

ศิลปะ สร้างสุข

ศิลปสร้างสุข วัฒนธรรมสานสายใย ภูมิปัญญาไทยยั่งยืน

ฉบับที่ 7 เดือนเมษายน-พฤษภาคม 2556

www.artculture4health.com



เปิดเมือง 3 ดี วิถีสุข : สื่อดี พื้นที่ดี ภูมิดี



ทาส

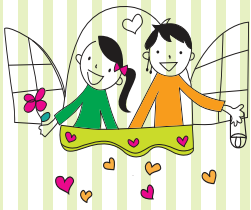
(บุหรี่ยาเสพติด ทำให้ผู้สูบ
กลายเป็นเหมือนทาส)

หน้า 8

ชวน ลุบ ศิลป์
“ศิลป์ในสวน”
หน้า 12

“ขยะ” มีค่า
พัฒนา เป็น จังหวะ
...เปลี่ยนชีวิต
หน้า 16

แม่น้ำโขง
สายน้ำแห่งชีวิต
หน้า 18



เปิดบ้านศิลปะสร้างสุข

เมืองสร้างสรรค์ คือ "เมืองต้นแบบ" ที่คนทุกเพศวัยอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข มีพื้นที่สร้างสรรค์ กิจกรรมสร้างสรรค์ และแหล่งเรียนรู้ในเรื่องการผลิตสื่อและการใช้สื่อเพื่อการเรียนรู้และการเปลี่ยนแปลงของเด็ก ครอบครัว ชุมชน และสังคม

ซึ่งถ้าอยากเห็นพลังของเด็กที่เปลี่ยนโลก ก็ต้องเริ่มจากการเปลี่ยนตัวเอง ด้วยการทำให้เปิดกว้างและสร้างบริบทของชุมชนให้เป็น**เมืองสร้างสรรค์** ซึ่งเมืองสร้างสรรค์นั้นเป็นอีกบทบาทหนึ่งของการทำงานเชิงรุกของกลุ่มแผนงาน**เมืองสร้างสรรค์สุขภาวะ** สำนักบรรณคดีและสื่อสารสาธารณะเพื่อสังคม สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ สสส. ที่ได้บูรณาการงานของแผนงาน 3 แผนเข้าด้วยกัน คือ แผนงานสร้างสุขภาวะเยาวชน ทำเรื่อง**ภูมิดี**, แผนงานสร้างเสริมวัฒนธรรมการอ่าน ทำเรื่อง**สื่อดี** และแผนงานสื่อศิลปวัฒนธรรมสร้างเสริมสุขภาพ ทำเรื่อง**พื้นที่ดี**

โดยเมื่อพูดถึงการทำงานของแผนงานสื่อศิลปวัฒนธรรมสร้างเสริมสุขภาพ กับ **เรื่องพื้นที่ดี** : พื้นที่นั้นจึงต้องเป็นทั้งพื้นที่ทางกายภาพ พื้นที่ทางความคิด พื้นที่ทางปัญญา เป็นพื้นที่ที่สามารถทำให้ผู้คนได้มาแลกเปลี่ยนมีส่วนร่วมในการสร้างสรรค์งานร่วมกัน โดยในรูปธรรมที่จะเกิดขึ้นหากใช้ศิลปะเป็นตัวสร้างเสริมการเปิดพื้นที่ก็จะทำให้เกิดการเรียนรู้ ได้แสดงออก เพราะศิลปะมีคุณลักษณะพิเศษคือ จรรโลงจิตใจ สร้างปัญญา ขณะเดียวกันทำให้คนเรามีจิตใจที่อ่อนโยนขึ้นจาก **ความดี ความงาม ความสุข** เพราะฉะนั้นการเปิดพื้นที่ด้วยศิลปวัฒนธรรมจึงเข้าถึงได้โดยง่าย เพราะยังมีพื้นที่มีศิลปวัฒนธรรมมากขึ้นเท่าไร คนจะยิ่งอ่อนโยนมากขึ้นเท่านั้น

ในการเปิด **เมือง 3 ดี วิถีสุข: สื่อดี พื้นที่ดี ภูมิดี** เพื่อสุขภาวะดี ๆ ของเด็ก เยาวชน และสังคม ที่งานเปิดตัวไปแล้วเมื่อไม่นานมานี้ เชื่อได้ว่าจะเป็นจุดเริ่มต้นของการนำไปสู่การมีสังคมที่ดี คุณภาพชีวิตที่ดี เด็กและเยาวชนจะได้มีความรู้ความเข้าใจในเรื่องดี ๆ ที่มีในพื้นที่ โดยในที่สุดจะนำมาซึ่งการทำให้ชุมชน สังคมสามารถอยู่ร่วมกันได้อย่างมีความสุขและยั่งยืนต่อไป

ซึ่งจากการทำงานที่ผ่านมา แผนงานสื่อศิลปวัฒนธรรมฯ ได้มีพื้นที่ดี ที่มีงานศิลปวัฒนธรรมโดดเด่นทำให้พื้นที่นั้น ๆ เป็นที่รู้จัก เหมาะแก่การนำมาเป็นพื้นที่ตัวอย่างอยู่ทั่วประเทศ นอกจากพื้นที่ดีแล้วเรายังมีกิจกรรมสร้างสรรค์ ซึ่งเป็นผลิตผลผลงานฝีมือเยาวชนมาให้มุมด้วย โดยทั้งหมดนี้ถือเป็นอีกหนึ่งก้าวที่เราจะทำให้ชุมชน สังคม ยั่งยืนได้ด้วยคนในชุมชนเอง ซึ่งผู้ที่สนใจสามารถติดตามการทำงานทั้งหมดได้ภายในเล่ม และที่ www.artculture4health.com ครับ

นายदनัย หวังบุญชัย

ผู้จัดการแผนงานสื่อศิลปวัฒนธรรมสร้างเสริมสุขภาพ สสส.



สารบัญ

หน้า

เปิดบ้านศิลปะสร้างสุข

2

เรื่องเด่นประจำฉบับ



3

เปิด เมือง 3 ดี วิถีสุข: สื่อดี พื้นที่ดี ภูมิดี
เพื่อสุขภาวะดี ๆ ของเด็ก เยาวชน และสังคม

บอกกล่าวเล่าสุข

8

ทาส



เก็บสุขมาเล่า

10

สร้างความสุขให้นักเดินทาง กับ
"ศิลปินสร้างสุข ศิลปินอาสา"

ส่งต่อความสุข

12

สวน สุข ศิลป์ "ศิลปินในสวน"

สุขสร้างได้

15

ความสุข...จากปากฟ้า

เกาะติดเครือข่าย

16

"ขยะ" มีค่าพิกษา เป็น จังหวะ...เปลี่ยนชีวิต

รอบบ้านคนศิลป์

18

แม่น้ำโขง สายน้ำแห่งชีวิต

คนศิลป์สร้างสุข

20

เก็บตกมาฝาก

23



แผนงานสื่อศิลปวัฒนธรรมสร้างเสริมสุขภาพ สสส.
128/409 ชั้น 37 อาคารพญาไท พลาซ่า
ถนนพญาไท แขวงทุ่งพญาไท เขตราชเทวี
กรุงเทพฯ 10400 โทร 02-612-6996-7 ต่อ 101
โทรสาร 02-612-1618

GreenPrint Reduce CO₂ Emission 20.50%

เครื่องหมายรับรอง "งานพิมพ์สีเขียวรับผิดชอบต่อสิ่งแวดล้อม"



เพื่อสุขภาวะดีๆ

ของเด็ก เยาวชน และสังคม

- จุดเริ่มต้น ของสังคมที่ดี ที่มีขนาดเล็กแต่สำคัญที่สุด นั่นคือ "เด็ก และเยาวชน"
- จุดสานต่อ ของคุณภาพชีวิต เพื่อให้เด็กได้พัฒนาสังคมให้ดีขึ้น นั่นคือ "ครอบครัว"
- จุดเชื่อมโยง ความรู้ ความเข้าใจ เพื่อให้เด็กและเยาวชนให้มีศักยภาพมากยิ่งขึ้น นั่นคือ "โรงเรียน"
- จุดกึ่งกลาง ที่ทุกสิ่งทุกอย่าง สามารถมีอิทธิพลต่อเด็กและเยาวชน นั่นคือ "ชุมชน"
- จุดศูนย์รวม ที่เด็ก ครอบครัว โรงเรียน สังคม และชุมชนมาอยู่ร่วมกันที่เดียวกัน นั่นคือ "เมือง"

เราทุกคนล้วนปรารถนา ที่จะได้อยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข และยั่งยืน ในเมืองที่ผู้คนมีร่างกายสมบูรณ์แข็งแรง มีเศรษฐกิจพอเพียง มีสิ่งแวดล้อมดี ไม่มีอุบัติเหตุ มีจิตใจที่เป็นสุข ผ่อนคลาย ไม่เครียด คล่องแคล่ว มีความเมตตากรุณาต่อกัน และมีสติ โดยทุกคนสามารถอยู่ร่วมกันได้ดีในครอบครัว ในชุมชน ในที่ทำงาน หรือในสังคมที่มีสันติภาพ และมีความสุข ที่เกิดจากปัญญา คือการ ลด ละ ความเห็นแก่ตัว มีจิตใจดี และเข้าถึงหลักความจริง เราเรียกเมืองที่ถึงพร้อมด้วย กาย จิต สังคม และปัญญาว่า เป็นเมืองสุขภาวะดี 4 ด้าน

โดยเด็กๆ และเยาวชน ที่เกิดในเมืองนี้จะเติบโตภายใต้สภาพแวดล้อมที่เต็มไปด้วยความรัก และการดูแลเอาใจใส่ ได้เรียนรู้ท่ามกลางบรรยากาศแห่งความสุข ได้รับการดูแลสวัสดิภาพ ทั้งทางร่างกาย จิตใจ และส่งเสริมปัญญาด้วยความรัก ความสนธิ เด็กๆ ก็จะพัฒนา และเติบโตอย่างสดใส เพื่อแผ่ความรัก ความสุขไปสู่บุคคลรอบตัว และคนในสังคมได้ การก่อสร้างสร้างสังคมให้ก้าวเดินไปสู่เมืองสุขภาวะดีทั้ง 4 ด้านนั้น ต้องเริ่มด้วยการสร้าง เมือง 3 ดี อันได้แก่ สิ่งดี พื้นที่ดี และภูมิดี

ตามความหมายของสื่อตามมาตรา 3 ในพระราชบัญญัติกองทุนพัฒนาสื่อปลอดภัยและสร้างสรรค์ "สื่อ" หมายความว่า บุคคลหรือสิ่งใดที่ทำให้ปรากฏด้วยตัวอักษร เครื่องหมาย ภาพ หรือเสียงเพื่อส่งไปยังผู้รับ ไม่ว่าจะได้จัดทำในรูปของเอกสาร สิ่งพิมพ์ ภาพเขียน ภาพพิมพ์ ภาพระบายสี รูปภาพ ภาพโฆษณา เครื่องหมาย รูปถ่าย ภาพยนตร์ วิดีทัศน์ การแสดง ข้อมูลคอมพิวเตอร์ในระบบคอมพิวเตอร์ หรือได้จัดทำในรูปแบบอื่นใดตามที่กำหนดในกฎกระทรวง

"สื่อปลอดภัยและสร้างสรรค์" หมายความว่า สื่อที่มีเนื้อหาส่งเสริมศีลธรรม จริยธรรม วัฒนธรรม ความคิดสร้างสรรค์ การเรียนรู้ ทักษะการใช้ชีวิตของประชาชนโดยเฉพาะเด็กและเยาวชน และส่งเสริมความสัมพันธ์ที่ดีในครอบครัวและสังคม รวมถึงการส่งเสริมให้ประชาชนมีความสามัคคีและสามารถใช้ชีวิตในสังคมที่มีความหลากหลายได้อย่างเป็นสุข

เพื่อเป็นแหล่งเรียนรู้
ให้เด็กและเยาวชน
ได้มาทำกิจกรรมอื่นๆ
นอกเหนือจากการรับสื่ออยู่ที่บ้าน
เป็นพื้นที่ให้มาฝึกทักษะชีวิต
เป็นพื้นที่รวมตัวกันทำงานอาสา
ผ่านกระบวนการเรียนรู้สื่อที่เหมาะสม
ที่คนในชุมชนมีส่วนร่วม
ก็จะสามารถสร้าง
"พื้นที่"

พื้นที่ทางกายภาพ

พื้นที่สำหรับเล่นและทำกิจกรรมต่างๆ ทั้งบ้าน โรงเรียน และชุมชน ต้องเป็นพื้นที่ปลอดภัย เด็กๆ ทำกิจกรรมได้ตามวัย อย่างอิสระและสร้างสรรค์

พื้นที่ทางสื่อ

สื่อจำเป็นบริบททางสังคมที่เป็นสาธารณะ ทุกคนสามารถรับและเข้าถึงได้ สื่อสาธารณะทุกประเภท จึงควรมีหน้าที่แบ่งปันพื้นที่ให้กับเด็กอย่างพอเพียง

พื้นที่ทางความคิด

เปิดเวทีให้เด็กและเยาวชนได้แสดงออกแสดงความสามารถ มีส่วนในการตัดสินใจ จัดกระบวนการจัดกิจกรรมของตนเอง สอดคล้องกับความต้องการของเด็ก ส่งเสริมให้ค้นพบศักยภาพ และคุณค่าของตนเอง

พื้นที่ทางสังคม

เปิดโอกาสให้เด็กมีสิทธิมีส่วนร่วมในการแบ่งปัน จัดสรรทรัพยากรในสังคม มีส่วนกำหนดทิศทางในการบริการหรือสวัสดิการสำหรับเด็ก

Space : พื้นที่สำหรับเด็กและเยาวชน ปลอดภัย และให้บริการ

Play and Participation : การเล่นและมีส่วนร่วม

Arts and Activities : ศิลปะและกิจกรรม

Community : ชุมชนที่เกี่ยวข้อง และชุมชนที่สร้างขึ้นใหม่

Empowerment : การเรียนรู้ เสริมพลัง ทั้งในระดับของ คนทำงาน เครือข่าย เด็กๆ และคนในชุมชน

Sharing : การแบ่งปัน



ดังนั้น **สื่อ** หมายถึง ผู้คนได้รับและได้ใช้สื่อที่เหมาะสมต่อการพัฒนาในแต่ละช่วงวัย ทั้งเด็ก เยาวชน และครอบครัว มีโอกาสเข้าสื่อได้ โดยไม่จำกัดโอกาส เวลา และสถานที่ เป็นสื่อที่สร้างสิ่งดีๆ ให้กับชุมชน **พื้นที่ดี พื้นที่สร้างสรรค์ หรือพื้นที่สุขภาวะ** เพื่อเป็นแหล่งเรียนรู้ให้เด็กและเยาวชน ได้มาทำกิจกรรมอื่นๆ นอกเหนือจากการรับสื่ออยู่ที่บ้าน เป็นพื้นที่ให้มาฝึกทักษะชีวิต เป็นพื้นที่ร่วมตัวกันทำงานอาสา ผ่านกระบวนการเรียนรู้สื่อที่เหมาะสมที่คนในชุมชนมีส่วนร่วม ก็จะสามารสรสร้าง

"พื้นที่" อะไรก็ได้ ไม่ว่าจะเป็น **พื้นที่ทางกายภาพ** พื้นที่สำหรับเล่นและทำกิจกรรมต่างๆ ทั้งบ้าน โรงเรียน และชุมชน ต้องเป็นพื้นที่ปลอดภัย เด็กๆ ทำกิจกรรมได้ตามวัยอย่างอิสระ และสร้างสรรค์ **พื้นที่ทางความคิด** เปิดเวทีให้เด็กและเยาวชนได้แสดงออก แสดงความสามารถ มีส่วนในการตัดสินใจ จัดกระบวนการ จัดกิจกรรมของตนเอง สอดคล้องกับความต้องการของเด็ก ส่งเสริมให้ค้นพบศักยภาพและคุณค่าของตนเอง **พื้นที่ทางสื่อ** สื่อจำเป็นบริบททางสังคมที่เป็นสาธารณะ ทุกคนสามารถรับและเข้าถึงได้ สื่อสาธารณะทุกประเภท จึงควรมีหน้าที่แบ่งปันพื้นที่ให้กับเด็กอย่างพอเพียง **พื้นที่ทางสังคม** เปิดโอกาสให้เด็กมีสิทธิ มีส่วนร่วมในการแบ่งปัน จัดสรรทรัพยากรในสังคม มีส่วนกำหนดทิศทางในการบริการหรือสวัสดิการสำหรับเด็ก

ดังนั้น **พื้นที่ดี** หมายถึง พื้นที่ที่ผู้คนมีส่วนร่วมในการออกแบบ และสามารถใช้ประโยชน์ร่วมกันได้ เป็นที่ที่ได้อาเรียนรู้ มีความสัมพันธ์ที่ดีต่อกัน เป็นที่เสริมพลังให้กับตนเอง ครอบครัว และชุมชน ส่วน**ภูมิดี**หรือการรู้เท่าทันสื่อจะเป็นภูมิคุ้มกันให้กับเด็กและเยาวชนในการเปิดรับสื่อและการบริโภคสื่ออย่างแยกแยะมีวิจารณญาณ สามารถลุกขึ้นมาปกป้องตนเองจากสื่อที่ไม่ดีได้

ภูมิดี จึงหมายถึง การมีทักษะที่จะคิด วิเคราะห์ ได้รับการบ่มเพาะให้มีปัญญา เพื่อให้เกิดภูมิคุ้มกันในการเท่าทันสื่อ เท่าทันตนเอง เท่าทันสังคม และภูมิดี ยังหมายรวมไปถึงการใช้ภูมิปัญญาของทุกฝ่ายในชุมชน และมีส่วนร่วม ในการปกป้องดูแล และสร้างชุมชนร่วมกัน

นี่เป็นเพียงองค์ประกอบเล็กๆ เท่านั้นสำหรับการสร้างสรรค์เมืองที่เพียบพร้อมไปด้วยสุขภาวะที่ดี สำหรับ เด็ก เยาวชน และสังคม ที่ทาง**แผนงานสื่อศิลปวัฒนธรรมสร้างเสริมสุขภาพ, แผนงานสื่อสร้างสุขภาวะเยาวชน และแผนงานสร้างเสริมวัฒนธรรมการอ่าน 3** แผนงานใหญ่ที่อยู่ภายใต้**สำนัก 5 สำนักบรรณกิจสื่อสาร สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.)** ได้ประกาศเจตนารมณ์ชัดเจนว่า จะต้องทำให้เกิดขึ้นให้ได้!



"เมือง 3 ดี วิถีสุข : สีสดี พื้นที่ดี ภูมิดี" จึงถูกคิดขึ้นเพื่อให้สังคมได้รับรู้ถึงการถือกำเนิดเมืองแห่งสุขภาวะที่ดีที่จะมีขึ้นในสังคมไทยในระยะเวลาอันใกล้ โดยในเรื่องของจุดเริ่มต้นของการสร้างเมือง 3 ดี วิถีสุขนั้น ทาง รศ.ดร. วิลาสินี อดุลยานนท์ ผู้อำนวยการสำนักส่งเสริมสื่อสารสังคม สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) ได้บอกว่า เมือง 3 ดีจะต้องมีดีทั้ง 3 เรื่อง ซึ่ง ดีที่ 1 คือสีสดี โดยทุกคนร่วมทำให้สิ่งรอบๆ ตัว เป็นสีสดี สีสสร้างสรรค์ สีสสร้างปัญญาได้หมด ซึ่งมนุษย์ทุกคนก็สามารถเปลี่ยนสีสได้หมด แต่เพียงเราสื่อสารเรื่องราวดี ๆ ออกไปให้ทุกคนได้รับรู้ รอยยิ้มก็ถือเป็นสีสที่ดีแล้ว

"ดีที่ 2 ก็คือ พื้นที่ดี" เป็นพื้นที่ให้คนในชุมชนได้มีพื้นที่ออกมาพบปะสังสรรค์ แลกเปลี่ยนความคิดทำกิจกรรมร่วมกัน ให้เด็ก เยาวชนและครอบครัว มีส่วนในการร่วมคิดร่วมทำ ร่วมสร้างพื้นที่ดี ในบ้านเราหากมีการเติมเต็มโอกาสที่ทุกคนจะเข้ามาช่วยกันได้ อย่างที่ภาคีเครือข่ายได้ช่วยกันพัฒนา ทำให้มีพื้นที่ที่เป็นรูปธรรมดี ๆ เกิดขึ้นแล้ว อย่างที่ จังหวัดเพชรบุรี, อุดรดิตถ์, พัทลุง หรือพื้นที่ที่เป็นย่านเก่าแก่ในกรุงเทพฯ และที่อื่นๆ อีกมากมาย ซึ่งเมื่อสิ่งแวดล้อมรอบตัวดี มีพื้นที่ดี ๆ ก็จะทำให้เกิดการมีภูมิที่ดีขึ้นกับคนในสังคม...

"จึงเป็นที่มาของ**ภูมิที่ดี** ก็คือ **ดีที่ 3** โดยภูมิที่ว่านี้ **"ไม่ใช่ภูมิคุ้มกัน"** ในการที่จะปกป้องตัวเราจากภัยอันตรายหรือความเสี่ยงต่างๆ แต่เป็น **"ภูมิปัญญา"** ที่จะทำให้คนในสังคมสามารถมองเห็นอะไรได้อย่างทะลุปรุโปร่ง พูดได้ว่า **เมื่อมีภูมิปัญญาแล้ว เราจะได้เห็นตัวตน เห็นคุณค่าในตนเอง เห็นคุณค่าของชุมชนที่อาศัย และเมื่อพูดถึงเรื่อง 3 ดี** ซึ่งประกอบด้วย **สีสดี พื้นที่ดี ภูมิดี** สิ่งสำคัญที่ถือว่าเป็นหัวใจในเรื่องนี้ก็คือ **การสร้างลมหายใจให้แก่สภาพแวดล้อม และรอบตัวให้ดีและมีความสุข จึงต้องอาศัยความร่วมมือจากทุก ๆ คนในชุมชน และในสังคม จึงจะสามารถทำให้เมือง 3 ดี วิถีสุข : สีสดี พื้นที่ดี ภูมิดี เกิดขึ้นได้อย่างชัดเจน"** รศ.ดร. วิลาสินี อดุลยานนท์ บอก

...นี่เป็นเพียงจุดเริ่มต้นของการสร้างเมืองในฝันให้กลายเป็นจริง กลายเป็นเมืองที่ดีมีความสุขในทุกๆ เรื่อง แต่มันก็เป็นเพียงแค่จุดริเริ่มเท่านั้น ในความจริงแล้ว สีสที่ดี ซึ่งถือว่าเป็นเรื่องเริ่มต้นที่ต้องได้รับการสร้างสรรค์เป็นอันดับแรกก่อนทำสิ่งดี ๆ อื่นๆ ..แต่ในลึกๆ แล้วความหมายของคำว่าสีสดี ยังสะท้อนอะไรต่างๆ ได้อีกมาก **นางสาวเข็มพร วิรุณราพันธ์ ผู้จัดการแผนงาน สีสสร้างสุขภาวะเยาวชน (สสย)** ได้บอกถึงการสร้างสีสที่ดีว่า ในความเป็นจริง **"สีส"** ที่มีอยู่ในสังคมทุกวันนี้ ถือว่าเป็นวิถีชีวิตของเราไปเสียแล้ว โดยคนเราจะเริ่มใช้สีสตั้งแต่ตื่นนอนลุกจากเตียง ไปจนถึงเวลาเข้านอน เพราะสีสอยู่ในมือเราตลอดเวลา อยู่ในลมหายใจเข้าออก และสีสคือ **ทรัพยากรที่สามารถนำมาเปลี่ยนแปลง ประยุกต์ใช้ได้อย่างหลากหลาย เพราะฉะนั้นเรื่องของสีส จึงมีทั้งการขจัด ป้องกัน สีสร้ายๆ และขยายสีสดีๆ มีประโยชน์ และใช้สีสของมาสร้างการเปลี่ยนแปลงให้เกิดขึ้นในชุมชน ในหมู่บ้าน และครอบครัวต่อไปได้...**

เมื่อมี **สีสดี** ก็ต้องมี**พื้นที่ดี** ซึ่งพื้นที่ที่ว่านี้ไม่จำเป็นจะต้องใหญ่โตมากมาย ขอแค่เป็นพื้นที่ที่ให้เด็ก ๆ ได้มีส่วนร่วมในการทำกิจกรรม หรือเป็นจุดที่ทำให้คนในชุมชนได้มีบทบาทหน้าที่ในการสร้างสรรค์สิ่งดี ๆ เพื่อให้เกิดประโยชน์ ทั้งตัวครอบครัว และสังคม **พื้นที่ดี** ...หากใครยังไม่เห็นภาพจะขอบอกว่ามีหนึ่งพื้นที่ที่สามารถตอบคำถามได้อย่างชัดเจน พื้นที่ที่ว่านี้อยู่ที่ จ.เพชรบุรี เมืองที่มีขนมหม้อแกงอร่อยที่สุดในประเทศ



นางถนอม คงยิ้มละมัย หรือที่หลาย ๆ คนรู้จักกันดีในชื่อ ป้าถนอม หัวหน้าและผู้ประสานงานกลุ่มพิพิธภัณฑสถานถนอม อำเภอเขาชัย จังหวัดเพชรบุรี บอกว่า พื้นที่ของป้าถนอมเป็นพื้นที่ที่มีสุขภาวะดี โดยพิพิธภัณฑสถานถนอมเป็นพื้นที่แหล่งเรียนรู้ที่ดีเกี่ยวกับเรื่องวิถีชีวิต วัฒนธรรม ความเชื่อและประเพณีปฏิบัติของชาวไทยทรงดำหรือลาวโซ่ง ที่มีมาตั้งแต่โบราณ สืบสอนแก่ลูกหลานในชุมชน เพื่อให้วัฒนธรรมของชาวลาวโซ่งได้คงอยู่สืบไป

ป้าถนอมบอกอีกว่า พื้นที่ดีของป้าถนอม สามารถสร้างคนที่มีความรู้ ความเข้าใจในวิถีชีวิตชุมชน และยังเป็นการสืบสานศิลปวัฒนธรรมดั้งเดิมของชาวบ้านไปด้วยในตัว สามารถทำให้เด็กและชุมชนได้มีพื้นที่ที่ใช้ในการเรียนรู้ เพื่อสืบสานวัฒนธรรมที่อาจจะกำลังสูญหายไป

จากชนบทสู่เมืองใหญ่ พื้นที่ดีไม่จำเป็นต้องเป็นพื้นที่ในชนบทเท่านั้น และไม่จำเป็นต้องเป็นพื้นที่ที่กว้างใหญ่ แต่ในเมืองใหญ่ที่คลาคล่ำไปด้วยผู้คน รถ เรือ ก็สามารถหาพื้นที่ดีๆ ได้เช่นกัน อย่างเช่นการทำงานของกลุ่มเยาวชนคนรุ่นใหม่ที่สรรหาพื้นที่ดีๆ ที่ว่านั้ใจ

กลุ่มเยาวชนกลุ่มนี้จัดตั้งภายใต้ชื่อกลุ่ม "รักยิ้ม" นำโดยพลึงเด็กรุ่นใหม่ นายสื้อสาย บุญมี หรือ น้องเขียน ได้บอกว่า กลุ่มรักยิ้ม ได้เริ่มต้นมาจากการเติบโตของกลุ่มเยาวชนดินสอสี ที่อยากจะหาแรงผลักดันในการทำสิ่งต่างๆ เพื่อสังคม โดยใช้ชื่อว่า "พื้นที่นี้ดีจัง ณ แพร่งภูธร" เป็นการรวบรวมพื้นที่สร้างสรรค์ทั่วประเทศมาไว้ที่นี่ ที่เป็นย่านเมืองเก่าและมีความพิเศษที่น่าสนใจ มีสถาปัตยกรรมเก่าๆ มากมาย มีร้านอาหารอร่อย มีลานกลางแจ้งที่ชาวบ้านในชุมชนได้ออกมามีส่วนร่วม มาขายของ ทำกิจกรรมต่างๆ ร่วมกัน ซึ่งถือเป็นการใช้พื้นที่ให้เกิดประโยชน์มากกว่าจะมองว่าเป็นเพียงลานจอดรถของชุมชน





"สื่อดี" "พื้นที่ดี" สองสิ่งนี้เมื่ออยู่รวมกันก็จะก่อให้เกิดคำว่า "ภูมิดี" โดยนางสาวเข็มพร วิรุณราพันธ์ ได้บอกเสริมว่า เมื่อสื่อดีได้เกิดขึ้น พื้นที่ดีได้ถูกสร้างสรรค์โดยไม่ต้องมีความยิ่งใหญ่ หรือกว้างขวางมากมาย แคได้ต้นไม้ หรือ ได้ภูมบ้าน ก็สามารถเป็นพื้นที่ดีได้ทั้งสิ้น และเมื่อเกิดพื้นที่ ดีขึ้น ชาวบ้านในชุมชนก็จะเกิดกิจกรรมที่เป็นสื่อดีๆ ขึ้นมา แก่ชุมชน เมื่อถึงตอนนั้นชาวบ้านก็จะสามารถรู้เท่าทันสื่อได้ โดยที่ไม่จำเป็นต้องเป็นหลักสูตรในโรงเรียน ขอเพียงแค่คนใน ชุมชนช่วยกัน ก็ถือว่าเป็นการสร้างภูมิดีให้เกิดขึ้นนั่นเอง

และเมื่อพูดถึง เมือง 3 ดี ในประเทศไทยนั้นได้เริ่มมี การพัฒนาขึ้นบ้างในบางพื้นที่ แต่ในต่างประเทศเองก็เริ่มมี การสร้างเมือง 3 ดี ขึ้นมาแล้วเช่นกัน เกี่ยวกับเรื่องนี้ รศ.ดร. วิลาสินี อดุลยานนท์ บอกเพิ่มเติมว่า บางประเทศที่แม้มี ขนาดเล็กกว่าประเทศไทยยังสามารถมีการจัดสรรพื้นที่ดีๆ ที่มีการเปิดโล่งให้คนมาร่วมกันทำกิจกรรมได้ และหาก เปรียบเทียบกับเมืองไทย ถึงแม้เรามีพื้นที่น้อย หรือไม่เหมาะสม กับการสร้างพื้นที่ดี แต่หากอาศัยพลังความร่วมมือจากคนใน ชุมชน แคได้สะพาน หรือได้ทางด่วน ก็สามารถกลายสภาพ เป็นพื้นที่ดีให้เด็กและเยาวชนได้ทำกิจกรรมได้แล้ว และที่สำคัญ ต้องมี "คน" เป็นตัวตั้ง ถึงจะสามารถพัฒนาทั้งสื่อ ทั้งพื้นที่ ดีๆ ให้เกิดขึ้นได้อย่างแท้จริง

อย่างไรก็ตามถ้าต้องการสร้างให้ชุมชนและสังคมเกิดเป็น ชุมชน สังคม 3 ดี เกิดขึ้นได้ก็ต้องขึ้นอยู่กับคนในชุมชนที่มา ร่วมกันส่งเสริม ให้มีสื่อดีๆ เกิดขึ้นมากๆ ต้องช่วยกันเฝ้าระวัง สื่อที่เข้ามาในชุมชน ให้ปราศจากพิษภัยต่อเด็ก เยาวชน และ ครอบครัว มีการจัดพื้นที่สาธารณะสำหรับทำกิจกรรมอย่าง สร้างสรรค์และมีคุณสมบัติประโยชน์ร่วมกันของคนในชุมชน เพื่อ ภาพความสุขของเมืองในฝันก็จะไม่ใช่แค่ภาพฝันอีกต่อไป แต่ทำให้เป็นจริงได้ด้วยมือของเราทุกคน หลังจากนั้นเมื่อทุกคน ร่วมกัน มีข้อเสนอและประกาศเจตนารมณ์ในการสร้างเมือง 3 ดีร่วมกัน ก็จะมีการนำข้อเสนอดังกล่าวไปเสนอต่อภาครัฐ ให้ผลักดันให้การสร้างเมือง 3 ดี วิถีสุขเป็นส่วนหนึ่งของวาระ แห่งชาติต่อไป... ซึ่งผู้ที่สนใจสามารถดูรายละเอียดได้ที่ www.artculture4health.com

"เพียงแค่จุดเล็กๆ
สามารถเปลี่ยนแปลงโลกได้..."

และเราก็จะสามารถสร้างเมืองแห่งความสุขได้ไม่ยาก
เพียงแค่เราเป็นผู้เริ่ม..." ✨



เรื่องโดย : สมุทธอักษร

ทาส



บุหรี่: ดึก แล้วเลิกยาก

■ บุหรี่และการบริโภคยาสูบในรูปแบบอื่นๆ เป็น การเสพติด คือใช้เป็นประจำและไม่สามารถเลิกได้ การหยุดสู่มักจะตามมาด้วยอาการถอนยา กระบวนการ ทางยาและพฤติกรรมก็จะเหมือนๆ กับการติดยาเสพติด อื่นๆ เช่น เฮโรอีน โคเคน"

บุหรี่: ไม่ได้สูบ ทรมาณ

- เมื่อเลิกสูบบุหรี่ ระดับนิโคตินในกระแสเลือดจะลดลง ก่อให้เกิดอาการขาดสารนิโคติน คือ วิตกกังวล โกรธง่าย หงุดหงิด อารมณ์ฉุนเฉียวง่าย และกระสับกระส่าย

- อาการจะมากใน 2-3 วันแรก จากนั้นอาการจะ บรรเทาลงและเป็นปกติในที่สุด

".... เป็นที่ทราบกันอยู่แล้วว่า บุหรี่เป็นสิ่งเสพติด ผู้สูบบุหรี่จำนวนมากยังคงสูบต่อไป เพราะไม่สามารถ เลิกได้ ถ้าเลิกได้ก็คงเลิกไปแล้ว"

แต่ที่ผู้คนยังสูบบุหรี่?

เพื่อผ่อนคลาย เพื่อรสชาติ เพื่อฆ่าเวลา เพื่อให้ มือไม่ว่าง... และที่สำคัญที่สุดที่ยังคงสูบบุหรี่กันต่อไป ก็เพราะว่า...จะไม่มีความสุข หากหยุดสูบ...

เมื่อพูดถึงความสูญเสียจากการสูบบุหรี่ พบว่าทั่วโลก เสียชีวิตจากยาสูบ ปีละ 6 ล้านคน วันละ 16,438 คน ส่วนคนไทยเสียชีวิตจากการสูบบุหรี่ ปีละ 50,700 คน วันละ 139 คน ชั่วโมงละ 5.8 คน หรือ 1 คน ในทุกๆ 10 นาที และเมื่อพูดถึงโรคที่คนไทยเสียชีวิตจากการ สูบบุหรี่ จะพบว่า โรคหัวใจและหลอดเลือด 11,666 คนต่อปี โรคมะเร็งปอด 11,740 คนต่อปี โรคมะเร็งที่ คอ 7,244 คนต่อปี โรคถุงลมปอดโป่งพอง 11,896 คน ต่อปี โรคอื่นๆ 8,164 คนต่อปี

อย่างในผลงานที่ชื่อว่า "ทาส" ซึ่งเป็นผลงานที่ได้รับทุนการผลิตในโครงการนักผลิตและสื่อสารสุขภาวะ รุ่นใหม่ "Dek Health (เด็กเฮ้า)" ตอน เยาวชนสร้าง แรงบันดาลใจสุขภาพ ในรูปแบบสื่อใหม่ (New Media) ประเภท Installation Ambience (อินสตอลเลชั่น แอมเบียนซ์) ซึ่งเป็นประเภทที่สามารถเข้าถึงผู้คนได้ง่าย เข้าใจง่าย และสามารถจับต้องได้ โดยมีนางสาวรพณ์ เรืองมณี หรือน้องอมลิน" นักศึกษาจากคณะสถาปัตย- กรรมศาสตร์ สาขาออกแบบนิเทศศิลป์ มหาวิทยาลัย เทคโนโลยีพระจอมเกล้าธนบุรี เป็นเจ้าของผลงาน โดย ผลงานชิ้นนี้ต้องการสื่อสารว่า...

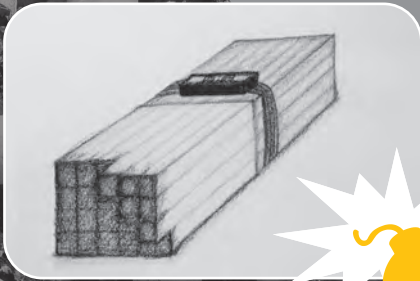
...บุหรี่คือยาเสพติดชนิดหนึ่ง ที่ทำให้ผู้สูบบุหรี่กลายเป็นเหมือน ทาสของมัน...

โดยแนวคิดของผลงานชิ้นนี้น้องอมลิน บอกว่า ต้องการตอบใจหยัที่ได้มาว่า "บุหรี่คือยาเสพติด" เพราะ ฉะนั้นจึงใช้วิธีการจัดแสดงหุ่นเสมือนจริง เพื่อสื่อให้ผู้ ที่เห็นเข้าใจได้ง่ายขึ้น ว่านี่คือสิ่งเสพติดที่ถึงแม้เราจะ สลัดมันหลุด แต่เราก็ดกเป็นทาสของมันไปแล้ว...

"การสร้างสรรคผลงานเริ่มจากการสังเกตภาพและ เข้าสู่กระบวนการถ่ายภาพจากขนาดจริงและมาตกแต่ง ด้วยคอมพิวเตอร์เพื่อดูว่าคนที่ดูงานเข้าใจว่าบุหรี่มันเป็น โทษ ซึ่งผู้ที่สูบบุหรี่เปรียบเหมือนตกเป็นทาสของบุหรี่เพราะ พวกเขาเหล่านั้นจะเสพติดบุหรี่กระทั่งกลายเป็นความ เคยชินและทำให้บุหรี่กลายเป็นส่วนหนึ่งของชีวิตในที่สุด โดยมีความคิดอยากให้ผู้เสพที่เห็นผลงานได้กลับมาคิด เพื่อที่เขาจะได้เลือกวิถีชีวิตใหม่ที่ดีกว่าเดิม" นางสาวรพณ์ เรืองมณี บอก



โดยรูปแบบและความหมายของผลงาน
นางสาวรูปนทิ เรืองมณี บอกว่า



"บุหรืคือระเบิดเวลา" ผู้สูบไม่รู้ว่าจะผลจากการสูบบุหรี่นั้นจะมีผลกระทบกับตนเองและคนรอบข้างเมื่อไร ทุกครั้งที่บุหรืถูกจุดก็เหมือนการทำให้ระเบิดเวลาทำงานเร็วขึ้นและวันหนึ่งก็จะระเบิดและทำลายคนๆ นั้นรวมถึงคนรอบข้างของเขาด้วย



"บุหรืเป็นก็คุ้มขี้" ผู้สูบที่สูบบุหรี่ย้อมเหมือนผู้ที่ถูกขังหรือบังคับให้ต้องติดกับ ซึ่งบางครั้งแม้เขาต้องการหลุดออกมาจากมันก็ไม่สามารถทำได้ งานชิ้นนี้ต้องการจะสื่อถึงทั้งผู้สูบและผู้ที่ไม่สูบว่าผู้สูบบุหรี่ไม่ใช่บุคคลน่ารังเกียจ เขาก็ต้องการที่จะอยู่ร่วมกับคนในสังคมเช่นกัน และบางครั้งก็ต้องการให้คนอื่น ๆ เข้าใจและช่วยเขาออกมา



ผลงานชื่อว่า "ทาส" นี่เป็นเพียงแค่ว่าหนึ่งในผลงานที่เยาวชนได้สร้างสรรค์ขึ้นมาเพื่อให้สื่อสารให้คนในสังคมรู้ว่า "บุหรืคือยาเสพติด" นอกจากนี้แล้วยังมีผลงานอีกหลากหลายชิ้นที่เป็นผลงานใน โครงการ "เด็กเฝ้า" ที่มีทั้งหนังสือการ์ตูน, เรื่องสั้น, นิพนธ์, ประเภท Art Installation (อาร์ต อินสตอลเลชั่น), Installation Ambience (อินสตอลเลชั่น แอมเบียนซ์, T-Shirt แบบกราฟิกและแบบสโลแกน, Infographic Animation (อินโฟกราฟิก แอนิเมชัน), Jingle music (จิงเกิ้ล มิวสิก) สามารถติดตามผลงานน้องๆ ได้ที่

www.artculture4health.com ✨



เรื่องโดย : ปากกาแก้ว



สร้างความสุขให้นักเดินทาง กับ

"ศิลปินสร้างสุข | ศิลปินอาสา"

คุณเคยเดินทางไกลบ่อยๆ หรือเปล่า?...

แล้วก่อนเดินทาง คุณนั่งรถรอ เรือ เครื่องบิน นานแค่ไหน?...

แล้วระหว่างรอ... คุณทำอะไร...?

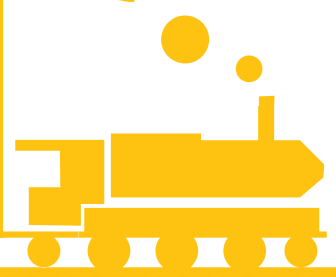


นี่เป็นคำถามที่คำตอบของคนส่วนใหญ่จะเป็นการนั่ง นอน กินข้าว อ่านหนังสือ หรืออะไรก็ตามแต่ที่พอจะทำได้...

และถ้าเราเดินทางในช่วงเทศกาลล่ะ! คุณเคยคิดภาพตามไหมว่า การรอคอยจะเป็นอย่างไร?

ช่วงเทศกาลหรือช่วงที่เว้นว่างจากการทำงานผู้คนจำนวนมากในเมืองต่างๆ ต่างพร้อมใจกันมาที่สถานีขนส่งสถานีรถไฟเพื่อมาเตรียมรอขึ้นรถในสายที่จะกลับไปยังบ้านเกิดเมืองนอนของตนเอง บ้างก็มาจับจองพื้นที่เพื่อนั่งพักตามสถานที่รอ บางคนถึงกับจับจองทางเดินในมุมต่างๆ แม้แอร์ไม่เย็น หรือไม่มีแอร์ก็ยังต้องนั่งรอ! ...เพราะเหตุนี้แผนงานสื่อศิลปวัฒนธรรมสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) จึงได้ร่วมกับ มูลนิธิสมาพันธ์ศิลปินเพื่อสังคมและการรถไฟแห่งประเทศไทย ได้จัดโครงการ **"ศิลปินสร้างสุข ศิลปินอาสา"** ขึ้น เพื่อให้ความบันเทิงแก่ผู้ที่กำลังหงุดหงิดกระวนกระวายใจกับการรอเดินทางกลับไปยังบ้านเกิด เพื่อทำให้เวลาที่แสนจะน่าเบื่อได้ผ่านไปอย่างมีความสุข

ซึ่งนายดนัย หวังบุญชัย ผู้จัดการแผนงานสื่อศิลปวัฒนธรรมสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) บอกว่าในช่วงเทศกาลหรือวันหยุดยาว จะมีนักเดินทางทั้งชาวไทยและชาวต่างชาติทยอยกันเดินทางกลับบ้านเพื่อพักผ่อน และการแสดง ความบันเทิง เชื่อว่าน่าจะช่วยคลายความตึงเครียดในการรอคอยได้ ประกอบกับแผนงานสื่อศิลปวัฒนธรรมสร้างเสริมสุขภาพ มีเครือข่ายทางด้านศิลปวัฒนธรรมในแขนงต่างๆ มากมาย ทั้ง สื่อดนตรี สื่อพื้นบ้าน และสื่อร่วมสมัยที่เป็นสื่อสมัยใหม่ทางคณะกรรมการจากทาง สสส. จึงเล็งเห็นประสิทธิภาพของเครือข่ายศิลปินว่า หากจะไปเปิดพื้นที่สร้างสรรค์ ในแหล่งชุมชนหรือในย่านที่คนหนุ่มมากใช้เดินทางทั้งการรอรถ รอเรือ หรือรอเครื่องบิน ถ้าเราใช้พลังของเครือข่ายที่มีมาสร้างเสริมสุขภาพของผู้ที่อยู่ในความเครียดระหว่างเดินทางตามสถานีขนส่งต่างๆ ได้ ถือว่าเป็นการเปิดเป็นพื้นที่สร้างสรรค์ เพื่อให้เป็นพื้นที่สุขภาวะและเป็นแหล่งเรียนรู้ที่มีคุณค่าในด้านศิลปวัฒนธรรมแก่คนไทยและชาวต่างชาติไปในเวลาเดียวกัน





ทั้งนี้ นายไพจิตร ศุภวาริ ประธานมูลนิธิศิลปินเพื่อสังคม และถือว่าเป็นหัวเรือใหญ่ในการรับผิดชอบโครงการนี้ บอกว่า โครงการ "ศิลปินสร้างสุข ศิลปินอาสา" ที่จัดขึ้นนี้ เป็นการสร้างความบันเทิง แก่นักเดินทาง ทางเครือข่ายศิลปินวัฒนธรรมฯ จึงได้เตรียมชุดการแสดง ทั้ง ฟ้อนเงี้ยว, รำ 4 ภาค, การขับร้องเพลงอีแซว, เพลงเรือ, เพลงเกี่ยวข้าว, เพลงลูกทุ่ง, ไทยสากล, ไปจนถึงเพลงร่วมสมัย, ลีเกศสุลุ, มโนราห์ตัวอ่อน, รำเทพบันเทิง, นาฏศิลป์ไทยการตะ "ปฏาจารย์" และการขับร้องเพลงไทยสากล - ลูกทุ่ง - ไทยร่วมสมัย จากศิลปินแห่งชาติ รุ่นใหญ่ อาทิ สดใส รุ่งโพธิ์ทอง และกลุ่มเยาวชนในโครงการอีกมากมาย ซึ่งการแสดงแต่ละชุด นอกจากจะมีความหลากหลายทางชาติพันธุ์-เชื้อชาติ ยังทำให้ผู้ที่อยู่ในสถานนี้ได้มีความรู้สึกคิดถึงและภาคภูมิใจในบ้านเกิดของตัวเองไปด้วยในตัว

"เชื่อมั่นว่ากิจกรรมที่นำมาแสดงทั้งหมดจะสามารถสร้างความสุข สนุกสนาน ช่วยคลายเครียด และสร้างการมีส่วนร่วมระหว่างรอรถเพื่อเดินทางกลับได้ และสำหรับเด็กและเยาวชนเป็นผู้ส่งมอบความสุขให้กับคนที่มารอรถเองยังมีโอกาสได้รับประสบการณ์ที่ดี ทั้งทางด้านการแสดง การเข้าสังคม ซึ่งไม่สามารถหาได้จากที่ไหน สร้างความภาคภูมิใจให้กับตัวเอง ปลุกฝังการมีใจรักในการทำงานจิตอาสาว่าเป็นเรื่องที่ดี สามารถช่วยแบ่งเบาภาระ ช่วยคลายทุกข์ สร้างความสุขให้กับผู้อื่นไปในตัวด้วยอีกทาง" นายไพจิตร ศุภวาริ บอก

กิจกรรม "ศิลปินสร้างสุข ศิลปินอาสา" ได้จัดมาแล้วกว่า 10 ครั้ง โดยครั้งแรกจัดขึ้นที่ สถานีขนส่งหมอชิต, ที่สถานีขนส่งสายใต้ใหม่ 1 ครั้ง และที่สถานีรถไฟกรุงเทพ (หัวลำโพง) 8 ครั้ง ซึ่งในอนาคตตั้งใจว่าจะไปจัดกิจกรรมที่ทำอากาศยานดอนเมือง หรือไม่ก็ทำอากาศยานสุวรรณภูมิ ซึ่งกิจกรรมที่ผ่านมามีกระแสตอบรับที่ดีจากประชาชนที่มารอเพื่อเดินทางต่อเป็นอย่างดี โดยส่วนใหญ่บอกว่าคุ้มค่าในการรอคอยมาก ซึ่งการแสดงแต่ละชุด นอกจากจะมีความหลากหลายทางชาติพันธุ์ - เชื้อชาติยังทำให้ผู้ที่อยู่ในสถานนี้ได้มีความรู้สึกคิดถึงและภาคภูมิใจในบ้านเกิดของตัวเองไปด้วยในตัว

สำหรับผู้สนใจในกิจกรรมที่จัดขึ้นดังกล่าว หรือชมบรรยากาศกิจกรรมที่ผ่านมาสามารถติดตามความเคลื่อนไหวได้ที่ www.artculture4health.com หรือสอบถามถึงข้อมูลอื่นๆ เพิ่มเติมได้ที่ 02-612-6996-7 ต่อ 101 🌟



สวน • สุข • ศิลป์

ศิลป์ • โບ • สวน

ยุคสมัยเปลี่ยน วิถีชีวิตคนเปลี่ยน วัฒนธรรมไทยดั้งเดิมเริ่มเลือนหาย....

"ความทันสมัย" เข้ามาเป็นส่วนหนึ่งของชีวิตประจำวัน

"คนรุ่นหลัง" มีโอกาสไม่มากนักที่จะได้รับรู้และสัมผัสบรรยากาศ "ความเป็นไทย" ที่มีในอดีต....

...แต่ในงาน "สวน สุข ศิลป์" ศิลปินสวน ได้ชวนคนไทยกลางกรุงทวราภีถึงบรรยากาศความเป็นไทยในอดีต ด้วยการชมศิลป์ไทย ร้องเพลงไทย เล่นอย่างไทย กินอาหารไทย แต่งชุดไทย ภายใต้ชื่องานว่า "อะไรก็ไทย" เพราะเราคือคนไทย...

"อะไรก็ไทย"

ชมศิลป์ไทย ❖ ร้องเพลงไทย ❖ เล่นอย่างไทย

กินอาหารไทย ❖ แต่งชุดไทย ❖ เพราะเราคือคนไทย

งานนี้จัดขึ้นด้วยความร่วมมือของศูนย์เรียนรู้สุขภาวะ สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.), แผนงานสื่อศิลปวัฒนธรรมสร้างเสริมสุขภาพ และภาคีเครือข่ายศิลปวัฒนธรรม ที่เน้นนำเสนอกิจกรรมที่บ่งบอกความเป็นไทย ทั้งการแสดงศิลปวัฒนธรรมไทยในแต่ละภูมิภาค การแข่งขันร้องเพลงไทยสุนทราภรณ์ การแสดงโขนจากสถาบันคึกฤทธิ์ การแสดงพื้นบ้านต่างๆ ที่หาชมได้ยาก เช่น รำไทย มโนราห์ กลองยาว กระบี่กระบอง รวมถึงกิจกรรมที่น่าสนใจ "เพลงฉ่อยมาปะทะเพลงแร็ป" ซึ่งศิลปวัฒนธรรมไทยมาผสมผสานกับวัฒนธรรมของต่างประเทศที่สามารถเข้ากันได้อย่างลงตัว สร้างรอยยิ้ม เสียงหัวเราะ และเสียงปรบมือให้ดังสนั่นได้ตลอดการแสดง

โดยนายदनัย หวังบุญชัย ผู้จัดการแผนงานสื่อศิลปวัฒนธรรมสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) บอกว่า งาน "สวน สุข ศิลป์" ศิลปินสวน นี้เกิดขึ้นเพื่อต้องการเปิดพื้นที่สร้างสรรค์ พื้นที่สาธารณะร่วมกับชุมชนโดยพัฒนาต้นแบบขึ้นมา ให้ชุมชน เทศบาล อบต.อื่นๆ ได้พัฒนาชุดความคิดที่จะเปิดพื้นที่สร้างสรรค์ มีองค์ประกอบของพื้นที่สร้างสรรค์ที่อยากเห็น ซึ่งเน้นจัดให้ตรงกับวันหยุด หรือในวันว่างที่คนในครอบครัวจะได้มาทำกิจกรรมสร้างสรรค์ด้วยงานศิลปะและวัฒนธรรมร่วมกัน เน้นกลุ่มเป้าหมายเป็นเด็ก-เยาวชนและครอบครัว ให้ความใกล้ชิดกันมากขึ้น เพราะหัวใจของพื้นที่สร้างสรรค์คือการแบ่งปัน เรียนรู้ และมีความเป็นเจ้าของ ทั้ง 3 ส่วนนี้ หากมีการเปิดพื้นที่ให้ทุกคนสามารถแบ่งปันกันได้ ทุกคนมีของดีอยากมาแลกเปลี่ยน และทุกคนอยากเป็นเจ้าของร่วมที่ไม่เพียงแต่เป็นเพียงผู้ชมเฉยๆ แต่ลุกขึ้นมาเป็นผู้แสดงร่วมด้วย





"โดยครั้งนี้เน้นการอนุรักษ์วัฒนธรรมอันดีงามของไทย ที่อาจแสดงออกทางกายภาพ ด้วยเสื้อผ้า การแต่งกาย ด้วย ภาษา ด้วยกิจกรรมการย่ำ และการละเล่นอย่าง "ว่าวที่เราชอบเล่น" ที่เป็นกิจกรรมสอนและสาธิตการเล่นว่าว, กิจกรรม "โลกเอกเข่งในสวน" ที่เน้นสอน และสาธิตเดินโยกเยก, กิจกรรม "มอญซ่อนผ้า อะอะไรอยู่ข้างหลัง" เป็นการสาธิตการเล่นมอญซ่อนผ้า และ กิจกรรม "ปัง ปัง ปัง ปินดัง จากก้านกล้วย" ที่สอนและสาธิตการทำป็นจากก้านกล้วย และอื่นๆ อีกมากมาย ซึ่งทั้งหมดนี้เป็นการนำร่องกิจกรรม เพื่อเป็นต้นแบบให้กับชุมชน เน้นอนาคตในครั้งต่อๆ ไปในระยะยาวหากชุมชนรู้สึกว่าจะสามารถจัดงานได้ด้วยตัวเองแล้ว ก็อยากให้ชุมชนมีบทบาทในการจัดงานด้วยพลังของชุมชนเอง และร่วมเป็นเจ้าของกิจกรรมมากขึ้น" ผู้จัดการแผนงานสื่อศิลปวัฒนธรรมฯ บอก

นายสนัย มั่นตานุรักษ์ ที่ปรึกษาเครือข่ายเยาวชนจอมทอง บอกว่า กิจกรรมนี้นอกจากจะเป็นกิจกรรมที่ช่วยสานสัมพันธ์กันในชุมชน 3 ชุมชน ได้แก่ **ชุมชนบ้านมั่นคงสวนพลู ชุมชนหน้าสมาคมธรรมศาสตร์ และชุมชนบ้านเอื้ออาทร** ให้ได้ทำกิจกรรมร่วมกันก่อให้เกิดความรักความสามัคคีกันแล้วเด็กๆ ก็ได้สร้างเครือข่ายเพื่อนต่างชุมชน ซึ่งเมื่อเด็กโตขึ้นก็จะสามารถดูแลชุมชน และเติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่ดีต่อไปได้ อีกทั้งสถานที่จัดงานเป็นสวนสาธารณะเฉลิมพระเกียรติฯ 80 พรรษา และศูนย์เรียนรู้สุขภาพะ สสส. เป็นสถานที่ที่เหมาะสม เพราะสวนสาธารณะส่วนมากเหมือนจะเป็นพื้นที่ปิด ในบางครั้งถ้าจะใช้พื้นที่เพื่อจัดกิจกรรมในลักษณะนี้มักจะไม่ค่อยให้จัด ไม่ให้มาวุ่นวาย ถือเป็นความโชคดีของเยาวชนและชุมชนที่มีผู้ใหญ่ใจดีมาอยู่ใกล้ๆ ตรงนี้ เยาวชนจึงมีโอกาสดำเนินทั้งความรู้ และความเพลิดเพลินไปในเวลาเดียวกัน ในอนาคตหวังว่าการจัดงานนี้จะกลายเป็นต้นแบบให้เกิดกิจกรรมในสวนอย่างกว้างขวางขึ้น





ส่วนตัว หรือ นางสาวปานทิพย์ ลักษณะไทย รองประธานชมรมเกสรลำพู หนึ่งในภาคที่มาร่วมจัดกิจกรรม บอกว่าจากการทำงานที่ผ่านมาชมรมเกสรลำพูได้รวมกลุ่มเยาวชนในชุมชนมาทำกิจกรรมต่างๆ ร่วมกันเพื่อพัฒนาชุมชนในทุกๆ ด้าน อาทิ วิถีชีวิตและประวัติศาสตร์ชุมชนด้วยการดึงของดีในแต่ละชุมชนมาสืบทอดผ่านงานการแสดงหรือนิทรรศการ ซึ่งถือเป็นวัฒนธรรมดั้งเดิมที่ต้องรักษาเอาไว้เพื่อไม่ให้สูญหาย สำหรับในงาน **"สวน สุข ศิลป์ ศิลป์ในสวน"** ชมรมเกสรลำพูได้นำข้าวต้มน้ำอุ่น (ข้าวเหนียวสามเกลียว) ของดีที่มีอยู่ในชุมชนวัดสามงูมมา ที่ในอดีตทุกบ้านจะออกมานั่งห่อข้าวเหนียวด้วยใบตอง แต่ปัจจุบันเหลือเพียงเจ้าเดียวแล้ว การนำเอาข้าวต้มน้ำอุ่นออกมาแสดงในครั้งนี้ นอกจากจะทำให้คนอื่นได้เห็น ได้ชิม แล้วเชื่อว่าจะทำให้เด็ก-เยาวชนได้เห็นได้รู้จักไปด้วยในตัว ซึ่งในความเป็นจริงแล้วเชื่อว่าเด็กสมัยนี้ไม่ค่อยมีใครรู้จัก

"นอกจากนี้ยังมีการทำดอกไม้สด พวงดอกไม้ บูเก๋จากผลมะกรูด จากชุมชนวัดใหม่มตรส มาแสดงและสาธิตสอนวิธีการทำด้วยการนำวัสดุใกล้ตัว เช่น มะกรูด ดอกกล้วยไม้ ร้อยโรย ใบเตย มาตกแต่งทำให้เกิดเป็นสิ่งที่ทรงคุณค่าและสามารถใช้เป็นเครื่องหอมได้อีกด้วย รวมทั้งกิจกรรมสาธิตการเล่นว่าว การสอนและสาธิตเดินโยกเยก การละเล่นมอญซ่อนผ้า สาธิตป็นจากก้านกล้วย นี่เป็นเพียงบางอย่างที่เราบางลำพูนำมาเสนอในงาน" รองประธานชมรมเกสรลำพู บอก

บรรยากาศในงานเป็นไปอย่างอบอุ่น เต็มไปด้วยเสียงหัวเราะและรอยยิ้มจากเด็กๆ ในชุมชนที่ได้มีโอกาสสัมผัสกับการละเล่นพื้นบ้านแบบไทย รวมทั้งได้ชมการแสดงไทยๆ จากเวทีการแสดง และต่างร่วมกันแต่งกายชุดไทยมาร่วมงาน นับว่ากิจกรรม **"สวน สุข ศิลป์ ศิลป์ในสวน"** ตอนอะไรก็ไทย ที่นำมาซึ่งความสุขของคนทุกวัย เป็นกิจกรรมในวันหยุดที่สมาชิกทุกคนสามารถมีส่วนร่วมจากความเป็นไทยที่หาได้ยากในยุคปัจจุบัน ✨



เรื่องโดย : รรรรร



จากฟากฟ้า



วัสดุอุปกรณ์ที่ต้องเตรียมมีดังนี้...

1. กระดาษสา หลากสีส้น
2. ไครวาว ทำจากไม้ไผ่ที่สุกพอดี เพื่อป้องกันการหักขณะดัดให้เป็นไครว
3. เชือกวาว หรือ เชือกป่าน ไม่แนะนำให้ใช้เชือกฟางนะ!!
4. กาว หรือ เทปกาว

วิธีทำ

1. นำไม้ไผ่มาตัดเป็นรูปทรงของหัวงู เลือกขนาดได้ตามใจชอบ อยากได้หัวใหญ่แค่ไหน จากนั้นยัดไครวด้วยเชือก หรือ เทปกาว
2. นำกระดาษสา มาปิดทับ เก็บมุมให้เรียบร้อยด้วยกาว หรือ เทปกาว และทำการตกแต่งกระดาษสาให้เป็นรูปหน้าตาของงูที่เราต้องการ จะวาดรูป หรือ ตัดกระดาษปิดทับก็ได้ไม่ต่างกัน
3. เจาะรูเพื่อร้อยเชือก จุดดังกล่าวจะอยู่บนแผงด้านหลังนี้เอง ห่างจากด้านบนของวาวลงมาประมาณ 1 ใน 3 ของความสูงของวาว เมื่อกำหนดจุดได้แล้ว ใช้เทปกาวปิดทั้งสองด้านเพื่อเสริมความแข็งแรง จากนั้นใช้ที่เจาะรูกระดาษ เจาะรู ณ จุดที่กำหนดไว้
4. นำกระดาษสาที่เหลือมาติด ตัดเป็นชิ้นๆ จากนั้นก็ติดกันด้วยเทปกาว และนำไปติดกับตัววาว

เพียงเท่านี้เราก็จะได้ "วาวงู" ฝีมือเราเอง ขึ้นไปทอดโฉมอยู่บนท้องฟ้าแล้ว...และแม้ว่าช่วงนี้จะใกล้เข้าสู่ฤดูฝน แต่ก็ยังมีลมพอให้วาวได้ขึ้นไปวาดลวดลายบนฟ้าแน่ๆ

นี่อาจจะเป็นความสุขที่คนเมืองอย่างเราๆ หลงลืมไป แต่เมื่อได้ลองนึกถึงการเล่นวาวในทุ่งหญ้า ที่มีทั้งสายลม และแสงแดดอยู่เคียงคู่ คงจะปฏิเสธไม่ได้ว่านี่คือความสุขใกล้ตัวที่เราสามารถเข้าไปสัมผัสมันได้ การเล่นวาวนี้ อาจจะกำลังเลือนหายไปตามกาลเวลา ตามยุคสมัยที่เปลี่ยนไป แต่เพราะงาน "สวนสุขศิลป์" ศิลป์ในสวน ตอน อะไรก็ไทย ที่จัดขึ้นในครั้งนี้ นี่เองที่ทำให้ ศิลปะ วัฒนธรรม ประเพณีต่างๆ ที่คนอาจลืมไปว่ามีอยู่บนผืนแผ่นดินไทย ได้กลับมามีชีวิต และได้เป็นแหล่งเรียนรู้แก่เยาวชนรุ่นหลังต่อไป ✨

ฟานพันไปแล้วสำหรับงาน "สวนสุขศิลป์" ศิลป์ในสวน กับตอน อะไรก็ไทย ที่ขอบอกได้เลยว่างานนี้ มีการพบปะความเป็นไทยมาเต็มขั้น เริ่มตั้งแต่ขนมพื้นบ้าน การละเล่น ไปจนถึงการแสดง ที่ทางผู้จัดใจดีอย่าง แผนงานสื่อศิลปวัฒนธรรมสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) ร่วมกับ สวนสุขภาพะ สสส. จัดขึ้นเพื่อให้เกิดการสืบสานศิลปะความเป็นไทย และยังถือว่าเป็นการสร้างความสุข สนุก เพลิดเพลิน ให้กับผู้คนอีกด้วย

นอกจากกิจกรรมต่างๆ แบบไทยๆ ที่มีให้ชมกันในงานนี้แล้ว สิ่งที่น่าสนใจและถือว่าการละเล่นที่อยู่คู่กับคนไทยมาช้านานเห็นจะเป็น และมีให้เห็นในงานนี้เช่นกัน นั่นก็คือ การเล่น "วาว"

ซึ่งวาวไทยนั้น แบ่งออกเป็น 2 ประเภท ได้แก่

1. วาวแผง คือ วาวที่ไม่มีความหนา มีแต่ส่วนกว้าง และส่วนยาว เช่น วาวจุฬา บักเป้า อีลุ่ม หรือวาวรูปสัตว์ต่างๆ ยกตัวอย่าง วาวงู เป็นต้น
2. วาวภาพ คือ วาวที่ประดิษฐ์ให้มีลักษณะพิเศษ เพื่อแสดงแนวความคิด ฝีมือในการประดิษฐ์ แบ่งเป็นประเภทย่อยได้ 3 ชนิด วาวประเภทสวยงาม, วาวประเภทความคิดและวาวประเภทตลกขบขัน

และในวันนี้จะขอเสนอความสุขเล็กๆ ที่สามารถสร้างได้ จากวัสดุอุปกรณ์ไม่กี่ชิ้นที่สามารถหาได้ง่ายๆ นำมาสร้างสรรค์ให้เกิด "วาวงู" ที่มีชีวิต แหวกว่ายอยู่บนอากาศได้อย่างสวยงามและสนุกสนานถูกใจใครหลาย ๆ คน

"ขยะ" มีค่า

พัฒนาเป็น อัจฉริยะ...เปิดชนวิสัย



"ขยะ" ใครว่าจะไม่ได้

"ของเก่า" ใครว่าจะไม่มีประโยชน์

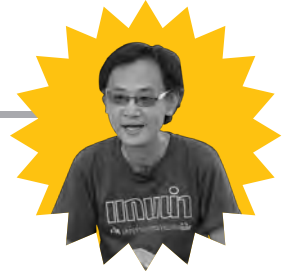
ทั้ง **"ขยะ"** และ **"ของเก่า"** ใครว่าจะก่อให้เกิด
แต่โทษ!

แต่สำหรับน้องๆ เครือข่ายเยาวชนจอมทองแล้ว พวกเขาได้มองต่างออกไป... เพราะกว่า 5 ปีมาแล้ว ที่เขาเหล่านั้นได้นำทั้ง **"ขยะ"** และ **"ของเก่า"** อย่าง ขวดน้ำ, กระป๋อง, ถังน้ำ, แก้ว, โต้ะ และอื่นๆ มาสร้างสรรค์เป็นเครื่องดนตรีชนิดต่างๆ ที่ทั้งเคาะ ตี เป่า เขย่า ถู จนเกิดเป็นเสียง ทำนอง และจังหวะได้อย่างมีเสน่ห์ ที่สำคัญสามารถสร้างความบันเทิงให้กับผู้ที่ได้ฟังรู้สึกสนุก ผ่อนคลาย และยิ้มได้ไม่แพ้เครื่องดนตรีราคาแพงๆ เลย...



เครื่องเพอร์คัสชัน (Percussion)

หมายถึงวัตถุที่ให้เสียงจากการตี กระแทก ถู เขย่า หรือการกระทำลักษณะที่ใกล้เคียงกัน ที่ทำให้วัตถุสั่นและเกิดเสียง เพอร์คัสชันนั้นหมายความว่ารวมทั้งเครื่องดนตรีที่รู้จักกันทั่วไป เช่น กลอง ฉาบ มโหรี แทมบูรีน ซาโลโฟนหรือสิ่งของ ซึ่งถูกนำมาใช้ในดนตรีสมัยใหม่หลายชนิด เช่น ไม้กวาด ท่อโลหะ เป็นต้น



โดยนายสุนัย มั่นตานุรักษ์ ที่ปรึกษาเครือข่าย
เยาวชนจอมทอง บอกว่า เครือข่ายเยาวชนจอมทอง
เริ่มต้นมาจากคำว่า **"โอกาส"** โดยเมื่อ พ.ศ.2551
แผนงานสื่อศิลปวัฒนธรรมสร้างเสริมสุขภาพ สสส.
ได้เปิดโครงการ **"ดนตรีสร้างสุข"** ขึ้นมา เมื่อทาง
เครือข่ายฯ ได้รับข่าวสารการเปิดรับเลยเขียนโครงการ
เพื่อนำเสนอของงบประมาณสนับสนุนเข้าไป โดยใช้
ชื่อโครงการย่อยว่า **"สร้างดนตรีด้วยสมองและสองมือ"**
ซึ่งการเริ่มโครงการครั้งแรกนี้ได้คัดเลือกเด็กกลุ่มเสี่ยง
ของโรงเรียนมัธยมวัดสิงห์มาปรับและเปลี่ยนพฤติกรรม
เพื่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงในด้านจิตใจป้องกันไม่ให้
เยาวชนได้ก้าวพลาดไปสู่ทางที่ผิดอีก โดยมีวิทยากร
ที่เป็นนักเพอร์คัสชัน (Percussion) ระดับต้นๆ ของ
ประเทศ มาให้ความรู้กับน้องๆ เมื่อเริ่มเข้าสู่ปีที่สอง
กลุ่มเสี่ยงเหล่านั้นก็ได้ไปชวนเพื่อนๆ เข้ามาร่วมโครงการ
เพิ่มขึ้นจึงเกิดการขยายวงเพอร์คัสชันให้ใหญ่ขึ้น...
จากเด็กติดลบกลับกลายเป็นบวกและเป็นที่ยอมรับ
ของสังคม ชุมชน และมีโอกาสได้ศึกษาต่อในระดับ
ปริญญาโทแล้ว ที่สำคัญได้มีการสร้างแกนนำรุ่นถัดๆ
มาเพื่อสืบสานสืบทอดภูมิปัญญา เทคนิค และสไตล์
เพอร์คัสชันฉบับเยาวชนจอมทองมาจนปัจจุบันได้อย่าง
น่าภาคภูมิใจ...



ซึ่งน้องไนท์ หรือ นายสุวิทย์ วรรณสุทธิ์ นักศึกษาชั้นปีที่ 3 จากคณะนิเทศศาสตร์ สาขาวิทยุ - โทรทัศน์ มหาวิทยาลัยราชภัฏบ้านสมเด็จเจ้าพระยา หนึ่งในสมาชิกวงซึ่งเป็นเยาวชนกลุ่มเสียงรุ่นแรก บอกว่ากว่า 5 ปีแล้วที่ตัดสินใจเข้าร่วมเล่นดนตรีเพอร์คัสชันเพียงเพราะความชอบในเสียงดนตรี เมื่อมีโครงการลงมาในโรงเรียนและมีพี่เลี้ยงที่มีดีกรีเป็นถึงนักดนตรีมืออาชีพมาสอน ทำให้รู้สึกอยากเล่นมากขึ้น ส่วนหนึ่งอาจเป็นเพราะเพอร์คัสชันเล่นง่าย อุปกรณ์ในการเล่นก็หาได้ไม่ยาก แค่ว่าของเหลือใช้, ขยะ หรือของที่มีอยู่ภายในบ้านก็สามารถนำมาใช้เป็นเครื่องดนตรีได้ทั้งเมื่อได้เล่นแล้วรู้ได้ทันทีเลยว่าจากคนที่อารมณ์ร้อนเมื่อเล่นดนตรีนอกจากจะช่วยให้เราใจเย็นลงแล้วความโมโหและหงุดหงิดง่ายก็หายไป กลับกลายเป็นคนที่ใจเย็นลง มีสมาธิมากขึ้น เมื่อก่อนจะซุ่มกันหลังเลิกเรียน แต่เมื่อทุกคนเริ่มโตขึ้นและแยกย้ายกันไปเรียนในระดับการศึกษาที่สูงขึ้น ใน 1 สัปดาห์จะรวมตัวกันซ้อม-เล่นอย่างน้อย 1-2 วัน ทำให้ไม่เหลือเวลาว่างไปมั่วสุมหรือเที่ยวเตร่ได้อย่างเมื่อก่อนอีกส่วนหนึ่งรู้สึกว่าคุณค่าขึ้นไม่ทำให้พ่อแม่ต้องห่วงเท่าที่ผ่านมา จนตอนนี้ทุกคนในบ้านยอมรับและเชื่อมั่นในการตัดสินใจของตนมากขึ้น ตนจึงรักและเล่นเพอร์คัสชันมาจน ณ ปัจจุบันนี้

"ปัจจุบันนี้มีรุ่นน้องมาเล่นเพิ่มขึ้นและบางคนก็พร้อมที่จะมาเป็นแกนนำรุ่น 2 รุ่น 3 กันได้แล้ว เชื่อว่าจากเครื่องดนตรีที่ใครๆ แค่มองว่าเป็น "ขยะ" และ "ของเก่า" ไม่มีประโยชน์บ้าง ไร้ค่าบ้าง แต่ไม่เชื่อก็ต้องเชื่อว่าของเหล่านี้จะกลับมาเป็นอุปกรณ์ที่ช่วยให้เด็กๆ หลายคนมีอนาคตขึ้นมาได้ ซึ่งวิธีการเล่นเพอร์คัสชันที่ประดิษฐ์จากของเหลือใช้ยังสามารถเล่นกันได้ง่ายๆ เพียงแค่นำมาเคาะ ตี กระแทก ทุบ เขย่าให้เกิดเสียง เป็นจังหวะและทำนองต่างๆ ให้เป็นเพลงได้หลากหลายแนว ทั้งเร้าใจ ปลุกใจ สนุกสนาน เช่นเดียวกับเครื่องดนตรีชนิดอื่นๆ หากใครสนใจลองมองหาสิ่งของภายในบ้านมาลองเคาะดูไม่แน่ว่าจะใช้ได้ เล่น เป็นเพลงประกอบกิจกรรมเพื่อเสริมสร้างความสุขให้กับคนในครอบครัวโดยไม่จำเป็นต้องไปหาเครื่องดนตรีแพงๆ มาเล่นเลย ไม่แน่ว่าจะหลงเสน่ห์ของเครื่องดนตรี "เพอร์คัสชัน" แบบเดียวกับตนเลยก็ได้" น้องไนท์ บอก

เหล่านี้คือเรื่องราวของเยาวชนที่ครั้งหนึ่งเคยหลงผิด หลงทางกับชีวิต จนกระทั่งวันหนึ่งพวกเขาได้รู้จักกับดนตรี ที่เข้ามาเปลี่ยนความคิด การใช้ชีวิตให้ไปในทิศทางที่ดีขึ้น ทั้งการยอมรับจากบุคคลอื่นๆ การได้มีเพื่อน การมีสังคมและชีวิตที่ดี และที่สำคัญคือการทำใหเยาวชนเหล่านี้ไม่ทำให้พ่อแม่เสียใจ โดยการหันไปพึ่งพายาเสพติด ซึ่งถือว่าเป็นเรื่องที่น่าชื่นชมเลยทีเดียว 

เรื่องโดย : ปากกาแก้ว

เครื่องเพอร์คัสชันมีทั้งเครื่องดนตรีที่มีระดับเสียงและไม่มีความเสียง เครื่องดนตรีที่มีระดับเสียงซึ่งหมายถึงว่าเสียงที่ออกมาที่มีความถี่ที่ซับซ้อนจนสามารถตั้งเป็นตัวโน้ตได้เช่น กลองทิมปานี มาริมบา ไทโลโฟน ระนาด และเครื่องที่ไม่มีระดับเสียง เช่น กลองสแนร์ ฉาบ โทรแองเกิล เป็นต้น

คำว่าเพอร์คัสชัน มีที่มาจากภาษาละตินว่า "percussio" ซึ่งมีความหมายว่า "ตี" ในภาษาอังกฤษ คำว่าเพอร์คัสชันไม่ได้จำกัดการใช้เฉพาะในทางดนตรี ในภาษาไทย บางครั้งจะเรียกเครื่องเพอร์คัสชันว่า เครื่องกระทบ เครื่องตี หรือเครื่องเคาะ รวมถึงเครื่องให้จังหวะ และเครื่องประกอบจังหวะ

แม่น้ำโขงสายน้ำแห่งชีวิต

|| แม่น้ำโขง" เป็นแม่น้ำสายใหญ่ของโลกที่มีความยาวประมาณ 4,909 กิโลเมตร ยาวเป็นอันดับ 10 ของโลก มีต้นน้ำอยู่บนภูเขาสหิคราฐ ส่วนหนึ่งของเทือกเขาหิมาลัยบนที่ราบสูงทิเบต เขตจังหวัดผู่ตู มณฑลฉิงไห่ ประเทศจีน โดยมีแม่น้ำจางคังและแม่น้ำอาคุไหลมารวมกัน มีชื่อเรียกเป็นภาษาของไทลื้อ ซึ่งเป็นชนชาติที่อาศัยอยู่ริมแม่น้ำโขงอย่างหนาแน่น ในดินแดนสิบสองปันนาว่า "แม่น้ำล้านช้าง" คนจีนทั่วไปเรียกว่า "แม่น้ำหลานซาง" มีความหมายว่า เป็นแม่น้ำที่ไหลเขี้ยวกรากไหลผ่าน 6 ประเทศ คือ จีน พม่า ไทย ลาว กัมพูชา และเวียดนาม ก่อนออกสู่ ทะเลจีนใต้



ท่ามกลางกระแสการพัฒนาและความเปลี่ยนแปลง นานัปการที่ข้ามพ้นเขตแดนประเทศ บวกกับทรัพยากรของโลกที่ลดน้อยลงไปในทุกขณะ รัฐบาลของทุกประเทศ ในอนุภูมิภาคลุ่มน้ำโขงต่างช่วงชิงการใช้ประโยชน์จากทรัพยากรในแม่น้ำโขงจนมองข้ามผลกระทบที่เกิดขึ้นบนสายน้ำโขงทั้งทางตรงและทางอ้อมที่มีต่อระบบนิเวศของแม่น้ำ และวิถีชีวิตและวัฒนธรรมของผู้คนที่อาศัยอยู่กับแม่น้ำโขงมาช้านาน..

ในประเทศไทยแม่น้ำโขงไหลผ่านพื้นที่ 8 จังหวัด ประกอบด้วย เชียงราย เลย หนองคาย นครพนม มุกดาหาร อำนาจเจริญ อุบลราชธานี และบึงกาฬ ซึ่งในทุกพื้นที่มีขบวนการเคลื่อนไหวของภาคประชาชนที่ทำงานเพื่อแม่น้ำโขงทั้งด้านการอนุรักษ์สืบทอดวัฒนธรรมภูมิปัญญาคนลุ่มน้ำโขง การปกป้องรักษาแม่น้ำโขงจากกระบวนการพัฒนาต่างๆ ที่จะส่งผลกระทบเชิงลบ และความเปลี่ยนแปลงต่อแม่น้ำทั้งระบบนิเวศและชีวิตผู้คน

โครงการสื่อศิลป์ดิน น้ำ ป่า ปี 2 ตอน **"แม่น้ำโขง สายน้ำแห่งชีวิต"** จึงเกิดขึ้นภายใต้ความร่วมมือกันระหว่างสถานีโทรทัศน์ไทยพีบีเอส, แผนงานสื่อศิลปวัฒนธรรมสร้างเสริมสุขภาพ สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.), บริษัทโคคา - โคล่า (ประเทศไทย) จำกัด, กลุ่มรักษ์เชียงของ, สหภาพนานาชาติเพื่อการอนุรักษ์ธรรมชาติและทรัพยากรธรรมชาติ (IUCN), นิตยสารสารคดี, นิตยสารทางอีสาน, สถาบันพัฒนาองค์กรชุมชน (พอช.), ริกอฟ และมูลนิธิอาสาสมัครเพื่อสังคม (มอส.) ซึ่งนายนิธิธร ทองธีรกุล ฝ่ายเครือข่ายทุนทางสังคม สำนักพัฒนาทุนทางสังคม ไทยพีบีเอส และผู้รับผิดชอบโครงการ บอกว่า เพื่อเป็นการปลูกฝังให้เยาวชนรักษ์แม่น้ำโขง ทางโครงการจึงได้เปิดพื้นที่ให้เยาวชนและคนรุ่นใหม่ที่มีอายุระหว่าง 15-30 ปี ได้แสดงฝีมือในการผลิตผลงานเพื่อสื่อสารเรื่องราว แง่มุม และสถานการณ์ต่างๆ เกี่ยวกับแม่น้ำโขงผ่านสื่อศิลป์ที่ตนเองถนัดผ่านสื่อ 3 ประเภท ได้แก่ **หนังสือสารคดีสั้น** ความยาว 15 - 20 นาที, **บทเพลง** ไม่จำกัดแนวดนตรี ความยาวเพลงไม่เกิน 4 นาที และ**งานเขียนสารคดี** 3 - 5 หน้า A4 ขนาดตัวอักษร 16 point ทั้งนี้เพื่อเปิดพื้นที่ให้

เยาวชนและคนรุ่นใหม่ที่จะเข้าร่วมโครงการได้แสดงศักยภาพด้านสื่อศิลป์เพื่อสื่อสารเกี่ยวกับประเด็นฐานทรัพยากรธรรมชาติแม่น้ำโขงในมิติต่างๆ ทั้งได้ใช้กระบวนการสร้างสรรค์สื่อศิลปะเป็นเครื่องมือในการเสริมสร้างการเรียนรู้เรื่องฐานทรัพยากรธรรมชาติแม่น้ำโขง ทั้งแก่ผู้เข้าร่วมโครงการ ชุมชน และสังคม ประกอบกับผลงานที่ได้จะสามารถนำไปใช้ในการรณรงค์ สร้างการรับรู้ และความเข้าใจในประเด็นฐานทรัพยากรธรรมชาติแม่น้ำโขงต่อสังคมต่อไปได้

โดยในปีนี้ทางโครงการได้ทั้งศิลปินรุ่นใหม่ รุ่นใหญ่ เข้ามาให้กำลังใจและให้การสนับสนุนแก่โครงการในด้านต่างๆ อย่าง แอ๊ด คาราบาว ตูส ไวยูริเกียรติ และท่านอื่นๆ อีกมากมาย ซึ่งน้องๆ ที่ผ่านการคัดเลือกจะได้เดินทางไปเข้าร่วม Workshop ที่ อ.เชียงของ จ.เชียงราย ช่วงวันที่ 28-30 มิถุนายน 2556 ก่อนเลือกลงพื้นที่ 8 จังหวัดแม่น้ำโขงเพื่อหาข้อมูลและผลิตสื่อศิลป์ เพื่อส่งเข้าประกวดรอบสุดท้ายและประกาศผลในช่วงเดือนธันวาคม 2556 สำหรับผู้ได้รับรางวัลชนะเลิศในแต่ละประเภท จะได้รับถ้วยพระราชทานสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี

นอกจากนี้ ในช่วงการลงพื้นที่เก็บข้อมูลผลงานทางโครงการยังจะจัดให้มี Workshop ย่อยเพื่อพัฒนาผลงานให้กับน้องๆ ที่เข้าร่วมโครงการให้ได้แลกเปลี่ยนเรียนรู้ และแก้ไขปรับปรุงงานกับมืออาชีพแต่ละประเภทสื่ออีกด้วย ตอนนี้ได้เยาวชนเข้าร่วมโครงการแล้วกว่า 30 ทีม โดยน้องๆ ตามประเภทสื่อทั้ง 3 ประเภท จะเดินทางไปร่วม Workshop ที่เชียงของ

ซึ่งผู้ที่สนใจกิจกรรมสามารถติดตามความเคลื่อนไหวของกิจกรรมทั้งหมดได้ที่ www.artculture4health.com หรือสอบถามข้อมูลได้ที่ 02-612-6996-7 ต่อ 102 ✨



เรื่องโดย : สมุทรอักษร



คนศิลป์สร้างสุข



เปิดโครงการกันมาได้สักระยะหนึ่งแล้วโครงการต่างๆ ที่อยู่ภายใต้การสนับสนุนของแผนงานสื่อศิลปวัฒนธรรมสร้างเสริมสุขภาพ สสส. ไม่ว่าจะเป็นโครงการเด็กเฮ้ว, โครงการเล่าเรื่องผู้บริโภคร, โครงการสวน สุข ศิลป์ และโครงการที่เกี่ยวข้องกับศิลปวัฒนธรรมต่างๆ หลังจากเห็นดีเห็นชอบกับการทำงานมานาน วันนี้ "คนศิลป์สร้างสุข" ได้เก็บตกบรรยากาศกิจกรรมที่เกิดขึ้นในรอบเดือนที่ผ่านมา มาฝากกัน เริ่มกันที่

ฉายหนังสั้น "เล่าเรื่องผู้บริโภคร 6+1"

โครงการ "หนังสั้นเล่าเรื่องผู้บริโภคร" โดยความร่วมมือของมูลนิธิเพื่อผู้บริโภคร (มพบ) ร่วมกับแผนงานสื่อศิลปวัฒนธรรมสร้างเสริมสุขภาพ สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.), สมาคมผู้กำกับภาพยนตร์ไทย, สมาพันธ์ศิลปินเพื่อสังคม, กลุ่มปลาเป็นวายุทวนน้ำ, บริษัท กู้ดจีบ โปรดัคชั่น จำกัด และ บริษัท เอสเอฟ ซีเนม่า ดีเวลล็อปเม้นท์ จำกัด (มหาชน), ได้จัดฉายหนังสั้น สารคดี 6 เรื่อง และ อีก 1 เรื่องพิเศษ ซึ่งทั้งหมดเป็นผลงานที่ถูกเขียนบท กำกับ และถ่ายทำขึ้นใหม่ ให้กับประชาชนในฐานะที่เป็น "ผู้บริโภคร" ได้ชม เพื่อปลูกกระแสสังคมให้ไม่เพิกเฉยและได้รับข้อมูลที่ เป็นความจริง มีสิทธิหรือเรียนเพื่อให้ได้รับการแก้ไขเยียวยาความเสียหาย รวมทั้งมีสิทธิรวมตัวกันเพื่อพิทักษ์สิทธิของผู้บริโภครต่อไป โดยเรื่องราวที่ผู้กำกับแต่ละคนเลือกนำมาบอกเล่าในผลงานแต่ละเรื่องนั้นล้วนแล้วแต่ได้รับแรงบันดาลใจมาจากปัญหาที่ผู้บริโภครไทยหลายคนต้องประสบเจอในชีวิตจริงเป็นความทุกข์ที่ยังคงไม่มีทางออกที่ชัดเจนทั้งสิ้น ผู้ที่สนใจสามารถดูข้อมูลและชมหนังสั้นชุดดังกล่าวได้ที่ www.artculture4health.com



ถอดบทเรียน "เด็กเฮ้ว"

ที่ผ่านมาไปสักระยะ ร้อนๆ กับกิจกรรมถอดบทเรียนโครงการเด็กเฮ้ว ที่ได้นำทัพเยาวชนในโครงการกว่า 60 ชีวิตที่ได้สร้างสรรค์ผลงานออกมาในรูปแบบของเรื่องสั้น ประเด็นจิตอาสา สำนักพลเมือง, หนังสือสารคดีสั้นประเด็นเลิกดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์, จิตอาสาสำนักพลเมือง และไอเดียรู้เท่าทันไรค์วันบุหรี ไปสกัดความรู้และสิ่งที่ได้รับจากการเข้าร่วมโครงการเพื่อนำไปศึกษาแนวทางที่เป็นนวัตกรรม และกำหนดเป็นแนวปฏิบัติที่ดีไปประยุกต์ใช้และต่อยอดโครงการต่อไป โดยผลงานที่เยาวชนได้สร้างสรรค์ขึ้นมาในครั้งนั้นนอกจากจะน่าสนใจแล้ว ยังสามารถใช้สื่อสารกับสังคมให้เห็นถึงพิษภัย จนคิดจะปรับและเปลี่ยนพฤติกรรมเสี่ยงแบบเดิมๆ ไป



ก ว่าที่เรื่องสั้นเรื่องหนึ่งจะเสร็จสมบูรณ์ได้ ไม่ใช่แค่เนื้อหาเพียงอย่างเดียวที่จำเป็นต้องพิถีพิถันสร้างสรรค์ขึ้นมา "ภาพประกอบ" ก็เป็นส่วนหนึ่งที่สำคัญเช่นกัน อย่างในโครงการเด็กหัวประเด็นเรื่องสั้นจิตอาสา สำนักพลเมืองและภาพประกอบ นายวีระชัย ดวงพลา หรือเดอะดวง ได้แนะนำเทคนิคและวิธีการสร้างสรรค์ภาพประกอบให้กับน้องๆ ในโครงการ แบบไม่ทงวิชา ว่าการวาดภาพประกอบ สิ่งสำคัญที่สุดคือการสื่อภาพออกมา ดูแล้วเข้าใจว่าหมายถึงเรื่องอะไร มีความหมายตรงกับเนื้อเรื่อง น่าสนใจ มีความแปลก และเมื่อมองผ่านไมก็วินาทีแล้วดึงดูดคนได้นั้นละ!! คือการวาดภาพประกอบที่ดี ...เทคนิคนี้เดอะดวงใช้สอนและบอกต่อให้กับน้องๆ ในโครงการ...น่าสนใจทีเดียว!!



เล่าเรื่องโงง ON TV

ก ลับมาอีกครั้งแล้ว สำหรับการนำผลงานในโครงการ "เล่าเรื่องโงง" เผยแพร่ในช่องทางสื่อในที่ต่างๆ ล่าสุดเครือข่ายศิลปินเพื่อการปฏิรูป สำนักงานปฏิรูป, แผนงานสื่อศิลปวัฒนธรรมสร้างเสริมสุขภาพ สสส., สมาคมนักเขียนแห่งประเทศไทย, กองทุนศรีบูรพา, สมาคมผู้กำกับภาพยนตร์ไทย, หอการค้าไทย สภาหอการค้าแห่งประเทศไทย, เครือข่ายสังคมคุณธรรม และสถานีโทรทัศน์ไทย พีบีเอส ได้ร่วมมือกันเปิดรายการใหม่ ชื่อว่า "เล่าเรื่องโงง" โดยออกอากาศทุกวันอาทิตย์ เวลา 13.00-13.30 น. วันนี้เรานำบรรยากาศในการถ่ายทำมาฝากจ้า

ตอน "คนไทยดีแต่พูด?"

โดยใช้หนังสือเรื่องกล้วยแขก ที่กำกับโดย อนุชัย ศรีจรูญพุททอง เป็นเรื่องประกอบรายการ ออกอากาศไปเมื่อวันที่ 7 เมษายน 2556 ที่มีประเด็นในการนำเสนอว่า "เมื่อการพูด = การแสดงความคิด = ความรับผิดชอบ = จริยธรรม = การโงง"



ตอน "คนไทย-โกหก-สร้างภาพ?"

โดยใช้หนังสือเรื่องไฟท์บังคับ ที่กำกับโดย อินทิรา เจริญปุระ และชาคร ไชยปรีชา เป็นเรื่องประกอบรายการ ออกอากาศไปเมื่อวันที่ 14 เมษายน 2556 ที่มีประเด็นในการนำเสนอว่า "การโกหกตัวเอง เป็นจุดเริ่มแรกของการโงง"



ตอน "คนไทย-การปลุกฝัง?"

โดยใช้หนังสือเรื่องสี่แยก ที่กำกับโดยทิมระเบียง फिल्มเป็นเรื่องประกอบรายการ ออกอากาศไปเมื่อวันที่ 21 เมษายน 2556 ที่มีประเด็นในการนำเสนอว่า "การเริ่มปลุกฝังที่ดี เป็นจุดเริ่มต้นของการไม่โงง"



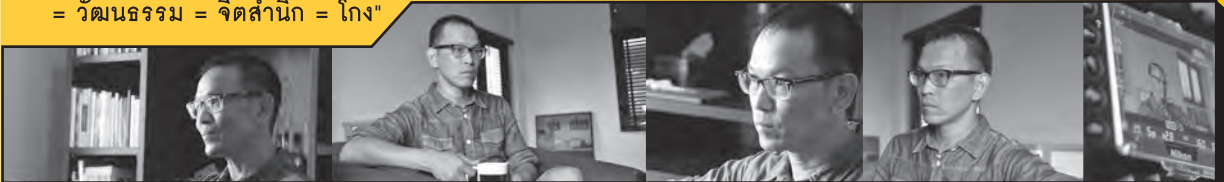
ตอน "คนไทย-สัวคมอปลั๊ก?"

โดยใช้หนังสือเรื่อง **ความดีได้โตะ** ที่กำกับโดย **ทิมลิซซาร์ด** फिल्म เป็นเรื่องประกอบรายการ ออกอากาศไปเมื่อวันที่ 28 เมษายน 2556 ที่มีประเด็นในการนำเสนอว่า "การให้เพื่อการแลกเปลี่ยน = ผลประโยชน์ = อำนาจ = อุดมภ์ = วัฒนธรรม = จิตสำนึก = โกง"



ตอน "คนไทย-ระบบหักหัวคิว?"

โดยใช้หนังสือเรื่อง **สิบหมื่น** ที่กำกับโดย **เป็นเอก รัตนเรือง** เป็นเรื่องประกอบรายการ ออกอากาศไปเมื่อวันที่ 5 พฤษภาคม 2556 ที่มีประเด็นในการนำเสนอว่า "ระบบการหักหัวคิว = ผลประโยชน์ต่างตอบแทน = ต่างคนต่างยอมรับ = ต่างคนต่างสมประโยชน์ร่วม = โกง" "การให้เพื่อการแลกเปลี่ยน = ผลประโยชน์ = อำนาจ = อุดมภ์ = วัฒนธรรม = จิตสำนึก = โกง"



ตอน "คนไทย - สัวคมผลประโยชน์?"

โดยใช้หนังสือเรื่อง **โกง** ที่กำกับโดย **โสภณ ศักดาพิศิษฐ์** เป็นเรื่องประกอบรายการ ออกอากาศไปเมื่อวันที่ 12 พฤษภาคม 2556 ที่มีประเด็นในการนำเสนอว่า "ผลประโยชน์ = ความเห็นแก่ตัว = ความไม่ซื่อตรง = โกง"



ตอน "คนไทย - พลลัทธิ - การโกง?"

โดยใช้หนังสือเรื่อง **เขียงราย 0250** ที่กำกับโดย **อรุพงศ์ รักษาสัตย์** เป็นเรื่องประกอบรายการ ออกอากาศไปเมื่อวันที่ 19 พฤษภาคม 2556 ที่มีประเด็นในการนำเสนอว่า "โกง = สามัญสำนึก = ต้องรับผิดชอบ"



ทั้งหมดนี้เป็นเพียงแค่ส่วนหนึ่งของรายการที่ออกอากาศผ่านไปแล้ว และต่อจากหนังสือชุดนี้จะมี หนังสือในโครงการ เล่าเรื่องผู้บริโภค ออกอากาศอีก 5 เรื่อง สามารถติดตามได้ที่สถานีโทรทัศน์ไทยพีบีเอส ทุกวันอาทิตย์ เวลา 13.00-13.30 น. และสำหรับผู้สนใจชมเทปรายการที่ออกอากาศไปแล้วสามารถชมย้อนหลังได้ที่

www.youtube.com/artculture4health จร้า ✨

เรื่องโดย : สมุทรอักษร



เพิ่มความท้าทายขึ้นไปอีกนิดคะ กับไขปัญหาประลองปัญญา ด้วยเกม "ซูโดกุ" เกมยอดฮิตแต่คราวนี้เป็นซูโดกุแบบใหม่คือ "ซูโดกุผสม" ที่มีความพิเศษกว่าครั้งที่ผ่านๆ มา โดยจะเป็นการเติมเลข 1-9 ลงในตาราง ที่ในแต่ละแถว แต่ละคอลัมน์ จะมีเลข 1-9 ไม่ซ้ำกัน และเมื่อบวกรวมเลขในกรอบเส้นประจะต้องมีผลรวมเท่ากับตัวเลขที่กำหนดไว้ที่มุมซ้ายบนของแต่ละกรอบเส้นประนั้นๆ

ถ้าพร้อมแล้วมาเติมเต็มให้ครบถ้วนและถูกต้องด้วยกันค่ะ!!

14	13		11			8		18
	14			9	19			
	12	14	9		6	10	9	
10				17				6
	11	9	12		10	14	15	
9		12	18			3	14	
13	10		8				9	10
		7		5	17			

เกม "ซูโดกุผสม" นอกจากจะเป็นเกมที่ฝึกความไวของสายตาแล้วยังเป็นการช่วยกระตุ้นการทำงานของสมอง ไหวพริบ ความคิดสร้างสรรค์ได้ และยังได้ฝึกคิดเยอะๆ ก็จะช่วยเพิ่มรอยหยักในสมองได้...

พร้อมแล้วก็มาลองกันเลยดีกว่า!!



รางวัล

10 คนที่ตอบถูกรับ

เสื้อยืดสีเทา จากโครงการ **เด็กใจดี** ของแฟนงานฯ ไปเลยทันที **ฟรี!!**



เมื่อเติมครบทุกช่องแล้ว

ส่งคำตอบที่ถูกต้องพร้อมชื่อที่อยู่ชัดเจนเข้ามาที่

แผนงานสื่อศิลปวัฒนธรรมสร้างเสริมสุขภาพ สสส.

เลขที่ 128/409 ชั้น 37 อาคารพญาไท พลาซ่า ถนนพญาไท

แขวงทุ่งพญาไท เขตราชเทวี กรุงเทพฯ 10400

(วงเล็บมุมซองว่า ไขปัญหาประลองปัญญา)

เฉลย



ติดตามรายชื่อผู้ที่ตอบคำถามถูก และเฉลยของฉบับที่ผ่านมาได้ที่

<http://www.artculture4health.com>

และ www.facebook.com/art.culture4h จ้า!!

กรุณารอกรายละเอียดให้ครบทุกข้อ (ไม่มีค่าใช้จ่ายใดๆ ทั้งสิ้น)

ชื่อ.....นามสกุล.....ชื่อหน่วยงานของท่าน.....

เบอร์โทรศัพท์.....เบอร์แฟกซ์.....อีเมล.....

ที่อยู่เพื่อจัดส่ง.....เลขที่.....ซอย.....ถนน.....

ตำบล.....อำเภอ.....จังหวัด.....รหัสไปรษณีย์.....

ใบสมัครสมาชิกจุลสารศิลปสร้างสุข

เรื่องโดย : ศศิศิลป์

(สามารถถ่ายสำเนาได้)

กรอกรายละเอียดแล้วกรุณาส่งกลับมาที่ แผนงานสื่อศิลปวัฒนธรรมสร้างเสริมสุขภาพ สสส. เลขที่ 128/409 ชั้น 37 อาคารพญาไท พลาซ่า แขวงทุ่งพญาไท เขตราชเทวี กรุงเทพฯ 10400 วงเล็บมุมซองว่า "จุลสารศิลปสร้างสุข" หรือโทรศัพท์ 02-6126996-7 ต่อ 101

3 สุดยอดผลงานเยาวชนสร้างสรรค์

รางวัลถ้วยพระราชทาน สมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี

มอบให้ ณ วันที่ 30 พ.ค. 2556 มหกรรมสื่อสร้างสรรค์เยาวชน กิจกรรมเนื่องในงานวันงดสูบบุหรี่โลก

บุหรี่ยาเสพติด



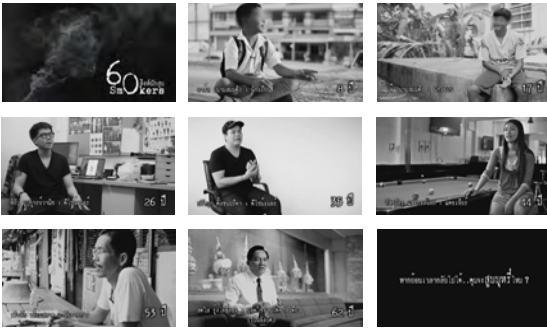
ประเภทสื่อสารคดี

สารคดีเรื่อง

"60SMOKERS(60สิงห์นักสูบ)"

สร้างสรรค์โดยทีม ฟอรัมภาพยนตร์

คณะนิเทศศาสตร์ มหาวิทยาลัยหอการค้าไทย



ประเภทสื่อเพลงรณรงค์ขนาดสั้น (JINGLE) ชื่อเพลง : เราเลิกกันเถอะ

โดย นางสาวพินรัตน์ พิมพ์ชัยวุฒิ

คณะดุริยางคศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร



เนื้อเพลง

คำพูด : "เราเลิกกันเถอะ"

อยากกลับไปวันที่เรายังไม่รู้จักกัน ฉันจะไม่ยุ่งกับเธอ
ไม่ยอมให้เธอมาทำร้าย ก็ไม่ใช่หลยีนในใจ และจะไม่มีครั้งสุดท้าย
จะหยุดวันนี้ (CHORUS: ฉันจะทำเพื่อคนที่ฉันรัก)
จะเลิกตอนนี้ (CHORUS: เลิกบุหรี่ เพื่อตัวฉันเอง)
คำพูด : "บุหรี่ยาเสพติด เลิกได้ทันที ไม่มีหน้าตา"

ประเภทสื่อศิลปกรรมและสื่อสร้างสรรค์ที่ไม่จำกัดรูปแบบ

(NEW MEDIA) ผลงาน **"TOBACCO LAND"** จากสาขา INFOGRAPHIC ANIMATION
ภาควิชาออกแบบนิเทศศิลป์ คณะบัณฑิตศิลป์ มหาวิทยาลัยศิลปากร



ติดตามชมและฟังทั้ง 3 ผลงานและอื่นๆ ได้ทาง WWW.YOUTUBE.COM/ARTCULTURE4HEALTH

