

**ការដាំដុះបន្លែ និងមីក្រូភាព ដោយវិធីទាំង  
ប្រាំខាងក្រោម**

**1. កំណត់ពីអត្ថប្រយោជន៍សហគមន៍**

- រៀបចំការប្រជុំ ដើម្បីកំណត់ថា តើអ្នកជិតខាងរបស់អ្នកចង់បាន ឬត្រូវការសូនបូអ័រ ។
- បង្កើតក្រុមអ្នកដឹកនាំដែលមានក្រុមមនុស្សដែលមានការប្តេជ្ញាចិត្តចំនួន ៥-១០ នាក់ ។

**2. ស្វែងរកទីតាំងសួន ដែលសមស្រប**

- ត្រូវប្រាកដថា សួនមានទីតាំងដែលផ្តល់ភាពងាយស្រួល និងនៅចំណុចកណ្តាល ។
- ធ្វើការវិភាគទៅលើទីតាំង ដើម្បីកំណត់ថា តើអាចរកទឹកប្រើប្រាស់បាន មានពន្លឺគ្រប់គ្រាន់ និងជាដីដែលល្អ ។
- សុំការអនុញ្ញាតិជាលាយលក្ខណ៍អក្សរ ពីម្ចាស់ដី ដើម្បីចាប់ផ្តើមបង្កើតសួន ។

**3. រៀបចំចក្ខុវិស័យរបស់អ្នក**

- បង្កើតប្រយោគនៃចក្ខុវិស័យរបស់អ្នក ដើម្បីណែនាំអ្នកធ្វើសួនក្នុងសហគមន៍ ។ អាចជាអ្វី ដែលសាមញ្ញៗ ដូចជា «ដើម្បី ផ្តល់នូវអាហារ ដែលសម្បូរសារធាតុចិញ្ចឹម និងសកម្មភាព ដែលនាំមកនូវសុខភាពល្អ សម្រាប់សហគមន៍របស់យើង» ។
- ព្រមព្រៀងទៅលើច្បាប់និងបទបញ្ជាផ្ទៃក្នុងសម្រាប់សួន។
- បែងចែកការងារ ដែលទទួលខុសត្រូវ វាមិនមែនជាការអនុវត្ត ដែលផ្អែកទៅលើមនុស្សតែម្នាក់ទេ ។

**4. ប្រើប្រាស់ភាពច្នៃប្រឌិតរបស់អ្នក**

- បង្កើតការរចនាសួនដែលសមស្របសម្រាប់ទីតាំង និងសហគមន៍ ។
- បញ្ចូលមតិយោបល់របស់អ្នកធ្វើសួន ក្នុងសហគមន៍របស់អ្នកទៅក្នុងដំណើរការរចនាសួនរបស់អ្នក ។

**5. ទ្រទ្រង់ការប្រមូលផលរបស់អ្នក**

- បង្កើតកម្មវិធីសប្បាយៗ! រៀបចំការជួបជុំរបស់សហគមន៍ប្រចាំឆ្នាំ ដូចជា ទិវាការងារសហគមន៍ ពិធីបុណ្យប្រមូលផល និងចែករំលែកអាហារជាមួយគ្នា និងប្រគំតន្ត្រីដោយផ្ទាល់ ។
- បង្កើតផែនការហិរញ្ញវត្ថុ ។

**អ្នកជំនាញដែលអាចជួយយើងបាន**


កម្មវិធីសួនសហគមន៍នៃសកលវិទ្យាល័យរដ្ឋ N.C. A&T (N.C. A&T State University Community Garden Program) ដែលជាផ្នែកមួយនៃកម្មវិធីបណ្តុះបណ្តាលសហគមន៍ នៃ N.C. A&T ដែលផ្តល់នូវព័ត៌មាន ដែលផ្អែកលើការស្រាវជ្រាវ និងការគាំទ្រផ្នែកអប់រំ សម្រាប់ការធ្វើផែនការអភិវឌ្ឍ និងរក្សាការពារសួន ។

*សូមរង់ចាំតាមដានព័ត៌មានពិតប្រាកដថ្មីៗ  
ដែលត្រូវឱ្យរំភើបអស្ចារ្យទាំងនេះ!*

សូមចូលទៅកាន់គេហទំព័ររបស់យើង  
សម្រាប់ព័ត៌មានបន្ថែម៖  
[www.ag.ncat.edu/extension](http://www.ag.ncat.edu/extension)

ចែកចាយដើម្បីគាំទ្រសកម្មភាពរបស់អង្គប្រជុំសភាថ្ងៃទី ៨ ឧសភា និង ៣០ មិថុនា ១៩១៤ ។ ឱកាសការងារ និង កម្មវិធីបានបើក សម្រាប់មនុស្សគ្រប់គ្នាមិនថា ពូជសាសន៍ ពណ៌សម្បុរ សញ្ជាតិ ភេទ អាយុ ឬពិការភាព អ្វីឡើយ ។ សាកលវិទ្យាល័យរដ្ឋ North Carolina A&T សាកលវិទ្យាល័យរដ្ឋ North Carolina ក្រសួងកសិកម្ម សហរដ្ឋអាមេរិក និងរដ្ឋាភិបាលក្នុងតំបន់ ដែលចូលរួមសហការ ។

សកលវិទ្យាល័យបច្ចេកទេស និងកសិកម្ម នៃ រដ្ឋ North Carolina (N.C. A&T) ត្រូវបាន ទទួលស្គាល់ដោយសមាគមភាគខាងត្បូងនៃមហាវិទ្យាល័យ និង គណៈកម្មការ សាលានៃសាលា ដែលត្រូវផ្តល់បរិញ្ញាបត្រ អនុបណ្ឌិត និង បណ្ឌិត ។ N.C. A&T មិនរើសអើងចំពោះបុគ្គលណាម្នាក់ដោយផ្អែកលើអាយុ ពណ៌សម្បុរ ពិការភាព អត្តសញ្ញាណភេទ ព័ត៌មានពូជសាសន៍ ដើមកំណើត ជាតិសាសន៍ សាសនា ភេទ ទំនោរផ្លូវភេទ ស្ថានភាពអតីតយុទ្ធជន ឬមូលដ្ឋានផ្សេងទៀតដែលត្រូវបានការពារដោយច្បាប់ឡើយ ។ N.C. A&T គឺជាស្ថាប័នដែលគោរពតាម AA/EEO និង ADA ។

 ឯកសារសាធារណៈនេះ ចំនួន ៥០០០ ច្បាប់ត្រូវបានបោះពុម្ពនៅលើក្រដាសកែច្នៃឡើងវិញក្នុងតម្លៃ \$xxx.xxor \$x.xx ក្នុងមួយច្បាប់ ។



**ការធ្វើសួនសហគមន៍  
នៅរដ្ឋ  
NORTH  
CAROLINA**

**សហគមន៍ទាំងមូលត្រូវសហការគ្នា  
ដើម្បីបង្កើតសួនបាន**



### អាហារសម្រាប់សហគមន៍ និងសម្រាប់ដួងព្រលឹង

តើសួរសហគមន៍ជាអ្វី? ពួកវាមានរូបរាងផ្សេងៗ គ្នាអាស្រ័យទៅតាមទីតាំងនីមួយៗ ។ សួរខ្លះមានដំណាំជាជួរគ្រប់ៗ ខណៈដែលសួរមួយចំនួនទៀត មានលើកជាថ្នាលខ្ពស់ល្មម ដែលអ្នកធ្វើសួរមិនចាំបាច់អោន ។ សួរទាំងនេះ អាចជាដំណាំហូបផ្លែ ឬជាសួរ ដែលត្រូវបានរចនាឡើង ដើម្បីទាក់ទាញឃ្មុំ និងសត្វល្អិតនាំលំអងនានា ។ សួរអាចមានទីតាំង នៅមន្ទីរពេទ្យ ផ្ទះ ចូលនិវត្តន៍ សួរសារធារណៈ វិហារ ឬដីដែលទំនេរ ។ សួរខ្លះមានការលម្អជាមួយនឹងរូបចម្លាក់សិល្បៈ និងខ្លះទៀតលម្អដោយដើមឈើហូបផ្លែ ដូចជា ដើមផ្លែឈើ និងគ្រាប់ធញ្ញជាតិដើមឈើបែកគុម្ព និងវល្លិជាដើម!

ចម្ការសហគមន៍ទាំងអស់ផ្តល់នូវលំហូរម ដែលក្មេងៗ ឪពុកម្តាយ អ្នកចូលនិវត្តន៍ និងសមាជិកសហគមន៍ផ្សេងទៀត មកជួបជុំគ្នា និងចែករំលែករឿងរ៉ាវរបស់ពួកគេ នៅពេលដែលកំពុងដាំដុះនៅជិតៗ គ្នា ។ ចម្ការផ្តល់នូវជម្រើសអាហារសុខភាពល្អ ដែលចាំបាច់ជាច្រើន ដែលមានតម្លៃសមរម្យ និងនៅជិតផ្ទះ ។ ក្រៅពីលើអាហារជំនួយដល់សុខភាព ដែលស្រស់ៗ ពួកគេបានបង្កើតជាទម្លាប់សុខភាពល្អ អត្តសញ្ញាណសហគមន៍ និងមិត្តភាពថ្មីៗ ។

### កម្មវិធីបណ្តុះបណ្តាលសហគមន៍អាចជួយអ្នកជាមួយនឹង៖

- ការបង្កើតសួរ
- ភ្ជាប់ទំនាក់ទំនងជាមួយសួរសហគមន៍ ដែលនៅជិតអ្នក
- ធ្វើការរចនាសួរ
- សម្របសម្រួលការប្រជុំអ្នកចាប់អារម្មណ៍
- ការបង្កើតផែនការហិរញ្ញវត្ថុសម្រាប់សួររបស់អ្នក

### ទំនាក់ទំនង៖

**Alyssa McKim**  
*អ្នកសម្របសម្រួលផ្នែកសួរសហគមន៍រដ្ឋ*

កម្មវិធីបណ្តុះបណ្តាលសហគមន៍  
 នៅ N.C. A&T សាកលវិទ្យាល័យរដ្ឋ  
 Greensboro, NC 27411

ទូរសព្ទ៖ 336-285-4623  
 អ៊ីមែល៖ mamckim@ncat.edu

# ធនធានបន្ថែម និងដៃគូសហគមន៍

សមាគមន៍សួរសហគមន៍អាមេរិក (ACGA)

<https://communitygarden.org/>

កម្មវិធីសាបព្រួស (SOW APP) ៖ ដៃគូថែទាំចម្ការ

បង្កើតឡើងដោយ N.C. A&T និងសាកលវិទ្យាល័យ Auburn ហើយអាចរកបានរាមរយៈ Google Play និង Apple App store

ដៃគូសួរសហគមន៍ NORTH CAROLINA (NCCGP)

<http://www.nccgp.org/>