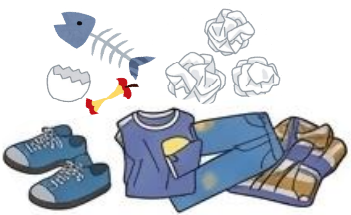
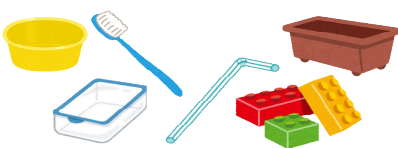


របៀបតម្រៀប និងចោលសំរាមនៅក្រុងសៅថ៍

កាកសំណល់ដែលអាចបោះចោលបាន		កាកសំណល់អាហារ ផលិតផលក្រដាស សម្លៀកបំពាក់ ស្បែកឆើង រុក្ខជាតិ ស្លឹកឈើជ្រុះ មែកឈើ កន្ទួបទារក ជាដើម។				
		●សូមកុំរុករានក្នុងក្រដាស ឬសម្ភារៈផ្សេងទៀត ដើម្បីឱ្យយើងអាចផ្ទៀងផ្ទាត់ការតម្រៀបបាន។ ●សូមបង្ហាញកាកសំណល់អាហារឱ្យបានហ្មត់ចត់មុនពេលដាក់វាចេញ។ ●សូមយកសារធាតុរឹងចេញពីកន្ទួបទារកដែលប្រើរួចមុនពេលបោះចោលវា។ ●សូមបោះចោលភួយ និងភួយជាសំរាមធំៗ។				
កាកសំណល់ដែលមិនអាចបោះចោលបាន		កញ្ចក់ សេរ៉ាមិច កាបូប ឆ័ត្រ ទុយោកៅស៊ូ ភ្លើងជាដើម។				
		● របស់របរដែលមិនសមនឹងចងក្រងត្រូវបានបោះចោលជា "សំរាមធំៗ"។ ● របស់របរដែលខូចគួរតែត្រូវបានដោយក្រដាសមុនពេលបោះចោល។ ● ថ្មមិនគួរដាក់នៅខាងក្នុងទេ ព្រោះវាអាចបង្កឱ្យមានអគ្គិភ័យ។				
កាកសំណល់ដែលអាចកែច្នៃឡើងវិញបាន (សូមព្រឹក្សាប្រភេទនីមួយៗមុនពេលបោះចោល) ។						
ផលិតផល និងវត្ថុឧបករណ៍ (មានផ្លាស្ទិចសម្រាប់)		ផលិតផលផ្លាស្ទិច (គ្មានផ្លាស្ទិចសម្រាប់)		កំប៉ុងអាឡូយ៉ូមញ៉ាញ, កំប៉ុងដែក	ដបប្លាស្ទិច	
						
ដប គម្រប ពែង/កញ្ចប់ បំពង់ថង់/ស្លាក/ក្រដាសរុំ ថាស សម្ភារៈការពារ។ល។		អាងលាងដៃ, ប្រាសដុសធ្មេញ, ចំបើង, ជើងផ្កា, ប្រដាប់ក្មេងលេងប្លាស្ទិច, ថតឯកសារផ្លាស្ទិច ជាដើម។				
ដើម្បីយកសំណល់អាហារ និងខ្លាញ់ចេញ សូមដូត ឬលាងសម្អាតផ្ទះនោះ ហើយទុកឱ្យវាស្ងួតមុនពេលបោះចោល។		សូមសម្អាតភាពកខ្វក់ណាមួយចេញមុនពេលបោះចោល។ បោះចោលវាដោយឡែកពីផលិតផលផ្លាស្ទិច និងការវេចខ្ចប់។		លាងសម្អាតផ្នែកខាងក្នុងជាមួយទឹក ហើយបោះចោលដោយមិនកំទេចវា។ ដោះគម្រប និងស្លាកចេញ។		
ឧបករណ៍អគ្គិសនីតូចៗដែលប្រើរួច		លោហធាតុ		កំប៉ុងបាញ់	ដបពណ៌ត្នោត ដបថ្លា ដបផ្សេងៗទៀត	ចង្រ្កាញ់អូរ ម៉ូតូ, ថ្ម កោសិកាស្ពាន
						
សូមដកថ្ម ឬការផ្គត់ផ្គង់ថាមពលចេញ មុនពេលបោះចោលវា។		នេះអនុវត្តចំពោះវត្ថុដែលមានលោហៈ 80% ឬច្រើនជាងនេះ។ សូមកុំបិតក្នុងក្រដាសមុនពេលបោះចោលវា។		នៅពេលដែលអ្នកបានប្រើវាអស់ហើយ សូមបោះវានៅកន្លែងខាងក្រៅដែលមានខ្យល់ចេញចូលល្អ មុនពេលបោះចោលវា។	សូមលាងសម្អាតវា ហើយព្រឹក្សាវាតាមប្រភេទមុនពេលបោះចោល។	ថ្មចល័តក៏អាចបោះចោលបានដែរ។
ក្រដាស		សូមចងប្រភេទវត្ថុនីមួយៗដោយខ្សែមុនពេលដាក់វាចេញទៅប្រមូល។ នេះរួមបញ្ចូលទាំងសៀវភៅទស្សនាវដ្តី ខិត្តប័ណ្ណ កាសែត កេសក្រដាស និងប្រអប់ក្រដាសកាតុង។				
ប្រេងចម្អិនអាហារដែលប្រើរួច		សូមយកភាពមិនបរិសុទ្ធនាមួយចេញ ហើយបោះចោលកាកសំណល់នៅក្នុងធុងដែលបានកំណត់។ ប្រេងកាកសំណល់ឧស្សាហកម្មនិងសម្ភារៈស្រដៀងគ្នានេះមិនអាចបោះចោលបានទេ។				

ការប្រុងប្រយ័ត្ននៅពេលបោះចោលវត្ថុ

នៅទីក្រុងស្ទឹងត្រែង កាកសំណល់ត្រូវបានបំបែក និងប្រមូលទៅជា “កាកសំណល់ដុត” “កាកសំណល់មិនដុត” និង “កាកសំណល់ដែលអាចកែច្នៃឡើងវិញបាន”។ [ចំណុចប្រមូលសំរាមនៅទីក្រុងស្ទឹងត្រែង] ចំណុចប្រមូលសំរាមក្នុងស្រុកត្រូវបានគ្រប់គ្រងដោយអង្គការក្នុងស្រុក។ សូមដាក់សំរាមរបស់អ្នកនៅក្នុងថង់សំរាមដែលកំណត់ដោយទីក្រុង សរសេរឈ្មោះរបស់អ្នកនៅលើវា ហើយបោះចោលវានៅចំណុចប្រមូលត្រឹមម៉ោង ៨:០០ ព្រឹក។ កាកសំណល់ឧស្សាហកម្មមិនត្រូវបានប្រមូលទេ។ សូមទិញថង់សំរាមដែលកំណត់ដោយទីក្រុងនៅតាមផ្សារទំនើប ឱសថស្ថាន ហាងងាយស្រួលជាដើមនៅក្នុងទីក្រុងស្ទឹងត្រែង។

សូមពិនិត្យជាមួយប្រធានសមាគមសង្កាត់របស់អ្នកទាក់ទងនឹងថ្ងៃប្រមូលប្រាក់។

ប្រភេទនៃកាកសំណល់		របៀបយកវាចេញ	កាលបរិច្ឆេទប្រមូល
កាកសំណល់ដែលអាចនេះបាន		ថង់សំរាមពណ៌លឿង	សប្តាហ៍ () ដង ថ្ងៃនៃសប្តាហ៍ () ()
កាកសំណល់ដែលមិនអាចនេះបាន		ថង់សំរាមពណ៌ក្រហម	សប្តាហ៍ () ដង, សប្តាហ៍ (), ថ្ងៃនៃសប្តាហ៍ ()
ក ា ក ស ំ ណ ល់ ម ិន អា ច ន េះ បាន	ដុះប្លាស្ទិក និងវេចខ្ចប់	ថង់សំរាមស្លា	សប្តាហ៍ () ដង, សប្តាហ៍ (), ថ្ងៃនៃសប្តាហ៍ ()
	កំប៉ុងអាឡុយមីញ៉ូម និងកំប៉ុងដែក	ថង់សំរាមស្លា	
	ដបប្លាស្ទិក	ថង់សំរាមស្លា	
	ផលិតផលប្លាស្ទិក	ថង់សំរាមស្លា	
	ឧបករណ៍អគ្គិសនីតូចៗដែលប្រើរួច	កុងតឺន័រ	
	លោហធាតុ	កុងតឺន័រ	
	កំប៉ុងបាញ់	កុងតឺន័រ	
	ដបទេ	កុងតឺន័រ	
	ចង្កៀងឃ្លូយអូរេសង់ និងថ្ម	កុងតឺន័រ	
	ក្រដាស	ចងពួកវាជាមួយគ្នាដោយខ្សែ ម្តងមួយប្រភេទ។	
	ប្រេងចម្អិនអាហារ	ផ្ទុកពិសេស	
កាកសំណល់ផ្សេងៗ		ទៅមជ្ឈមណ្ឌលសម្អាតដោយផ្ទាល់។	ថ្ងៃ-សៅរ៍ (៨:៣០-១៦:៣០)

[របស់របរដែលមិនអាចប្រមូលបាន] ● ឧបករណ៍ពន្លត់អគ្គិភ័យ ឥដ្ឋ ឬក៏ សម្ភារៈសំណង់ គ្រឿងចក្រ កសិកម្ម រថយន្ត សំបកកង់ អាគុយ ថ្នាំសម្លាប់សត្វល្អិត ជាដើម។ → សូមស្នើសុំឱ្យអ្នកលក់រាយ ឬក្រុមហ៊ុនឯកទេសបោះចោលវា។ ● ផលិតផលដែលគ្របដណ្តប់ដោយច្បាប់ស្តីពីការកែច្នៃឧបករណ៍ប្រើប្រាស់ក្នុងផ្ទះ៖ សម្រាប់ម៉ាស៊ីនត្រជាក់ ទូរទឹកកក ទូរទឹកកក ម៉ាស៊ីនបោកគក់ ទូរទស្សន៍ ជាដើម។ សូមស្នើសុំហាងដែលអ្នកបានទិញវា ហាងដែលអ្នកកំពុងជួសជុល ឬហាងសហការនៅក្នុងទីក្រុងដើម្បីបោះចោលវា។