

สุข+สรรค์

HAPPINESS THRU CREATIVITY

01

ปีที่ 1 ฉบับที่ 001
พฤษภาคม 2554

ฉบับปฐมฤกษ์
10 เรื่องดีๆ
สร้างประเทศไทยให้น่าอยู่

“เรื่องเพศคุยกันได้”
คู่มือใคร campaign ใหม่จากสสส.

ไม่อยากตกขบวนสร้างสุข
ต้องพลิกไปที่ Happy Network

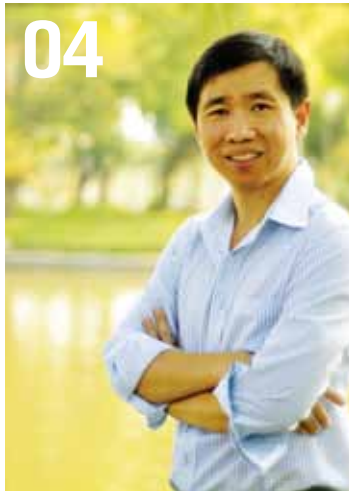
เต็มอิ่มกับ
Lifestyle
แบบสุข+สรรค์



10 แรงบันดาลใจ

จาก 10 คนเล็กๆ ที่จะ ‘เปลี่ยนประเทศไทย’

สารบัญ



สุขไม่มีวันหยุด
กับ ทพ.กฤษดา เรืองอารีย์รัชต์

สุขกับคณะ

10 แรงแบบดาลใจ
จาก 10 คนสร้างสุข

เรื่องชื่นใจ กับ **Happy news**

10 เรื่องเด่น เปลี่ยนประเทศไทย

800 ลานวัด
800 ลานเรียนรู้

108 ทับทิม
สู่มหานครแห่งการอ่าน

สิ่งเล็กๆที่เรียกว่ารัก
บนนิทรรศการสุขภาวะทางเพศ

เจ้าภาพจัดประชุมสุขภาพโลก
ก้าวที่แกร่งของไทย

สิทธิการรักษาพยาบาลคนชายขอบ
ความเท่าเทียมที่ต้องทวงคืน

แกะรอยสินามิโมเดล
พลังจิตอาสารับมือโลกเปลี่ยน

56

สื่อโฆษณา สุขภาพดี

58

จาก รพ.สต. สู่อริศาเรียลลิตี้
2 พลังสร้างชุมชนสุขภาพดี

60

ความสุขยั่งยืน ฉบับปากพูน

62

เปิดฉากทศวรรษความปลอดภัยทางถนน

สุข+สสส Lifestyle

64

Happy life

ดูล่าสุด
ฟิตร่างกายด้วยการสายเอว

66

Happy eating

กินผัก 5 สี
สุขภาพแข็งแรงทั้งสัปดาห์

68

Happy media

สื่อสร้างสุข สนุกโรมลพิช

70

ทำงานสำราญใจ สไตล์ **Happy workplace**

76

Happy people

นพ. สุภกร บัวสาย
ชวนแก้วิกฤตการศึกษา

80

ร่วมขบวนสร้างสุข กับ **Happy Network**

82

Happy Idea

อ่านโอเดียเปลี่ยนประเทศไทย
กับ ผู้ประกาศข่าว โมเดิร์นไนน์ทีวี

ความสุข ในมุมมองของคุณ คืออะไรคะ

บางคนบอกว่า ต้องรวยเป็นล้าน ขณะที่บางคนมีแค่ 100
ก็สุขแล้ว สุขนั้นอยู่ที่ใจมากกว่า

ความสุขนั้นคือการมีชีวิตที่ดีใช่หรือเปล่า

มากมาย หลายคำตอบที่คนเราจะจินตนาการถึงความสุขได้...

ครอบครัวอบอุ่น ความรักหวานชื่น อายุยืนยาว
ความรุ่งเรือง ร่ำรวยเงินทอง สุขภาพดี ไม่มีโรค ฯลฯ



นี่เองจึงเป็นจุดเริ่มต้นของ สุข+สรรค์ สานความคิดของคนสร้างสุข กับหลากหลายวิธีสร้างสรรค์
และออกแบบชีวิตของคุณ ชุมชน สังคม ประเทศ ไปจนถึงโลกของเราให้มีความสุขที่ยั่งยืน อย่างไม่
จำกัดรูปแบบเลยละค่ะ

ต้อนรับฉบับแรกด้วย 10 คนสร้างสุขกับงานจากหัวใจที่จะมาสร้างแรงบันดาลใจให้กับคุณผู้อ่าน ในวาระ
ก้าวสู่ปีที่ 10 ของสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างสุขภาพ (สสส.)

อิ่มสุขกับชีวิตและการทำงานของพวกเรา ตั้งแต่ ฝรั่งหัวใจไทย หนุ่มสาวผู้อยากเปลี่ยนโลกใบนี้ ชายพิการ
ที่ทุ่มเทเพื่อส่วนรวม นักโฆษณาสร้างสุข คุณยายหัวใจไม่เคยเกษียณ คุณหมอกับภารกิจช่วยชีวิตคน
ผู้ใหญ่วัยชราของชุมชนที่น่าอยู่ที่สุดแห่งหนึ่ง นักดนตรีเขียนโลก และนักสื่อสารพลังบวก

กับอีก 10 ภารกิจเปลี่ยนประเทศไทยที่จะมาแลกเปลี่ยนประสบการณ์ดีๆ กับคุณผู้อ่าน

และเป็นข้อพิสูจน์ว่า ไม่จำเป็นว่าจะต้องเป็นคนยิ่งใหญ่เท่านั้นที่จะสร้างความเปลี่ยนแปลงได้...แต่ไม่ว่า
จะเป็นชุมชน ประเทศ หรือโลก...ก็เปลี่ยนได้ เพราะมือของคนเล็กๆ ที่มีหัวใจยิ่งใหญ่ และคนคนนั้น
อาจจะเป็นคุณ

หวังว่า การพบกันครั้งแรกของเรา จะนำพาคำตอบของคุณสุขมาสู่คุณผู้อ่าน ไม่มากก็น้อย สวัสดิ์ค่ะ

10

“สุขไม่มีวันหยุด” กับ ทพ. กฤษดา เรืองอารีย์รัชต์

ล้างเมืองในหมอกควัน ด้วยล้านมือล้านใจ

โมเดลมือจับมือ ที่ก้าวข้ามทุกปัญหา

หลายครั้งที่ สส. พุดถึงการทำให้ประเทศไทยให้น่าอยู่ที่สุดในโลกหลายคนถามว่าประเทศไทยจะน่าอยู่ได้อย่างไร?

คำตอบของผมก็คือ จะน่าอยู่เมื่อเราทุกคนไม่นิ่งเฉยกับปัญหา ปัญหาหลายเรื่องเกิดขึ้นซ้ำแล้วซ้ำอีก เพราะว่าหลายคนนิ่งดูตายคิดว่าไม่ใช่หน้าที่ของเรา เฝ้ารอแต่ “ผู้มีหน้าที่” มาแก้ปัญหา แต่จริงๆ เราทุกคนคือเจ้าภาพ ความสำเร็จในแต่ละเรื่องเกิดขึ้นได้เพราะ “ความร่วมมือ”

ผมยกตัวอย่างปัญหาหนึ่งที่วนเวียนกลับมาเสมอในทุกปี นั่นก็คือ “ปัญหาหมอกควัน”

สถานการณ์หมอกควันจากฝุ่นละอองขนาดเล็กกว่า 10 ไมครอน ในปริมาณที่เกินค่ามาตรฐาน กระจายปกคลุมในพื้นที่ 7 จังหวัดภาคเหนือตอนบน ได้สร้างปัญหามลภาวะทางอากาศให้ชาวไทยในภาคเหนือปีแล้วปีเล่า ส่งผลกระทบต่อทั้งในแง่สิ่งแวดล้อมและสุขภาพ รวมถึงด้านเศรษฐกิจการท่องเที่ยว

แม้สถานการณ์จะมีแนวโน้มดีขึ้น แต่ผลการวัดคุณภาพอากาศของกรมควบคุมมลพิษล่าสุดพบว่ายังมีปริมาณฝุ่นละอองขนาดเล็กสูงเฉลี่ย 102-272 ไมโครกรัมต่อลูกบาศก์เมตร สูงกว่าค่ามาตรฐานที่กำหนดไว้ว่าต้องไม่เกิน 120 ไมโครกรัม สะท้อนให้เห็นว่าประชาชนยังต้องทนอยู่กับสภาพอากาศที่ไม่เหมาะสมอยู่

ที่น่าเป็นห่วงที่สุดคือการเจ็บป่วยต่างๆ โดยเฉพาะโรคของระบบทางเดินหายใจ โรคภูมิแพ้ โรคหัวใจ โรคผิวหนัง การระคายเคืองเยื่อเมือก ซึ่งเฉลี่ยแล้วมีผู้ได้รับผลกระทบจากหมอกควันเข้ารับการรักษายาวนานมากถึงสัปดาห์ละ 2,000 คน และยังมีประชาชนอีกนับล้านที่ต้อง “ป่วยผ่อนส่ง” ไปเรื่อยๆ

ขณะเดียวกัน เรื่องหมอกควันนี้ อาจเป็นกรณีตัวอย่างที่แสดงให้เห็นว่า ปัญหาจะแก้ไขได้ ต้องอาศัยความร่วมมือของทุกภาคส่วน ไม่ว่าจะเป็นชาวบ้าน นักวิชาการ หน่วยงานภาครัฐ ธุรกิจเอกชน และองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น

จากการลงพื้นที่ศึกษาปัญหาเชิงลึกของ ‘รศ.ดร. มงคล รายชนะคร’ แผนงานสร้างเสริมการเรียนรู้กับสถาบันอุดมศึกษาไทยเพื่อการพัฒนาโยบายสาธารณะที่ดี (นสธ.) พบว่าสาเหตุหลักของปัญหาหมอกควันเกิดจากไฟป่าและการเผาทางการเกษตร คิดเป็นสัดส่วนสูงถึง 80% ของต้นเหตุทั้งหมด แนวทางแก้ไขหลักๆ จึงแบ่งเป็น 2 ด้าน คือ ลดการเผาในพื้นที่เกษตรกรรม และการจัดการกับไฟป่า

ลดการเผาในพื้นที่เกษตรกรรม

พื้นที่การเกษตรใน 7 จังหวัดภาคเหนือมีมากถึงเกือบ 6 ล้านไร่ ส่วนใหญ่เป็นนาข้าวและไร่ข้าวโพด ซึ่งแต่ละปีมีตอซังข้าวโพดเหลือจากฤดูเก็บเกี่ยว ผลผลิตนับล้านตัน ซึ่งต้องเผาทิ้งก่อให้เกิดหมอกควันปริมาณมหาศาล วิธีการแก้ปัญหาเรื่องนี้ก็คือ..

1 การไกล่เกลี่ยตอซังข้าวแทนการเผา การนำวัสดุการเกษตรมาทำปุ๋ยหมัก และลดการใช้ปุ๋ยเคมี ซึ่ง “องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น” จะมีบทบาทเป็นหน่วยงานหลักในการขยายแนวคิดนี้ไปสู่การปฏิบัติ ด้วยการสนับสนุนเครื่องจักร งบประมาณ พร้อมถ่ายทอดองค์ความรู้ทางวิชาการให้เกษตรกรในพื้นที่

2 สร้างโรงงานไฟฟ้าชีวมวลเพื่อรับซื้อวัสดุเชื้อเพลิงใกล้แหล่งปลูก ซึ่งตอซังข้าวโพดเฉพาะที่ อ.แม่แจ่ม จ.เชียงใหม่มีมากถึงเฉลี่ยปีละ 30,000 กว่าตัน เพียงพอต่อการป้อนโรงไฟฟ้าขนาด 0.5-1 เมกะวัตต์ได้ 2-3 แห่ง ซึ่งการลงทุนสร้างโรงไฟฟ้าชนิดนี้ใช้งบประมาณไม่เกิน 10 ล้านบาทต่อแห่ง

3 ปรับเปลี่ยนพืชที่ปลูกในฤดูกาลหมอกควัน ด้วยการส่งเสริมให้เกษตรกรปลูกไม้เศรษฐกิจโตเร็ว ชนิดพืชยืนต้นร่วมกับพืชเดิมในแปลงเดียวกัน เพื่อลดปริมาณเศษวัชพืชที่ต้องกำจัดด้วยการเผา ซึ่ง “ภาครัฐ” สามารถสนับสนุนให้เกษตรกรปลูกพืชผสมผสานด้วยการจ่ายค่าชดเชยไร่ละ 1,000 บาท เพื่อเป็นแรงจูงใจ

อีกด้านคือ

การจัดการไฟฟ้า

บ่อยครั้งการป้องกันหรือดับไฟฟ้าไม่สามารถทำได้อย่างมีประสิทธิภาพ เพราะกำลังเจ้าหน้าที่มีน้อย เข้าไม่ถึงพื้นที่ห่างไกล เช่นในพื้นที่ ต.บ้านทับ อ.แม่แจ่ม จ.เชียงใหม่ ครอบคลุม 13 หมู่บ้าน สามารถบริหารจัดการพื้นที่ป่าได้เพียง 56,471 ไร่ แต่ยังมีพื้นที่ป่าเหลืออีก 143,909 ไร่ ที่ไม่สามารถดูแลได้ เพราะกำลังเจ้าหน้าที่ไม่ถึง 20 คน วิธีการแก้ปัญหาที่ทำได้ผลแล้ว คือ...

1 สร้างความร่วมมือ “ชุมชน” อปท.และหน่วยงานรัฐ จัดการไฟฟ้าในพื้นที่ที่ชุมชนดูแล โดยภาครัฐสนับสนุนงบประมาณให้นักวิชาการและหน่วยงานที่เกี่ยวข้องศึกษาข้อมูลรอบด้าน จัดทำข้อเสนอการจัดการไฟฟ้าสำหรับป่าแต่ละประเภท โดยเฉพาะการสร้างแนวป้องกัน ไฟป่ารวมถึงสนับสนุนอุปกรณ์และงบประมาณเพื่อการออกปฏิบัติการของเจ้าหน้าที่และชาวบ้านในการดับไฟฟ้าที่เกิดในพื้นที่

2 องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น จะมีบทบาทมากที่สุดในกรณีการสร้าง “เครือข่ายองค์กรชุมชน” แต่ละพื้นที่เป็นกองกำลังเสริมทำงานป้องกันไฟป่าร่วมกับภาครัฐ และเสริมงบประมาณในบางด้านนอกเหนือจากงบฯ ปกติ ซึ่งในบางพื้นที่ต้องการการจัดการแบบพิเศษ

ขณะเดียวกัน การใช้ “ภูมิปัญญาชาวบ้าน” เข้ามาหนุนเสริมในเรื่องของการป้องกันไฟฟ้า อย่างการ “ชิงเผา” ซึ่งเป็นภูมิปัญญาของคนพื้นที่สูงที่ใช้การชิงเผาก่อนจะถึงฤดูเกิดไฟป่า ในป่าเต็งรัง ที่เป็นป่าผลัดใบมีใบไม้ทับถม เมื่อถึงฤดูแล้งซึ่งมักเกิดไฟป่า หากไม่มีการชิงเผาไฟป่าจะลุกลามไปยังป่าดงดิบ ซึ่งจะดับยากมากและเกิดความเสียหายอย่างรุนแรง โดยนำภูมิปัญญานี้มาผสมผสานกับงานวิจัยทางวิทยาศาสตร์ของคณะวิศวกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ที่ศึกษาวิธี “ชิงเผา” อย่างมีประสิทธิภาพ เป็นการบูรณาการความรู้เพื่อร่วมกันแก้ปัญหาที่น่าสนใจ

และทั้งหมดทั้งปวง ต้องประกอบกับการทำงานของหน่วยงานรัฐที่ต้องเข้มงวดในการบังคับใช้กฎหมายที่มีอยู่ ไม่ว่าจะเป็นกฎหมายควบคุมมลพิษจากโรงงาน และการให้อำนาจ อปท. ออกกฎควบคุมการเผาในที่โล่ง การจุดไฟเผาป่า ที่กำหนดให้เกษตรกร เอกชนต้องขออนุญาตทำการเผาวัสดุ เศษวัชพืชทุกครั้ง พร้อมกำหนดบทลงโทษสำหรับผู้ฝ่าฝืน

นี่จะเป็นกรณีตัวอย่างว่า ปัญหาหนึ่งจะแก้ไขได้ ต้องใช้ความร่วมมือจากทุกส่วน บวกกับองค์ความรู้ทางวิชาการ ถ้าขาดส่วนใดส่วนหนึ่งไป หรือมีใครคนใดคนหนึ่งทำอยู่แค่คนเดียว ย่อมไม่มีทางแก้ไข ปัญหาให้เด็ดขาด นี่คือสิ่งที่ สสส. พยายามทำตลอดมา คือ การสานความร่วมมือของภาคีทุกภาคส่วน เพื่อแก้ปัญหาที่เกิดขึ้นร่วมกันอย่างรอบด้าน และยั่งยืน

ด้วยความร่วมมือเหล่านี้ ยืนยันว่าจะแก้ปัญหาหมอกควันที่เกิดขึ้นทุกปี แม้ปัญหาใหญ่แค่ไหนก็ไม่ยากเกินแก้



กลับมาสู่คำตอบว่า
ประเทศไทยจะนำอยู่ได้
อย่างไร...ก็ด้วยความ
ร่วมมือของพวกเราทุกคน
ที่ไม่อยู่นิ่งเฉยนั้นเองครับ

“สุขทักษะ”

นักกอยหลังก้าวสู่ปีที่สิบ ชวนคุณผู้อ่านไปฟังหลากหลายทัศนะเกี่ยวกับบทบาทของ สสส. ต่อสังคมไทยในทศวรรษที่ผ่านมา



ดร.สุรพงษ์ สิบวงศ์

อดีตประธานคณะกรรมการกองทุน สสส.
อดีตรัฐมนตรีว่าการกระทรวงเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสารและรัฐมนตรีช่วยว่าการกระทรวงสาธารณสุข

“สสส.ในทศวรรษแรกถือว่าประสบความสำเร็จ โดยเฉพาะตัวองค์กรซึ่งเป็นที่ยอมรับของประชาชน และหน่วยงานต่างๆ เราได้เห็นคุณภาพการทำงานจากการทำงานของ สสส. ที่ก่อให้เกิดความสำนึกในการดูแลสุขภาพของคนในสังคมไทย เข้าใจโทษบุหรี่ เหล้า ปัญหาเมาแล้วขับ และปัญหาอื่นๆ ที่ส่งผลกระทบต่อสุขภาพมากขึ้น แต่บทบาทเหล่านี้ยังไม่เพียงพอที่จะเปลี่ยนแปลงสุขภาพคนไทยได้ สสส.ต้องก้าวข้ามแค่การสร้างสำนึกสุขภาพมาสู่การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมคนไทยให้หันมาดูแลสุขภาพ ซึ่งจะทำให้งาน สสส.บรรลุผลสำเร็จมากขึ้น

“ผมขอยกตัวอย่าง 2 เรื่องง่ายๆ ที่ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงสุขภาพอย่างเป็นรูปธรรม คือ 1.การวิ่งเพื่อสุขภาพ ที่เกิดจากการเขียนบทความของ นพ.อุดมศิลป์ ศรีแสงนาม ก่อให้เกิดกระแสคนไทยลุกขึ้นมาวิ่งเพื่อสุขภาพ และ 2.แนวทางชีวิตจิต ที่ ดร.ลาทิส อินทรกำแหง จัดทำเป็นหนังสือ ก่อให้เกิดกระแสชีวิตจิต ซึ่งทั้ง 2 เรื่องนี้ ล้วนแต่เป็นการนำองค์ความรู้ที่ง่ายๆ มาถ่ายทอดจนเกิดการพลิกวิกฤตด้านพฤติกรรมได้ วันนี้ สสส. ต้องทำงานที่ลงไปสู่การสร้างองค์ความรู้และทำให้เกิดแรงบันดาลใจในการดูแลสุขภาพได้”

“ขณะนี้ สสส.เป็นองค์กรที่ยืนมั่นคงในสังคมแล้ว แต่ในการดำเนินงานด้านสุขภาพ สสส.ไม่สามารถแสดงบทบาทคนเดียวได้ แต่ต้องรวมพลังจากทุกกลุ่มจึงทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมด้านสุขภาพได้ ดังนั้นจำเป็นที่ สสส.ต้องเปิดกว้างเพื่อดึงทุกภาคส่วนเข้ามีส่วนร่วม ซึ่ง สสส.เองก็มีศักยภาพในการดึงคนเข้าร่วมได้”



ดร.พงษ์พิสุทธ์ จงอุดมสุข

ผู้อำนวยการสถาบันวิจัยระบบสาธารณสุข (สวรส.)

“หากเปรียบเทียบ สสส.กับหน่วยงานใหม่ที่เพิ่งจัดตั้งในช่วง 10 ปีที่ผ่านมา ซึ่งมีหน่วยงานเกิดใหม่ค่อนข้างมาก ต้องยอมรับว่า สสส. เป็นองค์กรที่สามารถทำให้เกิดผลกระทบในวงกว้างและเป็นผลสำเร็จสูงมาก ครอบคลุมการทำงานด้านสร้างเสริมสุขภาพ

ในทุกด้านและทุกกลุ่มอายุ ทำให้ประชาสังคมตื่นตัวอย่างรวดเร็ว แบบที่เรียกว่าระบบหน่วยงานราชการปกติไม่สามารถทำได้ โดยเฉพาะการดึงประชาชนเข้ามามีส่วนร่วม จึงพูดได้ว่าเมื่อมองในภาพรวมถือว่า สสส. ทำได้ดีมาก โดยเฉพาะการทำหน้าที่เป็นกลไกประสานร่วมกับหน่วยงานต่างๆ และภาคีเครือข่าย เพื่อช่วยกันทำงานผลักดันโครงการต่างๆ ร่วมกัน งานที่วางไว้จึงสัมฤทธิ์ผลได้อย่างที่ปรากฏ โดยเฉพาะการเกิดกระแสด้านต้นตอในการดูแลสุขภาพได้ อย่างที่ได้ดำเนินการในหลายโครงการ เช่น โครงการคนไทยไร้พุง การรณรงค์ไม่สูบบุหรี่ การรณรงค์ไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และการรณรงค์ไม่ให้เหล้าเป็นของขวัญในช่วงปีใหม่ เป็นต้น”

“งาน สสส. ที่ถือว่าประสบความสำเร็จมากที่สุด คือการดึงให้ภาคประชาชนออกมาเคลื่อนไหว ทำให้ประชาชนรู้สึกว่าเป็นเจ้าของเรื่องต่างๆ เป็นเจ้าของโครงการ ก่อให้เกิดการมีส่วนร่วมอย่างมาก คนออกมาช่วยกันมากขึ้น ทั้งยังสามารถสร้างกระแสค่านิยมใหม่ๆ ในการดูแลสุขภาพจนกลายเป็นวัฒนธรรมไปด้วย”

“เนื่องจาก สสส. มีงานเยอะมากที่อยู่ในหลายภาคส่วน ทั้งยังมีโครงการต่างๆ ที่กระจายไปทั่วประเทศ มีคนร่วมงานอยู่เป็นจำนวนมาก จึงยังมีปัญหาด้านการเชื่อมโยงเพื่อบูรณาการร่วมกันอยู่ เพราะบ่อยครั้งที่คนทำงานอยู่ในพื้นที่เดียวกัน ก็ไม่รู้ว่าเป็นใคร จุดนี้เป็นปัญหาที่ สสส. เองก็รู้และพยายามแก้ไขอยู่แล้ว รวมไปถึงการวิพากษ์วิจารณ์ถึงความเหมาะสมในการทุ่มงบประมาณที่ใช้ไปกับสื่อต่างๆ เพื่อรณรงค์ว่าผลที่เกิดขึ้นคุ้มค่าจริงหรือไม่ ที่เราไม่มีตัวเลขประเมิน แต่หลายๆ โครงการพบว่าก็สามารถสร้างค่านิยมจนกลายเป็นคำที่พูดกันติดปากที่นำไปสู่การปรับพฤติกรรมเช่นกัน”



**นายธีรเดช
เอี่ยมสำราญ**
หัวหน้าข่าวเว็บไซต์
มติชนออนไลน์

“ที่ผ่านมา สสส. ได้สนับสนุนโครงการที่เป็นประโยชน์กับสังคมไทยเป็นจำนวน

มาก โดยเฉพาะในส่วนของสื่อมวลชน สสส. สนับสนุนให้เกิดสำนักข่าวอิสระที่น่าเสนอข่าวของสถานการณ์ภาคใต้ด้วยความเป็นจริงและด้วยความที่เป็นกลางซึ่งข้อมูลตรงส่วนนี้สื่อมวลชนจำนวนมากได้นำไปสื่อสารต่อผมเองก็นำข้อมูลข่าวสารของศูนย์ข่าวอิศรามาใช้ในเว็บไซต์มติชนออนไลน์อยู่บ่อยครั้ง และยังทราบมาว่า สสส. กำลังจะสนับสนุนให้เกิดโต๊ะข่าวสืบสวนสอบสวนเพื่อทำข่าวตรวจสอบเรื่องการทุจริตคอร์รัปชันที่ซับซ้อนในประเทศไทยอีกด้วย การสนับสนุนการทำงานของสื่อมวลชนเหล่านี้จึงถือว่าเป็นผลประโยชน์อันสูงสุดของประชาชนและประเทศชาติ”

“อย่างไรก็ตาม ในการทำงานต่อไปของ สสส. ก็มีบางเรื่องที่ สสส. ต้องแก้ไขเช่นเรื่องของการกระจายงบประมาณในการสนับสนุนองค์กรหรือหน่วยงานที่ทำงานเพื่อสังคม ซึ่งบางส่วนยังเกิดการกระจุกตัวไม่กระจายอย่างทั่วถึง”



**น.ส.ศรีสุภาภรณ์
ธรรมมาวุธ**
ผู้ประกาศข่าว
จากสถานีโทรทัศน์
สีทองทัพบกช่อง 7

“10 ปีที่ผ่านมาของสสส. ถือได้ว่าเป็นการทำงานเพื่อสังคมอย่างแท้จริง เพราะจากการทำหน้าที่

สื่อมวลชนได้มองเห็นการทำงานของ สสส. มาโดยตลอดไม่ว่าจะเป็นโครงการรณรงค์ต่างๆ ในช่วงเทศกาล หรือโครงการสร้างชุมชนและประเทศให้เข้มแข็งอย่างยิ่งย่น สสส. ได้มีบทบาทช่วยสร้างและหนุนเสริมสิ่งต่างๆ เหล่านี้ให้เกิดขึ้นแม้กระทั่งสถาบันครอบครัว สสส. ก็ยังช่วยรณรงค์และสร้างความเข้มแข็งให้เกิดขึ้นมาโดยตลอดจึงถือได้ว่าการทำงานของ สสส. ที่ผ่านมา 10 ปีนั้นเป็นประโยชน์และเป็นผลดีต่อประเทศของเราเป็นอย่างมาก”

“อยากให้องค์กรที่ทำงานเพื่อประเทศไทยแบบนี้เข้มแข็ง และอยู่คู่กับสังคมไทยให้นานเท่านาน ซึ่งความเหน็ดเหนื่อยของคนทำงานใน สสส. ได้เป็นส่วนช่วยสร้างให้สังคมไทยเข้มแข็งขึ้นอย่างยั่งยืนเหมือนต้นไม้ใหญ่ที่แผ่กิ่งก้านสาขาออกมาให้คนในประเทศได้ใช้พักให้หายเหนื่อยและใช้ฟังเมื่อประสบกับความลำบาก จึงอยากให้ต้นไม้ใหญ่ต้นนี้แผ่กิ่งก้านสาขาออกไปเรื่อยๆ ให้ประชาชนไทยได้ฟังต่อไปค่ะ”

10 แรงบันดาลใจ จาก 10 คนสร้างสุข

กว่า 10 ปีบนเส้นทางสร้างเสริมสุขภาพ เราโชคดีเหลือเกินที่มีเพื่อนร่วมทางมากมาย เป็นเพื่อนผู้เสียสละทุ่มเทอย่างไม่รู้จักเหน็ดเหนื่อย ขอบขอบคุณเพื่อนแท้ที่มีหัวใจเดียวกัน

วันนี้เราจะเดินเข้าสู่ปีที่ 10 ด้วยกัน พร้อมกับความทรงจำที่ดีของวันวาน กับเรื่องราวของ 10 คนสร้างสุขที่เติมเต็มไปด้วยแรงบันดาลใจให้กับเพื่อนทุกคน เพื่อก้าวสำคัญแห่งการร่วมสร้างประเทศไทยให้น่าอยู่ร่วมกัน



01 ปรีดา ลิมนนกุล

กับจิตอาสาที่ความพิการไม่ใช่อุปสรรค

03 จุริพร ไทยดำรงค์

เธอผู้ทำให้คนทั้งประเทศรู้จัก
“จน เครียด กินเหล้า”



วลัยพร วาจาบุตร

คนรุ่นใหม่กับการก่อกองหา
“ผู้ประกอบการเพื่อสังคม”



บุญยืน สุขเสนห์ 02

ฟรังหัวใจไทย สุข...จากการ
ช่วยเหลือเพื่อนมนุษย์



ต้า พาราดอกซ์

ดนตรีสร้างฝันเปลี่ยน
โลกมืดบอดให้มีความหมาย

05

ผู้ใหญ่วัยชาย เทล้องเจริญ 06

สร้างประเทศให้น่าอยู่
ที่สุดในโลกไม่ยากอย่างที่คิด



ลัดดาวัลย์ แก้วสว่าง 09

สตรีวัย 69
กับงานที่ไม่มีวันเกษียณ



07

รศ.ดร.ปาริชาติ
สถาปิตานนท์

เปลี่ยนประเทศไทย
ด้วยพลังสื่อสารแนวบวก



08 อนุรักษ์ จันทร์ดำ

วัยรุ่นวัย 'ปิงส์'
เพราะความคิดเล็กๆ
กำลังจะสร้างสิ่งที่ยิ่งใหญ่



10 นพ.ธนะพงศ์ จันทวงศ์

ภารกิจช่วยชีวิตบนท้องถนน

ปรีดา ลืมนนทกุล

จิตอาสาที่ความพิการ ไม่ใช่อุปสรรค

อุบัติเหตุรถพลิกคว่ำเมื่อเดือนพฤศจิกายน พ.ศ.2544 อาจทำให้ “ปรีดา ลืมนนทกุล” หนุ่มไฟแรงวัย 29 ปีในตอนนั้นต้องกลายมาเป็นบุคคลทุพพลภาพถาวร ขยับร่างกายไม่ได้ตั้งแต่คอลงไป มีเพียงนิ้วโป้งและข้อมือที่พอเคลื่อนไหวได้ แต่เขาเลือกจะไม่ขอความช่วยเหลือจากใคร แต่กลับลุกขึ้นมาเพื่อเป็นผู้ให้ความช่วยเหลือผู้อื่น ไม่เพียงกับคนพิการด้วยกัน แต่ยังรวมถึงคนปกติที่ประสบความเดือดร้อนด้วย

ชื่อ

ปรีดา ลืมนนทกุล

อายุ

38 ปี

ผลงาน

ร่วมก่อตั้งและดูแลเว็บไซต์ Thailfood

และกรรมการผู้จัดการบริษัท PWD

กิจการเพื่อสังคมเพื่อคนพิการ

โจทย์การทำงาน

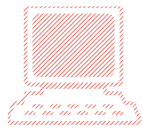
จิตอาสา และการสร้างอาชีพ

ให้คนพิการ

กุญแจแห่งความสำเร็จ

จงวางเป้าหมายในชีวิต





นั่นคือจุดเริ่มต้นของการเข้ามาทำงานเรื่องน้ำท่วม ซึ่งคุณปรีดาได้หาทีมงานคนพิการ เข้ามาทำหน้าที่ดูแลเว็บ thaiflood ในส่วนของ “ทีมอาสาปักษ์หมุด” ซึ่งทำหน้าที่รวบรวม sms ขอความช่วยเหลือจากผู้ประสบภัยมารวบรวมลงในเว็บไซต์โปรแกรมที่จะแสดงให้เห็นบนแผนที่ประเทศไทยว่ามีความต้องการความช่วยเหลือเกิดขึ้น ณ จุดใด ผู้บริจาคและอาสาสมัครจะสามารถคลิกเข้าไปดูรายละเอียดและเข้าไปช่วยเหลือได้ตรงจุดจริงๆ

ในช่วงเหตุการณ์อุทกภัยรุนแรงเมื่อ เดือนตุลาคม ปีที่ผ่านมา หลายคนคงได้ยินชื่อ “ศูนย์อาสาประชาชนพื้นที่ภัยพิบัติ” หรือ ศอภ. ที่ สสส. เข้าไปร่วมสนับสนุนกับทีวีไทย google crisis response ภาคประชาชนและองค์กรต่างๆ กว่า 50 องค์กร โดยมีอาสาสมัครเป็นกำลังสำคัญ ที่ทำงานอย่างไม่รู้เหน็ดเหนื่อย เพื่อเชื่อมโยงกับอาสาสมัครจากพื้นที่ต่างๆ แบบเครือข่ายโยงแมงมุมด้วยเทคโนโลยีอย่างอินเทอร์เน็ต และสังคมออนไลน์

โดยมีเว็บไซต์ Thaiflood ถือเป็นศูนย์ข้อมูลกลางเพื่อการช่วยเหลือและบรรเทาทุกข์ผู้ประสบภัยน้ำท่วมที่ประกอบด้วยกรับแจ้งข้อมูลผู้ประสบภัยและช่องทางการช่วยเหลือที่หลากหลาย ด้วยความร่วมมือของคนในแวดวงไอทีหลายฝ่าย และ “ปรีดา ลัมมณฑล” ที่เราพูดถึงก็คือหนึ่งในอาสาสมัครผู้ร่วมพัฒนาเว็บไซต์นี้

“ตอนน้ำท่วม ผมนั่งดูข่าวทีวีอยู่ แล้วคิดว่าเราเป็นคนพิการจะช่วยเหลือได้บ้างพอดีกับที่โปรแกรม (มินิศิริ) โทรเข้ามาถามว่าสนใจช่วยระดมทุนซื้อเรือไหมผมใช้เวลา 1 ชั่วโมงทำบล็อกขึ้นมาเป็นพื้นที่รับบริจาค จากนั้นไม่ถึง 2 ชั่วโมงเงินก็เริ่มเข้ามาจากนั้นเราก็อัปเดตข้อมูลต่างๆ เรื่องการบริจาค พร้อมบัญชีรายรับรายจ่ายเพื่อความโปร่งใส”

นอกจากนี้ยังมี call center และ blog ที่เป็นศูนย์กลางของอาสาสมัคร ซึ่งทีมผู้พิการเป็นคนดูแล

เครือข่ายคนพิการที่ใช้ไอทีเป็นเหล่านี้ มาจากการที่คุณปรีดารวบรวมเอาไว้หลังจากเขาก่อตั้งบริษัท พี ดับพลิว ดี เอชเอส แมเนจเม้นท์ จำกัด เพื่อเป็นตัวกลางของคนพิการทำหน้าที่ประสานกับสถานประกอบการต่างๆ เพื่อสร้างงานให้กลุ่มคนพิการนำเอาเครื่องมือต่างๆ ที่มีประสิทธิภาพเหมาะสมกับลักษณะของความพิการ รวมถึงการคัดกรองคนพิการให้เหมาะสมกับลักษณะงานอย่างเป็นระบบอย่างเข้าอกเข้าใจ

อะไรที่ทำให้คนคนหนึ่งไม่เคยท้อแท้ ล้มหวัง แม้ต้องเผชิญกับอุบัติเหตุร้ายแรงในชีวิต จนร่างกายพิการ แต่ยังทำงานเพื่อช่วยเหลือคนอื่น

“ผมเป็นคนหยวนๆ อะไรก็ได้ ก่อนพิการผมเคย เป็นเซลล์ อยู่หลายปี เวลาจะออกไปพบลูกค้าถ้ามีรถอยู่ 3 คัน ผมจะ ให้เซลล์คนอื่นเลือกก่อน รถคันที่เหลืออาจจะไม่ได้ มีเสียบ้าง ก็ไม่เป็นไร หยวนๆ ไม่คิดมาก จึงเป็นที่มาว่าถึงร่างกายไม่ดี ก็ไม่เป็นไรมือกดโทรศัพท์ไม่ได้ ก็ใช้ข้อมือ พิมพ์ดีดไม่ได้ ก็ฝึกเอา ตอนนี้เริ่มได้แล้ว คิดเสียว่า เราไม่ได้เป็นหนักที่สุด ยังมีคนอื่นที่เป็นหนักกว่าเราอีก”

นั่นคงเป็นเหตุผลว่า ทำไมหลังจากออกจากไอชียู 15 วันเขาจึงเริ่มทำงานการพักรักษาตัวในโรงพยาบาล 4 เดือนครึ่งและกลับมาพักตัวต่อที่บ้านอีก 4 เดือนไม่ได้ทำให้เขาเปลี่ยนแผนการในชีวิตที่ว่า ตอนอายุ 30 จะต้องตั้งบริษัทเป็นของตัวเอง

ปรีดา บอกว่า คุณแจสำคัญ สู่ความสำเร็จของเขาก็คือ การใช้ชีวิตอย่างมีการ “วาง เป้าหมาย”

“ผมวางเป้าหมายเอาไว้ตั้งแต่แรกแล้วว่าอายุ 30 ผมจะตั้งบริษัท ก่อนเกิดอุบัติเหตุตอนอายุ 29 ผมกำลังตื่นเต้นกับการเตรียมศึกษางานการติดตั้งระบบสัญญาณมือถือ ผมฟอร์มทีม และจดทะเบียนบริษัทรอไว้ พอประสบอุบัติเหตุ มันก็ไม่ได้ทำให้แผนชีวิตผมเปลี่ยนไป ผมเริ่มทำงานตั้งแต่ยังอยู่โรงพยาบาลซึ่งถ้าไม่มีการเตรียมการเอาไว้ อุปสรรคทางร่างกายคงทำให้ลำบากที่จะทำตามแผน”

เขายังวางเป้าหมายต่อด้วยว่าอายุ 40 จะเกษียณจากการทำงาน แล้วผันตัวเป็นวิทยากร ใช้ความรู้ที่มีจากการทำงานแบ่งปันให้ผู้อื่นจนถึงอายุ 45 แล้วจะไปศึกษาธรรมะและเป้าหมายเหล่านี้ทำให้เขามองย้อนกลับมาเห็นว่า การจะไปให้ถึงเป้าหมายข้างหน้า เขาจะต้องใช้ชีวิตวันนี้อย่างไร

“ไม่ว่าจะเป็นอะไรก็ตามถ้าเรามีเส้นทางเดินเราก็จะไม่หลงทาง ถ้าเรามีการเตรียมการที่ดีอุปสรรคในชีวิตใดๆ ก็มาหยุดเราไม่ได้”

ปัจจุบันคุณปรีดาอายุ 38 ปี เขายังมีโปรเจกต์อีกหลายอย่างที่เตรียมจะทำเพื่อคนพิการโดยเฉพาะโปรเจกต์สำคัญที่เขาเรียกว่า preedanomodel หรือการทำฐานข้อมูลความหนาแน่นประชากรคนพิการทั่วประเทศโดยใช้โปรแกรมที่คล้ายคลึงกับที่ใช้ “ปักหมุด” ในเว็บ Thairfood

“บ้านเราขาดแนวคิดเรื่องการทำ database ซึ่งสิ่งที่ผมกำลังจะทำคือการเช็คความหนาแน่นของประชากรคนพิการทั่วประเทศจะได้รู้ว่าพื้นที่ใดมีคนพิการมากน้อยแค่ไหนถามว่า จะเป็นประโยชน์อย่างไร...ผมยกตัวอย่าง หากเรารู้ว่า

เขตพระโขนงมีคนพิการหนาแน่น งบประมาณส่วนหนึ่งของเขต ก็จะถูกว่าต้องมาปรับปรุงถนนให้เอื้อกับคนพิการ งบการทำสิ่งอำนวยความสะดวกให้คนพิการต้องมาตรงส่วนนี้ ก่อนรถเมล์ที่มีทางขึ้นสำหรับรถเข็นคนพิการต้องวิ่งผ่านทางนี้เงินงบประมาณจะถูกนำไปลงในจุดที่สำคัญ ฐานข้อมูลเหล่านี้จะช่วยให้นักยุทธศาสตร์และนักพัฒนานำไปติดต่อและเกิดการพัฒนาด้านต่างๆ เพื่อคนพิการได้”

ปรีดามองว่าสิ่งนี้จะสร้าง ความเปลี่ยนแปลงอย่างมาก ไม่เพียงต่อคุณภาพชีวิตคน พิการ แต่ยังต่อประเทศไทย

“ตอนนี้การพัฒนาสิ่งอำนวยความสะดวกให้คนพิการยังมุ่งเน้นเป็นจุดๆตามสถานที่ต่างๆ แต่ถ้ามองนอกจากบ้านมันไม่พร้อมคนพิการก็ไม่ได้ ออกจากบ้านทำให้ขาดการเรียนรู้เกิดความกลัว ไม่มีประสบการณ์ชีวิต เพราะการเรียนรู้ทำให้เกิดพัฒนา การดั่งนั้นการใช้ database นี้จะเป็นจุดเปลี่ยนให้คนพิการ ทำให้เขาได้ออกจากบ้าน ทำให้เขามีพัฒนาการนำไปสู่การมีรายได้มีอาชีพประเทศชาติลดภาระการดูแลและยังเกิดการใช้จ่ายหมุนเวียน เมื่อคนพิการจำนวนมากออกจากบ้านและท่องเที่ยวได้จะพัฒนาไปถึงการท่องเที่ยวเพื่อคนพิการ ผมเชื่อว่าใน 20 ปีข้างหน้า ภาพคนพิการจะเปลี่ยนไปเลย” เขากล่าวอย่างมั่นใจ

ทุกวันนี้คุณปรีดายังได้รับเชิญไปเป็นวิทยากรตามองค์กรต่างๆ ทุกครั้งที่มีโอกาส เขาจะพูดถึงเรื่องให้องค์กรรับคนพิการเข้าทำงานเพราะยังมีความสามารถมีศักยภาพทำงานได้อย่างดีหรือแม้กระทั่งการที่บริษัทจัดกระบวนการฟื้นฟูให้พนักงานที่ต้องกลายเป็นคนพิการทำงานต่อได้ แทนที่จะให้ออก

ปรีดาบอกว่าแม้สิ่งที่เขาทำทั้งหมดอาจมีใครบางคนบอกว่า ‘คนโง่กับคนเสียสละใกล้กันมาก’ การทำงานอย่างเขา บางคนบอกว่าโง่ เขาก็ยังเต็มใจทำ หรือการทำงานเรื่องสิทธิคนพิการกว่าจะเห็นผลอาจต้องรอถึงรุ่นต่อไป แต่เขาก็พร้อมเดินหน้าลุยเพื่อหวังว่าสิ่งที่เขาจะเป็นแรงบันดาลใจให้คนที่ไม่เคยคิดว่าได้เริ่มออกมาทำและคนที่ทำอยู่แล้ว มีแรงใจทำต่อโดยทุกเรื่องที่เขาทำ และแนวคิดทุกอย่าง เขาบอกว่าไม่ลงวนลิสลิสต์ และยินดีที่ใครจะมาถือป้ายไปทำ

“จำได้ว่า ตอนอายุ 12 ผมเคยนั่งที่บันไดบ้านแล้วคิดว่าผมไม่น่าจะเกิดมาแค่นี้เข้าไปโรงเรียนกลางวันกินข้าวตอนเย็นกลับบ้านนอนแต่น่าจะเกิดมาเพื่อบางสิ่งบางอย่าง ผมพยายามหาคำตอบและทุกๆ วันที่ใช้ชีวิตอยู่ผมก็เริ่มเจอคำตอบทีละข้อๆ และการต้องมาเป็นคนพิการก็คงเป็นอีกหนึ่งคำตอบที่ว่าผมเกิดมาทำไม ‘ผมเกิดมาเพื่อทำงานด้านคนพิการ’ นั่นเอง”



บุญยืน สุขเสน่ห์

ฝรั่งหัวใจไทย

สุข...จากการช่วยเหลือเพื่อนมนุษย์

จากแดนศิวิไลซ์สู่พื้นที่ห่างไกลกันดาร คงจะมีน้อยคนนักที่จะเลือกหาความสุขจากวิถีเช่นนี้ ทั้งยังเป็นความสุขที่เกิดขึ้นจากการใช้ชีวิตเพื่อผู้อื่นอีกด้วย

ชื่อ

บุญยืน สุขเสน่ห์

อายุ

57 ปี

เป้าหมายในการทำงาน

เพื่อให้ชนเผ่าตองเหลืองมีชีวิตที่ดีขึ้น
และมีทางเลือกในการดำเนินชีวิต

คติการทำงาน

“การทำดีนั้นทำยากและเห็นผลช้าแต่ก็จำเป็นต้องทำ
เพราะหาไม่ความชั่วซึ่งทำได้ง่าย จะเข้ามาแทนที่แล้ว
จะพอกพูนขึ้นอย่างรวดเร็วโดยไม่ทันรู้สึกตัว”

-พระบรมราโชวาทของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว-
ผลงานที่ผ่านมา

พัฒนาคุณภาพชีวิตชนเผ่าตองเหลือง ทั้งที่อยู่อาศัย
สุขอนามัย การทำมาหาเลี้ยงชีพ สุขภาพ การศึกษา
ที่สำคัญคือ สิทธิความเป็นคนไทย และมีความรัก
ความภาคภูมิใจในองค์พระมหากษัตริย์

แต่นั้นคือเป้าหมายเมื่อ 30 ปีที่แล้วของ Eugene Robert Long หรือ คุณบุญยืน สุขเสน่ห์ ชาวอเมริกันที่ตัดสินใจย้ายครอบครัวจากวิถีอันสุขสบายในอเมริกามาตั้งรกรากใหม่ยังถิ่นกันดารของชุมชนตองเหลือง หรือชุมชนบ้านมลาปรี อ.ร่องวาง จ.แพร่ เพียงเพื่อต้องการช่วยเหลือชนเผ่านอกสำรวจนี้ให้กลายมาเป็นพลเมืองที่มีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้นและที่สำคัญคือการเป็นประชาชนที่ถูกต้องตามกฎหมาย

“ผมรู้จักพวกเขาคั้งแรกตอนได้อ่านหนังสือ The Journal of the Siam Society ฉบับเดือนตุลาคม ในปี ค.ศ.1963 (พ.ศ.2506) ที่เขียนโดย อ.ไกรศรี นิยมานเทนิทร์ แล้วได้รู้เรื่องราวของชนเผ่าตองเหลืองที่น่าสงสารก็เลยอยากช่วยเหลือ ไม่ใช่ว่าตอนนั้นไม่มีใครอยากช่วยเขาครับแต่ว่าการสื่อสารกับไม่ได้ไม่เข้าใจภาษากันและกัน ทำให้เข้าหาลำบาก การช่วยเหลือก็เลยยากคนก็เลยหันไปช่วยเหลือชนเผ่าอื่นๆ กันเสียหมด ผมเห็นว่าไม่มีคนทำตรงนี้ก็เลยอยากจะทำไปช่วยพวกเขาครับ”

“เคยมีคนถามว่าถ้าอยากทำงานด้านช่วยเหลือสังคมจริงๆ ที่อเมริกาก็มีคนจนคนลำบากอยู่เยอะทำไมถึงไม่เลือกทำงานกับคนยากจนที่นั่นผมก็บอกว่าคนยากจนที่นั่นคือคนยากจนที่รวยที่สุดในโลก (หัวเราะ) ที่อเมริกามีปัญหาคนยากจนอยู่เยอะก็จริง แต่ก็มีคนมากมายที่แย่งกันเข้าไป

ให้ความช่วยเหลือ มีคนช่วยพวกเขาอยู่แล้วครับ ซึ่งตรงข้ามกับเผ่าตองเหลืองที่ไม่เคยมีคนช่วยเหลือ ทั้งๆ ที่พวกเขาก็เป็นมนุษย์เหมือนเรา ซึ่งมันไม่ยุติธรรมเลย ผมก็เลยตัดสินใจมาช่วยคนที่ยังไม่มีใครช่วยดีกว่า จะเป็นประโยชน์กว่า”

ครั้นตั้งหลักทำงานก็พบโจทย์ให้แก้มากมาย ไม่นับเรื่องการสื่อสารที่ต้องนับหนึ่งกันใหม่ ยังมีปัญหาสำคัญคือ ความไว้นื้อเชื่อใจ เพราะชนเผ่าตองเหลืองมักถูกคนอื่นถูกเอารัดเอาเปรียบจากการที่พวกเขาไม่รู้หนังสือเสมอ

“ช่วงแรกๆ ปัญหาอยู่ที่ว่าเขากลัวเรา เรากลัวเขา (หัวเราะ) เราก็วิ่งตามเขา (เพราะเขาย้ายถิ่นฐานบ่อย) เขาก็ยิ่งกลัวเรา ก็ต้องเข้าหาจนเขาไว้ใจ ปัญหาต่อมาเลยก็คือเรื่องภาษาเราสื่อสารกันไม่รู้เรื่อง ก็ต้องคลุกคลีจนเขาไว้ใจแล้วก็ค่อยเรียนรู้ภาษาของชนเผ่าใหม่หมดด้วยวิธีการดั้งเดิม คือจดบันทึกทีละตัวว่าอะไรแปลว่าอะไร พอคุ้นเคยก็ถึงจะเริ่มเข้าใจการพูดสื่อสาร ปัญหาอีกอย่างที่หนักก็คือเรื่องการปรับตัวให้เข้ากับเขาแน่นอนว่าเราเป็นคนแปลกหน้า ก็ต้องใช้เวลาอยู่นานมากกว่าเขาจะไว้ใจและยอมรับ ใช้เวลาเป็นสิบๆ ปีถึงจะเริ่มช่วยเหลือเขาได้อย่างจริงจัง ถึงแม้จะกว่า 30 ปีแล้ว ทุกวันนี้เรายังคงต้องเรียนรู้และปรับตัวให้เข้ากันตลอดเวลา แต่มันก็ดีขึ้นกว่าเมื่อก่อนเยอะมากๆ ครับ”

เมื่อใจสัมผัสใจ ความไว้วางใจย่อมเกิดขึ้น งานที่แท้จริงย่อมก้าวไปข้างหน้า นั่นคือ การทำให้ชนเผ่าตองเหลืองมีสุขภาวะที่ดีขึ้นทั้งเรื่องสุขอนามัยการดูแลร่างกายให้แข็งแรง มีคุณภาพชีวิตที่ดีไปจนถึงการสร้างอาชีพที่เหมาะสมกับวิถีชีวิตของพวกเขา



“โดยรวมๆ แล้วเป็นการทำให้ชนเผ่าต้องเหลือมียุคคุณภาพที่ดีขึ้นครับ ให้เขารู้จักดูแลร่างกาย เจ็บป่วยก็ไปหาหมอรักษา ซึ่งเขารู้สึกดีมากทีเดียว เราช่วยสร้างอาชีพให้เขาในการทำเกษตรกรรม ผมไม่ได้ไปสอนเขานะเพราะเขาทำกันเป็นอยู่แล้วเพียงแค่ส่งเสริมให้เป็นกิจจะลักษณะจากการจ้างคนอื่นก็ให้เขามีพื้นที่ทำกินเป็นของตัวเองจนเขาเลี้ยงตัวเองได้ เมื่อก่อนที่ผมต้องหาข้าวมาให้เขากิน ปัจจุบันนี้เขาปลูกข้าวได้เองแล้ว แล้วที่ภูมิใจยิ่งไปกว่านั้นคือเขาปลูกแล้วเขาก็แบ่งปันให้เรา เราก็เปลี่ยนจากสถานะผู้ให้มาเป็นผู้รับซึ่งผมภูมิใจมาก”

“ปัจจุบันนี้เราก็เริ่มส่งเสริมเขาประกอบอาชีพอื่นๆ อย่างการทอปลอกวน เราก็ไปส่งเสริมอาชีพให้เขาสอนเขา หาดตลาดให้เขา ซึ่งทุกวันนี้มันเวิร์คมาก ๆ มีออเดอร์เพิ่มขึ้นเรื่อยๆ เราส่งออกด้วย จากเมื่อก่อนชนเผ่าต้องเหลือมียุคต้องไปรับจ้างชนเผ่ามั่ง ทุกวันนี้ชนเผ่ามั่งก็มารับจ้างชนเผ่าต้องเหลือมียุคผลิตเปลือกแรงด้วย มันเป็นการสร้างความยั่งยืนในชุมชนที่ดีมากๆ ครับ”

ความพยายามเพื่อยกระดับคุณภาพชีวิตให้กับชนเผ่าต้องเหลือมียุคของคุณบุญยืนไม่เคยสิ้นสุด ทุกวันนี้ เขายังรณรงค์ให้มีการผลิตไฟฟ้าจากพลังงานสะอาดขึ้นในชุมชนโดยเข้าร่วมกับ สสส. มหาวิทยาลัยแม่โจ้-แพร่ เฉลิมพระเกียรติ ทำโครงการ “การออกแบบ สร้าง และทดสอบอุปกรณ์ไฟฟ้าจากแหล่งน้ำขนาดเล็กในชุมชน : กรณีศึกษาบ้านมลาบรี (ตองเหลือ) จังหวัดแพร่” เพื่อหาแนวทางการพัฒนาเทคโนโลยีการผลิตไฟฟ้าจากแหล่งน้ำที่เหมาะสมกับชุมชน เพื่อช่วยยกระดับคุณภาพชีวิตและกระตุ้นให้ชุมชนมีส่วนร่วมรักษาสิงแวดล้อมเพื่อการพึ่งพาตนเองอย่างยั่งยืน

“สมัยก่อนชาวบ้านต้องตัดไม้เพื่อมาทำเชื้อเพลิงเป็นพลังงานความร้อนในการหุงหาอาหาร ซึ่งใช้กันเยอะมากแทบจะทุกครัวเรือนและทุกวัน หากชาวบ้านผลิตไฟฟ้าใช้ได้เองเขาก็จะมีพลังงานไฟฟ้าใช้ในการหุงหาอาหาร ให้แสงสว่าง ซึ่งก็จะเป็นการช่วยอนุรักษ์ป่าไม้ไปในตัวเองโดยอัตโนมัติ และข้อดีอีกอย่างหนึ่งก็คือเขาสามารถที่จะทำมาหากินในเวลาว่างหลังจากเลิกงานในไร่ได้ด้วย การทอปลอกวนเป็นอาชีพเสริม นอกจากนี้เขายังจะได้เรียนรู้ว่าไฟฟ้าเกิดมาจากที่ไหน เมื่อเกิดมาจากน้ำเขาก็จะต้องช่วยกันอนุรักษ์ป่าเพื่อให้มีน้ำไว้ผลิตไฟฟ้าให้ใช้ได้ตลอดทั้งปี”

ระยะเวลาหลายสิบปีกับความตั้งใจจริงนี่เองเป็นเครื่องพิสูจน์ตัวเองกับชาวชนเผ่าที่กล้าให้ฝรั่งตาน้ำข้าวคนนี้และครอบครัวเปลี่ยนสถานะจากคนแปลกหน้าต่างถิ่นกลายเป็นหนึ่งในสมาชิกชุมชนของพวกเขาในที่สุด

“ผมคงไม่มีวันไปจากที่นี่ เรามาถึงตรงนี้ได้เพราะความพยายาม ต้องไม่ย่อท้อต่อการเดินทางไปสู่เป้าหมายที่วางไว้ และที่สำคัญคือ ความรัก ถ้าเราทำอะไรด้วยความรักความชอบแล้ว มันก็จะมีโอกาสได้ผลสำเร็จมากกว่าการถูกบังคับให้ทำหรือทำตามเพียงหน้าที่ แต่ต้องขอบอกว่าสิ่งที่กล่าวมานั้นผมไม่ได้ทำคนเดียวนะครับ ผมแค่เป็นส่วนหนึ่งของการช่วยเหลือและประสานงานมีหน่วยงานอีกมากมายทั้งรัฐและเอกชนที่เข้ามาช่วยเหลือตรงนี้ ซึ่งเป็นสิ่งที่ดีมาก ๆ ผมเห็นชนเผ่ามีความสุข มีชีวิตที่ดีขึ้น เห็นคนที่ได้ร่วมมือช่วยเหลือกันอย่างเต็มที่ เห็นสังคมที่เป็นสุข ผมและครอบครัวทุกคนก็พลอยมีความสุขไปด้วยครับ”

ฝรั่งตาน้ำข้าวคนนี้ ทำให้เราเชื่อว่า เขาเป็นคนไทย ที่รักประเทศไทยอย่างสุดหัวใจ ใบหน้าที่เป็นยิ้ม แววตาที่โชนโยน ทำให้เราไม่แปลกใจเลยว่า เหตุใดชนเผ่าต้องเหลือมียุคได้เปิดใจให้ผู้ชายแปลกหน้าคนนี้เข้ามาร่วมสร้างชุมชนของพวกเขาให้เข้มแข็ง

จากความพยายามกว่า 30 ปี บุญยืน สุขแสนได้เปลี่ยนพื้นที่เล็กๆ ของประเทศไทยให้เต็มไปด้วยความสุข

“เรื่องความสุขนี้ไม่เฉพาะคนไทยที่แสวงหา ผมว่ามนุษย์แสวงหาความสุขตั้งแต่มีมนุษย์เกิดขึ้นมาบนโลกแล้วละ มนุษย์มักบอกว่าความสุขนั้นหายาก บางครั้งทุกคนก็รู้อยู่แล้วว่าความสุขคืออะไรแต่ก็ยังแสวงหา ความสุขไม่ได้มาจากภายนอกไม่ได้มาจากวัตถุเรามากเกินไป ความสุขมันอยู่ที่ตัวเรา อยู่ที่ภายในที่ต่างหาก และคุณลองพยายามช่วยเหลือเพื่อนมนุษย์คนอื่นๆ ให้มีความสุขสิไม่ว่าจะมากหรือน้อย ผมว่ามันก็ช่วยเพิ่มเติมความสุขให้แก่กันและกันแล้วก็เพิ่มเติมความสุขให้กับสังคม คราวนี้ไม่ใช่เฉพาะจะเปลี่ยนแปลงประเทศไทยให้มีความสุข แต่มันจะรวมไปถึงการเปลี่ยนแปลงโลกให้มีความสุขเป็นโลกที่น่าอยู่ขึ้นอีกด้วยครับ” 🌱



จรีพร ไทยดำรงค์

เธอผู้ทำให้คนทั้งประเทศรู้จัก
“จน เครียด กินเหล้า”

ชื่อ

จรีพร ไทยดำรงค์

ตำแหน่ง

Creative Chairwoman บริษัท เจ้ อยู่นี้เด็ด

ผลงาน

โฆษณาณรงค์กว่า 20 ตัวของ สสส. ทอดถิ่น
ปลดปล่อย จดเหล่าเข้าพรรษา มาไม่ขับ จน
เครียดกินเหล้า จนเครียดเลิกเหล้า ให้เหล้า=แข่ง
อะไรก็ได้ที่ไม่ใช่เหล้า บุหรี่กับผู้หญิง แคมเปญ
บุหรี่ในวันงดสูบบุหรี่โลก ยุติความรุนแรงในผู้
หญิง ไกลกันอีกนิดนะพ่อ สุขภาวะทางเพศของ
วัยรุ่น เศรษฐกิจพอเพียง หรือ “สุข8”

เป้าหมาย

สร้าง “ความคิดสร้างสรรค์” ให้กับสังคม

แนวคิดการทำงาน

“คิดให้เยอะ” และ “มีความสุข
สนุกกับการคิด”



ติดหูติดตากันมานาน สำหรับโฆษณาณรงค์ต่างๆ ของ สสส. ไม่ว่าจะเป็น “จน เครียด กินเหล้า” “เมาไม่ขับ” “ให้เหล้า = แชง” และอื่นๆอีกหลายตัวออกมาที่ไรก็ถูกพูดถึง จนใครๆ คงเคยคิดอยากรู้จักผู้อยู่เบื้องหลังไอเดียสร้างสรรค์ของงานโฆษณา อันเป็นที่จดจำเหล่านี้ เธอผู้นั้นคือ “จรีพร ไทยดำรงค์” หรือ คุณจู้ดี แห่ง “เจ้ ยูโนเด็ต” และทีมงานสร้างสรรค์ของเธอ

“ตอนถูกชวนครั้งแรก สสส. คืออะไรเรายังไม่รู้จักเลยต้องคุยกันอยู่นานจนเข้าใจมากขึ้นว่าเป็นแนวการทำงานส่งเสริมสังคม ซึ่งตรงกับที่เราชอบและปรารถนาที่จะทำพอดีจึงตอบตกลงทันทีโดยไม่คิดถึงงบเลยด้วยซ้ำ”

คุณจู้ดีมีความมุ่งมั่นหลายๆ ที่จะมีโอกาสทำงานเพื่อสังคมหลังจากผ่านการทำให้สินค้ามา มาก งานส่วนใหญ่ประสบความสำเร็จ ไม่ว่าจะเป็นงานขายของหรือขายภาพลักษณ์ แต่ลึกๆ ในใจของเธอยังคิดว่า สินค้าบางอย่างที่เธอต้องขายก็เกินความจำเป็นของมนุษย์ แต่ด้วยหน้าที่ทำให้ต้องสนับสนุนให้คนซื้อของที่ไม่จำเป็นต่อชีวิต

“ตลอดมาเราพยายามยึดอุดมคติว่า ‘แม้ทำโฆษณาขายของที่ไม่จำเป็นแต่ก็จะสอดแทรกความคิดคำนิยมดีๆ ลงไปและจะไม่ใส่คำนิยมที่ไม่ดีลงในงานโฆษณาเด็ดขาด’ และพอมาเจอ

จังหวะที่จะได้ทำงานส่งเสริมสังคมจริงๆ จึงเหมือนกับว่าได้เจอสิ่งที่รอคอยมานาน”

ผลงานโฆษณาณรงค์ส่วนใหญ่ของเธอจะเป็นที่จดจำอย่างเช่น ทอดถิ่นปลอดเหล้า งดเหล้าเข้าพรรษา เมาไม่ขับ จนเครียดกินเหล้า จนเครียดเลิกเหล้า ให้เหล้า=แชง เศรษฐกิจพอเพียง หรือ “สุข8”

เหตุใดงานโฆษณาแทบทุกชิ้นของเธอจึงเป็นที่พูดถึงอย่างมากในสังคม คุณจู้ดีบอกว่าหลักการทำงานของเธอก็คือ “คิดให้เยอะ” และ “มีความสุข สนุกกับการคิด” เมื่อมีความสุขก็ไม่มีงานไหนที่ปล่อยผ่านไปง่ายๆ และเพราะความรักในงานที่ทำงานที่ยากก็ไม่มีคำว่าหนักเกินไป

แม้ผ่านงานโฆษณามากแต่เธอบอกว่า การทำสื่อณรงค์เพื่อสังคมร่วมกับ สสส. นั้นมีลักษณะที่แตกต่างออกไปจากสินค้าปกติ ก็คืองานสื่อสารเพื่อสังคมไม่มีคู่แข่งทางการตลาดแต่สำคัญที่ต้องศึกษาผู้รับสารหรือกลุ่มเป้าหมายให้ละเอียดลงไปถึงสภาพแวดล้อม ค่านิยม ความคิด ความเชื่อ พฤติกรรมต่างๆ ของเขา เพื่อจะรู้ว่าจะพูดอะไร และมีวิธีการพูดอย่างไรที่เขาจะสนใจ อยากฟังและเกิดการเปลี่ยนพฤติกรรม

“อย่างถ้าเราจะพูดเรื่องการพนันก็ต้องเข้าใจนักพนัน เข้าใจเหตุผลที่เขาเล่น รู้ว่าयरุนยิ่งห้ามก็เหมือนยิ่งยุ ูให้กลัวก็ไม่กลัว แต่เขาฟังเพื่อนจึงต้องพูดโน้มน้าเพื่อนคุยกับเพื่อน ให้เพื่อนถูกคิด”

สิ่งที่ยากในงานโฆษณาสื่อสารรณรงค์เพื่อสังคม ก็คือความละเอียดอ่อนที่ต้องมีมากกว่าโฆษณาสินค้าทั่วไป คือ ต้องคำนึงถึงจิตใจของคนทุกคนในสังคม คำนึงว่าต้องไม่ได้กำลังดูถูกคนอื่น หรือทำให้คนอื่นเสียใจหรือเผลอไปล้อเขาเล่น เรื่อยกตัวอย่างโฆษณารณรงค์ “ใกล้กันอีกนิดนะ พ่อ” ว่าถ้าพูดผิดหรือลืมนิดให้รอบด้านอาจไปกระทบกับคุณแม่เลี้ยงเดี่ยว ที่เลี้ยงลูกตามลำพัง งานที่ดูเหมือนง่ายแสนง่าย ที่จริงแล้วผ่านกระบวนการคิดมาหลายขั้นทีเดียว

“อารมณ์ขันที่สอดแทรกอยู่ก็เป็นเรื่องสำคัญ เพราะเอกลักษณ์ของคนไทยก็คือจะหลอกให้ทำอะไรฟังอะไร ต้องเอาความสนุกมานำ ขอบำบัดข้อยิ้มหน่อย แล้วก็ฟัง และรู้สึกว่ามันหนักเกินที่จะฟังจะพาสารไปสู่ใจเขาได้ดีกว่าแนวที่ตั้งเครียดมาก ๆ ทำให้เขารับเข้ามาโดยไม่รู้สึกตัวโฆษณาเขาไม่ซับซ้อนตัว คนดูอาจรู้สึกว่าโดนเร้าแต่ก็ยังเข้าใจ ทำให้ไม่เกิดความรู้สึกต่อต้าน”

หากจะถามถึงผลงานชิ้นที่ภาคภูมิใจที่สุด เธอตอบได้ทันทีว่า เป็นโฆษณารณรงค์เรื่องเศรษฐกิจพอเพียง หรือ “สุข 8” เมื่อปี 2550 นั่นเอง



ณ วันนั้นคุณจุ๊ก็เป็นเหมือนคนทั่วๆไปก็คือเข้าใจว่าเศรษฐกิจพอเพียงก็ต้องไปทำเกษตร ไม่ใช่เงิน เมื่อได้รับโจทย์มาเธอก็ตัดสินใจเดินทางลงพื้นที่ไปหาข้อมูลด้วยตัวเอง เพื่อหาคำตอบว่าปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงคืออะไรปรับใช้กับชีวิตคนในสังคมในระดับต่างๆ ได้อย่างไร จนกลายมาเป็นโฆษณา “สุข 8” ที่ประกอบด้วย 8 เรื่อง คือ เกษตรประณีต นมแม่ Happy Workplace ชุมชนเป็นสุข สมุนไพรไทย ยุทธการพอเพียง ผักปลอดสารพิษ ออกกำลังกาย

“ปรัชญานี้ในหลวงทรงพูดกับเรา มาตลอด 30 กว่าปี แต่เราไม่เคยฟัง เพิ่งมารู้จักจริงๆ และเมื่อได้มีส่วนช่วยขยายแนวคิดของพระองค์ ทำให้คนไทยรู้ และเข้าใจอย่างถูกต้อง จึงรู้สึกว่าในฐานะประชาชนคนไทยคนหนึ่งได้ทำอะไรเพื่อในหลวงสักนิดก็ภูมิใจมากแล้วเรียกว่านอนตายตาหลับ”

ไม่ใช่เพียงความภาคภูมิใจ แต่ปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงที่ได้รู้จักและเข้าใจจากการทำงานชิ้นนี้ยังเปลี่ยนวิธีคิด และมุมมองในการใช้ชีวิตและการทำธุรกิจของเธอไปโดยสิ้นเชิง

“เมื่อก่อนรู้สึกว่าเราต้องทำให้ได้มาเยอะๆ อยากได้ลูกค้าเยอะๆ งานเยอะๆ เงินเยอะๆ จะได้ขยายบริษัทให้เยอะๆ ใหญ่ๆ แต่พอได้เข้าใจปรัชญาที่ตั้งคำถามว่าจะเยอะไปทำไม เพื่ออะไร เลยกลับมาคิดว่าเราทำอะไรได้ เก่งเรื่องอะไร บกพร่องตรงไหน จุดแข็ง จุดอ่อน แล้วทำให้ดี

ที่สุดก่อนต้องประมาณตน มีเหตุผล มีภูมิคุ้มกัน และมีความรู้คู่คุณธรรม มีความเข้าใจในผู้ที่ทำธุรกิจแบบเดียวกัน ทำให้รากฐานแข็งแรง แล้วโตไปจากตรงนั้นแล้วค่อยแพร่ขยายไปเป็นการค่อยๆ โตแบบยั่งยืน ถึงบริษัทจะไม่โตเร็วพรวดพราดเพิ่มบิลลิ่ง เพิ่มคน แต่เป็นการเติบโตแบบคุณภาพ คือคนเก่งขึ้น งานดีขึ้นเรื่อยๆ บริษัทมีจุดยืน มีความแข็งแรง ที่เรารู้สึกสบายใจ และมาถูกทางมากกว่า”

นอกจากการเปลี่ยนพฤติกรรมทางสุขภาพของคนเธอมองว่าเป้าหมายการทำงานโฆษณาของเธอ ก็ คือ การให้ “ความคิดสร้างสรรค์” กับคนในสังคม

“หากว่าสังคมมี Creativity ในทุกแขนงไม่ว่าจะเป็นงานอะไร ถ้ามีความคิดสร้างสรรค์ที่ดี เป็นประโยชน์กับประเทศชาติ ประเทศนั้นน่าจะเป็นประเทศที่น่าอยู่มาก และคนคงมีความสุข สนุกสนาน มีแต่ความคิดบวกๆ และที่สำคัญความคิดสร้างสรรค์จะทำให้คนเราไม่หยุดนิ่งอยู่กับคำตอบเดิมแต่จะรู้ว่าปัญหาหนึ่งไม่ได้มีคำตอบอย่างเดียวแต่วิธีแก้ได้หลายทาง”

“ถ้าโฆษณาของเรามีส่วนเสริมสร้างสนับสนุนผลงานที่ไปเสริมสร้างความคิดสร้างสรรค์ของคนได้บ้างไม่มากนักน้อยเราคงมีความสุขมากๆ”

วลัยพร วাজারุท

คนรุ่นใหม่กับการก่อกองทัพ “ผู้ประกอบการเพื่อสังคม”

การได้เข้าทำงานในบริษัทใหญ่ๆ หรือบริษัทข้ามชาติย่อมเป็นความใฝ่ฝันของนักศึกษาจบใหม่หลายๆ คน โดยเฉพาะสำหรับบัณฑิตเกียรตินิยมอันดับหนึ่ง คณะเศรษฐศาสตร์ ภาควิชาภาษาอังกฤษ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย อย่าง ‘วลัยพร วাজারุท’ การสมัครเข้าเป็นพนักงานบริษัทที่มีชื่อเสียงสักแห่งคงไม่ใช่เรื่องยากสำหรับเธอ

▶ ชื่อ
วลัยพร วাজারุท
อายุ
24 ปี
การศึกษา
คณะเศรษฐศาสตร์ ภาควิชาภาษาอังกฤษ
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
ผลงานที่ผ่านมา
โครงการ Unlimited Thailand
คติการทำงาน
“ทำอะไรแล้วต้องทำให้สำเร็จ”
กุญแจสู่ความสำเร็จ
เพื่อนร่วมงานล้วนมีเป้าหมายเดียวกัน



แต่เธอกลับเลือกที่จะหันหลังให้กับความไฝ่ฝันของใครหลายคนเหล่านั้นอย่างจงใจ มุ่งหน้าสู่ทางเดินอันแน่วแน่... เธอไม่ได้ต้องการเป็นพนักงานบริษัทใหญ่โต แต่เธออยากมีส่วนช่วยสร้างให้ ‘กิจการ’ เล็กๆ ซึ่งมีแนวคิดช่วยเหลือสังคมเกิดขึ้น ขยายวงกว้าง และอยู่รอด

แรงบันดาลใจอันแน่วแน่ของเธอเริ่มมาจากบทความเรื่องหนึ่งที่อ่านเจอในนิตยสาร Times และทำให้เธอได้พบว่าอะไรคือสิ่งที่อยากทำจริงๆ

“ตอนก่อนจะเรียนจบเมื่อ 2 ปีก่อน ดวงมีโอกาสได้อ่านบทความเรื่อง Creative Capitalism ของบิลเกตส์ เกี่ยว กับบริษัทที่ทำกิจการในอัฟริกา โดยมีสินค้าที่ไปบริการคนจน บริษัทสามารถสร้างกำไร ขณะที่คนจนก็ได้ประโยชน์ เรียกว่าได้ทั้งเงินและได้ช่วยสังคม เลยได้แรงบันดาลใจว่าตัวเองอยากทำอะไรที่เราอยู่ได้ สังคมก็อยู่ได้ โดยไม่ต้องไปแข่งขันกับใครพอเรียนจบดวงไม่สมัครงานบริษัทเลย แต่เลือกมาที่ change fusion เพราะรู้ว่านี่เป็นองค์กรที่ทำงานด้วยแนวคิดอย่างที่เราอยากทำ”

ขณะที่สังคมโลกกำลังให้ความสนใจกับเรื่องของจริยธรรมทางธุรกิจและการลงทุนที่มีความรับผิดชอบต่อสังคม และในประเทศไทยก็เริ่มมีการขยับตัวตอบรับต่อกระแสดังกล่าวการเกิดขึ้นของ ‘Change Fusion’ ก็เรียกได้ว่าเป็นหนึ่งในความเคลื่อนไหวที่น่าสนใจ

Change Fusion หรือชื่อเดิมคือ Thai Rural Net (TRN) คือการรวมตัวของกลุ่มคนรุ่นใหม่ที่มีใส่ใจสังคม และสนใจแนวทางที่แตกต่าง แทนการทำงานประโยชน์ในแนวสังคมสงเคราะห์ หรือการทำงานสโตร์เอ็นจิโออยู่เก่าที่ต้องพึ่งพาเงินสนับสนุนจากแหล่งต่างๆ เป็นหลัก

หน่วยงานนี้เริ่มงานมาตั้งแต่ปี 2544 ภายใต้การสนับสนุนของมูลนิธิบูรณะชนบทแห่งประเทศไทยในพระบรมราชูปถัมภ์และสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ

ภารกิจของทีมงานคนรุ่นใหม่จำนวนกว่า 20 ชีวิตคือการสร้างสรรค์กิจกรรมที่มีการนำวัฒนธรรมมาใช้สนับสนุนงานด้านสังคมของกลุ่มองค์กรต่างๆ รวมทั้งการสนับสนุนด้านเงินทุนแก่องค์กรที่ทำงานทางสังคมโดยเน้นที่การออกแบบการทำงานให้องค์กรเหล่านั้นสามารถสร้างรายได้ด้วยตัวเอง แทนที่จะใช้ทรัพยากรจากแหล่งทุนเพียงฝ่ายเดียวอย่างในอดีต

ปีที่สำคัญช่วงหนึ่งของการทำงานคือการสนับสนุนให้เกิด ‘กิจการเพื่อสังคม’ หรือ Social Enterprise อย่างกว้างขวางขึ้นในประเทศไทย และภารกิจส่วนนี้เอง คืองานที่วัลย์พรต้องรับผิดชอบ

“กิจการเพื่อสังคม หรือ Social Enterprise ถือเป็นเรื่องใหม่แม้คนรู้จักมากขึ้นแต่ก็ยังนับว่าน้อยอยู่ หลายคนยังเข้าใจคอนเซ็ปต์ผิด สับสนกับการทำ CSR หรือกิจกรรมความรับผิดชอบต่อสังคมขององค์กรต่างๆ แต่ที่จริงแล้ว กิจการเพื่อสังคมนั้นอยู่ตรงกลางระหว่างธุรกิจเต็มตัว กับ NGO หรือหน่วยงานที่ไม่แสวงผลกำไร กิจการเพื่อสังคมนั้นมีเป้าหมายชัดเจนมากคือแก้ปัญหาสังคม สิ่งแวดล้อม ชุมชน ไม่ใช่ทำกำไรสูงสุด”

“CSR เป็นแค่กิจกรรมที่องค์กรทำ เช่นบริจาคเงินแล้วเงินก็หมดไป แต่กิจการเพื่อสังคมเป็นการให้สินค้าบริการที่เป็นประโยชน์กับสังคมและนำมาสู่รายได้เพื่อมีกำไรเลี้ยงตัวเองได้ด้วย” เธออธิบายหน้าที่ของวัลย์พรก็คือการสนับสนุนผู้ประกอบการเพื่อสังคมที่มีแนวคิดธุรกิจที่น่าสนใจ ในแง่ของการช่วยพัฒนาแผนธุรกิจแผนการเงิน รวมถึงช่วยเป็นคนกลางติดต่อหาแหล่งทุนในการทำธุรกิจเหล่านี้

“เราหวังอยากเห็น กิจการเพื่อสังคมเกิดขึ้น เยอะๆ”

จากการทำงานเธอพบว่าอุปสรรคของกิจการเพื่อสังคมในประเทศไทยนอกจากที่คนยังไม่ค่อยเข้าใจแนวคิด ก็คือปัญหาการเข้าถึงแหล่งทุนอย่างธนาคารที่ไม่ค่อยสนใจผู้ประกอบการรายย่อยเหล่านี้ ผิดกับต่างประเทศ ที่มีการลงทุนในผู้ประกอบการเพื่อสังคมโดยตรงขณะที่ในประเทศไทยกิจการเพื่อสังคมส่วนใหญ่ยังเริ่มต้นด้วยเงินทุนของตัวเอง หรือทางบ้าน และเพื่อสนับสนุนและบ่มเพาะผู้ประกอบการเพื่อสังคมรุ่นใหม่ที่ไม่มีทุนเป็นของตัวเองจึงได้มีโอกาสริเริ่มทำโครงการ Unlimited Thailand ซึ่งเปิดรับไอเดียกิจการเพื่อสังคมที่น่าสนใจและมีกองทุนต้นแบบเพื่อให้เจ้าของแนวคิดที่ผ่านการคัดเลือกได้นำไปทดลองทำจริง

“จากโครงการนี้จะเห็นหลายไอเดียที่น่าสนใจมากๆ นะคะ อย่างของชุมชนบ้านมั่นคงบางบัวที่คิดหารายได้โดยการรวมกลุ่มข้างในชุมชนออกไปซ่อมท่อประปาหลังคาโดยมี Call Center เป็นศูนย์กลางในการรับงาน สิ่งเหล่านี้เป็นงานง่ายๆ ที่คนในชุมชนทำได้เป็นการสร้างงานโดยคนในชุมชนไม่ต้องออกไปทำงานทำข้างนอก”

“หรือโครงการ marimo 5 ที่เป็นเครือข่ายแม่บ้านญี่ปุ่น ร่วมกับคนไทย โดยเป็นคนกลาง รับฝากอแวนกซ์จากเกษตรกรเล็กๆ ที่ยังไม่เคยมีใครดูแลเรื่องมาตรฐานผลิตภัณฑ์ พวกเขาจะช่วย

เข้าไปให้ความรู้ และนำผักที่ได้มาทำแพคเกจจิ้งให้น่ารักๆ หรือแปรรูปเป็นซอสและยังมีการสอนทำอาหารโดยใช้สินค้าของเขา ช่วยลดปัญหาพ่อค้าคนกลางโกงราคา และทำให้เกษตรกรเล็กๆ อยู่ได้ และมีความรู้เรื่องมาตรฐานผลิตภัณฑ์”

“อีกโครงการที่น่าสนใจคือ ไบค์เซนเจอร์ (bike xenger) หรือ แมสเซนเจอร์ที่เกิดจากการรวมตัวกันของกลุ่มคนที่ขี่จักรยานไปทำงาน ชมรมนักปั่นจักรยาน ที่ใช้จักรยานแทนมอเตอร์ไซด์รับส่งเอกสารพัสดุโดยเน้นในเมืองและมีลูกค้าคือบริษัทที่สนใจเรื่องสิ่งแวดล้อม โดยส่งจดหมายที่ไม่เร่งด่วน และอีกกลุ่มคือ ร้านค้าอาหารออร์แกนิกส์ จำพวกผัก นม ที่ต้องการส่งอาหารตามบ้านสำหรับคนที่เข้ามาเป็นไบค์เซนเจอร์ ต้องผ่านการเทรนวิธขี่จักรยานในเมืองให้ปลอดภัยก่อนด้วย”

โครงการ Unlimited Thailand นี้เองเป็นความภูมิใจที่สุดในการทำงานของวลัยพร ด้วยความหวังว่าจะมีส่วนทำให้เกิดกิจการเพื่อสังคมขยายตัวอย่างกว้างขวางในประเทศไทยเสนออย่างหนึ่งที่ทำให้เธอหลงใหลในการทำงานที่เกี่ยวข้องกับกิจการเพื่อสังคมก็คือ การได้เจอคนจิตใจดีชอบแบ่งปัน

“ขณะที่ธุรกิจปกติ ทุกอย่างต้องเป็นความลับ ทุกคนคือคู่แข่ง แต่เราแบ่งปันกันได้หมดไม่มีหวง ไม่ได้คิดว่าเป็นคู่แข่งกัน ทำให้ความเครียดจากการแข่งขันน้อยลง มีแต่จะช่วยเหลือกัน”

เธอยังฝากคำแนะนำมาถึงคนที่สนใจอยากทำกิจกรรมเพื่อสังคมว่าให้คิดค้นไอเดียแล้วลองไปเสิร์ชหาข้อมูลในอินเทอร์เน็ตดูแนวคิดจากต่างประเทศ เพื่อที่จะเอามาหยิบจับปรับปรุงความคิดของตนเอง จากนั้นลองทำแผนธุรกิจคร่าวๆ กำหนดกลุ่มลูกค้าคือใคร ดูทรัพยากร จุดอ่อนจุดแข็งที่มีรวมถึงว่าต้องการความช่วยเหลือจากใครบ้าง

“เราหวังอยากเห็นมีกิจการเพื่อสังคมเกิดขึ้นเยอะๆ ในประเทศไทย ให้สังคมรู้ว่ามีการประเภทนี้อยู่ และอยากให้คนรุ่นใหม่หันมาทำกิจการเพื่อสังคมกันมากขึ้น เพราะเชื่อว่าหากคนเรามุ่งทำกำไรน้อยลงหน่อย การแข่งขันน้อยลง แต่ทำเพื่อสังคมมากขึ้น ประเทศไทยจะน่าอยู่ขึ้นมาก” 🙌



ต้า พาราดอกซ์

ดนตรีสร้างฝัน เปลี่ยนโลกมืดบอดให้มีความหมาย

ในสายตาของคนทั่วไป อิทธิพงศ์ กฤดากร ณ อยุธยา หรือ ต้า พาราดอกซ์ คือนักร้องขวัญใจเด็กแนว แต่สำหรับเพื่อนศิลปินร่วมวงการที่รู้จักเขาดีจะรู้ว่า ท่ามกลางธุรกิจเพลงที่เต็มไปด้วยการแข่งขัน เขาคือนักดนตรีอีกคนหนึ่งที่เลือกทำตามความฝันและใจรักด้วยการเปิด ตาต้า สตูดิโอ ให้เป็นพื้นที่ทางเลือกสำหรับคนที่รักในเสียงดนตรีและมุ่งมั่นทำความฝันให้เป็นจริง

ชื่อ

อิทธิพงศ์ กฤดากร ณ อยุธยา

อายุ

34 ปี

การศึกษา

คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ผลงานที่ผ่านมา

นักร้องนำ วงพาราดอกซ์ นักแต่งเพลง

โปรดิวเซอร์ศิลปินเจ้าของ ตาต้า สตูดิโอ

พื้นที่ดนตรีสำหรับคนมีฝัน

ภารกิจ

ดนตรีสร้างสุข จุดประกายความฝันให้แก่

ผู้พิการทางสายตา

คติประจำใจ

ก้าวไปช้าๆแต่มั่นคง



“เราไม่ได้เก่งทุกอย่างทุกเรื่องและไม่สามารถทำอะไรทุกอย่าง แต่เราสามารถทำอะไรทุกอย่างได้แค่ต้องรู้จักบริหารจัดการและชักชวนคนเก่งๆ ที่มีความสามารถแตกต่างกันมาร่วมงานโดยที่เราใช้ความสามารถของตัวเองในการทำงานร่วมกับผู้อื่นตรงนั้นนอกจากจะช่วยให้งานประสบความสำเร็จแล้วสุดท้ายเรายังจะได้ค้นพบความสามารถและความชอบของตัวเองด้วย”



ไม่เพียงเท่านั้น แม้จะมีชื่อเสียงโด่งดังจนกลายเป็น ‘ไอดอล’ ของวัยรุ่นมากมาย แต่สำหรับ ‘ต้า’ แล้ว เขาได้เว้นมุมเล็กๆ มุมหนึ่งของชีวิตไว้เพื่อตอบแทนสังคมด้วยการลงมือทำโครงการดนตรีสร้างฝัน (sunshine day) ซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของโครงการดนตรีเพื่อการเปลี่ยนแปลงของแผนงานทุนอุปถัมภ์เชิงรุกเพื่อสื่อศิลปวัฒนธรรมและกิจกรรมสร้างสรรค์ กว่า 10 ปีที่ ‘ต้า’ ยืนอยู่บนเส้นทางศิลปินที่มอบเสียงเพลงไปสู่ผู้คนหลายแสนหลายล้านคนกับการค้นพบความมหัศจรรย์ของเสียงดนตรีที่ไร้กำแพงใดใดกันขวางไม่ว่าเชื้อชาติ ภาษา สีผิว ชนชั้นใดใดหรือแม้แต่อุปสรรคทางด้านร่างกาย อย่างเช่นในโลกที่มีมิติของคนตาบอด และในวันที่เขาได้มีโอกาสไปเล่นดนตรี

ให้คนกลุ่มนี้ฟังในงานของหน่วยราชการแห่งหนึ่ง วินาทีนั้นคือจุดเริ่มต้นของการที่ศิลปินอย่างเขาจะใช้เสียงดนตรีระบายสีโลกให้มีชีวิตชีวาเพื่อคนตาบอด

จากวันนั้นเขาจึงตั้งปณิธานกับตัวเองว่าจะใช้ดนตรีเป็นเครื่องมือทำให้คนกลุ่มนี้มีความสุข จึงเริ่มชักชวนเพื่อนนักดนตรีมาร่วมกันทำความฝันนี้ให้เป็นจริงด้วยกัน ในนามกลุ่มดนตรีสีขาว ที่จะมาจุดประกายความฝันให้แก่ผู้ด้อยโอกาสโดยเฉพาะผู้พิการทางสายตา



“ก่อนหน้านี้เป็นคนขี้อายมากเลยทำให้ไม่ค่อยได้ทำกิจกรรมอะไรมากนัก นอกจากเป็นนักร้องแต่มาถึงจุดหนึ่งก็คิดว่าถ้าไม่ลองทำแล้วมันจะทำเป็นได้ยังไงเลยตัดสินใจลุยและลงมือทำซึ่งตอนแรกหน้ามันจะชา กลัวๆ กลัวๆ เพราะบนเวทีเราจะรู้สึกไก่เท่ที่ได้ถือไมค์แล้วมีแฟนเพลงมาดูเยอะๆ แต่เวลาทำเพื่อสังคมหน้าก็มันต่างออกไป จากไมค์ที่เคยถือก็ต้องมาชนของทำหน้าที่ทุกอย่างเพื่อให้กิจกรรมสำเร็จตามเป้าหมายที่ได้วางไว้ พอทำต่อไปเรื่อยๆ กำแพงที่ปิดกั้นความรู้สึกก็ค่อยๆ ทยอยหายไป”

ด้วยความที่ต้าเคยเป็นคุณครูสอนเด็กๆ ชั้นประถมศึกษาศึกษามาก่อนจึงได้ปะทะกับนิสัยความใส่ใจในทุกรายละเอียดส่งผลให้เวลาทำงานแม้จะมีรายละเอียดเล็กๆ น้อยๆ แค่นั้น แต่หากสิ่งนั้นเป็นส่วนหนึ่งของงาน เขาจะไม่วันมองข้าม หรือปล่อยให้ผ่านไปเช่นเดียวกับเรื่องราวของดนตรีสร้างฝันนั้นใช่เพียงความหมายที่งดงามท่วงทำนองอันไพเราะแต่ยังเต็มไปด้วยกิจกรรมสนทนากาที่แสนสนุกสนาน การเล่นเกมที่มีชีวิตชีวาเพื่อสร้างความรู้สึกที่ดีกับดนตรีสามารถนำไปสร้างความสุขในชีวิตประจำวัน ไม่ว่าจะเป็นการแต่งเพลง การฝึกร้องเพลงขั้นพื้นฐานแบบสนุกๆ ที่นำไปฝึกร้องเล่นในยามว่างได้

“ทุกเพลงที่ถูกส่งออกไปให้แก่น้องๆ ผู้พิการทางสายตาที่เข้าร่วมโครงการจะอยู่ในรูปแบบสั่มผัส

ได้จริง ผ่านไปกับเนื้อหาเบาๆ ทำนองไม่เข้มข้นใช้เวลาไม่นานแต่สนุกและได้ทดลองทำจริง ซึ่งกิจกรรมจะช่วยทำให้น้องๆ จดจำได้ในขณะที่ยังมีสมาธิอยู่และหลังจากนี้พวกเขาจะได้นำสิ่งที่เรียนรู้ไปต่อยอดในการเล่นดนตรีประเภทต่างๆ

“เมื่อน้องๆ ผู้พิการทางสายตาได้มีส่วนร่วมในการร้องเพลงกับเหล่าศิลปินก็จะทำให้พวกเขาเกิดความประทับใจสนุกสนานถือเป็นการเสริมพลังในทางบวก กระตุ้นให้พวกเขาเรียนรู้ได้ว่าดนตรีนั้นทำให้เกิดความสุขได้อย่างแท้จริงเพื่อให้พวกเขาเกิดแรงบันดาลใจในการใช้ชีวิต”

เพื่อนศิลปินที่เข้าร่วมโครงการนี้เช่นวง venus butterfly, บอม นักร้องนำวง Ganesha, ลูลา, วงฟาเรนไฮต์, วงพาร์ทแมนท์คุณป้า, วงแสงระวี, ริด วชิรปิลันธิ์, วงภูมิจิต และวง circle 22 พวกเขาต่างค้นพบว่าดนตรีที่พวกเขารักมีความหมายมากขึ้นไปอีกเพราะผลงานของพวกเขาได้สร้างประโยชน์ให้กับสังคมโดยเฉพาะวินาทีที่เห็นความตั้งใจจริงของน้องๆ ผู้พิการทางสายตาในยามที่ร่วมกิจกรรม

จากนักร้องขวัญใจวัยรุ่นสู่การทำงานเพื่อสังคมด้วยจิตอาสา ต้า บอกว่าโครงการนี้จะประสบความสำเร็จด้วยตัวของเขาเองคนเดียวไม่ได้ เขาโชคดีที่มีคนเก่งอยู่รอบตัวและคนกลุ่มนี้ก็พร้อมมาช่วยงานด้วยจิตอาสา ประกอบกับความรับผิดชอบที่ทุกคนมีให้กับงาน ผลที่ออกมาจึงถือว่าดีเกินคาด แม้จะมีปัญหาเกิดขึ้นระหว่างการทำงานบ้างแต่สุดท้ายความร่วมมือร่วมใจก็จะพาเราทุกคนไปถึงจุดมุ่งหมายร่วมกันเฉกเช่นเดียวกับความหวังให้ดนตรีของเขาเปลี่ยนโลกที่มีมิติของคนตาบอดให้เจิดจ้าไปด้วยความฝันและแรงบันดาลใจในชีวิต เขายังขอส่งต่อความหวังนี้ไปถึงวัยรุ่นไทยให้ลุกขึ้นมาทำกิจกรรมที่สร้างประโยชน์ต่อสังคมไทยไม่ว่าสิ่งที่จะทำจะใหญ่หรือเล็ก แต่มันจะทำให้คุณค้นพบความรู้สึกดีๆ และสิ่งใหม่ในตัวเองเป็นอีกหนึ่งพลัง ที่จะช่วยทำให้ประเทศไทยไม่เหมือนเดิมอีกต่อไป 🌟



ผู้ใหญ่ชาติชาย เหลือองเจริญ

สร้างประเทศให้น่าอยู่
ที่สุดในโลกไม่ยากอย่างที่คิด

“โลกแห่งการเรียนรู้ สังคมอุดมปัญญา” วลีสั้นๆ ที่ปรากฏ
อยู่ภายใต้ชื่อเครือข่ายองค์กรชุมชนบ้านจำรุงไม่ได้เป็นแค่
การประดับถ้อยคำสวยหรู ให้กับเว็บไซต์ banjumrung.org
เพราะหากใครได้มีโอกาสไปเยือนยังบ้านจำรุงแห่งนี้ด้วยตัวเอง
คงต้องยกให้ที่นี่เป็นชุมชนในพื้นที่ที่มีอยู่จริง

ชื่อ

ชาติชาย เหลืองเจริญ

อายุ

49 ปี

เป้าหมาย

สังคมอยู่เย็นเป็นสุข ชีวิตมีความมั่นคง
พึ่งพาตนเองได้ บนหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง

ผลงานที่ผ่านมา

2549 ไร่ร้างวัลหมู่บ้านเศรษฐกิจพอเพียง

2550 รางวัลคนดีแทนคุณแผ่นดิน

2551 ผู้ใหญ่บ้านยอดเยี่ยม

2552 สมาชิกสภาพัฒนาการเมืองจังหวัดระยอง

2553 ผู้ทรงคุณวุฒิ มหาวิทยาลัยบ้านนอก



“จุดหักเหหนึ่งของคนบ้านจ่ารุ่งเกิดจากการรู้สึกที่เราต้องลุกขึ้นมาช่วยเหลือตัวเอง” ผู้ใหญ่ชาติชาย เหลืองเจริญ

ผู้นำรุ่นที่ 4 ของชุมชนบ้านจ่ารุ่ง ต.เนินม้อ อ.แกลง จ.ระยอง เล่าถึงจุดเริ่มต้นที่ว่า จะมาเป็นบ้านจ่ารุ่งที่ใครต่อใครรู้จักกันดีในวันนี้ ชุมชนซึ่งได้รับการยอมรับว่าเป็นต้นแบบของการพัฒนาตามปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง

บ้านจ่ารุ่ง เผชิญความเปลี่ยนแปลงครั้งแรกราวๆ ปี 2510 หลังจากได้มีการนำ “รถไถนา” เข้ามาใช้ เมื่อมีคันแรก คันที่สองก็เริ่มตามมา จนปี 2529 ควายตัวสุดท้ายได้ถูกขายไป ขณะที่สวนผลไม้ดั้งเดิมที่ปลูกผลผลิตส่งขายถูกมองว่าล้าสมัย ชาวบ้านถูกบอกให้ปลูกแบบสมัยใหม่เป็นพืชเชิงเดี่ยว สารเคมีก็เริ่มมีบทบาทในวิถีชีวิตมากขึ้น หลังจากนั้นวิถีชีวิตประเพณีดั้งเดิมก็เริ่มสูญหาย ผู้คนชุมชนเริ่มต่างคนต่างอยู่ จนมาถึงยุค “ผู้ใหญ่เอื้อน ผลงาม” ซึ่งถูกชาวบ้านขอรับรองให้มารับหน้าที่ผู้ใหญ่บ้าน ได้มีการรวมตัวพูดคุยกันถึงปัญหาที่เกิดขึ้น จึงเป็นที่มาของการเริ่มต้น รวมตัว เพื่อแก้ปัญหา

ความรักที่มีต่อชุมชนท้องถิ่นได้สร้างจิตสำนึกแห่งการพึ่งพาตัวเองให้กับชาวบ้านจนนำมาสู่กระบวนการชุมชนเข้มแข็ง ที่หนึ่งสมองและสองมือของชาวบ้านทุกคนร่วมกันจัดทำแผนแม่บทชุมชนขึ้นกันเอง ทำให้เกิดการสร้างสรรค์กิจกรรมที่นำมาซึ่งผลลัพธ์เกินความคาดหมาย

“เรามีความคิดว่าจะทำอย่างไรให้ชุมชนของเรามีเงินทุนเป็นของตัวเองไว้ใช้พัฒนาท้องถิ่นโดยไม่ต้องพึ่งแหล่งเงินจากภายนอก ซึ่งนั่นจะทำให้เราอยากจะทำอะไรให้กับท้องถิ่นของเรา ก็ลุกขึ้นมาพัฒนาได้เลย ไม่ต้องรอใคร ก็เลยเกิดสหกรณ์ชุมชนขึ้น ซึ่งถ้าเราจากการดำเนินการนั้นเราก็นำมาจัดตั้งกองทุนพัฒนาท้องถิ่นเป็นฐานในสร้างกิจกรรมพัฒนาต่างๆ โดยเฉพาะเรื่องสุขภาพชุมชน”

กิจกรรมที่ประสบความสำเร็จอย่างมาก คือธนาคารขยะโดยมีการขายหุ้นให้กับชาวบ้านที่สนใจนับว่าเป็นเทคนิคเพื่อสร้างความร่วมมือไปในตัวแค่เริ่มโครงการชาวบ้านก็รวบรวมขยะที่เป็นเงินทั้งหลายหลังไถ่มาที่ธนาคารขยะแห่งนี้ ถือว่านอกจากจะสร้างกำไรแล้ว ชุมชนยังสะอาดขึ้นอีกด้วยที่สำคัญชาวบ้านได้เรียนรู้เรื่องระบบการจัดการและจำกัดขยะไปพร้อมกัน

“ไม่เพียงผู้ใหญ่เท่านั้นที่ยืนยันแข็ง ยังมีเหล่า ‘กองทัพบกบ้านจ่ารุ่ง’ ซึ่งก็คือบรรดาเด็กๆ ขวนกันมาเก็บขยะตามท้องถนนให้สะอาดเป็นประจำเดือนละครั้ง ได้ผลเป็นอย่างดีมากๆ เลยครับ ทางตำบลก็เห็นว่าเป็นตัวอย่างที่ดี เลยให้หลายๆ หมู่บ้านทำตามกันบ้าง ซึ่งก็ได้ผลดีขยายวงกว้างออกไป ตำบลก็สะอาดมากขึ้น ต่อมาทางตำบลก็ทำโครงการ ‘ขยะแลกแต้ม’ เพื่อให้เด็กๆ ได้สนุกกับกิจกรรมไปพร้อมๆ กับให้รางวัลแก่การทำความดี โดยแต้มของเด็กๆ นั้นสามารถนำมาแลกของจากทางตำบลได้ ก็จะเป็นพวกอุปกรณ์กีฬา เครื่องดนตรี สิ่งที่เป็นประโยชน์ต่างๆ ได้รับความสนใจและความร่วมมือจากทุกคนในชุมชนอย่างดีมาก จนเรื่องนี้กลายเป็นยุทธศาสตร์ของตำบลไปในที่สุดเลยครับ”

ที่บ้านจ่ารุ่งชาวบ้านรวมตัวกันทำกิจกรรมพัฒนาตามความสนใจมากมาย จาก 1-2 กลุ่มในยุคแรก จนถึงกว่า 40 กลุ่มในปัจจุบัน ที่สำคัญคือต่างทำงานเชื่อมร้อยกันทำให้เกิดพลังทางสังคมมากขึ้น



อย่างเช่นกลุ่มเกษตรอินทรีย์ กลุ่มเกษตรพื้นบ้านที่เป็นหลักในการผลิตผักพื้นบ้านปลอดสารเคมีสู่ชุมชน ผ่านพนักงานขายของกลุ่มมีร้านค้าชุมชน การรณรงค์สร้างค่านิยมผ่านสื่อของตัวเองทั้งเคเบิลทีวี วิทยุชุมชน รวมถึงหนังสือพิมพ์กำแพงหรือกลุ่มท่องเที่ยวกว่า 20 ครั้วเรือนที่ทำโฮมสเตย์ท่องเที่ยวชุมชน นอน อยู่ รู้ กินแถมสโลแกนเก๋ๆ “นอน 1 คืนครึกครื้น 1 ปี” ก็เพื่อให้พี่น้องภายนอกชุมชนเข้ามาเรียนรู้วิถีชีวิตร่วมกันด้วยประสบการณ์ พัฒนาแบบบ้านนอก วิถีท้องถิ่นที่ใช้หลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง

“สิ่งที่สำคัญที่สุดในการประสานความร่วมมือกันของคนในชุมชนก็คือการต้องคุยกันเป็นประจำครับ ทั้งในวงและนอกวง ในวงนั้นเราจัดให้มีเวทีแห่งการเรียนรู้ซึ่งกลุ่มต่างๆ ต้องมานั่งคุยกันสม่ำเสมอ เราจะมารวมตัวกันปรึกษาหารือ ร่วมแก้ไขปัญหาแลกเปลี่ยนเรียนรู้ เรื่ององค์ความรู้ระหว่างกลุ่มเดือนละ 1 ครั้ง โดยเราใช้ชื่อว่า ‘เวทีเชื่อมประสานเครือข่ายองค์กรชุมชนบ้านจำรุง’ ซึ่งเป็นประโยชน์ต่อทุกคนมากๆ แล้วก็ช่วยลดปัญหาความไม่เข้าใจกันได้มากทีเดียว ส่วนนอกรอบนั้นก็มีเวลาว่างหลังจากงานเราก็มักจะคุยกันเสมอๆ อยู่แล้วครับ”

ไม่แปลกใจเลยว่าผู้คนมากมายพร้อมใจกันเดินทางมาที่บ้านจำรุงด้วยจุดหมายเดียวกันคือ เพื่อจะกลับออกไปอย่างมีความฝันและแรงบันดาลใจที่ท่วมท้นจากชุมชนแห่งนี้บ้าง

“ที่ผ่านมามีคนเข้ามาศึกษาดูงานกันมากมาย ชาวบ้านแต่ละกลุ่มก็ม้องคึกคักของตัวเองที่ยอดเยี่ยม จากชุดประสบการณ์ที่สั่งสมกันมากว่า 20 ปี จนกลายเป็นชุดความรู้เล็กๆ แบบบ้านนอกที่มีคุณค่า ตรงจุดนี้เองพวกเราเลยคิดที่จะจัดตั้งแหล่งความรู้ชุมชนขึ้น และสร้างให้มีความน่า

เชื่อถือแถมมีการพัฒนาที่เป็นระบบและจริงจังเราอยากให้ที่นี่เป็นศูนย์กลางให้เกิดการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ของชุมชนอื่นๆ ด้วย ถือว่าเป็นแหล่งเรียนรู้ที่ยิ่งใหญ่และสำคัญ เราก็เลยมีมติกันในชุมชนที่จะตั้งเป็นมหาวิทยาลัยบ้านนอกขึ้นครับ”

ถ้าถามว่าหัวใจของงานพัฒนาชุมชนคืออะไร ผู้ใหญ่ชาติชาย บอกกับเราด้วยน้ำเสียงเรียบง่ายแต่เปี่ยมไปด้วยพลังว่า “เราต้องรักท้องถิ่นของตัวเอง”

“อย่างแรกคือการรักท้องถิ่นของตัวเอง ต้องการเห็นความเปลี่ยนแปลงในทิศทางที่ดีขึ้น มีชีวิตความเป็นอยู่ที่ดีขึ้น จากนั้นต้องเชื่อมั่นว่าตัวเองสามารถเป็นผู้เปลี่ยนชุมชนในทางที่ดีได้ สามารถแก้ไขปัญหาได้ด้วยตัวเองได้ ผมไม่มีกลยุทธ์อะไรสำหรับการเป็นผู้ใหญ่บ้านเพียงแต่มีหลักคิดอยู่ง่ายๆ ที่ว่า คนตัวเล็กๆ อย่างพวกเรานั้น หากจะแสดงพลังอะไรจำเป็นที่จะต้องมีการรวมกลุ่มที่แข็งแกร่ง เมื่อใดที่เรามีความเป็นปึกแผ่นแล้ว มันสามารถสร้างข้อต่อรอง สามารถผนึกกำลังที่จะทำอะไรก็ได้ เป็นแรงเหวี่ยงที่จะกระแทกปัญหาต่างๆ ได้”

แม้แต่ปัญหาของประเทศไทยเรา ณ เวลานั้น

“ผมว่าประเทศไทย เป็นประเทศที่น่าอยู่อยู่แล้ว เป็นประเทศที่น่าอยู่ที่สุดในโลก ปัญหาตอนนี้ความจริงเป็นเพียงเรื่องเล็กๆ น้อยๆ สิ่งที่จะทำให้สังคมไทยน่าอยู่และมีความสุขนั่นก็คือ การทำหน้าที่ของตัวเองให้ดีที่สุด เมื่อทุกคนทำหน้าที่ของตัวเองได้อย่างสมบูรณ์ทุกอย่าง มันจะลงตัวเองสังคมโดยรวมก็จะดีไปเอง อย่างชุมชนเราที่อยู่



ตรงนี้ก็ทำหน้าที่ให้ติดตามบทบาทหน้าที่ที่เราได้รับเราทำดีแล้วก็อยากเผยแพร่องค์ความรู้ด้วย ซึ่งการเป็นผู้ให้โดยไม่หวังผลนั้นก็มีความสุขมาก เมื่อคนในชุมชนมีความสุข สังคมก็มีความสุข ชุมชนไหนทำอะไรได้ ถนัดทำอะไรก็ทำไปอย่างเต็มที่ มาเรียนรู้องค์ความรู้ที่ผมแล้วสนใจจะเอาไปทำกับชุมชนตนเองบ้างผมก็ยินดี เพราะมันคือการแบ่งปันสิ่งที่ดีๆ ให้แก่กัน ก็เป็นการแบ่งปันความสุขให้แก่กัน ทุกชุมชนมีความสุขประเทศชาติก็จะมีความสุข ฉะนั้นจะให้สังคมมีความสุขได้ก็ต้องเริ่มที่ตัวคุณเองก่อนให้ได้รับ”

เป้าหมายข้างหน้ากับการทำงานชุมชน ผู้ใหญ่ชาติชายบอกว่า ทุกอย่างล้วนเป็นสังขาร มีเกิดก็มีดับ มีดับก็มีเกิด เขาเองก็ไม่ได้คาดหวังว่าแนวทางที่ทำอยู่นี้จะต้องอยู่ไปชั่วกาลปาวสาน แต่คาดหวังว่าสิ่งที่คุณรุ่นเขาทำอยู่นี้จะช่วยสร้างภูมิคุ้มกันให้คนรุ่นต่อไปได้ถูกคิดและเห็นความสำคัญของการพัฒนา...ที่เหลือก็สุดแท้แต่ฟ้าดิน

“ผมขอแค่มันยังอยู่ในช่วงที่เรายังมีชีวิตอยู่ก็พอที่เหลือก็เป็นหน้าที่ของรุ่นต่อไปว่าจะทำอะไรหรือไม่ทำอะไร วันนี้เรารู้ว่าเราลงแรงหว่านเมล็ดพันธุ์ไว้แล้ว ส่วนอนาคตข้างหน้าให้คิดเสียว่าเป็นดอกเป็นผลของคนรุ่นต่อไปจะดีกว่า ว่าเขาจะดูแลเก็บเกี่ยว หรือปล่อยให้ไป” 🌱

รศ.ดร.ปาริชาติ สถาปิตานนท์

เปลี่ยนประเทศไทย ด้วยพลังสื่อสารแนวนอก

“การเชื่อในคุณงามความดีในตัวของผู้คนจะทำให้เรา
แก้ไขปัญหาได้ทุกๆ สิ่ง” นี่คือคำกล่าวของ ‘รศ.ดร.ปาริชาติ
สถาปิตานนท์’ ผู้หญิงตัวเล็กๆ ที่เชื่อมั่นในคุณงามความ
ดีของผู้คนอย่างเต็มเปี่ยมว่าสามารถทลายทุกความขัด
แย้งบนโลกนี้ได้

ชื่อ

รองศาสตราจารย์ ดร.ปาริชาติ สถาปิตานนท์
คติในการทำงาน

การทำงานคือการเรียนรู้และเมื่อเราคิดว่า เรา
เรียนรู้ก็จะทำให้การทำงานทุกวันเต็มไปด้วย
ความสุข สนุกและงานจะออกมาดีที่สุดใน

ผลงาน

ตำราวิชาการ เช่น การสื่อสารแบบมีส่วนร่วม
กับการพัฒนาชุมชน การสื่อสารสาธารณะ
กับการเปลี่ยนแปลงสังคมไทย การสื่อสาร
สุขภาพ ร่วมผลักดัน นโยบายการควบคุม
เครื่องดื่มแอลกอฮอล์ พืชกัญชา รังสรรค์
แฉ่งตั้ง ตรงเส้นขอบฟ้า และ สุขจากใจ



หลายคนอาจรู้จัก รศ.ดร.ปาริชาติ ในฐานะของผู้สูญเสียครอบครัวอันเป็นที่รักจากเหตุการณ์สึนามิพัดถล่มภาคใต้ของประเทศไทยเมื่อวันที่ 26 ธันวาคม พ.ศ. 2547 เหตุการณ์ครั้งนั้นเป็นที่มาของงานเขียนหลากหลายชิ้นที่สะท้อนถึงการจัดการความรู้สึกภายหลังการสูญเสียที่เกิดขึ้นกับครอบครัวของ รศ.ดร.ปาริชาติ เพื่อแบ่งปันให้เพื่อนมนุษย์ได้ใช้เป็นกำลังใจในการดำเนินชีวิต

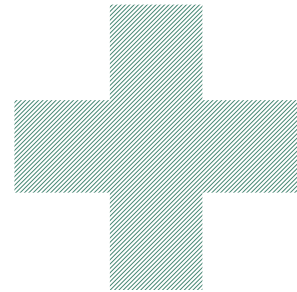
พรสวรรค์ด้านการสื่อสาร ของ รศ.ดร.ปาริชาติเริ่มต้นขึ้นตั้งแต่อายุ 7 ขวบ เธอส่งงานเขียนในหัวข้อ “เรื่องจากภาพ” ไปยังนิตยสารสตรีสารจนได้รับการตีพิมพ์ และเพราะเชื่ออย่างสุดจิตสุดใจว่า จะสามารถนำพรสวรรค์ด้านการสื่อสารของตัวเองทำประโยชน์เพื่อประเทศชาติได้ รศ.ดร.ปาริชาติจึงตัดสินใจเข้าศึกษาต่อ ที่คณะนิเทศศาสตร์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ก่อนที่จะไปศึกษาต่อระดับปริญญาเอกด้านการสื่อสารเพื่อการพัฒนาในระดับนานาชาติที่มหาวิทยาลัยไอโฮโอ สหรัฐอเมริกาซึ่งภายหลังจากจบการศึกษาเมื่อ พ.ศ. 2538 รศ.ดร.ปาริชาติได้กลับมารับราชการที่คณะนิเทศศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย และใช้เวลาส่วนใหญ่กับการเรียนการสอน การวิจัย และการบริหารด้านการสื่อสารที่ช่วยขับเคลื่อน และหนุนเสริมการสร้างเสริมสุขภาพระดับประเทศในตำแหน่งต่างๆ อาทิ รองคณบดีฝ่ายบัณฑิตศึกษา คณะนิเทศศาสตร์จุฬาฯ รองผู้อำนวยการฝ่ายบริการวิชาการ และฝ่ายวิชาการ สถาบันวิจัยสังคม จุฬาฯ โดยปัจจุบันดำรงตำแหน่งรองศาสตราจารย์ ระดับ 9 ประจำคณะนิเทศศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

หากย้อนกลับไปเมื่อ 20 ปีที่แล้ว การสื่อสารที่จะช่วยหนุนเสริมและขับเคลื่อนงานสร้างเสริมสุขภาพยังถูกนำมาใช้น้อยมาก เมื่อเทียบกับอัตราส่วนองงานสื่อสารที่ถูกนำมาใช้หวังผลทางธุรกิจ นับว่า

แตกต่างกันอย่างสิ้นเชิงกับปัจจุบันที่ขยายตัวอย่างมากมายและหลากหลายรูปแบบ ทั้งในรูปของสื่อสิ่งพิมพ์ สื่อโทรทัศน์ และสื่ออิเล็กทรอนิกส์ ผลงานวิชาการด้านการสื่อสารของ รศ.ดร.ปาริชาติอาทิจานระเบียบวิจัยการสื่อสาร, การสื่อสารสุขภาพ, การประชุมอย่างสร้างสรรค์, มองสื่อใหม่ มองสังคมใหม่, เมาไม่ขับ: วันวาน วันนี้ และวันพรุ่งนี้ ถือว่าเป็นการบุกเบิกและถูกนำไปต่อยอดด้านงานรณรงค์จนส่งผลกระทบต่อคนยิ่งใหญ่นักนี้

หญิงแกร่งผู้นับบอกว่าแรงบันดาลใจสำคัญที่จุดประกายให้เธอยืนหยัดในเส้นทางนี้ คือความเชื่อมั่นว่าการสื่อสารที่มีคุณค่าสามารถเปลี่ยนโลกใบนี้ได้

“แรกเริ่มจากการที่เราตั้งคำถามกับตัวเองเราคิดว่าถ้าเราคุยกับตัวเองไม่รู้เรื่อง เราก็จะคุยกับคนรอบข้างไม่รู้เรื่อง เมื่อเราคุยกับตัวเองไม่รู้เรื่องคุยกับคนรอบข้างไม่รู้เรื่องแล้วเราจะไปคุยกับใครได้ โดยเฉพาะในเรื่องของปัญหาสุขภาพเรามองว่ามันเป็นเรื่องใกล้ตัวที่พอมันเกิดปัญหาขึ้นเราจะเห็นผลกระทบที่เกิดขึ้นกับคนรอบข้างเราได้ทันที และแนวทางวิจัยเรื่องสุขภาพเมื่อ 20 ปีที่ผ่านมา ก็พบว่าสื่อสารเป็นเครื่องมือที่จะเข้าถึงกลุ่มเป้าหมายได้ง่ายที่สุด”





“ในการทำงานเราไม่ได้เน้นการรณรงค์เพียงอย่างเดียวแต่เป็นการดำเนินงานที่ครบวงจรมากขึ้นทั้งระบบงานรณรงค์และงานนโยบายเราเริ่มจากการรับฟังมุมมองของกลุ่มบุคคลที่เห็นต่างแล้วเราก็ชี้แจงในส่วนของเรา จากนั้นเข้าสู่กระบวนการแลกเปลี่ยนข้อมูลซึ่งกันและกันโดยใช้หลักของเหตุและผล ซึ่งการทำงานในรูปแบบนี้ทำให้ในที่สุดมันเกิดการเปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดีเราได้เห็นบุคคลที่เป็นกลุ่มเสี่ยงหลายคนกลายมาเป็นนักรณรงค์แถวหน้า บางคนแต่งหน้าแต่งกายรณรงค์ให้คนเลิกดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์และเห็นโทษของการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ซึ่งเวลาเราเห็นพวกเขาทุ่มเทแบบนี้ เราก็รู้สึกภูมิใจว่าอย่างน้อยการทำงานของเราก็และพี่ๆ อีกหลายคนก็ได้ช่วยสังคมและก่อให้เกิดสิ่งที่ดีงามในสังคมแบบนี้ได้”

นักสื่อสารเพื่อการพัฒนาคนนี้บอกว่าหัวใจสำคัญของการสร้างความร่วมมือคือ “การเห็นปัญหาพร้อม และการได้ร่วมกันออกแบบแนวทางในการแก้ไขปัญหาพร้อมกัน เป็นสิ่งที่ทำให้การทำงานประสบความสำเร็จ” แนวทางของ รศ.ดร.ปรีชาติถูกคนทำงานในหลากหลายองค์กรนำมาปฏิบัติอย่างเป็นรูปธรรม โดยเฉพาะในเรื่องของการใช้สื่อเพื่อการรณรงค์ และสร้างการตระหนักรู้ร่วมของคนในสังคมเกี่ยวกับการสร้างเสริมสุขภาพมีงานรณรงค์ที่โดดเด่นมากมาย โดยเฉพาะประเด็นการเฝ้าระวังภัยแอลกอฮอล์ ที่สร้างการรับรู้ได้อย่างดีเยี่ยมกับประชาชนทั่วไป งานเหล่านี้ล้วนต้องผ่านอุปสรรคอย่างมาก ทั้งในเรื่องของคนทุนอิทธิพล และผลประโยชน์ แต่ รศ.ดร.ปรีชาติไม่เคยหวาดหวั่นต่อสิ่งเหล่านั้นและเห็นว่าเป็นความท้าทายที่ต้องผ่านไปให้ได้

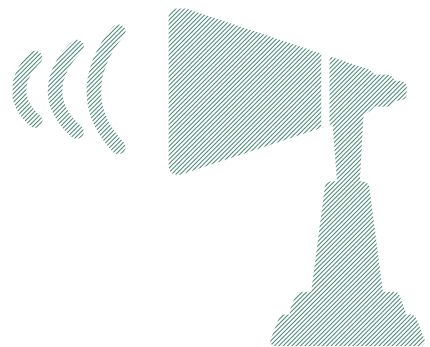
“สิ่งที่ท้าทายและยากที่สุดในการทำงาน คือตัวของมนุษย์เอง เพราะมนุษย์แต่ละคนก็จะมีทางออกในการแก้ปัญหาที่เหมาะสม และแตกต่างกัน และสำหรับปัญหาที่เราพบเจอมากที่สุดคือเรื่องของ การไปเตะกับผู้มีอิทธิพล หรือเข้าไปทำงานเกี่ยวกับธุรกิจที่เขาต้องสูญเสียผลประโยชน์มาก เช่น ธุรกิจเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ เพราะเป็นเรื่องที่พวกเรา อยากดำเนินการให้ครบวงจรคนไทยได้รับผลกระทบจากธุรกิจนี้มาก ถึงแม้พวกเราหลายๆ คนที่ทำงานด้านนี้จะได้รับผลกระทบมากบ้างน้อยบ้างไม่เป็นไร เพราะมันเกิดสิ่งสะท้อนกลับในเรื่องของกฎหมายซึ่งเป็นผลดีที่รัฐบาลเองได้บังคับใช้กฎหมายอย่างเคร่งครัด” รศ.ดร.ปรีชาติกล่าว

“เรื่องของความสำเร็จเราไม่เคยตั้งเป้าเอาไว้เป๊ะๆ สิ่งที่เราคิดคือทำเรื่องนี้ให้ดีกว่าสิ่งที่กำลังเกิดขึ้นในวันนี้ และทำให้ดียิ่งๆ ขึ้นไปในทุกๆ สิ่งที่ทำให้เรามีความสุขมากที่สุด คือข้อเสนอที่เราเสนอไปได้รับการตอบสนอง และได้ถูกนำไปปฏิบัติอย่างเป็นรูปธรรมนั้นต่างหากคือความสุขอย่างแท้จริงของคนทำงานอย่างพวกเรา”

พลังของการสื่อสารเพื่อการเปลี่ยนแปลงในเส้นทางแห่งผลประโยชน์และความขัดแย้งหลายครั้งที่การทำงานเจออุปสรรค และบางอุปสรรคก็ดูเหมือนจะหนักหนาสาหัส จนทำให้คนทำงานหลายคนยกธงขาว แต่ ดร.สาวคนนี้ก็กลับมุ่งมั่นทำงานสายนี้ต่อไปอย่างไม่ย่อท้อ โดย รศ.ดร.ปรีชาติบอกว่าเธอเชื่อและยึดมั่นในคุณค่าของความดี

“เราคิดว่าเราทำสิ่งที่ดีงามเราคิดว่าสิ่งที่เรากำลังทำนั้นเป็นสิ่งที่เปี่ยมประโยชน์ต่อสังคมและคนรุ่นใหม่ ก็จะทำให้เรามีพลังต่อสู้”

นักสื่อสารสร้างพลังบวกผู้นี้ยังฝากแง่คิดถึงการร่วมสร้างการเปลี่ยนแปลงให้ประเทศไทยของเราว่า “สิ่งที่เปลี่ยนได้ง่ายที่สุด และจะทำให้ประเทศไทยพัฒนาได้เร็วที่สุดคือการเปลี่ยนตัวเอง เพราะหากว่าเราไม่เปลี่ยนตัวเอง หลายสิ่งรอบตัวเราก็ไม่สามารถเปลี่ยนแปลงได้ ดังนั้นการช่วยเหลือประเทศชาติที่ง่ายที่สุดคือการเปลี่ยนตัวเองไปสู่สิ่งที่ดีงามที่สุดนั้นจะเป็นการช่วยสังคมไทยได้อีกทางหนึ่ง” 🗣️



อนุรักษ์ จันทร์ดำ

วัยรุ่นวัย ‘ปังส์’
เพราะความคิดเล็กๆ
กำลังจะสร้างสิ่งที่ยิ่งใหญ่

เพราะเชื่อว่าความคิดเล็กๆ สร้างสิ่งที่ยิ่งใหญ่ให้สังคมได้...
เด็กหนุ่มคนหนึ่งพิสูจน์ความเชื่อนี้ ผ่านการสร้างสรรค์สื่อ
หนังสือและภาพยนตร์โฆษณา เพื่อขยาย “ความคิดเล็กๆ”
ของเขาออกไปสู่สังคม

ชื่อ

อนุรักษ์ จันทร์ดำ

อายุ

18 ปี

ตำแหน่ง

ผู้รับผิดชอบโครงการ “สยามเคย์ยิ้ม”
นักศึกษาปี 1 มหาวิทยาลัยเทคโนโลยี
พระจอมเกล้าธนบุรี คณะวิทยาการ
คอมพิวเตอร์ประยุกต์-มัลติมีเดีย

ผลงาน

1. รางวัลรองชนะเลิศอันดับ 1 ศิลป
วิธีโอบริจาตโลเลหิตด้วยความสมัครใจ
100%
2. รางวัลSilver จากการแข่งโฆษณา
Madd Award 2010
3. รองชนะเลิศศิลปวิธีโอเนื่องในวัน
ผู้สูงอายแห่งชาติและรางวัลจากการ
แข่งขันหนังสือสั้นอื่นๆ

คติประจำใจ

การเรียนรู้ทำให้คนมีงานทำ
แต่กิจกรรมทำให้คนทำงานเป็น

เป้าหมายในชีวิต

ศรีเอทิพโฆษณา

กุญแจความสำเร็จ

การทำงานเป็นทีม และการ
รับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น



“ความคิดเล็กๆ” ของเขาได้รับรางวัลมาแล้วจากหลายสถาบัน รวมถึงภาพยนตร์โฆษณาล่าสุดที่ชื่อว่า “สยามเคย์ยิ้ม” ซึ่งได้รับคัดเลือกเข้าร่วมโครงการ “ปิงส์...บางกอก”

และถึงวันนี้เขาได้พิสูจน์แล้วว่าความคิดเล็กๆ ในสื่อโฆษณาของเขาได้สร้างแรงบันดาลใจให้กับผู้คนมากมาย ทุกเพศทุกวัย

“ความคิดเล็กๆ” ของเขาได้รับรางวัลมาแล้วจากหลายสถาบัน รวมถึงภาพยนตร์โฆษณาล่าสุดที่ชื่อว่า “สยามเคย์ยิ้ม” ซึ่งได้รับคัดเลือกเข้าร่วมโครงการ “ปิงส์...บางกอก”

หน้าต่างแห่งความคิดสร้างสรรค์เปิดครั้งแรก เมื่อ ‘อนุรักษ์ จันทรดำ’ หรือแบงค์ เรียนอยู่ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 เขาเริ่มผลิตผลงานสื่อชิ้นแรกเป็นเว็บไซต์ และต้องการให้เว็บไซต์ของเขาไม่เหมือนใคร จึงถ่ายทำหนังสั้นใส่เข้าไปในเว็บเพื่อดึงดูดความสนใจให้คนคลิกเข้ามาชม หลังจากนั้นเขาก็ผลิตหนังสั้นมาตลอดและเริ่มปรับมาเป็นสื่อโฆษณา เพราะมองว่ายิงสื่อสารสั้นๆ ตรงประเด็นจะเข้าถึงและกระทบใจคนได้ง่ายกว่า

หลายปีที่เขารวมกลุ่มกับเพื่อนๆ ส่งผลงานหนังสั้นและโฆษณาเข้าประกวดหลายสถาบัน กระทั่งมาถึงโครงการ ‘ปิงส์...บางกอก’ ภายใต้แผนงานอุปถัมภ์เชิงรุกเพื่อสื่อศิลปวัฒนธรรมและกิจกรรมสร้างสรรค์ (สสส.) ซึ่งเปิดโอกาสให้เยาวชนไทยเสนอไอเดียเพื่อผลิตสื่อสร้างสรรค์เพื่อสังคมผ่านสื่อสมัยใหม่ไม่ว่าจะเป็น หนังสั้น แอนิเมชันโฆษณาในหัวข้อ ‘เปลี่ยนมุมมองประเทศไทย’

“จากช่วงเหตุการณ์ชุมนุมที่เกิดขึ้นในกรุงเทพมหานครกลางปี 2553 เราเลยมองไปที่เรื่อง ‘รอยยิ้ม’ เราเคยเป็นสยามเมืองยิ้ม แต่เรื่องราวต่างๆ ที่เกิดขึ้นทำให้รอยยิ้มเริ่มหายไป เลยคิดว่าน่าจะทำสื่อขึ้นมาสะกิดให้คนได้คิดตรงนี้”

ปิงส์
PINGS

นั่นคือที่มาของสื่อโฆษณาความยาว 1.30 นาทีที่มีชื่อว่า ‘สยามเคย์ยิ้ม’ เล่าเรื่องขายนักท่องเที่ยวชาวต่างชาติที่มาถามหา ‘สยาม’ กับคนไทยแต่คำตอบส่วนใหญ่ที่เขาได้กลับเป็นสิ่งที่เขาไม่ได้ต้องการที่จะตามหา เพราะทุกคนต่างทำหน้าที่บึงอารมณเสียใส่เขาด้วยความไม่เข้าใจจนกระทั่งเจอลุงชายของผู้หนึ่งได้มอบสิ่งที่เขาต้องการ...ก็คือรอยยิ้มของคนไทยที่จางหายไป

หลังจากโฆษณาชิ้นนี้ถูกนำเสนอสื่อออนไลน์ไม่ว่าจะเป็นในเว็บไซด์ YouTube เว็บไซต์ของโครงการปิงส์...บางกอก และเว็บบอร์ดต่างๆ มีคนเข้ามาชมกว่า 10,000 ครั้งและมีผู้ฝากความคิดเห็นเป็นจำนวนมาก และความคิดเห็นเหล่านั้นเองทำให้แบงค์และเพื่อนๆ ที่ร่วมผลิตโฆษณาชิ้นนี้รู้แล้วว่า ความคิดเล็กๆ ของเขาได้เข้าไปอยู่ในใจของหลายๆ คนแล้ว

“พีตแบคของคนที่ได้ดูมักจะบอกว่า จริงด้วยฉันก็เคยทำแบบนี้โดยไม่ตั้งใจ แต่เพราะอยู่ในอารมณ์ไม่ดี และโฆษณาเล็กๆ นี่ก็ทำให้เขา ได้ถูกคิด...ผมมองว่าสื่อโฆษณาช่วยเปลี่ยนประเทศให้น่าอยู่ได้นะครับ แม้อาจยังเปลี่ยนสังคมไม่ได้ตรงๆ แต่มันมีส่วนปลุกให้คนได้คิด แม้อาจยังไม่ถึงกับลุกขึ้นมาลงมือทำในวันนี้ แต่มันก็สะกิดใจเขาแล้ว ส่วนคนที่ทำเรื่องดีๆ อยู่แล้วก็จะได้ถือว่างานโฆษณาชิ้นนี้เป็นกำลังใจให้เขานั้นคือผลที่เราหวัง”

งานชิ้นนี้ แบงค์บอกว่าไม่มีทางสำเร็จได้ด้วยการทำงานคนเดียวดังนั้นสิ่งที่เขาให้ความสำคัญมากก็คือ “ทีมเวิร์ก” ซึ่งเขابอกว่ากุญแจสำคัญของการทำงานเป็นทีม คือ เปิดโอกาสให้คนอื่นได้แสดงความคิดเห็น

“หัวหน้าต้องเป็นผู้คุมงานที่ดี แต่ต้องรับฟังความเห็นคนในทีม ส่วนสมาชิกในทีมก็ต้องเป็นผู้ฟังที่ดี และกล้าเสนอความคิดเห็น”

ตอนนี้แบงค์กำลังศึกษาอยู่ชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีพระจอมเกล้าธนบุรี คณะวิทยาการคอมพิวเตอร์ประยุกต์-มัลติมีเดีย เป้าหมายในอนาคตนั้นชัดเจนและมุ่งมั่นคือการเป็นครีเอทีฟโฆษณา ด้วยความฝันจะใช้ความคิดเล็กๆ ของคนคนหนึ่ง สะกิดความคิดของคนมากมายในสังคมด้วยความหวังจะมีส่วนช่วยสร้างสังคมที่น่าอยู่ขึ้นบ้างไม่มากก็น้อย

“ผมคิดว่าถ้าคนเราทำหน้าที่ของตัวเองให้ดี ทำในสิ่งที่ทำได้ด้วยเจตนาดี สังคมก็จะน่าอยู่ขึ้นได้ อย่างผมทำสื่อได้ เข้าถึงวัยรุ่นได้ ผมก็อยากจะทำสื่อที่สร้างสรรค์ ไม่เป็นพิษเป็นภัย และทำให้คนหันมาถูกคิดถึงบางอย่างที่มองข้ามไป และหวังว่าจะ มีส่วนทำให้สังคมน่าอยู่ขึ้นนะครับ”



ลัดดาวัลย์ แก้วสว่าง

สตรีวัย 69
กับงานที่ไม่มีวันเกษียณ

ตอนอายุ 60 ปี ขณะที่ใครๆ ในวัยเดียวกันเริ่มเกษียณอายุ
จากการทำงาน สตรีผู้นี้ก็เกษียณจากชีวิตการเป็นครู
และผู้อำนวยการโรงเรียน...

ชื่อ

นางลัดดาวัลย์ แก้วสว่าง

อายุ

69 ปี

ตำแหน่ง

ผู้จัดการโครงการเข้าวัดวันอาทิตย์
ใกล้ชิดพระศาสนา

ภารกิจ

ทำให้วัดทั่วประเทศเปิดวัดวันอาทิตย์เพื่อ
เป็นพื้นที่สร้างสรรค์สำหรับครอบครัว

ผลงานที่ผ่านมา

อดีตครู-ผู้อำนวยการโรงเรียนหลายแห่ง,
ผู้ริเริ่มแนวคิด “โรงเรียนวิถีพุทธ”

คติการทำงาน

กับ “บุคคล” ต้อง ‘ยิ้มแย้มแจ่มใส ตั้งใจ
สนทนา เจรจาไพเราะ’
กับการ “ทำงาน” ต้อง ‘สร้างงาน สร้าง
คน และสร้างตนให้เป็นแบบอย่าง’





เปล่า...เธอไม่ได้ออกมาพักผ่อนหลังการทำงาน ยาวนานกว่าครึ่งชีวิตเหมือนคนอื่นแต่วัยเกษียณของเธอคือการเริ่มต้นงานใหม่ งานที่เธอบอกว่า จะ ‘เกษียณ’ จากมันก็ต่อเมื่อร่างกายนี้จะไม่รับใช้เธออีกแล้ว

‘อ.ลัดดาวัลย์ แก้วสว่าง’ กำลังจะมีอายุเข้า 70 ปี ในอีกไม่กี่เดือนข้างหน้า และปัจจุบันนี้เธอยังทำงาน 7 วันไม่มีวันหยุด โดยภารกิจของเธอคือการ ‘เปิด’ ประตูด่านทั่วประเทศ ให้ต้อนรับ และเป็นที่พักใจให้แก่ผู้คนในทุกๆ วันอาทิตย์

เดือนแล้วเดือนเล่าที่เธอออกเดินทางออกต่างจังหวัดไปยังวัดต่างๆ ทัวทั้ง 4 ภาคในทุกสุดสัปดาห์ เพื่อดูแลช่วยเหลือ และให้กำลังใจวัดที่เข้าร่วมในโครงการ ‘เปิดวัดวันอาทิตย์ ไกลชิดพระพุทธศาสนา’ ภายใต้การดูแลของมูลนิธิวัดปัญญานันทาราม ซึ่งได้รับการสนับสนุนจากสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) ตั้งแต่เริ่มต้นเมื่อปี 2551 มีจุดมุ่งหมายเพื่อสร้างให้วัดเป็นพื้นที่สร้างสรรค์ที่ครอบครัวจะสามารถมาใช้เวลาร่วมกันในวันอาทิตย์

เปิดวัดวันอาทิตย์มีความสำคัญอย่างไร เหตุใดเธอถึงบอกว่าเป็นภารกิจสำคัญที่ต้องทำในช่วงเวลาที่เหลือของชีวิต?

ต้องย้อนไปที่ความผูกพันของ อ.ลัดดาวัลย์ที่มีต่อวัดซึ่งเริ่มตั้งแต่จำความได้ ที่ได้ตามคุณตาเข้าวัดซึมซับความรู้สึกลงบ ร่มเย็น เป็นสุข และคำสอนทางพระพุทธศาสนาเป็นหลักดำเนินชีวิตมาจนโต เมื่อมาเป็นครู และเลื่อนตำแหน่งมาเป็นระดับผู้อำนวยการเธอได้นำปรัชญาพุทธมาใช้เป็นนโยบายการทำงานโดยตลอด และนั่นทำให้คิดทำโรงเรียนบ้านคลองบัว บางเขน ที่เป็นผู้อำนวยการอยู่ ให้กลายเป็น “โรงเรียนวิถีพุทธ” แห่งแรกจนประสบความสำเร็จ แนวคิดนี้ถูกนำไปใช้ในกระทรวงศึกษาธิการกระทั่งขยายออกไปเป็นนโยบายระดับประเทศในสมัยที่ ‘นางสิริกร มณีรินทร์’ เป็นรัฐมนตรีช่วยว่าการกระทรวงศึกษาธิการ

ในระหว่างนั้น อ.ลัดดาวัลย์ได้พิจารณาตัวเป็นลูกศิษย์หลวงพ่อบัณฑิตานันทิกุ หรือ พระพรหมมิ่งคลาจารย์ ช่วยงานอยู่เป็นเวลานานจนกระทั่งมีการก่อตั้งวัดปัญญานันทารามขึ้นโดยมีพระปัญญานันทมุนีเป็นเจ้าอาวาส อ.ลัดดาวัลย์ได้รับมอบหมายให้เป็นรองประธานมูลนิธิวัดปัญญานันทาราม และทำงานทุกอย่างเป็นการสืบทอดปณิธานของหลวงพ่อบัณฑิตานันทิกุ โดยเฉพาะเรื่องการเปิดวัดในวันอาทิตย์

“พอเกษียณอายุก็ยังไม่ใช่ว่าจะเหมือน
การเริ่มงานใหม่คือเข้ามาทำงานในวัด
เต็มตัว เป็นการทำงานอีกขาหนึ่งที่จะ
เติมเต็มให้งานที่ทำมาก่อนหน้านี้
สมบูรณ์เพราะ ‘วัด’ กับ ‘โรงเรียน’
เป็นปัจจัยคู่กัน เพราะพระและครูเป็น
ต้นแบบของคนด้านคุณธรรม
จริยธรรม แต่ทั้งสองแห่งนี้เป็นตัว
อย่างให้คนไม่ได้ บ้านเมืองเราก็จะเย็บ”

“เรารู้กันว่าคนปัจจุบันไม่ค่อยได้เข้าวัด เพราะ
สังคมมันเปลี่ยนแปลงไป ปกติแล้ววันพระมักจะ
ไม่ตรงกับวันหยุดเสาร์อาทิตย์ ดังนั้นคนที่จะเข้า
วัดวันพระได้ก็มีแต่คนที่ว่างงาน กับคนแก่ แต่
คนที่ทำงาน เป็นข้าราชการ หรือเด็กนักเรียนจึง
ไม่มีโอกาสได้ไปวัดเลย และถ้าคนยังห่างไกลวัด
สังคมก็น่าเป็นห่วง”

“แต่ถ้าเราบอกว่าอยากให้คนเข้าวัด วัดก็ต้องเปิด
ให้เข้าในวันที่คนหยุดงานตรงนี้หลวงพ่อบัญญา
นันทิกุลท่านตระหนักมานาน และได้เริ่มรณรงค์
เปิดวัดวันอาทิตย์ตั้งแต่ปี 2492 ที่วัดอุโมงค์ที่
ท่านเคยจำวัดอยู่และทำมาตลอดจนถึงวัดชลประ
ทานรังสฤษฎีของท่านและปณิธานนี้ก็สืบทอดไปถึง
วัดปัญญานันทาราม”

นี่คือเหตุผลที่ อ.ลัดดาวัลย์ ก้าวเข้ามาทำงานด้าน
นี้อย่างเต็มตัว และได้ร่วมกับ พญ.ผกา วราชาติ
ขยายเรื่องนี้ออกไปยังวัดอื่นๆ โดยริเริ่มโครงการ
“เปิดวัดวันอาทิตย์ โกลด์ชิตพระศาสนา” เริ่มต้น
80 วัด และปัจจุบันมีทั้งหมด 200 วัดทั่วประเทศ
ซึ่งในหลักการไม่ได้เพียงแต่ทำให้วัดเปิดประตู
ต้อนรับคนเท่านั้น แต่วัดต้องมีกิจกรรมที่น่าสนใจ
ใจสำหรับผู้ใหญ่ และสนุกสำหรับเด็กๆ เพื่อจะ
ทำให้ผู้ใหญ่อยากใช้วันหยุดเข้าวัด มากกว่าที่จะ
ไปเดินห้าง และเด็กๆ อยากมาวัดมากกว่าเข้า
ร้านเกม



ดังนั้นการทำโครงการนี้จึงไม่ได้เน้นที่ ‘จำนวนวัด’
ที่เข้าร่วมมากไปกว่าคุณภาพที่จะเกิดขึ้น โดย
ทุกวัดที่เข้าร่วมโครงการจะต้องเข้ามาอบรมเชิง
ปฏิบัติการเพื่อทราบความสำคัญ และวัตถุประสงค์
ที่แท้จริงของการเปิดวัดวันอาทิตย์รวมถึงวิธีการ
กิจกรรมที่สามารถนำไปปรับให้เข้ากับบริบท
และวัฒนธรรมในท้องถิ่น

“หลังการอบรม 2 วัน 3 คืน แต่ละวัดก็จะกลับ
ไปเปิดวัดวันอาทิตย์ของท่านเอง แต่นั่นไม่ได้หมายความว่า
เราหมดหน้าที่ เพราะงานสำคัญยังมีต่อ
คือเราต้องออกไปเยี่ยมเยียนท่านถึงวัด เพื่อติดตาม
ผลและที่สำคัญคือให้กำลังใจ รับฟังปัญหา
และช่วยเหลือ มีบางวัดที่พระท่านท้อแท้เราก็จะ
ใช้วิธีจัดกิจกรรมแลกเปลี่ยนเรียนรู้ เพื่อให้เห็น
ตัวอย่างดีๆ ของแต่ละวัดอย่างที่วัดสกลีน จ.ลำปาง
มีพระเพียงรูปเดียว ท่านไม่เพียงทำให้คนมาเข้า
วัด แต่ยังสามารถรวบรวมใจของชุมชนมาทำผาย
กันน้ำได้เป็นร้อยๆ ท่านทำได้อย่างไรเมื่อได้ฟัง
ก็จะทำให้พระท่านมีกำลังใจมากขึ้น”

โครงการนี้ได้รับความนิยมสำเร็จได้ อ.ลัดดาวัลย์บอกว่า
ปัจจัยที่สำคัญที่สุดคือการดูแล ติดตามผล เป็น
เพื่อนร่วมทางไปตลอดไม่ทอดทิ้งให้เป็นไปตาม
ยถากรรม ถ้ามีอุปสรรคตรงไหน เธอจะเข้าไป
ช่วยเหลือทุกอย่าง แม้การเรียกประชุมชุมชนให้
ก็เคยมาแล้ว

แม้จะทำงาน 7 วัน แต่ อ.ลัดดาวัลย์บอกว่า
ความสุขใจทำให้รู้สึกเหมือนว่าไม่ได้ทำงาน แต่
เป็นการใช้ชีวิตตามปกติ ตอนนี้อายุ 69 ปี แต่
ไม่เคยคิดว่าตัวเองอายุมาก ไม่เคยมีสักวันที่รู้สึก
เบื่อ ไม่เคยป่วย ไม่มีโรคภัยร่างกายยังคงรับใช้
เธออย่างดี แสดงให้เห็นว่าบุญทำให้มีความสุข
มีร่างกายดี แต่ก็ต้องใช้ชีวิตอย่างถูกต้องด้วยส่วน
ด้านจิตใจก็ต้องฝึก ด้วยการอ่านหนังสือธรรมะ
แล้วนำมาปฏิบัติในชีวิตประจำวัน

กิจวัตรของ อ.ลัดดาวัลย์ จะตื่นตั้งแต่ตี 4 ขึ้น
มาสวดมนต์เป็นประจำ และออกกำลังกายด้วย
การเดินรอบหมู่บ้าน กลับมาใส่บาตรก่อนจะเริ่ม
กิจกรรมใดๆ ในทุกวัน เธอบอกว่าเรื่องแบบนี้
เล่าให้คนอื่นฟังแล้วอาจดูเหมือนมาก ทำยากแต่
เธอไม่รู้สึกลำบาก เพราะไม่ใช่กิจที่ผิดทำ แต่ทำ
จนเป็นวิถีชีวิตปกติมาตลอดชีวิต

หากถามถึงเป้าหมายในการทำงานของในตอน
นี้ เธอตอบทันทีว่า คือการทำให้วัดกว่า 30,000
วัดทั่วประเทศได้ลุกขึ้นมาเปิดวัดวันอาทิตย์ มี
ความเข้มแข็ง และดูแลชุมชนได้

“ทำอย่างไรคนจะจูมมือครอบครัวมาเข้าวัด มาช่วย
กันสร้างสังคมเล็กๆ ที่น่าอยู่ มีการช่วยเหลือกัน
แบ่งปันกัน ทั้งความคิด การกินอยู่ และเมื่อ
สังคมเล็กๆ ทุกหย่อมดี สังคมใหญ่ๆ ก็จะได้
ขึ้น นี่คือการหวังว่าความเปลี่ยนแปลงเล็กๆ
จะขยายออกไปทั่วประเทศ และก็เชื่อว่าจะเป็น
ไปได้จริงๆ” 🙏

นพ.ธนะพงศ์ จันวงษ์

ภารกิจช่วยชีวิตบนท้องถนน

ลองเอ่ยชื่อนักวิชาการที่ทำงานด้านอุบัติเหตุทางถนน หนึ่งในนั้นย่อมต้องมีชื่อ 'นพ.ธนะพงศ์ จันวงษ์' จากหมอที่เคยทำงานเรื่องโรคเอดส์ผู้นี้ก็เลยมาทำงานด้านอุบัติเหตุทางถนนได้อย่างไร



ชื่อ

นายแพทย์ธนะพงศ์ จันวงษ์

ตำแหน่งปัจจุบัน

- ผู้จัดการกลุ่มแผนงานการพัฒนา
ระบบข้อมูลสารสนเทศและการ
จัดการความรู้ด้านอุบัติเหตุการ
จราจร สสส.
- ผู้จัดการแผนงานศูนย์วิชาการเพื่อ
ความปลอดภัยทางถนน (ศวปถ.)
มูลนิธิสาธารณสุขแห่งชาติ
- นายแพทย์ 8 หัวหน้ากลุ่มงาน
เอดส์ สำนักงานป้องกันควบคุม
โรค ที่ 5 นครราชสีมา

โจทย์การทำงาน

สร้างระบบแก้ปัญหาอุบัติเหตุทางถนน
ที่มีกลไกรองรับให้พัฒนาไม่หยุดนิ่ง
แก้ปัญหาได้จริงในระยะยาว

งานอดิเรก

อ่านหนังสือและเล่นแบดมินตันกับลูก ๆ

จากแพทย์ประจำสำนักงานป้องกันควบคุมโรคที่ 5 จังหวัดนครราชสีมา ทำงานหลักๆ เกี่ยวกับโรคเอดส์ในจังหวัด กระทั่งปี 2548 เขาถูกชวนไปให้ข้อเสนอแนะเชิงวิชาการเรื่องอุบัติเหตุในเวทีประชุมแห่งหนึ่ง และฉวยแววจนทำให้คณะทำงานวิชาการสนับสนุนการป้องกันและแก้ไขปัญห อุบัติเหตุระดับจังหวัด (สอจร.) ขวนมาเป็น ‘พี่เลี้ยง’ ให้คำปรึกษาด้านกระบวนการ แนวคิด และแผนงานในโครงการสนับสนุนการแก้ปัญห อุบัติเหตุในจังหวัดนาร่อง และก้าวสู่ตำแหน่ง หัวหน้าภาคอีสานในปีถัดมา

ความเป็นนักคิดที่สามารถวิเคราะห์ข้อมูลอย่างลึกซึ้งรอบด้านทำให้ นพ. ธนะพงศ์ ได้รับการเชื้อเชิญให้ดำรงตำแหน่งผู้จัดการกลุ่มแผนงานการพัฒนาาระบบข้อมูลสารสนเทศและการจัดการความรู้ด้านอุบัติเหตุการจราจรของ สสส. ควบคู่ไปกับตำแหน่งบริหารที่ศูนย์วิชาการเพื่อความปลอดภัยทางถนน (ศวปถ.) มูลนิธิสาธารณสุขแห่งชาติ เพื่อดำเนินงานสอดคล้องกับแผนงานวิชาการเพื่อความปลอดภัยทางถนนปี 2550 ที่เกิดขึ้นจากเวทีสัมมนาอุบัติเหตุระดับชาติในปีเดียวกัน

“ทั้งเรื่องโรคเอดส์และอุบัติเหตุทางถนนล้วนเป็นปัญหาเบอร์ต้นๆ ของประเทศทั้งคู่มีความเหมือนคือเป็นโรคที่เป็นปัญหาสังคม เป็นสาเหตุการตายแรกๆ ของคนไทย และเป็นโรคซับซ้อนที่เกี่ยวกับหลายเหตุปัจจัย ส่วนความต่างก็คือ เรื่องโรคเอดส์มีมิติที่ซับซ้อน เพราะมีเรื่องเพศ การติตรา ทำให้เรื่องเพศไม่ถูกเอามานำเสนอตรงๆ บนเวทีส่วนเรื่องอุบัติเหตุมีความท้าทายตรงที่มีผู้มีส่วนเกี่ยวข้องเยอะมากทั้งคนทำงานด้านถนน รถ คน การบังคับใช้กฎหมาย ซึ่งที่ผ่านมาแต่ละส่วน ต่างคนต่างทำ ดังนั้นบทบาทที่เราจะเข้าไปเชื่อม ดึงการมีส่วนร่วมบนฐานความรู้จึงเป็นโจทย์สำคัญ และท้าทายมาก”

ผลงานในปีแรกภายใต้แผนงานการพัฒนาาระบบข้อมูลสารสนเทศและการจัดการความรู้ด้านอุบัติเหตุจราจรเน้นประเด็นเร่งด่วนและขับเคลื่อนนโยบายสาธารณะโดยใช้ความรู้ได้แก่มอเตอร์ไซด์ พฤติกรรมเสี่ยงหลัก (เช่น ขับรถเร็ว ง่วง เมาแล้วขับ) การเพิ่มบทบาทภาคีท้องถิ่น การเตรียมการส่งเสริมระบบขนส่งสาธารณะ การส่งเสริมให้มีหลักสูตรการเรียนการสอน และจัดตั้งศูนย์วิชาการ

ทั้งเรื่องโรคเอดส์และอุบัติเหตุทางถนนล้วนเป็นปัญหาเบอร์ต้นๆ ของประเทศทั้งคู่มีความเหมือนคือเป็นโรคที่เป็นปัญหาสังคม เป็นสาเหตุการตายแรกๆ ของคนไทย

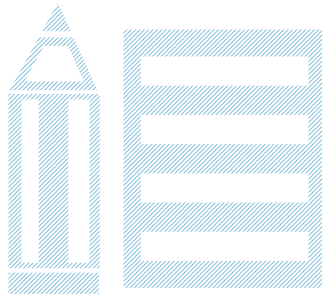


ผลผลิตของข้อมูลที่เข้มข้นบนพื้นฐานที่แข็งแกร่ง คือความสำเร็จระดับประเทศในปีต่อมา เมื่อเชิญ นายกรัฐมนตรีเป็นองค์ปาฐกบนเวทีสัมมนาอุบัติเหตุแห่งชาติ ให้คำมั่นผลักดันอุบัติเหตุให้เป็นวาระแห่งชาติ จนเข้าสู่คณะรัฐมนตรีเมื่อ 29 กันยายน 2552 เพื่อจัดทำแผนแม่บทศูนย์อำนวยการความปลอดภัยทางถนน (2552 - 55) แผนแม่บทแห่งชาติดังกล่าวถือเป็น “จุดเปลี่ยน” ประเทศไทยด้าน อุบัติเหตุจราจร ควบคู่ไปกับการประกาศ “ทศวรรษ แห่งปฏิบัติการเพื่อความปลอดภัยบนท้องถนน” (Decade of Action for Road Safety) โดย สหประชาชาติในเดือนพฤศจิกายน ณ กรุงมอสโก เรียกร้องให้ทุกประเทศร่วมแรงใจช่วยกันลดอัตราการตายจากอุบัติเหตุลงอย่างน้อยครึ่งหนึ่งภายใน 10 ปีข้างหน้า

ด้วยความเป็นแพทย์ ทำให้ นพ. ณะพงศ์ ให้น้ำหนักกับเรื่อง “ความรู้” เป็นสำคัญเขาสนใจศึกษา ปัญหาแบบเจาะลึก โดยให้ความสำคัญกับการสืบสวนอุบัติเหตุ หรือ Accident Investigation ในการทำงานเพื่อนำไปสู่ความเข้าใจจากเหง้าปัญหาที่แท้จริง

แต่โจทย์แรกของการแก้ปัญหาอยู่ที่ทัศนคติของคนไทยที่จะต้องปรับเปลี่ยน จากที่เคยมองว่า อุบัติเหตุที่เกิดขึ้นข่าวให้ได้ยินทุกวันเป็นเรื่อง ‘ชาชิน’ โชคชะตา คราวเคราะห์ ให้มองเสียใหม่ว่า อุบัติเหตุเหล่านั้นมีเหตุปัจจัยที่สามารถ ‘ป้องกันได้’ ทั้งสิ้น

“การที่คนเรามองอุบัติเหตุอย่างชาชิน ทำให้ทุกวันนี้ทั้งที่อุบัติเหตุทางถนนมีคนตายปีละ 12,000 คน สูงกว่าคนตายจากอาชญากรรมถึง 4 เท่าแต่การ ให้นำหนักที่คนพูดถึงกลับน้อยกว่ามาก อะไรทำให้คนมองเรื่องอุบัติเหตุอย่างหมดหวัง และคิดว่า ‘ก็ทำได้แค่นี้แหละ’ แต่ถ้าเราลองมองดีๆ ที่ต่างประเทศบางประเทศเขาลดอุบัติเหตุได้ เช่นที่อังกฤษ



ซึ่งมีประชากรพอๆ กับเรากลับมีการตายจากอุบัติเหตุปีละ 3,200 คนเท่านั้น แปลว่าปัญหานี้ป้องกันได้ใช่ไหม”

ถ้าหากเราเปลี่ยนวิธีคิด ว่าอุบัติเหตุป้องกันได้ คนเชื่อว่านั่งรถตู้ปลอดภัยได้ จะทำให้เรามองเห็นความสำคัญของการสร้าง ‘ระบบความปลอดภัย’ ให้เกิดขึ้นเพื่อป้องกันเหตุเหล่านั้น นำสู่โจทย์ต่อมาคือการทำให้แต่ละเรื่องที่เกี่ยวข้องกับอุบัติเหตุ ถูกแก้ปัญหาด้วยการสร้างระบบที่มีเจ้าภาพดูแลต่อเนื่อง มีผู้รับผิดชอบ มีนโยบาย มีหน่วยรองรับ มีงบประมาณและระบบติดตามกำกับ หากกลไกเหล่านี้เกิดขึ้น ทำให้เกิดการพัฒนาน่าไม่หยุดนิ่ง ไม่ใช่เพียงข่าวตามกระแสและเจียบหาย

ขณะเดียวกันก็ไม่อาจมองข้ามบทเรียนที่ทำทนายจากองค์กรอนามัยโลก ที่ระบุว่าข้อมูลอุบัติเหตุทางถนนจำนวนมาก แต่ถูกนำมาวิเคราะห์และนำเสนอเพียง 30 - 40% ยิ่งนำไปใช้ประโยชน์จริงก็ยิ่งน้อย เพียง 10% เท่านั้น

ท่าอย่างไรข้อมูลและองค์ความรู้ที่มีอยู่จะถูกนำมาวิเคราะห์ และ Action ต่อ ดังนั้นกฎเกณฑ์สำคัญคือการจัดการให้ความรู้สู่กระบวนการขับเคลื่อนโดยทุกฝ่ายมีส่วนร่วม

“การแก้ปัญหาเรื่องอุบัติเหตุต้องอยู่บนฐานความรู้ ไม่เช่นนั้นเราก็ทำไปเรื่อย ๆ ปัญหาที่จะวนกลับมาที่เดิม ดังนั้นสิ่งสำคัญคือการบริหารจัดการความรู้ เอาความรู้ไปให้กับฝ่ายที่เกี่ยวข้องต่างๆ หันกลับมามองปัญหา และวางแผนอย่างที่มีนัยจะเป็น”

ในแง่ส่วนตัว นพ.ณะพงศ์ เป็นคนรักครอบครัว เขามักทำตัวเป็นแบบอย่างที่ดีมาให้กับลูกๆ ด้วยการไม่ขับรถเร็วเกิน 100 กิโลเมตรต่อชั่วโมง แม้ทำงานหนักทุกวันจนแทบไม่มีเวลาอ่านหนังสือเล่มโปรด คุณหมอจะกลับโคราชทุกสัปดาห์ โดยจะอยู่ทำงานในกรุงเทพฯ ประมาณ 3 วันเท่านั้น เพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันแก่ต้นกล้าน้อยวัย 12 ขวบ และ 9 ขวบ

ความฝันของเขาก็คือ สักวันหนึ่งคนเราจะไม่มองเรื่องอุบัติเหตุเป็นแค่ตัวเลข แต่รู้ลึกว่ามันคือเรื่องใกล้ตัว และทุกตัวเลขในสถิติการตายบนท้องถนนล้วนมีชีวิตอยู่เบื้องหลังทั้งสิ้น จากนั้นทุกฝ่ายก็จะลุกขึ้นมาทำงานบนพื้นฐานของความรู้เพื่อแก้ปัญหา อย่างจริงจังจนได้ความเชื่อที่ว่า “อุบัติเหตุป้องกันได้”

และจากจุดนั้นเอง ประเทศไทยกำลังเปลี่ยนไปในทางที่ดีขึ้นแล้ว... 



Happy News



2 การวางแผนรัก “UP TO ME”

ช่วงวาเลนไทน์ที่ผ่านมา สสส. ร่วมกับกระทรวงศึกษาธิการ และ องค์การแพธเปิดตัวโครงการ “UP TO ME” ซึ่งเป็นตัวอย่างกิจกรรมการพัฒนาทักษะชีวิตของเยาวชนในเรื่องเพศและป้องกัน การตั้งครรภ์ในวัยรุ่น โดยคาราวาน UP TO ME จะตระเวนไปตามโรงเรียนต่างๆ เพื่อฉายภาพยนตร์สั้นสลับกับกิจกรรมเสริมสร้างทักษะการคิดวิเคราะห์ และตัดสินใจในสถานการณ์ต่างๆ รวมทั้งการค้นหาทางเลือกที่รอบด้านในการป้องกัน และการแก้ไขสถานการณ์ที่ไม่พร้อมผ่านการแสดงความเห็นเกี่ยวกับตัวละครที่สะท้อนวิถีของวัยรุ่น และผู้ใหญ่ที่เกี่ยวข้อง และกิจกรรมเสริมความรู้ เช่น การทำแบบทดสอบ Sex Quiz การจำลองเป็นคนท้องกิจกรรมนี้สำเร็จแล้วในเขตพื้นที่การศึกษา 242 แห่ง ใน 22 จังหวัด โดยหวังให้ขยายผลต่อไปยังสถานศึกษาอื่นๆ ให้มีการสอนเพศศึกษาแก่เยาวชนในทุกระดับชั้นซึ่งจะเป็นเกราะป้องกันที่สำคัญของเยาวชนในระยะยาวโดยชมหนึ่งสั้น UP TO ME ได้ทางเว็บไซต์ Lovecarestation.com

กินน้ำมันหมู เสี่ยงหลอดเลือดหัวใจตีบ

หลังจากการประกาศขึ้นราคาน้ำมันพืช ผู้บริโภคบางส่วนจึงหันไปใช้การเจียวน้ำมันจากมันหมูปรุงอาหารแทน ทว่าไม่รู้ว่ากำลังเสี่ยงต่อโรคร้ายเพราะน้ำมันหมูประกอบด้วยกรดไขมันชนิดอิ่มตัวที่ทำให้คอเลสเตอรอลในเลือดสูงโดยเดือนที่ผ่านมา สสส. ออกมาเผยผลสำรวจพบว่าคนกรุงเทพฯ 50% มีคอเลสเตอรอลสูงกว่าค่ามาตรฐาน คือ เกิน 200 มิลลิกรัมต่อเดซิลิตร และเมื่อเกิดโรคขึ้นแล้วก็ไม่หายขาด ดังนั้นการป้องกันโรคจึงน่าจะเป็นหนทางที่ดีที่สุด เพราะนอกจากน้ำมันหมู ยังมีน้ำมันทางเลือกอื่นอีกจำนวนมากซึ่งดีต่อสุขภาพ เช่น น้ำมันกรดไขมันไม่อิ่มตัวชนิดโมโน เป็นกรดไขมันชนิดที่ไม่เพิ่มคอเลสเตอรอลในเลือด พบมากในน้ำมันแล้วจะก่อกพบนานกลาง ในน้ำมันถั่วเหลือง น้ำมันข้าวโพด และน้ำมันดอกทานตะวัน และน้ำมันกรดไขมันไม่อิ่มตัวชนิดโพลี เป็นกรดไขมันชนิดดีปานกลางเช่น กรดไลโนเลอิกซึ่งจะช่วยลดระดับคอเลสเตอรอลในเลือดลงได้บ้างมีในน้ำมันรำข้าวพอสสมควร อย่างไรก็ตามน้ำมันปรุงอาหารหลายยี่ห้อที่ขายในประเทศไทยเป็นน้ำมันผสม ดังนั้น ก่อนซื้อผู้บริโภคควรพิจารณาดูส่วนผสมที่ฉลากด้วย

1 บ้านใจดี

นอกจากผู้สูงอายุที่เพิ่มขึ้นเป็น 10% ของประชากรไทยตั้งแต่ปี 2552 แล้วประเทศไทยยังมีผู้พิการอีกกว่า 2 ล้านคน ซึ่งจำเป็นต้องดูแลให้มีคุณภาพชีวิตที่ดี สสส. จึงจับมือสถาปนิกสยาม-กทม.-สวรส. เตรียมพร้อมสังคมไทยเข้าสู่ยุคผู้สูงวัยด้วยการสนับสนุนสถาปนิกรุ่นใหม่ออกแบบอาคารรองรับผู้สูงอายุ-คนพิการในงาน “การออกแบบเพื่อคนทั้งมวล Universal Design เป็นประโยชน์ต่อคนทั้งประเทศ” ในงานสถาปนิก 54 เมื่อต้นเดือนกุมภาพันธ์ โดยจากผลการสำรวจสุขภาพประชาชนไทย พบว่าสถานที่เสี่ยงที่พึงระวังของผู้สูงอายุ คือ สถานที่ทำงาน กับบริเวณนอกบ้าน ซึ่งผู้สูงอายุระหว่าง 60-69 ปี ร้อยละ 60 มักหกล้มหรือประสบอุบัติเหตุในที่ทำงาน และในกลุ่ม ผู้สูงอายุ 80 ปีขึ้นไป มักจะประสบอุบัติเหตุภายในบริเวณบ้าน ทำให้เกิดอาการกระดูกหักและภาวะแทรกซ้อนที่เป็นอันตรายอื่น โครงการ “บ้านใจดี” และ “อาคารใจดี” จึงเป็นจุดเริ่มต้นอย่างเป็นรูปธรรมในการสร้างสภาพแวดล้อมรอบตัวไม่ว่าจะเป็นที่บ้าน สถานที่สาธารณะ ที่เอื้อให้ทุกคนเกิดความเท่าเทียมในการอยู่ร่วมกันในสังคม

3 วัยรุ่นในชุมชนแออัด ไม่ใช่ถุงยาง

ในงาน “Story of love” รักออกแบบได้ จัดโดย สสส. เมื่อวันที่ 13 กุมภาพันธ์ ณ ลานดิจิทัล gate way สยาม มีการเปิดเผยผลวิจัย สสส. พบวัยรุ่นสาวอายุ 15-20 ปี ในชุมชนแออัดในกรุงเทพฯ เริ่มมีเพศสัมพันธ์ครั้งแรกอายุเฉลี่ย 15.8 ปี อายุต่ำสุดที่มีเพศสัมพันธ์คือ 13 ปี และอายุเฉลี่ยของบุคคลที่มีเพศสัมพันธ์ด้วยคือ 18 ปี โดยการมีเพศสัมพันธ์ครั้งแรกจะไม่มีความจริงใจในความสัมพันธ์ และ มีการใช้ถุงยางอนามัยเพียง 50.8% และ 38.6% ไม่คุมกำเนิดส่วนมารดาในชุมชนแออัดก็มีความเข้าใจไม่ถูกต้องเกี่ยวกับการคุมกำเนิดมากกว่า 74.5% และส่วนใหญ่รู้สึกว่าการคุยเรื่องเพศกับบุตรสาวเป็นเรื่องน่าอายไม่ควรพูดคุยอย่างเปิดเผย จากการศึกษาวิจัยพบว่าควรมีการปรับเปลี่ยนเจตคติในการเสริมสร้างทักษะ ในการสื่อสารระหว่างบุตรสาวกับมารดาในเรื่องเพศโดยผ่านช่องทางสื่อสารที่แพร่หลาย เช่น โทรศัพท์ ร่วมกับการปรับเปลี่ยนรูปแบบการให้บริการที่เน้นการมีส่วนร่วมของมารดาและบุตรสาว การจัดทำหลักสูตรและคู่มือเพื่อพัฒนาทักษะของมารดาและบุตรสาวในการสื่อสารเรื่องเพศโดยใช้สื่อการสอนที่เน้นการเรียนรู้ด้วยตนเอง

5 ดีไซน์บิงส์ ชุมชนบิงส์

“บิงส์” โดยแผนงานทุนอุปถัมภ์เชิงรุกเพื่อสื่อศิลปวัฒนธรรมและ กิจกรรมสร้างสรรค์ สสส. ร่วมกับ นิตยสาร art4d ขานเยาวชนรุ่นใหม่ อายุ 15-25 ปี ที่มีใจรักการออกแบบ เข้าร่วมประกวดการออกแบบ เพื่อชุมชนในโครงการ “ดีไซน์บิงส์ชุมชนบิงส์” เพื่อนำการออกแบบ ไปพัฒนาชุมชนในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑลให้มีความเปลี่ยนแปลง อย่างสร้างสรรค์และยั่งยืน ผู้ผ่านเข้ารอบสุดท้าย 10 ทีม จะได้รับทุนสนับสนุน ในการทำผลงานต้นแบบ แต่จะมีรางวัลชนะเลิศเพียง 1 รางวัล เท่านั้นที่จะได้รับ เงินรางวัลจำนวน 100,000 บาท เพื่อผลิตเป็นผลงานจริงในชุมชน

ผู้สนใจต้องจัดทำทีมละไม่เกิน 3 คน ส่งใบสมัครข้อมูลสมาชิกในทีม รายละเอียดโครงการไม่เกิน 1 หน้า A4 ภาพสเก็ตช์ต้นแบบของงานที่จะปรับปรุง ขนาด A4 ภาพสเก็ตช์หรือภาพถ่ายที่เกี่ยวข้องกับโครงการ 5-10 ภาพ พร้อม คลิปวิดีโอเกี่ยวกับโครงการและแนวคิดในการออกแบบที่ต้องการนำเสนอความ ยาวไม่เกิน 3 นาทีใน youtube มาที่ นิตยสาร art4d เลขที่ 81 สุขุมวิท 26 แขวงคลองตัน เขตคลองเตย กรุงเทพฯ 10110 หรือ ทางอีเมลที่ HYPERLINK “mailto:designhero@art4d.com” designhero@art4d.com ภายในวันที่ 8 กรกฎาคม 2554

20 ทีมที่ผ่านการคัดเลือก จะได้รับการอบรมเชิงปฏิบัติการเป็นเวลา 3 วัน 2 คืน ระหว่างวันที่ 12-14 สิงหาคม 2554 ณ The Style by TOYOTA สยามสแควร์ โดยมีนักออกแบบจาก art4d สถาปนิก มัณฑนากร นักออกแบบ ภายใน นักออกแบบชุมชน นักนิเวศน์ชุมชน กราฟฟิกดีไซน์ สถาปัตยกรรม ชุมชน มืออาชีพเป็นที่ปรึกษา



6 แร่ใยหิน ทำคนไทยป่วยมะเร็งอื้อ

อันตรายใกล้ตัวที่บางทีเราอาจไม่รู้ตัว คือ ‘แร่ใยหิน’ ที่ใช้เป็นองค์ประกอบของสินค้า ก่อสร้างชนิดต่างๆ แผนงานคุ้มครองผู้บริโภคด้านสุขภาพ สสส. มูลนิธิเพื่อผู้บริโภค และ สคบ. จึงได้ร่วมกันลงนามในบันทึกข้อตกลงความร่วมมือการควบคุมแร่ใยหิน เนื่องจาก สคบ. ได้มีประกาศคณะกรรมการว่าด้วยฉลาก ฉบับที่ 27 และฉบับ ที่ 29 เรื่อง ให้ผลิตภัณฑ์ที่มีส่วนประกอบของแร่ใยหินเป็นสินค้าที่ควบคุมฉลาก ถือเป็นเรื่องสำคัญเร่งด่วนที่ต้องมีการดำเนินการอย่างจริงจัง และนำไปปฏิบัติให้เกิด เป็นรูปธรรม แร่ใยหินเป็นสารก่อมะเร็ง ที่ 52 ประเทศเลิกใช้ขณะที่ไทยกลับเข้ามา เป็นอันดับ 2 ของโลก โดยใช้เป็นส่วนประกอบของผลิตภัณฑ์ต่างๆ เช่น กระเบื้อง มุงหลังคา กระเบื้องยาง เบรก คลัตช์ ไม้ฝา ท่อน้ำ คาดว่าในอนาคตอันใกล้ ประเทศไทยจะมีผู้ป่วยมะเร็งเยื่อหุ้มปอดจำนวนมากกว่าพันรายต่อปี



7 ทมอพิษชวนสิงห์ทอมควันเลิกบุหรี่

ศูนย์วิจัยความสุขชุมชน (เอแบคโพล) เผยผลสำรวจพบว่าสิงห์ทอม ควันเกือบร้อยละร้อยรู้ว่าบุหรี่ทำให้ปากเหม็น ฟันเหลือง เหงือกคุด ล้า เสียงเกิดเมะเร็งในช่องปาก และการสูญเสียฟัน แต่ก็ยังสูบ แต่คนที่จะมีสิทธิพล พุดให้เหล่านักสูบเลิกบุหรี่ได้ก็คือ “ทันตแพทย์” กลุ่มตัวอย่างเกินครึ่งคือ 55.1% เห็นว่าทันตแพทย์ช่วยให้คน เลิกบุหรี่ได้ และในกลุ่มผู้สูบบุหรี่ 89.7% ยินดีรับ ฟังคำแนะนำเลิกบุหรี่ระหว่างการรักษาฟันทันตแพทย์สมาคมฯ ซึ่งเป็นส่วนหนึ่ง ของเครือข่ายวิชาชีพสุขภาพเพื่อสังคมไทยปลอดบุหรี่จึงร่วมกับ สสส. จัดประชุม วิชาการทันตแพทย์สมาคมแห่งประเทศไทยในพระบรมราชูปถัมภ์ ประจำปี 2553 เพื่อสร้างความร่วมมือกลุ่มทันตแพทย์ให้ความรู้ประชาชน ได้ตระหนักพิษภัยของ บุหรี่ และช่วยเลิกบุหรี่ เมื่อวันที่ 15 ธันวาคมที่ผ่านมา โดยผู้ที่สนใจเลิกบุหรี่ สามารถปรึกษาได้ที่คลินิกทันตกรรม ของศูนย์บริการ สาธารณสุขสังกัด กทม. 70 แห่งทั่ว กทม.และคลินิกทันตกรรมในโรงพยาบาล 8 แห่ง คือ รพ.กลาง รพ.ตากสิน รพ.เจริญกรุงประชารักษ์ รพ.สิรินธร รพ.ราชพิพัฒน์ รพ.ลาดกระบังกรุงเทพ รพ.เวชการุณรัศมี และ รพ.หลวงพ่อดำศักดิ์

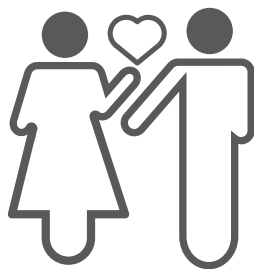
10

เรื่องเด่นเปลี่ยนประเทศไทย



2

108 หนังสือดี
สู่มหานครแห่งการอ่าน



3

“สิ่งเล็กๆที่เรียกว่ารัก”
บนนิทรรศการสุขภาวะทางเพศ

4



เจ้าภาพจัดประชุมสุขภาพโลก
ก้าวที่แกร่งของไทย



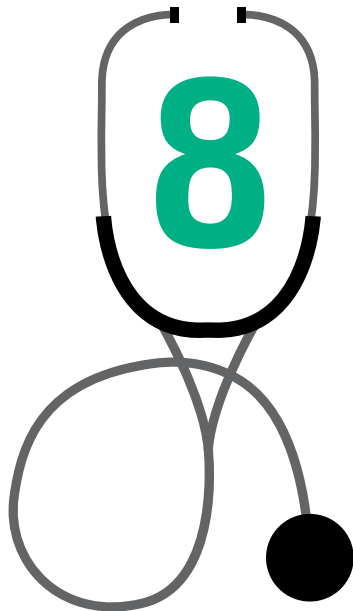
800 ล้านวัด
800 ล้านเรียนรู้



5

สิทธิการรักษาพยาบาลคนชายขอบ
ความเท่าเทียมที่ต้องทวงคืน

6 แกะรอยสีนามิโมเดล พลังจิตอาสารับมือ โลกเปลี่ยน



จาก รพ.สต. ตู้ อโรคยาเรียมลิตี
2 พลังสร้างชุมชนสุขภาพดี

7 สื่อโฆษณา... สุขภาพดี

Photoboard

PRODUCT: สสส., ไร่เกลือ-แฉ่ง
TITLE: ไร่เกลือ-แฉ่ง

LENGTH: 30/15 Sec.



โฆษณา : ปีไหนเมื่อไหร่จะเป็น
ขอรับวิทยุชุมชน

ผู้ขาย 1 : พณีสถิตพระดีมี



ผู้ขาย 2 : กู๋ ปู่



ผู้ขาย 3 : นม



ผู้ขาย 4 : ทางบกขาคืน ทางบกขาคาว



ผู้ขาย 5 : ไร่เกลือ-แฉ่ง



กลุ่มวิทยุชุมชน ไร่เกลือ-แฉ่ง



ผู้ขาย 6 : ไร่เกลือ-แฉ่ง



โฆษณา : ไร่เกลือ-แฉ่ง
Super : ไร่เกลือ-แฉ่ง
ผลิตภัณฑ์ : 1413



ความสุขแบบยั่งยืน
ฉบับ “ปากพูน”



10 เปิดฉาก
“ทศวรรษความปลอดภัยทางถนน”

800 ลานวัด 800 ลานเรียนรู้

เหตุเริ่มที่...คนไทยไปวัดน้อยลง

ผลสำรวจของสำนักพุทธศาสนาแห่งชาติพบว่า ในปี 2553 มีจำนวนวัดทั้งสิ้น 37,000 วัด โดย 1 ใน 7 ของวัดที่มีอยู่เป็นวัดร้างมากถึง 5,000 แห่ง เพราะขาดเจ้าอาวาสและพระจำพรรษา

ปกติแล้ววันพระมักจะไม่ตรงกับวันหยุดเสาร์อาทิตย์ ดังนั้นในสังคมไทยปัจจุบัน ผู้ที่สามารถเข้าวัดวันพระได้ก็คือคนวัยเกษียณ คนที่ไม่ได้ทำงาน หรือคนที่ว่างจริงๆ แต่คนที่ไม่เคยได้เข้าวัดเลยก็คือข้าราชการ พนักงานบริษัท ครู เด็กๆ



‘ลัดดาวัลย์ แก้วสว่าง’ ผู้จัดการโครงการเปิดวัดวันอาทิตย์ โกลด์ชิดพระศาสนา สสส. เล่าถึงที่มาของความพยายามเปิดวัดวันอาทิตย์ ว่า ย้อนไปเมื่อ 60 กว่าปีก่อน เจ้าคุณพระพรหมมิ่งคลาจารย์ หรือ หลวงพ่อปัญญาบันทิกขุ แห่งวัดชลประทานรังสฤษฎ์ เล็งเห็นปัญหาอุปสรรคข้างต้นที่ทำให้คนต่างไกลวัดออกไปทุกที ท่านจึงเริ่มเปิดวัดที่ท่านจำพรรษาในขณะนั้น เชิญชวนคนมาฟังธรรมทุกวันอาทิตย์ ซึ่งเป็นวันหยุดราชการและวันหยุดของประชาชนทั่วไป

เมื่อท่านได้รับนิมนต์มาเป็นเจ้าอาวาสวัดชลประทานรังสฤษฎ์ ในปี 2528 วัดแห่งนี้ก็กลายเป็นที่พึ่งทางใจของผู้คนที่อุ้มลูกจูงหลานเข้าวัดในวันอาทิตย์กันคลาคล่ำจนถึงปัจจุบัน

ปณิธานของหลวงพ่อก็ได้รับการสืบทอดต่อไปยังวัดปัญญานันทาราม ซึ่งสร้างขึ้นสืบเจตนารมณ์ของหลวงพ่อดังแต่ปี 2537 โดยทางวัดมีหลักว่าห้ามมิให้มีการนิมนต์พระไปที่บ้านในวันเสาร์-อาทิตย์ แต่ให้สาธุชนพาครอบครัวมาทำกิจกรรมที่วัดซึ่งจัดขึ้นทุกวันอาทิตย์แทน

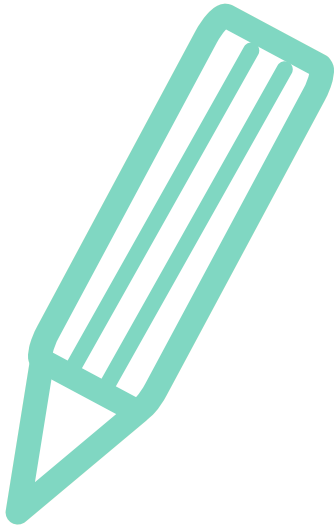
เปิดประตู 800 วัด ทุกวันอาทิตย์ แนวคิดเปิดวัดวันอาทิตย์ถูกขยายออกไปยังวัดต่างๆ โดยมูลนิธิวัดปัญญานันทาราม ด้วยการสนับสนุนจากสำนักงานกองทุนสนับสนุนการส่งเสริมสุขภาพ (สสส.) ในโครงการ “วัดวิถีพุทธเฉลิมพระเกียรติ” จำนวน 80 วัด จนได้ขยายต่อมามาก 120 วัดในโครงการ “เปิดวัดวันอาทิตย์ โกลด์ชิดพระพุทธศาสนา”

กระทั่งขยายไปอีก 600 วัด ภายใต้โครงการ “เข้าวัดวันอาทิตย์ จิตแจ่มใส” ที่ดำเนินการโดยมูลนิธิศึกษาธิการ เพื่อจุดหมายเดียวกันคือทำให้วัดเข้มแข็ง สามารถเป็นศูนย์รวมการพัฒนาเด็ก เยาวชน และชุมชนที่สมบูรณ์แบบ โดยใช้วันอาทิตย์ เปิดโอกาสให้พุทธศาสนิกชนเข้าวัด

จากการทำโครงการ พบว่า กลุ่มที่มาเข้าวัดวันอาทิตย์ 46% คือเด็กและเยาวชน 37% คือ ประชาชนทั่วไป และอีก 17% คือผู้สูงอายุ ที่ดูเหมือนเป็นกลุ่มน้อยๆ เป็นเพราะผู้สูงอายุส่วนใหญ่ไปเข้าวัดในวันพระแล้ว

กิจกรรมส่วนใหญ่จะเป็นการสวดมนต์ ไหว้พระ นั่งสมาธิ ดนตรีไทย กีฬา วาดรูป ภาษาท้องถิ่น ภาษาอังกฤษ คอมพิวเตอร์ และมีกิจกรรมที่ค้นพบใหม่ๆ น่าสนใจ เช่น มัคทายกน้อย ไม่กวาดคุณธรรม ศูนย์เรียนรู้ภูมิปัญญาท้องถิ่น

สำหรับโครงการเข้าวัดวันอาทิตย์จิตแจ่มใส ถึงสิ้นเดือนกรกฎาคมปีที่ผ่านมา ทำให้มีคนเข้าวัดในวันอาทิตย์ถึง 672,000 คน เป็นเด็ก เยาวชน 338,000 คน ประชาชนทั่วไป 188,000 และผู้สูงอายุ 145,000 คน



เข้าวัด...ไปทำอะไรดี

เพราะหลักการของโครงการไม่ใช่เพียงแค่เปิดประตูวัดให้คนเข้า แต่ต้องมีกิจกรรมสร้างสรรค์เพื่อสร้างความสนใจของคนในชุมชนด้วย ยกตัวอย่างเช่น แนวคิดดีๆจาก วัด 2 แห่งนี้

🏡 เรียนรู้บนลานวัด ที่วัดบางปลากรด

ทุกวันอาทิตย์ ‘พระสงฆ์ ธรรมะสันติโก’ แห่งวัดบางปลากรดเลือกที่จะเริ่มจัดกิจกรรมสาย ในช่วง 8.30 น. เพราะหากเข้ากว่านี้เด็กๆ จะตื่นไม่ทัน เริ่มจากกิจกรรมหลักๆ อย่างสวดมนต์แปล ผูกจิตภาวนา รับศีล ต่อด้วยกิจกรรม “เรียนรู้บนลานวัด” ที่เริ่มด้วยกิจกรรมชื่อน่ารักๆ ว่า “ธรรมะกลับตาลปัตร” ซึ่งพระอาจารย์สงปได้นำตาลปัตรเก่ามาเขียนภาพใช้ประกอบการสอนธรรม เช่นภาพวัวและหมู ที่พระอาจารย์ใช้สอนธรรมเรื่องการทำความดี ทำให้เด็กๆ ได้สนุกสนานเพลิดเพลิน

จากนั้นช่วงบ่ายจะมีกิจกรรมทำความสะอาดวัดของผู้ใหญ่ ส่วนเด็กๆ จะมีกิจกรรมการปั้นตุ๊กตาสอนธรรม ให้เด็กปั้นแบ่งจากวัสดุเหลือใช้เป็นตัวการ์ตูนต่างๆ อาทิตุ๊กตาเหลืออง-แดงที่มีทั้งใบหน้ายิ้มและหน้าบึ้ง หรือตุ๊กตาปิตุ ฆาต ฆาต ฆาต ที่ใช้สอนเรื่องการหันมาดูแลตัวเองจากข้างใน โดยปิดการรับรู้จากภายนอก

🏡 ธนาการแห่งความดี ที่วัดกุฎีปาลาน

เจ้าอาวาสวัดกุฎีปาลาน อ.บ้านธิ เห็นว่าชุมชนยังขาดความเอื้อเฟื้อ มีความเห็นแก่ตัว แข่งแย้งทะเลาะวิวาท ขาดความสงบสุข จึงสร้างกิจกรรม “โครงการธนาการแห่งความดี” เพื่อใช้วัดเป็นแหล่งฝึกความดีที่เกิดจากการประพฤติปฏิบัติของเด็ก เยาวชน และประชาชน โดยเจ้าอาวาสจะเป็นนายธนาการ โดยมีประชาชน เด็ก เยาวชนมาสมัครสมาชิก มีสมุดธนาการบันทึกเป็นคะแนน โดยมีเกณฑ์การให้คะแนนการทำความดี การรับฝาก-ถอนความดี รางวัลต่างๆ ของคะแนนความดี ปัจจุบันได้ขยายผลออกไปถึง 3 หมู่บ้าน มีสมาชิกกว่า 500 คน

อยากรู้ว่าวัดไหนจัดกิจกรรมเปิดวัดวันอาทิตย์บ้าง ให้สังเกตง่ายๆ ที่ป้ายสัญลักษณ์ “เรียนรู้บนลานวัด” ติดอยู่ด้านหน้าวัด หรือสามารถตรวจสอบรายชื่อวัดที่เข้าร่วมกิจกรรมได้ที่ เว็บไซต์ “<http://www.thaihealth.or.th/temple>” ★

108

หนังสือดีสู่มหานคร
แห่งการอ่าน

“กาลครั้งหนึ่งนานมาแล้วมีกระต่ายอยู่ 1 ตัว ที่มีความใฝ่ฝันอยากจะเป็น
หมาป่า จนไม่ยอมไปเข้าพวกกับกระต่าย จนวันหนึ่งได้เรียนรู้วิธีเป็นหมาป่า
ไม่ว่าจะคำราม หอน หรือกระโดด จากหมาป่าตัวจริง และสุดท้ายกลับสอน
ให้กระต่ายน้อยเห็นคุณค่าในตัวเอง”

เนื้อหาดังกล่าวเป็นส่วนหนึ่งของหนังสือนิทานเรื่อง “ผมเป็นหมาป่าได้ไหมครับ” ที่แฝงแง่คิดให้เด็ก ๆ
ภูมิใจในคุณค่าของตัวเอง

นอกจากหนังสือนิทานเรื่องผมเป็นหมาป่าได้ไหมครับ ยังมีหนังสือนิทานอีกจำนวนมากที่มีเนื้อหาและ
แง่คิดที่ตรงตามเสริมสร้างจินตนาการและการเรียนรู้ให้กับเด็ก ๆ ได้รับคัดเลือกให้เป็น 108 หนังสือ
ดี เปิดหน้าต่างแห่งโอกาสในการพัฒนาเด็กปฐมวัย ซึ่งเป็นโครงการที่ริเริ่มขึ้นโดยแผนงานสร้างเสริม
วัฒนธรรมการอ่าน สสส.

จากผลการสำรวจของสำนักงานสถิติแห่งชาติ ในปี 2551 เรื่องการอ่านหนังสือของเด็กเล็ก 0-6 ปี
เน้นการอ่านหนังสือในช่วงนอกเวลาเรียน โดยมีผู้ใหญ่อ่านให้ฟัง หรือเด็กอ่านด้วยตัวเอง พบว่า เด็ก
เล็กมีอัตราการอ่านหนังสือ ร้อยละ 36 หรือคิดเป็น 2.1 ล้านคนจาก 5.9 ล้านคนทั่วประเทศ ใช้เวลา
ในการอ่านหนังสือเฉลี่ย 27 นาทีต่อวัน ความถี่ในการอ่านสัปดาห์ละ 2-3 วัน มีจำนวนสูงสุดร้อยละ
39.6 ที่น่าสนใจคือเมื่อสำรวจตลาดหนังสือเด็กกลับ พบว่า มีหนังสือสำหรับเด็กอายุ 0-6 ปี ประมาณ
ร้อยละ 4-5 ของหนังสือในร้าน ซึ่งจำนวนนี้มีหนังสือสำหรับเด็กเล็ก 0-3 ปี ไม่ถึงร้อยละ 0.5 และ
ประมาณร้อยละ 4-7 ของจำนวนหนังสือทั้งหมด เป็นหนังสือสำหรับเด็กอายุ 6-12 ปี ซึ่งสถานการณ์
เช่นนี้ ไม่ได้ช่วยให้เด็กไทยของเราเติบโตขึ้นมากับโลกของหนังสือได้

จาก 2,800 เล่มของหลากหลายสำนักพิมพ์ถูกคัดสรรอย่างรอบคอบและรอบด้านจากคณะกรรมการ
ผู้ทรงคุณวุฒิให้เหลือเพียง 108 เล่ม โดยแบ่งเป็นหนังสือจากประเทศไทย 67 เล่มและจากต่าง
ประเทศ 41 เล่ม ซึ่งหนังสือต่างๆ เหล่านี้ได้ถูกจัดแบ่งอย่างชัดเจนว่าเหมาะสมสำหรับผู้่านตั้งแต่
1-6 ปี เพื่อช่วยเสริมสร้างจินตนาการให้กับเด็ก ๆ





การเลือกสรรหนังสือตามช่วงวัยของเด็ก จะช่วยเสริมสร้างคุณลักษณะอันพึงประสงค์ที่โอกาสทองของชีวิตวัยเยาว์เปิดรับได้ง่าย โดยหนังสือสำหรับเด็กวัย 0-2 ขวบ ได้แฝงจิตวิทยาให้เด็กรู้จักสร้างความผูกพันกับผู้ปกครอง และสร้างความไว้วางใจผู้อื่น ส่วนเด็กวัย 3-5 ปีนั้น จะเรียนรู้นิสัยต่างๆ เช่น การรู้จักผิดถูก, รู้จักช่วยเหลือผู้อื่น, รู้จักควบคุมอารมณ์ ฯลฯ อีกทั้งยังช่วยเสริมสร้างจินตนาการแก่เด็กอีกด้วย และเด็กวัย 6 ขวบขึ้นไปจะอยู่ในวัยเรียน หนังสือที่ได้รับการคัดเลือกจะเน้นเนื้อหาเสริมสร้างลักษณะนิสัยต่างๆ เช่น รู้จักประหยัด, มีวินัย, รู้จักคิด รู้จักแก้ปัญหา เป็นต้น

นอกจากนั้นแล้วแผนงานสร้างเสริมวัฒนธรรมการอ่านยังร่วมมือกับสำนักงานส่งเสริมการศึกษานอกระบบและการศึกษาตามอัธยาศัยต่อยอดโครงการนี้ด้วยการจัดโครงนำร่องนครแห่งการอ่าน 5 จังหวัด ขอนแก่น ฉะเชิงเทรา ลำปาง ขอนแก่น นครศรีธรรมราช และเพชรบุรี โดยมีอาสาสมัครจากทั้ง 5 จังหวัดเข้าร่วมโครงการ

อาสาสมัครจะถูกสร้างให้เป็นแกนนำและเครือข่ายอาสาสมัครส่งเสริมการอ่านให้เกิดขึ้นในชุมชน รวมถึงส่งเสริมให้คนในครอบครัวได้เข้ามามีส่วนร่วมในการรักการอ่าน เพื่อสร้างสังคมแห่งการเรียนรู้ตลอดชีวิต โดยอาสาสมัครจะได้รับการฝึกอบรมเชิงปฏิบัติการเพื่อเตรียมตัวเป็นแกนนำอาสาสมัครส่งเสริมการอ่านระดับชุมชน โดยมีหน้าที่จัดกิจกรรมและขยายผลไปยังเครือข่ายอาสาสมัครส่งเสริมการอ่านเพื่อชุมชน จำนวน 5,000 คน เพื่อให้เกิดการสร้างเสริมวัฒนธรรมการอ่านในทุกระดับวัย เป็นกลไกในการช่วยหนุนระบบหมุนเวียนหนังสืออย่างทั่วถึง และเข้าถึงได้ง่าย

แกนนำและอาสาสมัครส่งเสริมการอ่านยังมีหน้าที่เชื่อมประสานการจัดหาหนังสือ หรือสื่อการอ่านให้แก่ครัวเรือนที่มีเด็กปฐมวัย ในจังหวัดพื้นที่ต้นแบบจำนวนอย่างน้อย 5 เล่ม ต่อ 1 ครัวเรือน ซึ่งหนังสือที่จัดหาขึ้นจะได้รับการสนับสนุนจากโครงการ 108 หนังสือดี เพื่อเปิดหน้าต่างแห่งโอกาสในการพัฒนาเด็กปฐมวัย

ด้วยพลังของอาสาสมัครส่งเสริมการอ่าน จะทำให้ภารกิจนี้เป็นการเดินทางไม่รู้จบของเหล่าหนังสือดี เพื่อออกไปทำหน้าที่หล่อหลอมเด็กๆ ของเราให้เติบโตอย่างงดงามและเป็นพลังหลักในสังคมไทย ★

“สิ่งเล็กๆ ที่เรียกว่ารัก”

บนนิทรรศการสุขภาวะทางเพศ

“เด็กไทยต้องการความรู้เรื่องเพศที่ถูกต้อง”

นี่คือเป้าหมายการทำงานของ ‘ณัฐยา บุญภักดี’ ผู้จัดการแผนงานสร้างเสริมสุขภาวะทางเพศ สสส. เธอบอกว่า การนำเสนอความรู้เหล่านั้นทำให้เกิดมุมมองใหม่ๆ ตลอดจนนำไปสู่ความเข้าใจและสร้างสุขภาวะทางเพศที่ดีได้ เพราะจากการศึกษาวิจัยทั้งในปี 2542 - 2547 ออกมาตรงกันทั้งสองครั้งว่า สังคมไทยมีเพศสัมพันธ์ที่ไม่ปลอดภัย โดยเป็นปัญหารองลงมาจากรอคิดติดต่อเรื้อรัง

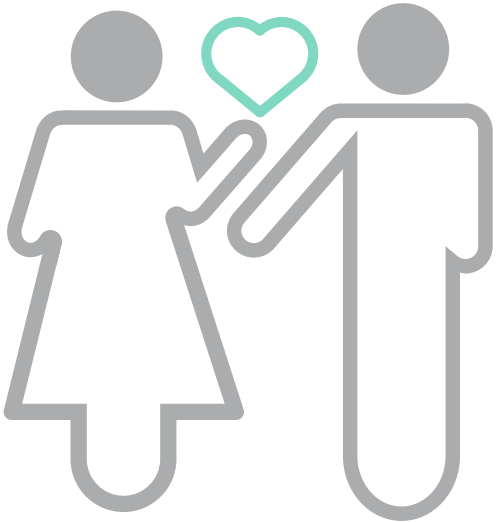
“คงต้องมีโปรแกรมที่ทำงานเพื่อให้ความรู้ในเรื่องเพศมากขึ้น” นั่นคือที่มา ที่สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) โดยแผนงานสร้างเสริมสุขภาวะทางเพศ มูลนิธิสร้างความรู้เข้าใจเรื่องสุขภาพผู้หญิง (สคส.) เห็นว่า ควรจะมีทางเลือกใหม่ๆ ในการเปิดมุมมอง ความรู้ทางด้านเพศให้กับสังคมไทย โดยเฉพาะเยาวชน จึงเป็นจุดเริ่มต้นของการสร้างนิทรรศการสุขภาวะทางเพศ ภายใต้พื้นที่พิพิธภัณฑ์วิทยาศาสตร์ คลอง 5 ปทุมธานี เพื่อให้เกิดความรู้เรื่องเพศอย่างเป็นระบบและถูกต้องมากขึ้น

จากเดิมที่การสอนเรื่องเพศศึกษาเป็นเรื่องตืดขัดแม้จะมีความพยายามให้ความรู้เรื่องนี้มากขึ้น แต่ต้องยอมรับว่าสังคมยังมีความเขินอาย ทำให้การพูดคุยเรื่องเพศศึกษาเป็นเรื่องซุบซิบไม่เปิดเผยจนนำไปสู่การเรียนรู้ที่ไม่ถูกต้อง

“ตอนแรกก่อนที่จะมาเป็นนิทรรศการ ก็มีความพยายามจะหารูปแบบ เราเริ่มทำงานหนักกันตั้งแต่ปี 2549 ค้นคว้างานวิจัยต่างๆ ทุกระทั้งในปี 2551 องค์การพิพิธภัณฑ์วิทยาศาสตร์ (อพวช.) และองค์การยูเนสโกมีแนวคิดเรื่องการจัดนิทรรศการเรื่องเอดส์ในพิพิธภัณฑ์ เราก็เริ่มเห็นไอเดียทันที แต่แทนที่จะทำแค่เรื่องเอดส์ ก็เสนอไปว่าให้ทำเรื่องสุขภาวะทางเพศแบบองค์รวมไปเลยดีกว่า”

เมื่อได้ข้อสรุปทุกอย่างลงตัว มีพื้นที่ประมาณ 700 ตารางเมตร ส่วนหนึ่งของพิพิธภัณฑ์วิทยาศาสตร์ เป็นพื้นที่จัดแสดง แต่การนำเสนอข้อมูลจะต้องน่าสนใจ และสามารถกระตุ้นการเรียนรู้ไปในทิศทางที่ถูกต้องอย่างแท้จริงให้ได้ ทีมทำงานจึงเริ่มค้นคว้าวิจัยอีกครั้งเพื่อพัฒนาเป็นโมเดลรูปแบบการทำงานสร้างให้เกิดการเรียนรู้เรื่องเพศอย่างเป็นรูปธรรม

“เดิมเราคิดว่าเป็นพิพิธภัณฑ์เรื่องเพศเลย แต่ ทาง อพวช. เห็นว่า ถ้าเป็นพิพิธภัณฑ์ควรจัดเต็มพื้นที่ แต่นี้เป็นเพียงบางส่วนเท่านั้นที่อยู่ภายใต้พิพิธภัณฑ์วิทยาศาสตร์ จึงเห็นร่วมกันว่าเรียกว่าเป็นโซนนิทรรศการเรื่องเพศดีกว่า”





เปิดหีบรักแห่งแรกในเอเชีย

ความเห็นส่วนตัว การเนรมิตพื้นที่ 700 ตารางเมตรให้เป็นนิทรรศการจึงเกิดขึ้นหลังการทำงานหนักเพื่อสร้างชิ้นงานในการเรียนรู้มานานตลอดปี 2552 ทำให้นิทรรศการสุขภาวะทางเพศ Healthy Sexuality : Story of Love ซึ่งเป็นนิทรรศการสุขภาวะทางเพศแห่งแรกในเอเชีย เพื่อสร้างความตระหนักเรื่องสุขภาวะทางเพศ

ภายในโซนนิทรรศการ แบ่งการจัดแสดงเนื้อหาประกอบด้วย 6 โซนแห่งการเรียนรู้ ดังนี้ 1.แนะนำเข้าสู่นิทรรศการ 2.โซนความรักและความปรารถนา 3.โซนของความสัมพันธ์และการสื่อสารระหว่างมนุษย์ 4.โซนความรู้ในเรื่องเพศสัมพันธ์ การให้กำเนิด และการคุมกำเนิด 5.โซนให้ความรู้เรื่องโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ เพื่อให้ความรู้เกี่ยวกับชนิดของโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ และการป้องกันทั้งต่อตนเองและผู้อื่น และ 6.โซนทางเลือก เพื่อประเมินความรู้และความเข้าใจจากการเยี่ยมชมนิทรรศการ

ณัฐยาบอกว่า ทุกโซนในนิทรรศการเปิดโอกาสให้เกิดการเรียนรู้และการแก้ไขปัญหาจริงรวมไปถึงการทดลองการตัดสินใจเรียกว่า ถ้าเผชิญปัญหาเหล่านี้ จะแก้ปัญหาอย่างไรเพื่อให้เด็กๆ ที่เข้ามาเรียนรู้สามารถนำไปปรับใช้ประโยชน์กับชีวิตได้

สำหรับคำถามยอดฮิตยังคงเป็น 1.ความแตกต่างทางสรีระของร่างกาย 2.หนูเกิดมาได้ยังไง และ 3.การทำความสะอาดของเด็กผู้ชาย และการใช้ถุงยางอนามัย

“เด็กๆ ที่เข้าชมนิทรรศการสนุกสนานมาก และให้ความสนใจในเรื่องนี้ค่อนข้างนาน เพราะจากการเก็บข้อมูลของ อพวช.พบว่าเด็กๆ จะใช้เวลากับโซนสุขภาวะเรื่องเพศนานกว่าโซนอื่นๆ ในพิพิธภัณฑ์ จึงสะท้อนว่าเด็กมีความสนใจเรื่องนี้เพียงแต่ในสังคมบ้านเราอาจจะไม่เปิดเผยเพียงพอที่จะตอบให้เขาในรูปแบบไม่เขินอาย”

ณัฐยา บอกว่า ท่าทีเด็กๆ ที่เข้าชมในช่วงแรก อาจจะเขินอายบ้าง แต่เมื่อเข้าไปชมแล้ว ปรากฏว่าเขาใช้เวลาอย่างมากกับการชมนิทรรศการ ทำให้เราพบว่า หลังการเปิดนิทรรศการเมื่อวันที่ 10 สิงหาคม 2553 กระทั่ง เดือนพฤศจิกายนที่ได้รวบรวมข้อมูลมีเยาวชนและผู้เข้าชมนิทรรศการมากถึง 3 แสนคน ซึ่งคาดว่า อีกไม่นานยอดการเข้าชมนิทรรศการน่าจะทะลุ 8 แสนคน



3 บทสรุป ที่เรียกว่ารัก

สิ่งที่เกิดขึ้นถือเป็นนิมิตหมายที่ดี ในการสร้างความเข้าใจในเรื่องเพศศึกษาที่ถูกต้อง ที่ผ่านมามักจะบอกว่าเด็กไทยมีความรู้เรื่องเพศมากขึ้น แต่ณัฐยาบอกว่า ยังเป็นความรู้ที่ไม่ถูกต้องเป็นส่วนใหญ่ ยกตัวอย่างเช่น เด็กจำนวนมากเข้าใจว่าการหลั่งภายนอกแบบไม่สวมถุงยางสามารถป้องกันการตั้งครรภ์ได้ ซึ่งความจริงแล้วถือเป็นความรู้ที่ผิดมาก เพราะวิธีการดังกล่าวมีโอกาสพลาดสูงมาก

การสร้างความเข้าใจที่ถูกต้อง และการปรับเปลี่ยนทัศนคติในเรื่องสุขภาวะทางเพศ จึงเป็นเรื่องจำเป็นมากในสังคมไทย ซึ่งณัฐยาบอกว่า หากเป็นไปได้เธอต้องการให้เกิดนิทรรศการเรื่องสุขภาวะเรื่องเพศในทุกพื้นที่ของสังคมไทย และหากองค์การท้องถิ่นไหนต้องการสามารถนำเอาองค์ความรู้และต้นทุนทางปัญญาที่ได้ศึกษาวิจัยจนเป็นชิ้นงานไปจัดแสดงในพื้นที่ของตัวเองได้เลย เพราะนั่นจะหมายถึงจุดเปลี่ยนในการเรียนรู้เรื่องเพศในทิศทางที่ถูกต้องไปพร้อมๆ กันของคนในสังคมไทย ★

เจ้าภาพจัดประชุมสุขภาพโลก ก้าวที่แกร่งของไทย

นอกจากการดำเนินการสร้างเครือข่ายคนทำงานสร้างสุขภาพคนไทยจนเป็นที่รู้จักกันดีในประเทศ สสส. ยังมีบทบาทสำคัญในกลไกการสร้างเสริมสุขภาพระดับโลก โดยผ่านการแสดงบทบาทในความร่วมมือกับองค์การอนามัยโลก หรือ WHO เครือข่ายกองทุนสร้างเสริมสุขภาพ โลก (INHPF) รวมทั้งการเป็นสมาชิกหลักและเป็น กรรมการบริหารของสมาพันธ์นานาชาติด้านการสร้างเสริมสุขภาพและการศึกษา (IUHPE)

และที่สำคัญ ในปี พ.ศ.2556 สสส. ก็ได้รับเลือกจาก IUHPE เพื่อเป็นเจ้าภาพการจัดการประชุมนานาชาติด้านการสร้างเสริมสุขภาพ ครั้งที่ 21 (IUHPE World Conference) ซึ่งนับเป็นประวัติศาสตร์ใหม่เนื่องจากเป็นครั้งแรกที่การประชุมนี้ถูกจัดขึ้นในประเทศกำลังพัฒนาในทวีปเอเชีย

ซึ่ง สสส. และ IUHPE ก็ได้จัดพิธีลงนามข้อตกลงความร่วมมือการจัดประชุมไปเมื่อวันที่ 5 เมษายนที่ผ่านมา โดยการประชุมครั้งนี้จะจัดขึ้นที่ “พัทยา” ในเดือนสิงหาคม ปี 2556

‘ทพ.กฤษดา เรืองอารีย์รัชต์’ ผู้จัดการ สสส. ระบุว่า การประชุม IUHPE ถือเป็นการประชุมระดับโลกที่ใหญ่ที่สุดอย่างหนึ่ง ซึ่งปัจจุบันทั่วโลกให้ความสำคัญกับการสร้างเสริมสุขภาพของประชาชน

เป็นลำดับต้นๆ โดยจากข้อมูลสำนักงานพัฒนานโยบายสุขภาพระหว่างประเทศ กระทรวงสาธารณสุขพบว่า ประเทศไทยมีรายจ่ายด้านสุขภาพสูงถึงปีละ 4 หมื่นล้านบาท และเพิ่มสูงอย่างต่อเนื่องและใช้งบประมาณด้านการสร้างเสริมสุขภาพเฉลี่ยปีละ 2 หมื่นล้านบาท แสดงให้เห็นว่าปัญหาสุขภาพ และการสร้างสุขภาพเป็นเรื่องใหญ่ และการประชุมนี้จะเป็นโอกาสสำคัญในการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ระหว่างประเทศไทย และนานาชาติ

“เวลาพูดเรื่องสุขภาพในระดับโลก ไม่ได้พูดแค่เรื่องของกายและใจ แต่ยังให้ความสำคัญกับประเด็นอย่างการลดความเหลื่อมล้ำทางสุขภาพ การป้องกันโรคไม่ติดต่อ การเข้าถึงสุขภาพในการพัฒนานโยบายสาธารณะ และการประเมินผลกระทบด้านสุขภาพในการทำโครงการต่างๆ เรื่องเหล่านี้จะอยู่ในการประชุมที่จะเกิดขึ้นด้วย”



FACT ในเดือนมกราคม พ.ศ. 2550 องค์การอนามัยโลกระบุว่า สสส. เป็นต้นแบบกองทุนสร้างเสริมสุขภาพในระดับนานาชาติที่มีผลงานเป็นที่ประจักษ์ ทั้งเรื่องลดการสูบบุหรี่ และความสูญเสียจากอุบัติเหตุจราจร ซึ่งนำไปสู่การลงนามในบันทึกความร่วมมือระหว่างผู้อำนวยการใหญ่องค์การอนามัยโลก และรองประธานคณะกรรมการ สสส. ในเดือนพฤษภาคม พ.ศ. 2553 เพื่อขยายตัวอย่างของ สสส. ไปสู่ประเทศอื่นๆ

สสส. เป็นกองทุนสร้างเสริมสุขภาพที่มีรายได้จากค่าธรรมเนียมที่เก็บเพิ่มจากภาษีสรรพสามิตบุหรี่ และสุรา กองทุนแรกในทวีปเอเชีย สสส. เป็นสมาชิกของเครือข่ายกองทุนสร้างเสริมสุขภาพโลก (INHPF) โดยได้รับหน้าที่เป็นหน่วยเลขานุการกิจของเครือข่ายเมื่อปี พ.ศ. 2548-2549 และกำลังจะเป็นประธานเครือข่าย สสส. โลกในช่วง 2 ปีข้างหน้า โดย ทพ.กฤษดา เรืองอารีย์รัชต์ ผู้จัดการ สสส. จะดำรงตำแหน่งประธานเครือข่ายฯ

สมาพันธ์นานาชาติด้านการสร้างเสริมสุขภาพและการศึกษา หรือ The International Union for Health Promotion and Education (IUHPE) ซึ่งเป็นองค์กรพัฒนาเอกชนที่ทำงานด้านการสร้างเสริมสุขภาพ ในลักษณะเครือข่าย เพื่อส่งเสริมสุขภาพและสนับสนุนความเท่าเทียมด้านสุขภาพของพลเมืองโลก ผ่านการศึกษาการทำงานของทีมชุมชน และการพัฒนานโยบายสุขภาพ โดยความร่วมมือของสมาชิกจากทั่วทุกมุมโลก

การประชุม IUHPE World Conference จัดขึ้นทุก 3 ปี หมุนเวียนไปยังทวีปต่างๆ โดยครั้งล่าสุดจัดขึ้นที่นครเจนีวา เมื่อปี พ.ศ.2553 โดยมี Health Promotion สวิตเซอร์แลนด์เป็นเจ้าภาพ สำหรับการประชุมในปี 2556 ที่ สสส. จะเป็นเจ้าภาพ จะมีขึ้นที่พัทธยา จ.ชลบุรี ระหว่างวันที่ 25-29 สิงหาคม คาดว่าจะมีผู้เข้าร่วมประชุมกว่า 3,000 คน



นพ.สุวิทย์ วิบุลผลประเสริฐ ผู้ทรงคุณวุฒิด้านควบคุมป้องกันโรค กระทรวงสาธารณสุข ซึ่งเป็นประธาน คณะกรรมการจัดการประชุมฟ่ายไทย

“ที่เราเสนอตัวเป็นเจ้าภาพเพราะในช่วงระยะเวลา กว่า 9 ปีตั้งแต่เริ่มก่อตั้ง สสส. มาเมื่อปี พ.ศ.2544 สสส. และภาคีเครือข่ายได้สร้างทั้งผลงานและความ สำเร็จเป็นที่ยอมรับทั้งระดับ ประเทศและนานาชาติ จึงเป็นจังหวะเวลาที่เหมาะสมที่ภาคีเครือข่าย ทั้งหมดของ สสส. มีสาระและประสบการณ์เพียงพอที่จะนำเสนอและแลกเปลี่ยนกับนานาชาติประเทศ ได้”

“การเป็นเจ้าภาพครั้งนี้ยังเป็นโอกาสที่ดีอีกหลาย อย่างต่อการสร้างเสริมสุขภาพของไทย ไม่ว่า จะเป็นการพัฒนาศักยภาพบุคลากรด้านการสร้าง เสริมสุขภาพ เป็นโอกาสที่จะได้รับการทำงานของ ประเทศอื่นๆ ที่อาจมีบทเรียนดีๆ ให้ไปปรับใช้... และที่สำคัญ จะเป็นเวทีที่นำเสนอผลงานวิชาการ ของคนไทย ในด้านการสร้างเสริมสุขภาพซึ่งมี อยู่จำนวนมากออกสู่สายตาประชาคมโลกด้วย” นพ.สุวิทย์ กล่าว ★

สิทธิการรักษา พยาบาลคนชายขอบ

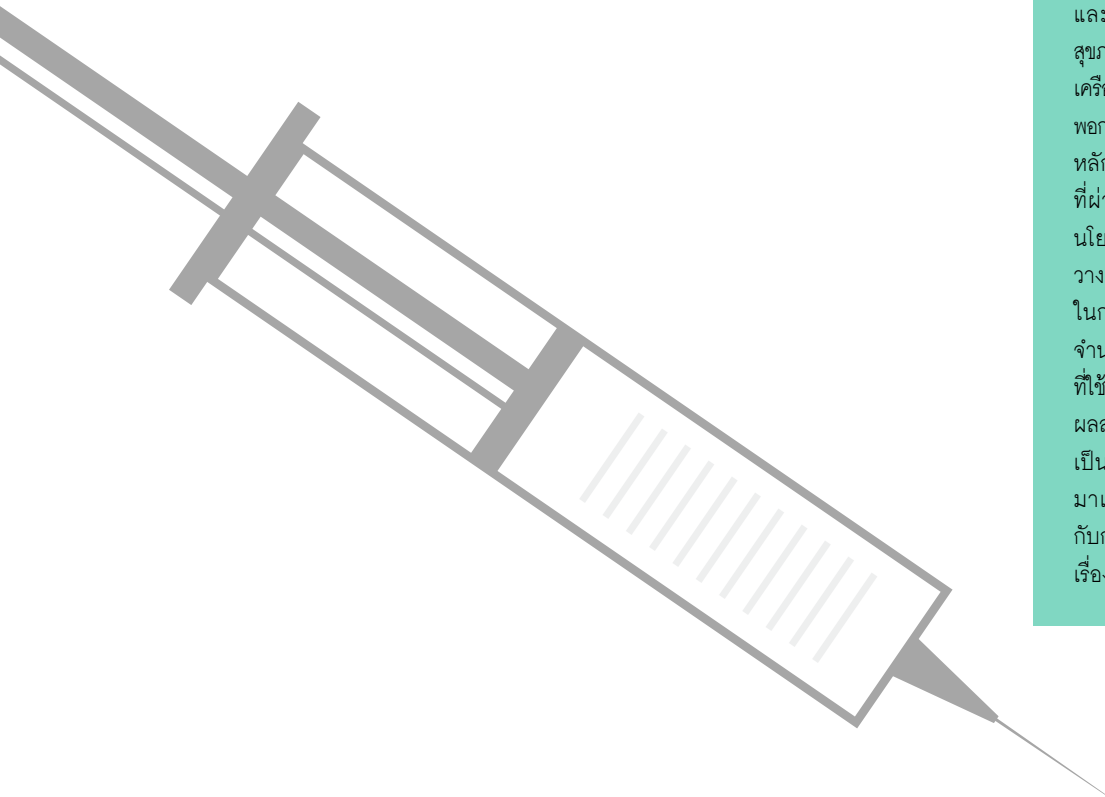
ความเท่าเทียมที่ต้องทวงคืน

รัฐธรรมนูญแห่งราชอาณาจักรไทยปี พ.ศ. 2550 มาตรา 30 ได้ระบุไว้อย่างชัดเจนว่า “บุคคลย่อมเสมอกันในกฎหมายและได้รับความคุ้มครองตามกฎหมายเท่าเทียมกันชายและหญิงมีสิทธิเท่าเทียมกัน การเลือกปฏิบัติโดยไม่เป็นธรรมต่อบุคคลเพราะเหตุแห่งความแตกต่างในเรื่องถิ่นกำเนิด เชื้อชาติ ภาษา เพศ อายุ สภาพทางกาย หรือสุขภาพ สถานะของบุคคล ฐานะทางเศรษฐกิจหรือสังคมความเชื่อทางศาสนาการศึกษา อบรม หรือความคิดเห็นทางการเมือง อันไม่ขัดต่อบทบัญญัติแห่งรัฐธรรมนูญจะกระทำมิได้” หากเราตีความตามรัฐธรรมนูญมาตรานี้ จะเห็นเจตนารมณ์ของผู้ร่างที่ต้องการให้ประชาชนทุกคนสามารถใช้สิทธิและเสรีภาพของตนเองได้โดยไม่ถูกเลือกปฏิบัติ

แต่ในความเป็นจริงกลับมีประชาชนหลากหลายกลุ่มในสังคมไทยที่ถูกเลือกปฏิบัติ และไม่สามารถใช้สิทธิต่างๆ ได้เหมือนประชาชนทั่วไป โดยเฉพาะบุคคลที่มีปัญหาในเรื่องสถานะหรือคนชายขอบเป็นอีกหนึ่งกลุ่มบุคคลที่ตกเป็นเหยื่อของการถูกเลือกปฏิบัติถูกรีดรอนสิทธิของการได้รับการรักษาพยาบาล ซึ่งเป็นสิทธิขั้นพื้นฐานของมนุษย์ทุกคนที่ควรได้รับ

ทั้งนี้ก่อนปี พ.ศ. 2543 ประชาชนกลุ่มนี้ได้รับสิทธิในโครงการสวัสดิการประชาชนด้านการรักษาพยาบาลมาโดยตลอด แต่เมื่อ พ.ร.บ.หลักประกันสุขภาพถ้วนหน้าปี 2543 ได้ถูกประกาศใช้อย่างเป็นทางการนั้น ทำให้บุคคลที่มีปัญหาสถานะและสิทธิ กว่า 457,409 คน ถูกตัดสิทธิในเรื่องของการรักษาพยาบาล เพราะใน พ.ร.บ.หลักประกันสุขภาพถ้วนหน้าให้สิทธิในการรักษาพยาบาลเฉพาะบุคคลที่มีสัญชาติไทยเท่านั้น

และด้วยเหตุนี้สำนักงานหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ (สปสช.) และองค์กรภาคีเครือข่ายภายใต้การนำของ นพ.พงศธร พอกเพิ่มดี ผู้เชี่ยวชาญพิเศษของสำนักงานหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ (สปสช.) ที่ผ่านประสบการณ์ด้านการวางแผนนโยบายอย่างเชี่ยวชาญจึงได้ร่วมกันวางแผนขับเคลื่อนเรียกร้องการคืนสิทธิในการรักษาพยาบาลให้กับประชาชนจำนวนมากที่ถูกตัดสิทธิ เป็นการต่อสู้ที่ใช้เวลายาวนานกว่า 5 ปีกว่าจะประสบความสำเร็จ และการต่อสู้ครั้งนี้ได้กลายเป็นที่กล่าวขวัญถึงในสังคมโดยถูกนำมาเป็นต้นแบบและแรงบันดาลใจให้กับการต่อสู้เรียกร้องความเป็นธรรมในเรื่องอื่น





นพ.พงศธร พอกเพิ่มดี หรือ “หมอก้อง” ผู้เชี่ยวชาญพิเศษ ของสำนักงานหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ (สปสช.) ซึ่งเป็นผู้ที่อยู่เบื้องหลังความสำเร็จในครั้งนี้บอกเล่าถึงวิธีการในการต่อสู้จนนำจดจำให้เราฟังว่า “ผมตรวจดูแผนงานทั้งหมดวางแผนด้วยตัวเอง ทุกขั้นตอนโดยยุทธศาสตร์แรกที่ผมใช้คือการทำงานแบบเจียบๆ ค่อยเป็นค่อยเป็นค่อยไป ไม่รีบร้อน แต่สุดท้ายก็พบว่า มันไม่ได้ผล ผมจึงมารื้อโครงการใหม่ทั้งหมด ทั้งเนื้อหา และหัวข้อเรื่องเพื่อเปิดช่องโหว่ที่เคยเกิดความผิดพลาด และเริ่มขับเคลื่อนทางสังคม ใช้ช่องทางการสื่อสาร ทั้งหนังสือพิมพ์ โทรทัศน์ รวมถึงการกดดิน และลิอบบี้ จนเรียกได้ว่าทำทุกทางเท่าที่มีมันมีทางให้เราทำ ซึ่งกว่าเรื่องนี้จะผ่าน ครม. คณะทำงานต้องใช้ความพยายามมากต้องแบ่งสายกันไปหารือกับทั้งสายการเมือง” หมอก้องกล่าว

การต่อสู้เพื่อความเท่าเทียมเริ่มต้นด้วยการสร้างองค์ความรู้ ทบทวนความรู้ตั้งแต่เริ่มต้น นำงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง และประสานงานกับนักวิชาการที่มีความเชี่ยวชาญในเรื่องนี้พร้อมทั้งตั้งคณะทำงานจากหน่วยงานๆ ที่เกี่ยวข้องมาร่วมกันจัดการองค์ความรู้ที่มีอยู่ให้ง่ายต่อการทำความเข้าใจและระดมความเห็นจากผู้ที่เกี่ยวข้อง จากนั้นขับเคลื่อนด้วยการสื่อสารกับสังคมโดยความร่วมมือของสื่อสารมวลชนหลากหลายแขนง

กว่าจะมาถึงจุดนี้ได้คณะทำงานต้องผ่านอุปสรรคมากมาย โดยเฉพาะการทำงานร่วมกับหน่วยงานความมั่นคง เพราะพื้นที่ที่เข้าไปทำงานคือบริเวณชายแดน ซึ่งมีหน่วยงานความมั่นคงมีทหารรักษาความสงบเรียบร้อยอยู่ พวกเขามีความกังวลและเกรงว่าการให้สิทธิดังกล่าวจะทำให้คนที่หลบหนีเข้าเมืองมาผิดกฎหมาย รวมถึงแรงงานนอกระบบที่อพยพเข้ามาได้รับสิทธิเท่าเทียมกับคนไทย

“ผมต้องติดต่อ และทำความเข้าใจกับหน่วยงานความมั่นคงอย่างหนักหน่วง เพราะเรื่องนั้นมันเกี่ยวข้องกับเรื่องความมั่นคงของประเทศ แต่สิ่งที่ผมคิดและอยากจะทำกับทุกคนคือแท้จริงแล้วบุคคลที่ยังมีปัญหาสถานะและสิทธิพวกเขาก็คือคนไทย คนไทยเชื้อสายไทยอย่างแท้จริงที่ตกการสำรวจและคนเหล่านี้ก็อาศัยอยู่บริเวณชายแดน พวกเขา

มีความยากลำบาก ไม่สามารถเข้าถึงสวัสดิการต่างๆ ที่พวกเขาควรจะได้รับ” นพ.พงศธรกล่าว

เรื่องราวของคณะทำงานชุดนี้กลายเป็นที่กล่าวขวัญถึงของสังคมไทยไม่ใช่ด้วยรูปแบบของการขับเคลื่อนที่แปลกใหม่หากแต่เป็นหยาดเหงื่อและแรงใจของกลุ่มคนที่เต็มไปด้วยความมุ่งมั่นจนกลายเป็นแรงบันดาลใจในการต่อสู้สำหรับผู้คนอีกเป็นจำนวนมาก

นพ.พงศธรหรือหมอก้องเชื่อในสิ่งที่ตัวเองทำด้วยแรงศรัทธาอันเต็มเปี่ยมเพื่อให้ประชาชนทุกคนในประเทศไทยได้รับสิทธิอย่างเท่าเทียมกันและไม่ถูกเลือกปฏิบัติหรือถูกกีดกันจากระบบซึ่งแนวคิดแบบนี้ไม่ได้เพิ่งเกิดขึ้น แต่หมอก้องบอกเราว่ามันอยู่ในสายเลือด “สมัยที่ผมทำงานให้กับกระทรวงสาธารณสุขเมื่อปี 2543 ผมต้องลงพื้นที่ทำการวิจัย ที่ อ.สังขละบุรี จ.กาญจนบุรี ผมได้พบกับชาวบ้านชุมชนคนมอญ พวกเขาารวมทุนกันเก็บเงินออมเพื่อรักษาสุขภาพ แต่ผมพบว่าพวกเขาย่ำแย่กลับหักค่าหัวคิวพวกเขาในการเข้ารักษาพยาบาล เห็นได้ชัดว่าทางราชการเอาเปรียบพวกเขา พวกเขาทำงาน กว่าหาเงินได้แต่ทำไมหน่วยงานราชการถึงทำแบบนี้ ไม่ยุติธรรมกับพวกเขาเลย ผมนึกถึงเรื่องนี้ทีไร จึงไม่เคยย่อท้อต่อการทำงาน และสู้จนถึงที่สุด”

ภารกิจของหมอก้องในการต่อสู้เรื่องนี้ยังไม่เสร็จสิ้น เพราะต้องคอยติดตามระบบการดำเนินการหลังจากนี้ว่าประชาชนกลุ่มนี้จะได้รับการรักษาหรือการปฏิบัติที่เท่าเทียมตามมติ ครม. จริงหรือไม่? ★



แกะรอยสินามิโมเดล พลังจิตอาสารับมือโลกเปลี่ยน

ไม่มีใครรู้ว่า เบื้องหลังความช่วยเหลือเหตุการณ์น้ำท่วมใหญ่ นครราชสีมา สงขลา และอีกหลายจังหวัด ในช่วงเดือนพฤศจิกายน 2553 มีมือของชนกลุ่มเล็กๆ รวมถึงคนพิการ ร่วมด้วยช่วยกันอย่างแข็งขัน

พวกเขา นั่งหน้าจอคอมพิวเตอร์ รับสายด่วน ลงรายละเอียดข้อมูล ความช่วยเหลือ เบอร์ติดต่อหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง รวมไปถึงติดตามผู้ได้รับอุทกภัยจนกว่าเขาเหล่านั้นจะได้รับความช่วยเหลืออย่างแท้จริง

ด้วยพลังจิตอาสา ทำให้ผู้ขายธรรมดา คนทำงานออฟฟิศ มนุษย์เงินเดือน นั่งหน้าจอคอมพิวเตอร์ อย่าง ‘ปรเมศร์ มินศิริ’ ลูกขึ้นมาใช้ศักยภาพของตัวเอง จัดการระบบข้อมูลความช่วยเหลือภัยพิบัติ รวมกลุ่มคนเล็กๆ ที่มีหัวใจอาสา ขึ้นมาเป็นเครือข่ายอาสา ช่วยเหลือผู้ประสบภัยพิบัติ ไม่ว่าจะเป็นคนทำงานออฟฟิศ ทำงานเว็บไซต์ทั่วไป รวมถึงคนพิการที่มีจิตอาสา

“หลังเหตุการณ์สินามิ ข้อมูลและความช่วยเหลือผู้ประสบภัยของเราไม่ได้พัฒนาขึ้นเลย” ปรเมศร์บอกว่า เขาเริ่มงานจิตอาสาครั้งแรก จากการนั่งดูรายการทีวีในวันทีคลื่นยักษ์สึนามิถล่มภาคใต้ พยายามเข้าไปดูเรื่องระบบข้อมูลความช่วยเหลือการตามหาญาติในครั้งนั้น ทำให้พบว่าระบบข้อมูลของเราแย่มาก

ครั้งนั้นเขาตัดสินใจลงไปช่วยในพื้นที่ โดยการตั้งระบบคอมพิวเตอร์รับข้อมูล บันทึกรายละเอียดความช่วยเหลือ รวมทั้งติดตามการช่วยเหลือ เพื่อให้ผู้ร้องขอเข้ามาได้รับการติดตามช่วยเหลือจนแก้ไขปัญหาลงได้จริง

หลังสินามิ ปรเมศร์ ใช้เวลาในการศึกษาค้นคว้าวิธีการจัดการข้อมูลในช่วงภัยพิบัติของต่างประเทศ เพื่อนำมาใช้ในประเทศไทย ในที่สุด ความรู้ที่เขาพยายามค้นคว้ามาตลอดก็ได้ใช้อีกครั้งเมื่อเกิดน้ำท่วมใหญ่ในช่วงเดือนพฤศจิกายน 2553 ที่ผ่านมา โดยเขาบอกว่า “คนไทยไม่เรียนรู้อะไรจากสินามิในการเตรียมรับมือเลย”

การเกิดน้ำท่วมทำให้ ปรเมศร์ ต้องลุกขึ้นมาจัดการระบบข้อมูลอีกครั้งเพียงแต่ครั้งนี้เขาได้ติดต่อไปยัง สสส. เพื่อให้ช่วยจัดประชุมเครือข่ายอาสาเข้ามาร่วมกันทำงานเพราะเขาและเพื่อนไม่กี่คนไม่สามารถทำงานให้สมบูรณ์ได้

“ยอมรับว่า น้ำใจคนไทยยิ่งใหญ่มาก เมื่อประสบปัญหาภัยพิบัติทุกคนพร้อมใจกันออกมาช่วยเหลือกันเต็มที่”



ครั้งนี้เราสามารถวางระบบข้อมูลได้ดีขึ้น โดยนำท่วมวันที่ 18 พ.ย. 2553 เราเริ่มจัดระบบข้อมูลผ่านการใช้ social media รวมไปถึงการจัดตั้งเว็บไซต์ที่ชื่อว่า www.thaiflood.com ขึ้นมาเพื่อรวบรวมข้อมูลทั้งหมดรวมทั้งตั้งระบบติดตามความช่วยเหลือ”

เครือข่ายอาสาช่วยเหลือผู้ประสบภัยพิบัติ รวบรวมข้อมูลตั้งแต่ ข้อมูลเส้นทางการเดินทาง การรวบรวมศูนย์บริจาค เบอร์โทรศัพท์ เพื่อติดต่อสอบถามข้อมูล การติดตามโรงพยาบาล และรวบรวมข้อมูลพื้นที่ซึ่งผู้ประสบภัยได้รับความช่วยเหลือแล้ว รวมถึงพื้นที่ซึ่งไม่ได้รับความช่วยเหลือเพื่อให้ได้รับความช่วยเหลืออย่างทั่วถึงทั้งยังเปิด call center โดยระดมคนพิการช่วยรับสายด่วน และติดต่อหน่วยงานเพื่อเข้าไปช่วยเหลือผู้ประสบภัยได้อย่างทันที่

อย่างไรก็ตาม สิ่งที่เราพบว่า ปัญหาที่เจอคือ ทุกครั้งที่เขาเข้ามาช่วยเหลือผู้ประสบภัยคือ ความไร้ระบบในการจัดการข้อมูล เขาบอกว่า ได้มีโอกาสไปร่วมงานกับคณะกรรมการอำนวยการ กำกับ ติดตามการช่วยเหลือผู้ประสบอุทกภัย (คชอ.) มีคอมพิวเตอร์ให้ แต่ไม่มีฐานข้อมูลอะไรให้เลย ต้องมาจัดระบบใหม่ทั้งหมด

ปัญหาที่เจอคือ พบคือแม้จะมี คชอ. แต่ไม่ได้มีอำนาจการสั่งการที่ชัดเจน รวมไปถึงการจัดระบบข้อมูลการเตือนภัยที่ไม่ดีพอ ทำให้ความเสียหายเกิดขึ้นมากกว่าที่ควรจะเป็น นอกจากนี้รวมถึงความช่วยเหลือผู้ประสบภัยไม่ทั่วถึง

“เราไม่เคยเรียนรู้การรับมือกับภัยพิบัติ เพราะสิ่งที่ผมเจอคือ เรามี call center มีระบบ sms เพื่อแจ้งความช่วยเหลือ แต่ไม่มีใครติดตามบันทึกข้อมูล หรือเข้าไปช่วยเหลือตามข้อมูลเลย”

ประเมศร์ บอกแบบขำไม่ออกว่า สิ่งที่เขาพบคือการช่วยเหลือที่ไม่ตรงความต้องการ มีจำนวนมากและความช่วยเหลือมักจะไปถึงช้ามากเพราะความช่วยเหลือเหล่านี้ไปอิงกับการเมืองหรือการสร้างภาพลักษณ์

“ผมพบว่าการกระจายของบริจาคเพื่อให้ถึงผู้ประสบภัยยังมีปัญหามากเพราะการแจกจ่ายต้องเป็นนักการเมืองในพื้นที่ ซึ่งมักจะมาพร้อมสื่อ เมื่อพื้นที่ไหนมีสื่อเข้าถึง ความช่วยเหลือจะล้นหลาม แต่จุดที่ไม่เป็นข่าวความช่วยเหลือก็ไปไม่ถึง”

เตรียมรับมือภัยพิบัติ

สิ่งที่น่าห่วง คือ หลังกระแสทศกฐี ยังมีพื้นที่ประสบภัยอีกจำนวนมากที่ยังต้องการความช่วยเหลือ แต่ความช่วยเหลือไปไม่ถึง สิ่งที่เราอยากจะทำคือการรวบรวมสิ่งของบริจาค และเข้าไปในพื้นที่ซึ่งไม่ใช่เป็นข่าว และทำให้เป็นข่าวเพื่อความช่วยเหลือจะได้ลงไปในพื้นที่เหล่านั้น

“หลายอย่างพิสูจน์ว่าในช่วงเกิดเหตุการณ์วิกฤติ ทุกคนเข้ามาช่วยกันเยอะมากมีน้ำใจ กันแบบล้นหลามจริงๆ หาไม่ได้ในประเทศอื่นๆ แต่พอทุกอย่างสงบลงเราก็สงบไปด้วยไม่ได้วางแผนต่อเนื่องเพื่อรองรับเหตุการณ์ต่อมาที่จะเกิดขึ้นอีก”

แผนรับมือภัยพิบัติที่ควรจะต้องเกิดขึ้นหายไปพร้อมกับความสงบของเหตุการณ์ซึ่งในเรื่องนี้

ประเมศร์ บอกว่า เขาพยายามที่จะสร้างระบบข้อมูลเพื่อให้เกิดการเตรียมพร้อม เพราะในอนาคตปัญหาภัยพิบัติจะเพิ่มมากขึ้น จำเป็นอย่างยิ่งต้องมีระบบการแชร์ข้อมูลร่วมกันทั้งการเตือนภัยเพราะระบบการเตือนภัยของบ้านเราไม่ดีเพียงพอ

โลกเปลี่ยนแปลง ภาวะภัยพิบัติที่เพิ่มมากขึ้น ถึงเวลาที่เราจะร่วมกันจัดระบบเพื่อเตรียมพร้อมรับมือ ★

สื่อโฆษณา...สุขภาพดี

คุณรู้จักวลีเด็ดเหล่านี้หรือเปล่า...“จน เครียด กินเหล้า” “เลิกเหล้า เลิกจน” “ให้เหล้าเท่ากับแข่ง” “อย่าโทษช่วยโทษตัวเอง” “รักจริง ไม่อยากให้ผู้หญิงสับสน” “ไม่สวมหมวกกันน็อค ไม่ได้เป็นคนดี”



เมื่อประมาณ 3 ปีก่อน “จน เครียด กินเหล้า” กลายเป็นวลีเด็ดที่ติดหู ติดปากคนในสังคม และสร้างความหมายใหม่ของเหล้า ที่ผูกติดกับ “ความจน” ทำให้ภาพลักษณ์ต่างๆ อย่างโฆษณาเหล้าทั่วไป

ปีใหม่ 2554 คำว่า “ให้เหล้า เท่ากับแข่ง” ได้เปลี่ยนค่านิยมของคน ทำให้การจะหยิบเหล้าใส่กระเช้าปีใหม่กลายเป็นเรื่องต้องคิดแล้วคิดอีกนำมาสู่การสร้างค่านิยมใหม่ต่อการไม่ให้เหล้าเป็นของขวัญปีใหม่

และยังมีสื่อโฆษณารณรงค์อีกหลายต่อหลายชิ้น ที่กลายเป็นคำติดหู หลายคำกระตุ้นให้ผู้คนคิด และหลายคำสร้างการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม และนั่นคือเป้าหมายของการทำงานของ ‘แผนสื่อสารการตลาดเพื่อสังคม’ สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) ที่ทำมาโดยตลอด

ในปี 2553 ที่ผ่านมา สสส. มีการพัฒนาและเผยแพร่การสื่อสารการตลาดเพื่อสังคม 10 โครงการ เป็นภาพยนตร์โฆษณา 33 เรื่อง สปอวทฤษฎี 40 เรื่อง ป้ายกลางแจ้ง 14 แบบ เพลงและมิวสิกวิดีโอ 2 เรื่อง และจากการสำรวจความรับรู้ พบว่าคน 74.5% รับรู้สื่อเหล่านี้ และ 69.5% มีแนวโน้มเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม

แต่กว่าจะมาเป็นสื่อโฆษณาที่ใครๆ จดจำนั้นไม่ใช่

เรื่องง่าย และจะก่อให้เกิดความตระหนักเพื่อเปลี่ยนพฤติกรรม ยิ่งเป็นสิ่งที่ต้องผ่านการขบคิด พุฒยาคิดความเข้าใจ และการทำงานหลายขั้นตอน

“เป้าหมายของเราคือการเปลี่ยนพฤติกรรมคน อันดับแรกจึงต้องมาดูก่อนว่าโจทย์คืออะไรใครเป็นกลุ่มเป้าหมาย คาดหวังการเปลี่ยนพฤติกรรมอย่างไร การทำโฆษณาแบบนี้มันต่างกับการขายสินค้าสักตัวเพราะขายของจะบอกแต่ข้อดีของสินค้าภาพลักษณ์ที่คนอยากใช้ แต่การเปลี่ยนพฤติกรรม กระบวนการที่คนคนหนึ่งจะยอมเปลี่ยนมันไม่ง่าย” ‘คุณสุพัฒน์ สุขอนันต์’ ผู้เชี่ยวชาญด้านสื่อสารการตลาดเพื่อสังคม กล่าว

ดังนั้นในการทำงาน สิ่งสำคัญคือการตีโจทย์ให้แตกศึกษาแบกราวด์ของเรื่องนั้นๆ โดยละเอียด และพูดคุยกันหลายรอบเพื่อหาวิธีที่จะพูด ที่สื่อสารออกไปแล้วจะโดนใจผู้รับสารได้มากที่สุด

หลายคนอาจมองว่า สื่อโฆษณาของ สสส. ใช้ ‘อารมณ์ขัน’ มาเป็นจุดดึงดูดใจคน แต่เธอบอกว่า สสส. ไม่ได้ตั้งใจตลก

“เราไม่ได้ยึดติดกับวิธีการเล่าแบบใดแบบหนึ่ง ด้วยงบที่ค่อนข้างจำกัด ทำให้ความยาวต้องไม่เกิน 30 วินาที ด้วยความสั้นแค่นี้ทำให้ซาบซึ้งได้ยากมาก

ดังนั้นจะจึงเน้นที่เข้าใจง่าย และความจริงเราไม่ได้ตั้งใจตลก แต่คนไทยชอบอะไรที่อารมณ์ดี เวลาทำอะไรซ้ำๆ จะเกิดการจดจำง่าย อย่างจน เครียด กินเหล้า มีอารมณ์ขันนิดหน่อย เลยทำให้คนจดจำมากกว่า ซึ่งที่จริงโฆษณาส่วนใหญ่ของ สสส. ก็ไม่ได้ตลก”

ส่วนสำคัญของการผลิตโฆษณาแต่ละตัวอยู่ที่การหาหัวใจ ของการสื่อสาร ว่าในเรื่องนั้นๆ จะพูดอย่างไร จึงจะโดนใจคน และเกิดผลให้เขาเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมได้ สุพัฒน์ ยกตัวอย่างเรื่อง ‘ให้เหล้าเท่ากับแข่ง’ ซึ่งทำมาเป็นปีที่ 3 และเริ่มเห็นผลอย่างมากว่า เราไม่ค่อยเห็นการใส่เหล้าลงในกระเช้าปีใหม่กันแล้ว แต่กว่าจะมาถึงจุดที่สามารถสื่อสารได้ผล ต้องผ่านการตีโจทย์มาแล้วหลายตลบ

“พูดถึงกระเช้าปีใหม่ไรแอลกอฮอล์ เราพูดถึงการรณรงค์ไม่ใส่เหล้าในกระเช้ามา 2 ปี แต่แทบไม่มีอะไรเปลี่ยนแปลง เพราะอะไร ? เพราะว่าไม่มี incentive จูงใจว่าทำไมเขาจะต้องเอาเหล้าออกจากกระเช้า เราจึงต้องมาตั้งโจทย์ให้ชัดว่าอะไรจะทำให้เขารู้สึกไม่อยากเอาเหล้าใส่กระเช้าเลย วิเคราะห์ว่า incentive เชิงบวกคือ สุขภาพดี แล้วมันโดนไหม ถ้าเชิงลบ คือ อายากอวยพรปีใหม่คน แต่สิ่งที่ให้เป็นของทำลายสุขภาพ มันเวิร์กจริงหรือ เราพบว่าแบบนี้ strong กว่ากันเยอะ ก็เลยเอาตัวนี้ มาเป็นคอนเซ็ปต์หลักในการบริฟให้กับครีเอทีฟ”

จาก รพ.สต. สู่อโรคเาเรียลลิตี

2 พลังสร้างชุมชนสุขภาพดี



สถานีอนามัยจำนวนมากต้องดูแลประชากรมากกว่า 5 พันคน และประมาณร้อยละ 17 ต้องดูแลประชากรกว่าหมื่นคน แต่ “ระบบสุขภาพ” (กระทรวงสาธารณสุข) ยังผลิตกำลังคนได้ไม่เพียงพอจึงเป็นที่มาของความพยายามผลักดันให้เกิดการยกระดับสถานีอนามัยเป็นโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล (รพ.สต.) ด้วยการดั่งกำลัง ‘อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน’ ที่ปัจจุบันมีจำนวนกว่า 1 ล้านคน เข้ามามีบทบาทช่วยเหลือเจ้าหน้าที่

รพ.สต. เกิดขึ้นจากความร่วมมือของกระทรวงสาธารณสุข สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ และ สำนักงานหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ นับเป็นมิติใหม่ของการดูแลสุขภาพเชิงรุกและการมีส่วนร่วมของชุมชน โดยในวันที่ 1 ตุลาคม 2552 ได้เกิด รพ.สต. ขึ้น 1,000 แห่ง ซึ่งจะครอบคลุมทุกอำเภอของประเทศ และภายในปี 2555 จะมี รพ.สต.จำนวน 9,000 แห่ง

“หลักการก็คือเป็นสถานพยาบาลที่ใกล้ชิดประชาชนและชุมชนต่างๆ สามารถเข้าถึงได้ง่ายที่สุดเป็นหน่วยปฐมภูมิที่มีชุมชนร่วมขับเคลื่อนสร้างเสริมสุขภาพ รพ.สต.นี้ จะช่วยลดภาระหนักของประชาชนในการไปรักษาพยาบาล ทั้งหมดนี้คือหัวใจของการทำงาน” ‘นพ.ชูชัย ศุภวงศ์’ ประธานคณะทำงานติดตามและสนับสนุนนโยบายโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ กล่าว

“สิ่งสำคัญคือให้ความมั่นใจว่า ‘อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน’ สามารถดูแลได้ไม่ต่างจากแพทย์ ถ้าป่วยหนักก็มีระบบช่วยเหลือส่งต่อไปยังโรงพยาบาล และการให้บริการของ รพ.สต.ก็รวดเร็วกว่าไม่ต้องรอคิวนาน มีการอำนวยความสะดวกถึงในหมู่บ้าน โดยใช้ อสม.”

หลังการยกระดับการทำงานของ รพ.สต. ใจทย์ใหม่อีกเรื่อง คือ แลกเปลี่ยนเรียนรู้ในการทำงานของแต่ละ รพ.สต. โดยเฉพาะประสบการณ์ทำงานที่สามารถเรียนรู้ร่วมกับชุมชนได้

นี่จึงเป็นจุดเริ่มต้นของ ‘อโรคยา ตลาดนัดสุขภาพดี’ ที่ นพ.ชูชัย บอกว่าอยากเห็นรายการทีวีที่สามารถสะท้อนการทำงานของ รพ.สต. ได้น่าจะมีประโยชน์ทั้งได้แลกเปลี่ยนเรียนรู้ประสบการณ์ทำงานรวมถึงเผยแพร่วิธีการดูแลสุขภาพของชุมชน จาก รพ.สต. สู่อโรคเา ตลาดนัดสุขภาพดี

“การเกิดขึ้นของ รพ.สต.ทำให้ เราอยากเห็นการนำเสนอรายการที่สะท้อนการทำงานเรื่องการส่งเสริมสุขภาพในชุมชน เพื่อให้เกิดการเรียนรู้ระหว่างชุมชนด้วยกันและสร้างกำลังใจในการทำงานจึงน่าจะดี หากมีการนำเสนอออกมาแบบเดียวกับเรียลลิตีการทำงานในพื้นที่ของเจ้าหน้าที่ และการดูแลสุขภาพของคนในชุมชน” ‘สุพัฒน์ สุขอนันต์’ ผู้เชี่ยวชาญด้านการสื่อสารและทุนอุปถัมภ์ สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ บอก

“คิดกันอยู่นาน เพราะสิ่งที่เราต้องการไม่ใช่เพียงแค่ความสนุกและสวนกระแสบกับรายการทีวีที่มีอยู่” สุธพัฒน บอกร จินมาเห็นรายการเกมโชว์สุขภาพ ‘อโรคา’ของบริษัท เวิร์คพอยท์ พอเห็นปุ๊บเธอบอกว่า ปังทันที แม้จะไม่โดนใจแบบสุดๆ แต่คิดว่าควรจะต้องยอรายการแบบนี้แหละ

“เดิมรายการ ‘อโรคา’ เป็นเกมส์สุขภาพที่มีคนดูมากอยู่แล้ว แต่ถ้าเราพัฒนาเนื้อหาเชิงสุขภาพมากขึ้นจะทำให้มันน่าสนใจและสามารถสร้างความรู้ในการดูแลสุขภาพด้วยตัวเองได้อย่างไร”

“รายการต้องสนุก แต่เป้าหมายก็ต้องไปให้ถึงด้วย” คือโจทย์ใหญ่ ที่ ‘ชยันต์ จันทวงศาทร’ ผู้อำนวยการฝ่ายผลิต บริษัท เวิร์คพอยท์ได้รับ

หลายตอนที่ผลิตออกอากาศ แม้แต่ตัวเขาเองยังรู้สึกประทับใจและเชื่อว่าเนื้อหารายการประเภทนี้จะช่วยปลูกกระแสการรักสุขภาพของคนไทยขึ้นได้

เรื่องประทับใจที่เขาดูแล้วน้ำตาไหล คือภาพคุณตา คุณยาย ที่ดูแลกันมานานกว่า 30 ปี ทุกวัน และยังคงดูแลกันไปจนกว่าอีกฝ่ายจะล้มหายตายจากกันไป สิ่งที่สื่อออกมาไม่เพียงเรื่องของกรดูแลสุขภาพ อย่างเดียวแต่สัมผัสได้ถึงความรักความเข้าใจกัน และการเป็นเพื่อนกันของคนสูงวัยซึ่งเมื่อมีรพ.สต. เข้าไปช่วยยิ่งทำให้การดูแลกันและกันของคุณตา คุณยาย เป็นเรื่องสนุกขึ้นไปอีก เพราะเขาได้เรียนรู้เคล็ดลับการดูแลสุขภาพมากมาย



“ผมชอบมากเพราะมันมีอารมณ์ความรักเข้ามาปนดูแล้วน้ำตาไหลเลย”

ส่วนอีกเรื่องที่เขาประทับใจคือ ความสนุกสนานปนความแข็งแรงที่นำเสนอผ่านคุณลุงวัยใกล้ 80 ปีแต่ยังสามารถเตะปีบดัง แต่ที่น่ายินดีมากกว่า คือคนแก่วัยนี้สามารถลงเขมที่เล็กมากๆ ได้แสดงว่าสายตาดิมากนั้นหมายถึงการดูแลสุขภาพดีเยี่ยมเช่นกัน

“ผมดูเทปนี้แล้วได้คิดหลายเรื่องใครบอกว่าคนไทยไม่ดูแลสุขภาพ ความจริงแล้ว คุณค่าของอาหารไทยรวมกับการออกกำลังกายที่ดีทำให้คนไทยอายุยืนและแข็งแรงไม่แพ้คนญี่ปุ่นเลย”

“ความรู้เรื่องการดูแลสุขภาพเป็นเรื่องที่ดีเพราะบางครั้งเรื่องเล็กๆ น้อยใกล้ตัวแต่มีคนไม่รู้ก็มากมาย แม้แต่ผมเองซึ่งเป็นผู้ผลิตรายการก็ได้เรียนรู้เรื่องราวสุขภาพไปพร้อมๆ กับคนดูเช่นกัน” ★

นี่คืออีกก้าวหนึ่งของรายการโทรทัศน์ไทยที่นอกเหนือจากให้สาระบันเทิงแล้วยังสามารถเปลี่ยนชีวิตคนไทยได้ด้วยสอดคล้องกับเป้าหมายสูงสุดของการทำรายการ ‘อโรคาตลาดนัดสุขภาพ’ คือ พัฒนาความน่าสนใจ เพื่อให้เข้าถึงคนไทยได้มากที่สุดเพราะนั่นหมายถึงรายการนี้มีส่วนสนับสนุนให้คนไทยมีสุขภาพที่ดีขึ้นนั่นเอง

ความสุขแบบยั่งยืน ฉบับ “ปากปูน”

ปากปูน คือ ชื่อดำบลหนึ่งในจังหวัดนครศรีธรรมราช ที่มีประชากรกว่าสามหมื่นคน และกว่าสามหมื่นชีวิตในตำบลเล็กๆ ที่มีวิถีชีวิตเรียบง่ายแห่งนี้ ได้ค้นพบ “โมเดลแห่งความสุข” ที่ทำให้ผู้คนมากมายเดินทางมาเรียนรู้เรื่องราวดีๆ จากที่นี่ไม่ขาดสาย จนทำให้ตำบลแห่งนี้กลายเป็นศูนย์เรียนรู้ ภายใต้โครงการ “พัฒนาศักยภาพบุคลากรองค์การบริหารส่วนตำบลปากปูนเพื่อพัฒนาเป็นศูนย์การเรียนรู้ เรื่องการจัดการสุขภาวะโดยชุมชน” สนับสนุนโดยสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.)

ความพิเศษของโมเดลปากปูนคืออะไร ?

สุขจากครรภ์มารดา

สังคมเล็กๆ แห่งนี้สร้างความพร้อมตั้งแต่ก่อนที่ จะมีบุตร ด้วยการสร้างระบบฐานข้อมูลสุขภาพ ครอบครัวและชุมชน โดยนำโปรแกรมซอฟต์แวร์ FAP มาเก็บข้อมูลคนทุกระดับ ทำให้ชาวบ้านรู้ ผังเครือญาติ เพื่อป้องกันโรคทางพันธุกรรม

เมื่อแต่งงานและตั้งครรรค์ จะได้รับการดูแลจากระบบอาสาสมัครของชุมชน (แม่อาสา) ในการให้คำปรึกษา คำแนะนำ และร่วมดูแลหญิงตั้งครรภ์ได้รับการฝากครรภ์ ได้รับอาหารเสริมที่ถูกสุขอนามัย โดยเฉพาะนมวัวผสมเกลือไอโอดีนเพื่อบำรุงครรภ์

อบต. จะแจกบทเพลงบรรเลงของโมสาร์ท และหนังสือเล่มแรกให้แม่อ่านให้ลูกฟังเพื่อพัฒนาทางด้านสติปัญญาของเด็กตั้งแต่ออยู่ในครรภ์

เด็กแรกเกิดทุกคนในปากปูนยังจะได้รับต้นไม้ 20 ต้นเป็นของขวัญ โดยพ่อแม่จะเป็นผู้เลือกพันธุ์ไม้ และทาง อบต. จะเป็นผู้จัดหามาให้ ซึ่งต้นไม้นี้จะเติบโตไปพร้อมกับเด็ก คนที่นี้เรียกการให้ต้นไม้ที่ว่า “โรงงานออกซิเจน”

ที่นอกจากผลิตออกซิเจนแล้ว ยังให้ผลผลิตกับครอบครัวนั้นๆ และสิ่งสำคัญคือ เด็กที่เกิดและเติบโตมาพร้อมกับต้นไม้ ย่อมจะซึมซับว่า ต้นไม้เป็นส่วนหนึ่งในชีวิตเขา



สู้วัยเล่าเรียน

นอกจากการไปโรงเรียนทุกวันจันทร์-ศุกร์อย่างเด็กทั่วไปแล้ว ในเวลาเย็นหลังเลิกเรียน หรือช่วงเสาร์ อาทิตย์ พวกเขายังพากันไป “โรงเรียนวัยใสหัวใจชุมชน” ที่มีห้องเรียนคือพื้นหญ้าใต้ต้นไม้ หรือศาลาร่มรื่นในวัด โรงเรียนแห่งนี้จะสอนในสิ่งที่โรงเรียนปกติไม่สอน เด็กเป็นผู้เลือกจะเรียนวิชาอะไรก็ได้ที่เขาสนใจ ครูผู้สอนไม่ใช่ใครที่โหนกคือนักเรียนที่มีความรู้ ความเชี่ยวชาญ ไม่ว่าจะเรียนวิชาพื้นฐาน หรือวิชาชีพท้องถิ่น

วันที่ไม่ได้ไปโรงเรียน เด็กๆ ที่นี้ยังจะได้สนุกสนานกับการเป็นเชอร์ล็อกโฮมน้อย กับโครงการนักสืบสายน้ำ ที่มุ่งปลูกฝังให้พวกเขารักท้องถิ่นและหวงแหนทรัพยากรธรรมชาติ ด้วยการออกตรวจวัดคุณภาพน้ำในคลองปากพูน เก็บขยะในลำคลอง และปลูกป่าชายเลน และยังสอนให้เด็กๆ รู้จักการคัดคั้นสูตร EM มาช่วยปรับปรุงน้ำเสีย จากนั้นไม่นานคุณภาพน้ำดีขึ้นตามลำดับ สิ่งตามมา คือ ปริมาณกุ้ง หอย ปู ปลาเพิ่มขึ้น จึงเกิดเป็นที่มาของ “กุ้งริมดอน คอนโดปลา ศาลาปู”

กุ้งริมดอน คือ การขยายพันธุ์กุ้ง ซึ่งจะไปอาศัยบริเวณริมคลองริมฝั่ง คอนโดปลา คือ ที่อยู่อาศัยของปลาที่มีเสาไม้ปักกลางทะเล และศาลาปู คือ เมื่อชาวประมงได้ปูไข่นอก ก็จะมาปล่อยบริเวณใต้ถุนศาลากลางน้ำ เพื่อให้ปูได้ขยายพันธุ์ต่อไป

นอกจากนี้ยังให้เด็กๆ ได้รู้จักการสร้างเศรษฐกิจระดับย่อยด้วยการปลูกผักสวนครัว ผักปลอดสารพิษ การรีดนมวัวการพาสเจอร์ไรซ์นม และการนำวัสดุท้องถิ่นมาใช้ในการดำเนินชีวิตและเพิ่มรายได้

ดูแลตลอดชีวิต

สมาชิกของชุมชนทุกคน ไม่ว่าวัยใด ล้วนมีส่วนร่วมในการสร้างชุมชนที่น่าอยู่ ด้วยการเป็นสมาชิกกองทุนสวัสดิการชุมชน ธนาคารความดี และธนาคารเวลา ทุกคนจะถูกสอนให้รู้จักการออมเงินวันละ 1 บาท 50 สตางค์ ผ่านกองทุนฯ ที่มี ‘รัฐมนตรีสวัสดิการ’ ที่ชาวบ้านตั้งขึ้นเป็นผู้ดูแลและหยิบมาใช้จ่ายเมื่อมีสมาชิกเจ็บไข้ได้ป่วย

“ธนาคารความดี” และ “ธนาคารเวลา” ตั้งอยู่ที่ “ร้านค้าเวลาดี” ที่ทาง อบต.ปากพูน เปิดขึ้นเพื่อจำหน่ายสินค้าของกินของใช้ อุปกรณ์การเรียนของเด็กเล่นให้แก่สมาชิก โดยใช้คะแนนที่ได้มาจากความดีที่ทำ และเวลาที่เสียสละเพื่อชุมชน มาแลกเปลี่ยนของที่ต้องการแทนการใช้ “เงิน”

ความดีและเวลายังจะช่วยขับเคลื่อนให้เกิดสังคมที่ไม่ทอดทิ้งกัน เช่น คนที่สะสมคะแนนเวลาและความดีไว้ สามารถไถ่ถอนคะแนนเพื่อแลกเปลี่ยนเป็นเงิน มอบให้กับเพื่อนบ้านที่เจ็บป่วย เมื่อผู้ป่วยหายก็นำมาใช้คืนในรูปแบบของจิตอาสาตามโครงการต่างๆ



ไม่ทอดทิ้งจนถึงวัยชรา

สำหรับผู้สูงอายุ จะได้รับการดูแลจากอาสาสมัครทั้งรุ่นจิวและรุ่นใหญ่ อีกทั้งยังมีกิจกรรมให้เด็กได้ทำด้วยการไปเยี่ยมบ้านของผู้สูงอายุ เพื่อสร้างปฏิสัมพันธ์ที่ดีระหว่างคนสองวัยให้มีความใกล้ชิด เกิดเป็นความรัก ความผูกพัน และสายสัมพันธ์ที่ดีของคนในชุมชน

แต่กว่าจะได้มาเป็นชุมชนที่น่าอยู่เช่นนี้ ไม่ได้ทำสำเร็จในเวลาอันสั้น ‘ธนาวุฒิ ถาวรพราหมณ์’ นายกองค์การบริหารส่วนตำบลปากพูน ซึ่งเกิดและเติบโตที่นี่ เล่าว่าที่นี่ใช้เวลากว่าสิบปีในการสร้างระบบการจัดการ และโครงการต่างๆ ขึ้นมารองรับ และที่สำคัญ ต้องเข้มแข็งด้วยตัวชาวบ้านเอง ซึ่ง อบต. ก็ได้มุ้งถ่ายอำนาจและหน้าที่ให้กับคณะกรรมการชุมชนต่างๆ ในปากพูนได้ดูแลจัดการกันเอง เพราะการสร้างรากฐานชุมชนที่ยั่งยืนต้องมาจากชาวบ้านไม่ใช่ระบบราชการ ระบบราชการทำหน้าที่เพียงจัดหางบประมาณ และถ่ายทอดกฎระเบียบสู่ชุมชน

ดังนั้นสิ่งสำคัญคือความร่วมมือร่วมใจ ด้วยการหล่อหลอมให้ชาวบ้านได้พบปะพูดคุยสนทนาเสมอ อันจะนำมาซึ่งการเรียนรู้ปัญหา และหาหนทางแก้ไขได้ด้วยวิถีชาวบ้าน

ถ้าชุมชนเล็กๆ ทั่วประเทศ ได้ลองคิด และลงมือทำให้ท้องถิ่นของตัวเองน่าอยู่ ก็จะเกิดการเปลี่ยนแปลงครั้งสำคัญ ซึ่ง อบต. ปากพูนหวังที่จะขยายเครือข่ายจากตำบลสู่ระดับตำบลใกล้เคียงและทั้งจังหวัด รวมไปถึงจังหวัดใกล้เคียง เพราะเชื่อว่าความสุข ควรจะส่งต่อจากที่นี่ไปยังชุมชนอื่นๆ ทั่วประเทศ ★

เปิดฉาก

“ทศวรรษความปลอดภัยทางถนน”

เป็นเวลานับทศวรรษที่เราพยายามต่อสู้เพื่อลดตัวเลขการบาดเจ็บและเสียชีวิตบนท้องถนน ซึ่งคร่าชีวิตคนไทยกว่า 12,000 คนต่อปี สูงกว่าการตายจากอาชญากรรมเกือบ 4 เท่า โดย 1 ใน 3 ของผู้เสียชีวิต เป็นสาเหตุหลักของครอบครัว ยังไม่รวมถึงผู้พิการรายใหม่ปีละกว่า 3,000 - 5,000 คน ที่สำคัญ 1 ใน 5 ของผู้เสียชีวิต คือ กลุ่มเด็กและเยาวชน ซึ่งถือเป็นกำลังสำคัญของชาติ

ลดตาย
50%
ใน 10 ปี

ที่ผ่านมา ประเทศไทยพยายามจะแก้ปัญหาด้วยแผนแม่บท 4 ปี (2552-2555) ที่มีเป้าหมายลดการสูญเสียอุบัติเหตุทางถนน ลดอัตราการเสียชีวิตจาก 14.15 คนต่อประชากร 1 แสนคน ให้เหลือ 10 คนต่อประชากร 1 แสนคน ภายในปี 2555

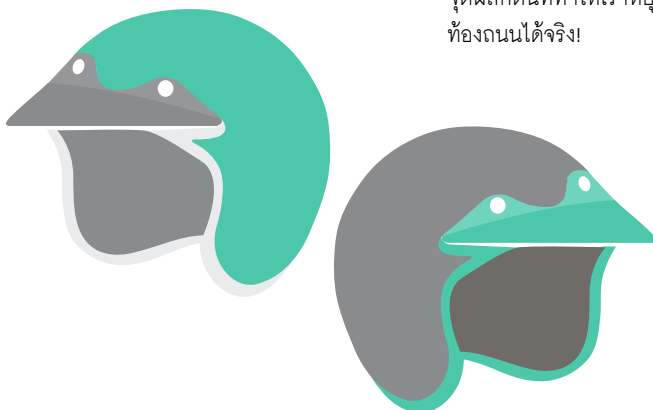
กระทั่งปลายปี 2552 องค์การอนามัยโลกได้มีการจัดประชุม โดยมีรัฐมนตรี และเจ้าหน้าที่ระดับสูงของประเทศต่างๆ เข้าร่วม จนเกิดเจตนารมณ์ที่เรียกว่า “ปฏิญญามอสโก” ซึ่งองค์การสหประชาชาติประกาศในปี พ.ศ.2554-2563 เป็น “ทศวรรษแห่งความปลอดภัยทางถนน”

ประเทศไทยจึงกลับมาพิจารณาแผนการดำเนินงานเพื่อผลักดันให้ประเทศเข้าสู่ “ทศวรรษแห่งความปลอดภัยทางถนน” และหวังว่านี่เองจะเป็นจุดผลักดันที่ทำให้เราหยุดตัวเลขคนเสียชีวิตบนท้องถนนได้จริง!

ความปลอดภัยทางถนน วาระแห่งชาติ

ในปีที่ผ่านมา สสส.ได้เข้าไปเป็นส่วนหนึ่งในคณะกรรมการนโยบายแห่งชาติ หรือ ศูนย์อำนวยการความปลอดภัยทางถนน โดยเข้าไปสนับสนุนการทำงานแผนแม่บทของหน่วยราชการให้กระจายไปยังจังหวัดต่างๆ และผลักดันรัฐบาลจนเกิดนโยบายข้อมูลทางวิชาการ โดยตั้งศูนย์ข้อมูลวิชาการความปลอดภัยทางถนนขึ้น

กระทั่ง ได้ร่วมนำเสนอแผนเข้าสู่ที่ประชุมคณะรัฐมนตรีเพื่อเห็นชอบให้ “ความปลอดภัยทางถนน” เป็นวาระแห่งชาติตั้งแต่ปี 2554-2563 เพื่อลดการเสียชีวิตบนท้องถนนลง 50% ภายใน 10 ปี และอัตราส่วนของผู้เสียชีวิตจากท้องถนนจะต้องต่ำกว่า 10 คนต่อจำนวนประชากร 1 แสนคน



นายไชยันต์ ศรีนิมาศ

ผู้อำนวยการ สำนักบูรณาการสาธารณสุขอุบัติเหตุและความปลอดภัยทางถนน และเลขานุการศูนย์อำนวยการความปลอดภัยทางถนน กล่าวว่าการประกาศ “ทศวรรษแห่งความปลอดภัยทางถนน” จะมีผลอย่างมากต่อการปฏิบัติงาน ซึ่งทำให้ทุกภาคส่วนสามารถนำไปปฏิบัติอย่างจริงจังภายใต้แผนงานที่เป็นยุทธศาสตร์ มีการจัดบุคลากร งบประมาณ จากเดิมที่มองปัญหาความปลอดภัยทางถนนเป็นภาพกว้าง ทำให้ยากที่จะแก้ไข การมองปัญหาและการแก้ไขต่อไปนี้จะถูกซอยย่อยลงมาตามทุกระบวน ทุกหน่วยงาน ตลอดจนภาคเอกชน

ในปีแรก ตั้งเป้าลดอัตราการเสียชีวิตอยู่ที่ 15 คนต่อ 1 แสนคน ในปี 2555 ตัวเลขจะต้องลดลงเหลือ 14.15 คน และในปี 2563 ตัวเลขจะต้องต่ำกว่า 10 คน

โดยศูนย์อำนวยการความปลอดภัยทางถนน จัดทำแผนปฏิบัติการ โดยพุ่งเป้าไปที่ 8 เรื่องหลัก คือ

- ❶ การส่งเสริมการสวมหมวกนิรภัย
- ❷ การแก้ไขปัญหามาแล้วขับ
- ❸ การจัดการขับขีด้วยความเร็ว
- ❹ การแก้ไขจุดเสี่ยง จุดอันตราย
- ❺ ยานพาหนะที่ปลอดภัย
- ❻ การพัฒนาสมรรถนะผู้ขับขี่
- ❼ การแพทย์ฉุกเฉิน และสุดท้ายคือ การบูรณาการระบบปฏิบัติการ

แผนปฏิบัติการนี้ได้ระดมนักวิชาการ ภาคีที่เกี่ยวข้องจัดทำยุทธศาสตร์สำหรับ 10 ปีข้างหน้าโดยเปิดตัวพร้อมกันทั่วโลกในวันที่ 11 พฤษภาคม 2554



นพ.ธนะพงศ์ จินวงษ์

ผู้จัดการศูนย์วิชาการเพื่อความปลอดภัยทางถนน ระบุว่า สาเหตุที่ต้องจัดการสวมหมวกนิรภัยหรือหมวกกันน็อกเป็นเรื่องแรก เพราะสถานการณ์การเกิดอุบัติเหตุทางถนนมาจากรถมอเตอร์ไซด์ของ Thai Road คิดเป็น 60% ของอุบัติเหตุทั้งหมด และจากข้อมูลของ 33 โรงพยาบาลทั่วประเทศพบว่าผู้ที่เข้ารับตัวที่โรงพยาบาลจากอุบัติเหตุทางถนนถึงขั้นบาดเจ็บรุนแรงนั้น คนขับไม่สวมหมวกนิรภัยถึง 86% ในขณะที่ผู้ซ้อนไม่สวมหมวกนิรภัยสูงถึง 96% ตัวที่บ่งชี้ได้อีกประการคือ กว่าครึ่งของอาการบาดเจ็บรุนแรงนั้นมาจากศีรษะ!

แม้ว่า การรณรงค์การสวมหมวกกันน็อกจะทำต่อเนื่องมาหลายปี แต่ดูเหมือนว่าคนไทยยังไม่ค่อยให้ความสำคัญ หากเปรียบเทียบกับประเทศเพื่อนบ้านอย่าง เวียดนาม ผู้ขับขี่ที่นั่นสวมหมวก 100% ในขณะที่บ้านเรากลับมีผู้ขับขี่ที่สวมหมวกมีเพียง 14%

ที่ผ่านมา องค์การอนามัยโลกได้มีการสำรวจการสวมหมวกนิรภัย ในประเทศไทยจากคะแนนเต็ม 10 เราสามารถทำได้แค่ 4 คะแนน ในปี 2554 รัฐบาลมีเป้าหมายคือต้องการได้คะแนนเต็ม 10 คะแนน และในทศวรรษความปลอดภัยทางถนนตั้งเป้าหมายว่า จะต้องเพิ่มการสวมหมวกกันน็อกให้ได้ 1 เท่าของปัจจุบัน

แต่จะอย่างไรให้ไปถึงจุดนั้น?

จากเก็บข้อมูลของ Thai Road ประมาณ 60% ของผู้ขับขี่มอเตอร์ไซด์ของไทยให้เหตุผลว่าที่ไม่สวมหมวกกันน็อก เพราะเห็นว่าเดินทางไม่ไกล ชื่อของแค่ปากซอย แต่นั่นก็ถือเป็นจุดเสี่ยงสำคัญนั้นนำมาสู่การประชาสัมพันธ์ “ไม่สวมหมวกกันน็อกไม่ได้เนียนคนเดียว” และการเกิดขึ้นของ “ชมรมคนห่วงหัว” เพื่อผลักดันให้การเพิ่มการสวมหมวกกันน็อกให้ได้อย่างที่ตั้งเป้า ★



HAPPY LIFE

ฮูล่าฮูป...

ฟิตร่างกายด้วยการส่ายเอว

ฮูล่าฮูป ห่วงยางแสนสนุกซึ่งกำลังเป็นที่นิยมสำหรับผู้คนทุกเพศทุกวัยในขณะนี้ ด้วยเพราะเป็นรูปแบบการออกกำลังกายที่แสนง่าย ไร้กฎและขั้นตอนที่ตายตัว ทำให้มีคนจำนวนไม่น้อยที่จะลุกขึ้นยืดเส้นยืดสายด้วยเจ้าห่วงยางนี้ เช่นเดียวกับ **คุณแตงน้อย ดำรงศิลปสกุล** ที่เลือกใช้เวลาเข้ากับเย็นในการบริหารร่างกายด้วยฮูล่าฮูป เพื่อรักษาระดับความดันและอัตราการเต้นของหัวใจให้คงที่ ลดอาการปวดหลังและปวดข้อเข่าที่มักเกิดขึ้นกับผู้สูงอายุหรือผู้ที่ต้องนั่งเรียน นั่งทำงาน หรือประชุมนานๆ ว่าแล้วอย่ารอช้าเลยมาเริ่มออกกำลังกายด้วยฮูล่าฮูปกันดีกว่า



1

ท่าที่ 1 เริ่มต้นด้วยการ ยืนตัวตรง หลังตรง พร้อมแยกขาออกจากกันประมาณ 45 องศา หรือให้กว้างประมาณช่วงไหล่ มือทั้ง 2 ข้างจับที่ฮูล่าฮูป จากนั้นสุดลมหายใจเข้าออกอย่างเป็นจังหวะก่อน 3-5 นาที เพื่อให้ร่างกายรู้สึกผ่อนคลายและช่วยป้องกันไม่ให้เกิดกล้ามเนื้อตึงและเกร็งจนเกินไป



2

ท่าที่ 2 ยกฮูล่าฮูปไว้เหนือศีรษะ ค่อยๆ เหยียดแขนทั้ง 2 ข้างออกไปจนสุดแขน จากนั้นหายใจเข้าแล้วนับ 1 2 3 แล้วหายใจออกฝึกหายใจ เข้าออกสลับไปมาประมาณ 2-3 นาที แล้วจึงเปลี่ยนท่า



3

ท่าที่ 3 ยังคงยกฮูล่าฮูปไว้เหนือศีรษะ พร้อมกับหายใจเข้า จากนั้นค่อยๆ หมุนตัวไปทางซ้าย เมื่อบิดตัวไปจนสุดให้หายใจออกอย่างช้าๆ แล้วค่อยๆ หมุนตัวกลับมา พร้อมกับหายใจเข้า แล้วค่อยๆ หมุนตัวไปทางขวา เมื่อบิดตัวไปจนสุดให้คุณหายใจออกอย่างช้าๆ แล้วค่อยๆ หมุนตัวกลับมาเช่นกัน ทำแบบนี้ซ้ำไปซ้ำมา ประมาณ 3-5 นาที แล้วจึงเปลี่ยนท่า



4

ท่าที่ 4 ลดระดับแขนลงมาให้อยู่ในระดับเดียวกันกับหัวไหล่ ยึดข้างซ้ายออกไปด้านข้างให้สุด งอแขนขวาเข้ามา พร้อมกับหายใจเข้านับ 1 2 3 จากนั้นหายใจออก แล้วค่อยๆ ยึดแขนขวาออกไปด้านข้างให้สุด แล้วงอแขนซ้ายเข้ามา แล้วหายใจเข้านับ 1 2 3 จากนั้นหายใจออก ทำแบบนี้ซ้ำไปซ้ำมา ประมาณ 3-5 นาที แล้วจึงเปลี่ยนท่า



5

ท่าที่ 5 ยึดแขนทั้ง 2 ข้างออกไปด้านหลัง แล้วคว่ำมือลงพร้อมกับจับฮูลาฮูปด้วยมือทั้ง 2 ข้าง แล้วค่อยๆ หายใจเข้านับ 1 2 3 จากนั้นดันตัวไปด้านหน้าแล้วยึดแขนออกไปด้านหลังสุด ก่อนหายใจออกนับ 1 2 3 ทำแบบนี้ซ้ำไปซ้ำมา 10 รอบแล้วจึงเปลี่ยนท่า



6

ท่าที่ 6 เปลี่ยนมานั่งลงกับพื้น เหยียดขาออกไปข้างหน้า ให้ขาทั้ง 2 ข้าง คล้องห่วงฮูลาฮูป มือทั้ง 2 ข้างกางออกประมาณ 90 องศาและจับที่ด้านบนของฮูลาฮูป จากนั้นงอขาทั้ง 2 ข้างขึ้นเล็กน้อยพร้อมกับหายใจนับ 1 2 3 แล้วยึดขาออกไป พร้อมกับเหยียดแขนและโน้มตัวข้างหน้า แล้วหายใจออกนับ 1 2 3 ทำแบบนี้ซ้ำไปซ้ำมา 5 รอบแล้วจึงเปลี่ยนท่าใหม่



7

ท่าที่ 7 ลูกขึ้นยืนตัวตรงอีกครั้ง พร้อมยืนแยกขาให้ห่างจากกันประมาณ 45 องศา แล้วจับห่วงฮูลาฮูปให้ไปหมุนไปทางซ้ายหรือขวาก็ได้ จากนั้นค่อยๆ ส่ายเอวไปตามแรงหมุนของห่วง ประมาณ 5-10 นาที



8

ท่าที่ 8 ในระหว่างที่หมุนห่วงฮูลาฮูป ขอแนะนำให้คุณเคลื่อนไหวแขนไปอย่างสบายๆ เพื่อเป็นการผ่อนคลายและช่วยให้กล้ามเนื้อเกร็ง โดยเริ่มจากเหยียดแขนทั้ง 2 ข้างออกไปให้อยู่เหนือศีรษะโดยให้ฝ่ามือประกบกัน จากนั้นลดมือลงมาให้อยู่หลังศีรษะ ก่อนจะกางข้างออกไปด้านข้าง แล้วกำมือทั้ง 2 ข้างไว้ที่ใต้หน้าอก แล้วส่ายเอวต่อไปเรื่อยๆ ประมาณ 10 นาที

- ควรเลือกขนาดของฮูลาฮูปที่พอดีกับตัว ไม่ใหญ่จนเกินไป เนื่องจากแรงหมุนอาจของห่วงฮูลาฮูปที่มีขนาดใหญ่จะทำให้เกิดการปวดหลังได้
- ระยะเวลาที่เหมาะสมในการออกกำลังกายด้วยฮูลาฮูปประมาณครั้งละ 30 นาที
- การออกกำลังกายด้วยวิธีนี้เป็นประจำจะช่วยควบคุมจังหวะการไหลเวียนของโลหิตและเพิ่มประสิทธิภาพการทำงาน of หัวใจ
- สำหรับคนที่กำลังรักษารูปร่างและน้ำหนัก การส่ายเอวด้วยฮูลาฮูปจะช่วยเพิ่มส่วนเว้าส่วนโค้งที่เอวและทำให้รูปร่างกระชับได้สัดส่วนมากขึ้น



HAPPY EATING

กินผัก 5 ส

สุขภาพแข็งแรงทั้งสัปดาห์

สิ่งแวดล้อมในเมืองใหญ่จำกัดให้ผู้คนต้องทำงานเฉลี่ย 5 วันต่อสัปดาห์ และด้วยเวลาที่เร่งรีบทำให้มีคนจำนวนมากเลือกกินอาหารจานด่วน จนลืมนึกไปว่าอาหารในแต่ละมื้อมีผลต่อร่างกาย เนื่องจากสุขภาพที่แข็งแรงนั้น ต้องเกิดจากทั้งภายนอกภายใน ซึ่งปัจจัยสำคัญที่จะช่วยให้เราทุกคนมีสุขภาพแข็งแรงย่อมคือ “การกินอาหารที่มีประโยชน์” จึงมีเคล็ดลับการกินผักแบบประหยัดเวลาและช่วยทำให้ร่างกายได้รับสารอาหารครบ 5 หมู่ มาฝากค่ะ



คุณ ‘อุไร เพ็ชรรัตน์’ เจ้าของร้าน Veggie Veggie อาหารสำหรับผู้รักสุขภาพ ให้คำแนะนำว่าปัจจุบันมีคนไทยรักสุขภาพหันมากินอาหารเพื่อสุขภาพมากขึ้น จนกลายเป็นเทรนด์ของคนกินมังสวิรัต อาจเพราะทำได้ง่าย เพียงแค่เริ่มกินผักอาทิตย์ละ 1 วัน ถึง 3 วัน ก็จะช่วยขับสารพิษออกจากร่างกาย

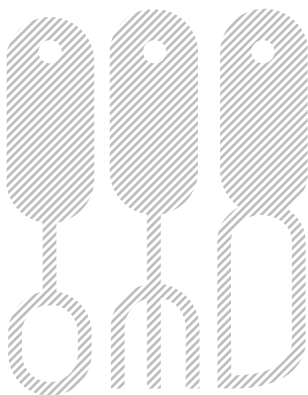
สำหรับคนวัยทำงาน ไม่ว่าจะอยู่ในช่วงวัยไหน ขอแค่ไม่ดื่มชา กาแฟตอนเช้า แล้วหันกลับมาบังคับตัวเองให้รักษาสุขภาพมากขึ้นเพียงเท่านี้คุณก็จะมีสุขภาพดีแตกต่างจากคนอื่น แม้อาจจะไม่ได้เห็นผลทันตาแต่เป็นการดูแลสุขภาพภายในระยะยาวได้ดี

เจ้าของร้าน Veggie Veggie ยังแนะนำ โดยเฉลี่ยแล้วต่อ 1 คน 1 มื้อ ควรกินสลัดผักประมาณ 500 กรัม หรือ 1 ถ้วยใหญ่ ผักที่กินจะต้องปลอดสารพิษ หากใครที่มากินอาหารที่ร้านจะแนะนำเลยว่าให้กินผักให้ครบ 5 สี เพื่อที่ร่างกายจะได้รับสารอาหารครบ 5 หมู่ ส่วนช่วงเวลาที่เหมาะสมแก่การกินคือ 5 - 6 โมงเย็น เนื่องจากจะเป็นช่วงเวลาที่ร่างกายย่อยอาหารได้ดีที่สุด แถมยังไม่อึดท้องจนเกินไปด้วย ซึ่งเมื่อตื่นเช้าขึ้นมาจะเห็นได้ว่า ระบบขับถ่ายจะทำงานได้ดีขึ้น ร่างกายรู้สึกสดชื่นขึ้น

“บางครั้งเราต้องยอมจ่ายเงินกับสิ่งที่ต้องเข้าไปในร่างกาย เพื่อสิ่งที่ดีที่สุดแก่ร่างกายของเราเช่นกัน ลองคิดดูสิว่า ตั้งแต่เด็กจนโตมาถึงปัจจุบันนี้ คุณได้รับประทานอะไรไปบ้าง แต่นั่นเป็นเพียงอดีต หากคุณคิดว่าในอนาคตอยากมีชีวิตที่ปราศจากโรคภัยไข้เจ็บ วิธีง่าย ๆ และใกล้ตัวที่สุดควรหันกลับมามองตัวคุณเองว่า เมื่อหลังจากนี้ต่อไป ไม่ว่าจะเริ่มจากมื้อใดก่อนก็ตามควรบริโภคแต่สิ่งที่มีประโยชน์ต่อร่างกาย” อุไรบอก

นอกจากนี้ คุณอุไรยังกล่าวทิ้งท้ายว่า อย่ากังวลไปเลยสำหรับคนที่ไม่มีเวลาเลือกกินผักให้ครบ 5 สี เพราะคุณสามารถเลือกกินผักชนิดอื่นๆ ที่ให้ประโยชน์ต่อร่างกายได้ เนื่องจากไม่ว่าจะเป็นผักสีไหนๆ ก็สามารถให้คุณค่าทางอาหารสูงได้เช่นกัน เพียงแค่คุณใช้เวลาในการดูแลสุขภาพ พักพิถีพิถันในการเลือกรับประทานอาหารขึ้นมามากในแต่ละวัน เพียงเท่านี้ชีวิตก็สุขกับการกินและสุขกับการไร้โรคได้แล้ว

ทั้งนี้สำหรับคนรักสุขภาพที่สนใจอยากกินผักปลอดสารพิษ ก็สามารถไปแถวริมถนนพระสุเมรุได้ ร้าน Veggie Veggie by Namo Namon Farm ตั้งอยู่ด้านซ้ายมือหากมาจากทางแยกบางลำพู หน้าร้านตกแต่งด้วยผักสดนานาชนิด ที่วางให้เลือกสรรในราคาถูก หรือสอบถามเส้นทางได้ที่เบอร์โทรศัพท์ 08-9921-2839 ☺



ผัก 5 สี ที่ควรรับประทาน

● บัตเตอร์เฮด

มีวิตามินซีสูง ป้องกันโรคโลหิตจาง บรรเทาอาการท้องผูก เหมาะสำหรับคนที่เป็นโรคเบาหวาน

● เรดโครอส

มีเส้นใยอาหารสูง ป้องกันโรคปากนกกระจอกช่วยสร้างเม็ดเลือด ช่วยป้องกันโรคโลหิตจาง

● เรดโอ๊ค

กากใยอาหารมาก ช่วยล้างผนังลำไส้ กำจัดพวกไขมันและยังสามารถช่วยกำจัดอนุมูลอิสระอันเป็นสาเหตุของการเกิดมะเร็งในลำไส้ได้

● คอส

ป้องกันโรคโลหิตจาง ช่วยทำให้เส้นเลือดฝอยแข็งแรง

● ฟลลีย์ ไอซ์เบิร์ก

ช่วยสร้างเม็ดเลือดและสร้างภูมิคุ้มกัน ป้องกันโรคหวัด



HAPPY MEDIA

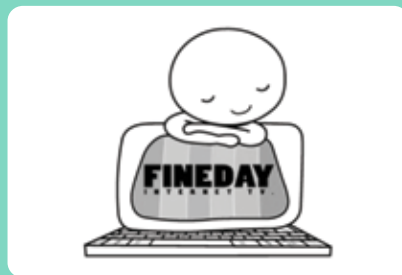
สื่อสร้างสุข

เปิดมุมมองดีๆให้กับคุณ
ด้วยสื่อสร้างสรรค์ไร้มลพิษ



อโรคา ตลาดนัดสุขภาพ

ชวนคุณไปรอบรู้เรื่องสุขภาพกับ รายการวาไรตี้สุขภาพชื่อเก๋ๆ ดูสนุกได้ความรู้ อย่าง “อโรคา ตลาดนัดสุขภาพ” กับการนำเรื่องราวเกี่ยวกับปัญหาสุขภาพใกล้ตัว มานำเสนอได้อย่างสนุกสนาน พร้อมทั้งวิธีการทำงานเชิงรุกของเจ้าหน้าที่โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลในพื้นที่ที่น่าสนใจ เท่านั้นยังไม่พอยังมีผู้เชี่ยวชาญเพื่อประเมินสุขภาพตัวเองโดยแพทย์ผู้เชี่ยวชาญเพื่อป้องกัน และแก้ไขไปพร้อมๆ กับเหล่าดารากับด้วย คู่มึงจริงเลยนะคะดูรายการ นี้สุขภาพก็ดีไปด้วยตามไปดูกันเลยคะที่สถานีวิทยุโทรทัศน์กองทัพบก ช่อง 5 ทุกวันเสาร์ เวลา 20.15-21.15น.



Fineday TV (www.finedaytv.com)
ทีวีที่เปลี่ยนทุกวัน เป็นวันสุข

ถ้าเคยรู้สึกเบื่อช่องฟรีทีวี เลื่อนไปทางไหนก็แต่ความรุนแรงและโฆษณา หรือหนายเคเบิลทีวีที่มักมีเนื้อหาที่หมิ่นเหม่แทรกมาอยู่เรื่อยๆ รายการสร้างสรรค์ก็ไม่ฉายในเวลาที่ต้องการ

สถานีโทรทัศน์ทางอินเทอร์เน็ต Fineday TV นำจะเป็นทางเลือกใหม่ๆ ที่น่าสนใจที่คัดสรรรายการดีๆ มีสาระ และไม่เป็นพิษเป็นภัยต่อเยาวชนทั้งการดูอนิเมชั่น ทอล์กโชว์ ซีรีส์รายการสำหรับเด็ก วาไรตี้ สก๊อปสั้น สารคดี หนังสั้น เกมโชว์

เรียลลิตี้โชว์ ที่รับรองให้ทั้งความ บันเทิง และสร้างสรรค์ ส่งเสริมการเรียนรู้ มาให้ดูกันทั้งวันแบบ Real Time หรือจะเลือกดูเฉพาะรายการที่ต้องการเข้าได้ตลอดทั้งวัน แถมยังดาวน์โหลดรายการเพื่อชมผ่านเครื่องคอมพิวเตอร์เครื่องเล่นเพลงแบบพกพา หรือโทรศัพท์มือถือได้ด้วย

แค่ลองคลิกเข้าไปที่ www.finedaytv.com รายการดีๆ ก็อยู่ในมือคุณ





Website : ฟีว www.fuse.in.th

เอาใจนักท่องอินเทอร์เน็ตกันบ้างกับ fuse.in.th เว็บไซต์ที่เปิดพื้นที่แรงบันดาลใจสำหรับนักทำสื่อใหม่ทุกเพศทุกวัย เพียงคลิกมาที่นี่ก็จะพบกับสารพัดสื่อใหม่ๆ เคล็ดลับในการถ่ายภาพ การทำหนังสือ บทสัมภาษณ์เจ๋งๆ จากผู้กำกับมืออาชีพที่พร้อมแบ่งปันประสบการณ์ ยิ่งหากคุณเป็นคนมีไอเดียและจินตนาการสร้างสรรค์แบบไม่จำกัด ฟีวก็มีพื้นที่ให้คุณได้นำผลงานมาโชว์แบบไม่เสียสตางค์ พร้อมรวบรวมข่าวคราวกิจกรรมการประกวด ที่รอให้คุณได้ลงสนามโชว์ของกันจริงๆ ในส่วนของคนทำหนังสือ คนอยากทำหนังสือและคนอยากแสดงหนังสือ ก็สามารถเข้ามาแลกเปลี่ยนพูดคุยกันได้ ด้วยเว็บบอร์ดที่เปิดความคิดให้ทุกคนได้เข้ามาพูดคุยกันตามประเด็นคอเดียวกันละ



คลื่นวิทยุ : รายการพ่อแม่มือใหม่ หัวใจเกินร้อย FM 105 MHz.
คลื่นวิทยุไทยเพื่อเด็กและครอบครัว

ถ้าพ่อแม่คือที่ปรึกษาที่ดีของลูก 'รายการพ่อแม่มือใหม่หัวใจเกินร้อย' ก็คงเป็นเหมือนที่ปรึกษาให้แก่คุณพ่อคุณแม่ที่คอยให้คำแนะนำ รวมถึงสาระดีๆ ในการเป็นแบบอย่างที่ดีให้กับลูกๆ ด้วยการนำเสนอข้อมูลรอบด้านที่เป็นประโยชน์ อาทิ วิธีการสื่อสารกับลูก ลดความกังวลอย่างไรเมื่อเจอหน้าเด็กๆ เห็นดำเนินรายการโดย 'คุณสรวิมล นธ์ สิทธิสมาน' บรรณาธิการบริหารนิตยสาร Mother & Care กับประสบการณ์คุณแม่ลูก 2 ที่พร้อมจะถ่ายทอดแง่คิดและวิธีการเลี้ยงลูกด้วยตัวเองอย่างเหมาะสมและถูกต้องสำหรับพ่อแม่รุ่นใหม่วัยทำงาน โดยมีจิตแพทย์เด็กและทีมแพทย์ผู้เชี่ยวชาญจากโรงพยาบาลต่างๆ คอยสับเปลี่ยนหมุนเวียนมาเป็นวิทยากรรับเชิญให้สัมภาษณ์ในรายการเพื่อแนะนำ ดูแล ช่วยเหลือคุณพ่อคุณแม่ของคุณ ด้วยความรู้คู่กับความรัก ทางสถานีวิทยุกระจายเสียงแห่งประเทศไทย FM 105 MHz. คลื่นวิทยุไทยเพื่อเด็กและครอบครัว ทุกวันเวลา 10.00 - 11.00 น.



สำหรับเกม เรามีเกมคอมพิวเตอร์แนว Adventure ที่สนุกและท้าทายความคิดสุดๆ มาแนะนำ ชื่อว่า Cigs Buster เกมสืบสวนสอบสวนเปิดโปงการตลาดของบริษัทยาสูบ ที่สร้างขึ้นโดยความร่วมมือของสำนัก ICT สสส. ร่วมกับมูลนิธิธรรมาภิบาลเพื่อการไม่สูบบุหรี่ และ Change Fusion ที่ผู้เล่นจะได้สวมบทบาทเป็น 'เจสัน' นักข่าวหนุ่ม ทำการสืบหาเงื่อนงำการหายตัวไปของนักข่าวรุ่นพี่ และค่อยๆ ค้นพบว่าทำไมเยาวชนจำนวนมากจึงเสพติดบุหรี่

ลักษณะของเกมจะเป็นเหมือนการอ่านหนังสือการ์ตูน และมีเกมแทรกให้คอยแก้ปริศนาไปตลอดทั้งเรื่อง นอกจากสนุกแล้ว ยังได้รู้เบื้องลึกเบื้องหลังของการทำการตลาดของธุรกิจบุหรี่อีกด้วย รับรองว่ามันส์แน่นอน ลองเข้าประลองฝีมือกับเกม Cigs Buster ได้ที่ "http://www.nosmoking-club.in.th"



HAPPY WORKPLACE

มาสร้างองค์กรแห่งความสุข ด้วยความสุขแปดประการกันเถอะ

นพ.ชาญวิทย์ วสันต์ธนารัตน์
ผู้อำนวยการสำนักสนับสนุนสุขภาวะองค์กร สสส.

สวัสดีครับท่านผู้อ่านทุกท่าน เป็นครั้งแรกที่เราได้มาพบกันที่นี่ ผมเองได้รับมอบหมายงานใหญ่มากจากท่าน บก. ให้ไปเสาะหาเรื่องราวดีๆ เกี่ยวกับการสร้างความสุขในองค์กร เพื่อนำมาบอกเล่าผ่านคอลัมส์ HappyWorkplace ซึ่งผมมีความยินดีและขอรับอาสาอย่างตั้งอกตั้งใจเพื่อท่านผู้อ่านได้สาระประโยชน์มากที่สุด และผมปรารถนาที่จะได้รับฟังข้อคิดเห็น ข้อเสนอแนะต่างๆ จากท่านผู้อ่านเช่นกันนะครับ ผมอยากให้พวกเรามีความเชื่อว่าความงามของการสร้างสรรค์คือการเปิดรับความคิดและได้ถกเถียงกันด้วยปัญญา

เพื่อชวนพวกเรามาสร้างความสุขในการทำงานให้เป็นที่ทำงานแห่งความสุข ก่อนอื่นผมขอแนะนำแนวคิดการสร้างความสุขแปดประการมาบอกเล่าให้ท่านลองนำไปประยุกต์ใช้ในการทำงานและใช้ชีวิตกันครับ ความสุขแปดประการหรือ HAPPY 8 เป็นแนวคิดง่ายๆ เพื่อให้สามารถจัดสมดุลชีวิตของเราผ่านโลกสามใบที่ทับซ้อนกันอยู่ โดยการแบ่งความสุขเป็นสามส่วนคือ ความสุขของตัวเอง ความสุขของครอบครัว ความสุขขององค์กรและสังคม ความสุขมีสามส่วนนะครับอย่าลืม ผมขอเริ่มจากความสุขของตัวเอง เป็นความสุขที่เกิดจากเราบริหารจัดการความสุขทุกสุขซึ่งประกอบด้วย



1 Happy Body

สุขภาพดี การมีสุขภาพแข็งแรงทั้งร่างกายและจิตใจผลจากการรู้จักใช้ชีวิต รู้จักกิน รู้จักนอน เพื่อชีวิตมีความสุข

2 Happy Heart

น้ำใจงาม มีน้ำใจคิดถึงคนอื่นไม่คิดถึงแต่ผลประโยชน์ตนเองเท่านั้น

3 Happy Relax

การผ่อนคลาย ต้องรู้จักการผ่อนคลายกับสิ่งต่างๆ ที่เข้ามาในชีวิต

4 Happy Brain

หาความรู้ มุ่งศึกษาหาความรู้ พัฒนาตัวเองตลอดเวลา เพื่อให้เกิดความมั่นคงก้าวหน้าในการทำงาน

5 Happy Soul

การมีคุณธรรม หิริ โอตตัปปะ ความละอายและเกรงกลัวต่อความคิดการกระทำของตนเองเพื่อให้ รู้จักเอาใจเขามาใส่ใจเรา อยู่กับคนอื่นได้อย่างมีความสุข

6 Happy Money

มีความสามารถในการจัดการรายรับรายจ่ายของตนเองได้อย่างดี ไม่สร้างหนี้ ไม่ใช้จ่ายอย่างขาดสติไตร่ตรอง มีหลักความพอเพียงในการใช้เป็นพื้นฐานของชีวิต หากเราบริหารทั้งหกสุขนี้ได้ดีเราจะเกิดความสุขพร้อมในการใช้ชีวิตและการทำงานมากขึ้น โลกส่วนความสุขของตัวเรามีความสำคัญมากครับ เพราะมุ่งเน้นให้เกิดมีความสุขพร้อมในการใช้ชีวิตให้ได้มากที่สุดเพื่อจะสามารถช่วยผู้อื่นที่มีความพร้อมน้อยกว่าทั้งสมาชิกในครอบครัวเรา เพื่อนร่วมงานเรา และคนในสังคมของเรา ตามหลักพุทธศาสนาที่ว่าตนเป็นที่พึ่งแห่งตนเ็นครับ อย่ารอให้คนอื่นมาสร้างความสุขให้ต้องรู้จักบริหารจัดการ ความสุขของตนเองให้ได้ ที่สุดแล้วจะไปหาความสุขที่ยั่งยืน

7 Happy Family

การสร้างครอบครัวที่อบอุ่นและมั่นคงได้นั้นต้องให้ความสำคัญกับครอบครัวเพื่อเป็นกำลังใจที่ดีในการทำงานแต่การจะมีครอบครัวที่มีความสุขสมาชิกทุกคนต้องมีความสามารถในการดูแลซึ่งกันและกันได้ไม่เป็นภาระแก่กัน หรือพยายามเป็นภาระต่อครอบครัวให้น้อยที่สุดครอบครัวใดที่มีความสามารถในการบริหารจัดการสมดุลคนในครอบครัวได้ดีจะพบว่าเป็นครอบครัวที่มีความสุขสมาชิกในครอบครัวจะเป็นสมาชิกที่ดีต่อสังคม ความสุขส่วนที่สามคือการสร้างความสุขขององค์กรและสังคมของเรา

8 Happy Society

การมีสังคมดีโดยการสร้างสังคมและสภาพแวดล้อมที่ดีในการทำงานและใช้ชีวิตของสมาชิกในสังคม ความสุขส่วนนี้เป็นสิ่งที่ทุกที่ทำงานทุกสังคมปรารถนาให้เกิดแต่จะเกิดไม่ได้เลยถ้าสมาชิกไม่สามารถจัดการตนเองและครอบครัวให้มีความสุขได้

การสร้างความสุขของคนทั้งแปดประการในโลกสามใบจึงเป็นแนวคิดที่ท้าทายต่อการคิดต่อว่า จะสามารถนำแนวคิดนี้ไปประยุกต์ใช้ได้หลากหลายไม่ว่าใช้เป็นตัวชี้วัดในการบริหารความสุขของตนเอง บริหารความสุขคนในองค์กร หรือใช้ในการบริหารความสุขคนทั้งชาติก็เป็นได้ ด้วยข้อจำกัดของพื้นที่ สำหรับฉบับนี้ผมขอแนะนำแค่แนวคิดความสุขแปดประการ ในฉบับหน้าผมจะนำเรื่องราวของการนำความสุขแปดประการไปใช้สร้างองค์กรแห่งความสุข อย่างลึ้มติดตามตอนหน้านะครับ สวัสดีครับ ☺

พลังพี่น้อง ประองดอง สร้างสรรค์ สร้างไทย



รักพี่น้องจริง
อย่าชวนน้องดื่ม



ชวนไปดื่มไทย: แผนรณรงค์ป้องกันและลดอุบัติเหตุทางถนนในช่วงเทศกาลสงกรานต์ในสถานศึกษา

ชวนน้องเล่นกีฬา สนุกด้วย สนุกได้ ไม่ต้องดื่ม

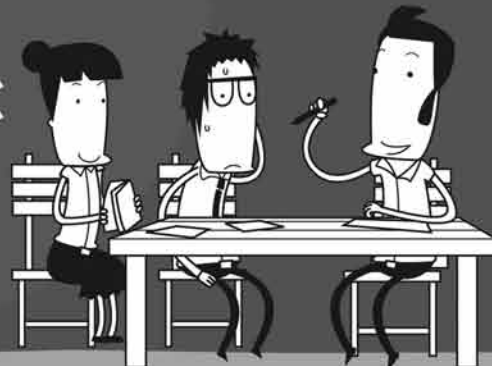


รักพี่น้องจริง
อย่าชวนน้องดื่ม



ชวนไปดื่มไทย: แผนรณรงค์ป้องกันและลดอุบัติเหตุทางถนนในช่วงเทศกาลสงกรานต์ในสถานศึกษา

ชวนกันติวหนังสือ สนิทใจ ได้สาระ ไม่ต้องดื่ม



รักพี่น้องจริง
อย่าชวนน้องดื่ม



ชวนไปดื่มไทย: แผนรณรงค์ป้องกันและลดอุบัติเหตุทางถนนในช่วงเทศกาลสงกรานต์ในสถานศึกษา

เป็นโรคเรื้อรัง ก็ดูแลตัวเองได้..

ความดันสูง



ควบคุมน้ำหนัก



กินผัก ผลไม้



ไม่กินเค็ม



ออกกำลังกาย 30 นาที/วัน

เบาหวาน



ไม่กินหวานจัด



กินข้าวกล้อง



ดูแลเท้าไม่ให้เป็นแผล



ออกกำลังกาย

หน่วยกระจาย
สุขภาพดี
โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล

เราพร้อมให้ข้อมูลสุขภาพดีฯ และทำความเข้าใจอย่างใกล้ชิดถึงบ้าน
เพื่อให้ทุกคนในตำบลดูแลตัวเองได้ แนวคิดใหม่เพื่อสุขภาพที่ดีอย่างยั่งยืน



โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล





ขอเชิญชวนให้ประชาชนทุกเพศ ทุกวัย ออกกำลังกายเป็นวิถีชีวิต เพื่อป้องกันโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง
อันได้แก่ โรคเมะเร็ง โรคหัวใจ โรคเบาหวาน ความดันโลหิตสูง อัมพาต อัมพฤกษ์ และโรคอ้วน
ให้ทุกคนเห็นคุณค่าและมีหัวใจอาสาที่มุ่งสร้างประโยชน์ ต่อส่วนรวม และการช่วยเหลือ
การให้ หรือแบ่งปันต่อผู้อื่นด้วยจิตใจของความเป็นเพื่อนมนุษย์ผู้ปรารถนาดี

มาร่วมกันแบ่งปันทั้งกายและใจ ในงาน.....

เดิน-วิ่งด้วยหัวใจอาสา เพื่อสังคมแห่งการแบ่งปัน



ในวันอาทิตย์ที่ 5 มิถุนายน 2554

ณ กระทรวงสาธารณสุข
ถนนติวานนท์ จังหวัดนนทบุรี
เวลา 05.00 น. - 12.00 น.

สอบถามรายละเอียดได้ที่...

สมาคมร่มบรวิ้งเพื่อสุขภาพไทย
โทร. 02-4559149,
081-6584704

มูลนิธิหัวใจอาสา

2044/23 ถนนพหลโยธิน

เขตห้วยขวาง กรุงเทพฯ 10310

โทร. 02-3144112-3 ต่อ 301

vhf2551@gmail.com

กำหนดการ

04.30-05.50	ลงทะเบียน เดิน-วิ่ง
05.30-05.50	Warm up
05.50	เปิดงาน
06.00	ปล่อยตัววิ่ง 10.5 กม.
06.10	ปล่อยตัวเดิน 3 กม.
07.00-08.00	พิธีมอบรางวัล
06.30	เปิดงานตลาดนัดแบ่งปัน
06.30-12.00	สาธิตการออกกำลังกาย, ตลาดนัดเพื่อสุขภาพ ตลาดนัดแบ่งปัน, เปิดนิทรรศการเพื่อสุขภาพ, การแสดงบนเวที
12.00	ปิดงาน

กิจกรรม

- ร่วมเดินเพื่อสุขภาพ ระยะทาง 3 กม.
 - วิ่งควอเตอร์มาราธอน 10.5 กม.
 - ตลาดนัดเพื่อสุขภาพ
 - สาธิตการออกกำลังกายและกิจกรรมเกี่ยวกับส
 - ตลาดนัดแบ่งปัน สร้างสังคมแห่งการแบ่งปัน
 - บริการเครื่องใช้สอยที่ไม่ได้ใช้แล้วแต่ยังมีคุณค่า
- อุปกรณ์กีฬา เสื้อผ้า หนังสือ ฯ**

ขอเชิญร่วมบริจาคได้ตั้งแต่วันที่ 9 - 20 พฤษภาคม 54

ณ จุดรับบริจาค...

มูลนิธิหัวใจอาสา

2044/23 ถนนสุขุมวิทใหม่

เขตวัฒนา กรุงเทพฯ 10310

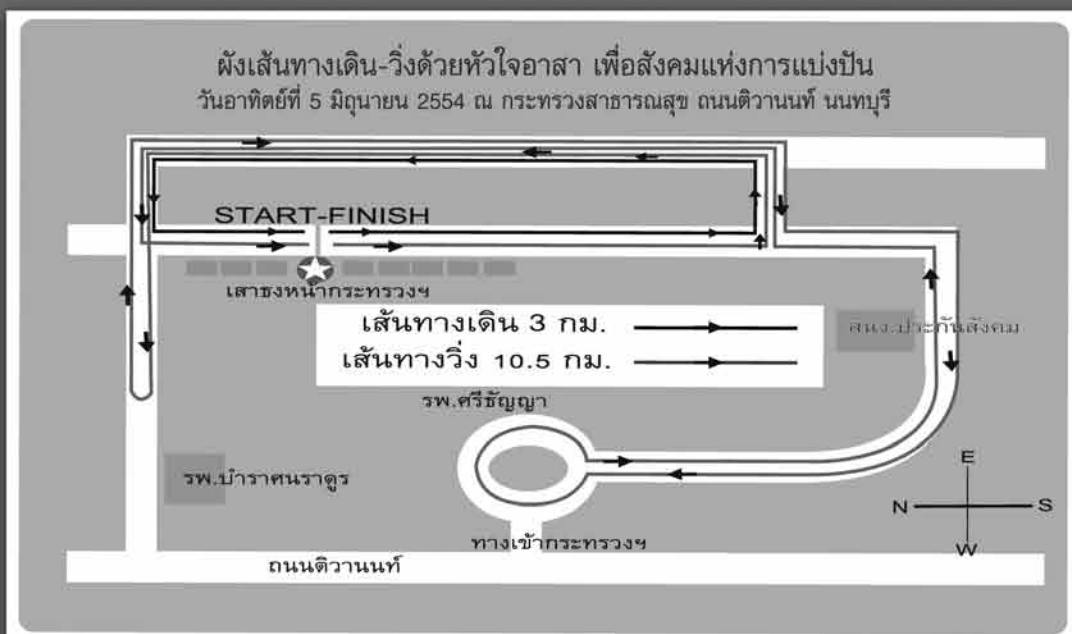
โทร. 02-3144112-3 ต่อ 301

สมาคมรมววิ่งเพื่อสุขภาพไทย

โทร. 02-4559149,

081-6584704

ขอขอบคุณ



ชวน 'ขยับ' ทั่วประเทศ * * * Thailand on the 'MOVE'



HAPPY PEOPLE



กำเนิด “สสค.”

เกี่ยว “สังคม” ร่วมแก้วิกฤตการศึกษา

เราต่างรู้กันดีว่า ปัญหาคุณภาพเยาวชนที่สั่งสมมาหลายปีกำลังเป็น วิกฤตของประเทศ โดยภาพสะท้อนของปัญหา ไม่ว่าจะเป็น...



ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของเด็กไทยต่ำ เมื่อเทียบกับกลุ่มประเทศ OECD และประเทศกำลังพัฒนา 58 ประเทศ ทุกปีมีเยาวชนวัยเรียนมากกว่า 3 ล้านคน หายไปจากระบบการศึกษา กลายเป็นแรงงานไร้ฝีมือ ประชากรวัยแรงงานจบการศึกษาแค่ระดับประถม หรือต่ำกว่าถึง 67% วัยรุ่นตั้งครกในวัยเรียนปีละกว่า 120,000 คน และเด็กกระทำความผิดถูกดำเนินคดีปีละ 50,000 คน

แต่ขณะเดียวกัน กลับพบว่าประเทศไทยได้ลงทุนเพื่อการศึกษาสูงมากกว่า 3 หมื่นล้านบาทต่อปี เทียบสัดส่วนต้องประมาณแผ่นดินแล้วนับว่าสูงกว่าประเทศพัฒนาแล้วหลายประเทศด้วยซ้ำ!

เพราะใช้ต้นทุนสูงแต่ได้ผลผลิตต่ำและด้วยคุณภาพ การจะแก้ปัญหาวิกฤตคุณภาพเยาวชนจึงจำเป็นต้องมี **แนวคิดใหม่** และ **ระบบจัดการใหม่** ที่ลงทุนน้อย แต่ได้ผลมาก ใช้ความร่วมมือเป็นเครือข่ายกับหน่วยงานทั้งภาครัฐและเอกชน ตั้งแต่ระดับชาติไปจนถึงชุมชนท้องถิ่น

และนั่นนำมาสู่แนวคิดของการจัดตั้ง ‘สถาบันส่งเสริมสังคมแห่งการเรียนรู้และพัฒนาคุณภาพเยาวชน’ หรือ สสค. ที่มีรูปแบบคล้าย สสส. แต่ทำงานด้านการศึกษาโดยตรง และจะทำหน้าที่ “เกี่ยว” ภาคส่วนต่างๆ เข้ามามีส่วนร่วมเพื่อแก้ปัญหาด้านการศึกษาของไทยอย่างตรงจุด!



ต้นกำเนิด สสค. – สสส. การศึกษา

“เริ่มจากปี 2551 หมอประเวศ วะสี ได้ชวนหลายคนมาทำเรื่องปฏิรูปประเทศไทย เพื่อแก้ปัญหาประเทศด้านต่างๆ ที่ไม่ใช่แค่การเมืองโดยแบ่งปัญหาเชิงระบบด้านต่างๆ ไว้ 10 ระบบ หนึ่งในนั้นคือ ระบบการศึกษา และพบว่า ‘ที่การศึกษาไทยไปไม่ถึงไหน เป็นเพราะสังคมไม่มีส่วนร่วม’ การปล่อยให้เป็นหน้าที่ของนักการศึกษาอย่างเดียว ก็เหมือนตบมือข้างเดียว” นพ.สุภกร บัวสาย ผู้จัดการ สสค. กล่าว

นี่คือจุดเริ่มต้นของความคิดว่า น่าจะมีตั้งหน่วยงานที่เหมือน สสส. แต่ทำงานด้านการศึกษา เน้นการ “เกี่ยว” ภาคส่วนต่างๆ ของสังคมเข้ามาร่วมกันทำงาน

ในการประชุมคณะกรรมการ สสค. เมื่อต้นปี 2553 นพ.สุภกรก็ได้รับการทาบทามจากนายกรัฐมนตรี ซึ่งเป็นประธานบอร์ด สสค. ให้ร่วมจัดตั้ง สสค. การศึกษาร่วมกับ ‘นพ.ประทีป วาทีสาอภิจ’ และมีการคุยกันอีกหลายรอบกว่าจะมาถึงข้อยุติ นำมาสู่การตั้ง “โครงการนำร่อง ตั้ง สสค.การศึกษา” ที่มี นพ.สุภกรเป็นผู้จัดการโครงการ เมื่อเดือนกรกฎาคม ปี 2553

ระหว่างที่รอการยกร่าง ออกพระราชบัญญัติเพื่อจัดตั้ง สสค. ก็ไม่รอช้า ได้เริ่มทำงานเพื่อเป็นตัวอย่างเป็นภาพการทำงานที่คาดหวัง ซึ่ง นพ.สุภกรเรียกว่า ‘เหมือนเป็นการทำหนังตัวอย่างเล็กๆ’ อย่าง ‘ชุดโครงการนวัตกรรมการเรียนรู้ ระดับมัธยม’ เป็นการให้ทุนสำหรับครูในโรงเรียน ทำโครงการเพื่อริเริ่มปฏิรูปการเรียนการสอนด้วยตัวเอง และอีกเรื่องคือ การชวนเทศบาลเข้ามาเสนอโครงการเพื่อดูแลเด็กที่หลุดจากระบบการศึกษา ที่ตามข้อมูลพบว่ามีอยู่ถึง 15%

“โครงการแรก จากโรงเรียนมัธยมทั่วประเทศกว่า 10,000 แห่ง มีส่งข้อเสนอโครงการเข้ามากว่า 1,000 โครงการ เราได้สนับสนุนไปทั้งหมด 226 โครงการ ขณะที่โครงการที่สอง จากเทศบาลกว่า 1,000 แห่งทั่วประเทศ มีเสนอโครงการเข้ามา 150 แห่ง และเราสนับสนุนไป 35 โครงการ ซึ่งถ้านับว่า สสค. เป็นหน่วยงานใหม่ที่ยังไม่เป็นที่รู้จัก แต่มีโครงการส่งเข้าร่วมมากพอสมควรทีเดียว”





เดินหน้าแผนปฏิรูปการเรียนรู้ ปี 2554

จากการทำงานที่ผ่านมา พบว่าเรื่องเด็กด้อยโอกาส เป็นปัญหาสำคัญที่สังคมให้ความสนใจ นำมาสู่แผนปฏิรูปการเรียนรู้เพื่อคุณภาพชีวิต 2554 ซึ่งจะเป็นการทำงานก้าวต่อไปของ สสค. ด้วยการขับเคลื่อน 2 โครงการหลัก คือ ‘ครูสอนดี’ และ ‘เด็กด้อยโอกาส’ ทั่วประเทศ

“การจะยกระดับคุณภาพการศึกษา เราจับใจอยู่ในเรื่องของครู เพราะเชื่อว่า คุณภาพการศึกษาจะดีเพียงไร ขึ้นกับคุณภาพของครู” นพ.สุภกรกล่าวถึงที่มา และอธิบายว่า ผลวิจัยทั่วโลกชี้ตรงกันว่า คุณภาพการศึกษานั้นเกี่ยวข้องกับหลายปัจจัย แต่ที่มีผลมากที่สุดคือ คุณภาพครู

โครงการจึงจะเป็นโครงการ 3 ปี ที่จะคัดเลือกครูที่จัดการเรียนการสอนได้ดีทั่วประเทศปีละ 20,000 คน เพื่อ “ให้ครู” โดยการมอบรางวัล เชิดชูยกย่องให้มีขวัญกำลังใจ ซึ่งความหมายของครูสอนดี คือ ครูที่จัดการเรียนการสอนให้นักเรียนได้ความรู้ ลูกศิษย์มีคุณภาพ และตัวครูประพฤติตนเป็นแบบอย่างที่ดี และไม่ได้จำกัดว่าต้องเป็นครูในสถานศึกษา แต่เป็นครูที่อุทิศตนเพื่อสอนเด็กด้อยโอกาสนอกสถานศึกษาก็ได้

ส่วนเรื่องที่สองคือ เด็กด้อยโอกาส ซึ่ง นพ.สุภกรกล่าวว่า อยากใช้คำว่า ‘เด็กยากลำบาก’ มากกว่า เพราะว่า หากแยกแยะปัญหาของเด็กเหล่านี้จะแยกได้ถึง 14 ประเภท กลุ่มใหญ่ที่สุดคือ เด็กยากจน ที่ครอบครัวมีรายได้เดือนหนึ่งไม่ถึง 2,000 บาท ชีวิตจึงมีปัญหารอบด้าน ไม่ใช่เฉพาะเรื่องของการศึกษา ปัญหาอื่นซับซ้อน เป็นปัญหาใหญ่และเรื้อรังมานาน หากแก้ปัญหาต่อเนื่องอาจใช้เวลามากกว่า 10 ปี



การปฏิรูปการศึกษาเป็นเรื่องที่หน่วยงานพยายามทำมาแต่ยากที่จะสำเร็จ อาจมีคำถามว่า สสค. มีความแตกต่างอย่างไรจึงจะทำให้สำเร็จ นพ.สุกกรตอบว่า สิ่งที่ สสค. ทำมีความแตกต่างอยู่ 2-3 ประเด็น

“เราเชื่อว่าการปฏิรูปการศึกษาให้เกิดประสิทธิภาพต้องอิงตรงไปที่กระบวนการเรียนรู้ของเด็กและเยาวชน ไม่ใช่ทางอ้อมอย่างการสร้างตึก หรือปรับโครงสร้างกระทรวง นี่คือเหตุผลที่ สสค. จับเรื่อง ‘ครูสอนดี’ สนับสนุนการทำงานของครู เรื่องการเรียนการสอนโดยตรง”

“ข้อต่อมา พบ.บ.การศึกษาแห่งชาติพูดถึงการจัดการศึกษาว่าต้องให้สังคมเข้ามามีส่วนร่วม ภารกิจ สสค. ก็คือการเกี่ยวให้ภาคส่วนทั้งหลายเข้ามาร่วมมือ โดยเฉพาะเทศบาล องค์กรที่ไม่ใช่ส่วนราชการ และข้อที่สามก็คือ ใน พ.ร.บ.การศึกษา

แห่งชาติ พูดถึง ‘การศึกษาตลอดชีวิต’ แต่ในทางปฏิบัติแล้ว เมื่อพูดถึงการศึกษาเราคิดถึงวงแคบ เด็กนักเรียนในโรงเรียน แต่การศึกษาจริงๆ ต้องรวมทั้งวัยเด็กและวัยผู้ใหญ่ เป็นการศึกษาที่ต่อเนื่องตลอดชีวิต ดังนั้นการทำงานของ สสค. จึงจะไม่ได้จับแค่เด็กและเยาวชนเท่านั้น”

ขณะนี้การจัดตั้ง สสค. การศึกษาประกาศเป็นระเบียบสำนักนายกรัฐมนตรีเป็นโครงการที่สนับสนุนการทำงานของคณะกรรมการระดับชาติที่มีนายกรัฐมนตรีเป็นประธาน ส่วนการผลักดัน พ.ร.บ.จัดตั้ง สสค. ก้าวหน้าโดยลำดับ ขณะนี้ผ่านการพิจารณาของคณะกรรมการกฤษฎีกา และรอเข้ารับการพิจารณาของสภาผู้แทนราษฎรต่อไป ☺





HAPPY NETWORK

ค้นพบเพื่อนร่วมทาง ร่วมขบถงานสร้างสรรค์สุข



1 ชวนมาสร้างพื้นที่สร้างสรรค์สำหรับเด็กๆ ในภาวะยากลำบาก

คุณโรส 'ประสพสุข โบราณมูล' หัวหน้ากลุ่มงานส่งเสริมกระบวนการเรียนรู้และพัฒนาเด็ก จากโครงการเพาะเมล็ดพันธุ์ด้วยหัวใจ สื่อสร้างสรรค์เพื่อเด็กในสภาวะยากลำบาก บอกว่าโครงการกำลังค้นหาเครือข่ายที่ทำงานกับกลุ่มเด็กในสภาวะยากลำบากที่ยังไม่เคยได้รับทุนจาก สสส. ไม่เคยใช้สื่อสร้างสรรค์เป็นเครื่องมือมาร่วมทดลองทำงานกับโครงการพื้นที่ต้นแบบร่วมกัน รวมถึงเครือข่ายที่ประสบความสำเร็จในการใช้สื่อสร้างสรรค์เพื่อสร้างกระบวนการเรียนรู้กับเด็กมาร่วม สนับสนุน แลกเปลี่ยนข้อมูลเพื่อพัฒนางานใหม่ๆ ร่วมกัน

คุณโรสเล่าว่า จุดเริ่มต้นของโครงการนี้มาจากเราอยากใช้สื่อสร้างสรรค์ และพื้นที่สร้างสรรค์เพื่อบำบัดเยียวยาการสร้างคุณค่าในตนเอง และสร้างการเรียนรู้ให้กับเด็กในสภาวะยากลำบาก รวมถึงการพัฒนากระบวนการสื่อสารเพื่อลดการเหลื่อมล้ำทางสังคม ในประเด็น เล่น เรียนรู้ แบ่งปัน สันติ และอยากจะพัฒนาแนวคิดมุมมองใหม่ๆ ให้กับเครือข่ายที่ทำงานกับเด็กในสภาวะยากลำบากโดยใช้ประเด็นสื่อสร้างสรรค์

เพื่อน พี่ น้อง ที่สนใจพัฒนางานร่วมกันสามารถคลิกเข้ามาอ่านรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่ www.lamchild.org



2 ร่วมสร้างสังคมสุขภาวะทางเพศ งานสร้างที่ไร้กำแพงทางจิตใจ

คุณผิง ‘ณัฐยา บุญภักดี’ จากแผนงานสร้างเสริมสุขภาวะทางเพศ บอกว่า ทางแผนงานมียุทธศาสตร์การทำงานที่เน้นกระบวนการเปลี่ยนแปลงจากภายใน (self-transformation) และการใช้ข้อมูลความรู้เป็นฐานในการสื่อสารปรับเปลี่ยนวิธีคิดเรื่องเพศทั้งระดับบุคคลและระดับสังคม มุ่งพัฒนานโยบาย มาตรการ และระบบบริการที่เอื้อต่อการมีสุขภาวะทางเพศของผู้คน รวมทั้งการสร้างเครือข่ายการทำงานสุขภาวะทางเพศที่ร่วมขับเคลื่อนสังคมไทยไปด้วยกันในระยะยาว การทำงานจึงเน้นส่งเสริมความปลอดภัยในเรื่องเพศในมิติต่างๆ อย่างรอบด้านทั้งในแง่มุมมองของความสัมพันธ์เชิงอำนาจ ความพึงพอใจทางเพศ ความรุนแรงทางเพศ โรคทางเพศสัมพันธ์ และการตั้งครรภ์ที่ไม่พร้อม โดยยึดแนวคิดเพศภาวะ เพศวิถี และสิทธิมนุษยชน (gender, sexuality, and human rights)

“การทำงานเพื่อให้สังคมไทยเป็นสังคมสุขภาวะทางเพศนั้น ต้องอาศัยพลังความร่วมมือจากทุกภาคส่วน ช่วยกันเปลี่ยนให้สังคมนี้เป็นสังคมที่มีวิถีคิดเชิงบวกต่อเรื่องเพศ คือมองเรื่องเพศอย่างเข้าใจว่าเป็นส่วนหนึ่งของการดำรงชีวิต ไม่ใช่เรื่องปกปิดแต่เป็นเรื่องที่ควรเรียนรู้ให้ถูกต้องเพื่อให้สมาชิกในสังคมทุกเพศทุกวัยเป็นคนที่มีข้อมูล มีความเข้าใจ มีทักษะที่จำเป็นเพื่อใช้ชีวิตที่มีความปลอดภัยในเรื่องเพศ ดังนั้น คนที่สนใจงานด้านนี้ควรเป็นคนทีกล้าคิดนอกกรอบ กล้าสร้างสรรค์กระบวนการทำงานใหม่ๆ เน้นสร้างการเปลี่ยนแปลงทางทัศนคติ ความคิดความเชื่อ และพัฒนาทักษะชีวิตในด้านเพศที่ปลอดภัย”

สำหรับคนทั่วไปหรือหน่วยงานใดที่สนใจตระหนักเห็นความสำคัญของปัญหาด้านเพศและต้องการมาทำงานร่วมกันเพื่อค้นหาวิธีการและรูปแบบการทำงานที่หลากหลายเพื่อทำให้เกิดสังคมสุขภาวะทางเพศ ทางแผนงานฯ วางบทบาทเป็นผู้เอื้ออำนวยสร้างกระบวนการเรียนรู้เรื่องสุขภาวะทางเพศ จากนั้นภาคีก็สามารถสร้างสรรค์รูปแบบงานที่จะสร้างการเปลี่ยนแปลงในเรื่องเพศ หรือนำความเข้าใจนี้ไปปรับใช้ในงานเดิมของตัวเอง โดยแผนงานมีกระบวนการหนุนเสริมศักยภาพในการทำงานอย่างต่อเนื่อง เรียกได้ว่ามาร่วมทำงานอย่างเคียงบ่าเคียงไหล่กันไป สร้างบทเรียนทั้งจากงานที่ประสบผลสำเร็จและยังไม่ประสบผลสำเร็จ ไม่ใช่เป็นแหล่งทุนสำหรับการทำงานในเรื่องเพศเท่านั้น

สำหรับผู้สนใจอยากจะเป็นส่วนหนึ่งในการทำงานกับแผนงานสร้างเสริมสุขภาวะทางเพศ สามารถติดต่อมาได้ที่ 12/22 ถนนเทศบาลสงเคราะห์ แขวงลาดยาว เขตจตุจักร กรุงเทพมหานคร 10900 โทรศัพท์ 025911224-5 หรืออีเมลที่ hsp.thai@gmail.com และ Facebook ที่ <https://www.facebook.com/hsclub> ☺





HAPPY AD

เรื่องเพศคุยได้ อีกหนึ่งแคมเปญโดนใจ จากสส.

เพราะปัญหาเรื่องเพศในสังคมไทย ต้องแก้กันที่ต้นเหตุ
จึงเป็นที่มาของภาพยนตร์โฆษณา “คุยได้”



1 SFX : เสียงดนตรี



2



3 ลูก : พ่อ...เขาทำอะไรกัน



4 พ่อ : โตขึ้นเดี๋ยวก็รู้เอง



5 SFX : เสียงกริ่ง...



6



7 ผู้ชายในนิตยสาร : อยากรู้หรือ



8 ผู้หญิงในนิตยสาร : เดี่ยวพี่บอกให้



9 ผู้หญิงบนเว็บไซต์ : ค่ะโหม



10 โหมก : ถ้าคุณไม่บอกเขา



11 โหมก : คนอื่นเขาจะมากบอกแทนคุณ



12 พ่อ : ค่อยอย่างนี้ลูก...



13 โหมก : เรื่องเพศ คุยกันได้

หัวข้อการรณรงค์ : สุขภาวะทางเพศ
ชื่อชุดโฆษณา : คุยได้
ความยาวโฆษณา : 30 วินาที

เพื่อสร้างทัศนคติ และพฤติกรรมใหม่ เกี่ยวกับการพูดคุยกันเรื่องเพศว่า จริงๆ แล้วเรื่องเพศเป็นเรื่องที่พูดคุยกันได้ในเชิงสร้างสรรค์ เพื่อความรู้ความเข้าใจที่ถูกต้อง โดยเริ่มจากพ่อแม่ ผู้ปกครองควรพูดคุย และตอบคำถามเกี่ยวกับเรื่องเพศกับลูกหลานได้อย่างเป็นเรื่องปกติ มิฉะนั้นแล้ว เด็กที่ไม่ได้รับคำตอบจากพ่อแม่ของตนเอง อาจจะพยายามหาคำตอบเองจากแหล่งอื่น เช่น สื่อลามก เป็นต้น

เรื่องย่อ :

ขณะที่พ่อกับลูกชายวัยกำลังเรียนรู้นั่งดูทีวีด้วยกัน อยู่ในห้องรับแขก เป็นจังหวะที่ภาพยนตร์การ์ตูนที่ดูนั้นเป็นฉากที่พระเอกและนางเอกของเรื่องกำลังจะจูบกัน ลูกชายก็ถามขึ้นว่า

“พ่อ ..เค้าทำอะไรกัน”

“โตขึ้น เดี๋ยวก็รู้เองแหละ”

ทันใดนั้นประตูบ้านเปิดออก เห็นสื่อลามกต่างๆ อันได้แก่ หนังสือลามก ดีวีดี อินเทอร์เน็ตรออยู่ ที่หน้าประตู ชาย-หญิงบนหน้าปกสื่อต่างๆ พูดทำนองเชื้อเชิญ

“อยากรู้หรือ .. เดี่ยวพี่บอกให้ .. ดีมั๊ย”

เสียงโฆษกแทรกเข้ามา

“ถ้าคุณไม่บอกเค้าคนอื่นเค้าจะมาบอกแทนคุณ” พ่อเห็นทันใด ก็หันหน้าลูกกลับมา และเริ่มตอบคำถามลูกด้วยตัวเอง

“เรื่องเพศ คุยกันได้”



HAPPY IDEA

โอเคง่ายๆ เปลี่ยนประเทศไทย ให้น่าอยู่ที่สุดในโลก

จะมีไหม? สวนกุหลาบหนองหมาว้อ
อัสสัมชัญโคกกระโดน

ธีระ ัญญอนันต์พล
ผู้ประกาศข่าวโมเดิร์นไนน์ทีวี

ทันทีที่ “Happy Idea” ถ้ามถึงโอเค ง่ายๆที่จะ
เปลี่ยนประเทศไทยให้น่าอยู่ที่สุดในโลกสิ่งแรกที่
พุ่งเข้ามาในความคิดคือ “ยากมาก..ก” กับหัวข้อนี้
เพราะถ้าอยากให้ประเทศไทยน่าอยู่ที่สุดในโลกยุค
แบบนี้ ..เฮ้อ..คงเหนื่อย แต่อย่าเพิ่งหมดหวังไป
เลย เอาเป็นว่าลองนึกย้อนถึงความวุ่นวายต่างๆ
มันเกิดมาจาก “คน” ทั้งนั้นแหละ “คน” ที่เป็น
ค่านาม แต่ก็ไปพ้องกับกริยาว่า “คน” มันก็เลย
ยุ่งเหยิงกันไปใหญ่ แล้วจะทำยังไงให้ “คน” ไม่
“คน” ให้วุ่นวายละ น่าจะมาจากความแตกต่างๆ
ไม่รู้ว่ายีนส์ หรือ ดีเอ็นเอ ทำให้พวกเราต่างกัน
แค่ไหน โดยเฉพาะความรู้สึกนึกคิด แต่ที่จับต้อง
ได้คือเหลื่อมล้ำที่ค่อนข้างสูงแทบทุกด้าน คิด
เล่นๆ ว่าจะเริ่มแก้ไขจากฐานล่างก่อนละจะแก้
ที่อะไร

คำตอบแรกๆ ที่แวบมาก็คือการศึกษานั่นเอง หัน
มามองใกล้ตัว ก็เห็นว่าทำไมโรงเรียนวัดแถวบ้าน
ถึงไม่ค่อยมีใครอยากไปเรียน ทำไมโรงเรียนเทศบาล
ตรงตลาดตรงนั้นนะ มีแต่เด็กเกเร ดูบุหรี่ปั๊ๆ
ต่างกันราวฟ้ากับเหวเมื่อมองไป ที่โรงเรียนเอกชน
ตรงถนนใหญ่ โอ้ให้เด็กนักเรียนเหล่านั้น นึกว่า
นางฟ้าเทวดาที่โหมมาจุติ นี่แหละความไม่เท่า
เทียมกัน นี่แค่เลือกถนนถนน เข้าไปดูแบบลึกๆ
ในแต่ละที่ก็พบว่าการเรียนการสอนก็ต่างกันโดย
สิ้นเชิง ก็คิดอีก เอ..ทำไมรัฐบาลที่มีเงินถุงเงิน
ถึงจากภาษีของเรา ถึงทำให้แค่เอกชนได้...ครูก็
สอนต่างกัน ดูแลนักเรียนต่างกัน แล้วผลผลิตที่
ออกมามันคงได้คนมีคุณภาพเหมือนกันละมัง
แน่นอน ว่ามันก็ต้องอดมาถึงคุณภาพชีวิต ระบบ
ความคิด อารมณ์ และอะไรต่างๆ มากมายนั่นแหละ

ก็เลยอยากจะเสนอ Happy Idea ไปเลยว่าทำ
ยังไงก็ได้ให้ทุกที่มีการศึกษาเท่าเทียมกัน เข้าถึง
ได้ง่าย คนรวยน่าจะไปเรียนอะไรเสริมเติมต่อต่าง
ประเทศหรือที่ไหนก็ไม่ว่ากัน ก็มันเงินของเขานี้
นา แต่เด็กลูกชาวบ้านขวานน่าจะก็ควรได้รับการ
ศึกษาพื้นฐานที่ดีไม่แพ้กันด้วยสิ มีสถานะคนไทย
เหมือนกันนี่ หรือว่าคนรวยมีบัตรประชาชนสองใบ..
มองไปถึงโรงเรียนกวดวิชา ที่มีเทคนิคพิเศษแพร
พราว หลักคณิตคิดไว วิทยาศาสตร์สุดขั้วภาษา
ที่สาม สี ห้า หรืออะไรก็ตามแต่ ทำไม่กระทรวง
ศึกษาธิการถึงหาหลักสูตรแบบนี้มาลงไม่ได้ ต้อง
มีสอนเฉพาะโรงเรียนพิเศษแบบเดียว แนนอนละ
ว่าไอ้แป้น ลูกที่เหวที่ขี้นมมอเตอร์ไซด์รับจ้างหน้า
หมู่บ้านนะ แค่อั่งสูตรคุณได้ครบ 12 แม็กก็จบ
มาด้วยความภาคภูมิใจเป็นที่สุดในชีวิตแล้ว

ไหนๆ ก็ไหนๆ แล้ว พูดถึงการพัฒนาคุณภาพชีวิต
ที่เท่าเทียม หันมองดูขวานนา อาชีพที่หล่อเลี้ยง
คนไทยมานาน แต่ก็ยังจน จน แล้วก็จน อยากให้มี
“วันขวานนา” เกิดขึ้นจริงๆ ให้สิทธิประโยชน์ต่างๆ
กับผู้มีพระคุณของเราอย่างเต็มที่ไปเลยให้เค้าได้
ลิ้มตาอ้าปาก ปลุกฝังให้ลูกหลานเราเคารพรู้ใน
พระคุณของอาชีพนี้ เพราะเราแม้แต่อุ้มชูเทิดทูน
กับคนที่ไม่ได้ทำประโยชน์อะไรให้เรานอกจากช่วย
เอาเงินภาษีไปผละเล่น ไปจัดอีเวนท์แสดงผล
งานอะไรประมาณนั้น ☺

เฮ้อ..บอกแล้วหัวข้อนี้
นะ“ยาก...ก มาก....ก”
จริงๆ ครับ



[illegible]