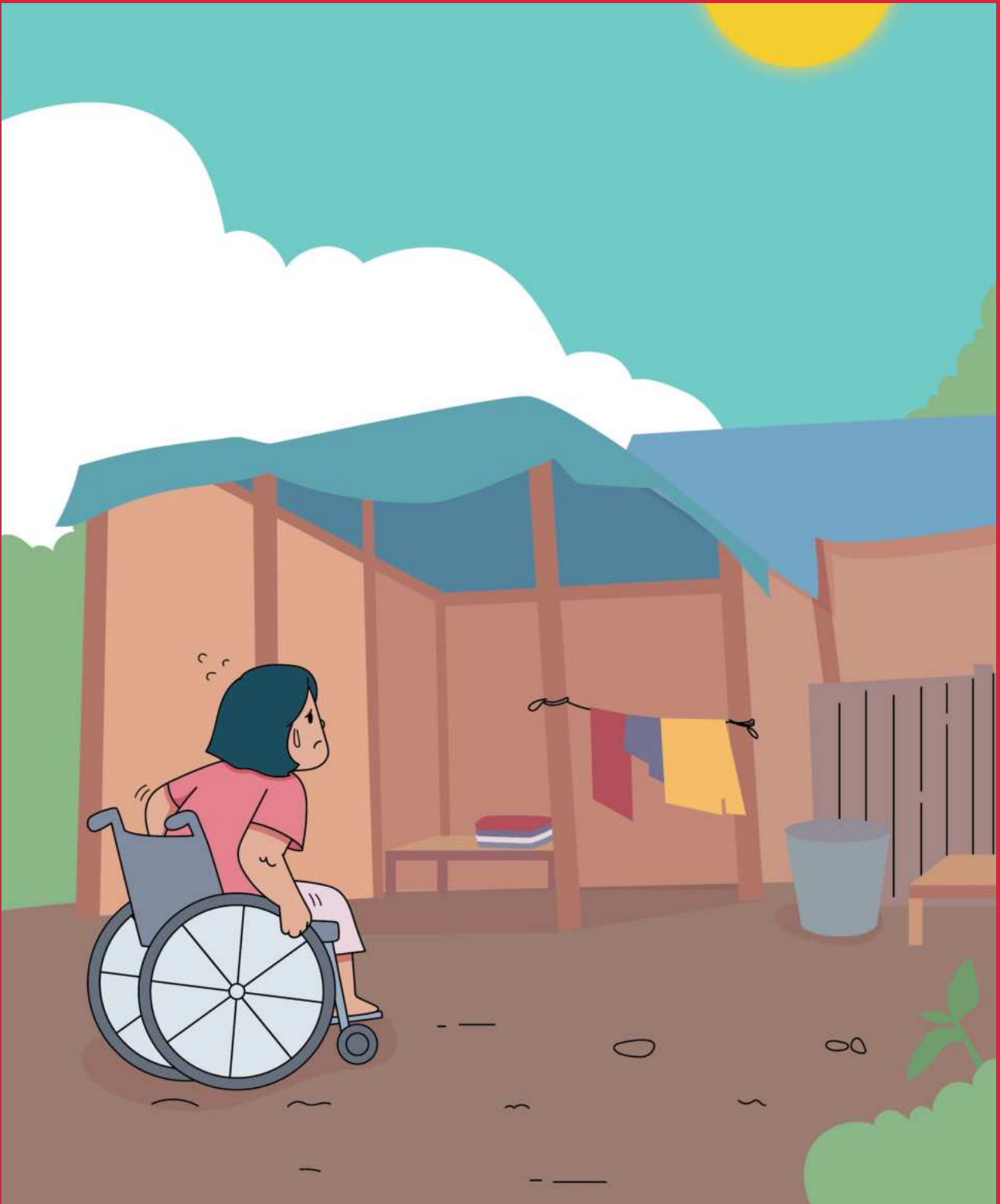
“အမိုးအောက်မှာ ဇကာစိမ်း မျက်နှာကြက်လေး တပ်ပေးလို့ ကျေးဇူးတင်ပါတယ်။ အပူ ဒဏ်လျော့သွားလို့ ကျွန်မအရမ်း ဝမ်းသာတယ်။ ညဘက်တွေဆိုလဲ ကောင်းကောင်းအိပ် လို့ရတယ်။ နေ့ဘက်တွေဆိုလဲ ပိုအေးသွားတယ်။”

GenCIVIC ပရောဂျက်၏ တစ်စိတ်တစ်ပိုင်းအနေဖြင့် အိမ်နီးချင်းကွန်ယက်အဖွဲ့ဝင် တစ်ခုမှ သူမတို့ယာယီတဲလေးအား အပူဒဏ်လျော့ချရန်အတွက် အမိုးမြှင့်ပေးကာ ဇ ကားစိမ်းမျက်နှာကျက် တပ်ဆင်ပေးခဲ့ပါသည်။ ယခုစကားသံသည် သူမ၏ရင်တွင်းဖြစ် ကျေးဇူးတင်စကားဖြစ်ပြီး ယခုစီမံကိန်းလေး၏ အကျိုးသက်ရောက်မှုကိုလဲ ပေါ်လွင်နေ ပါသည်။

“ဒီတစ်စုံတစ်ရာတွေအားလုံးက ရွှေ့ပြောင်းလာရတဲ့သူတွေပဲဆိုတော့ ယာယီတဲ လေးတွေနဲ့ပဲ နေကြရတယ်။ ဖြစ်နိုင်မယ်ဆိုရင် သက်ကြီးရွယ်အိုတွေ၊ ကလေးတွေနဲ့ ကျန်မလို မသန်စွမ်းတွေအတွက် အပူဒဏ်ကိုလျော့ပေးစေနိုင်မယ့် အထောက်အပံ့လေး တွေ ပိုရနိုင်မယ်ဆိုရင် ကျွန်မတို့ အရမ်းဝမ်းသာမိမှာပါ။”

သူမ၏ စကားလုံးများမှာ အလွန်နွေးထွေးလှပါသည်။ သူမသည် သူမကိုယ်တိုင် အပူ ဒဏ်ခံစားရရုံမက အခြားသူများလည်း အလားတူ ခံစားနေရကြောင်းကို စာနာစိတ် ထားသည်ကို ကျွန်ုပ်တို့ မြင်တွေ့နိုင်ပါသည်။

ANONYMOUS ORGANIZATION



“အရှေ့တောင်အာရှဒေသအတွင်း ၂၀၀၀ ခုနှစ်မှ ၂၀၁၉ ခုနှစ်အထိ ကာလအတွင်း ရာသီဥတုပြောင်းလဲမှု၏ သက်ရောက်မှုကို အပြင်းထန်ဆုံး ခံစားခဲ့ရသော နိုင်ငံများအဖြစ် မြန်မာနှင့် ထိုင်းနိုင်ငံတို့ကို သတ်မှတ်ထားခဲ့ကြသည်။ ထိုသက်ရောက်မှုကြောင့် လူအများအပြားသည် မိမိတို့၏ နေအိမ်များကို စွန့်ခွာကာ အလုပ်အကိုင် ရှာဖွေရန် အခြားနေရာများသို့ ပြောင်းရွှေ့သွားရခဲ့ကြသည်။”



INTERNATIONAL ORGANIZATION FOR MIGRATION (IOM), ASIA-PACIFIC MIGRATION DATA REPORT 2021

ခေတ္တနားခိုရာနှင့် အတူတကွ ဆုံစည်းနိုင်သော နေရာတစ်ခု



TAUNGGYI
NEIGHBOURHOOD
NETWORK



အသက် ၅၄နှစ်အရွယ် အမျိုးသမီးတစ်ဦးအနေဖြင့် မိမိမွေးရပ်မြေကိုစွန့်ခွာ၍ မရင်းနှီးသော နေရာတစ်ခုတွင် ခြံခြံခြံတော့ ယာယီတဲငယ်ဖြင့်နှစ်နှစ်ခန့်နေထိုင်ရသည်မှာ ခက်ခဲလှပါသည်။ သူမအတွက် အေးချမ်းစွာ အိပ်စက်ရန် နေထိုင်ရာ နေရာလေး တစ်ခုရှိနေခြင်းမှာ နေ့စဉ်ဘဝအတွက် ကံကောင်းခြင်းဖြစ်သည်။ ဤသည်မှာ ဖြစ်သလို ဆောက်လုပ်ထားသော ဝါတိုင်ထောင်၊ အစိမ်းဖက်ကာယာယီတဲများဖြင့် နေထိုင်ကြရသည့် ရွှေပြောင်းနေထိုင်ကြသူများ၏ ဖြစ်ရပ်မှန် အခြေအနေဖြစ်ပါသည်။ ပူပြင်းသော နေ့များတွင် သူတို့အတွက် ရွေးချယ်စရာမရှိ ထိုတစ်ခုတည်းသော အရိပ်သည်သာ အားကိုးရာဖြစ်သည်။

“ကျွန်မတို့က ရွှေပြောင်းယာယီတဲမှာနေပါတယ်။ ဒီမှာ သစ်ပင်ကြီးတစ်ပင်ပဲ ရှိတယ်။ အရမ်းပူလာရင် ဒီအမိုးအကာအကောက်မှာ မနေနိုင်လို့ သစ်ပင်အောက် ဖျာခင်းပြီး နေရပါတယ်။”

မတ်တပ်ရပ်သာရုံတဲကလေးမှာ လေဝင်လေထွက် ပြတင်းပေါက်မရှိ၊ အဝင်အထွက် တံခါးပေါက် တစ်ခုသာရှိပြီး ဤနေရာတွင်အိပ်၊ ဤနေရာတွင် စား နေရပြီး၊ မီးခိုးငွေ့များနှင့် ပိတ်လောင်နေသည့် အဖြစ်အပျက်ကို ကျွန်ုပ်တို့ပုံဖော်ကြည့်မည်ဆိုလျှင် သူတို့အတွက်မည်မျှ ပူအိုက်နေမည်ကို ခံစားမိပါသည်။ အထူးသဖြင့် သူမကဲ့သို့ သက်ကြီးရွယ်အိုများ၊ ကလေးသူငယ်များအတွက်ဆိုလျှင် မည်မျှထိခိုက်နိုင်မည်နည်း။ အနည်းဆုံးတော့ ၎င်းတို့နေထိုင်ရာ ဝင်းထဲတွင် အရိပ်ရ နားခိုရာ သစ်ပင်ကြီးတစ်ပင် ရှိနေသည်က ကံကောင်းခြင်းသာ ဖြစ်ပါတော့သည်။ အကယ်၍သာ ပူအိုက်သောနေ့များတွင် သူတို့အတွက် အပူရှောင်ရန် အေးရိပ်စင်တာလေးတစ်ခုသာရှိမည်ဆိုလျှင် ဘယ်လောက်မျှ ကောင်းလိုက်မည်နည်း။

“ဒီအေးရိပ်စင်တာလေးလုပ်ပေးလို့အရမ်းကျေးဇူးတင်မိပါတယ်။ ဒါဟာ ကျွန်မတို့အတွက် ကောင်းချီးတစ်ခုဖြစ်ပြီး တော့ ကောင်းကင်ဘုံလိုပဲ ခံစားရပြီး အရင်ကထက်လဲ ပိုအေးသွားတယ်။”

သူမ မျှော်လင့်ထားသလိုပင် အိမ်နီးချင်းကွန်ယက် အဖွဲ့ဝင်တစ်ဦးမှ “ဂျန်ဒါအခြေပြု အခြေတကျမဟုတ်သော ပြောင်းရွှေ့နေထိုင်သူများအတွက် ရာသီဥတု တုံ့ပြန်မှုဆိုင်ရာ စီမံကိန်း” ၏ တစ်စိတ်တစ်ပိုင်းအနေဖြင့် သဘာဝအခြေပြု နည်းစနစ်ဖြင့် ဖန်တီးသည့် အေးရိပ်စင်တာတစ်ခုကို သူမတို့နေထိုင်ရာ ဝန်းထဲတွင် တည်ဆောက်ပေးခဲ့ပါသည်။ အေးရိပ်စင်တာလေးသည် အပူရှောင်ရန် နေရာတစ်ခုထက်ပိုပါသည်။ ဝန်းအတွင်း လှပသော ပန်းပင်များစိုက်ပျိုးထားပြီး အေးမြသည့်ခံစားချက်ကိုပေးကာ အမောပြေစေ

ပါသည်။ စင်တာအထဲတွင်လည်း အများသူငှာ သက်တောင့်သက်သာ အနားယူနိုင်ရန် ဖျာများခင်းထားပေးခြင်း၊ ကြမ်းပြင်ပေါ်တွင် ထိုင်ရန် အခက်အခဲရှိသည့် သက်ကြီးရွယ်အိုများအတွက် ခုံတန်းလေးများ ပြုလုပ်ပေးထားပါသည်။ လူတိုင်းအတွက် စဉ်းစားပေးထားသည့် လူထုအခြေပြု နည်းစနစ်ကို အသုံးပြုထားပြီး သောက်ရေအိုးစင် နှင့် ကလေးများအတွက် စာကြည့်တိုက် အသေးစားလေးလဲ ဖန်တီးပေးထားပါသည်။ ၎င်းမှာ လူထုအတွက် မေတ္တာဖြင့်ဖော်ဆောင်ထားသော အထောက်အပံ့တစ်ခု ဖြစ်ပါသည်။

“ကျွန်မတို့ ပိုပြီး ပျော်လာကြတယ်။ တစ်ခါတစ်လေ ဒီမှာ စုဝေးပြီး အတူတကွ ထမင်းစားကြတယ်။ ဆုတောင်းပွဲတွေကိုလည်း ဒီမှာ နှစ်ကြိမ်၊ သုံးကြိမ် လုပ်ပြီးကြပါပြီ။”

သူမ၏ စကားသံကို နားထောင်ကြည့်ခြင်းအားဖြင့် ယခုကဲ့သို့ လူထုအတွက် နေရာတစ်ခုဖန်တီးပေးခြင်းမှာ တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး ဆက်ဆံရေးကို မည်မျှခိုင်မာစေနိုင်သည်ကို ထင်ရှားစွာ မြင်တွေ့နိုင်ပါသည်။ ထိုနေရာကို အားလုံးလာကြသည့် ပထမဆုံးရည်ရွယ်ချက်မှာ အပူရှောင်ရန်ဖြစ်ပါသည်။ သို့သော် ၎င်းတို့အနေဖြင့် အပူသက်သာသွားသည်သာမက ပိုမိုပျော်ရွှင်လာပြီး ၎င်းတို့မိသားစု၊ မိတ်ဆွေများနှင့် ပိုမိုရင်းနှီးမှု ရရှိလာကြကာ ၎င်းတို့၏ စိတ်အမောများကို ဖြေဖျောက်လာနိုင်ကြပါသည်။

“ဒီနားတစ်ခုကိုမှာ နေတဲ့သူတွေလဲ အမြဲလာကြတယ်။ အရင်ကတော့ တစ်အိမ်တက် တစ်အိမ်ဆင်း လည်ကြရတယ်။ အခုတော့ တကူးတက သွားစရာမလိုတော့ဘူး။ ဒီမှာ ကလေးတစ်ယောက်ရဲ့ မွေးနေ့ပွဲကိုလဲ လုပ်ခဲ့သေးတယ်။”

မိမိတို့ မွေးရပ်မြေမှာနေရသကဲ့သို့ မဟုတ်သော်လည်း အနည်းဆုံးတော့ အတူတကွ တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး ပြန်လည်ပေါင်းစည်းမိစေကာ အမှတ်တရများကို ပြန်လည်မျှဝေနိုင်ပါသည်။ ကလေးများ၏ မွေးနေ့များကိုပါ ဤနေရာလေးတွင် ကျင်းပပေးနိုင်သည်မှာ ကြည့်နူးစရာကောင်း၍ တန်ဖိုးရှိသော အမှတ်တရများဖြစ်စေပါသည်။ အချုပ်ဆိုသော် အပူဒဏ်သက်သာစေရန် ရိုးရှင်းသော ဖြေရှင်းနည်းလမ်းလေးမှ လူထုအတွက် အဓိပ္ပာယ်ရှိပြီး ကောင်းမွန်သည့် ပြောင်းလဲမှုများကို ဆောင်ကြဉ်းပေးနိုင်သည်ကို တွေ့မြင်နိုင်ပါသည်။

ANONYMOUS ORGANIZATION



“နေရာအများအပြားတွင် အပူဒဏ်သည် ရာသီဥတုနှင့် ဆက်နွယ်သော သေဆုံးမှုများ၏ အဓိက အကြောင်းရင်းတစ်ရပ်ဖြစ်ပါသည်။ အပူလှိုင်းများနှင့် အလွန်ပူသော နေ့ရက်များ ပိုမိုများပြားလာခြင်း၊ စိုထိုင်းဆမြင့်မားမှုတို့ ပေါင်းစပ်လာသောအခါ သေဆုံးမှုများနှင့် ပြင်းထန်သော ကျန်းမာရေး ပြဿနာများကို ဖြစ်စေနိုင်ပါသည်။ အသက်ကြီးသူများနှင့် ကလေးငယ်များမှာ အန္တရာယ်အရှိဆုံးဖြစ်ပြီး ပြင်ပတွင် အလုပ်လုပ်ရသူများလည်း အပူဒဏ်ကို ပြင်းထန်စွာ ခံစားရနိုင်ပါသည်။”



WWF, ASSESSING CLIMATE RISK IN MYANMAR - TECHNICAL REPORT, 2017

အပူဒဏ်ကြားက မိသားစု ကို ကာကွယ်စောင့်ရှောက်သူ



TAUNGGYI
NEIGHBOURHOOD
NETWORK



ဤဇာတ်ကြောင်းပုံပြင်မှတစ်ဆင့် ယာယီအမိုးအကာအတွင်း နေထိုင်ရင်း ကလေးငယ် သုံးဦးနှင့် အသက်ကြီးလူဖြစ်သော မိခင်ကို စောင့်ရှောက်နေရသော အသက် ၃၆ နှစ် အရွယ် ပြောင်းရွှေ့နေထိုင်သူ အမျိုးသမီး တစ်ဦး၏ အတွေ့အကြုံနှင့် မိသားစုတာဝန် များကို ထမ်းဆောင်ရင်း ပူပြင်းသော နေ့ရက်များကို မည်မျှ ခက်ခဲစွာ ရင်ဆိုင်နေရသည် ကို ဖော်ပြလိုပါသည်။

သူမသည် အခြေအနေအရပ်ရပ်ကြောင့် မွေးရပ်မြေကို ရုတ်တရက် ထွက်ခွာလာပြီး နောက် ၂၀၂၁ ခုနှစ်တွင် ရွှေ့ပြောင်းယာယီနေရာသို့ ရောက်ရှိခဲ့ပြီး အစောပိုင်း လာရောက် အခြေချသူများထဲမှ တစ်ဦးဖြစ်ခဲ့သည်။ ယနေ့တွင် သူမသည် အသက် ၇၀ နှစ်အရွယ် မိခင်၊ ခင်ပွန်းနှင့် ကလေး သုံးဦးတို့နှင့်အတူ ယာယီအမိုးအကာအတွင်း နေထိုင်လျက် ရှိပါသည်။ မိသားစုသည် ခင်ပွန်းသည်၏ နွေစားအလုပ်ဝင်ငွေဖြင့်သာရပ်တည်ကြရပြီး သူမသည် အိမ်မှုကိစ္စများနှင့် မိသားစုဝင်များအားစောင့်ရှောက်မှုတာဝန်ကို နေ့စဉ် ထမ်းဆောင်နေရပါသည်။

အပူဒဏ်ကြောင့် သူမ၏ နေ့စဉ်ဘဝသည် ပိုမို ခက်ခဲလာပါသည်။ ယာယီအမိုးအကာ အတွင်း နေရန် မခံနိုင်လောက်အောင် ပူလွန်းလာသော်လည်း ကလေးများနှင့် အသက်ကြီးမိခင်ကို စောင့်ရှောက်ရသောကြောင့် ပြင်ပသို့ ထွက်ရန်လည်း မလွယ်ကူပါ။ “နေရာသီ ရာသီဥတု ပူပြင်းတဲ့အချိန်တွေမှာ အိမ်အတွင်းမှာ တတ်နိုင်သမျှနေကြရတယ်။ လုံးဝ မခံနိုင်တော့တဲ့အခါမှတော့ အပြင်ကို ထွက်ပြီးတော့ သစ်ပင်အောက်မှာ နေကြတယ်။” စစ်ချင်းရောက်လာသည့်အချိန်တွင် အရိပ်ရသောနေရာများ အလွန်နည်းပါးခဲ့ပါသည်။ ပြီးခဲ့သော တစ်နှစ်ခန့်အတွင်းမှာ ရွှေ့ပြောင်းယာယီနေရာရှိ သစ်ပင်များ ကြီးထွားလာပြီး အရိပ်အနည်းငယ် ပေးနိုင်လာပါသည်။

သူမ၏ နေ့ရက်များသည် ကလေးထိန်းခြင်း၊ အိမ်ထောင်ရေးတာဝန်များနှင့် အပူဒဏ် ကို အမြဲရင်ဆိုင်နေရခြင်းတို့ကြားတွင် ညှိနှိုင်းနေရပါသည်။ ထိုအခြေအနေများကြောင့် သေးငယ်သော အထောက်အပံ့များဖြစ်စေကာမူ သူမတို့အတွက် အပြောင်းအလဲ ဖြစ်စေ နိုင်ပါကြောင်းကို သူမရင်ဖွင့်ခဲ့သည်။ မကြာသေးမီက သူမ၏ မိသားစုသည် သင်ဖြူးဖျာ များ ရရှိခဲ့ပါသည်။

“ဒီဖျာတွေရလို့ အရမ်းပျော်ပါတယ်။ ကျွန်မရဲ့ သား က အိပ်ရာခင်းအဟောင်းပေါ်မှာမအိပ်ချင်တော့ဘူး ဒီ သင်ဖြူးဖျာအသစ်က နွေးတယ်လို့ ပြောပါတယ်။ အေး တဲ့အချိန်မှာ နွေးပြီး ပူတဲ့အချိန်မှာ အေးမြနေတာ ဒီဖျာရဲ့ အားသာချက်ဖြစ်တယ်”

အခြား မည်သည့် အထောက်အပံ့များ အလိုအပ်ဆုံးလဲဟု မေးမြန်းရာတွင် သူမ၏ ဖြေကြားချက်သည် ယာယီရွှေ့ပြောင်းနေရာတွင် နေထိုင်ကြသော မိသားစုများ၏ လိုအပ်ချက်ကို ကိုယ်စားပြုနေပါသည်။

“အပူနဲ့ ပတ်သက်ပြီး လူအများစုက ဒီလိုသင်ဖြူးဖျာတွေ လိုအပ်ပါတယ်။ အဲ့ဒါ အပြင် အစားအသောက်နဲ့ တခြားအထောက်အပံ့တွေလည်း လိုပါတယ်။ အထူးသဖြင့် အမျိုးသမီးတွေအတွက် လစဉ်သုံး အသုံးအဆောင်ပစ္စည်းများနဲ့ ဆပ်ပြာတွေ လိုအပ်ပါတယ်။”

သူမ၏ အဖြစ်အပျက်သည် ဖိအားအောက်တွင်တောင် ကြုံကြုံခံနိုင်စွမ်းရှိခြင်း၊ အိမ်ထောင်စုကို စီမံခန့်ခွဲရင်း ထိခိုက်လွယ်သော မိသားစုဝင်များကို စောင့်ရှောက်ခြင်းနှင့် အရာရာ ခြိုးခြံချွေတာကာ ယာယီအမိုးအကာအတွင်း ပူပြင်းသော နေ့ရက်များကို ဖြတ်သန်းနေရခြင်းတို့ကို ပြသနေပါသည်။ သူမ၏ အသံသည် စခန်းအတွင်း ရှိ အမျိုးသမီး အများအပြား ရင်ဆိုင်နေရသော နေ့စဉ် စိန်ခေါ်မှုများ၊ အပူဒဏ်နှင့် အိမ်ထောင်မှုတာဝန်ကို တပြိုင်နက်တည်း ထမ်းဆောင်နေရခြင်းကို ဖော်ပြနေသည်။

THE KINGDOM FOR CHARITY OF
KHUN HTUN LAY FOUNDATION



"မြန်မာနိုင်ငံတွင် ဧပြီလသည် တစ်နှစ်တာ၏ အပူဆုံးလဖြစ်ပြီး မေလတွင် မိုးမရွာသွန်းမီ အပူချိန်များမှာ အမြင့်ဆုံးသို့ မြင့်တက်လေ့ရှိသည်။ ၂၀၂၄ ခုနှစ်၊ ဧပြီလအတွင်းက မြန်မာနိုင်ငံအလယ်ပိုင်းဒေသတွင် စံချိန်တင်အပူချိန် ၄၈.၂ ဒီဂရီစင်တီဂရိတ် (48.2°C) အထိ ရှိခဲ့ကြောင်း မှတ်တမ်းတင်နိုင်ခဲ့သည်။ [...]

အလွန်အမင်း ရေဓာတ်ခန်းခြောက်ခြင်း၊ နံ့ခွေခြင်းနှင့် အပူလျှပ်ခြင်း (Heatstroke) တို့ကို ဖြစ်စေနိုင်သည့် အပူဒဏ်၏ သက်ရောက်မှုများကို ကလေးငယ်များ မှာ အခံရဆုံးဖြစ်ပါသည်။ ကလေးငယ်များသည် ပြင်းထန်သော အပူဒဏ်နှင့် ထိတွေ့မှုများလေလေ၊ အသက်ရှူလမ်းကြောင်းဆိုင်ရာရောဂါ၊ ကျောက်ကပ်ရောဂါနှင့် အခြားသော ကျန်းမာရေးအန္တရာယ်များ ဖြစ်ပွားနိုင်ခြေ ပိုမိုမြင့်မားလေလေ ဖြစ်ပါသည်။"



SAVE THE CHILDREN, MYANMAR: CHILDREN LIVING IN THE OPEN FACE ADDITIONAL RISK OF HEAT RELATED ILLNESSES AFTER DEADLY EARTHQUAKE, APRIL 2025

စာသင်ခန်းများထံသို့ အပူ အန္တရာယ် ခြောက်လန့်လာမှု



TAUNGGYI
NEIGHBOURHOOD
NETWORK



ဤလူငယ်အများစုမှာ အသက် ၁၅ နှစ်မှ ၁၉ နှစ်ကြား အရွယ်များ ဖြစ်ပြီး တောင်ကုန်းများနှင့် စိုက်ပျိုးမြေများ ဝန်းရံထားသည့် ဝေးလံသောကျေးလက်ရွာငယ်လေးများမှ လာကြသူများဖြစ်သည်။ ၎င်းတို့၏ဒေသများတွင် မကြာသေးမီနှစ်များအတွင်း သစ်တောပြုန်းတီးမှု ပိုမိုများလာခြင်းနှင့် ရာသီဥတု ဖောက်ပြန်လာခြင်းတို့ကြောင့် အပူရှိန် ပိုမိုပြင်းထန်ပြီး နေရာသီမှာလည်း ပိုမိုရည်လျားလာခဲ့သည်။ တစ်နေ့တစ်ရက် အချိန်များကို လမ်းလျှောက်ခြင်း၊ စာသင်ခြင်း သို့မဟုတ် မိသားစုအလုပ်ကို ဝိုင်းဝန်းကူညီခြင်းဖြင့် ကုန်ဆုံးရသည့် လူငယ်များအဖို့ အပူချိန် အနည်းငယ် မြင့်တက်လာခြင်းကပင် သူတို့အတွက် သိသာသော ထိခိုက်မှု ဖြစ်စေပါသည်။

စာသင်ခန်းများအတွင်း၌လည်း အပူရှိန်မှာ မခံမရပ်နိုင်လောက်အောင် ဖြစ်လာတတ်သည်။ အချို့သော ရက်များတွင် သင်ခန်းစာများအပေါ် အာရုံစိုက်ရန်မှာပင် မဖြစ်နိုင်သလောက် ခက်ခဲလှပါသည်။

“စာသင်နေတဲ့အချိန်မှာ ပူလာရင် ခေါင်းကိုက်လာပြီး နေပူထဲမှာလည်း ကြာကြာမနေနိုင်တော့ဘူး”

သူတို့အတွက် သစ်ပင်ရိပ်သည်သာ တစ်ခုတည်းသော ခိုလှုံရာ ဖြစ်သည်။ အချို့က စာဆက်သင်ရန် သစ်ပင်ရိပ်များအောက်သို့ ရွှေ့ကြပြီး၊ အချို့မှာမူ အပူရှိန်လျော့သွားသည်အထိ နားနေကြရသည်။ စိုက်ပျိုးမြေဖော်ဆောင်ခြင်း သို့မဟုတ် လောင်စာအတွက် သစ်ပင်များ ခုတ်လှဲခံရခြင်းကြောင့် အချို့နေရာများတွင် သစ်တော ရှားပါးလာခြင်းက ဤအခြေအနေကို ပိုမိုခက်ခဲစေပါသည်။

မိမိတို့ရပ်ရွာတွင် ပိုမိုပူပြင်းလာခြင်းမှာ ပတ်ဝန်းကျင်ပြောင်းလဲမှုများနှင့် တိုက်ရိုက်ဆက်စပ်နေသည်ကို ကျောင်းသားများက သိရှိနားလည်ထားကြသည်။

“ကျွန်တော်တို့ နေတဲ့နေရာမှာ သစ်တောတွေ ပျက်စီးပြီး ပူတဲ့အခါ နားခိုဖို့ အရိပ်တောင် မရှိတော့ဘူး...ရေအရင်းအမြစ်တွေလည်း ပျောက်ကွယ်ကုန်ပြီ။”

ဤသို့ စိန်ခေါ်မှုများရှိသော်လည်း ၎င်းတို့ ရပ်ရွာ ပတ်ဝန်းကျင်အပေါ် ထားရှိသော တာဝန်သိစိတ်ကို ခိုင်မာစွာ ပြသခဲ့ကြသည်။ အများစုမှာ သစ်ပင်စိုက်ခြင်း၊ ပျိုးပင်များ စောင့်ရှောက်ခြင်းနှင့် ရွာအနီးရှိ ကျန်ရှိနေသော သစ်တောများကို ကာကွယ်ခြင်းဖြင့် လက်တွေ့စတင် လုပ်ဆောင်နေကြပြီဖြစ်သည်။

“ကျွန်တော် အရင်ကလည်း သစ်ပင်တွေ စိုက်ခဲ့ဖူးတယ်။ ရှိပြီးသား အပင်တွေကိုလည်း အခုတ်မခံရအောင် ကာကွယ်ပေးထားပါတယ်။”

၎င်းတို့၏ ကျောင်းကလည်း ပတ်ဝန်းကျင်ထိန်းသိမ်းရေးကို အားပေးတိုက်တွန်းပါသည်။

သဲဆန်သော မြေဆီလွှာနှင့် ရေရှားပါးမှုတို့ကြောင့် အပင်အများစု ရှင်သန်ရန် ခက်ခဲသော်လည်း ကျောင်းသားများသည် သစ်ပင်စိုက်ပျိုးရေးလှုပ်ရှားမှုများတွင် ပါဝင်ကြခဲ့ခြင်းကြောင့် ကျောင်းပတ်ဝန်းကျင် တိုးတက်ကောင်းမွန်လာမည့် နည်းလမ်းများကိုလည်း စိတ်ကူးယဉ်ကြည့်ကြသည်။

“ရေရဖို့က အဓိက ပြဿနာပဲ။ ရေသာရရင် အခြားနေရာကနေ မြေဆီလွှာတွေ သယ်လာပြီး မြေဘောင်တွေ လုပ်နိုင်ရင် အပင်တွေ ပိုပြီး ဖြစ်ထွန်းလာမှာပဲ။”

အပူဒဏ်ကို ရင်ဆိုင်ကျော်လွှားရန် မိသားစုများသည် အတူတကွ အရိပ်ရဝါးတဲ့များ ဆောက်ခြင်း၊ အပူဆုံးအချိန်တွင် အလုပ်ချိန်လျော့ချခြင်းနှင့် သစ်ပင်များကို ထိန်းသိမ်းခြင်းတို့ ပြုလုပ်ကြသည်။ ဒေသခံခေါင်းဆောင်များမှ မီးခိုးနှင့် အပူထုတ်လွှတ်မှု လျော့ချမှုကို အားပေးကြပြီး၊ ရပ်ရွာလူထုမှလည်း နေ့စဉ်ဘဝကို အခြေအနေနှင့်အညီ လိုက်လျောညီထွေဖြစ်အောင် နေထိုင်ကြသည်။

အနာဂတ်သို့ မျှော်ကြည့်ရာတွင် သဘာဝပတ်ဝန်းကျင်ကို ဆက်လက်ထိန်းသိမ်းနိုင်ရန် ကျောင်းသားများက မျှော်လင့်ချက်အပြည့်ဖြင့် ဤသို့ဆိုကြသည်။

“ကျွန်တော်တို့က ငယ်တဲ့ မျိုးဆက်သစ်တွေကို သစ်ပင်စိုက်တတ်အောင် သင်ပေးပြီး စိမ်းလန်းစိုပြည်တဲ့ သဘာဝပတ်ဝန်းကျင်မျိုးကို လိုချင်တယ်။”

၎င်းအသံများက သူတို့၏ နေ့စဉ်ဘဝကိုသာမက အနာဂတ်အပေါ် ထားရှိသော ရည်မှန်းချက်များကိုပါ မည်သို့ ပုံဖော်နိုင်သည်ကို ပြသနေပါသည်။ အေးမြသော ရပ်ရွာများ၊ စိမ်းလန်းသော သစ်တောများကို အတူတကွ လက်တွဲဆောင်ရွက်မည့်သူတို့၏အိပ်မက်များသည်သဘာဝပတ်ဝန်းကျင်နှင့်လူမှုဘဝကို ကာကွယ်စောင့်ရှောက်လိုသည့် သူတို့၏ ခိုင်မာသော သန္နိဋ္ဌာန်ကို မီးမောင်းထိုးပြနေပါသည်။



“နေရာအများအပြားတွင် အပူဒဏ်သည် ရာသီဥတုနှင့် ဆက်နွယ်သော သေဆုံးမှုများ၏ အဓိက အကြောင်းရင်းတစ်ရပ်ဖြစ်ပါသည်။ အပူလှိုင်းများနှင့် အလွန်ပူသော နေ့ရက်များ ပိုမိုများပြားလာခြင်း၊ စိုထိုင်းဆမြင့်မားမှုတို့ ပေါင်းစပ်လာသောအခါ သေဆုံးမှုများနှင့် ပြင်းထန်သော ကျန်းမာရေး ပြဿနာများကို ဖြစ်စေနိုင်ပါသည်။ အသက်ကြီးသူများနှင့် ကလေးငယ်များမှာ အန္တရာယ်အရှိဆုံးဖြစ်ပြီး ပြင်ပတွင် အလုပ်လုပ်ရသူများလည်း အပူဒဏ်ကို ပြင်းထန်စွာ ခံစားရနိုင်ပါသည်။”



UN HABITAT - MYANMAR OFFICE, UNLOCKING NATURE-BASED ADAPTATION IN MYANMAR: LEARNING FROM DIFFERENT GEOCLIMATIC REGIONS, 2025

မနက်ဖြန်အတွက် အရိပ်

လွန်ခဲ့တဲ့ ဆယ်စုနှစ်တစ်ခုကလိုပဲ ဒီနေ့မှာလည်း ဦးကျော်ကျော်နဲ့ သူ့ရဲ့ သူငယ်ချင်း တစ်စုဟာ လမ်းတွေပေါ်မှာ ရှိနေကြဆဲပါ။ ခါးလေးတွေကုန်းကာ လမ်းဘေးမှာ ကျနေတဲ့ အမှိုက်တွေကို ကောက်ရင်း၊ ဒါမှမဟုတ် လုံကျနေတဲ့အပင်လေးတွေကို အတူတကွ ပြန်တည်မတ်ပေးနေကြတဲ့ သူတို့ကို မြင်တွေ့ရမှာပါ။ ဒီကာလအတွင်းမှာ သူတို့ကို နွေးထွေးတဲ့ ကျေးဇူးတင်စကားတွေကိုရော၊ သူတို့စေတနာကို "အချိန်ဖြုန်းနေတာ" လို့ ကဲ့ရဲ့လှောင်ပြောင်တဲ့စကားတွေကိုပါ ကြားခဲ့ရပြီးပါပြီ။ ဒါပေမဲ့ သူတို့အဖွဲ့မှာ တန်ဖိုးထားစောင့်ထိန်းတဲ့ စည်းမျဉ်းတစ်ခုပဲ ရှိပါတယ်။ အဲဒါကတော့ "ဘယ်သူက ဘယ်လိုပဲပြောပြော ဒေါသနဲ့ ပြန်မတုံ့ပြန်ဖို့" ပဲ ဖြစ်ပါတယ်။

ဦးကျော်ကျော်ရဲ့ ဘဝဟာ အမြဲတမ်း ပင်ပန်းပန်း လုပ်ကိုင်ရုန်းကန်ခဲ့ရတာပါ။ အရင်က ပန်းရန်အလုပ်ကို လုပ်ကိုင်ခဲ့ဖူးပေမဲ့၊ အခုအခါတော့ မိသားစုသုံးယောက် စားဝတ်နေရေးအတွက် ဇနီးဖြစ်သူနဲ့အတူ ရန်ကုန်မြို့ရဲ့ လမ်းတွေထဲမှာ ဟင်းသီးဟင်းရွက်တွေ တင်ထားတဲ့ စက်ဘီးလေးကို နှင်းရင်း ဖြေရှင်းနေရပါတယ်။

နေရာသီမှာတော့ အပူဒဏ်ဟာ မညှာမတာ ခြောက်လှန့်ပါတော့တယ်။ ဒါဟာ နေထိုင်ရခက်ရဲတင်မကဘဲ ကြီးမားတဲ့ ဝန်ထုပ်ဝန်ပိုးတစ်ခုလည်း ဖြစ်လာပါတယ်။ ရပ်ကွက်ထဲက လူတွေဟာ ရသမျှ အရိပ်လေးတွေအောက်မှာ စုပြုံနေကြရတာ၊ လက်လုပ်ယပ်တောင် လေးတွေနဲ့ ယပ်ခပ်နေကြရတာ၊ ဒါမှမဟုတ် အပူလျှောအောင် ရေစိုဝတ်လေးတွေ ပတ်ထားရတာတွေကို ကြည့်ရင် အပူဒဏ်ဘယ်လောက်များလဲဆိုတာ မြင်နိုင်ပါတယ်။ အဆိုးဆုံးကတော့ "အပူရှော့ (heat-stroke cycle)" ဖြစ်တာပါပဲ။ လူတွေဟာ အပူဒဏ်ကနေ လွတ်မြောက်ဖို့ အေးမြဖို့ ရေအလျင်အမြန် ရေချိုးလိုက်ကြပေမဲ့၊ ရုတ်တရက် အပူအအေး မမျှတတော့တာကြောင့် ဖျားနာမှုတွေ ဖြစ်ကုန်ကြပါတော့တယ်။

ဦးကျော်ကျော်ဟာ သူ့ရဲ့အိမ်လေးကို အပူဒဏ်ကာကွယ်ဖို့ ရပ်ကွက်မှာ အပူဒဏ်လျှော့ချရေး နည်းလမ်းတွေကို လာရောက်ပြသခဲ့တဲ့ GenCIVIC စီမံကိန်းကနေ သူရရှိခဲ့တဲ့ အမိုးအောက်မှာ ဇကာစိမ်း တွေကို တပ်ဆင်ခဲ့ပါတယ်။ သူစုဆောင်းထားတဲ့ ငွေလေးနဲ့ လိုအပ်တဲ့ ပစ္စည်းတွေကို ဝယ်ယူခဲ့ပြီး တပ်ဆင်လိုက်တဲ့အခါ အကျိုးကျေးဇူးကို ချက်ချင်းခံစားလိုက်ရပါတယ်။ အိမ်ထဲက လေထုဟာ နောက်ဆုံးတော့ အသက်ရှူလို့ ကောင်းသွားခဲ့ပါပြီ။ ဒါပေမဲ့ သူ့အတွက်တော့ တစ်ကိုယ်စာ အဆင်ပြေရုံနဲ့ မလုံလောက်သေးပါဘူး။ ရပ်ကွက်အတွင်းကို ကြည့်မယ်ဆိုရင် ပိုမိုသော အန္တရာယ်တစ်ခုကို မြင်နေရပါတယ်။ အဲဒါကတော့ "မီးဘေး" ပါပဲ။ သစ်နဲ့ ဝါးတွေနဲ့ တည်ဆောက်ထားတဲ့ ရပ်ကွက်မျိုးမှာ စနစ်တကျ မသိမ်းဆည်းထားတဲ့ အမှိုက်တွေဟာ မီးဘေးအန္တရာယ်ကို လောင်စာတိုက်ပေးနေတဲ့ အရာတွေ ဖြစ်နေလို့ပါ။

မကြာသေးမီကပဲ ဒီ GenCIVIC စီမံကိန်းကတစ်ဆင့် အပူဒဏ်ကို ရင်ဆိုင်နိုင်ဖို့ သစ်ပင်ပျိုးလေးတွေကို ဝေငှပေးခဲ့ပါတယ်။ ဦးကျော်ကျော်လည်း သစ်ပင်တစ်ပင် ရရှိခဲ့ပြီး အဲဒီ



အပင်ပေါက်လေးကို အိမ်ထဲမှာ ဂရုတစိုက် သိမ်းဆည်းစောင့်ရှောက်ထားပါတယ်။ သူ့သူငယ်ချင်းတွေနဲ့အတူ ရပ်ရွာ အကျိုးပြုလုပ်ဆောင်မှုတွေအပေါ် သူက အခုလို ပြောပြပါတယ်။

“ကျွန်တော် ဒီကို ပြောင်းလာတဲ့ ၁၅ နှစ်မှာ အပူရှိန်တွေ တိုးလာတာနဲ့အမျှ သစ်ပင်တွေ တစ်ပင်ပြီးတစ်ပင် ပျောက်ကွယ်သွားတာကို ကြည့်နေခဲ့ရတယ်။ ကျွန်တော်မှာ ပေးစရာ ပိုက်ဆံမရှိပေမဲ့ လုပ်အားနဲ့ နှလုံးသားရှိပါတယ်။ ကျွန်တော်တို့တွေဟာ တခြားသူတွေက ‘အပိုအလုပ်တွေ’ လို့ ကဲ့ရဲ့နေတဲ့ကြားကပဲ ဒီလမ်းတွေကို သန့်ရှင်းရေးလုပ်တာ၊ မြေဆီလွှာကို ပြုစုတာတွေနဲ့ ၁၀ နှစ်လောက် အချိန်ကုန်ဆုံးခဲ့ပါတယ်။ အပူရှိန်တက်လာရင် မီးဘေးအန္တရာယ်ကြီးလာပြီး အားလုံးအတွက် ပင်ပန်းနွမ်းနယ်မှုတွေ ပိုတိုးလာတာမို့ ဒါကို ကျွန်တော်တို့ လုပ်နေရတာပါ။ အခုရတဲ့ အပင်ပေါက်လေးကိုလည်း အိမ်မှာ ဂရုတစိုက် စောင့်ရှောက်နေပါတယ်။ ဘာဖြစ်လို့လဲဆိုတော့ ဒီအပင်ရဲ့ တန်ဖိုးကို ကျွန်တော်ကောင်းကောင်းသိလို့ပါပဲ။”

ဦးကျော်ကျော်ဟာ ချမ်းသာကြွယ်ဝသူ မဟုတ်နိုင်ပေမဲ့ ရပ်ရွာတိုးတက်ဖို့ အတွက်ဆိုလျှင် လုပ်အား၊ နာကျင်မှု၊ ပေးဆပ်ဖို့ အသင့်ရှိနေသူပါ။ တကယ်လို့ သင်က အမှိုက် သို့မဟုတ် သစ်ရွက်လေးတွေကို ကောက်နေတဲ့ သူ့ဆီ သွားပြီး “ဒါတွေ ဘာကြောင့်လုပ်နေတာလဲ” လို့ မေးခဲ့ရင်၊ သူက ရာသီဥတုပြောင်းလဲမှုကြောင့် ရှည်ရှည်ဝေးဝေး ရှင်းပြနေမှာ မဟုတ်ပါဘူး။ သူ့အပြုလေးနဲ့အတူ အမြဲပေးနေကျ အဖြေကိုပဲ အခုလို ပြောပါလိမ့်မယ်။

“နောင်လာနောက်သားတွေ အပူဒဏ်ကနေ သက်သာရာရဖို့အတွက် အရိပ်ကောင်းကောင်း ရစေချင်လို့... အဲဒီအတွက် ကျွန်တော် ဒီနေ့ကတည်းက ကြိုပြီး လုပ်နေတာပါဗျာ။”





“၂၀၂၄ ခုနှစ်အတွင်း အာရှနိုင်ငံများတွင်လည်း အလွန်ပြင်းထန်သော အပူလှိုင်းများနှင့် စံချိန်ချိုးဖောက်သော အပူချိန်များကို ကြုံတွေ့ခဲ့ရပြီး အိန္ဒိယ၊ ဘင်္ဂလားဒေ့ရှ်၊ ပါကစ္စတန်၊ ကမ္ဘောဒီးယား၊ လာအို၊ ထိုင်း၊ မြန်မာ၊ ဗီယက်နမ်နှင့် ဖိလစ်ပိုင်တို့လည်း ပါဝင်နေပါသည်။”



THE EMERGENCY EVENTS DATABASE (EM-DAT)

အရိပ်ကောင်းကောင်း၊ အမြစ်ခိုင်ခိုင်

“အရင်တုန်းက နေ့ခင်းတွေ အရမ်းပူရင် သူများအိမ်မှာသွား ပြေးနေရတယ်။ ဒါပေမယ့် အခုတော့ အရိပ်လဲရှိတယ်၊ အပင်လေးတွေလဲရှိတော့ ကိုယ့်အိမ်မှာပဲကိုယ် နေလို့ရသွားပြီ”

အသက် (၄၆) နှစ်အရွယ် မဝေဟာ ပန်းရံဆရာမတစ်ဦး၊ မိခင်တစ်ဦးဖြစ်သလို LGBT အသိုင်းအဝိုင်းရဲ့ ဂုဏ်ယူဖွယ် အဖွဲ့ဝင်တစ်ဦးလည်း ဖြစ်ပါတယ်။ သူမဟာ ရပ်ကွက်ထဲမှာ တစ်နှစ်ထက်တစ်နှစ် ပိုမိုပြင်းထန်လာတဲ့ အပူဒဏ်ကို အလူးအလဲ ခံစားခဲ့ရသူပါ။ အခုနေ့ထိုင်တဲ့ အခြေ တကျမဟုတ်တဲ့ ရပ်ကွက်လေးမှာ သူမရဲ့ တတိယတန်း ကျောင်းသား ကလေးလေးနဲ့အတူ နေထိုင်လာတာ (၇) နှစ်ရှိပြီ။ အရင်က “နေရာသီ” ဆိုတာ ပူအိုက်ရုံသက်သက်ဖြစ်ခဲ့ပေမဲ့ အခုတော့ အဲဒီအပူဟာ ပိုမိုပင်ပန်းနွမ်းနယ်စရာ ကောင်းပြီး သည်းခံရခက်တဲ့ အခြေ အနေကို ပြောင်းလဲသွားခဲ့ပါပြီ။

မဝေရဲ့အိမ်မှာ အခြားအိမ်သုံးလုံးနဲ့ ကပ်လျက်ရှိပြီး အဲဒီအိမ်လေးလုံးစလုံးမှာ သစ်ပင် အရိပ်အာဝါသ လုံးဝမရှိပါဘူး။ အပူဆုံးလတွေမှာဆိုရင် အိမ်နံရံတွေဟာ အပူလှိုင်းတွေ ထုတ်လွှတ်နေတဲ့ အပူပေးစက်တွေလို ဖြစ်နေပြီး အိမ်ထဲကလေးထွက်လာလည်း အသက်ရှူရတာ ခက်ခဲလောက်အောင် ပူလောင်လွန်းလှပါတယ်။ အပူရှိန်က ပြင်းထန်လွန်းတာကြောင့် နေ့ခင်းဘက်မှာ အိမ်ထဲမှာ လုံးဝမနေနိုင်တော့ပါဘူး။ အဲဒီအစား သူမဟာ နေ့ခင်းဘက်ဆိုရင် အပူဒဏ် အနည်းငယ် သက်သာတဲ့ အိမ်နီးချင်းတွေရဲ့ အိမ်မှာ သွားရောက် နေရပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ ဒီလိုဆင်းရဲဒုက္ခတွေကြားကပဲ ပြတ်သားတဲ့ “စိတ်ဓာတ်” တစ်ခု ပေါက်ဖွားလာခဲ့ပါတယ်။

ရာသီအလိုက် ရေအရင်းအမြစ်တွေ ခန့်ခြောက်သွားတဲ့အခါ သူမရဲ့ အိမ်ပိုင်းလေးကို ဘယ်လိုပြန်လည်နေချင်စဖွယ်ဖြစ်အောင် လုပ်ရမလဲဆိုတာ စတင်တွေးတောခဲ့ပါတယ်။ သူမဟာ သုံးဘီးဆိုင်ကယ်တစ်စီး ငှားရမ်းပြီး ခက်ခဲစွာ စုဆောင်းထားတဲ့ ငွေလေးနဲ့ ဖြေဩဇာ (၇) အိတ်ဝယ်ပြီး ကိုယ်တိုင်ပဲ အိမ်အရောက် သယ်လာခဲ့ပါတယ်။ ပြီးတော့ ဘူးပင်၊ မက်မွန်ပင် စတဲ့ အရိပ်ရနိုင်မယ့် အပင်မှန်သမျှကို စိုက်ခဲ့ပါတယ်။

သူမဟာ အပင်တိုင်းရဲ့ နာမည်အတိအကျတွေကို မသိပေမဲ့ “အရိပ်” ရဲ့ အဓိပ္ပာယ်ကို တော့ ကောင်းကောင်းသိပါတယ်။ အဲဒါကတော့ အနားယူခြင်း၊ လေအေးလေးရခြင်းနဲ့ ကလေးတွေ၊ လူကြီးတွေအတွက် သက်သာရာရခြင်းပဲ ဖြစ်ပါတယ်။

ရာသီဥတုပြောင်းလဲမှုနှင့်အညီ လိုက်လျောညီထွေဖြစ်စေရေး လှုပ်ရှားမှု (Climate Adaptation Championship) နဲ့အတူ ရပ်ရွာတွင်း ရာသီဥတု လိုက်လျောညီထွေရေး စီမံကိန်းတွင် ပူးပေါင်းပါဝင်ခွင့်ရလိုက်တာက သူမရဲ့ ကြိုးပမ်းမှုကို ပိုမိုအားကောင်းစေ



ခဲ့ပါတယ်။ အိမ်တွေပေါ်မှာ ဇကာစိမ်းတွေ တပ်ဆင်တဲ့အခါ သူမကိုယ်တိုင် တက်ကြွစွာ ပါဝင်လုပ်ဆောင်ခဲ့ပါတယ်။ ဒါဟာ အကူအညီကို လက်ခံယူရုံတင်မဟုတ်ဘဲ ကိုယ်တိုင် ပါဝင်ခွင့်ရတဲ့အတွက် ဂုဏ်ယူမှုနဲ့ အသိပညာတွေကိုလည်း ရရှိစေခဲ့ပါတယ်။ ရလဒ်ကတော့ ချက်ချင်းဆိုသလို သိသာခဲ့ပါတယ်။ သူမရဲ့အိမ်လေးဟာ သိသိသာသာ အေးမြသွားခဲ့ပါပြီ။ ပထမဆုံးအကြိမ်အဖြစ် နေ့ခင်းဘက်မှာ အပူရောင်ရန် အိမ်ပြင်ကို သွားစရာ မလိုတော့ပါဘူး။

“အရင်ကထက် အများကြီး သာသွားတာပေါ့။ အခြေ အနေကောင်းသွားပြီဆိုတော့ ကျွန်မ နောက်ထပ် ထွက်ပြေးနေစရာ မလိုတော့ဘူးလေ” လို့ သူမက ရိုးရိုးရှင်းရှင်းလေး ဆိုပါတယ်။

ဒီအပြောင်းအလဲက အပြင်လူကြည်ရင်တော့ အပင်အနည်းငယ်နဲ့ ဇကာစိမ်းအရိပ် အနည်းငယ်လို့သာ ထင်ရနိုင်ပေမဲ့၊ မဝေအတွက်တော့ ဒါဟာ ကိုယ့်အိမ်မှာကိုယ် နေထိုင်ခွင့်ရတဲ့ ဂုဏ်သိက္ခာ၊ တည်ငြိမ်မှုနဲ့ ပိုင်ဆိုင်မှုလို့ အဓိပ္ပာယ်ရပါတယ်။ အခုဆိုရင် သူမ အေးအေးဆေးဆေး နားယူနိုင်ပါပြီ။ ပင်ပန်းနွမ်းနယ်မှုမရှိဘဲ အလုပ်တွေကို ဆက်လုပ်နိုင်ပါပြီ။

သူမဟာ အပူဒဏ်အကြောင်းကို သိပ္ပံနည်းကျ စကားလုံးတွေနဲ့ မပြောပါဘူး။ သူမရဲ့ လက်တွေ့ဘဝ အတွေ့အကြုံတွေဖြစ်တဲ့ ညောင်ညှာနေတဲ့ လက်နှစ်ဖက်၊ ခြောက်ကပ်နေတဲ့ လည်ချောင်း၊ အပြင်မှာ ကုန်ဆုံးခဲ့ရတဲ့ နေ့လယ်ခင်းတွေနဲ့ အပူကြောင့် ဖျားနာကုန်တဲ့ အိမ်နီးချင်းတွေအကြောင်းနဲ့ ပြောပြတတ်ပါတယ်။ ဘာကြောင့် ရာသီဥတုက တစ်နှစ်ထက်တစ်နှစ် ပိုပူလာရသလဲဆိုတာကို သူမ အတိအကျမသိပေမဲ့ သစ်ပင်တွေ၊ အရိပ်တွေနဲ့ စုပေါင်းအားထုတ်မှုတွေကသာ ဘဝကို ဆက်လက်ရှင်သန်နိုင်အောင် ကူညီပေးနိုင်မယ် ဆိုတာကိုတော့ သူမ အခိုင်အမာ ယုံကြည်နေပါတယ်။

သူမရဲ့ အမြင်ကတော့ လက်တွေ့ကျပြီး စေတနာအပေါ် အခြေ ခံပါတယ်။ သူမက သစ်ပင်တွေ မခုတ်ဖို့ သတိပေးတယ်၊ ပိုစိုက်ဖို့ တိုက်တွန်းတယ်။ အရိပ်ဆိုတာ ကိုယ့်အိမ်အတွက်တင် မဟုတ်ဘဲ အိမ်နီးချင်းတွေနဲ့ လူထုအားလုံး အတွက် ခံစားရမယ့် “ဘုံအေးချမ်းမှု” လို့ သူမ ယုံကြည်ထားပါတယ်။

အပူရှိန်ကတော့ ဆက်ပြီး တိုးနေဦးမှာပဲ။ ဒါပေမဲ့ မဝေဟာ အရင်လို ကိုယ့်အိမ်မှာကိုယ် ဧည့်သည်တစ်ယောက်လို လေလွင့်မနေတော့ပါဘူး။ ခေါင်မိုးပေါ်မှာ အေးမြတဲ့အရိပ်နဲ့ ဖြေကြီးထဲမှာ ခိုင်မာနေတဲ့ အမြစ်တွေနဲ့ မဝေဟာ ကိုယ့်အိမ်ကိုယ်တိုင်မှာ ခိုင်ခိုင်မာမာ ရပ်တည်ရင်း ပိုမိုအေးမြတဲ့ အနာဂတ်အတွက် သစ်ပင်တွေကို ဆက်လက်စိုက်ပျိုးနေပါတော့တယ်။





"လက်ရှိတွင် အာရှတိုက်သည် ကမ္ဘာ့ပျမ်းမျှနှုန်းထက် နှစ်ဆနီးပါးပို၍ ပူနွေးလာနေပြီး၊ ယင်းက ပိုမိုပြင်းထန်သော ရာသီဥတုဖြစ်စဉ်များကို ဖြစ်ပေါ်စေကာ ဒေသတွင်းရှိ စီးပွားရေး၊ ဂေဟစနစ်နှင့် လူမှုအသိုင်းအဝိုင်းများအပေါ် ဆိုးရွားသော သက်ရောက်မှုများ ဖြစ်ပေါ်စေလျက်ရှိသည်။"



WORLD METEOROLOGICAL ORGANIZATION (WMO)

အပူဒဏ်မှသည် အလေ့အထသစ်ဆီသို့



YANGON
NEIGHBOURHOOD
NETWORK



“အစပိုင်းမှာ အမှိုက်ကို ခွဲပစ်ရတာ အရမ်းစိန်ခေါ်မှုဖြစ်တယ်
လို့ ထင်ခဲ့တယ်။ ဒါပေမယ့် နောက်ပိုင်းမှာ အလေ့အကျင့်
ဖြစ်သွားပြီး တခြားသူတွေလည်း လိုက်နာလာခဲ့တယ်”

အသက် (၃၆) နှစ်အရွယ် မသင်တန်းဟာ ရပ်ကွက်ထဲမှာ စေတနာ့ဝန်ထမ်းတစ်ဦးအဖြစ်
သာမကဘဲ အပူဒဏ်၊ မသန့်စွမ်းမှုနဲ့ ပတ်ဝန်းကျင်ဆိုင်ရာ စိန်ခေါ်မှုတွေကို ကြုံကြုံခံရင်း
ရပ်ရွာ လုပ်ဆောင်မှုတွေကို ဦးဆောင်နေသူ တစ်ဦးဖြစ်ပါတယ်။ ငှားရမ်းထားတဲ့ အခန်း
ကျဉ်းလေးထဲမှာ မိသားစုဝင် (၄) ယောက်နဲ့အတူ နေထိုင်ရတဲ့ သူမအတွက် အပူဒဏ်
ဆိုတာ စာအုပ်ထဲက အကြောင်းအရာတစ်ခုမဟုတ်ဘဲ နေ့စဉ်ဘဝ၊ နံရံတွေ၊ ခန္ဓာကိုယ်နဲ့
အသက်ရှူလမ်းကြောင်းတွေထဲအထိ ထိုးဖောက်ဝင်ရောက်နေတဲ့ အရာတစ်ခုပါ။

အပူချိန်တက်လာတဲ့အခါ သွေးပေါင်ကျတာ၊ မူးဝတာတွေ လှိုင်းတစ်ခုလို့ ရိုက်ခတ်လာ
ပြီး စိတ်တိုဒေါသထွက်တာတွေလည်း ဖြစ်လာတတ်ပါတယ်။ တချို့ရက်တွေမှာဆိုရင် အပူ
ဒဏ်ကြောင့် စေတနာ့ဝန်ထမ်းလုပ်ငန်းတွေနဲ့ ရပ်ကွက်ထဲ သွားလာရမယ့် အစီအစဉ်တွေ
ကို ဖျက်သိမ်းလိုက်ရပါတယ်။

“နေခင်းဘက် တစ်နေရာရာ လာခဲ့ပါဦးဆိုရင် ကျွန်မ မသွားနိုင်တော့ဘူး။ အဲဒါက အရမ်း
ပူလွန်းလို့ပဲ” လို့ သူမက ပွင့်ပွင့်လင်းလင်း ဝန်ခံပါတယ်။

အခြားသူတွေက အရိပ်ရတဲ့နေရာတွေကို ရှောင်တိမ်းလို့ လွယ်ကူပေမဲ့ မသင်တန်း
ရဲ့ မသန့်စွမ်းမှု အရင်းခံကြောင့် သွားလာရခက်ခဲပါတယ်။ အိမ်နီးချင်းတွေက သစ်ပင်
ရိပ်တွေအောက်မှာ သွားရောက် ခိုလှုံနိုင်ကြပေမဲ့ သူမကတော့ အိမ်ထဲမှာပဲ အပူဒဏ်ကို
အလူးအလဲ ခံစားရင်း ကျန်ရစ်ခဲ့ရပါတယ်။ သူမအတွက်တော့ ပြင်းထန်တဲ့ အပူဒဏ်ဟာ
ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ဝန်ထုပ်ဝန်ပိုးဖြစ်ရုံတင်မကဘဲ တစ်ယောက်တည်း အထီးကျန်မှုကိုပါ ပိုမို
ဆိုးရွားစေပါတယ်။

အပူရှိန်ပြင်းတဲ့ အချိန်တွေမှာ မီးကလည်း ခဏခဏပျက်၊ ရေကလည်း ခန်းခြောက်သွား
တတ်တာမို့လို့လူတွေဟာ “ရေလည်းမရှိ၊ သက်သောင့်သက်သာလည်း မရှိ” တဲ့ အခြေ အနေ
နဲ့ အိမ်ထဲမှာပဲ ပိတ်မိနေကြရတယ်လို့ သူမက ဆိုပါတယ်။ ဒါတင်မကသေးပါဘူး၊ အမှိုက်
တွေပုံလာတာ၊ ရေကြီးတာနဲ့ ရေမြောင်းစနစ် မကောင်းတာတွေကလည်း နေ့စဉ်ဘဝရဲ့
အန္တရာယ်တွေ ဖြစ်နေပါတယ်။

ဒီလို ရှုပ်ထွေးခက်ခဲမှုတွေကြားမှာတောင် သူမဟာ ရပ်ကွက်ထဲက လူတွေရဲ့ ကြုံကြုံခံ
နိုင်မှုလေးတွေကို သတိပြုမိပါတယ်။ အိမ်နီးချင်းတချို့က ပလတ်စတစ်ဘူးကြီးတွေကို
ပန်းအိုးအဖြစ် ပြန်သုံးတာ၊ အိတ်အဟောင်းတွေကို မလွှတ်ပစ်ဘဲ သိမ်းထားတာတွေကို
သူမ တွေ့ရပြီး ဒါကပဲ သူမတို့ စိတ်ဓာတ်ခွန်အား ပေးခဲ့ပါတယ်။ Climate Adapta-
tion Champions အဖွဲ့ဝင်တစ်ဦး ဦးဆောင်တဲ့ ရာသီဥတုဆိုင်ရာ ဗဟုသုတပေး ဂိမ်းမှာ

ပါဝင်ကစား ခွင့်ရလိုက်တဲ့အခါ သူမရဲ့ သတိပြုမိမှုလေးတွေက နားလည်သဘောပေါက်မှု
အဖြစ် ပြောင်းလဲသွားခဲ့ပါတယ်။

ဒီဂိမ်းကတစ်ဆင့် မိသိန်းဓာတ်ငွေ့အကြောင်း၊ အမှိုက်ခွဲခြားစွန့်ပစ်ခြင်းနဲ့ အပင်၊ အမှိုက်၊
အပူရှိန်နဲ့ ကျန်းမာရေးတို့ရဲ့ ဆက်သွယ်မှုတွေကို သူမ သိရှိ ခဲ့ရပါတယ်။ ဒါဟာ နားထောင်
ရုံသက်သက် သင်ခန်းစာမဟုတ်ဘဲ အိမ်နီးချင်းတွေနဲ့အတူ ကစားရင်း၊ ငြင်း ခုံဆွေးနွေး
ရင်း ရရှိလာတဲ့ အတွေ့အကြုံဖြစ်လို့ သူမရဲ့ ရင်ထဲမှာ စွဲမြဲနေခဲ့ပါတယ်။

မကြာခင်မှာပဲ သူမဟာ အိမ်မှာ အလေ့အကျင့်သစ်တွေကို စတင်ကျင့်သုံးခဲ့ပါတယ်။
အမှိုက်အားလုံးကို ရောနှောစွန့်ပစ်မယ့်အစား အစို၊ အခြောက်၊ ပြန်သုံးလို့ရမယ့်အရာ
နဲ့ အနံ့ထွက်မယ့် ငါးညှိနဲ့ အမှိုက်တွေကို စနစ်တကျ ခွဲခြားလိုက်ပါတယ်။ အစပိုင်းမှာ
တော့ ဒါဟာ အလုပ်ရှုပ်စရာကြီးလို့ ထင်ရပေမဲ့ အချိန်ကြာလာတဲ့အခါ နေ့စဉ်ဘဝရဲ့
အစိတ်အပိုင်းတစ်ခု ဖြစ်လာခဲ့ပါတယ်။ သူမက အသံတိတ် စတင်လုပ်ဆောင်တဲ့အခါ
အခြားသူတွေကလည်း လိုက်လုပ်လာကြပါတော့တယ်။

“ရှေ့က တစ်ယောက်ယောက်က စလုပ်ပြီရင် ကျန်တဲ့သူတွေကလည်း နောက်ကနေ လိုက်
လုပ်လာကြမှာပါ” လို့ သူမက ဆိုပါတယ်။

အခုဆိုရင် သူမရဲ့ အိမ်ရှေ့မှာ ပြန်လည်အသုံးပြုထားတဲ့ ပစ္စည်းတွေနဲ့ လုပ်ထားတဲ့ စားပင်
သီးပင် ပန်းအိုးတန်းလေးတွေကို တွေ့နိုင်ပါပြီ။ ဒါဟာ သစ်ပင်စိုက်ပျိုးခြင်းတင်မကဘဲ
ပတ်ဝန်းကျင်ထိန်းသိမ်းမှုဆိုတာ သေးငယ်တဲ့ အစပြုမှုလေးတွေကနေ ကြီးထွားလာနိုင်
ကြောင်း သက်သေပြနေတဲ့ သင်္ကေတလေးတွေပဲ ဖြစ်ပါတယ်။

အမှိုက်စီမံခန့်ခွဲမှု၊ သစ်ပင်စိုက်ပျိုးမှုနဲ့ အိမ်တွင်းအပူချိန်လျှော့ချမှုတွေဟာ သူမတို့
ရပ်ကွက်အတွက် မရှိမဖြစ်လိုအပ်တဲ့ အဆင့်တွေလို့ သူမက အခိုင်အမာ ယုံကြည်ပါ
တယ်။ အိမ်ရှေ့တွေမှာ အမှိုက်ပုံး ဒါမှမဟုတ် အမှိုက်အိတ်တွေ ထားရှိပေးဖို့လည်း သူမက
တိုက်တွန်းနေပါတယ်။ အခုချိန်မှာတော့ မသင်တန်းအနေနဲ့ စေတနာ့ဝန်ထမ်းအလုပ်
ကို ဆက်လုပ်နေပြီး သိန်းနားလည်မှုတွေဟာ တစ်ယောက်ကနေ တစ်ဆယ်၊ တစ်ဆယ်
ကနေ ငါးဆယ်အထိ ပြန့်နှံ့သွားပြီး အပြောင်းအလဲဟာ လူထုအသွင် ဖြစ်လာမယ်လို့ သူမ
ယုံကြည်နေပါတယ်။





“မြန်မာနိုင်ငံ၏ အလယ်ပိုင်း အပူပိုင်းဒေသသည် မိုးခေါင်ရေရှားမှုဒဏ်ကို အထူးခံရလေ့ရှိပြီး ပဲခူးတိုင်းဒေသကြီးနှင့် အရှေ့ဘက် တောင်တန်းဒေသများကဲ့သို့သော အခြားဒေသများနှင့် နှိုင်းယှဉ်ပါက အန္တရာယ်ကျရောက်နိုင်ခြေ ပိုမိုမြင့်မားပါသည်။ အလယ်ပိုင်း အပူပိုင်းဒေသ၏ ထိခိုက်လွယ်မှုသည် မိုးရွာသွန်းမှု နည်းပါးခြင်းနှင့် အပူချိန် မြင့်မားခြင်းတို့ကြောင့် ဖြစ်ပြီး၊ ယင်းအခြေအနေများက စိုက်ပျိုးရေးနှင့် ရေအရင်းအမြစ်များအတွက် စိန်ခေါ်မှုများကို ဖြစ်ပေါ်စေပါသည်။ အခြားဒေသများတွင် အန္တရာယ်ကျရောက်နိုင်ခြေ အဆင့်မှာ ပိုမိုနိမ့်ကျသော်လည်း ရန်ကုန်တိုင်းဒေသကြီးနှင့် တနင်္သာရီတိုင်းဒေသကြီးတို့တွင်လည်း မိုးခေါင်ရေရှားမှု အန္တရာယ်ကို သိသိသာသာ ရင်ဆိုင်နေရပါသည်။”



MINISTRY OF ENVIRONMENTAL CONSERVATION AND FORESTRY, 2012

အပူလှိုင်းကြားက အိမ်မက်နှင့် အမှိုက်ပုံထဲက မျှော်လင့်ချက်



YANGON
NEIGHBOURHOOD
NETWORK



အသက် ၄၉ နှစ်အရွယ် ဒေါ်ထွန်းမမသည် ကိုယ်အင်္ဂါမသန်စွမ်းသော်လည်း မိမိ
ခြေထောက်ပေါ်မိမိရပ်တည်ကာ ကိုယ်ပိုင်ဆိုင်ဆွဲဆောင်ခွင့်နှင့် အသက်မွေးနေသည့်
အမျိုးသမီးတစ်ဦးဖြစ်သည်။ သို့သော် သူမအနေဖြင့် ယခုနောက်ပိုင်းတွင် ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ
အခက်အခဲထက် ပိုမိုဆိုးရွားသည့် အခြေအနေတစ်ခုနှင့် ရင်ဆိုင်နေရသည်။ ၎င်းမှာ "မ
ခံရပ်နိုင်လောက်အောင် ပြင်းထန်လှသော အပူဒဏ်" ပင်ဖြစ်သည်။

“ပူလွန်းလို့ အိမ်ထဲဝင်ရမှာတောင် ကြောက်တယ်။ ပိုက်ဆံ
ရှိတဲ့ အိမ်ဆိုရင် အဲကွန်းနဲ့နေကြတယ် ဆင်းရဲတဲ့လူတွေကျ
တော့ လမ်းမှာ အရိပ်ရှိတဲ့နားနေရတယ်။”

အခြေတကျမဟုတ်သော နေရာတွင် နေထိုင်သူတစ်ဦးဖြစ်သည့် ဒေါ်ထွန်းမမ၏ နေအိမ်
မှာ သုပ်မိုး၊ သုပ်ကာများဖြင့်သာ ဆောက်လုပ်ထားသည်။ နေပူရှိန်ပြင်းသည့် နေ့လယ်
ပိုင်းများတွင် အိမ်ထဲ၌ မနေနိုင်သဖြင့် အပြင်သို့ထွက်ကာ သစ်ပင်ရိပ်ရှာရသည်။ အပူ
ဒဏ်ကြောင့် အစာစားချင်စိတ်ပင် ကွယ်ပျောက်သွားတတ်ပြီး ယပ်တောင်တစ်ချောင်းမှာ
သူမ၏ တစ်ခုတည်းသော အားကိုးရာဖြစ်သည်။ လေအေးပေးစက် ဖြင့် အေးဆေးနေနိုင်
သည့် သူဌေးများနှင့် သူမတို့ကဲ့သို့ အခြေခံလူတန်းစားများကြားက ကွာဟချက်ကို သူမ
က ခါးသီးစွာ ခံစားနေရသည်။

ဒေါ်ထွန်းမမ နေထိုင်သည့် ရပ်ကွက်အတွင်း၌ စည်းကမ်းမဲ့စွန့်ပစ်ထားသော ကြွပ်ကြွပ်
အိတ်၊ ပုလင်းနှင့် ဖော့ဘူးများမှာ လမ်းဘေးနှင့် ရေမြောင်းများတွင် ပုံနေလေ့ရှိ
သည်။ ထိုအမှိုက်များသည် နေရာသီတွင် လေနှင့်အတူ အိမ်ထဲထိ လွင့်စင်ဝင်ရောက်
ကာ ကျန်းမာရေးကို ထိခိုက်စေသကဲ့သို့၊ မိုးရာသီတွင်လည်း ရေမြောင်းများကို ပိတ်ဆို့
စေသည်။

“အမှိုက်ပြဿနာက အပူလွန်ကဲခြင်းနဲ့ ရေကြီးခြင်းစတဲ့ သဘာဝဘေးတွေနဲ့ ဆက်စပ်
နေတယ်လို့ ထင်ပါတယ်”

မြောင်းပိတ်သဖြင့် အိမ်ခန်းတွေထဲသို့ ရေဝင်လာသည့် ဒုက္ခကို သူမနှင့် အိမ်နီးနားချင်း
များ မကြာခဏ ရင်ဆိုင်ရသည်။ သွေးလွန်တုတ်ကွေးနှင့် ဝမ်းပျက်ဝမ်းလျောရောဂါများ
မှာလည်း ထိုအမှိုက်ပုံနှင့် ရေဝင်သည့်နေရာများမှတစ်ဆင့် သူမတို့အသိုက်အဝန်းကို
ခြိမ်းခြောက်နေသည်။

အများစုပေါင်းဆောင်ရွက်မှသာ ပြောင်းလဲမှုဖြစ်နိုင်မည်ဟု ဒေါ်ထွန်းမမက ယုံကြည်
သည်။ သူမသည် သူတစ်ပါးကို မပြောခင် မိမိကိုယ်တိုင်မှ စတင်ကာ အမှိုက်ကို အစုံ၊
အခြောက် ခွဲခြားစွန့်ပစ်သည်။ ပြန်သုံး၍ရသည့် အိတ်များကို စနစ်တကျ သိမ်းဆည်း

သည်။ အိမ်နီးနားချင်းများကိုလည်း အမှိုက်မပစ်ရန်နှင့် ပြန်လည်အသုံးပြုရန် တိုက်တွန်း
လေ့ရှိသည်။

ရာသီဥတုပြောင်းလဲမှုကို လိုက်လျောညီထွေဖြစ်အောင် နေထိုင်နိုင်ရန်အတွက် သူမတွင်
လက်တွေ့ကျသည့် အကြံပြုချက်များရှိသည်။ အခြေတကျမဟုတ်သော အဆောင်အဦး
များဖြင့် နေထိုင်သူများအတွက် အပူဒဏ်သက်သာစေရန် မျက်နှာကြက်များ သို့မဟုတ်
အပူခံ OPP အပြားများ ကပ်နိုင်ရန် နည်းပညာနှင့် ပစ္စည်းအထောက်အပံ့များ လိုအပ်
နေသည်ဟု သူမက ထောက်ပြသည်။

GenCIVIC စီမံကိန်း၏ ထောက်ပံ့မှုဖြင့် Freedom အဖွဲ့မှ ပြုလုပ်သော အသိပညာ
ပေးပွဲများတွင် ပါဝင်ခဲ့ဖူးသည့် ဒေါ်ထွန်းမမအတွက် ထိုအတွေ့အကြုံမှာ မမေ့နိုင်စရာ
ဖြစ်သည်။ သဘာဝပတ်ဝန်းကျင်ကို မထိခိုက်စေရန် စက်ဘီးစီးခြင်း၊ လမ်းလျှောက်
ခြင်း စသည့် ဗဟုသုတများကို သူမက လက်တွေ့ကျင့်သုံးလိုသည်။ ခန္ဓာကိုယ်မသန်စွမ်း
သော်လည်း စိတ်ဓာတ်ကြံ့ခိုင်သည့် ဒေါ်ထွန်းမမကတော့ သူမ၏ ရပ်ရွာအကျိုးအတွက်
အဆင်သင့်ရှိနေသည်။

“နောက်နောင် ဒီလို လှုပ်ရှားမှုတွေ ရှိလာရင်လည်း ကျမက ပူးပေါင်းကူညီဖို့ အဆင်သင့်
ပါပဲ”

သူမ၏ ဇာတ်လမ်းသည် အခြေခံလူတန်းစားများ ခံစားနေရသည့် အပူအန္တရာယ်ကို
ဖော်ပြနေရုံသာမက၊ စနစ်တကျ အမှိုက်စွန့်ပစ်သည့် အလေ့အကျင့်မှတစ်ဆင့် ကမ္ဘာကြီး
ကို ကာကွယ်လိုသည့် စိတ်ဓာတ်ကိုပါ မီးမောင်းထိုးပြနေပါသည်။

FREEDOM ORGANIZATION



“သိသာထင်ရှားစွာ မြင့်တက်လာသော အလွန်အမင်းပူပြင်းသည့် အပူချိန်များနှင့် ခန့်မှန်းရခက်အောင် ပြောင်းလဲလာသော မိုးရွာသွန်းမှုပုံစံများကြောင့် အစားအစာဖူလုံမှုမရှိခြင်းနှင့် ပတ်ဝန်းကျင်ယိုယွင်းပျက်စီးခြင်း အခြေအနေများကို ပိုမိုဆိုးရွားစွာ ကြုံတွေ့လာရသည်။”



UNDP, LOST AND FOUND: CLIMATE ACTION ENHANCES WATER & FOOD SECURITY IN THE DRY ZONE OF MYANMAR
FEBRUARY 19, 2019

ပုံပြင်များ အပိုင်း (၂)

ရေရှားပါးမှု

သန့်ရှင်းသောရေကို မရရှိသောအခါ	၃၂
ရေရှားပါးလာသောအခါဝယ်	၃၄
ရေဖိုရေခန့် လက်နိပ်တုံကင်၏ သက်သာရာ	၃၆
ရေငတ်ခြင်းဘေး ကင်းဝေးပြီး- ခြောက်သွေ့သော ဖုန်မှုန့် များကမ္ဘာမှ ပီတိအဖြစ်ပြောင်းလဲပေးခဲ့သူ ဦးဌေးအောင်	၃၈

ရေကြီးရေလျှံမှု

ရေကြီးမှုကို လက်တွေ့တွင် ရင်ဆိုင်လာရသောအခါ	၄၀
ရေကြီးရေလျှံမှုများကြောင့် လူမှုစီးပွားဘဝများ ထိခိုက်ပျက်ပြားရသောအခါ	၄၂
မြင့်တက်လာသည့် ဒီရေနှင့် လက်နိပ်တုံကင်လေး၏ ကတိ	၄၄
သန်းခေါင်ယံဒီရေနှင့် မိခင်တစ်ဦး၏ မျှော်လင့်ချက်	၄၆

သန့်ရှင်းသောရေကို မရရှိသောအခါ



အသက် ၆၅ နှစ်အရွယ် ပြောင်းရွှေ့နေထိုင်သူ အမျိုးသမီးတစ်ဦးဖြစ်သည့် ဒေါ်နော်စေးဝါဟောသည် မိမိမွေးရပ်မြေကို ထွက်ခွာလာပြီးနောက် သမီး၊ မြေးတစ်ဦးတို့နှင့်အတူ ယာယီအစိုးအကာတစ်ခုတွင် နေထိုင်လျက်ရှိပါသည်။ ယခုအခါ သမီးဖြစ်သူ မြို့တွင်းတွင် ကယ်ရီဆွဲခြင်းဖြင့် ရရှိသောဝင်ငွေသာရှိပါသည်။ သူမမှာ အိမ်တွင်နေရထိုင်ကာ မြေးကိုစောင့်ရှောက်ရင်း အိမ်မှုကိစ္စများကို လုပ်ကိုင်ရပါသည်။ ထို့အပြင် ရေနံနှင့် ပတ်သက်လာသော အသုံးစရိတ်တိုင်းကို အလွန်ဝရံတစိုက် စီမံခန့်ခွဲရပါသည်။

သူမတို့အတွက် သန့်ရှင်းသော သောက်သုံးရေရရှိရေးသည် နေ့စဉ် စိုးရိမ်ပူပန်ရသော ပြဿနာတစ်ရပ် ဖြစ်ပါသည်။ ဒေသတွင်းတွင် အသုံးပြုနေသော ရေမှာ မြေအောက်ရေကန်များမှ ရယူထားခြင်းဖြစ်ပြီး ထုံးစံများစွာ ပါဝင်နေသဖြင့် သေချာမကြိုချက်ပါက သောက်သုံးရန် မသင့်လျော်ပါ။

“ဒီနေရာက ရေက ထုံးစံများလို့ ချက်ပြုတ်ဖို့ပဲ သုံးလို့ရပါတယ်။ ဒါကြောင့် ဒီမှာ လူအများစုက ကျောက်ကပ်ရောဂါ ဖြစ်ကြတာ။ ရေထဲမှာ ထုံးစံတွေ အရမ်းများလို့ပါ။”

ဝင်ငွေနည်းပါးသော မိသားစုအတွက် သောက်သုံးရေ ဝယ်ယူရခြင်းသည် ဝန်ထုပ်ဝန်ပိုးတစ်ခုဖြစ်ပါသည်။ တစ်ခါတစ်ရံ ဝယ်နိုင်သော်လည်း တစ်ခါတစ်ရံ မဝယ်နိုင်သဖြင့် အိမ်သုံးရေကို ရေကျက်အေးကြိုချက်ကာ သောက်သုံးရပါသည်။ ယင်းလုပ်ငန်းစဉ်သည် အချိန်နှင့် လျှပ်စစ်မီး လိုအပ်သဖြင့် နေ့စဉ်ဘဝအတွက် နောက်ထပ် ခက်ခဲမှုတစ်ခု ဖြစ်လာပါသည်။ ထို့ကြောင့် စီမံကိန်းမှတစ်ဆင့် ပေးအပ်ထားသော သဘာဝရေစစ်အိုးသည် သူမတို့အတွက် အရေးပါသော အပြောင်းအလဲတစ်ရပ် ဖြစ်လာခဲ့ပါသည်။

“ကောင်းပါတယ်။ အပူချိန်မြင့်တဲ့အချိန်မှာ သုံးရတာ လွယ်ကူပြီး အဆင်ပြေပါတယ်။”
ရေစစ်အိုး၏ ပိုက်ခေါင်းမှ ရေယိုခြင်းကဲ့သို့ သေးငယ်သော ပြဿနာအချို့ ရှိနေသေးသော်လည်း ထိုသဘာဝရေစစ်အိုးသည် မိသားစုအတွက် စိတ်ချမှု ပေးနိုင်သော ရေအရင်းအမြစ်တစ်ခု ဖြစ်လာပါသည်။ ရေစစ်အိုးမှတစ်ဆင့် ဈေးကြီးသော သောက်သုံးရေ ဝယ်ယူမှုများအပေါ် အပြည့်အဝ မမှီတည်တော့ဘဲ သန့်ရှင်းသောရေကို သောက်သုံး ခဲ့သည်။

ရေရှားပါးမှုသည် ရွှေပြောင်းယာယီနေရာအတွင်းရှိ ဘဝများအပေါ်သို့ သက်ရောက်နေပါသည်။ ယခုနေရာတွင်ရှိသော မိသားစုများ၏ ရေအသုံးပြုမှုသည် ယခုရေတွင်းများမှ ရေရရှိမှုအပေါ်မှီတည်နေသည်။ အလွန်ပူသော နေ့ရက်များတွင် ရေလိုအပ်ချက် တိုးလာသော်လည်း ရေရရှိမှုပမာဏမှာ မတိုးလာပါ။ သူမကဲ့သို့ အသက်ကြီးသူအတွက် ဤ

အလုပ်များကို စီမံရခြင်းမှာ အလွန် ပင်ပန်းနွမ်းနယ်စေပြီး စိတ်ဖိစီးမှုများကို အမြဲ ခံစားနေရပါသည်။

သူမ ယခုနေထိုင်လျက်ရှိသောနေရာသည် ယာယီသာဖြစ်ပြီး လာမည့် လအနည်းငယ်အတွင်း ပြောင်းရွှေ့ရနိုင်ပါသည်။ အမြဲတမ်း နေထိုင်နိုင်သော နေရာ မရှိသေးသည့်အခြေအနေတွင် ရေနံပတ်သက်သော ရေရှည်ဖြေရှင်းချက်များကို စဉ်းစားရန် မလွယ်ကူပါ။

ဤအခက်အခဲများကြားထဲတွင်ပင် သူမသည် နူးညံ့သော စိတ်ထားဖြင့် ကျေးဇူးတင်စကား ပြောဆိုနေဆဲဖြစ်ပြီး ပေးအပ်လာသည့် အကူအညီတိုင်းကို လေးနက်စွာ တန်ဖိုးထားပါသည်။

“ဒီလို အချိန်အခါမျိုးမှာ စိတ်ကောင်းစေတော့နဲ့ ပေးတဲ့ အကူအညီမှန်သမျှကို ကျွန်မ အမှန်တကယ် ကျေးဇူးတင်ပါတယ်။”

သူမ၏ ဇာတ်လမ်းသည် ရေရှားပါးမှုကို ရင်ဆိုင်နေရသော မိသားစုများ၏ ကြုံကြုံခိုင်ခိုင်စွမ်းကို ထင်ဟပ်ပြသနေပါသည်။ ဝင်ငွေနည်းပါးမှု၊ မသန့်ရှင်းသော ရေအရင်းမြစ်များနှင့် မတည့်ငြိမ်သော နေထိုင်မှုအခြေအနေများကို ညှိနှိုင်းရင်း မိသားစုဝင်များ၏ ကျန်းမာရေးကို ကာကွယ်ရန် ကြိုးစားနေရခြင်းဖြစ်ပါသည်။ သဘာဝရေစစ်အိုးကဲ့သို့ အရိုးရှင်းဆုံး အရာတစ်ခုကို ရရှိနိုင်ခြင်းသည် အဆင်ပြေမှုတစ်ခုသာမက ခက်ခဲသော ပတ်ဝန်းကျင်အတွင်း ဂုဏ်သိက္ခာ၊ လုံခြုံမှုနှင့် မျှော်လင့်ချက်တို့ကိုပါ ပေးစွမ်းနိုင်သော အရာတစ်ရပ် ဖြစ်လာပါသည်။

THE KINGDOM FOR CHARITY OF
KHUN HTUN LAY FOUNDATION



“မြန်မာနိုင်ငံသည် မုန်တိုင်းများ၊ ရေကြီးမှုများနှင့် မိုးခေါင်ရေရှားမှုများ ဖြစ်ပွားလွယ်သော နိုင်ငံတစ်ခုဖြစ်ပါသည်။ ၂၀၀၈ ခုနှစ်တွင် ဖြစ်ပွားခဲ့သော နာဂစ်မုန်တိုင်းကြောင့် လူပေါင်း နီးပါး ၁၄၀,၀၀၀ ခန့် သေဆုံးခဲ့ပြီး အမေရိကန်ဒေါ်လာ ၅.၈ ဘီလီယံခန့် ထိခိုက်ဆုံးရှုံးမှု ဖြစ်ပေါ်ခဲ့ပါသည်။ ၁၉၉၅ မှ ၂၀၂၄ အတွင်း မြန်မာနိုင်ငံတွင် ပြင်းထန်သော ရာသီဥတုဖြစ်ရပ်များ ၅၅ ကြိမ် ဖြစ်ပွားခဲ့ပြီး လူပေါင်း ၁၄၁,၀၀၀ ခန့် သေဆုံးခဲ့ကာ လူပေါင်း ကိုးသန်းခန့် ထိခိုက်ခံစားခဲ့ရပြီး စုစုပေါင်း အမေရိကန်ဒေါ်လာ ၈.၆ ဘီလီယံခန့် ဆုံးရှုံးမှုများ ဖြစ်ပေါ်ခဲ့ပါသည်။”



GERMANWATCH, THE CLIMATE RISK INDEX 2026, WHO SUFFERS MOST FROM EXTREME WEATHER EVENTS?, NOVEMBER 2025

ရေရှားပါးလာသော အခါဝယ်



TAUNGGYI
NEIGHBOURHOOD
NETWORK



ဒေါ်ခင်စန်းဝင်းသည် အသက် (၇၀) အရွယ်ရှိပြီဖြစ်ပြီး ဤရပ်ကွက်တွင် နေထိုင်လာသည်မှာ နှစ်ပေါင်းငါးဆယ်နီးပါး ရှိပြီဖြစ်သည်။ အချိန်ကြာလာသည်နှင့်အမျှ ရာသီဥတုပြောင်းလဲလာပုံနှင့် လူတို့ရေရရှိရန် ကြိုးပမ်းကြပုံများကို သူမ ကိုယ်တိုင် မြင်တွေ့ခဲ့ရသည်။ သို့သော် နေ့စဉ်ဘဝကို အဆိုးရွားဆုံး သက်ရောက်စေသည်မှာ တစ်နေ့ထက်တစ်နေ့ ပိုမိုရှားပါးလာသော ရေပြဿနာပင် ဖြစ်သည်။ ယခုအခါ ရာသီဥတုကြောင့် နေရာသီမှာ ပိုမိုရှည်လျားလာပြီး အိမ်ထောင်စုတိုင်းက ရေကို အလွန်ချွေတာပြီး စနစ်တကျ သုံးစွဲနေကြရသည်။

သူမအတွက် ရေရှားပါးမှုဆိုသည်မှာ ဝေးကွာလှသော ပတ်ဝန်းကျင်ဆိုင်ရာ ပြဿနာတစ်ခု မဟုတ်ဘဲ နေ့စဉ်ရင်ဆိုင်နေရသည့် လက်တွေ့ဘဝ ဖြစ်သည်။ ယခင်က ဒေသ ဒံများသည် အဝတ်လျှော်ရန် သို့မဟုတ် ရေချိုးရန်အတွက် အဝေးကြီးသို့ လမ်းလျှောက်သွားခဲ့ရပုံနှင့် သဘာဝရေအရင်းအမြစ်များကိုသာ မှီခိုခဲ့ရပုံများကို သူမ မှတ်မိနေသေးသည်။ ယနေ့ခေတ်တွင် စည်ပင်သာယာရေး ရရှိနေပြီ ဖြစ်သော်လည်း ရေပေးဝေမှုမှာ အကန့်အသတ်ရှိပြီး ပုံမှန်မဟုတ်သောကြောင့် အိမ်ထောင်စုများမှာ တတ်နိုင်သလို ဖြေရှင်းနေကြရသည်။ ရေရှားပါးမှုသည် သူမ၏ ရပ်ကွက်တွင် နေထိုင်သူများအတွက် ကာလရှည်ကြာ စိန်ခေါ်မှုတစ်ခု ဖြစ်နေခဲ့ကြောင်း သူမက ရှင်းပြသည်။

လွန်ခဲ့သော နှစ်များစွာက သူမ၏ မိသားစုသည် ရေကို ဝယ်ယူသုံးစွဲခဲ့ရသည်။ ယနေ့တွင် စည်ပင်ရေနှင့် မိုးရေကို မှီခိုနေရသော်လည်း အလွန်အမင်း ချွေတာသုံးစွဲနေရဆဲ ဖြစ်သည်။

“တခြားအိမ်တွေလည်း စည်ပင်ရေပဲ သုံးကြတာပဲ။ တစ်လကို ၁၀,၀၀၀ ကျပ်လောက် ပေးရတယ်။ ရေက နှစ်ရက်မှ တစ်ခါပဲ လာတယ်”

ယခင်ကထက် ရေပိုမိုမှန်ကန်စွာ ရရှိလာသည်ဆိုသော်လည်း အကန့်အသတ်ရှိနေဆဲဖြစ်ရာ လူတို့သည် ရေလာမည့်အချိန်ကိုကြည့်၍ သူတို့၏ နေ့စဉ်လုပ်ငန်းဆောင်တာများကို ညှိနှိုင်းနေကြရသည်။ ရေရှားပါးမှုသည် တစ်ရပ်ကွက်လုံးရှိ အိမ်နီးချင်းများအပေါ် သက်ရောက်မှုရှိနေပြီး၊ အထူးသဖြင့် ရေလိုအပ်ချက် ပိုမိုမြင့်မားသော ပုဂ္ဂိုလ်များသည် လများတွင် ပို၍ဆိုးရွားတတ်သည်။

ထို့ကြောင့်ပင် သူမသည် မြေအောက်ရေ ပြန်လည်ဖြည့်တင်းသည့်ကျင်းများ ပြုလုပ်ခြင်းကို မရိုမရဖြစ်ဖြစ်ကြောင်း လက်ခံသဖြင့်ဖြစ်သည်။

“ကျေးဇူးတင်ပါတယ်။ ဒါဟာ မြေအောက်ရေ ခန့်ခြောက်သွားတာကို သက်သာစေမှာပါ”

ပတ်ဝန်းကျင်အပေါ်သူမ၏ စိတ်အားထက်သန်မှုကို စကားလုံးများဖြင့်သာမက လက်တွေ့လုပ်ဆောင်မှုများတွင်လည်း မြင်တွေ့နိုင်သည်။ သူမသည် ဒေသတွင်း ပရဟိတလုပ်ငန်းများတွင် တက်ကြွစွာ ပါဝင်နေသည့် သူမ၏ သမီးဖြစ်သူနှင့်အတူ ရပ်ရွာလှုပ်ရှားမှုလေးများတွင် ပုံမှန်ပါဝင်လေ့ရှိသည်။ သစ်ပင်စိုက်ပျိုးခြင်းမှာ သူမ အလေးအနက်ထားဆုံးသော လုပ်ဆောင်ချက်တစ်ခုဖြစ်ပြီး စိမ်းလန်းစိုပြည်မှုသည် ကျန်းမာသော အနာဂတ်အတွက် သော့ချက်ဖြစ်သည်ဟု သူမ ယုံကြည်သည်။

သူမ၏ ရပ်ကွက်ကို မည်သို့သော ပတ်ဝန်းကျင်မျိုး ဖြစ်စေချင်သနည်းဟု မေးမြန်းသောအခါ သူမ၏ အဖြေမှာ ရိုးရှင်းသော်လည်း အင်အားပါလှသည် -

“သစ်ပင်တွေ စိမ်းစိမ်းစိုစိုနဲ့ ဝေဝေဆာဆာ ဖြစ်နေတာကို မြင်ချင်တယ်၊ ရေလည်း ပေါပေါများများ ရှိစေချင်တယ်”

သူမ၏ အသံသည် အပူဒဏ်နှင့် ရေရှားပါးမှု နှစ်မျိုးစလုံးကို ရင်ဆိုင်နေရသော်လည်း မိမိတို့ တတ်နိုင်သမျှ ပတ်ဝန်းကျင်ကို ဆက်လက်ထိန်းသိမ်းနေကြသည့် ဒေသ ဒံအများအပြား၏ မျှော်လင့်ချက်ကို ထင်ဟပ်နေသည်။ သူမအတွက်မူ မြေအောက်ရေ ပြန်လည်ဖြည့်တင်းသည့် ကျင်းသည် နည်းပညာအရ ဖြေရှင်းချက်တစ်ခုထက် ပိုပါသည်။ ၎င်းသည် သူမ၏ ရပ်ကွက်အတွင်း ယုံကြည်စိတ်ချရသော ရေအရင်းအမြစ်နှင့် စိမ်းလန်းစိုပြည်သော ပတ်ဝန်းကျင်များ ပြန်လည်ရရှိလာနိုင်သည့် နှိုးဆော်မှုနှင့် ဖြစ်နိုင်ခြေများ၏ သင်္ကေတတစ်ခုပင် ဖြစ်ပါတော့သည်။

WOMEN LED CLIMATE
ACTION TEAM



“မြန်မာနိုင်ငံတွင် ကြုံတွေ့နေရသော ရေရှားပါးမှု ပြဿနာမှာ ရေအရင်းအမြစ် လုံးဝမရှိခြင်းမျိုး မဟုတ်ဘဲ ရေရှိမှု ပမာဏ အလွန်အမင်း ပြောင်းလဲတက်ပြန်နေခြင်းကြောင့် ဖြစ်သည်။ နိုင်ငံတစ်ဝန်းတွင် လူတစ်ဦးချင်းစီအတွက် သော်လည်းကောင်း၊ စိုက်ပျိုးရေးအတွက် သော်လည်းကောင်း လုံလောက်သော ရေအရင်းအမြစ်များ ရှိသော်လည်း မိုးရာသီနှင့် နွေရာသီအကြား ရေရှိနိုင်မှု ပမာဏမှာ အလွန်ကျွာခြားလွန်းနေသည်။ ထို့အပြင် တစ်နှစ်အတွင်း သို့မဟုတ် နှစ်အလိုက် ရေကို လုံလောက်စွာ သိုလှောင်ထားနိုင်မည့် အခြေခံအဆောက်အအုံများ လိုအပ်နေခြင်းကြောင့်လည်း ရေရှားပါးမှု ဒဏ်ကို ခံစားနေရခြင်း ဖြစ်သည်။”



FOOD AND AGRICULTURE ORGANIZATION OF THE UNITED NATIONS (FAO) - MANAGING WATER SCARCITY IN ASIA AND THE PACIFIC - A SUMMARY, 2023

ရေဖိုးရေခန့် လက်နှိပ်တုံ့ ကင်၏ သက်သာရာ



ဒီဇာတ်လမ်းကတော့ မိသားစုဝင် ကိုးယောက်ရှိတဲ့ အိမ်ထောင်စုကြီးကို ဦးဆောင်နေရတဲ့ အသက် ၅၈ နှစ်အရွယ် အမျိုးသားကြီးတစ်ဦးအကြောင်း ဖြစ်ပါတယ်။ သူဟာ တတိယ တန်းအထိပဲ ကျောင်းနေခဲ့ဖူးပြီး မိသားစုစားဝတ်နေရေးအတွက် အငှားယာဉ်မောင်း ခြင်္သေ့ အခွင့်အရေးရရင် ရသလို ကုန်ပစ္စည်းရောင်းချခြင်းတို့ဖြင့် ကြိုးစားရုန်းကန်နေ သူပါ။ သူ့ရဲ့ဝင်ငွေကတော့ ပုံမှန်မရှိဘဲ နေ့စဉ်အလုပ်ရှိမရှိအပေါ်မှာပဲ မူတည်နေပါတယ်။ သူ့မိသားစု ရင်ဆိုင်နေရတဲ့ အကြီးမားဆုံး စိန်ခေါ်မှုတွေထဲက တစ်ခုကတော့ ရေရှားပါး မှုပဲ ဖြစ်ပါတယ်။ သူတို့ရပ်ကွက်မှာ တစ်နေ့တော့ ရေဖိုးကုန်ကျစရိတ်ဟာ ကျပ် ၈,၀၀၀ ခန့်ရှိနေပြီး ဒါဟာ လူဦးရေများပြားတဲ့ အိမ်ထောင်စုတစ်ခုအတွက်တော့ အလွန်အမင်း ဝန်ထုပ်ဝန်ပိုး ဖြစ်စေပါတယ်။ ဝင်ငွေရှိနေသရွေ့တော့ အဆင်ပြေပေမဲ့ အလုပ်မရှိတဲ့နေ့ တွေမှာတော့ ရေဖိုးပေးရမှာနဲ့ နေ့စဉ်စားနပ်ရိက္ခာဖိုးကြားမှာ အတော်လေး ဗျာများရပြီး အခြေ အနေက အလွန်ခက်ခဲသွားပါတော့တယ်။

“အရာအားလုံးက ပိုက်ဆံပေါ်မှာပဲ မူတည်နေတာပါ။ ပိုက်ဆံ ရှာနိုင်ရင်တော့ ရေဖိုးအတွက် အဆင်ပြေပေမဲ့၊ မရှာနိုင်တဲ့ နေ့ဆိုရင်တော့ စားဖို့သောက်ဖို့နဲ့ ရေဝယ်ဖို့ကအစ ခက်ခဲ သွားပြီ။”

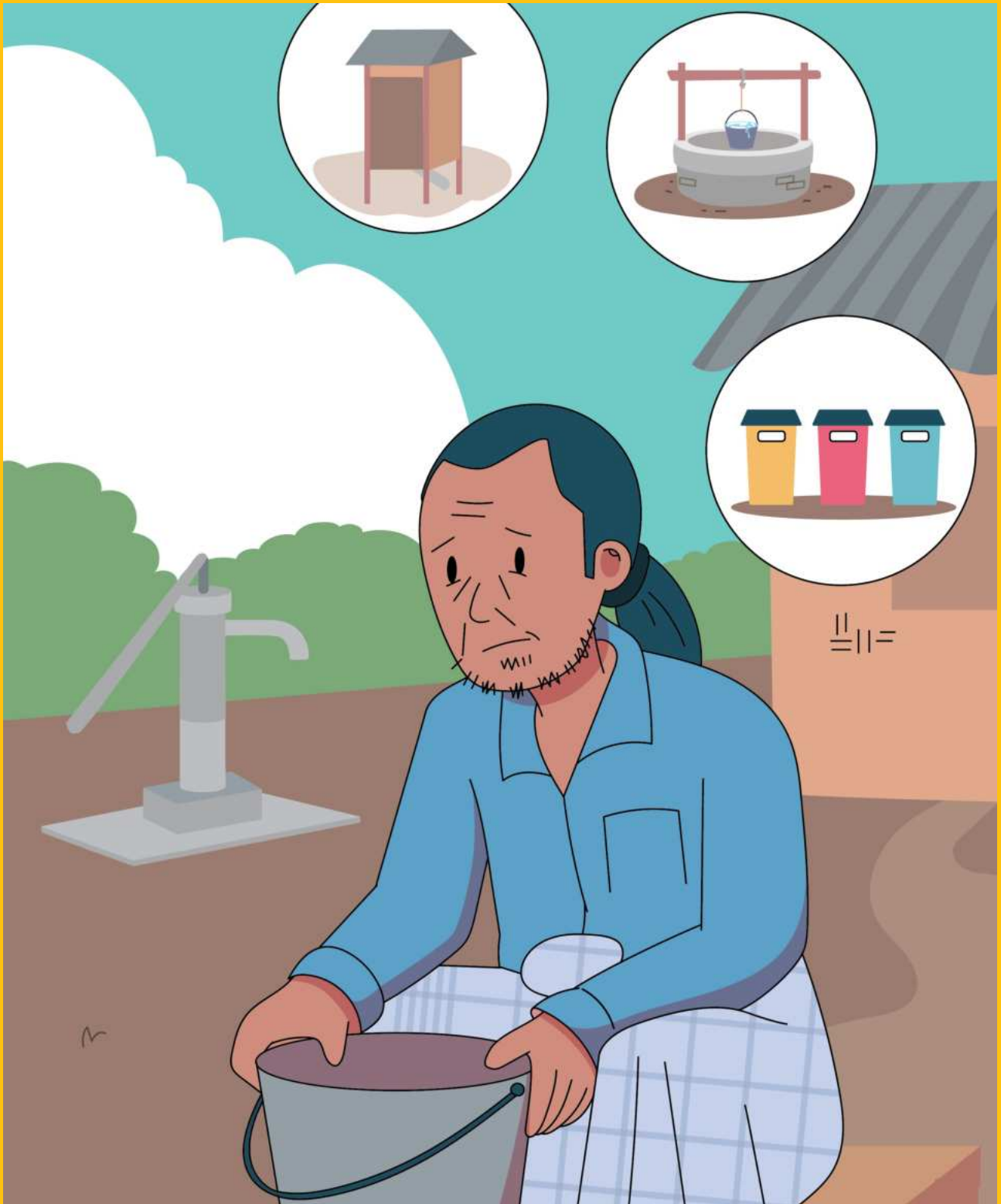
ပုံမှန်ရရှိနိုင်မယ့် ရေအရင်းအမြစ် မရှိခြင်းဟာ နေ့စဉ်ဘဝအတွက် အမြဲတမ်း ဖိအားတစ် ခုလို ဖြစ်နေပါတယ်။ မြေအောက်ရေတွင်းတစ်တွင်း တူးဖော်နိုင်ခြင်းကသာ ရပ်ကွက် အတွက် ရေရရှိတည်တံ့မယ့် ဖြေရှင်းချက်ဖြစ်မယ်လို့ သူယုံကြည်ပေမဲ့၊ အဲဒီလိုစီမံကိန်း မျိုး လက်တွေ့ဖြစ်လာဖို့အတွက် ငွေကြေးထောက်ပံ့မှုတွေ လိုအပ်မယ်ဆိုတာကိုလည်း သူ သိနေပါတယ်။

လောလောဆယ်မှာတော့ Sharing Myanmar အဖွဲ့အစည်း ကနေတစ်ဆင့် တပ် ဆင်ပေးထားတဲ့ လက်နှိပ်တုံ့ကင်လေးက သူတို့အတွက် သက်သာရာရစေပါတယ်။ အထူးသဖြင့် ရေဝယ်ဖို့ မတတ်နိုင်တဲ့ အခက်အခဲဆုံးအချိန်တွေမှာ ဒီတုံ့ကင်လေးကြောင့် ရေကို ပိုမိုလွယ်ကူစွာ ရရှိနိုင်သလို၊ နေ့စဉ်ဝန်ထုပ်ဝန်ပိုးတွေကိုလည်း တစ်ဖက်တစ် လမ်းက လျော့ပါးသွားစေခဲ့ပါတယ်။ ဒါဟာ ပြဿနာအားလုံးကို မဖြေရှင်းနိုင်သေးပေမဲ့ လည်း ကျူးကျော်ရပ်ကွက်ထဲက မိသားစုအများအပြားအတွက်တော့ အလွန်အရေးပါတဲ့ ထောက်ပံ့တစ်ခု ဖြစ်လာခဲ့ပါတယ်။

ရေပြဿနာအပြင်၊ သူဟာ ရပ်ကွက်အတွင်းက သန့်ရှင်းရေးနဲ့ ပတ်ဝန်းကျင်အခြေ အနေ တွေအတွက်လည်း စိုးရိမ်ပူပန်နေပါတယ်။ အိမ်သာ လုံလောက်မှုမရှိခြင်းနဲ့ အမှိုက်စွန့်ပစ်

မှုစနစ်ဟာ စိန်ခေါ်မှုတစ်ခုအဖြစ် ရှိနေဆဲပါ။ ရေရရှိရေးအတွက် ဖြေရှင်းနေသလိုမျိုးပဲ၊ အမှိုက်သိမ်းဆည်းမှုနဲ့ ပတ်သက်ပြီး ရပ်ကွက်အတွင်း သိန်းလည်မှုတွေ ပိုမိုရှိလာဖို့နဲ့ သန့်ရှင်းရေး အဆောက်အအုံတွေ တိုးတက်ကောင်းမွန်လာဖို့ သူက မျှော်လင့်နေပါတယ်။ သူ့ရဲ့ဘဝဇာတ်ကြောင်းဟာ ရေရှားပါးမှုကို ကြုံတွေ့နေရတဲ့ မိသားစုအများစုရဲ့ ပကတိ အရှိတရားကို ထင်ဟပ်နေပါတယ်။ အခြေ ခံလိုအပ်ချက်တွေကို ဖြည့်ဆည်းဖို့ တစ်နေ့ ချင်း ရုန်းကန်နေရခြင်း၊ မရှိမဖြစ်လိုအပ်တဲ့အရာတွေကြားမှာ ခက်ခဲစွာ ရွေးချယ်နေ ရခြင်းနဲ့ နောင်အနာဂတ်မှာ ဒီအခက်အခဲတွေကို လျော့ပါးသက်သာစေမယ့် ရေရှည် တည်တံ့တဲ့ ဖြေရှင်းချက်တွေကို မျှော်လင့်နေရခြင်းတို့ပဲ ဖြစ်ပါတော့တယ်။

SHARING MYANMAR



“အပူပိုင်း မုန်တိုင်းများသည် ကမ္ဘာတစ်ဝှမ်းတွင် အဓိက ထိခိုက်မှုများ ဖြစ်စေခဲ့သည်။ စက်တင်ဘာလ အစောပိုင်းတွင် ယာဂီမုန်တိုင်းကြောင့် မြန်မာနိုင်ငံတွင် လူပေါင်း ၄၆၀ သေဆုံးခဲ့ပြီး အများဆုံးထိခိုက်မှု ဖြစ်ပေါ်ခဲ့သည်။ ထို့အပြင် အခြားနိုင်ငံများတွင်လည်း ထိခိုက်မှုများ ဖြစ်ခဲ့ပြီး၊ ဗီယက်နမ်တွင် လူပေါင်း ၃၄၅ ဦး သေဆုံးခဲ့ကြောင်း မှတ်တမ်းတင် ထားရှိသည်။”



THE EMERGENCY EVENTS DATABASE (EM-DAT), 2024 REPORT

ရေငတ်ခြင်းဘေး ကင်းဝေးပြီ

ခြောက်သွေ့သော ဖုန်မှုန့်များကမ္ဘာမှ

ပီတိအဖြစ်ပြောင်းလဲပေးခဲ့သူ

ဦးဌေးအောင်



YANGON
NEIGHBOURHOOD
NETWORK



အသက် ၆၄ နှစ်အရွယ် ဦးဌေးအောင်ဆိုတာ တကယ်တော့ အနားယူရမယ့် အရွယ်ရောက်နေပါပြီ။ ဒါပေမဲ့ သူကတော့ တော်ဝင်ကျူးကျော်ရပ်ကွက်ထဲက ဒေသန္တရဆေးခန်းလေးတစ်ခုမှာ လုံခြုံရေးအစောင့်အဖြစ် တာဝန်ထမ်းဆောင်ရင်း အဆောက်အအုံတစ်ခုထက် ပိုမိုအဖိုးတန်တဲ့အရာကို နှစ်ပေါင်းများစွာ စောင့်ရှောက်လာခဲ့ရပါတယ်။ အဲဒါကတော့ မရပ်မနား ခြောက်လှန့်နေတဲ့ မိုးခေါင်ရေရှားမှုဒဏ်ကြားမှာ သူ့မိသားစုရဲ့ ရှင်သန်ရပ်တည်ရေးကို စောင့်ရှောက်ကာကွယ်နေရခြင်းပဲ ဖြစ်ပါတယ်။

ရေငတ်ပြေဖို့ ပေးဆပ်ရသည့် တန်ဖိုး

တော်ဝင်ရပ်ကွက်မှာတော့ နေရောင်ခြည် ညှိဟာ အပူရှိန်ကိုပဲ ယူဆောင်လာတာမဟုတ်ဘဲ ကြီးမားတဲ့ ငွေကြေးဝန်ထုပ်ဝန်ပိုးကိုပါ သယ်ဆောင်လာတာပါ။ နှစ်ပေါင်းများစွာကြာအောင် ဦးဌေးအောင်နဲ့ သူရဲ့ အိမ်နီးချင်းတွေဟာ သောက်သုံးရေ ရရှိဖို့အတွက် ရေသည်တွေအပေါ်မှာ မှီခိုနေရပါတယ်။

“ကန်ရေတွေ ခန်းခြောက်ပြီး ပိုက်လိုင်းတွေထဲ ရေမလာတော့တဲ့အခါ ကျွန်တော်တို့ ရေကို တစ်စည်ချင်း ဝယ်သုံးခဲ့ရတယ်” လို့ ဦးဌေးအောင်က ရင်းပြပါတယ်။ ရေတစ်စည်ကို (၁,၈၀၀) ကျပ် ပေးရပြီး ရေသည်တွေကလည်း သုံးရက်မှ တစ်ခါပဲ လာတတ်ပါတယ်။ စားဝတ်နေရေးအတွက် ရုန်းကန်နေရတဲ့ မိသားစုတစ်ခုအတွက်တော့ ဒီရေဖိုးတွေဟာ ရင်နှာစရာကောင်းတဲ့ အကြေးနဲ့ထဲကို တွန်းပို့လိုက်သလိုပါပဲ။

“ကျွန်တော်တို့ဟာ ရေလေးတစ်ခွက် သောက်နိုင်ဖို့အတွက် ကိုပဲ ပိုက်ဆံတွေ ချေးငှားနေခဲ့ရတာ။ သန့်သန့်ရှင်းရှင်း နေနိုင်ဖို့အတွက်နဲ့တင် အကြေးတွေ တင်ခဲ့ရတယ်”

လို့ သူက ဆိုပါတယ်။

ရေရှားပါးမှုဟာ သူတို့ရဲ့ အိတ်ကပ်ထဲက ပိုက်ဆံတွေကိုပဲ ကုန်ခမ်းစေတာမဟုတ်ဘဲ ကျန်းမာရေးကိုပါ ယိုယွင်းစေခဲ့ပါတယ်။ သန့်ရှင်းသောရေမှာ အလွန်ရှားပါးလှသဖြင့် တစ်ကိုယ်ရေသန့်ရှင်းရေးသည်ပင် မတတ်နိုင်သော ဇိမ်ခံစားတစ်ခုကဲ့သို့ ဖြစ်လာခဲ့ပြီး၊ ကာကွယ်၍ရသော ရောဂါဝေဒနာများမှာလည်း ထိုလူနေရပ်ကွက်အတွင်း ပျံ့နှံ့လာခဲ့ပါသည်။ အိမ်နီးချင်းများမှာ ဘုံရေပိုက်လိုင်းများမှ နောက်ဆုံးကျန်ရှိနေသော ရေစက်များကို မော်တာများဖြင့် အသည်းအသန် စုပ်ယူနေကြသည်ကို ဦးဌေးအောင် ကြည့်နေခဲ့ရသည်။ ထိုကဲ့သို့ စုပ်ယူရန် ကိရိယာမရှိသူများအဖို့မှာမူ ခြောက်သွေ့သော ဖုန်မှုန့်များမှလွဲ၍ ဘာမျှ မကျန်ခဲ့ပေ။

ရှင်သန်မှုအတွက် အားကိုးရာ GenCIVIC

GenCIVIC စီမံကိန်း ရောက်ရှိလာခြင်းမှာ တော်ဝင်ရပ်ကွက်ရဲ့ အသွင်အပြင်ကို အလုံးစုံ

ပြောင်းလဲပစ်ခဲ့ပါတယ်။ ရာသီဥတုဒဏ်ခံနိုင်တဲ့ အခြေခံအဆောက်အအုံတွေကို အလေးထားတဲ့ ဒီစီမံကိန်းဟာ အများသုံး လက်နိပ်တုံ့ကင်တစ်ခုကို တပ်ဆင်ပေးခဲ့ပြီး၊ ဒေသခံတွေ ကိုယ်တိုင် ဘယ်လိုမှ မရယူနိုင်ခဲ့တဲ့ မြေအောက်ရေကို ထုတ်ယူပေးခဲ့ပါတယ်။

ဦးဌေးအောင်အတွက်တော့ ဒီအကျိုးသက်ရောက်မှုဟာ ချက်ချင်းဆိုသလို သိသာလွန်းပြီး နက်ရှိုင်းလှပါတယ်။ တစ်နေ့ကို ရေဖိုးအတွက် ကျပ် ၃,၀၀၀ ကျော်လောက် အမြဲသုံးနေရတဲ့အတွက် ခံစားရတဲ့ နှောင့်နှေးသောကတွေဟာ ချက်ချင်းဆိုသလို လျော့ကွယ်သွားခဲ့ပါတယ်။ ဒါထက် ပိုအရေးကြီးတာကတော့ ဒီအဖြစ်အပျက်ဟာ သူရဲ့ ရင်ထဲမှာ ဂုဏ်ယူဝင့်ကြမှုကို ဖြစ်ပေါ်စေခဲ့တာပါ။ ဦးဌေးအောင်ဟာ ဘေးကနေ ဒီအတိုင်း ရပ်ကြည့်နေရုံတင် မဟုတ်ဘဲ အားတက်သရော ရွှေကနေ ဦးဆောင်ခဲ့ပါတယ်။ ရေတွင်းတူးတဲ့အခါမှာလည်း သူကိုယ်တိုင် ပါဝင်ခဲ့ပြီး၊ အသက် ၆၄ နှစ်ဆိုတာကို မေ့သွားရလောက်တဲ့ အားအင်တွေနဲ့ ရွံနံ့တွေကြားထဲမှာ ပိုက်လိုင်းတွေ ဆက်သွယ်ရာမှာ ပါဝင်ကူညီ ခဲ့ပါတယ်။

ရေနှင့် စိမ်းလန်းစိုပြေမှုတို့၏ အမွေအနှစ်

ဒီနေ့မှာတော့ ဦးဌေးအောင်ဟာ ဒီတုံ့ကင်လေးရဲ့ အလိုအလျောက် ခန့်အပ်ထားတဲ့ အစောင့်အရှောက်တစ်ဦး ဖြစ်နေပါပြီ။ တုံ့ကင်လေး ပျက်စီးသွားရင် တစ်ရပ်ကွက်လုံး ဒုက္ခရောက်မယ်ဆိုတာကို သူသိတာကြောင့် ဒီစက်ပစ္စည်းလေးကို သူ့အမြတ်တနိုးနဲ့ ဂရုတစိုက် ထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်ပါတယ်။

“အရင်တုန်းကတော့ ရေရဖို့အတွက် ကျွန်တော် နှစ်ပေါင်းများစွာ စိုးရိမ်ခဲ့ရတယ်။ ကျွန်တော့်ရဲ့ မပြောပလောက်တဲ့ ဝင်ငွေလေးတွေ ရေပေါထဲကို ပျော်ဝင်သွားတာကိုလည်း ကြည့်နေခဲ့ရတာ။ အခုတော့ ကျွန်တော့်ရဲ့ အိမ်နီးချင်းတွေ ရေပုံးတွေကို အခမဲ့ လာခံနေကြတာ မြင်ရတော့ ကျွန်တော့်ရင်ထဲမှာ ‘ပီတိ’ တွေနဲ့ ပြည့်နေပါတယ်။ ကျွန်တော်ဟာ အသက်ရှင်ဖို့အတွက် ရုန်းကန်နေရတဲ့သူ တစ်ယောက်မဟုတ်တော့ဘူး။ ကျွန်တော့်ရပ်ကွက်လေး တိုးတက်လာအောင် ကူညီပေးနေတဲ့သူ တစ်ယောက် ဖြစ်နေပါပြီ။ အခု ကျွန်တော်တို့အဖို့ ရေရှိပြီဆိုတော့ GenCIVIC နဲ့ ပူးပေါင်းပြီး သစ်ပင်တွေ စိုက်ချင်ပါသေးတယ်။ ဒီခြောက်သွေ့နေတဲ့ မြေပြင်ကြီးကို စိမ်းလန်းစိုပြေအောင် လုပ်ပြီး ဒီလိုအပူဒဏ်တွေကြားမှာ ကျွန်တော်တို့ကို ဘယ်တော့မှ ပိတ်မိမနေစေချင်တော့ဘူး။”

ဦးဌေးအောင်ရဲ့ ဇာတ်လမ်းဟာ အခုဆိုရင် ရှားပါးမှုတွေအကြောင်း မဟုတ်တော့ဘဲ “တာဝန်ယူမှု၊ တာဝန်ခံမှု” အကြောင်းပဲ ဖြစ်ပါတော့တယ်။ တော်ဝင်ရပ်ကွက်ထဲမှာ ရေနဲ့ မျှော်လင့်ချက်တွေ ဘယ်တော့မှ ခန်းခြောက်မသွားစေဖို့အတွက် သူရဲ့ လုပ်အား၊ အချိန်နဲ့ နှလုံးသားကို ပေးဆပ်ဖို့ သူ အမြဲအသင့်ရှိနေပါတယ်။





“ရာသီဥတုပြောင်းလဲမှုသည် မြန်မာနိုင်ငံ၏ ရေရှားပါးမှုဖြစ်စဉ်များကို ပိုမိုဆိုးရွားလာစေသည်။ မြန်မာနိုင်ငံသည် ကမ္ဘာပေါ်တွင် ရာသီဥတုပြောင်းလဲမှုဒဏ်ကို အခံရဆုံးနိုင်ငံများထဲတွင် အစဉ်တစိုက်ပါဝင်နေပြီး လက်ရှိတွင်လည်း ပုံမှန်မဟုတ်ဘဲ ပြောင်းလဲလာသည့် မိုးရာသီအခြေအနေများကို ရင်ဆိုင်ကြုံတွေ့နေရသည်။”



NAGPAL, T., RAWLINGS, H. & BALAC, M. (2020). UNDERSTANDING WATER DEMAND AND USAGE IN MANDALAY CITY, MYANMAR AS A BASIS FOR RESETTING TARIFFS. JOURNAL OF WATER, SANITATION AND HYGIENE FOR DEVELOPMENT

ရေကြီးမှုကိုလက်တွေ့တွင် ရင်ဆိုင်လာရသောအခါ



ဒေါ်ခင်ဦးသည် အသက် ၇၈ နှစ်ရှိပြီဖြစ်ပြီး မိသားစုနှင့်အတူ နေထိုင်လျက်ရှိပါသည်။ သူမ၏အဆိုအရ ယခင်က ဤရပ်ကွက်သည် ရေနှင့်ပတ်သက်၍ ပြဿနာများမရှိခဲ့ပါ။ အရင်အချိန်များတွင် အိမ်ထောင်စုများသည် ရေတွင်းများကို အားကိုးအသုံးပြုကြပြီး နေ့စဉ်လိုအပ်ချက်များအတွက် လုံလောက်နေခဲ့ပါသည်။ သို့သော် အချိန်ကြာလာသည်နှင့်အမျှ ပြောင်းလဲသွားခဲ့ပါသည်။ မကြာသေးမီက မိသားစုအနေဖြင့် ရေအတွက် မပူမပင်နေနိုင်ရန် အဝီစိတွင်း တစ်ခုကို တူးဖော်ခဲ့သော်လည်း နေရာသီကာလ ရေခမ်းခြောက်သည်ကို ကြုံတွေ့လာရသည်။ ထို့ကြောင့် သူမတို့အနေဖြင့် အဝီစိတွင်းရှိသောလည်း ရေပြတ်လပ်သွားခဲ့မည်ကို စိုးရိမ်နေရသည်။

သူမနေထိုင်ရာ ရပ်ကွက်တွင် အရင်က ရေကြီးခြင်းနှင့်ပတ်သက်၍ အခက်အခဲများမရှိခဲ့သလို နှစ်ပေါင်း များစွာအတွင်း မြောင်းများ၊ ချောင်းများသည်လည်း အဆင်ပြေချောမွေ့စွာ စီးဆင်းခဲ့ပါသည်။ သို့သော် လွန်ခဲ့သော တစ်နှစ်၊ နှစ်နှစ်အတွင်း အခြေ အနေများ ပြောင်းလဲလာခဲ့ပါသည်။ မိုးသည်းထန်စွာ ရွာသွန်းသည့်အခါ သူမအိမ်အနီးရှိ ရေမြောင်းသည် ရေလျှံတက်လာပြီး ယခင်က မကြုံဖူးသည့် အခြေ အနေတစ်ရပ် ဖြစ်လာပါသည်။ ရေကြီးသည့်အခါ ရေသည် သူမ၏ အိမ်အတွင်းသို့ မရောက်သေးသော်လည်း ရပ်ကွက်တွင်းတွင် မြောင်းများ၊ ချောင်းများနှင့် အမှိုက်ပြဿနာများ ပြဿနေပြီး အနာဂတ်အတွက် စိုးရိမ်မှုများကို ဖြစ်ပေါ်စေခဲ့သည်။

“ဒီရေမြောင်းတွေကို အရင်ဆုံး ပြုပြင်သင့်ပါတယ်။”

ထို့နောက် ဒေါ်ခင်ဦးက ဧရိယာအတွင်း အမှိုက်စီမံခန့်ခွဲမှုစနစ်ကို အိမ်တိုင်းတွင် လုပ်ဆောင်နေကြောင်းကို ပြောပြခဲ့ပါသည်။ အမှိုက်ကားများသည် ပုံမှန် လာရောက်သိမ်းနေပြီး ရေမြောင်းများတွင် အကြီးစား ပိတ်ဆို့မှုများ မရှိပါ။ သို့သော် ရေကြီးမှုဖြစ်ပေါ်လာခြင်းက ရေစီးဆင်းမှု ပုံစံများ ပြောင်းလဲလာခြင်းနှင့် မြို့ပြပိုမိုတိုးတက်လာခြင်းတို့ကို ထင်ဟပ်ပြသနေပြီး လက်ရှိ စနစ်များသည် ထိုပြောင်းလဲမှုများကို ကိုင်တွယ်ရန် မလုံလောက်ကြောင်း ဖော်ပြနေပါသည်။

ထို့အပြင် သန့်ရှင်းသော သောက်သုံးရေရရှိရေးသည်လည်း စိုးရိမ်စရာတစ်ရပ် ဖြစ်နေပါသည်။ အိမ်သုံးရေကို အဝီစိတွင်းမှ ရယူအသုံးပြုနေသော်လည်း သောက်သုံးရန်အတွက် ရေသန့်ကို ဝယ်ယူရပါသည်။ ရေသည် လုံးဝ ပျောက်ကွယ်သွားခြင်း မရှိသော်လည်း ပူပြင်းသော ကာလများတွင် ရေရရှိမှု လျော့နည်းလာခြင်းကြောင့် နေ့စဉ် ၁၀ မိနစ်ခန့်ခွဲရန် ပိုမို ခက်ခဲလာပြီး အိမ်ထောင်စု အသုံးစရိတ်များလည်း တိုးလာပါသည်။ သူမအိမ်အနီးတွင် မြေအောက်ရေ ပြန်လည်ဖြည့်တင်းရေးကျင်း တစ်ခု တည်ဆောက်

ပေးခဲ့ခြင်းကို ဒေါ်ခင်ဦးက ဝမ်းမြောက်စွာ လက်ခံခဲ့ပြီး ဒေသတွင်း ရေအခြေ အနေများကို တဖြည်းဖြည်း တိုးတက်ကောင်းမွန်စေမည်ဟု မျှော်လင့်နေပါသည်။

ရေနှင့် ရေကြီးမှု ပြဿနာများအပြင် သဘာဝပတ်ဝန်းကျင်ဆိုင်ရာ သေးငယ်သော တိုးတက်မှုများကလည်း သူမအတွက် စိတ်အေးချမ်းမှုကို ပေးစွမ်းပါသည်။ ယခင်က ပန်းပင်များကို ကိုယ်တိုင် စိုက်ပျိုးခဲ့ဖူးပြီး လမ်းဘေးတွင် တင်ထားသော ပန်းအိုးများကိုလည်း သူမ အထူးနှစ်သက်ပါသည်။ အပင်များကို မြင်တွေ့ရခြင်းက စိတ်ငြိမ်းချမ်းမှုနှင့် အေးချမ်းမှုကို ပေးစွမ်းနိုင်ကြောင်းကို သူမက ပြောပြသည်။ သဘာဝပတ်ဝန်းကျင်အခြေ အနေများ မသေချာလာသည့် အချိန်များတွင် ထိုကဲ့သို့သော သစ်ပင် ပန်းပင်များသည် ကျန်းမာရေးနှင့် နီးကပ်စွာ ဆက်စပ်နေပါသည်။

အနာဂတ်ကို မျှော်ကြည့်ရာတွင် သူမ၏ မျှော်လင့်ချက်များမှာ ရိုးရှင်းသော်လည်း အလွန်အဓိပ္ပါယ်ရှိပါသည်။ အမှန်တကယ် လိုအပ်နေသည့် အရာများကို လက်တွေ့ကျတုံ့ပြန်ပေးနိုင်သော အပြောင်းအလဲများကို လိုလားပြီး အရင်ဆုံး ရေမြောင်းများကို ကောင်းမွန်စွာ ပြုပြင်ပေးစေချင်ပါသည်။ ထို့နောက် စိမ်းလန်းပြီး ငြိမ်းချမ်းသော ပတ်ဝန်းကျင်တစ်ခု ဖြစ်လာစေလိုပါသည်။

“အပင်တွေ ရှိစေချင်ပါတယ်။ အေးမြပြီး ငြိမ်းချမ်းစေချင်ပါတယ်။”

သူမ၏ ဇာတ်လမ်းသည် နှစ်ပေါင်းများစွာအတွင်း သဘာဝပတ်ဝန်းကျင် အပြောင်းအလဲများကို ကိုယ်တိုင် မျက်မြင်တွေ့ကြုံလာခဲ့သော အသက်ကြီး ဒေသ ခံများ၏ အတွေ့အကြုံကို ထင်ဟပ်ပြသနေပါသည်။ ရေကြီးမှုသည် သူမ၏ ရပ်ကွက်အတွက် အသစ်ပေါ်ပေါက်လာသော စိန်ခေါ်မှုတစ်ရပ်ဖြစ်သော်လည်း အချိန်တိုအတွင်းပင် အရေးပါသော ပြဿနာတစ်ရပ်အဖြစ် ပြောင်းလဲလာခဲ့ပြီး မိုးရာသီအတွင်း လူထုများကို ကာကွယ်နိုင်ရန် ရေမြောင်းများကို သေချာပြင်ဆင်ခြင်းနှင့် ရေစီမံခန့်ခွဲမှုစနစ်များ၏ အရေးကြီးမှုကို ထင်ရှားစွာ ပြသနေပါသည်။

SUMMER SHELTER LIBRARY



“၁၉၉၅ မှ ၂၀၂၄ အတွင်း ရာသီဥတုဖြစ်ရပ်များကြောင့် အထိခိုက်ဆုံး နိုင်ငံများမှာ ဒိုမီနီကာ၊ မြန်မာနိုင်ငံနှင့် ဟွန်ဒူးရပ်စ်တို့ ဖြစ်ပါသည်။ လစ်ဗျား၊ ဟိုင်တီနှင့် ဂရေနဒါတို့လည်း ထိခိုက်မှု အလွန်များသော နိုင်ငံများအနက် ပါဝင်ပါသည်။”



GERMANWATCH, THE CLIMATE RISK INDEX 2026, WHO SUFFERS MOST FROM EXTREME WEATHER EVENTS?, NOVEMBER 2025

ရေကြီးရေလျှံမှုများကြောင့် လူမှုစီးပွားဘဝများ ထိခိုက် ပျက်ပြားရသောအခါ



TAUNGGYI
NEIGHBOURHOOD
NETWORK



ခွန်စုံလင်းနောင်သည် ရာသီဥတုအခြေ အနေများက နေ့စဉ်ဘဝနှင့် စိုက်ပျိုးရေးလုပ်ငန်းများကို အလွန်အမင်း သက်ရောက်စေသည့် ကျေးရွာတစ်ရွာတွင် နေထိုင်သော လူငယ်လယ်သမားတစ်ဦး ဖြစ်ပါသည်။ စိုက်ပျိုးရေးသည် သူ၏ အဓိက ဝင်ငွေရင်းမြစ်ဖြစ်ပြီး လယ်ကွင်းများသို့ လွယ်ကူစွာ သွားလာနိုင်ရန်မှာ အရေးကြီးဆုံး အချက်တစ်ရပ် ဖြစ်ပါသည်။ သို့သော် မိုးရာသီရောက်သည့်အခါတွင် ရေကြီးမှုနှင့် လမ်းများ ပျက်စီးလာခြင်းကြောင့် လယ်ယာသို့ သွားလာရန် ခက်ခဲလာပြီး အလုပ်အကိုင်များကို အနှောင့်အယှက် ဖြစ်စေခဲ့သည်။

မိုးသည်းထန်စွာ ရွာသွန်းသည့်အချိန်တွင် ရေများအလုံးအရင်းဖြင့် လမ်းပေါ်တွင်စီးဆင်းကြပြီး လမ်းများကို ဖြတ်သန်းရန် ခက်ခဲသွားပါသည်။ ရေကြီးမှုသည် အများအားဖြင့် အိမ်ထဲအထိ မရောက်သော်လည်း လယ်ယာလုပ်ငန်းများအပေါ် တိုက်ရိုက် သက်ရောက်မှုရှိပြီး လယ်ကွင်းများသို့ သွားလာရမှုကို နှေးကွေးစေကာ မိုးရာသီအတွင်း လုပ်ငန်းဆောင်တာများကို လုပ်ဆောင်နိုင်ရန် ခက်ခဲစေပါသည်။ ထိုအခြေအနေများကြောင့် သီးနှံများကို ထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်ရခြင်းနှင့် အခြားသော အလုပ်များကို လုပ်ကိုင်ရန်အတွက် စိန်ခေါ်မှုများ ဖြစ်လာခဲ့သည်။

စိုက်ပျိုးရေးအတွက် ရေသည် အဓိက စိုးရိမ်ရသော အချက်တစ်ခုဖြစ်သည်။ ရေကန်အသေးစားများ ရှိနေသော်လည်း မိုးရွာသွန်းမှု မမှန်တန်သောကြောင့် သီးနှံများကို ရေဖျန်းရန် အမြဲတမ်း လုံလောက်မနေပါ။ ထို့အပြင် အပူချိန်မြင့်တက်လာခြင်းမှာ အခက်အခဲများကို ပိုမိုတိုးလာစေခဲ့သည်။ ထို့ကြောင့် လယ်ယာလုပ်ငန်းကို ဆောင်ရွက်ရခြင်းမှာ ပိုမို ပင်ပန်းခက်ခဲလာပြီး လူထုအတွက်သာမက သီးနှံများအတွက် ရေလိုအပ်ချက်များ ပိုမို တိုးလာပါသည်။

“ပူလာတဲ့အချိန်မှာ လယ်မှာ အလုပ်လုပ်ရတာ တော်တော် ခက်တယ်။ ပိုပင်ပန်းပြီး ရေလည်း ပိုဆာတယ်။”

ရေကြီးမှုနှင့် အပူချိန်မြင့်တက်လာခြင်းတို့ကို ကိုင်တွယ်ဖြေရှင်းရန် ရွာသားများသည် အများအားဖြင့် ရိုးရှင်းသည့် သဘာဝအခြေ ဖြု နည်းလမ်းများကိုသာ အားကိုးအသုံးပြုနေကြပါသည်။ သစ်ပင်စိုက်ပျိုးခြင်းကိုလည်း လယ်ကွင်းများအတွင်းနှင့် ကျေးရွာပတ်ဝန်းကျင်တွင် လူအများပြန်လည်လုပ်ဆောင်နေကြသည်။ သစ်ပင်များက ပူပြင်းသည့် နေ့များတွင် အရိပ်အာဝါသကို ပေးစွမ်းနိုင်သလို ရေရှိမှုကို တိုးတက်စေရန်နှင့် မြေယာကို ရေရည်ကာကွယ်ပေးနိုင်မည်ဟုလည်း ယုံကြည်ကြပါသည်။

အနာဂတ်ကို မျှော်ကြည့်ရာတွင် သူ၏ မျှော်လင့်ချက်များမှာ ပတ်ဝန်းကျင်ကို ကာကွယ်

ထိန်းသိမ်းနိုင်ရေးအပေါ် အခြေ ခံထားပါသည်။ စိုက်ပျိုးပြီးသား သစ်ပင်များကို မခုတ်မဖြတ်ဘဲ ဆက်လက် ထိန်းသိမ်းထားစေချင်ပြီး စိမ်းလန်းမှုကို ထိန်းထားနိုင်ပါက ကျေးရွာအနေဖြင့် ရေကြီးမှု၊ အပူချိန်မြင့်တက်မှုနှင့် ပြောင်းလဲလာသော ရာသီဥတုအခြေ အနေများကို ပိုမို ကောင်းမွန်စွာ ရင်ဆိုင်နိုင်မည်ဟု ယုံကြည်ပါသည်။ သူ၏ ဇာတ်လမ်းသည် ရေ၊ အပူချိန်နှင့် အသက်မွေးဝမ်းကျောင်းရေးတို့ မည်မျှ နီးကပ်စွာ ဆက်စပ်နေသည်ကို ပြသနေပြီး ဒေသ ခံများ၏ သေးငယ်သောလည်း လက်တွေ့ကျသော လုပ်ဆောင်ချက်များက ရာသီဥတုဆိုင်ရာ စိန်ခေါ်မှုများအပေါ် ကြုံကြုံ ခိုင်ခိုင်စွမ်းကို တည်ဆောက်ရာတွင် မည်မျှ အရေးပါသည်ကို ထင်ရှားစွာ ဖော်ပြနေပါသည်။

KYAUK TIN PONE
INSTITUTE



“နေရာအများအပြားတွင် အပူဒဏ်သည် ရာသီဥတုနှင့် ဆက်နွယ်သော သေဆုံးမှုများ၏ အဓိက အကြောင်းရင်းတစ်ရပ်ဖြစ်ပါသည်။ အပူလှိုင်းများနှင့် အလွန်ပူသော နေ့ရက်များ ပိုမိုများပြားလာခြင်း၊ စိုထိုင်းဆမြင့်မားမှုတို့ ပေါင်းစပ်လာသောအခါ သေဆုံးမှုများနှင့် ပြင်းထန်သော ကျန်းမာရေး ပြဿနာများကို ဖြစ်စေနိုင်ပါသည်။ အသက်ကြီးသူများနှင့် ကလေးငယ်များမှာ အန္တရာယ်အရှိဆုံးဖြစ်ပြီး ပြင်ပတွင် အလုပ်လုပ်ရသူများလည်း အပူဒဏ်ကို ပြင်းထန်စွာ ခံစားရနိုင်ပါသည်။”



UN HABITAT - MYANMAR OFFICE, UNLOCKING NATURE-BASED ADAPTATION IN MYANMAR: LEARNING FROM DIFFERENT GEOCLIMATIC REGIONS, 2025

မြင့်တက်လာသည့် ဒီရေ နှင့် လက်နှိပ်တုံ့ကင်လေး၏ ကတိ



မိန်းမလူကျူးကျော်ရပ်ကွက်မှာ နေထိုင်တဲ့ အသက် (၄၀) အရွယ် ပန်းရံ ဆရာ ကိုငယ် လေးအတွက်တော့ "ရေ" ဆိုတာဟာ အသက်သွေးကြောတစ်ခုဖြစ်သလို တစ်ဖက်မှာ လည်း နေ့စဉ် ဘဝကို ခြိမ်းခြောက်နေတဲ့ ဘေးအန္တရာယ်တစ်ခုလည်း ဖြစ်ပါတယ်။ လွန်ခဲ့တဲ့ (၁၁) နှစ်က ပိုမိုကောင်းမွန်တဲ့ ဘဝသစ်ကို တည်ဆောက်ဖို့ ပြည်မြို့ကနေ ရန်ကုန်ကို ပြောင်းရွှေ့လာခဲ့ပေမဲ့ သူရင်ဆိုင်ခဲ့ရတာကတော့ သဘာဝဘေးအန္တရာယ်တွေနဲ့ အဆုံးမသတ်နိုင်တဲ့ ဒုက္ခ ဆင်းရဲတစ်ခုဖြစ်ပါတယ်။ သူတို့ရပ်ကွက်လေးရဲ့ လူနေမှုဘဝ စည်းချက်ဟာ လမင်းနဲ့ မိုးတိမ်တွေအပေါ်မှာပဲ မူတည်နေပါတယ်။ လပြည့်တဲ့အခါတိုင်း ဒီရေတွေ တက်လာတတ်သလို၊ တိမ်တွေညိုမဲလာတဲ့ အခါမှာလည်း ရေကြီးရေလျှံမှုတွေက ထပ်ကြပ်မကွာ လိုက်ပါလာပါတော့တယ်။

ရေထဲက အန္တရာယ်

ပြီးခဲ့တဲ့ လပြည့်ရက်က အမြစ်အပျက်ကို ကိုငယ်လေး ကောင်းကောင်းမှတ်မိနေပါသေးတယ်။ တစ်ရပ်ကွက်လုံး ရေမြုပ်သွားတဲ့အထိ ဒီရေတွေ တက်လာခဲ့တာပါ။ လူအများစုအတွက် ရေကြီးတာဟာ အလုပ်ရှုပ်စရာတစ်ခု ဖြစ်ပေမဲ့ ကိုငယ်လေးအတွက်တော့ ဒါဟာ ကျန်းမာရေးအတွက် အန္တရာယ်ပါပဲ။ အေးစက်ပြီး ညစ်ပတ်တဲ့ ရေတွေကြောင့် ခါးနာတဲ့ဝေဒနာနဲ့ ဝမ်းပျက်ဝမ်းလျှောရောဂါတွေ ခဏခဏ ဖြစ်တတ်ပြီး မတတ်နိုင်တဲ့ကြားက ဆေးခန်းပြရတဲ့စရိတ်ဟာ မိသားစုအတွက် ဝန်ထုပ်ဝန်ပိုး ဖြစ်စေပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ ရေကြီးတဲ့အခါ အကြောက်ရဆုံးအရာကတော့ ရေနဲ့အတူ ပါလာတဲ့ အရာတွေပါပဲ။

“ရေတက်လာပြီဆိုရင် မြွေတွေပါ လိုက်လာတော့တယ်”

တဖြည်းဖြည်းနဲ့ ဆွေးမြည်ပျက်စီးနေတဲ့ အိမ်အိုလေးကို ပြုပြင်ရတာရယ်၊ သားသမီးတွေကို မြွေအန္တရာယ်ကနေ ကာကွယ်ရတာရယ်နဲ့ ကိုငယ်လေးတစ်ယောက် စိတ်ဖိစီးမှုတွေ အကြီးအကျယ် ခံစားနေရပါတယ်။

ဒီပြဿနာရဲ့ အဓိကအရင်းအမြစ်ကိုလည်း သူသိပါတယ်။ အဲဒါကတော့ အမှိုက်တွေ ပိတ်ဆို့နေတဲ့ ရေမြောင်းစနစ်ပါပဲ။ လစဉ်အမှိုက်ခွန်ဆောင်နေရပေမယ့် အမှိုက်သိမ်းတဲ့သူတွေကတော့ တော်ရုံတန်ရုံ မလာကြပါဘူး။

“ကျွန်တော်တို့ အိမ်သာကြားတေမှာ ပိတ်နေတဲ့ အမှိုက်တွေကို ကိုယ့်ဖာသာကိုယ်ပဲ ခပ်ထုတ်နေရတယ်”

“အမှိုက်တွေကို စနစ်တကျစုန့်ပစ်ဖို့ ငါတို့အားလုံးသာ စုပေါင်းလုပ်ဆောင်ကြမယ်ဆိုရင်၊ တို့ရပ်ကွက်ထဲက လမ်းတွေလည်း နောက်ဆုံးတော့ အသက်ရှူချောင်သွားမှာပါ” လို့ သူပြောပါတယ်။

ဒီလို ရေကြီးရေလျှံမှုတွေနဲ့ ရုန်းကန်နေရတဲ့ကြားကပဲ၊ အခြားသော "ရေ" တစ်မျိုးကတော့ သူတို့အတွက် မျှော်လင့်ချက်ရောင်ခြည် သန်းလာစေခဲ့ပါတယ်။ Sharing Myanmar အဖွဲ့က ကိုငယ်လေးအိမ်အနီးမှာ အများသုံး လက်နှိပ်တုံ့ကင်တစ်ခု မတပ်ဆင်ပေးခင်တုန်းက၊ သူမိသားစုဟာ သောက်ရေနဲ့ သုံးရေအတွက် တစ်ရက်ကို ငွေကျပ် (၅,၀၀၀) ဖိုးနီးပါး နေ့တိုင်းဝယ်ခဲ့ရပါတယ်။ တစ်ကျပ်ချင်းစီကို ပန်းရံအလုပ်နဲ့ ခက်ခဲပင်ပန်းစွာ ရှာဖွေနေရတဲ့ မိသားစုအတွက်တော့ အဲဒီကုန်ကျစရိတ်ဟာ အလွန်ကြီးမားတဲ့ ဝန်ထုပ်ဝန်ပိုးဖြစ်ခဲ့ပါတယ်။

ဒီနေ့မှာတော့ အဲဒီဝန်ထုပ်ဝန်ပိုးကြီး လွတ်မြောက်သွားခဲ့ပါပြီ။ လက်နှိပ်တုံ့ကင်ကနေ သန့်ရှင်းတဲ့ရေကို အခမဲ့ရရှိနေပြီး၊ ကိုငယ်လေးဟာလည်း ထိုတုံ့ကင်လေးကိုထိန်းသိမ်းလေ့ရှိပါတယ်။သူဟာ အုတ်စီတဲ့နေရာမှာ အသေးစိတ်ဂရုစိုက်သလိုမျိုးပဲ တုံ့ကင်လေးကိုလည်း အမြဲပြုပြင်ထိန်းသိမ်းပေးသလို၊ အားလပ်ချိန်တွေမှာလည်း တုံ့ကင်လေး သန့်ရှင်းဖို့အတွက် အရေးကြီးပုံကို အိမ်နီးချင်းတွေကို ပြောပြပေးလေ့ရှိပါတယ်။

“အရင်တုန်းကတော့ သောက်ရေတစ်ခွက်ရဖို့အတွက် ကျွန်တော်တို့ ရှာသမျှပိုက်ဆံတွေ သုံးရတယ်။ အခုတော့ ရပ်ကွက်ထဲကလူတွေ ဒီတုံ့ကင်ကို အခမဲ့သုံးနေကြတာကို မြင်ရတာက ကျွန်တော်စိတ်ကို အေးချမ်းစေပါတယ်။ ဒါဟာ ရေတင်မဟုတ်ပါဘူး၊ တို့ 'ခုနစ်ရက်သားသမီး' အားလုံးအတွက် ဘုံရတနာလေးပါ”

ကိုငယ်လေးဟာ သူတစ်ပါးရဲ့ အကျိုးကို သယ်ပိုးသူဟာ ကိုယ်ကျိုးလဲကောင်းစေတယ်လို့ ခံယူထားသူတစ်ယောက်ပါ။ သူဟာ အကူအညီကိုပဲ လက်ဖြန့်တောင်းနေတဲ့သူ မဟုတ်ဘဲ၊ ကိုယ်တိုင်လည်း ဖြေရှင်းချက်ရဲ့ တစ်စိတ်တစ်ပိုင်း ဖြစ်ချင်သူပါ။ နောက်ထပ် လူအများကြီးကို အကျိုးပြုနိုင်မယ့် အဝီစိတွင်းအနက်ကြီးတစ်ခု တူးနိုင်ဖို့ သူအမြဲအိပ်မက်မက်ပြီး၊ ရေကြီးမှုကို ကာကွယ်ပေးမယ့် ဘယ်လိုစီမံကိန်းမှာမဆို သူရဲ့လုပ်အားကို စေတနာအပြည့်နဲ့ ကူညီပေးဖို့ အသင့်ရှိနေပါတယ်။

တစ်နေ့မှာ အမှိုက်တွေကင်းစင်ပြီး ကြည်လင်နေမယ့် ရေမြောင်းလေးတွေကို မျှော်လင့်ရင်း၊ ကူညီပေးချင်သူတွေအတွက် ကိုငယ်လေးက အခုလိုပဲ ရိုးရိုးသားသား ဖိတ်ခေါ်လိုက်ပါတယ်။

“ကျွန်တော် အတူတူ ပူးပေါင်းလုပ်ဆောင်ချင်ပါတယ်။ ကျွန်တော်တို့ကို ကူညီပေးချင်တဲ့သူ ဘယ်သူနဲ့မဆို လက်ချင်းချိတ်ပြီး လုပ်ဆောင်သွားချင်တယ်။ ကျွန်တော်တို့ရဲ့ ကလေးတွေဟာ ဒီရေတက်လာမှာကို မကြောက်ရတော့ဘဲ လမ်းလျှောက်နိုင်တဲ့ ရပ်ကွက်လေး ဖြစ်လာဖို့အတွက် ကျွန်တော် တတ်နိုင်သမျှ အစွမ်းကုန် ကြိုးစားသွားမှာပါ”



“သဘာဝဘေးအန္တရာယ်ကြီးများ၊ ဥပမာ ရေကြီးခြင်းသည် ရေမှတစ်ဆင့် ရောဂါများ ဖြန့်ဝေစေနိုင်ပြီး၊ ခြောက်သွေ့မှုနှင့် အပူလွန်ကဲမှုများကလည်း ရေ အရည်အသွေးနည်းခြင်းနှင့် ရေထွက်နည်းခြင်းကြောင့် ဇီဝပိုးများ ဖြန့်ဝေနိုင်သည်။”



WWF, ASSESSING CLIMATE RISK IN MYANMAR - TECHNICAL REPORT, 2017

သန်းခေါင်ယံဒီရေနှင့် မိခင်တစ်ဦး၏ မျှော်လင့်ချက်



ရန်ကုန်မြို့ရဲ့ အခြေတကျမဟုတ်တဲ့ ရပ်ကွက်တစ်ခုမှာ နေထိုင်တဲ့ မဝေမာကိုတော့ အိမ်နီးချင်းတွေက "မပိုက်" လို့ပဲ ချစ်စနိုးနဲ့ ခေါ်ကြပါတယ်။ အသက် (၂၈) နှစ်အရွယ်ရှိ ဖြစ်တဲ့ မဝေမာဟာ အခုဆိုရင် ကိုယ်ဝန် (၆) လရှိနေပြီဖြစ်ပြီး၊ သူ့ရဲ့ဝမ်းထဲမှာ လွယ်ထားရတဲ့ ရင်သွေးလေးရဲ့ အလေးချိန်သာမကဘဲ မြစ်ရေတက်မှုဒဏ်ကို (၁၁) နှစ်တိုင်တိုင် အလူးအလဲ ခံစားခဲ့ရတဲ့ ခါးသီးတဲ့ အတိတ်မှတ်တမ်းတွေကိုလည်း ပုခုံးပေါ်မှာ ထမ်းပိုးထားရသူ ဖြစ်ပါတယ်။

မဝေမာအတွက်တော့ အကြောက်ရဆုံး အချိန်တွေဟာ မောင်မိုက်တဲ့ ညဉ့်နှက်သန်းခေါင်ယံတွေပါပဲ။ လွန်ခဲ့တဲ့ (၁၁) နှစ်က ဆုံးရှုံးသွားတဲ့ လယ်ယာမြေတွေရဲ့ အကြွေးနဲ့ထဲက ရုန်းထွက်ဖို့ သူတို့မိသားစုဟာ ဖျာပုံမြို့ကနေ ရန်ကုန်ကို ပြောင်းရွှေ့လာခဲ့ကြတာပါ။ ရန်ကုန်မှာ ခိုနားရာ အမိုးအကာ တစ်ခုတော့ ရခဲ့ပေမဲ့ အခြားသော ဒုက္ခအသစ်တစ်ခုက သူတို့ကို စောင့်ကြိုနေခဲ့ပါတယ်။ သူတို့ရပ်ကွက်ဟာ မြစ်နဲ့နီးတဲ့အပြင် စနစ်တကျ မစွန့်ပစ်တဲ့ အမှိုက်တွေကြောင့် ရေမြောင်းတွေ ပိတ်ဆို့နေတာမို့၊ ဒီရေတက်လာတဲ့အခါ ရေဟာ မြင့်တက်လာရုံတင်မဟုတ်ဘဲ အိမ်ထဲအထိ ကျူးကျော်ဝင်ရောက်လာပါတော့တယ်။

“ကိုယ့်အိမ်ထဲမှာပဲ တက်လာတဲ့ ရေထဲမှာ ထိုင်နေရင်း၊ မိုးမြန်မြန်လင်းပါစေလို့ ဆုတောင်းခဲ့ရတဲ့ ညတွေ အများကြီးပဲလို့ ကျွန်မ မှတ်မိနေတယ်” ပတ်ဝန်းကျင်တစ်ခုလုံးကလည်း မှောင်မည်းနေပြီး၊ ရေထဲမှာတော့ ခိုနားစရာမရှိတော့တဲ့ ပိုးမွှားတွေနဲ့ သတ္တဝါတွေက အသက်ဝင် လှုပ်ရှားနေကြတာ။ ကျွန်မတို့နဲ့ အဲဒီပိုးမွှားတွေဟာ ရေကြီးနေတဲ့ကြားမှာ အတူတူထိုင်ရင်း မိုးလင်းမယ့်အချိန်ကို စောင့်နေကြရတာပေါ့။”

ကိုယ်ဝန်ဆောင်မိခင်တစ်ဦးအတွက်တော့ ရေကြီးတာဟာ နှစ်ဆမက ဝန်ထုပ်ဝန်ပိုး ဖြစ်စေပါတယ်။ ဒီရေတက်လာတဲ့အခါ ရေသည်တွေဟာ ကျဉ်းမြောင်းတဲ့ လမ်းကြားလေးတွေထဲကို မဝင်နိုင်တော့တာကြောင့်၊ သူမရဲ့ မိသားစုမှာ သောက်ဖို့နဲ့ သုံးဖို့အတွက် သန့်ရှင်းတဲ့ရေ လုံးဝမရှိတော့ပါဘူး။ ဒါပေမဲ့ အဲဒီလို ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ခက်ခဲမှုတွေထက် ပိုဆိုးတာကတော့ သူမကို အမြဲအိပ်မပျော်အောင် ခြောက်လှန့်နေတဲ့ စိုးရိမ်စိတ်လေးပါပဲ -

“တကယ်လို့... ငါ့ကလေး မွေးတဲ့ညကျမှ ရေတွေတက်လာရင် ဘယ်လိုလုပ်မလဲ?”

သူမရဲ့ စိတ်ပျက်အားငယ်မှု သံသယဖြစ်စဉ်တွေဟာ GenCIVIC စီမံကိန်း သူမတို့ရပ်ကွက်ထဲကို ရောက်ရှိလာချိန်မှာတော့ စတင်ပြောင်းလဲသွားခဲ့ပါတယ်။ ပထမဆုံးအကြိမ်အဖြစ်

ဒီစီမံကိန်းဟာ မဝေမာတို့လို အမျိုးသမီးတွေ ကြုံတွေ့နေရတဲ့ သီးသန့်အခက်အခဲတွေကို အလေးထားကြည့်ရှုပေးခဲ့တာပါ။

ဒီစီမံကိန်းကတစ်ဆင့် ဆယ်စုနှစ်တစ်ခုကျော်ကြာအောင် ပိတ်ဆို့နေခဲ့တဲ့ ရေမြောင်းတွေကို ပြန်လည်ရှင်းလင်းဖို့ ရပ်ကွက်လူထုကို စုစည်းပေးခဲ့ပါတယ်။ မဝေမာဟာ ကိုယ်ဝန်ရှိနေပေမဲ့လည်း နှစ်ပေါင်းများစွာအတွင်း မခံစားခဲ့ရဖူးတဲ့ တက်ကြွမှုမျိုးနဲ့ အားအင်တွေ ပြည့်ဝလာခဲ့ပါတယ်။ သူမဟာ အမျိုးသားဖြစ်သူနဲ့အတူ ရပ်ကွက်ထဲက သူမတက်နိုင်သော အမှိုက်တွေကို ကောက်ယူရင်းတွေ၊ ပိတ်ဆို့နေတဲ့ အညစ်အကြေးတွေကို ဖယ်ရှားရှင်းလင်းရာမှာ တက်နိုင်သလောက်ပါဝင်ကူညီ ခဲ့ပါတယ်။

“အဲဒီလို စိတ်ပျက်အားငယ်ရတဲ့ ခံစားချက်မျိုးကို ကျွန်မ နောက်ထပ် မခံစားချင်တော့ဘူး” လို့ သူမက ဆိုပါတယ်။ “ကျွန်မရဲ့ ရင်သွေးလေး လူလောကထဲကို ရောက်လာတဲ့ အခါ သူ ပထမဆုံး မြင်တွေ့ရမယ့်အရာဟာ ရေကြီးတဲ့အထဲမှာ မျောနေတဲ့ အမှိုက်တွေ မဖြစ်စေချင်တော့ဘူးလေ။”

GenCIVIC စီမံကိန်းရဲ့ အကျိုးသက်ရောက်မှုကတော့ ချက်ချင်းဆိုသလို သိသာထင်ရှားလှပါတယ်။ ရေမြောင်းတွေကို ရှင်းလင်းလိုက်ပြီး အများသုံး လက်နိမ့်တုံကင်အသစ် တစ်ခုကိုလည်း တပ်ဆင်လိုက်တဲ့အခါမှာတော့ ရေတွေဟာ အရင်ကထက် ပိုမိုမြန်ဆန်စွာ ပြန်လည်ကျဆင်းသွားခဲ့ပါတယ်။ “သန်းခေါင်ယံ ဒီရေတွေ” ဟာ ရက်အတော်ကြာအောင် အိမ်ထဲမှာ ဝပ်မနေတော့သလို၊ သန့်ရှင်းတဲ့ ရေကိုလည်း အချိန်မရွေး ရရှိနိုင်ပြီ ဖြစ်ပါတယ်။

အခုဆိုရင် မဝေမာဟာ သူမရဲ့ စိုးရိမ်ပူပန်မှုတွေအစား နူးညံ့တဲ့ အပြုံးလေးတွေနဲ့အတူ သူမရဲ့ ဝမ်းထဲက ရင်သွေးလေးကို စကားတွေ ပြောနေတတ်ပါပြီ။ ဒီအေးချမ်းမှုကပဲ သူမရဲ့ ကိုယ်ဝန်ဆောင်ကာလကို အလုံးစုံ ပြောင်းလဲစေခဲ့ပါတယ်။

“အခုတော့ ကျွန်မ မကြောက်တော့တဲ့အတွက် ကျွန်မရဲ့ ကလေးလေးလည်း ပျော်နေမှာကို သိနေပါတယ်။ ကျွန်မရဲ့ ဆုတောင်းဟာ GenCIVIC စီမံကိန်းနဲ့ ကျွန်မတို့ ရပ်ကွက်သားတွေရဲ့ လက်တွေ့ကတစ်ဆင့် ပြည့်ဝခဲ့ပါပြီ။ ကျွန်မရဲ့ ကလေးကို အမှောင်ထဲမှာထိုင်ပြီး မိုးလင်းမယ့်အချိန်ကို စောင့်နေရတဲ့ ဘဝမျိုး မဖြစ်စေချင်တော့ဘူး။ ကိုယ့်ရပ်ကွက်ကို ကိုယ်ဘယ်လို ကာကွယ်ရမလဲဆိုတာသိတဲ့ ပတ်ဝန်းကျင်မျိုးမှာပဲ သူတို့ကို ကြီးပြင်းစေချင်ပါတယ်”

မဝေမာဟာ အခုထက်ထိတော့ ယာယီအမိုးအကာအအောက်မှာ နေထိုင်နေရဆဲ ဖြစ်ပေမဲ့ သူမဟာ တစ်ယောက်တည်း မဟုတ်တော့ဘူးလို့ ခံစားနေရပါတယ်။ နောက်ဆုံးမှာတော့ အသက်ရှူချောင်သွားပြီဖြစ်တဲ့ ရပ်ကွက်လေးထဲမှာ သူမရဲ့ ရင်သွေးလေးကို ကြိုဆိုဖို့ အတွက် ပိုမိုခိုင်မာတဲ့ စိတ်ဓာတ်တွေနဲ့အတူ အနာဂတ်အတွက် အသင့်ရှိနေပါတော့တယ်။





“လွန်ခဲ့သည့် ဆယ်စုနှစ်ဝက်အတွင်း အရှေ့တောင်အာရှတွင် မကြာခဏ ပြင်းထန်သော မုန်တိုင်းများနှင့် မိုးသည်းထန်မှုများ ဖြစ်ပေါ်ခဲ့ပြီး၊ ၎င်းကြောင့် ရေကြီးမှုများ ဖြစ်ပေါ်ခဲ့သည်။ ၁၉၀၀ ခုနှစ်မှစ၍ ဒေသအတွင်း အနည်းဆုံး ၁,၅၇၅ ကြိမ်အထိ ရေနှင့်ဆိုင်သော ဘေးအန္တရာယ်များ ဖြစ်ပေါ်ခဲ့ကြသည်။ ရေကြီးမှုနှင့် မုန်တိုင်းများသည် အကြိမ်အများဆုံးဖြစ်ပေါ်သော ဘေးအန္တရာယ်များဖြစ်ပြီး၊ နောက်ဆုံး ၃၀ နှစ်အတွင်း သိသိသာသာ တိုးတက်မှုကို ပြသထားသည်။”



CHANGING DISASTER RISK LANDSCAPE DUE TO CLIMATE CHANGE IN ASEAN
ASEAN SOCIO-CULTURAL COMMUNITY TREND REPORT NO. 10 (2025)

ပုံပြင်များ အပိုင်း (၃)

ရှေ့ပြေးပုံစံငယ်မှ လက်တွေ့ စီမံကိန်းငယ်သို့ ပြောင်းလဲမှုများ

ရေကြီးမှုပြဿနာကို လူထုအခြေပြု နည်းလမ်းဖြင့် ဖြေရှင်းခြင်း	၅၀
အပူဒဏ်နှင့် ရေရှားပါးမှုဒဏ်များကြားတွင် အပြန်အလှန် ဖေးမကူညီကြခြင်း	၅၂
ယုံကြည်မှုကို အခြေတည်ရာ	၅၄
အပူဒဏ်နှင့် အမှိုက်သရိုက်များကို တိုက်ဖျက်ရန် အမျိုးသမီးများနှင့် လူငယ်များ ဦးဆောင်သည့် ခရီးစဉ်	၅၆

ရေကြီးမှုပြဿနာကို လူထု အခြေပြုနည်းလမ်းဖြင့် ဖြေရှင်းခြင်း



ဤဇာတ်လမ်းသည် မိမိတို့၏ ပတ်ဝန်းကျင်ကို အလေးအနက် တန်ဖိုးထားကြပြီး ဒေသတွင်း စိန်ခေါ်မှုများကို ဖြေရှင်းရန် စုပေါင်းလုပ်ဆောင်ခဲ့ကြသည့် အမျိုးသမီးတစ်စု၏ အကြောင်းဖြစ်ပါသည်။ ၎င်းတို့သုံးဦးစလုံးမှာ စေတနာ့ဝန်ထမ်းများဖြစ်ကြပြီး GenCIV-IC စီမံကိန်း၏ ရှေ့ပြေးမှုကြမ်း အဆင့်မှသည် အသေးစားရန်ပုံငွေ အဆင့် အထိ ပါဝင်ဆောင်ရွက်ရန် ရွေးချယ်ခံခဲ့ရသူများ ဖြစ်သည်။ ၎င်းတို့အတွက် ဤစီမံကိန်းသည် မိမိတို့လေ့လာထားသည့်များကို လက်တွေ့အကောင်အထည်ဖော်ရန်နှင့် မိမိတို့ပတ်ဝန်းကျင်ရှိ လူထုအပေါ် သက်ရောက်နေသည့် အမှန်တကယ်သော ပြဿနာများကို တုံ့ပြန်ဖြေရှင်းရန် ရရှိလာသည့် အခွင့်အရေးတစ်ခု ဖြစ်ခဲ့ပါသည်။

စီမံကိန်းစတင်ချိန်မှစ၍ ၎င်းတို့အဖွဲ့သည် ရပ်ရွာအတွင်း အချိန်ပေးကာ ဒေသခံများနှင့် တိုက်ရိုက်တွေ့ဆုံ မေးမြန်းခြင်းဖြင့် ရာသီဥတုနှင့် ဆက်စပ်နေသော ဒေသတွင်း ပြဿနာများကို နားလည်သဘောပေါက်ရန် အလေးထား ဆောင်ရွက်ခဲ့ကြသည်။ ထိုသို့လုပ်ဆောင်ရာတွင် လူအများအပြားမှာ လမ်းများပေါ်တွင် ရေကြီးရေလျှံမှုဒဏ်ကို ပုံမှန် ခံစားနေရပြီး ရာသီဥတုပြောင်းလဲမှုနှင့် ၎င်း၏ နောက်ဆက်တွဲ သက်ရောက်မှုများအပေါ် အသိပညာ ဗဟုသုတ နည်းပါးနေသေးသည်ကို တွေ့ရှိခဲ့ကြသည်။ ဤသို့ လူထုနှင့် ထိတွေ့ဆွေးနွေးမှုများက ၎င်းတို့၏ လုပ်ငန်းစဉ်များအတွက် လမ်းပြမြေပုံဖြစ်စေခဲ့ပြီး လက်တွေ့ကျသော လုပ်ဆောင်ချက်များ လိုအပ်နေသည်ကိုလည်း ပိုမိုခိုင်မာစေခဲ့ပါသည်။

“အစကတည်းက သင်ယူခဲ့တာတွေကို လက်တွေ့ အသုံးပြု ခွင့်ရခဲ့တယ်။ လူထုအတွင်းမှာ ကိုယ်တကယ် လုပ်ချင်တဲ့ အရာတွေကို လုပ်နိုင်ခဲ့လို့ ကျေနပ်မိပါတယ်။”

စီမံကိန်းတိုးတက်လာသည်နှင့်အမျှ အဖွဲ့သည် ရပ်ရွာလူထုအား ပါဝင်ဆောင်ရွက်ကြရန် တက်ကြွစွာ ဖိတ်ခေါ်ခဲ့သည်။ ၎င်းတို့၏ ပြောပြချက်အရ လူထုကို ဖိတ်ခေါ်သည့် အခါတိုင်း အထူးသဖြင့် ရေကြီးရေလျှံမှုဒဏ်ကို ကိုယ်တိုင်ကိုယ်ကျ ကြုံတွေ့နေရသူများကြားတွင် ပူးပေါင်းပါဝင်မှုမှာ အလွန်အားကောင်းကြောင်း သိရသည်။ အချို့သော ဒေသခံများက အခြေ အနေများ တိုးတက်ကောင်းမွန်လာမည်ဟု ကြီးမားသော မျှော်လင့်ချက်များ ထားရှိကြပြီး၊ အချို့ကမူ ဖြစ်နိုင်ပါက ငွေကြေးအရပင် ထည့်ဝင်ကူညီလိုကြကြောင်း ပြောဆိုခဲ့ကြသည်။ လူထုနှင့် ထိတွေ့ဆက်ဆံရာတွင် အမြဲတမ်း မလွယ်ကူခဲ့သော်လည်း အဖွဲ့အနေဖြင့် ဒေသခံများနှင့် တိုက်ရိုက်ထိတွေ့ကာ ရင်းနှီးသော ဆက်ဆံရေးများ တည်ဆောက်ခြင်းကို ဆက်လက်လုပ်ဆောင်ခဲ့ပါသည်။

အသေးစားရန်ပုံငွေအဆင့်တွင် အဖွဲ့သည် မြေအောက်ရေ ပြန်လည်ဖြည့်တင်းရေး လုပ်ငန်းစဉ် အတွက် ပံ့ပိုးကူညီမှုများ ရရှိခဲ့သည်။ ၎င်းတို့အနေဖြင့် ဤလုပ်ဆောင်ချက်သည် ဒေသတွင်း ကြုံတွေ့နေရသော ရေနှင့်ပတ်သက်သည့် စိန်ခေါ်မှုများကို ဖြေရှင်းရန်အတွက် အရေးကြီးသော ခြေ လှမ်းတစ်ခုအဖြစ် ရှုမြင်ကြသည်။ တစ်ချိန်တည်းမှာပင် ဤစီမံကိန်းကြောင့် ၎င်းတို့၏ ခေါင်းဆောင်မှုကဏ္ဍနှင့် စီစဉ်ညှိနှိုင်းမှုစွမ်းရည်များ တိုးတက်လာခြင်း၊ ရပ်ရွာလူထုနှင့် ပိုမိုခိုင်မာသော ဆက်ဆံရေးများ တည်ဆောက်နိုင်ခြင်း အစရှိသည့် တစ်ဦးချင်းစီ၏ ပြောင်းလဲတိုးတက်မှုများကိုလည်း ၎င်းတို့က ရှင်းပြခဲ့ကြပါသည်။

“ဒေသစုဆောင်းတဲ့အချိန် လူတွေမှာ ရာသီဥတု ပြောင်းလဲမှုအပေါ် သိမြင်နားလည်မှု အလွန်နည်းနေသေးတာကို တွေ့ရပါတယ်။”

နောင်အနာဂတ်သို့ မျှော်ကြည့်ရာတွင်လည်း စိန်ခေါ်မှုများစွာ ကျန်ရှိနေသေးကြောင်း အဖွဲ့က လက်ခံနားလည်ထားပါသည်။ ရေပြဿနာ၊ ရေကြီးရေလျှံမှုနှင့် အခြားသော နေ့စဉ်လူမှုဘဝ ရန်ကန်မှုများသည် လူထု၏ဘဝအပေါ် ဆက်လက်သက်ရောက်နေဆဲ ဖြစ်သည်။ သို့သော်လည်း ၎င်းတို့အနေဖြင့် ရပ်ရွာလူထု၏ အသံများကို ဆက်လက်နားစွင့်သွားရန်နှင့် ဒေသတွင်း လိုအပ်ချက်များကို ဖြည့်ဆည်းပေးမည့် ရှေ့ဆက်လုပ်ငန်းစဉ်များတွင် ဆက်လက်ပါဝင်ကူညီသွားရန် ဆန္ဒရှိကြောင်း ဖော်ပြခဲ့ကြသည်။

၎င်းတို့၏ အတွေ့အကြုံများသည် အပြန်အလှန် ဆွေးနွေးမှု၊ ပူးပေါင်းပါဝင်မှုနှင့် လက်တွေ့လုပ်ဆောင်မှုများမှတစ်ဆင့် ပေါ်ထွက်လာသည့် ရပ်ရွာအခြေပြု လုပ်ဆောင်ချက်လေးများသည် ရာသီဥတုပြောင်းလဲမှုဆိုင်ရာ စိန်ခေါ်မှုများကို အဓိပ္ပာယ်ရှိရှိ မည်သို့ဖြေရှင်းပေးနိုင်ကြောင်း ထင်ဟပ်ဖော်ပြနေပါသည်။

SUMMER SHELTER LIBRARY

“လမ်းမှာ အမြဲတမ်း ရေကြီးတဲ့ဒဏ်ကို ခံနေရတဲ့ လူတွေက အထူး စိတ်ဝင်စားကြပါတယ်။”



“၂၀၀၃ မှ ၂၀၂၂ အထိ ကာလအတွင်း သဘာဝဘေးအန္တရာယ် ဖြစ်ပွားမှုအကြိမ်ရေ အမြင့်ဆုံးကို အာရှဒေသက ခံစားခဲ့ရပြီး စုစုပေါင်း၏ ၇၇.၈% ကို ပါဝင်ထားပါသည်။ ၂၀၂၃ ခုနှစ်တွင် မိုးခေါင်ခြင်း၊ မြေငလျင်များ၊ အပူချိန်လွန်ကဲမှုများ၊ ရေကြီးမှုများ၊ မြေပြိုမှုများ၊ မုန်တိုင်းများ၊ မီးတောင် လှုပ်ရှားမှုများနှင့် တောမီးများ အပါအဝင် လူထုအပေါ်တိုက်ရိုက် သက်ရောက်မှုအရ အထိခိုက်ခံရသူ စုစုပေါင်း၏ ၇၁.၄% သည် အာရှဒေသ တွင် တည်ရှိနေပါသည်။”



INTERGOVERNMENTAL PANEL ON CLIMATE CHANGE (IPCC), 2022

အပူဒဏ်နှင့် ရေရှားပါးမှုဒဏ်များကြားတွင် အပြန်အလှန်ဖေးမကူညီကြခြင်း



TAUNGGYI
NEIGHBOURHOOD
NETWORK



ဤအဖွဲ့သည် ပြောင်းရွှေ့နေထိုင်သူများဖြင့် ဖွဲ့စည်းထားပြီး၊ အခြားသော ပြောင်းရွှေ့နေထိုင်သူများနှင့် အတူ နေထိုင်ကာ အလုပ်လုပ်နေကြသူများဖြစ်ကြသည်။ သူတို့ကိုယ်တိုင် ခက်ခဲသော အခြေအနေများနှင့် ရင်ဆိုင်နေသော်လည်း၊ ရပ်ရွာအတွင်း နေထိုင်ရေရည် သက်ရောက်မှုရှိသော ရာသီဥတုစီနီဆီဆီများကို ဖြေရှင်းရန် အဖွဲ့အဖြစ် စုစည်းဆောင်ရွက်လာကြသည်။

GenCIVIC စီမံကိန်းမှတစ်ဆင့် အဖွဲ့သည် အပူဒဏ်ရယ်၊ ရေရှားပါးခြင်းနှင့် သက်ဆိုင်သော လက်တွေ့လှုပ်ရှားမှုများတွင် ပါဝင်ခဲ့သည်။ စီမံကိန်းအဆင့်အလိုက် အဖွဲ့သည် ရာသီဥတုဆိုင်ရာ အသိပညာပေး လက်ကမ်းစာစောင်များ၊ သာမိုမီတာများ၊ သဘာဝရေစစ်အိုးများ ဖြန့်ဝေခဲ့ပြီး ရွှေ့ပြောင်းယာယီနေရာများတွင် နေထိုင်သော မိသားစုများ၏ လိုအပ်ချက်များကို တိုက်ရိုက် ဖြေရှင်းနိုင်ခဲ့သည်။ အဖွဲ့ဝင်အချို့အတွက် ရာသီဥတုနှင့် သက်ဆိုင်သော လုပ်ငန်းများတွင် ပထမဆုံးအကြိမ် ပါဝင်မှုဖြစ်ခဲ့သော်လည်း သင်ယူလေ့လာစရာ အတွေ့အကြုံသစ်တစ်ခု ဖြစ်ခဲ့ပါသည်။

“ကျွန်တော်တို့လိုအပ်သည့် အရာကို ပေးလိုက်ရင် လူတွေ ဖျော်ပါတယ်။ ဒါက ကျွန်တော်ကိုလည်း ဖျော်စေပါတယ်။”

စီမံကိန်းသည် ရွှေ့ပြောင်းမှုကြမ်း အဆင့်မှ အသေးစားရန်ပုံငွေ အဆင့်သို့ ရောက်ရှိသည့် အချိန်တွင်၊ အဖွဲ့သည် အလှူရှင်များ၊ ရပ်ရွာအသိုင်းအဝိုင်းတို့နှင့် ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်မှုကို ခိုင်မာစေခဲ့သည်။ ရပ်ရွာလိုအပ်ချက်များနှင့် ရာသီဥတုသတင်းအချက်အလက်များကို ချိတ်ဆက်အသုံးပြုနိုင်ရန် သင်ယူခဲ့ပြီး၊ အခြားသူများနှင့် မျှဝေရာတွင် ယုံကြည်မှုတိုးလာခဲ့သည်။ အသေးစားရန်ပုံငွေ အကောင်အထည်ဖော်ခြင်းအတွက် ရွေးချယ်ခံရခြင်းသည် အဖွဲ့ဝင်များအတွက် ဂုဏ်ယူစရာဖြစ်ခဲ့ပြီး၊ အရင်က မလုပ်ဖူးသည့် အဖွဲ့ဝင်များအတွက် အတွေ့အကြုံသစ် ဖြစ်ခဲ့သည်။

“ကျွန်တော် စိတ်အားမပျက်ဘူး။ ပိုမိုသင်ယူနိုင်ခဲ့ပြီး၊ ကျွန်တော်တို့နေရာ လိုအပ်ချက်များကို ချိတ်ဆက်နိုင်ခဲ့ပါတယ်။ ပိုမို သင်ယူပြီး ရပ်ရွာကို မျှဝေချင်ပါတယ်။”

ရွှေ့ပြောင်းနေထိုင်သူများအတွက် ကူညီထောက်ပံ့ခြင်းများလုပ်ဆောင်ရာတွင် အခက်အခဲများမရှိဘူးမဟုတ်ပါ။ အထူးသဖြင့် အမျိုးသမီးများသည် ဆွေးနွေးပွဲများ သို့မဟုတ် လှုပ်ရှားမှုများတွင် ပါဝင်ရန် အချိန်နည်းပါးခဲ့သည်။ ရာသီဥတုစီနီဆီဆီနှင့် ဆက်စပ်ပြီး လက်တွေ့လိုအပ်ချက်များကို ဖြည့်ဆည်းရသည်။ သို့သော် ပါဝင်မှုအနေအထားမှာ တည်ငြိမ်နေခဲ့ပြီး၊ အဖွဲ့သည် ယုံကြည်မှုနှင့် ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်မှုကို

တည်ဆောက်နိုင်ခဲ့သည်။ အထူးသဖြင့် အဖွဲ့ဝင်တစ်ဦးသည် မူကြမ်းလှုပ်ရှားမှုများအပြီး အလုပ်တစ်ခု ရရှိခဲ့ခြင်း မှာ အဖွဲ့အတွက် အထူးဝမ်းမြောက်စရာ ဖြစ်ခဲ့သည်။

အနာဂတ်ကို မျှော်ကြည့်ရာတွင် အဖွဲ့၏ ရည်မှန်းချက်များမှာ ရိုးရှင်းသော်လည်း လက်တွေ့ကျသည်။ ရေသည် အဓိကစိုးရိမ်ရသော အချက်ဖြစ်ပြီး၊ အဖွဲ့ဝင်များသည် ရေသိုလှောင်စနစ်များ သို့မဟုတ် ပိုမိုကြီးမားသော ရေလှောင်ကန်များ တည်ဆောက်ရန် စိတ်အားထက်သန်ကြသည်။ ထို့အပြင် အမျိုးသမီးများ၏ အသက်မွေးဝမ်းကျောင်းကို ထောက်ပံ့ခြင်းသည် ခိုင်မာမှု၊ ခေါင်းဆောင်မှုနှင့် ရာသီဥတုပြောင်းလဲမှုအတွက် ရှေ့ဆက်တိုက်ပြန်နိုင်စွမ်းနှင့် တိုက်ရိုက်ဆက်စပ်နေကြောင်းလည်း ဖော်ပြထားသည်။

“ရာသီဥတုပြောင်းလဲမှုကြောင့် အလုပ်အကိုင်နည်းပါးပြီး ဝင်ငွေ နည်းပါးနေတယ်။ အမျိုးသမီးတွေသာ ဝင်ငွေ ရနိုင်ခဲ့ရင်၊ သူတို့ဘဝပိုမိုလုံခြုံသွားပါလိမ့်မယ်။”

သူတို့၏ ဇာတ်လမ်းသည် သင်ယူမှု၊ အပြန်အလှန် ထောက်ပံ့မှုနှင့် လှုပ်ရှားမှုတို့အပေါ် အခြေခံပြီး၊ ဒုက္ခရောက်နေသူများလည်း ရပ်ရွာအတွက် အဓိက ရာသီဥတုလုပ်ငန်းများကို ဦးဆောင်နိုင်ကြောင်း ပြသနေသည်။

THE KINGDOM FOR CHARITY -
KHUN TUN LAY FOUNDATION



“ရာသီဥတု ပြောင်းလဲမှုနှင့် ခံနိုင်ရည် ဆက်စပ်မှုကို ပြသသည့် ဒေသများသည် အများအားဖြင့် အရှေ့တောင်အာရှတွင် တည်ရှိနေသည်။”



THE CENTRE FOR RESEARCH ON THE EPIDEMIOLOGY OF DISASTERS (CRED), 2024.

ယုံကြည်မှုတို့ အခြေတည်ရာ



YANGON
NEIGHBOURHOOD
NETWORK



ဤဇာတ်လမ်းသည် မိမိတို့၏ လူမှုဝန်းကျင်အပေါ် အလေးအနက် တန်ဖိုးထားပြီး ရပ်ရွာဖွံ့ဖြိုးရေး လုပ်ငန်းများတွင် တက်ကြွသော အင်အား၊ စိတ်အားထက်သန်မှု၊ ခိုင်မာသော သန္နိဋ္ဌာန်တို့ဖြင့် အစဉ်တစိုက် ရေတန်းမှ မားမားမတ်မတ် ရပ်တည်နေသည့် အမျိုးသမီး ဦးဆောင်သော အဖွဲ့အစည်းတစ်ခု၏ အကြောင်းကို ဖော်ပြထားပါသည်။ ဤဇာတ်လမ်းမှတစ်ဆင့် GenCIVIC စီမံကိန်းကာလအတွင်း ရေပြေးမှုကြမ်း အဆင့်မှသည် အသေးစားရန်ပုံငွေများ ရရှိသည့်အထိ ၎င်းတို့၏ ဖြတ်သန်းမှုခရီးစဉ်ကို လေ့လာနိုင်မည်ဖြစ်ပြီး၊ အပူလွန်ကဲခြင်း နှင့် ရေကြီးရေလျှံခြင်း ပြဿနာများကို ဖြေရှင်းရန် ၎င်းတို့၏ စိတ်ကူးစိတ်သန်းများကို မည်သို့အောင်မြင်စွာ အကောင်အထည်ဖော်ခဲ့သည်ကို တွေ့မြင်ရမည် ဖြစ်ပါသည်။ ထို့အပြင် နောင်အနာဂတ်တွင် ဆက်လက်လုပ်ဆောင်သွားမည့် လုပ်ငန်းစဉ်များအပေါ် ၎င်းတို့၏ မျှော်လင့်ချက်နှင့် မျှော်မှန်းချက်များကိုလည်း ဝေမျှထားပါသည်။

“ဒီ GenCIVIC စီမံကိန်းက ကျွန်တော်တို့ကို အများကြီးပြောင်းလဲစေခဲ့ပါတယ်။ ကျွန်တော်တို့ရပ်ရွာကို ပိုမိုနက်နဲစွာနားလည်စေပြီး အရေးပေါ်အဖြစ်ဆုံး ပြဿနာများကို သေချာစွာ ဖော်ထုတ်နိုင်ခဲ့ပါတယ်။”

စီမံကိန်းစတင်ချိန်တွင် အဖွဲ့သည် ရပ်ရွာလူထုနှင့် တိုက်ရိုက်ထိတွေ့ဆက်ဆံကာ အဓိက ရင်ဆိုင်နေရသော စိန်ခေါ်မှုများကို ဖော်ထုတ်ခဲ့ကြသည်။ ထိုသို့ လုပ်ဆောင်ခြင်းဖြင့် အမှိုက်များစုပုံလာမှုကြောင့် ဖြစ်ပေါ်ရသော ရေကြီးခြင်းနှင့် အပူလွန်ကဲခြင်းတို့သည် ဒေသခံများအတွက် အဓိကစိုးရိမ်ပူပန်စရာများ ဖြစ်နေကြောင်း ရှာဖွေတွေ့ရှိခဲ့ကြသည်။ ထို့ကြောင့် ၎င်းတို့သည် အဆိုပါပြဿနာများနှင့် ကိုက်ညီမညီ လက်တွေ့ကျသော ဖြေရှင်းနည်းများကို ဖော်ဆောင်ခဲ့ပြီး ရပ်ရွာအတွင်း အောင်မြင်စွာ အကောင်အထည်ဖော်နိုင်ခဲ့ပါသည်။

“လုပ်ငန်းဆောင်တာ နှစ်ခု၊ သုံးခုခန့် ပြီးစီးသွားတဲ့အခါမှာတော့ ရပ်ရွာလူထုက ကျွန်မတို့အပေါ် ပိုပြီးတော့ ရင်းနှီးပွင့်လင်းလာကြပါတယ်။ ကျွန်မတို့ ရပ်ကွက်ထဲကို သွားတဲ့အခါတိုင်း ဒေသခံတွေက သူတို့ကြိုတွေ့နေရတဲ့ အခက်အခဲတွေနဲ့ သူတို့တကယ်ဖြစ်စေချင်တဲ့ ဖြေရှင်းနည်းတွေကို ပွင့်ပွင့်လင်းလင်း ပြောပြလာကြသလို၊ မိမိတို့ရဲ့ လူမှုပတ်ဝန်းကျင် တိုးတက်ကောင်းမွန်လာဖို့အတွက်လည်း အရင်ကထက် ပိုမိုတက်ကြွစွာ ပါဝင်လာကြပါတယ်။”

စီမံကိန်းကာလတစ်လျှောက်လုံးတွင် အဖွဲ့ဝင်များသည် ထိုဒေသခံများ မဟုတ်ကြသော်လည်း ရပ်ရွာလူထုနှင့် နီးကပ်စွာ လက်တွဲဆောင်ရွက်ခဲ့ကြပြီး လူထုကလည်း ၎င်းတို့၏ ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်မှုကို အစဉ်တစိုက် ဝမ်းမြောက်ဝမ်းသာ ကြိုဆိုခဲ့ကြသည်။ ၎င်းတို့သည် ပတ်ဝန်းကျင်ထိန်းသိမ်းရေး အသိပညာပေးဟောပြောပွဲများ ကျင်းပခြင်း၊ အမှိုက်ကောက်သုများကို ကူညီပိုင်းခြင်း၊ ပတ်ဝန်းကျင်ဆိုင်ရာ အသိပညာပေး ဘုတ်ဂိမ်းများမှတစ်ဆင့် ဗဟုသုတများ မျှဝေခြင်းနှင့် အပူခံ OPP အပြားများ ဖြန့်ဝေပေးခြင်း အစရှိသည့် လုပ်ငန်းပေါင်းစုံကို ဆောင်ရွက်ခဲ့ကြသည်။ ဤကဲ့သို့ စဉ်ဆက်မပြတ် ကြိုးပမ်းအားထုတ်မှုများကြောင့် ရပ်ရွာအတွင်း ခိုင်မာသော ယုံကြည်မှုကို တည်ဆောက်နိုင်ခဲ့ပါသည်။ မိမိတို့အပေါ် ကူညီလိုသော အဖွဲ့၏ စိတ်ရင်းနှီးမှုနှင့် ကြိုးပမ်းအားထုတ်မှုများကို ဒေသခံများက အသိအမှတ်ပြုလာကြသည့်အတွက်ကြောင့်လည်း ယနေ့တိုင် အဖွဲ့အား ဆက်လက်ကြိုဆိုနေကြပြီး ပူးပေါင်းလုပ်ဆောင်နေကြခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

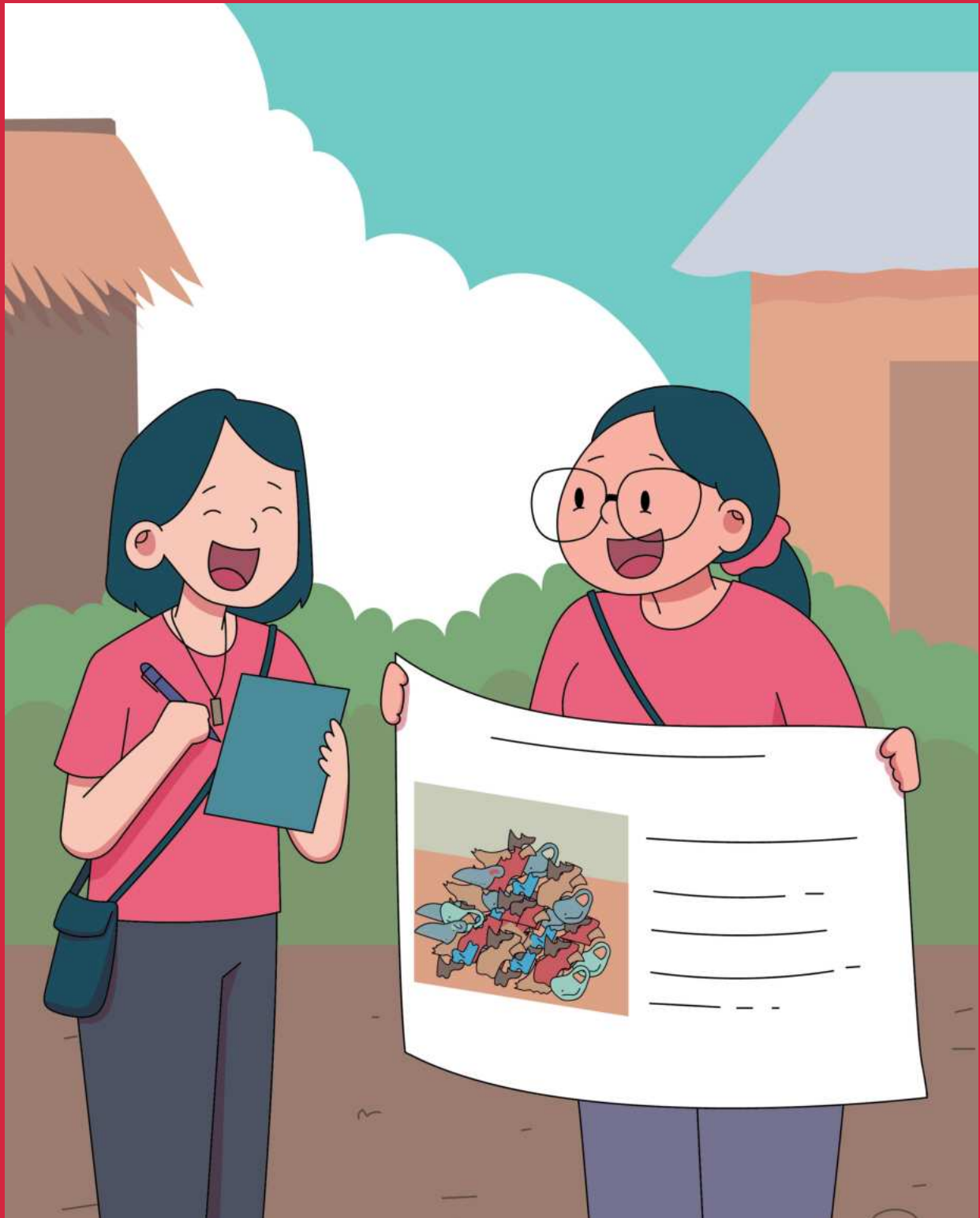
“ပြောင်းလဲမှုဆိုတာ ရပ်ရွာလူထုကြားမှာတင် ဖြစ်ပေါ်ခဲ့တာ မဟုတ်ပါဘူး။ ကျွန်မတို့ကိုယ်တိုင်ဆီမှာလည်း ပြောင်းလဲမှုတွေ ရှိ ခဲ့ပါတယ်။ မူကြမ်းအဆင့်ကနေ အသေးစားရန်ပုံငွေတွေ ရရှိတဲ့အထိ ရပ်ရွာလူထုနဲ့ နီးနီးကပ်ကပ် လက်တွဲလုပ်ဆောင်ခဲ့ရတာဟာ ကျွန်မတို့အတွက် နောက်ထပ် ပိုပြီး လုပ်ဆောင်ပေးချင်စိတ်ဖြစ်အောင် ခွန်အားတွေ ပေးခဲ့ပါတယ်။ လုပ်ငန်းစဉ်တစ်ခုချင်းစီ တိုင်းမှာ ကျွန်မတို့ကြားက ရင်းနှီးကျွမ်းဝင်မှုတွေ ပိုမိုနက်ရှိုင်းလာခဲ့ပြီး အခုဆိုရင် အဲဒီရပ်ရွာကို ကျွန်မတို့ တကယ်ကို ချစ်မြတ်နိုးသွား ခဲ့ပါပြီ။”

ရပ်ရွာလူထုနှင့် နီးနီးကပ်ကပ် လက်တွဲဆောင်ရွက်ခြင်းသည် လွယ်ကူသော အရာမဟုတ်ပါ။ အောင်မြင်မှုရရှိရန် စိတ်အားထက်သန်မှု၊ စေတနာအရင်းခံပြီး ကိုယ်ကျိုးစွန့်အနစ်နာခံမှုနှင့် ခိုင်မာသော ဦးဆောင်မှုတို့ လိုအပ်ပါသည်။ Freedom အဖွဲ့အစည်းသည် ရပ်ရွာလူထုအတွက် စိတ်ရင်းနှီးမှုဖြင့် ပံ့ပိုးကူညီသူဆိုသည်မှာ မည်သို့ရှိရမည်ကို သက်သေပြခဲ့ပါသည်။ တစ်ခါတစ်ရံတွင် အဖွဲ့ဝင်များသည် လုပ်ငန်းအပေါ် အာရုံစိုက်လွန်းလှသဖြင့် ရပ်ကွက်ထဲသွားသည့်အခါ ထီး သို့မဟုတ် ဦးထုပ် ယူဆောင်သွားရန်ပင် မေ့လျော့နေတတ်ကြပြီး၊ ရပ်ရွာလူထုကပင် သူတို့၏ထီးများကို ပေးကမ်းကာ ရရှိစိုက်ရန် သတိပေးခဲ့ကြရပါသည်။ အသေးအဖွဲ့လေးဟု ထင်ရသော်လည်း အဓိပ္ပာယ်ရှိသော အခိုက်အတန့်လေးများက ထိုအဖွဲ့သည် သူတို့ကူညီနေသော ပြည်သူများအပေါ် မည်မျှအထိ စိတ်ရောကိုယ်ပါ နှစ်မြှုပ်ကာ ဆောင်ရွက်နေသည်ကို သေချာပြသခဲ့ပါသည်။

“နောင်အနာဂတ်မှာ အခွင့်အရေးရမယ်ဆိုရင် ကျွန်မတို့ရဲ့ လူမှုဝန်းကျင်မှာ ကြုံတွေ့နေရတဲ့ ရေကြီးရေလျှံမှုနဲ့ အပြင်းအထန် ပူပြင်းတဲ့ ပြဿနာတွေကို ဖြေရှင်းဖို့အတွက် ပိုမိုဆန်းသစ်တဲ့ နည်းလမ်းကောင်းတွေကို ထပ်မံဖော်ဆောင်သွားချင်ပါတယ်။”

၎င်းတို့၏ အကောင်အထည်ဖော် ဆောင်ရွက်မှုများကြောင့် ပိုမိုကောင်းမွန်သော အမှိုက်စီမံခန့်ခွဲမှုစနစ်ဖြင့် ရပ်ရွာအတွင်း ပိုမိုသန့်ရှင်းလာခဲ့ပြီး၊ အပူလွန်ကဲခြင်းနှင့် ရေကြီးရေလျှံခြင်းတို့၏ နောက်ဆက်တွဲ သက်ရောက်မှုများအပါအဝင် ပတ်ဝန်းကျင်ဆိုင်ရာ အသိပညာဗဟုသုတများကိုလည်း ဒေသခံများက ပိုမိုနားလည်သဘောပေါက်လာကြသည်။ လုပ်ဆောင်ချက်များမှာ ကြီးသည်ဖြစ်စေ၊ ငယ်သည်ဖြစ်စေ ၎င်းတို့၏ အကျိုးသက်ရောက်မှုမှာမူ သိသာထင်ရှားလှပါသည်။ အကယ်၍ နောင်အနာဂတ်တွင် အခွင့်အရေးများ ထပ်မံရရှိခဲ့မည်ဆိုလျှင် Freedom အဖွဲ့အစည်းအနေဖြင့် ၎င်းတို့၏ လူမှုဝန်းကျင်အတွင်း ရေကြီးခြင်းနှင့် အပူလွန်ကဲခြင်း ပြဿနာများကို ရင်ဆိုင်ဖြေရှင်းရန် အကျိုးပြုလုပ်ငန်းများကို မည်သို့ဆက်လက် လုပ်ဆောင်သွားမည်နည်းဆိုသည်ကို ကျွန်ုပ်တို့ စိတ်ဝင်တစား စောင့်ကြည့်လိုပါသည်။





“၂၀၁၉ ခုနှစ်အတွင်း အရှေ့တောင်အာရှနှင့် အရှေ့အာရှဒေသများတွင် ဆိုင်ကလုန်းမုန်တိုင်း၊ ရေကြီးရေလျှံမှုနှင့် တိုင်ဖွန်းမုန်တိုင်းများကြောင့် နေရပ်စွန့်ခွာ ရွှေ့ပြောင်းနေထိုင်ရသူပေါင်း ၉ ဒသမ ၆ သန်း ရှိခဲ့သည်။ ယင်းပမာဏသည် ထိုနှစ်အတွင်း တစ်ကမ္ဘာလုံးအတိုင်းအတာဖြင့် နေရပ် စွန့်ခွာရမှုအားလုံး၏ ၃၀ ရာခိုင်နှုန်းနီးပါး ရှိခဲ့ခြင်းဖြစ်သည်။”



UNITED NATIONS UNIVERSITY, CLIMATE CHANGE IN SOUTH-EAST ASIA: WHERE ARE WE AND WHAT ARE WE BOUND FOR?, 2022

အပူဒဏ်နှင့် အမှိုက်သရိုက်များကို တိုက်ဖျက်ရန် အမျိုးသမီးများနှင့် လူငယ်များ ဦးဆောင်သည့် ခရီးစဉ်



YANGON NEIGHBOURHOOD NETWORK



ဤဇာတ်လမ်းသည် လူငယ်များကို အဖွဲ့ဝင်များအဖြစ် စီမံကိန်း အကောင်အထည်ဖော်မှု လုပ်ငန်းစဉ်များတွင် တိုက်ရိုက်ပါဝင်စေသည့် အမျိုးသမီးဦးဆောင်သော အဖွဲ့အစည်း တစ်ခု၏ အကြောင်း ဖြစ်ပါသည်။ ဤဇာတ်လမ်းမှတစ်ဆင့် GenCIVIC စီမံကိန်းကာလ အတွင်း ရှေ့ပြေးမှုကြမ်း အဆင့်မှာသည် အသေးစားရန်ပုံငွေများ ရရှိသည့်အထိ ၎င်း တို့၏ ဖြတ်သန်းမှုခရီးစဉ်ကို လေ့လာနိုင်မည်ဖြစ်ပြီး၊ အပူလွန်ကဲခြင်းနှင့် အမှိုက်စီမံခန့်ခွဲ မှု ပြဿနာများကို ဖြေရှင်းရန် ၎င်းတို့၏ စိတ်ကူးစိတ်သန်းများကို မည်သို့အောင်မြင်စွာ အကောင်အထည်ဖော်ခဲ့သည်ကို တွေ့မြင်ရမည် ဖြစ်ပါသည်။ ထို့အပြင် နောင်အနာဂတ် တွင် ဆက်လက်လုပ်ဆောင်သွားမည့် လုပ်ငန်းစဉ်များအပေါ် ၎င်းတို့၏ ရည်မှန်းချက်များ ကိုလည်း ဝေမျှထားပါသည်။

“ဒီစီမံကိန်းမှာ ကျွန်တော် အသစ်တွေကို လေ့လာရခဲ့တယ်။ အရင်က မရရှိခဲ့တဲ့ ကျွမ်းကျင်မှုအသစ်များကို ရရှိနိုင်ခဲ့ပြီး၊ ပိုမိုလေ့လာချင်စိတ်ကို ဖြစ်စေပါတယ်။” စီမံကိန်းစတင်ချိန်တွင် LADDER အဖွဲ့သည် ရန်ကုန်နှင့် တောင်ကြီးမြို့ရှိ ရပ်ရွာလူထု နှင့် နီးနီးကပ်ကပ် လက်တွဲကာ ဒေသတွင်း၌ အရေးတကြီး ဖြေရှင်းရန် လိုအပ်နေ သော စီမံခန့်ခွဲမှုများကို ဖော်ထုတ်ခဲ့ကြသည်။ ထိုသို့ လုပ်ဆောင်ရာတွင် အပူလွန်ကဲခြင်း နှင့် အမှိုက်စီမံခန့်ခွဲမှု အားနည်းခြင်းတို့မှာ ဒေသခံပြည်သူများကို ထိခိုက်စေသည့် အဓိကပြဿနာများဖြစ်ကြောင်း ရှာဖွေတွေ့ရှိခဲ့ကြသည်။ ထိုအခြေအနေကို နားလည် သဘောပေါက်ပြီးနောက် ၎င်းတို့သည် အဆိုပါပြဿနာများနှင့် အဝင်ခွင်ကျဖြစ်မည့် လက်တွေ့ကျသော ဖြေရှင်းနည်းများကို ဖော်ဆောင်ခဲ့ကြပြီး GenCIVIC စီမံကိန်း၏ ရှေ့ပြေးမှုကြမ်း အဆင့်မှာသည် အသေးစားရန်ပုံငွေ အဆင့်များအထိ အောင်မြင်စွာ အကောင်အထည်ဖော်နိုင်ခဲ့ပါသည်။

“ကျွန်မတို့ရဲ့ လုပ်ငန်းစဉ်တွေကတစ်ဆင့် ရပ်ရွာလူထု နဲ့ ထိတွေ့ဆက်ဆံပြီးတဲ့နောက်မှာ သူတို့ရဲ့ ယုံကြည်မှုကို ရရှိခဲ့ပါတယ်။ ဒေသခံတွေက သူတို့ရဲ့ စိုးရိမ်ပူပန်မှုတွေ နဲ့ အကြံဉာဏ်တွေကို ကျွန်မတို့အိ ပွင့်ပွင့်လင်းလင်း ပြော ပြလာကြပါတယ်။ သူတို့ကိုယ်တိုင်လည်း ပတ်ဝန်းကျင်ကို ထိန်းသိမ်းကာကွယ်ဖို့အတွက် အရင်ကထက် ပိုပြီးတက် ကြွလာတာကို မြင်တွေ့ရတာဟာ တကယ်ကို ကြည်နူးစရာ ကောင်းတဲ့ ခံစားချက်ပါပဲ။”

စီမံကိန်းကာလတစ်လျှောက်လုံးတွင် LADDER အဖွဲ့သည် အမျိုးသမီးခေါင်းဆောင် များနှင့်အတူ လူငယ်အဖွဲ့ဝင်များကိုပါ ပူးပေါင်းပါဝင်စေခြင်းဖြင့် ရာသီဥတုပြောင်းလဲ မှု တိုက်ဖျက်ရေးတွင် မျိုးဆက်စုံပါဝင်သော ချဉ်းကပ်မှုပုံစံကို ဖော်ဆောင်ခဲ့သည်။ လုပ်ငန်းဆောင်တာများတွင် ပတ်ဝန်းကျင်ထိန်းသိမ်းရေး အသိပညာပေးဟောပြောပွဲ များ၊ လမ်းဘေးသစ်ပင်များစိုက်ပျိုး၍ အစိမ်းရောင်ရိပ်သာလမ်းများ ဖော်ဆောင်ခြင်းနှင့် အမှိုက်အိတ်ကဲ့သို့သော အမှိုက်စီမံခန့်ခွဲမှု ပစ္စည်းများ ဖြန့်ဝေခြင်းတို့ ပါဝင်သည်။ အဖွဲ့ သည် အသိပညာပေးခြင်းနှင့် လက်တွေ့လှုပ်ရှားမှု နှစ်မျိုးစလုံးတွင် ရပ်ရွာလူထုကို ပါဝင် စေခြင်းဖြင့် ခိုင်မာသော ယုံကြည်မှုကို တည်ဆောက်နိုင်ခဲ့ပြီး ပတ်ဝန်းကျင်ထိန်းသိမ်း ရေးတွင် တက်ကြွစွာ ပါဝင်လာစေရန် စိတ်အားထက်သန်မှုများ ပေးနိုင်ခဲ့ပါသည်။

“ဒီစီမံကိန်းဟာ ရပ်ရွာလူထုကိုတင် ပြောင်းလဲပေးခဲ့တာ မဟုတ်ပါဘူး။ ကျွန်မတို့ကိုယ်တိုင် ကိုလည်း ပြောင်းလဲစေခဲ့ပါတယ်။ လူထုနဲ့ နီးနီးကပ်ကပ် အလုပ်လုပ်ရတာဟာ ရာသီဥတု ဆိုင်ရာ ပြဿနာတွေ၊ တာဝန်ယူမှုရှိမှုနဲ့ ရေရှည်တည်တံ့မှုရဲ့ အရေးပါပုံတွေကို ပိုမို နားလည်လာစေခဲ့ပါတယ်” ဟု အဖွဲ့ဝင်တစ်ဦးက ဆိုသည်။

ဤခရီးစဉ်မှာ စီမံခန့်ခွဲမှုများလည်း ရှိခဲ့ပါသည်။ ရန်ကုန်တွင် ဘုရားကျောင်းတက်ချိန် များနှင့်အညီ လုပ်ငန်းစဉ်များ ညှိနှိုင်းဆောင်ရွက်ရခြင်း၊ သွားလာရေးကိစ္စများကို စီမံ ခန့်ခွဲရခြင်းနှင့် ရာသီဥတုဆိုင်ရာလုပ်ငန်းများကို ပထမဆုံးအကြိမ် လုပ်ဆောင်ရသည့် တာဝန်များကို ဟန်ချက်ညီအောင် ထိန်းညှိရခြင်းတို့မှာ အဖွဲ့ဝင်အားလုံး၏ စိတ်ရည်မှု နှင့် ပြောင်းလွယ်ပြင်လွယ်ရှိမှုတို့ကို လိုအပ်ခဲ့သည်။ သို့သော်လည်း အမျိုးသမီးများနှင့် လူငယ်အဖွဲ့ဝင်များ၏ ခိုင်မာသော သန္နိဋ္ဌာန်ကြောင့် စီမံကိန်းကို အောင်မြင်စွာ ရှေ့ဆက် နိုင်ခဲ့သည်။ ဤအတွေ့အကြုံများမှတစ်ဆင့် အဖွဲ့ဝင်များသည် ရပ်ရွာလူထုနှင့် ပိုမိုရင်းနှီး လာခဲ့သလို သဘာဝပတ်ဝန်းကျင်ကို ထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်ရန် လိုအပ်မှုကိုလည်း ပိုမို လေးစားတန်ဖိုးထားလာကြသည်။

“နောင်မှာ အခွင့်အရေး ထပ်ရမယ်ဆိုရင် ရေကြီးချိန်မှာသုံးမယ့် သဲအိတ်တွေ၊ ရေအိုး တွေနဲ့ ထိရောက်တဲ့ အမှိုက်သိမ်းဆည်းရေး ကိရိယာတွေလိုမျိုး ရပ်ကွက်ရဲ့ အရေးတကြီး လိုအပ်ချက်တွေကို ဦးစားပေး လုပ်ဆောင်ချင်ပါတယ်။ ဒါ့အပြင် ပတ်ဝန်းကျင်ထိန်းသိမ်း ရေး လုပ်ငန်းတွေကို ရေရှည်ဆောင်ရွက်နိုင်ဖို့အတွက် ရွယ်တူချင်းအစုအဖွဲ့တွေနဲ့ ကလေးကလပ်တွေကို ဖွဲ့စည်းသွားဖို့လည်း မျှော်မှန်းထားပါတယ်”

၎င်းတို့၏ ကြိုးပမ်းမှုများကြောင့် ရန်ကုန်နှင့် တောင်ကြီးမြို့ရှိ လူထုသည် အပူလွန်ကဲ ခြင်း၏ သက်ရောက်မှုများနှင့် အမှိုက်ကို စနစ်တကျ စွန့်ပစ်ခြင်း၏ အရေးပါပုံကို ပိုမို သိရှိလာခဲ့ကြသည်။ လုပ်ဆောင်ချက်များမှာ ကြီးသည့်ဖြစ်စေ၊ ငယ်သည့်ဖြစ်စေ LADDER အဖွဲ့၏ အကျိုးသက်ရောက်မှုမှာမူ သိသာထင်ရှားလှပါသည်။ အနာဂတ်စီမံကိန်း များအတွက် ၎င်းတို့၏ မျှော်မှန်းချက်များ၊ ရွယ်တူချင်းအသိပညာပေး လှုပ်ရှားမှုများ၊ သဘာဝဘေးအန္တရာယ် ကြိုတင်ပြင်ဆင်ရေး အစီအစဉ်များနှင့် လူငယ်များ၏ စဉ် ဆက်မပြတ် ပါဝင်မှုတို့မှာ ၎င်းတို့ကူညီနေသော လူမှုဝန်းကျင်အတွက် ကောင်းမွန်သော အပြောင်းအလဲများကို ဆက်လက်ဆောင်ကြဉ်းပေးနိုင်မည်ဟု ယုံကြည်ရပါသည်။

LADDER ORGANIZATION



“မြန်မာနိုင်ငံအကြောင်း ပြောရလျှင် ၁၉၆၀ ပြည့်နှစ်မှ ၂၀၂၀ ပြည့်နှစ်အတွင်း လူဦးရေသည် ၂၁ ဒသမ ၇ သန်းမှ ၅၄ ဒသမ ၄ သန်းအထိ တိုးတက်လာခဲ့သည်။ ဤကဲ့သို့ လူဦးရေတိုးပွားလာမှုသည် အိမ်သုံးရေ၊ စိုက်ပျိုးရေးနှင့် စက်မှုကဏ္ဍတို့အတွက် ရေလိုအပ်ချက်ကို ပိုမိုမြင့်မားစေခဲ့သည်။ နှစ်စဉ် ရေချိုးထုတ်ယူသုံးစွဲမှု ပမာဏသည် ၁၉၈၇ ခုနှစ်တွင် ကုဗမီတာ ၂ ဒသမ ၂၆ ဘီလီယံရှိရာမှ ၂၀၁၇ ခုနှစ်တွင် ၃၃ ဒသမ ၂၃ ဘီလီယံအထိ မြင့်တက်လာခဲ့သည်။ စိုက်ပျိုးရေးအတွက် မြေအောက်ရေကို အလွန်အကျွံ ထုတ်ယူသုံးစွဲခြင်းကြောင့်လည်း ဒေသအများအပြားတွင် မြေအောက်ရေ လျော့နည်းပြတ်လပ်မှုများ ဖြစ်ပေါ်လျက်ရှိသည်။”



FAO - MANAGING WATER SCARCITY IN ASIA AND THE PACIFIC, 2023

ကမ္ဘာကြီးဟာ မတူကွဲပြားမှုတွေနဲ့ ဖွဲ့စည်းထားတယ်



အမှန်စင်စစ်၊ ရာသီဥတုပြောင်းလဲမှုသည် လူသားအားလုံးအပေါ် သက်ရောက်မှုရှိနေသော်လည်း မတူကွဲပြားသော အစုအဖွဲ့များ အလိုက် ရင်ဆိုင်ရသည့် စိန်ခေါ်မှုများ၊ ကုစားနိုင်စွမ်းများနှင့် အတွေ့အကြုံများသည် တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး မတူညီဘဲ ထူးခြားချက်များ ရှိနေသည်မှာ ငြင်းမရသော အချက်ပင်ဖြစ်သည်။

ကံမကောင်းစွာဖြင့် ဤအချက်ကို သတိမပြုမိဘဲ လျစ်လျူရှုထားခဲ့ကြသည်မှာ ကြာခဲ့ပြီဖြစ်သည်။ ထို့ကြောင့် ကျွန်ုပ်တို့ကြားရှိ ကွဲပြားခြားနားမှုများကို အသိအမှတ်ပြု လက်ခံခြင်းဖြင့် ကျား၊ မ တန်းတူညီမျှမှုရှိပြီး အားလုံးပါဝင်နိုင်သော ကမ္ဘာကြီးတစ်ခုကို အတူတကွ တည်ဆောက်သွားကြပါစို့။





**THIS STORYBOOK IS PUBLISHED BY DOH EAIN AND
DISTRIBUTED FREE OF CHARGE.**

Project Supervision

Flora-Lou Leclair, Ni Ni Win

Principal Author

Sharing Myanmar

Social Empowerment with Ethical Responsibility

The Kingdom for Charity of Khun Htun Lay

Summer Shelter Library, Freedom, LADDER

Taunggyi Educational Learning Hub

Kyauk Tin Pone Institute

Women Led Climate Action Team

Flora-Lou Leclair, Swan Yee Htun Lwin,

Nang Sanmi Pyae Phyo Chit, Kyaw Zin Hein

Translation

Nang Sanmi Pyae Phyo Chit, Kyaw Zin Hein, Nyein Zar Thwe

Design

Soe Lwin, May Myat Noe, Soe Zayar

Illustrator

Khin - Illustration

Reviewer

Cho Cho Shwe, Flora-Lou Leclair, Swan Yee Tun Lwin, Ni Ni Win



ကျွန်ုပ်တို့

၂၀၂၅

ဇာတ်ကြောင်း ပုံပြင်စာအုပ်

ရာသီဥတုပြောင်းလဲမှုနှင့်အညီ လိုက်လျောညီထွေဖြစ်စေရေး လှုပ်ရှားမှု