

ຄູ່ມືຊຸມຊົນເພື່ອສຸຂະພາບສິ່ງແວດລ້ອມ ເປັນປຶ້ມທີ່ຮີບໂຮມເອົາບັນດາແນວຄວາມຄິດ, ວິທີການ, ເລື່ອງລາວ ແລະ ວິທີການແກ້ໄຂບັນຫາໃນທາງປະຕິບັດຕ່າງໆ ຈາກຊຸມຊົນຕ່າງໆ ໃນທົ່ວທຸກມູມໂລກ ເພື່ອເປັນປະໂຫຍດແກ່ບັນດາ ແພດອາສາ, ຄູ, ອາຈານ, ນັກກິດຈະກຳຊຸມຊົນ, ຜູ້ຊ່ວຍຊານດ້ານການພັດທະນາ ແລະ ທຸກຄົນທີ່ຕ້ອງການຢາກປັບ ປຸງສຸຂະພາບຂອງຕົນເອງ ແລະ ຊຸມຊົນໃຫ້ດີຂຶ້ນ.

ວິທີໃຊ້ປຶ້ມຄູ່ມືເຫຼັ້ມນີ້

ໃນທຸກຊຸມຊົນ ແລະ ໃນທຸກວັດທະນະທຳແມ່ນມີວິທີທາງໃນການຮັກສາສຸຂະພາບ ແລະ ປົກປ້ອງແຫຼ່ງຊັບພະຍາກອນທຳມະຊາດຕ່າງໆ ທີ່ເປັນເອກະລັກຂອງຕົນເອງ. ພວກເຮົາຫວັງວ່າເນື້ອໃນທີ່ມີຢູ່ໃນປຶ້ມເຫຼັ້ມນີ້ຈະໄປເພີ່ມຕື່ມໃສ່ໃນແຫຼ່ງຂໍ້ມູນ ຫຼື ວິທີການທີ່ມີຢູ່ແລ້ວໃນຊຸມຊົນຂອງທ່ານ ເພື່ອໃຫ້ທ່ານໄດ້ທົດລອງ ນຳໃຊ້ເຂົ້າໃນການຮັກສາສຸຂະພາບ ແລະ ປົກປັກຮັກສາແຫຼ່ງຊັບພະຍາກອນທຳມະຊາດຕ່າງໆ. ຖ້າທ່ານໄດ້ທົດລອງສິ່ງທີ່ໄດ້ແນະນຳໄວ້ໃນປຶ້ມເຫຼັ້ມນີ້ ແຕ່ມັນບໍ່ບັງເກີດຜົນຕາມທີ່ຕ້ອງການ ຫຼື ເລື່ອງລາວທີ່ຢູ່ໃນປຶ້ມບໍ່ເໝາະກັບທ້ອງຖິ່ນຂອງທ່ານ ຫຼື ຄຳແນະນຳໃນການກໍ່ສ້າງສິ່ງໃດໜຶ່ງບໍ່ກົງກັບຄວາມຕ້ອງການຂອງທ່ານ. ຂໍໃຫ້ທ່ານຈົ່ງທົດລອງເບິ່ງວິທີອື່ນອີກ ແລະ ຂໍຄວາມກະລຸນາແຈ້ງລາຍລະອຽດວິທີການ ແລະ ຜົນທີ່ໄດ້ຮັບ ເພີ່ມໃສ່ສິ່ງທີ່ມີໃນປຶ້ມເຫຼັ້ມນີ້ດ້ວຍ.



ວິທີຂອກຫາຫົວຂໍ້ໃນປຶ້ມເຫຼັ້ມນີ້, ທ່ານສາມາດຂອກຫາໄດ້ໃນສາລະບານ ຫຼື ພາກດັດສະນີ. ສາລະບານ ທີ່ຢູ່ສ່ວນທາງ ຫ້າຂອງປຶ້ມ ແມ່ນລຽງເອົາບັນດາບົດທີ່ມີໃນປຶ້ມນີ້ເປັນລະດັບຕາມທີ່ພວກມັນໄດ້ປາກົດ. ຕໍ່ຈາກສາລະບານກໍ່ແມ່ນລາຍ ຊື່ກິດຈະກຳທັງໝົດ, ຫົວຂໍ້ເລື່ອງລາວຕ່າງໆ ແລະ ວິທີການເຮັດສິ່ງຕ່າງໆ ເພື່ອຊ່ວຍໃຫ້ທ່ານຂອກຫາສິ່ງທີ່ທ່ານຕ້ອງການ ໄດ້ງ່າຍຂຶ້ນ. ໃນແຕ່ລະບົດກໍ່ຈະມີສາລະບານຍ່ອຍກ່ຽວກັບບັນດາຫົວຂໍ້ທີ່ມີໃນແຕ່ລະບົດ.

ພາກດັດສະນີ ຫຼື ພາກຫ້າເຫຼືອງທີ່ຢູ່ທາງທ້າຍຂອງປຶ້ມເຫຼັ້ມນີ້ ແມ່ນລາຍຊື່ບັນດາຫົວຂໍ້ທີ່ສຳຄັນໃນປຶ້ມນີ້ ເຊິ່ງພວກມັນຖືກ ຈັດລຽງຕາມລຳດັບຕົວອັກສອນ (a, b, c, d,...).

ພາກຄຳສັບ ເຊິ່ງເລີ່ມຈາກໜ້າ 569 ແມ່ນອະທິບາຍຄວາມໝາຍຂອງຄຳສັບຈຳນວນໜຶ່ງທີ່ໃຊ້ໃນປຶ້ມນີ້. ເມື່ອແຕ່ລະຄຳ ສັບໃນຈຳນວນນີ້ປາກົດຂຶ້ນເທື່ອທຳອິດໃນບົດໃດໜຶ່ງ ແມ່ນມັນຈະພິມດ້ວຍຕົວໜັງສື ຕົວໜາແບບນີ້.

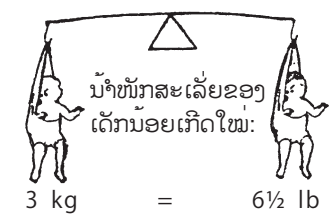
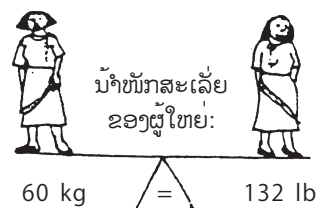
ກ່ຽວກັບຮູບແຕ້ມໃນປຶ້ມນີ້
ຮູບແຕ້ມໃນປຶ້ມນີ້ແມ່ນສະແດງເຖິງຜູ້ຄົນໃນທົ່ວໂລກ ເຊິ່ງວ່າໃນຜູ້ຄົນເຫຼົ່ານີ້ບາງຈຳນວນຈະຄ້າຍຄືກັບຜູ້ຄົນໃນຊຸມຊົນ ຂອງເຈົ້າຫຼາຍ. ເຖິງວ່າພວກເຂົາຈະຢູ່ແຫ່ງທຶນໃດກໍ່ຕາມ, ມີການນຸ່ງຖືແບບໃດກໍ່ຕາມ ຫຼື ເຮືອນຊານຂອງພວກເຂົາເຈົ້າ ມີຮູບຮ່າງລັກສະນະແບບໃດກໍ່ຕາມ, ພວກເຂົາເຫຼົ່ານັ້ນກໍ່ກຳລັງພະຍາຍາມແກ້ໄຂບັນຫາສຸຂະພາບສິ່ງແວດລ້ອມກັນຢູ່.

ຄວາມໝາຍທີ່ແຕກຕ່າງຂອງຂອບອ້ອມຕົວໜັງສື
ໃນປຶ້ມຄູ່ມືເຫຼັ້ມນີ້ແມ່ນໄດ້ນຳສະເໜີຂໍ້ມູນຫຼາຍປະເພດ ເຊັ່ນ: ບົດເລື່ອງ (ເຊິ່ງສະເໜີໃນຂອບທີ່ມີພັນສີຂີ້ເຖົ່າ), ກິດຈະກຳ, ວິທີການ ແລະ ຂໍ້ມູນທົ່ວໄປ (ສະເໜີໃນຂອບທີ່ມີພັນເປັນສີຂາວ).

ມີຂໍ້ມູນອື່ນໆອີກຫຼາຍຢ່າງຢູ່ທາງທ້າຍຂອງປຶ້ມຄູ່ມືເຫຼັ້ມນີ້
ຕໍ່ຈາກບົດສຳຄັນຕ່າງໆແລ້ວ ກໍ່ມີບົດເພີ່ມຕື່ມອີກ 2 ບົດ ທີ່ບັນຈຸມີຂໍ້ມູນທີ່ໃຊ້ໄດ້ກັບຫຼາຍຫົວຂໍ້ໃນປຶ້ມນີ້ ເຊັ່ນ: ວິທີການ ນຳໃຊ້ເຄື່ອງມືເພື່ອຄວາມປອດໄພ. ພ້ອມນັ້ນມັນກໍ່ຍັງມີພາກແຫຼ່ງຂໍ້ມູນທີ່ແນະນຳບັນດາລາຍຊື່ຂອງອົງການ, ປຶ້ມ ແລະ ເວັບໄຊ ທີ່ທ່ານສາມາດຫາຂໍ້ມູນເພີ່ມຕື່ມກ່ຽວກັບຫົວຂໍ້ທີ່ມີໃນປຶ້ມເຫຼັ້ມນີ້ໄດ້.

ນ້ຳໜັກ

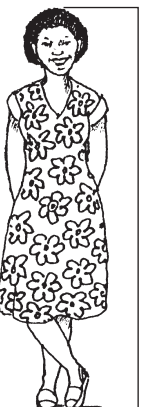
- 16 ອອນ (oz) = 1 ປອນ (lb)
- 1 ປອນ = 454 ກຼາມ (g)
- 1000 ກຼາມ = 1 ກິໂລ (kilo, kg)
- 1 ກິໂລ = 2½ ປອນ
- 1 ອອນ = 28 ກຼາມ
- 1 ກຼາມ = 1000 ມິລິກຼາມ (mg)
- 1 ເງນ (gr) = 65 mg



ລວງຍາວ ແລະ ໄລຍະທາງ

ຫົວໜ່ວຍວັດລວງຍາວ ແລະ ໄລຍະທາງ ທີ່ໃຊ້ໃນປຶ້ມເຫຼັ້ມນີ້ສ່ວນຫຼາຍ ແມ່ນ ແມັດ (m), ຊັງຕີແມັດ (cm) ແລະ ມິລິແມັດ (mm).

- 1 ກິໂລແມັດ = 1000 ແມັດ ຫຼື 0.6 ໄມ
- 1 ໄມ = 1.6 ກິໂລແມັດ, 1760 ຫຼາ ຫຼື 5280 ຟິດ (feet (ft))
- 1 ແມັດ = 100 ຊັງຕີແມັດ (cm) ຫຼື 1000 ມິລິແມັດ (mm)
- 1 ແມັດ = 1.1 ຫຼາ ຫຼື 3.3 ຟິດ (ປະມານ 3 ຟິທ໌ 3 ນິ້ວ)
- 1 ຫຼາ = 0.9 ແມັດ ຫຼື 3 ຟິດ
- 1 ຟຸທ໌ (foot (ft)) = 12 ນິ້ວ ຫຼື 30.5 ຊັງຕີແມັດ (cm)
- 1 ນິ້ວ = 2.5 ຊັງຕີແມັດ (cm)
- 1 ຊັງຕີແມັດ = 10 ມິລິແມັດ (mm), ຫຼື 0.4 ນິ້ວ
- 1 ເຮັກຕາ = 10 000 ຕາແມັດ, ຫຼື 2.5 ເອເຄີ (acres)
- 1 ເອເຄີ (acre) = 4840 ຕາແມັດ, ຫຼື 0.4 ເຮັກຕາ



5 ft = 1½m

ບໍລິມາດ (ວັດປະລິມານຂອງແຫຼວ)

- 1000 ມິລິລິດ (ml) = 1 ລິດ (l)
- 1 ມິລິລິດ = 1 ຊັງຕີແມັດກ້ອນ (cc)
- 3 ບວງກາເຟ = 1 ບວງແກງ (Tbs)
- 1 ບວງກາເຟ = 5 ມິລິລິດ
- 1 ບວງແກງ = 15 ມິລິລິດ
- 30 ມິລິລິດ = ປະມານ 1 ອອນ (ນ້ຳ)
- 8 ອອນ = 1 ຈອກກາເຟ
- 32 ອອນ = 1 ກວອດ (qt)
- 1 ກວອດ = 0.95 ລິດ
- 1 ລິດ = 1.06 ກວອດ

