ពិព័រណ៌ស្តីអំពី៖ «បរិយាបន្នលើសពីការនិយាយ»

នៅពីក្រោយពាក្យ «បរិយាបន្ន» មានវត្តមានមនុស្ស ដែលមានក្តីសង្ឃឹម ក្តីស្រមៃ សេចក្តីថ្លៃថ្នូរ និងសំឡេងដែលត្រូវតែទទួលស្គាល់។ ការចូលរួមរបស់ជនមានពិការភាពមិនមែនគ្រាន់តែជាការអញ្ជើញដើម្បីស្រង់យកវត្តមានប៉ុណ្ណោះទេ គឺត្រូវធានាថាគាត់អាចទទួលបានព័ត៌មានប្រាស្រ័យទាក់ទង ចែករំលែកចំណេះដឹង បទពិសោធន៍ និងចូលរួមបានពេញលេញក្នុងការស្រាវជ្រាវ ការពិភាក្សាគោលនយោបាយ និងការអភិវឌ្ឍប្រទេស។

ជាផ្នែកមួយនៃ **សប្តាហ៍លើកកម្ពស់បរិយាបន្នពិការភាពឆ្នាំ២០២៦** ពិព័រណ៌នេះចងក្រងនូវរឿងរ៉ាវ ទស្សនៈ និងការបោះពុម្ពផ្សាយនានាដែលបង្ហាញវឌ្ឍនភាព និងរបាំងនានាដែលនៅបន្តមាន។ **ពិព័រណ៌ស្តីអំពី៖ «បរិយាបន្នលើសពីការនិយាយ»** បង្ហាញថា បរិយាបន្នមិនអាចសម្រេចបានត្រឹមតែការចុះឈ្មោះឡើយ វាទាមទារឱ្យមានការគិតគូរពីបរិយាកាស ការផ្តល់ព័ត៌មាន វិធីសាស្ត្រទំនាក់ទំនង និងដំណើរការនានាដែលបង្កភាពងាយស្រួលដល់ការចូលរួមរបស់ជនមានពិការភាព និងធានាបានលទ្ធផលវិជ្ជមានបន្ទាប់ពីការចូលរួមរបស់គាត់។

តាមរយៈការទទួលស្គាល់ជនមានពិការភាព ជា**អ្នកស្រាវជ្រាវ អ្នកតស៊ូមតិ អ្នកដឹកនាំ និងអ្នកចូលរួមចំណែកដល់ការអភិវឌ្ឍរបស់ប្រទេសកម្ពុជា** ពិព័រណ៌នេះអញ្ជើញអ្នករៀបចំគោលនយោបាយ អ្នកស្រាវជ្រាវ អង្គការសង្គមស៊ីវិល ដៃគូអភិវឌ្ឍន៍ និងសាធារណជនទូទៅមកស្តាប់ រៀនសូត្រ និងគិតគូរពីមធ្យោបាយនានាដែលធ្វើឱ្យការស្រាវជ្រាវ ការផ្សព្វផ្សាយ និងការពិភាក្សាគោលនយោបាយកាន់តែមានបរិយាបន្ន។ គោលបំណងគឺ **បរិយាបន្នមិនត្រឹមតែការនិយាយប៉ុណ្ណោះទេ ប៉ុន្តែគឺការដាក់បញ្ចូលទៅជាការអនុវត្តជាក់ស្តែង។**

ពិព័រណ៌នេះគឺជាផ្នែកមួយនៃ **សប្តាហ៍លើកកម្ពស់បរិយាបន្នពិការភាពឆ្នាំ២០២៦** ដែលរៀបចំឡើងដោយ **កម្មវិធីពន្លកចំណេះ** និងគាំទ្រដោយរដ្ឋាភិបាលអូស្ត្រាលី។ កម្មវិធីនេះបង្ហាញពីការងារដែលអង្គការនានាទទួលបានការគាំទ្រតាមរយៈកម្មវិធីពន្លកចំណេះ កំពុងដាក់បញ្ចូលបរិយាបន្នពិការភាពទៅក្នុងការអនុវត្តជាក់ស្តែងនៅក្នុងការស្រាវជ្រាវ ការផ្សព្វផ្សាយ ការពិភាក្សាគោលនយោបាយ និងកិច្ចការផ្សេងៗ។

ចូលរួមជាមួយយើងខ្ញុំ | Follow us:

Exhibition: “Inclusion Beyond Words”

Behind the word “inclusion” are real people — with lived experiences, knowledge, hopes, dignity, and voices that should be heard. For persons with disabilities, meaningful participation is more than being invited into a room or conversation. It means being able to access information, communicate in ways that work for them, share their knowledge and experiences, and contribute meaningfully to research, communication, policy dialogue, and development processes.

As part of **Disability Week 2026**, this exhibition brings together stories, perspectives, and publications that highlight both progress and the barriers that remain. **“Inclusion Beyond Words”** asks us to look beyond participation in name and consider whether the environments, information, communication methods, and processes we create genuinely enable persons with disabilities to participate and influence what happens afterwards.

By recognising persons with disabilities as **knowledge holders, advocates, leaders, and contributors to Cambodia’s development**, the exhibition invites policymakers, researchers, civil society, development partners, and the wider public to listen, learn, and consider practical ways to make research, communication, and policy dialogue more inclusive. The aim is not simply to **talk about inclusion, but to put inclusion into practice.**

*This exhibition is part of **Disability Week 2026**, organised under the Australian Government–funded **Ponlok Chomnes** program. It showcases how organisations supported through Ponlok Chomnes are putting disability inclusion into practice across research, communication, policy dialogue, and other areas.*

ខ្ញុំចូលចិត្តធ្វើវាដោយខ្លួនឯង។ ប្រសិនបើខ្ញុំមិនរៀនពីវាទេ ខ្ញុំនឹងពឹងផ្អែកលើអ្នកដទៃជានិច្ច។

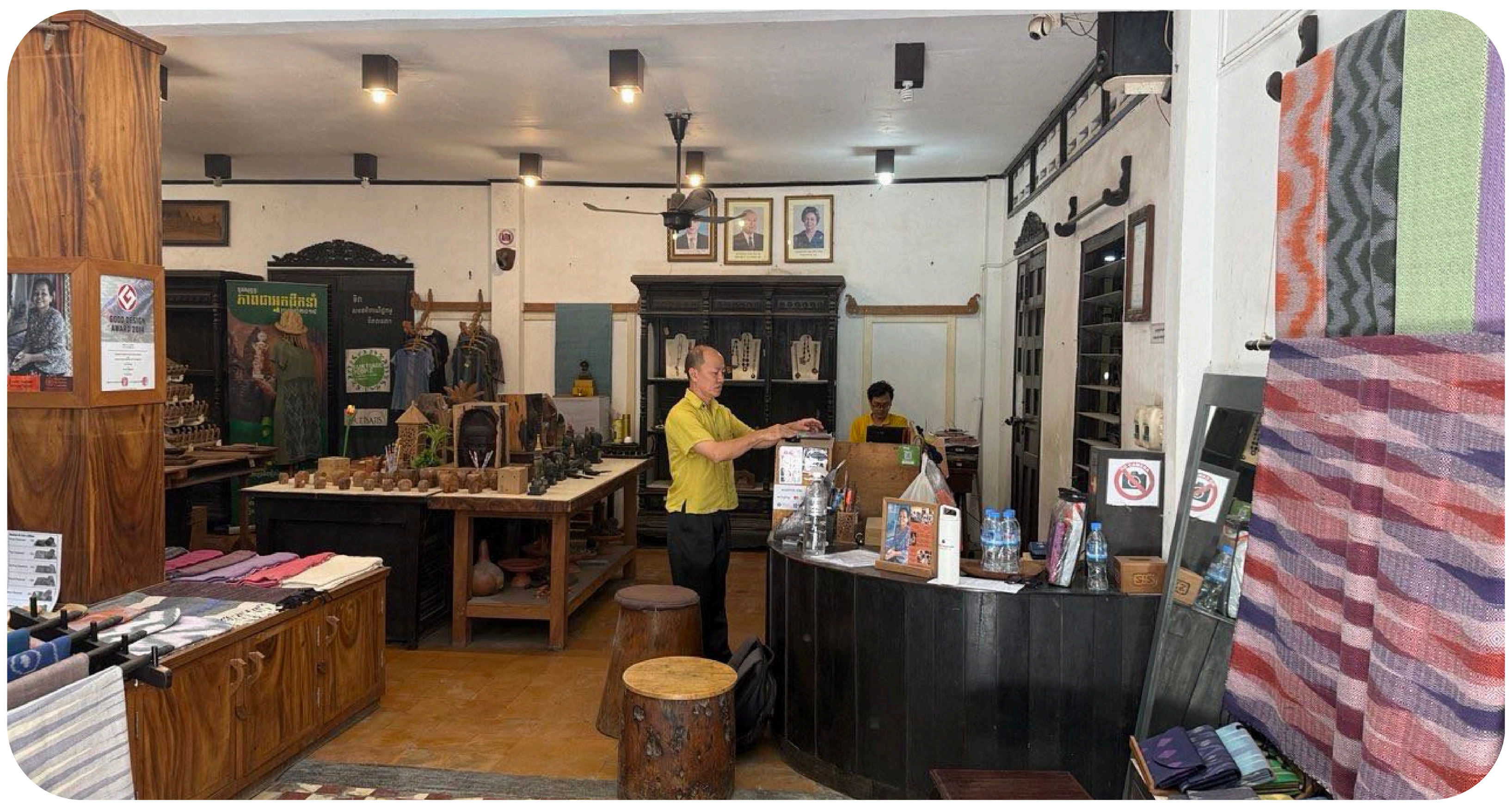
I prefer to do it on my own.
If I don't learn it, I will always depend on others.

សាម៉ីត គឺជាម្ចាស់អាជីវកម្មម្នាក់នៅរាជធានីភ្នំពេញ ដែលរស់នៅជាមួយពិការភាពកាយសម្បទាតាំងពីកុមារភាព។ នៅឆ្នាំ ២០២៣ សាម៉ីត បានសម្រេចចិត្តចុះបញ្ជីអាជីវកម្មរបស់គាត់ដោយខ្លួនឯង ជំនួសការពឹងពាក់ឈ្មួញកណ្ដាល។

"ខ្ញុំចូលចិត្តធ្វើវាដោយខ្លួនឯង។ ប្រសិនបើខ្ញុំមិនរៀនពីវាទេ ខ្ញុំនឹងពឹងផ្អែកលើអ្នកដទៃជានិច្ច។"

ការចុះបញ្ជីតាមអ៊ីនធើណិតបានជួយសម្រួលដំណើរការឱ្យកាន់តែលឿនជាងមុន និងកាត់បន្ថយការចំណាយក្រៅប្រព័ន្ធ។ ទោះយ៉ាងណា ដំណើរការមិនមែនតែងតែមានភាពងាយស្រួលសម្រាប់សាម៉ីតទេ។ ការរអាក់រអួលប្រព័ន្ធដោយមិនរំពឹងទុក និងការកំណត់ម៉ោងផ្ដល់សេវា ពេលខ្លះបានផ្ដល់ការរំខាន ដែលបង្ខំឱ្យគាត់ទៅកាន់ទីកន្លែងធ្វើការរបស់មន្ត្រីដោយផ្ទាល់។

បទពិសោធន៍របស់សាម៉ីតបង្ហាញថា សេវាឌីជីថលមានអត្ថប្រយោជន៍ និងផ្ដល់ភាពងាយស្រួលដែលធ្វើឱ្យមនុស្សអាចចុះបញ្ជីអាជីវកម្មរបស់ខ្លួនដោយឯករាជ្យបានងាយស្រួលជាងមុន ព្រមទាំងការផ្ដល់សេវាទាំងនេះមានភាពទូលំទូលាយដែលអាចចូលប្រើបានសម្រាប់មនុស្សដែលមានសមត្ថភាពខុសៗគ្នា។ សព្វថ្ងៃនេះ អាជីវកម្មរបស់គាត់បានចុះបញ្ជីពេញលេញ និងផ្ដល់ការងារមានស្ថិរភាពដល់មនុស្សចំនួនបួននាក់ រួមមានស្ត្រីពីរនាក់ដែលមានពិការភាពកាយសម្បទា។

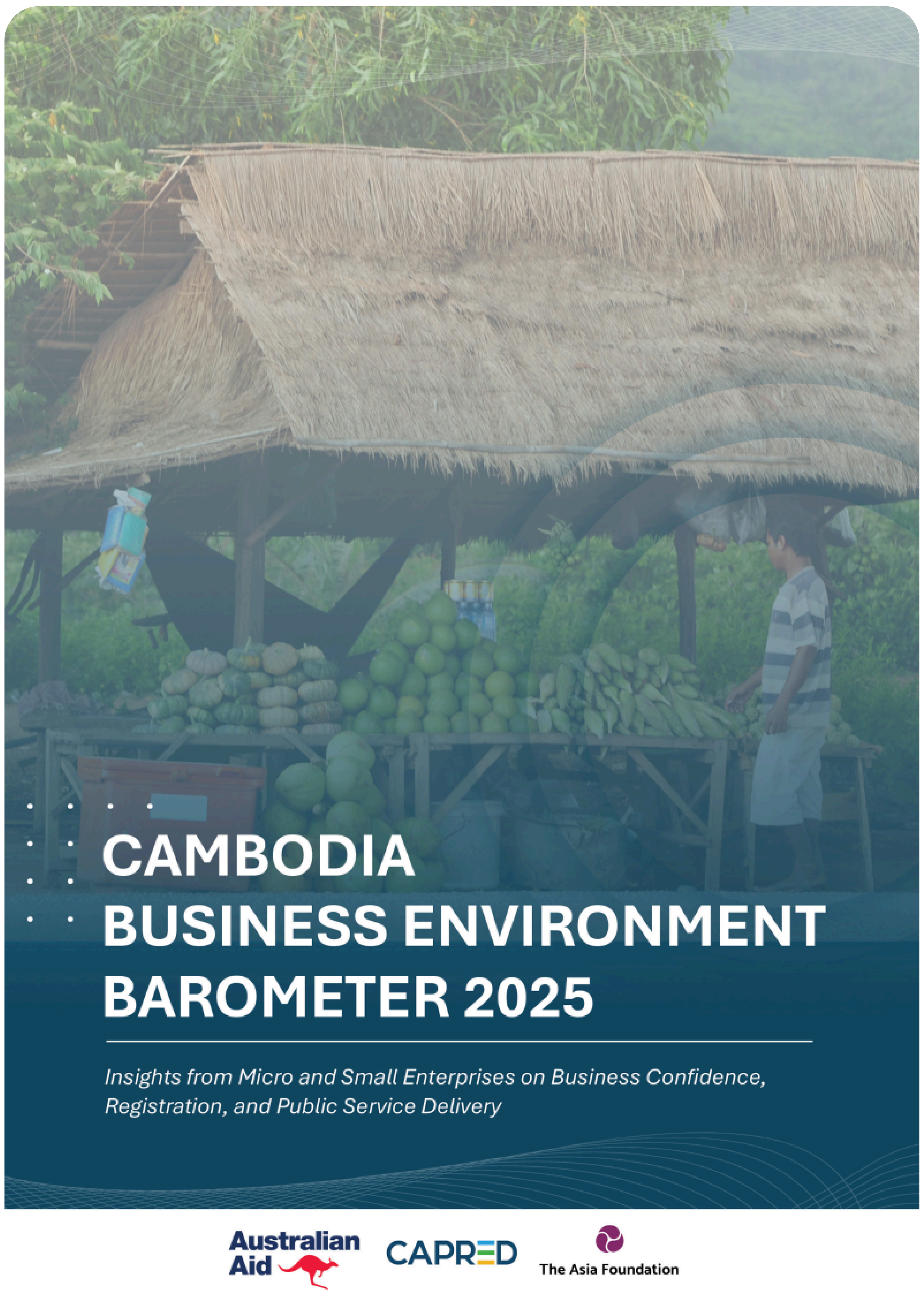


Samith is a business owner in Phnom Penh who has lived with a mobility disability since a young age. In 2023, Samith decided to register his business on his own rather than rely on a broker, saying

"I prefer to do it on my own. If I don't learn it, I will always depend on others."

Registering online made the process faster and reduced the need for informal payments. However, the process was not always smooth for Samith. Unexpected system downtime and limited service hours sometimes interrupted his progress, which required him to visit government offices.

Samith's experience shows how digital services have the potential to make it easier for people to register their businesses independently, while also highlighting the need to make these services more accessible to people with different abilities. Today, his business is fully registered and provides stable employment for four people, including two women with mobility disabilities.



អនុសាសន៍ I Recommendations

- កែលម្អដំណើរការចុះបញ្ជី និងការណែនាំឱ្យកាន់តែច្បាស់ និងងាយយល់ ហើយជួយសម្រួលដល់ដំណាក់កាលនីមួយៗ។
- ធានាថាសេវាឌីជីថលគោរពតាមស្ដង់ដារផាសុកវត្ថុជាសកល ជាឧទាហរណ៍ គោលការណ៍ណែនាំស្ដីពីភាពងាយស្រួលប្រើប្រាស់មាតិកាគេហទំព័រ។

- Improve registration processes and guidance to be more clear and to simplify the steps
- Ensure digital services adhere to global accessibility standards such as the Web Content Accessibility Guidelines.

អៀប អាយុ ៤៦ឆ្នាំ ជាស្ត្រីម្នាក់មានពិការភាពផ្នែកកាយសម្បទា រស់នៅក្នុងខេត្តសៀមរាប។ គាត់ជួបការលំបាកក្នុងការធ្វើចលនាតាំងពីអាយុ ១២ឆ្នាំ បន្ទាប់ពីរងរបួសខ្នងធ្ងន់ធ្ងរ និងការព្យាបាលបែបវេជ្ជសាស្ត្រ ដែលបណ្តាលឱ្យគាត់មិនអាចដើរបាន។ ជាច្រើនឆ្នាំកន្លងមកនេះ គាត់បានប្រឈមមុខនឹងការរើសអើង ភាពឯកោ និងការខ្វះខាតការគាំទ្រពីសហគមន៍របស់គាត់។

ក្នុងរយៈពេល ៧ឆ្នាំនេះ គាត់បានជួបប្រទះបញ្ហាប្រឈមនានាក្នុងជីវិតគ្រួសាររបស់គាត់ មុនពេលសម្រេចចិត្តដ៏លំបាកដើម្បីកសាងជីវិតខ្លួនឯងដោយឯករាជ្យ។

តាមរយៈការចូលរួមរបស់គាត់ក្នុងគម្រោងឆ្លុះ អៀប យល់ដឹងកាន់តែច្បាស់អំពីសិទ្ធិរបស់ខ្លួន កសាងទំនុកចិត្តឡើងវិញ និងអភិវឌ្ឍភាពធន់ដើម្បីជម្នះលើបញ្ហាប្រឈម និងបន្តដំណើរទៅមុខដោយក្តីសង្ឃឹម។

Earb, a 46-year-old woman with a physical disability, lives in Siem Reap province. She has experienced limited mobility since the age of 12 following a serious back injury and medical treatment that affected her ability to walk. For many years, she also faced stigma, isolation, and limited support from her community.

Additionally, over a period of seven years, she faced significant challenges in her home life before making the difficult decision to rebuild her life independently.

Through her participation in the Chhloh Project, Earb gained greater awareness of her rights, rebuilt her confidence, and developed the resilience to overcome challenges and move forward with hope.

អនុសាសន៍ I Recommendations

- ពង្រឹងការការពារផ្នែកច្បាប់ និងលទ្ធភាពទទួលបានយុត្តិធម៌សម្រាប់ជនដែលមានពិការភាព ដែលជួបប្រទះអំពើហិង្សា ការរំលោភបំពាន និងការរើសអើង។
- ពង្រីកសេវាគាំទ្រដែលរាប់បញ្ចូលជនដែលមានពិការភាព រួមមានការគាំទ្រផ្នែកផ្លូវចិត្ត ការគាំពារសង្គម និងកម្មវិធីការយល់ដឹងក្នុងសហគមន៍ ដែលលើកកម្ពស់សេចក្តីថ្លៃថ្នូរ បរិយាបន្ន និងការរួចផុតពីអំពើហិង្សា។

- Strengthen legal protection and access to justice for persons with disabilities who experience violence, abuse, and discrimination.
- Expand disability-inclusive support services, including psychosocial support, social protection, and community awareness programs that promote dignity, inclusion, and freedom from violence.

Australian Aid
PONLOK CHOMNES
The Asia Foundation
ល្ខោនឆ្លុះ CHHLOH THEATER

Kas, 76 years old, lives in Prek Kruos Lech village and is a person with a disability resulting from leg paralysis. He lives in poverty.

"Before, I had never had an opportunity to attend a forum with local authorities, so I did not raise my challenges to other development agencies and especially not to the local authorities in my commune."

In 2025, he attended a Citizen Roundtable Discussion where he raised his concerns, including his need for food, study materials for his grandchildren, an old bicycle, an ID-POOR card, and an emergency card, because he is currently staying with a neighbour.

From his participation, the Commune Councillor decided to include his requests in the Commune Investment Plan, demonstrating how citizen participation can help to advocate for their needs.

កាស អាយុ ៧៦ឆ្នាំ រស់នៅភូមិព្រែកគ្រួសលិច មានពិការភាពជើង។ គាត់រស់នៅក្នុងភាពក្រីក្រ។

“ពីមុន ខ្ញុំមិនដែលមានឱកាសចូលរួមវេទិកាជាមួយអាជ្ញាធរមូលដ្ឋានទេ ដូច្នេះខ្ញុំមិនបានលើកឡើងពីបញ្ហាប្រឈមរបស់ខ្ញុំទៅកាន់ភ្នាក់ងារអភិវឌ្ឍន៍ផ្សេងៗឡើយ និងជាពិសេសទៅកាន់អាជ្ញាធរមូលដ្ឋាននៅឃុំរបស់ខ្ញុំឡើយ។”

នៅឆ្នាំ ២០២៥ គាត់បានចូលរួមកិច្ចពិភាក្សាតុមូលពលរដ្ឋ ដែលគាត់បានលើកឡើងពីក្តីបារម្ភមួយចំនួន ដូចជា តម្រូវការអាហារ សម្ភារសិក្សាសម្រាប់ចៅៗរបស់គាត់ កង់ចាស់មួយ បណ្ណសមធម៌ និងបណ្ណសង្គ្រោះបន្ទាន់ ដោយសារតែពេលបច្ចុប្បន្ន គាត់កំពុងស្នាក់នៅជាមួយអ្នកជិតខាង។

តាមរយៈការចូលរួមរបស់គាត់ សមាជិកក្រុមប្រឹក្សាឃុំបានសម្រេចដាក់បញ្ចូលសំណើរបស់គាត់ទៅក្នុងផែនការវិនិយោគឃុំ ដែលបង្ហាញថាការចូលរួមរបស់ពលរដ្ឋអាចជួយពង្រឹងការឆ្លើយតបតម្រូវការរបស់ខ្លួន។

អនុសាសន៍ I Recommendations

- ពង្រឹងការចូលរួមរបស់ពលរដ្ឋក្នុងការរៀបចំផែនការឃុំ និងបញ្ចេញមតិសម្រាប់ការគាំទ្រដល់ការចែកចាយបណ្ណសមធម៌ និងបណ្ណសង្គ្រោះបន្ទាន់។
- Strengthen citizen participation in commune planning and advocate for support to distribution of ID-POOR and emergency cards

Australian Aid | PONLOK CHOMNES | The Asia Foundation

ភឿន រស់នៅភូមិកោះជ្រើង ឃុំអូរម្រះ ស្រុកសៀមបូក ខេត្តស្ទឹងត្រែង។ គាត់ជាបុរសជនជាតិដើមភាគតិចគួយ ដែលរស់នៅជាមួយពិការភាពកាយផ្នែកសម្បទាដែលប៉ះពាល់ដល់ដៃ និងភ្នែក។

នៅក្នុងសង្គមជនបទកម្ពុជា ជនដែលងាយរងគ្រោះប្រឈមនឹងឧបសគ្គដ៏រ៉ាំរ៉ៃក្នុងការទទួលបានព័ត៌មាន និងការចូលរួមក្នុងការសម្រេចចិត្តនៅថ្នាក់មូលដ្ឋាន។ រចនាសម្ព័ន្ធសង្គមទាំងនេះបង្កើតការយល់ឃើញខុសថា ការពិភាក្សាសាធារណៈ និងការរៀបចំផែនការធនធានធម្មជាតិ គឺសម្រាប់សមាជិកសហគមន៍ដែលមិនមានពិការភាព ដែលរចនាសម្ព័ន្ធសង្គមទាំងនេះបណ្តាលឱ្យមានការដកចេញជាលក្ខណៈប្រព័ន្ធនៃសំឡេងរបស់ជនដែលងាយរងគ្រោះ។

Pheun lives in Koh Chreum Village, O'Mreas Commune, Siem Bok District, Stung Treng Province. He is an Indigenous Kuy man living with a physical disability affecting his arm and has visual impairment.

In rural Cambodian society, vulnerable individuals face persistent barriers to accessing information and participating in local decision-making. These social structures create the illusion that public discussions and natural resource planning are meant for non-disabled community members, leading to the systemic exclusion of vulnerable voices.

អនុសាសន៍ I Recommendations

- រៀបចំពិធីសារផែនការមូលដ្ឋានដែលមានបរិយាបន្នពិការភាព។
- Develop disability-inclusive local planning protocols

Australian Aid | PONLOK CHOMNES | The Asia Foundation | អង្គការភូមិខ្ញុំ MY VILLAGE

ចិន្តា គឺជាស្ត្រីម្នាក់ដែលមានពិការភាព ជាមន្ត្រីរាជការ ជាម្តាយកូនពីរនាក់ និងជាអ្នកស្រាវជ្រាវការសិក្សាបែបចូលរួមផ្អែកលើគោលការណ៍ហ្វេមីនីស្ត (FPAR) មកពីខេត្តកណ្តាល។ គាត់ក៏ជានិស្សិតអាហារូបករណ៍អូស្ត្រាលី (Australia Awards) ផងដែរ ដែលឆ្លុះបញ្ចាំងពីការប្តេជ្ញាចិត្តរបស់គាត់ចំពោះឧត្តមភាពសិក្សា ភាពជាអ្នកដឹកនាំ និងការរៀនសូត្រពេញមួយជីវិត។

ចិន្តាបានចូលរួមកម្មវិធីការស្រាវជ្រាវ FPAR ដើម្បីពង្រឹងជំនាញស្រាវជ្រាវ និងទទួលបានបទពិសោធន៍ជាក់ស្តែងក្នុងការស្រាវជ្រាវបែបគុណវិស័យ។ ក្នុងនាមជាស្ត្រីដែលមានពិការភាព គាត់ចង់ចូលរួមផ្តល់ទស្សនៈរបស់ខ្លួន និងជួយធានាថាបទពិសោធន៍របស់ស្ត្រី ជាពិសេសស្ត្រីដែលមានពិការភាព ត្រូវបានស្តាប់ និងឆ្លុះបញ្ចាំងនៅក្នុងកិច្ចការស្រាវជ្រាវ គោលនយោបាយ និងកម្មវិធីនានា។

តាមរយៈការស្រាវជ្រាវ FPAR ចិន្តាបានធ្វើបទសម្ភាសន៍ជាមួយអ្នកស្រាវជ្រាវស្ត្រីផ្សេងទៀត និងស្វែងយល់អំពីបញ្ហាប្រឈមដែលពួកគេជួបប្រទះដូចជាតុល្យភាពការងារ ទំនួលខុសត្រូវចំពោះគ្រួសារ ភារកិច្ចថែទាំ និងការអភិវឌ្ឍវិជ្ជាជីវៈ។ គាត់ជឿថា ការបង្កើនការចូលរួមរបស់ស្ត្រី ជាពិសេសស្ត្រីដែលមានពិការភាពក្នុងកិច្ចការស្រាវជ្រាវ អាចជួយធ្វើឱ្យគោលនយោបាយ និងកម្មវិធីអភិវឌ្ឍន៍នានាមានបរិយាបន្ន និងឆ្លើយតបទៅនឹងបទពិសោធន៍ចម្រុះបានកាន់តែប្រសើរ។

អនុសាសន៍

- ពង្រីកការបណ្តុះបណ្តាលស្រាវជ្រាវដែលមានផាសុកវត្ថុ ការណែនាំបង្ហាត់បង្ហាញពីអ្នកមានបទពិសោធន៍ និងឱកាសភាពជាអ្នកដឹកនាំសម្រាប់ស្ត្រីដែលមានពិការភាព ដើម្បីពង្រឹងជំនាញ ទំនុកចិត្ត និងការចូលរួមរបស់ពួកគេក្នុងការស្រាវជ្រាវ។
- ផ្តល់យន្តការគាំទ្រដែលមានភាពបត់បែន និងមានបរិយាបន្ន៖ ទំនួលខុសត្រូវថែទាំ ការធ្វើដំណើរ និងតម្រូវការផ្នែកផាសុកវត្ថុ ដើម្បីកាត់បន្ថយឧបសគ្គនានាក្នុងការចូលរួមកិច្ចការស្រាវជ្រាវ។
- បង្កើនការវិនិយោគលើអាហារូបករណ៍ អាជីព និងភាពតំណាងប្រកបដោយអត្ថន័យរបស់ស្ត្រីដែលមានពិការភាពក្នុងការស្រាវជ្រាវ ការអប់រំឧត្តមសិក្សា និងដំណើរការសម្រេចចិត្ត។

Chinda is a woman with a disability, a civil servant, a mother of two children, and a Feminist Participatory Action Research (FPAR) researcher from Kandal Province. She is also an Australia Awards scholar, reflecting her commitment to academic excellence, leadership, and lifelong learning.

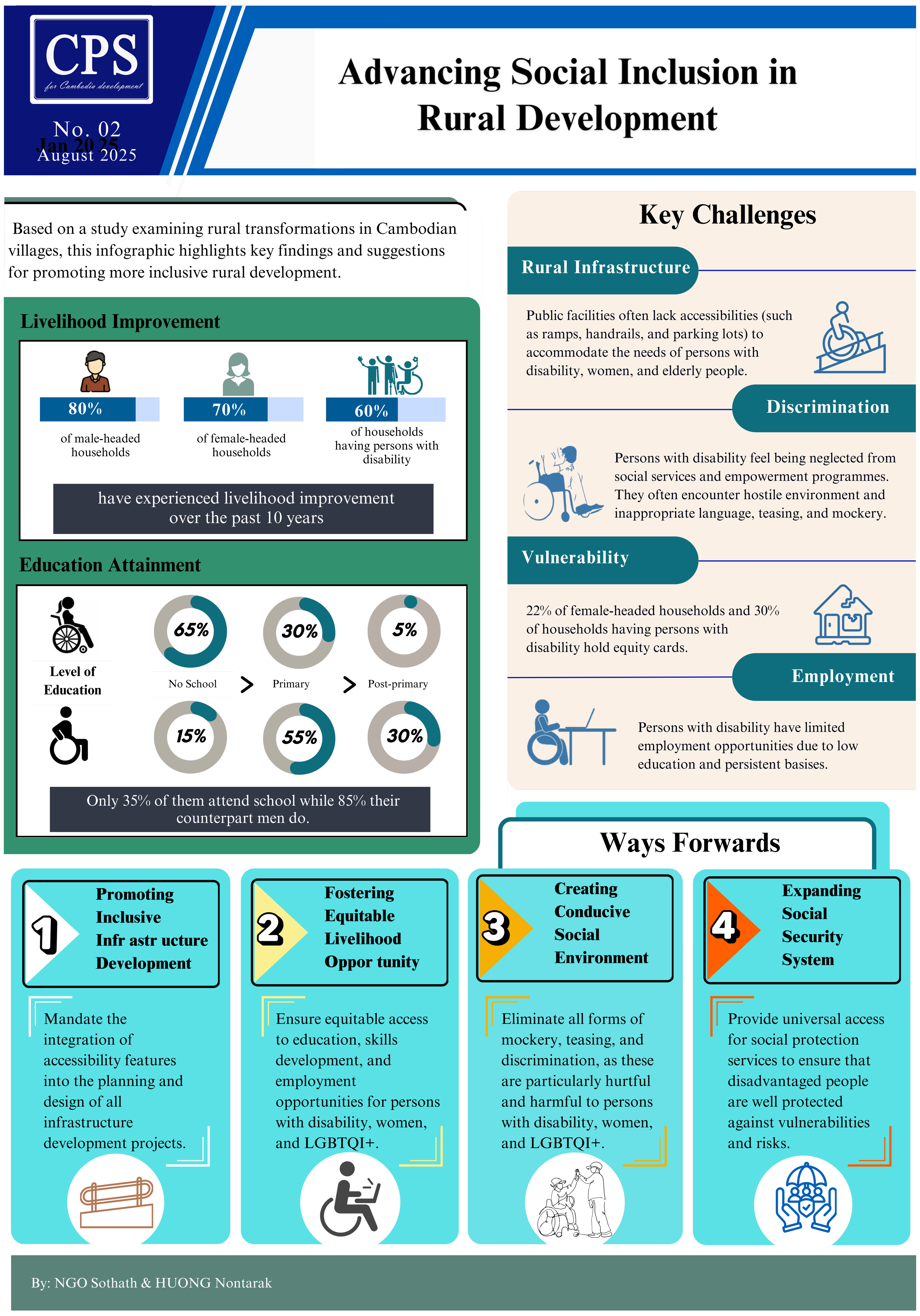
Chinda joined the FPAR programme to strengthen her research skills and gain practical experience in qualitative research. As a woman with a disability, she wanted to contribute her perspective and help ensure that the experiences of women, particularly women with disabilities, are heard and reflected in research, policies, and programs.

Through FPAR, Chinda conducted interviews with other women researchers and explored the challenges they face in balancing work, family responsibilities, caregiving duties, and professional development. She believes that increasing the participation of women, particularly women with disabilities, in research can help make policies and development programs more inclusive and responsive to diverse experiences.

Recommendations

- Expand accessible research training, mentorship, and leadership opportunities for women with disabilities to strengthen their skills, confidence, and participation in research.
- Provide flexible and inclusive support mechanisms, including accommodations for caregiving responsibilities, transportation, and accessibility needs, to reduce barriers to research participation.
- Increase investment in scholarships, career pathways, and meaningful representation of women with disabilities in research, higher education, and decision-making processes.

Australian Aid | PONLOK CHOMNES | The Asia Foundation | She Thinks NETWORK



In La'ak village, Ratanakiri province, a mother recalled the emotional toll school took on her son with a disability. Though he relied on walking sticks to move around, his classmates frequently teased and laughed at him, calling him "four legs."

Deeply hurt by the mockery, the boy eventually told his mother he refused to use his walking sticks anymore. Heartbroken, she watched him struggle to walk on his own. She understood his pain, but gently comforted and encouraged him, reminding him why the sticks were so important for his independence.

He eventually resumed using them, but the sting of the humiliation lingered. His story highlights a critical reality: the barriers facing people with disabilities extend far beyond physical obstacles. Stigma and negative attitudes damage dignity, undermine self-confidence, and can actively prevent individuals from using essential mobility aids.

Recommendations

- Increase awareness about unacceptable behaviours and attitudes toward persons with disabilities, including teasing, mockery, and other behaviours that may cause harm or exclusion.
- Encourage individuals, communities, and organizations to actively support and protect persons with disabilities in everyday activities and public spaces.

Australian Aid
PONLOK CHOMNES
The Asia Foundation
CPS for Cambodia development

ខ្ញុំមិនចង់ប្រើឈើច្រត់ ដោយសារតែ គេសើចខ្ញុំ ហើយហៅខ្ញុំថា ជើងបួន

I do not want to use the walking sticks as they always laugh at me and call me four legs

ស្ត្រីជាម្ដាយម្នាក់ ដែលរស់នៅភូមិល្អក់ ខេត្តរតនគិរី បានរំលឹកពីផលប៉ះពាល់ផ្លូវចិត្ត នៅពេលដែលកូនប្រុសមានពិការភាពរបស់គាត់ត្រូវរងគ្រោះនៅសាលារៀន។ មិត្តរួមថ្នាក់តែងតែសើចចំអកឱ្យគាត់ ហើយហៅគាត់ថា «ជើងបួន» ដោយសារតែកូនរបស់គាត់ពឹងផ្អែកលើឈើច្រត់ដើម្បីធ្វើដំណើរ។

ដោយសារតែការឈឺចាប់យ៉ាងខ្លាំងពីការចំអកទាំងនោះ ទីបំផុតកូនប្រុសបានប្រាប់ម្ដាយរបស់ខ្លួនថា គាត់មិនប្រើឈើច្រត់ទៀតឡើយ។ ទាំងក្ដីឈឺចាប់ក្នុងចិត្ត គាត់បានមើលកូនប្រុសរបស់គាត់ខិតខំប្រឹងប្រែងដើរដោយខ្លួនឯងដោយមិនប្រើឈើច្រត់។ ស្ត្រីម្នាក់នោះយល់ពីការឈឺចាប់របស់កូន ហើយបានលួងលោម និងលើកទឹកចិត្តកូនដោយភាពទន់ភ្លន់ ដោយរំលឹកកូនពីមូលហេតុដែលឈើច្រត់មានសារៈសំខាន់ខ្លាំងចំពោះគាត់។

ចុងក្រោយ កូនគាត់បានចាប់ផ្ដើមប្រើប្រាស់ឈើច្រត់ឡើងវិញ ប៉ុន្តែការឈឺចាប់ពីការមាក់ងាយ នៅតែបន្តដក់ជាប់ក្នុងអារម្មណ៍របស់កូនគាត់។ រឿងរ៉ាវរបស់កុមារម្នាក់នេះបានបង្ហាញពីការពិតដ៏សំខាន់មួយគឺ ឧបសគ្គនានាដែលត្រូវប្រឈមមុខដោយជនមានពិការភាពគឺមានលក្ខណៈហួសពីឧបសគ្គផ្នែករូបវន្តទៅទៀត។ ការរើសអើង និងឥរិយាបថអវិជ្ជមានអាចបំផ្លាញសេចក្ដីថ្លៃថ្នូរ បន្ទាបទំនុកចិត្តលើខ្លួនឯង និងអាចរារាំងបុគ្គលម្នាក់ៗពីការប្រើប្រាស់ឧបករណ៍ជំនួយចលនារាងកាយចាំបាច់នានា។

អនុសាសន៍

- បង្កើនការយល់ដឹងអំពីឥរិយាបថ និងអាកប្បកិរិយាដែលមិនអាចទទួលយកបានចំពោះជនមានពិការភាព រួមមានការចំអក ការលេងសើចមាក់ងាយ និងឥរិយាបថផ្សេងទៀតដែលអាចបង្កគ្រោះថ្នាក់ ឬការរើសអើង រហូតដល់ការដកហូតសិទ្ធិចេញពីសង្គម។
- លើកទឹកចិត្តបុគ្គល សហគមន៍ និងស្ថាប័ននានាឱ្យគាំទ្រ និងការពារជនមានពិការភាពយ៉ាងសកម្មទាំងក្នុងសកម្មភាពប្រចាំថ្ងៃ និងទីធ្លាសាធារណៈ។

រតនា គឺជាស្ត្រីម្នាក់ដែលមានពិការភាពធ្ងន់ធ្ងរ។ គាត់មានពិការភាពច្រើនប្រភេទ ដែលប៉ះពាល់ដល់ចលនារាងកាយ និងសុខភាពផ្លូវចិត្ត ដូច្នេះគាត់មិនអាចធ្វើចលនា ឬនិយាយបានទេ។ ឪពុករបស់គាត់ក៏មានពិការភាពផងដែរ។ គ្រួសារគាត់រស់នៅភូមិកែវមុនី ខេត្តពោធិ៍សាត់។ សព្វថ្ងៃនេះ រតនាពឹងផ្អែកទាំងស្រុងលើម្តាយរបស់គាត់ក្នុងការថែទាំរៀងរាល់ថ្ងៃ។

ម្តាយរបស់គាត់បានរៀបរាប់ថា សម្រាប់គ្រួសារដែលមានសមាជិកពិការភាពធ្ងន់ធ្ងរ តែងតែមានមនុស្សម្នាក់ត្រូវលះបង់ពេលវេលា និងឱកាសការងារ ដើម្បីផ្តល់ការថែទាំពេញម៉ោងដោយគ្មានប្រាក់ឈ្នួល។ ការថែទាំនេះមិនត្រឹមតែជាកាតព្វកិច្ចធំរបស់គ្រួសារប៉ុណ្ណោះទេ ប៉ុន្តែក៏ជាបន្ទុកហិរញ្ញវត្ថុ និងផ្លូវចិត្តដ៏ធ្ងន់ផងដែរ។

នៅកម្ពុជា មនុស្សទូទៅចាត់ទុកថា នេះជារឿងធម្មតា។ ប្រពៃណីសង្គមកំណត់ថា គ្រួសារត្រូវទទួលខុសត្រូវទាំងស្រុងចំពោះសមាជិកដែលមានពិការភាព។ ជាលទ្ធផល អ្នកមើលថែត្រូវបំពេញ “ការងារថែទាំដោយគ្មានប្រាក់ឈ្នួល” ដោយមិនទទួលការគាំទ្រផ្នែកសង្គម ឬហិរញ្ញវត្ថុណាមួយឡើយ។

Rothana is a woman with severe disabilities. She has multiple disabilities affecting both her physical movement and mental health, so she is unable to move or speak. Her father also has a disability. The family lives in Keo Mony village, Pursat province. Today, Rothana depends completely on her mother to take care of her every day.

Her mother said that for a family with a severely disabled member, one person always has to give up their time and job opportunities to provide full-time care without getting paid. This care is not only a big family duty, but it is also a heavy financial and emotional burden.

In Cambodia, people view this as a normal thing to do. Social tradition dictates that families are expected to take full responsibility for members with disabilities. As a result, caregivers do "unpaid care work" without getting any social or financial support.

អនុសាសន៍

- បង្កើតប្រព័ន្ធផ្តល់បណ្ណសម្គាល់អ្នកមើលថែ៖ ប្រព័ន្ធនេះនឹងជួយទទួលស្គាល់សិទ្ធិរបស់អ្នកមើលថែ និងផ្តល់ការគាំទ្រហិរញ្ញវត្ថុ ការគាំពារសង្គម និងសេវាថែទាំសុខភាពដល់គាត់ទាំងអស់គ្នា។

Recommendations

- Create a Caregiver ID Card System: This will help recognise the rights of caregivers and provide them with financial support, social protection, and healthcare services

Australian Aid · PONLOK CHOMNES · The Asia Foundation · PAFID People's Action for Inclusive Development

“ពេលខ្ញុំសម្រាលកូន ខ្ញុំបានយកបណ្ណសមធម៌ទៅជាមួយ ប៉ុន្តែពួកគេបានចេញវិក្កយបត្រដែលតម្រូវឱ្យខ្ញុំបង់ប្រាក់ ៥០០,០០០ រៀល។ ខ្ញុំបានប្រាប់គ្រូពេទ្យនៅទីនោះថា ខ្ញុំមានបណ្ណសមធម៌ ខ្ញុំជាជនមានពិការភាព ដូច្នេះខ្ញុំមិនគួរត្រូវបង់ប្រាក់ច្រើនបែបនេះ ឬមិនគួរបង់ប្រាក់ឡើយ។ បន្ទាប់មក គ្រូពេទ្យបានសួរខ្ញុំថា នរណាចេញវិក្កយបត្រឱ្យខ្ញុំ ប៉ុន្តែខ្ញុំមិនដឹងទេ ព្រោះប្ដីរបស់ខ្ញុំជាអ្នករត់ការឯកសារ។ ចុងក្រោយ គ្រូពេទ្យបានប្រាប់ខ្ញុំថា មិនចាំបាច់បង់អ្វីទាំងអស់។ ប្រសិនបើខ្ញុំមិនបានដឹងអំពីសិទ្ធិរបស់ខ្ញុំទេ ខ្ញុំនឹងត្រូវបង់ប្រាក់ច្រើន។”

“When I was giving birth, I brought the IDPoor card with me, but they issued the invoice that required me to pay 500,000 riels. I told a doctor there that I had the IDPoor card, and I am a person with a disability so I shouldn’t be paying this much or should not pay at all. Then the doctor asked me who issued the invoice for me, I didn’t know because my husband was the one who ran the paperwork. Finally, the doctor told me not to pay for anything. If I did not know my rights, I would need to pay a lot.”

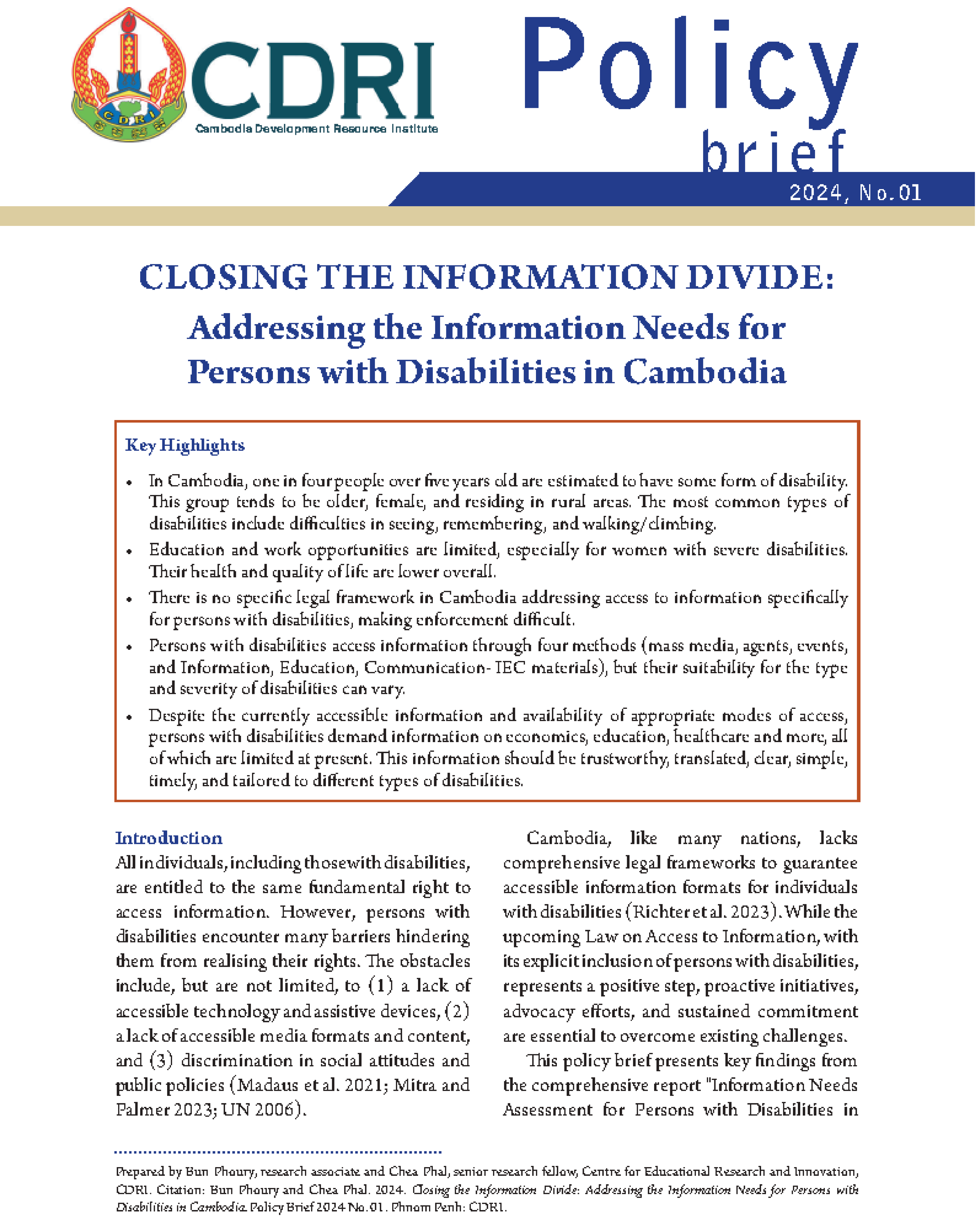
“ខ្ញុំចង់យល់ដឹងឱ្យបានច្បាស់បន្ថែមអំពីស្ថានភាពសេដ្ឋកិច្ចបច្ចុប្បន្ន ដើម្បីនៅពេលអនាគត ប្រសិនបើខ្ញុំសម្រេចចិត្តចាប់ផ្ដើមអាជីវកម្មផ្ទាល់ខ្លួន ខ្ញុំដឹងថាត្រូវស្វែងរកព័ត៌មានដែលអាចទុកចិត្តបាននៅទីណា និងអំពីរបៀបត្រូវចុះបញ្ជីអាជីវកម្មនោះយ៉ាងដូចម្ដេច។ បទពិសោធន៍ការងាររបស់ខ្ញុំបានជួយឱ្យខ្ញុំបង្កើតគំនិតទាំងនេះ។ តាមរយៈការបណ្ដុះបណ្ដាលផ្នែកបដិសណ្ឋារកិច្ច និងការទទួលភ្ញៀវ និងតាមរយៈការផ្ដល់សេវាម៉ាស្សាដោយខ្លួនយើងផ្ទាល់ យើងទទួលបានចំណេះដឹងជាក់ស្ដែងអំពីរបៀបដែលអាជីវកម្មដំណើរការ។”

“I would like to better understand the current economic situation so that, in the future, if I decide to start my own business, I know where to find reliable information and how to register it. My work experience has helped me develop these ideas. Through hospitality and reception training, and by providing massage services ourselves, we have gained practical knowledge of how a business works.”

អនុសាសន៍ | Recommendations

- ពន្លឿនច្បាប់ស្ដីពីសិទ្ធិទទួលព័ត៌មាន ដោយមានបទប្បញ្ញត្តិសម្រាប់ជនដែលមានពិការភាព និងលើកកម្ពស់ការយល់ដឹងសាធារណៈ។
- បង្កើតអង្គភាពជំនាញមួយដើម្បីត្រួតពិនិត្យ តាមដាន អនុវត្ត និងរាយការណ៍អំពីផាសុកភាពនៃព័ត៌មាន។

- Expedite the Law on Access to Information with provisions for persons with disabilities and raise public awareness.
- Establish a specialised body to oversee, monitor, implement, and report on information accessibility.



CDRI Cambodia Development Resource Institute

Policy brief

2024, No.01

CLOSING THE INFORMATION DIVIDE: Addressing the Information Needs for Persons with Disabilities in Cambodia

Key Highlights

- In Cambodia, one in four people over five years old are estimated to have some form of disability. This group tends to be older, female, and residing in rural areas. The most common types of disabilities include difficulties in seeing, remembering, and walking/climbing.
- Education and work opportunities are limited, especially for women with severe disabilities. Their health and quality of life are lower overall.
- There is no specific legal framework in Cambodia addressing access to information specifically for persons with disabilities, making enforcement difficult.
- Persons with disabilities access information through four methods (mass media, agents, events, and Information, Education, Communication- IEC materials), but their suitability for the type and severity of disabilities can vary.
- Despite the currently accessible information and availability of appropriate modes of access, persons with disabilities demand information on economics, education, healthcare and more, all of which are limited at present. This information should be trustworthy, translated, clear, simple, timely, and tailored to different types of disabilities.

Introduction

All individuals, including thosewith disabilities, are entitled to the same fundamental right to access information. However, persons with disabilities encounter many barriers hindering them from realising their rights. The obstacles include, but are not limited, to (1) a lack of accessible technology and assistive devices, (2) a lack of accessible media formats and content, and (3) discrimination in social attitudes and public policies (Madaus et al. 2021; Mitra and Palmer 2023; UN 2006).

Cambodia, like many nations, lacks comprehensive legal frameworks to guarantee accessible information formats for individuals with disabilities (Richter et al. 2023). While the upcoming Law on Access to Information, with its explicit inclusion of persons with disabilities, represents a positive step, proactive initiatives, advocacy efforts, and sustained commitment are essential to overcome existing challenges.

This policy brief presents key findings from the comprehensive report "Information Needs Assessment for Persons with Disabilities in

Prepared by Bun Phoury, research associate and Chea Phal, senior research fellow, Centre for Educational Research and Innovation, CDRI. Citation: Bun Phoury and Chea Phal. 2024. *Closing the Information Divide: Addressing the Information Needs for Persons with Disabilities in Cambodia.* Policy Brief 2024 No.01. Phnom Penh: CDRI.

Australian Aid | PONLOK CHOMNES | The Asia Foundation | CDRI

គឹមស៊រ ជាជនមានពិការភាពភ្នែក។ គាត់រស់នៅភូមិតាអង្គ ខេត្តកំពត ជាមួយម្តាយ និងយាយរបស់គាត់ ដែលពួកគាត់ទាំងពីរក៏មានពិការភាពភ្នែកផងដែរ។ គាត់បានបោះបង់ការសិក្សានៅកម្រិតមធ្យមសិក្សា។ ហើយចាប់តាំងពីពេលនោះមក គាត់មានឱកាសតិចតួចប៉ុណ្ណោះ ក្នុងការកសាងជំនាញ ឬរកចំណូលសម្រាប់ផ្គត់ផ្គង់គ្រួសារ។

គឹមស៊របាននិយាយថា គាត់ពុំដែលទទួលបានព័ត៌មានណាមួយអំពីគ្រោះមហន្តរាយធម្មជាតិ ឬពីរបៀបដែលគ្រោះធម្មជាតិទាំងនោះប៉ះពាល់ដល់ជនមានពិការភាពនោះទេ។ កាលពីក្មេង គាត់ធ្លាប់ឆ្លងកាត់ហេតុការណ៍ទឹកជំនន់ ប៉ុន្តែពុំបានដឹងថាត្រូវទៅរកទីទួលសុវត្ថិភាពនៅឯណាឡើយ ដោយគាត់គ្រាន់តែស្នាក់នៅក្នុងផ្ទះប៉ុណ្ណោះ ព្រោះម្តាយរបស់គាត់បារម្ភខ្លាចគាត់លង់ទឹក។

គាត់នៅតែសង្ឃឹមថានឹងអាចរៀនជំនាញឆុងកាហ្វេឡើងវិញ ដែលជាជំនាញដែលគាត់ធ្លាប់មានពីមុន ដើម្បីឱ្យគាត់និងក្រុមគ្រួសារអាចលក់កាហ្វេនៅផ្ទះ និងរកប្រាក់ចំណូលចិញ្ចឹមជីវិតបាន។

Kimsour lives with a visual impairment in Ta Ong Village, Kampot, alongside her mother and her grandmother, who also has a visual impairment. She left school during secondary level and has had few chances since to build skills or earn an income for the family.

Kimsour said she had received almost no information about natural disasters or how they affect people with disabilities. As a child she lived through flooding and did not know where safe, higher ground could be found, she simply stayed home, as her mother feared she might drown.

She still hopes to relearn coffee brewing, a skill she once had, so she and her family can sell coffee from home and earn a living.

ចិត្រា មានពិការភាពកាយសម្បទា (ជើង) និងកំពុងរស់នៅជាមួយឪពុកម្តាយរបស់គាត់នៅភូមិតាអង្គ ខេត្តកំពត។ គាត់បានបោះបង់ការសិក្សាបន្ទាប់ពីបញ្ចប់កម្រិតបឋមសិក្សា ហើយគ្រួសាររបស់គាត់កំពុងប្រឈមមុខនឹងស្ថានភាពរស់នៅដ៏លំបាកផងដែរ។

ចិត្រាបាននិយាយថា គាត់មិនធ្លាប់ត្រូវបានគេប្រាប់ពីអ្វីដែលត្រូវធ្វើ ឬកន្លែងដែលត្រូវទៅដើម្បីរក្សាសុវត្ថិភាពក្នុងពេលមានគ្រោះមហន្តរាយនោះទេ។ ក្នុងអំឡុងពេលមានទឹកជំនន់ គាត់តែងឡើងលើផ្ទះដើម្បីការពារខ្លួនឯង។ ចំណែកឯក្នុងពេលមានខ្យល់កន្ត្រាក់ និងខ្យល់ព្យុះខ្លាំង គាត់មិនដឹងថាត្រូវប្រុងប្រយ័ត្នបែបណាឡើយ។ នៅពេលមានទឹកជំនន់កើតឡើង ម្តាយរបស់គាត់មិនព្រមឱ្យគាត់ចេញក្រៅផ្ទះនោះទេ ដោយសារការបារម្ភពីសុវត្ថិភាពរបស់គាត់។

គាត់មានអារម្មណ៍ថា ការគាំទ្រដែលមានស្រាប់ក្នុងការឆ្លើយតបនឹងគ្រោះមហន្តរាយ មិនតែងតែឆ្លើយតបទៅនឹងតម្រូវការជាក់ស្តែងរបស់ជនមានពិការភាពនោះទេ ដោយពេលខ្លះក្តីបារម្ភ ឬតម្រូវការនានារបស់ជនមានពិការភាពអាចត្រូវបានគេមើលរំលងផងដែរ។

Chetra has a physical disability, with one leg amputated, and lives with his parents in Ta Ong Village, Kampot. He left school after primary level, and his family faces difficult living conditions.

Chetra said he had never been told what to do or where to go to stay safe in a disaster. During flooding he climbs onto his house to protect himself; in storms and strong winds, he does not know what precautions to take. When flooding occurs, his mother will not let him leave the house, fearing for his safety.

He feels that existing disaster support does not always respond to the specific needs of persons with disabilities, and that their concerns can be overlooked.

អនុសាសន៍

- ផ្តល់នូវការជូនដំណឹងជាមុន រួមមានបច្ចុប្បន្នភាពអំពីគ្រោះមហន្តរាយ ផ្លូវជម្លៀស និងសេវាសង្គ្រោះបន្ទាន់ ដែលមានលក្ខណៈងាយស្រួលសម្រាប់មនុស្សគ្រប់រូបក្នុងការទទួលបាននៅគ្រប់ដំណាក់កាលនៃគ្រោះមហន្តរាយ។
- ពង្រឹងសមត្ថភាពដល់អាជ្ញាធរមូលដ្ឋាន ដើម្បីផ្តល់ជំនួយចំគោលដៅ រួមទាំងស្បៀងអាហារ ការជួសជុលទីជម្រក និងការសាងសង់ឡើងវិញ ដល់គ្រួសារដែលមានមេគ្រួសារជាជនមានពិការភាព។
- បញ្ចូលការចូលរួមរបស់ជនមានពិការភាពទៅក្នុងការសម្រេចចិត្តលើការរៀបចំផែនការទប់ទល់នឹងគ្រោះមហន្តរាយ ព្រមទាំងពង្រីកការបណ្តុះបណ្តាលជំនាញ ដើម្បីឱ្យស្ត្រីមានពិការភាពអាចរកចំណូលដោយខ្លួនឯងបាន។

Recommendations

- Deliver fully accessible early warnings, disaster updates, evacuation routes, and emergency services at all stages of a crisis.
- Equip local authorities to provide targeted aid—including food, shelter repair, and rebuilding—to households headed by persons with disabilities.
- Involve persons with disabilities as decision-makers in disaster planning, while expanding skills training so women with disabilities can earn independent incomes.

Australian Aid | PONLOK CHOMNES | The Asia Foundation | epicarts

ការទទួលស្គាល់សមត្ថភាពរបស់ខ្លួនឯង ខិតខំរៀនសូត្រ និងស្វែងរកការងារធ្វើដែលមានអត្ថន័យ។

Recognise your abilities, pursue education, and seek meaningful employment.

តារាពេជ្រ (ហៅវីន) អាយុ ២២ ឆ្នាំ បានបញ្ចប់ការសិក្សាផ្នែកអក្សរសាស្ត្រខ្មែរ និងកំណត់ខ្លួនឯងជាអ្នកប្តូរយេនឌ័រជាស្ត្រី ហើយក៏ជាជនដែលមានពិការភាព។ ជាជនដែលមានពិការភាព ផ្គួបផ្សំនឹងជាអ្នកស្រឡាញ់ភេទដូចគ្នាទៀតនោះ វីន ទទួលរងការរើសអើង និងការមាក់ងាយ ព្រមទាំងប្រឈមនឹងឧបសគ្គផ្នែករូបវន្ត ចាប់ពីផ្លូវធ្វើដំណើរដែលមិនអាចប្រើប្រាស់បានងាយស្រួល រហូតដល់កង្វះខាតហេដ្ឋារចនាសម្ព័ន្ធសាធារណៈដែលសមស្រប។ ឧបសគ្គផ្នែកហេដ្ឋារចនាសម្ព័ន្ធទាំងនេះប៉ះពាល់ដោយផ្ទាល់ដល់លទ្ធភាពទទួលបានការងារ ការអប់រំ និងឱកាសចូលរួមដោយស្មើគ្នានៅក្នុងសង្គម។

«ការទទួលស្គាល់សមត្ថភាពរបស់ខ្លួនឯង ខិតខំរៀនសូត្រ និងស្វែងរកការងារធ្វើដែលមានអត្ថន័យ។»

ទោះបីជាមានឧបសគ្គទាំងនេះក៏ដោយ ក៏វីននៅតែលើកកម្ពស់ទំនុកចិត្តលើខ្លួនឯង និងភាពអង់អាចផ្ទាល់ខ្លួន។ វីន អំពាវនាវដល់ក្រុមស្រឡាញ់ភេទដូចគ្នាដែលមានពិការភាពឱ្យអភិវឌ្ឍសក្តានុពលរបស់ខ្លួន ព្រមទាំងចូលរួមលុបបំបាត់ការរើសអើង និងធានាឱ្យមានលទ្ធភាពទទួលបានសេវា និងការប្រើប្រាស់ទីកន្លែងនានាដោយស្មើភាពគ្នា ទាំងនៅតាមសាលារៀន កន្លែងធ្វើការ និងទីសាធារណៈ។

At 22, Dara Pich (Win)—a transgender Khmer Literature graduate living with a disability—navigates a unique set of challenges. Experiencing the intersection of disability and diverse SOGIESC, Win faces overlapping social stigma and physical barriers, from inaccessible pathways to limited public facilities. These structural hurdles directly impact access to education, work, and community life.

"Recognize your abilities, pursue education, and seek meaningful employment."

Despite these obstacles, Win champions self-confidence and empowerment. Win calls on LGBTI+ persons with disabilities to embrace their potential while advocating for non-discrimination and full accessibility across schools, workplaces, and public spaces.

អនុសាសន៍ I Recommendations

- បរិយាបន្នពិការភាព និង SOGIESC គឺជាអ្វីដែលមិនអាចបំបែកចេញពីគ្នាបាននោះឡើយ។ ដើម្បីធានាបាននូវការចូលរួមដោយសុវត្ថិភាព និងសមភាពសម្រាប់អ្នកដែលប្រឈមមុខនឹងការផាត់ចេញពីសង្គមក្នុងទម្រង់ចម្រុះ កម្មវិធីនានាត្រូវតែបញ្ចូលនូវការទំនាក់ទំនងដែលងាយស្រួលសម្រាប់អ្នកមានពិការភាព មធ្យោបាយធ្វើដំណើរដែលមានសុវត្ថិភាព ការការពារឯកជនភាព ការយកចិត្តទុកដាក់លើទំនាក់ទំនងជាមួយអ្នកថែទាំ និងភាពជាដៃគូដ៏រឹងមាំជាមួយអង្គការរបស់តំណាងជនមានពិការភាព (OPDs)។

- Disability and SOGIESC inclusion are inseparable. To ensure safe, equal participation for those facing compound exclusion, programs must incorporate accessible communications, safe transport, privacy, caregiver dynamics, and strong partnerships with Organisations of Persons with Disabilities (OPDs).

Australian Aid | PONLOK CHOMNES | The Asia Foundation | CYMCR

«បទពិសោធន៍របស់ខ្ញុំក្នុងនាមជាមនុស្សដែលមានពិការភាពភ្នែក បានបង្រៀនខ្ញុំថា ផាសុកវត្ថុ មិនមែនគ្រាន់តែជាការលុបបំបាត់ឧបសគ្គប៉ុណ្ណោះទេ។ ប៉ុន្តែវាគឺជាការបង្កើតឱកាសពិតប្រាកដមួយសម្រាប់ជនមានពិការភាព ដើម្បីចូលរួម ចែករំលែក និងត្រូវបានគេស្តាប់ឮផងដែរ។

My experience as a person with visual impairment has taught me that accessibility is not only about removing barriers. It is about creating a real opportunity for persons with disabilities to participate, contribute, and be heard.»

សុខឃីម
Sokkhim

I still remember sitting in a discussion, waiting for someone to help me access a document while others were already reading and sharing ideas. Being invited to a meeting does not mean you have an equal chance to participate—if the information isn't accessible, you cannot respond or contribute alongside everyone else. As a person with visual impairment, this is a barrier I face constantly.

ខ្ញុំនៅចាំបានថាធ្លាប់អង្គុយក្នុងកិច្ចពិភាក្សាមួយ ហើយរង់ចាំគេមកជួយខ្ញុំដើម្បីអាចអានឯកសារបាន ខណៈពេលដែលអ្នកចូលរួមដទៃទៀតកំពុងអាន និងចែករំលែកគំនិតរួចទៅហើយ។ កាលដែលត្រូវបានអញ្ជើញឱ្យចូលរួមកិច្ចប្រជុំ មិនមែនមានន័យថាយើងមានឱកាសស្មើគ្នាក្នុងការចូលរួមនោះទេ។ ប្រសិនបើមិនអាចទទួលបានព័ត៌មានគ្រប់គ្រាន់ យើងនឹងមិនអាចឆ្លើយតប ឬចូលរួមចំណែកជាមួយអ្នកដទៃបានឡើយ។ ក្នុងនាមជាមនុស្សម្នាក់ដែលមានពិការភ្នែក នេះគឺជាឧបសគ្គមួយដែលខ្ញុំជួបប្រទះជាប្រចាំ។

As a person with a visual impairment, I brought both my professional skills and my lived experience to the development of the Light Rail Transit Guideline. Lived experience is a unique kind of knowledge. When policies and guidelines are being designed to support us, our voices must be part of the creation process—not just as passive recipients, but as co-designers.

ក្នុងនាមជាមនុស្សម្នាក់ដែលមានពិការភាពភ្នែក ខ្ញុំបានចែករំលែកជំនាញវិជ្ជាជីវៈ និងបទពិសោធន៍ផ្ទាល់ខ្លួនរបស់ខ្ញុំក្នុងការតាក់តែងគោលការណ៍ណែនាំសម្រាប់ប្រព័ន្ធដឹកជញ្ជូនផ្លូវដែកធន់ស្រាល។ បទពិសោធន៍ផ្ទាល់ខ្លួនរបស់ខ្ញុំគឺជាចំណេះដឹងដ៏ពិសេសមួយ។ នៅពេលដែលគោលនយោបាយ និងគោលការណ៍ណែនាំមួយ ត្រូវបានរៀបចំឡើងដើម្បីគាំទ្រដល់យើងខ្ញុំទាំងអស់គ្នា សំឡេងរបស់យើងត្រូវតែជាផ្នែកមួយនៃដំណើរការតាក់តែងគោលនយោបាយ និងគោលការណ៍ណែនាំ។ យើងមិនមែនគ្រាន់តែជាអ្នកទទួលយកលទ្ធផលបែបអសកម្មប៉ុណ្ណោះទេ ប៉ុន្តែជាអ្នកចូលរួមរៀបចំតាក់តែងដោយផ្ទាល់ផងដែរ។

Accessibility cannot be an afterthought added at the end of a process. Real inclusion means designing the space, the information, and the process so that everyone can contribute from day one.

ផាសុកវត្ថុ មិនអាចគ្រាន់តែជាការបន្ថែមនៅដំណាក់កាលចុងក្រោយនៃដំណើរការតាក់តែងគោលនយោបាយ ឬគោលការណ៍ណែនាំណាមួយនោះទេ។ បរិយាបន្នពិតប្រាកដមានន័យថាត្រូវមានការរៀបចំទីកន្លែង ព័ត៌មាន និងដំណើរការនានា ដើម្បីឱ្យមនុស្សគ្រប់រូបអាចរួមចំណែកប្រកបដោយអត្ថន័យបានចាប់តាំងពីថ្ងៃដំបូង។

Australian Aid · PONLOK CHOMNES · The Asia Foundation · CDPO

ការពង្រីកប្រព័ន្ធគាំពារសង្គមសម្រាប់ជនមានពិការភាព

សុភាព អាយុ ៤៤ ឆ្នាំ រស់នៅក្នុងផ្ទះជួលតូចមួយ ក្នុងភូមិចំការសំរោង២ ក្រុងបាត់ដំបង ជាមួយស្វាមី និងកូន ២ នាក់។ លោកស្រី និងស្វាមីសុទ្ធតែជាជនមានពិការភាព។ ស្វាមីរបស់គាត់មានពិការភាពដោយសារសង្គ្រាម និងធ្វើជាជាងប៉ះកង់ ឯលោកស្រី សុភាព ប្រើប្រាស់រទេះរុញដើររើស និងលក់អេតចាយសម្រាប់ទ្រទ្រង់គ្រួសារ។ ប្រាក់ចំណូលមិនទៀងទាត់របស់ពួកគាត់ ធ្វើឱ្យមានការលំបាកយ៉ាងខ្លាំងក្នុងការផ្គត់ផ្គង់តម្រូវការប្រចាំថ្ងៃ ដូចជា អាហារ ថ្លៃជួលផ្ទះ ការធ្វើដំណើរ និងការសិក្សារបស់កូនៗ។ ទោះបីជាជួបប្រទះឧបសគ្គផ្នែកហិរញ្ញវត្ថុជាបន្តបន្ទាប់យ៉ាងណាក៏ដោយ ប្ដីប្រពន្ធទាំងពីរនៅតែប្ដេជ្ញាចិត្តយ៉ាងមុតមាំក្នុងការខិតខំប្រឹងប្រែង ដើម្បីធានាឱ្យកូនៗទទួលបានអនាគតល្អប្រសើរ។

«ទោះបីជាពួកយើងទាំងពីរនាក់ជាជនមានពិការភាព និងត្រូវប្រឈមមុខនឹងការលំបាកមិនចេះចប់មិនចេះហើយយ៉ាងណាក៏ដោយ ក៏ពួកយើងនៅតែបន្តតស៊ូ ដើម្បីឱ្យកូនៗរបស់យើងទទួលបានការអប់រំ។»

បន្ទប់រៀន និងបន្ទប់ទឹកដែលបង្កលក្ខណៈងាយស្រួល

សម្បត្តិ អាយុ ៣៤ ឆ្នាំ រស់នៅក្នុងភូមិអណ្តូងព្រីង ខេត្តបាត់ដំបង។ គាត់មានពិការភាពជើងទាំងពីរ និងបានប្រើប្រាស់រទេះរុញតាំងពីកុមារភាព។ កាលនៅរៀន ឧបសគ្គផ្នែកហេដ្ឋារចនាសម្ព័ន្ធ ដូចជា បន្ទប់រៀននៅជាន់ទីពីរ កង្វះផ្លូវជម្រាល និងបន្ទប់ទឹកដែលមិនសមស្រប បានបង្ខំឱ្យគាត់ត្រូវពឹងផ្អែកលើមិត្តភក្តិឱ្យជួយសែងជារៀងរាល់ថ្ងៃ។ ដើម្បីជៀសវាងការរំខាន ឬសុំជំនួយពីអ្នកដទៃជារឿយៗគាត់សុខចិត្តមិនផឹកទឹកពេញមួយថ្ងៃ ដើម្បីកាត់បន្ថយការទៅបន្ទប់ទឹក។ ទោះបីជាបច្ចុប្បន្នមានការកែលម្អបន្តិចបន្តួចខ្លះៗយ៉ាងណាក៏ដោយ ក៏ហេដ្ឋារចនាសម្ព័ន្ធជាច្រើននៅតែមិនទាន់បង្កលក្ខណៈងាយស្រួល ឬពិបាកប្រើប្រាស់ ដែលបន្តបង្កើតជាឧបសគ្គ បង្កក្តីបារម្ភ និងការផាត់ចេញពីសង្គមសម្រាប់សិស្សមានពិការភាព។

«សម្រាប់មនុស្សទូទៅ ជណ្តើរទាបមួយប្រហែលជារឿងងាយស្រួល។ ប៉ុន្តែសម្រាប់ជនមានពិការភាព វាប្រៀបដូចជាការឡើងភ្នំយ៉ាងដូច្នោះដែរ។ ខ្ញុំចង់បានស្វ័យភាព និងសេចក្តីថ្លៃថ្នូរ ដូចជាមនុស្សគ្រប់រូបដែរ។»

ការរៀបចំផែនការហេដ្ឋារចនាសម្ព័ន្ធ និងបន្ទប់ទឹកសាធារណៈដែលមានបរិយាបន្ន

ភារម្យ អាយុ ៣៦ ឆ្នាំ រស់នៅដោយឯករាជ្យក្នុងវត្តពោធិ៍ ក្នុងក្រុងបាត់ដំបង។ គាត់រស់នៅជាមួយពិការភាពឆ្អឹងខ្នងដែលត្រូវពឹងផ្អែកលើរទេះរុញដើម្បីដើររើសអេតចាយតាមសួនសាធារណៈ និងដងផ្លូវដើម្បីចិញ្ចឹមជីវិត។ ទោះជាយ៉ាងណាក៏ដោយ ផ្លូវខូច និងកង្វះផ្លូវជម្រាលតាមចិញ្ចើមផ្លូវ តែងតែរារាំងដល់ការធ្វើដំណើររបស់គាត់យ៉ាងខ្លាំង។ អ្វីដែលធ្ងន់ធ្ងរបំផុតនោះគឺ កង្វះខាតបន្ទប់ទឹកសាធារណៈសម្រាប់ជនមានពិការភាព បានប៉ះពាល់យ៉ាងធ្ងន់ធ្ងរដល់សេចក្តីថ្លៃថ្នូរ និងអនាម័យផ្ទាល់ខ្លួន ដោយបង្ខំឱ្យគាត់ប្រើដបប្លាស្ទិកនៅលើរទេះរុញពេលកំពុងធ្វើការ។ ឧបសគ្គផ្នែកហេដ្ឋារចនាសម្ព័ន្ធទាំងនេះ បានរឹតត្បិតយ៉ាងធ្ងន់ធ្ងរដល់ការធ្វើដំណើរ ស្វ័យភាព និងការប្រកបរបរចិញ្ចឹមជីវិតរបស់គាត់។

«ខ្ញុំជ្រើសរើសរស់នៅដោយឯករាជ្យ ប៉ុន្តែហេដ្ឋារចនាសម្ព័ន្ធ និងបន្ទប់ទឹកសាធារណៈដែលគ្មានបរិយាបន្នបានប្លន់យកសេចក្តីថ្លៃថ្នូរក្នុងការរស់នៅ និងការប្រកបរបរចិញ្ចឹមជីវិតរបស់ខ្ញុំ។»

Expanding Social Protection Systems for Persons with Disabilities

Sopheap, 44, lives in a small rental home in Chamkar Samrong 2 village, Battambang town, with her husband and two children. Both Sopheap and her husband live with disabilities—he was disabled in the war and works repairing tires, while Sopheap navigates in a wheelchair to collect and sell recyclable materials. Their irregular income makes it difficult to afford basic essentials like food, rent, transportation, and schooling. Despite these constant financial hurdles, the couple remains deeply committed to securing a better future for their children.

"Even though both of us are disabled and face endless hardships, we keep fighting so our children can get an education."

Accessible Classrooms and Restrooms

Somban, 34, from Andoung Pring village in Battambang province, has used a wheelchair since early childhood due to paralysis in both legs. During his school years, structural barriers—such as a second-floor classroom, a lack of ramps, and inaccessible restrooms—forced him to rely on friends to carry him every day. To avoid the discomfort of asking for help, he often refrained from drinking water throughout the school day to avoid using the bathroom. While minor infrastructure changes have been made over time, many facilities remain unsafe or unusable, continuing to create anxiety and social exclusion for students with disabilities.

"For people without disabilities, a small stair may seem easy. But for a person with a disability, it can feel like climbing a mountain. I want to have autonomy and dignity, just like everyone else."

Inclusive Infrastructure Planning & Public Restrooms

Phearom, 36, lives independently in Wat Polknong, Battambang town. Managing a spinal cord injury, he relies on his wheelchair to collect recyclables across public parks and streets to earn a living. However, damaged roads and missing curb ramps constantly obstruct his movements. Most severely, the total absence of accessible public restrooms compromises his dignity and basic hygiene, often forcing him to use a plastic bottle while working. These structural barriers systematically restrict his mobility, autonomy, and livelihood.

"I choose to live independently, but non-inclusive infrastructure and public restrooms have taken away my dignity in living and earning an income."

Australian Aid · PONLOK CHOMNES · The Asia Foundation · អង្គការល្ខោនគំនិត LAKHON KOMNIT organization

ក្នុងនាមជាស្ត្រីមានពិការភាពម្នាក់ ខ្ញុំមានអារម្មណ៍រីករាយ មោទនភាព ទទួលបានតម្លៃ ភាពជាគម្រូសង្គម ដែលបានចូលរួមក្នុងការស្រាវជ្រាវលើ ប្រធានបទ «ការវិភាគបែបគុណវិស័យស្ដីពី៖ សមភាពយេនឌ័រ ពិការភាព និងបរិយាបន្នសង្គមនៅក្នុងដំណើរការស្រាវជ្រាវគោលនយោបាយ និងការពិភាក្សានៅកម្ពុជា» ជាមួយក្រុមជនងាយរងគ្រោះ រួមមាន ជនមានពិការភាព មនុស្សចាស់ អ្នកស្រលាញ់ភេទដូចគ្នា អង្គការ និងអាជ្ញាធរមូលដ្ឋាន។ ជាមួយនឹងទិន្នន័យដែលបានរកឃើញនៅក្នុងការសិក្សាស្រាវជ្រាវនេះ បានជួយផ្ដល់ធាតុចូលដ៏សំខាន់ដល់អ្នកតាក់តែង និងអនុវត្តគោលនយោបាយប្រកបដោយអត្ថន័យ និងប្រសិទ្ធិភាព។

As a woman with a disability, I feel joyful, proud, valued, and recognised as a social role model for participating in research on “Gender Equality, Disability, and Social Inclusion in Cambodia’s Policy Research and Dialogue Processes: A Qualitative Analysis.” This study engaged with vulnerable groups, including persons with disabilities, the elderly, LGBTQ+ individuals, as well as local civil society organizations and authorities. The findings from this research provide crucial input for policymakers and implementers to create policies that are both meaningful and effective.

អនុសាសន៍ I Recommendations

- ការរួមបញ្ចូលជនមានពិការភាពទៅក្នុងគម្រោង ឬកម្មវិធីណាមួយ គឺជាការធានាថាមិនទុកនរណាម្នាក់ចោលនៅក្នុងការអនុវត្តគោលនយោបាយ និងការអភិវឌ្ឍ។

- Including persons with disabilities in any project or program ensures that no one is left behind in policy implementation and development.

Australian Aid | PONLOK CHOMNES | The Asia Foundation

សូមអរគុណដែលបានចូលរួមជាផ្នែកមួយនៃ **សប្តាហ៍លើកកម្ពស់បរិយាបន្នពិការភាពឆ្នាំ២០២៦ របស់កម្មវិធីពន្លកចំណេះ!**
សូមចែករំលែកមតិយោបល់របស់អ្នក បន្ទាប់ពីទស្សនាពិព័រណ៌នេះ!

Thank you for being part of ***Ponlok Chomnes' Disability Week 2026!***
Please share us your thought after visiting this exhibition!

Australian Aid PONLOK CHOMNES The Asia Foundation