

ឃុំកែងសាម ព័ត៌មាធិអំ គុណត្រូវបាន



กี่มามากความสำคัญของกิจกรรมคนสู้เหล้า

กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข ได้จำแนกผู้ดื่มแอลกอฮอล์ออกเป็น 3 ลักษณะ คือ ผู้ดื่มเข้าสังคม ผู้ดื่มประจำ และผู้ติดสุรา เครื่องข่ายของค์กรงดเหล้าจึงได้ออกแบบกลยุทธ์ในการดำเนินงานเพื่อการลด ละ และ เลิก ให้สอดคล้องกับกลุ่มเป้าหมายกล่าวคือ 1) การปรับสภาพแวดล้อมเพื่อลดการเข้าถึงแอลกอฮอล์ 2) ปรับพฤติกรรม และค่านิยมในการดื่ม เพื่อให้เกิดการดำเนินงานอย่างต่อเนื่อง 3) การขับเคลื่อนนโยบายและการแสวงหาเครือข่าย

3 ประสานการทำงานเรื่องเหล้า

จากการดำเนินงานที่ผ่านมาของเครือข่ายองค์กรงดเหล้า ได้ดำเนินงานโดยการรณรงค์สร้างการรับรู้ต่อสังคม ผลักดันเชิงนโยบายต่างๆ ที่เกี่ยวข้อง ต่อมาระบุนค์เรื่องการปรับค่านิยมและพฤติกรรมของผู้ดื่มเพื่อป้องกันนักดื่ม หน้าใหม่ จึงได้ออกแบบกิจกรรมต่างๆ ที่เกี่ยวข้องการกับการดำเนินงานเพื่อเป็นแนวทางการทำงานของชุมชนใน 3 แนวทาง คือ



1) การปรับพฤติกรรม เป็นกระบวนการชวนผู้ดื่มให้ลดความถี่ในการดื่ม ชวนให้หยุด ชวนให้เลิก มีการชุม เชียร์ ช่วยด้วยวิธีต่างๆ เพื่อให้ลด ละ เลิกการดื่ม และเมื่อเลิกได้สำเร็จมีกระบวนการเชิดชู ผู้ที่เลิกดื่มเหล้าได้



2) การปรับสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการลด ละ เลิกของผู้ดื่ม เป็นกลยุทธ์เพื่อให้ลดหรือจำกัดการซื้อ และการดื่มของผู้ดื่ม เช่น การสร้างพื้นที่ปลอดแอลกอฮอล์ การมีมาตรการของชุมชนโดยการมีส่วนร่วม ของชุมชน (งานบุญปลดเหล้า) การจัดทำข้อตกลงกับร้านค้าชุมชนให้ปฏิบัติตามกฎหมาย การไม่ขาย แอลกอฮอล์ให้กับเด็ก



3) การขับเคลื่อนนโยบายและการแสวงหาเครือข่าย (ชง เชื่อม แชร์) เป็นการดำเนินงานเพื่อเชื่อม ประสาน ชงข้อมูลการดำเนินงานด้านการปรับพฤติกรรมและค่านิยมการดื่มของคนในชุมชนร่วมกัน การปรับสภาพแวดล้อมในชุมชนให้กับหน่วยงานที่เกี่ยวข้องในระดับตำบล อำเภอ จังหวัด เพื่อให้เกิด การขับเคลื่อนในเชิงนโยบายทั้งในระดับพื้นที่ ระดับอำเภอ หรือระดับจังหวัด รวมถึงการแบ่งปัน ประสบการณ์ เพื่อการสร้างเครือข่ายคนสู้เหล้าในพื้นที่อื่นๆ ที่มีความสนใจพัฒนาให้เกิดชุมชนคนสู้ เหล้าให้มากขึ้น

เริ่มง่าย-เริ่มเร็ว-เริ่มเลย

เอกสารชุดนี้ได้รวบรวมรูปแบบของกิจกรรมที่หลากหลายเพื่อเป็นแนวทางให้กับชุมชนที่สนใจที่จะเริ่มดำเนินงาน ชุมชนคนสู้เหล้าจากหลายพื้นที่ เพื่อเป็นแนวทางให้กับชุมชนที่สนใจจะดำเนินงานชุมชนคนสู้เหล้าได้เลือกทำกิจกรรม ที่สอดคล้องกับความต้องการของชุมชนหรือองค์กรที่สนใจ ซึ่งมีกิจกรรมง่ายไม่ซับซ้อนเห็นความสำเร็จของกิจกรรม ได้ไม่ยากเกินไป และกิจกรรมที่ท้าทายสำหรับทีมงานชุมชนคนสู้เหล้า

บุคลิกกรรมพัฒนาทักษะคนดูไหเด้อ



ชวน

- ตั้นไม่น้ำตันไม่ควนและการสำรวจข้อมูลคนดีม
- เวกิปฎิญาณตนบทใจดเหล้าเข้าพรรษา
- ตั้งสัจปฎิญาณตนเลิกเหล้า/เหล้าขาดสุดท้าย
- ปฏิญาณตามดเหล้าเข้าพรรษาต่อสิ่งศักดิ์สิทธิ์ประจำชุมชน
- อาสาสมัครเครือข่ายดเหล้า (อ.สคล.) เดลิเวอรี่ช่วงดเหล้า
- ค่าว่าแก้วค่าว่าขวด บวชใจดเหล้าเข้าพรรษา

ช่วย

- นำดีเมื่อมุนไฟรช่วยเลิกเหล้า
- สร้างสุขลดทุกข์กับคนเลิกเหล้า

ชม/เชียร์

- เวกิติตตามเสริมพลังชวนเพื่อเลิกเหล้า
- การ์ดบอกรัก ลูกชวนพ่อแม่เลิกเหล้า
- ส่งเสริมลัมมาชีพช่วยเพื่อนเลิกเหล้า
- รถปันสุข ชวนเพื่อน เลิกเหล้า สู้ภัยโควิด
- ร้อยดวงใจ คนหัวใจหิน
- โฆษณาข่าว ชวน ช่วย เชียร์คนดเหล้า
- ออมสินคุณธรรม งดเหล้าออมสิน
- ส่งเสริมลัมมาชีพคนหัวใจเพชร
- นักสืบน้อย ตีฟอง ร้องป่าวไม่ขายเหล้าในวันพระ
- เปลี่ยนเงินค่าเหล้า เป็นเงินออม
- ปั่นลั่นกุ่งเสริมพลังใจคนดเหล้าเข้าพรรษา

เชิดชู

- ลองซักคนหัวใจหิน



ชุ

- ประชาคมมาตการงานศพ งานบุญปลอดเหล้า
- MOU ร้านค้าไม่ขายเหล้า
(ร้านค้าคุณธรรมรับผิดชอบสังคม)
- ประชาคมงานบุญประเพณีปลอดเหล้า
- แผนคัดกรอง นำบัด รักษา ผู้ติดสุราในชุมชน
- แผนปฏิบัติการกองทุนหลักประกันสุขภาพก้องถิ่นหรือพื้นที่



เชื่อม

- นโยบายอำเภอและเหล้าเข้าพรรษา และงานเลี้ยงปลอดเหล้าเบียร์

เชียร์

- ชุมชนแหล่งเรียนรู้คนสู้เหล้า



กิจกรรมปรับพฤติกรรม

การปรับพฤติกรรมของผู้ดีมีเป็นหัวใจสำคัญในการทำงานเรื่องเหล้า หากสามารถเปลี่ยนกิจกรรม
และพฤติกรรมของผู้ดีมีได้จะนำไปสู่การเลิกเหล้าอย่างถาวร การทำกิจกรรมจึงมุ่งที่กระบวนการชวน
ผู้ดีมให้ลดความถี่ในการดื่ม ชวนให้หยุด ชวนให้เลิก มีการชม เชียร์ ช่วยด้วยวิธีต่างๆ เพื่อให้ลด ละ
เลิกการดื่ม และเมื่อเลิกได้สำเร็จมีกระบวนการเชิดชูผู้ที่เลิกดื่มเหล้าได้





กิจกรรมปรับพฤติกรรม “ชวน”

กิจกรรม “ชวน” คือกิจกรรมที่เน้นให้คนในชุมชนมีส่วนร่วมในการลดพฤติกรรมการดื่มเหล้า หรือชวนมาร่วมกิจกรรมทางเลือกอื่นๆ ที่ปลอดเหล้าและช่วยเสริมสร้างสุขภาพ ให้เกิดความคุ้นเคยในชีวิตประจำวัน เช่นชีวิตประจำวัน

รายชื่อตัวอย่าง กิจกรรมปรับพฤติกรรม “ชวน”

- “เวกีปฏิญาณตนบวชใจงดเหล้าเข้าพธรรมฯ”
- “คว่าแก้วคว่าขาด บวชใจงดเหล้าเข้าพธรรมฯ”
- “ตันไม้น้ำตันไม้คั่วันและการสำรวจข้อมูลคนดื่ม”





เป้าหมายของกิจกรรม

เป้าหมายของกิจกรรมนี้คือการทำฐานข้อมูลเพื่อใช้งานแผนในการทำงานและทำความเข้าใจกลุ่มผู้ดีมีที่เป็นกลุ่มเป้าหมาย โดยการเก็บรวบรวมข้อมูล คัดกรอง คนผู้ดีม และออกแบบกิจกรรมการช่วยเหลือ ให้สอดคล้องกับกลุ่มเป้าหมายในแต่ละกลุ่ม ที่ผ่านมา หลายพื้นที่มีการคัดกรอง กลุ่มผู้ดีม โดยแบ่งออกเป็น 3 กลุ่ม คือ ดีมเข้าสังคม ดีมประจำ และกลุ่มผู้ดีมสุรา ซึ่งกิจกรรมช่วยเหลือ ที่จะทำงานกับกลุ่มต่างๆ อาจมีทั้งคล้ายและแตกต่างกันออกไป



ตัวชี้วัด/ผลลัพธ์กิจกรรม

ฐานข้อมูลคนดีมีสามารถนำไปใช้ออกแบบการทำงาน ลด ละ เลิก เครื่องดีมและก่อฮอลได้



รายละเอียดกิจกรรม

- ประชุมเตรียมความพร้อมกิมงานเพื่อทำความเข้าใจการใช้ต้นไม้เนื้าตันไม้คั่วันเก็บข้อมูล และฝึกใช้เครื่องมือในการเก็บข้อมูล
- วัดรูปต้นไม้เล่ากระดาษฟลิปchart วัดใหญ่เต็มแผ่นกระดาษ และแบ่งต้นไม้ออกเป็น 3 ระดับ ระดับโคนต้น ลำต้น และใบ
- เก็บข้อมูลผู้ดีมในชุมชน ซึ่งอาจใช้วิธีการเปิดเบินเวกีระดมความเห็นหรือใช้การเดินสำรวจข้อมูล รายครัวเรือน
- นำข้อมูลมาวิเคราะห์จัดกลุ่มผู้ดีม ตามลักษณะการดีม โดยแบ่งเป็น 3 ระดับ
- ออกแบบกิจกรรมช่วยเหลือ ให้สอดคล้องกับกลุ่มเป้าหมายแต่ละกลุ่ม



กิจกรรมหลัก

- ผู้ใหญ่บ้าน /ผู้ช่วยผู้ใหญ่บ้าน
- อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน (อสม.)
- แก่นนำคนหัวใจเพชร
- แก่นนำเด็กและเยาวชน
- อาสาสมัครในชุมชน
- เจ้าหน้าที่จาก รพ.สต.



ช่วงฤดูกาลที่เหมาะสม

ช่วงเดือนพฤษภาคม - มิถุนายน

เวลาเตรียมการ / เวลาจัด

ใช้เวลาเก็บข้อมูล 1-2 สัปดาห์ต่อชุมชน



สถานที่

พื้นที่ชุมชนเป้าหมาย



งบประมาณที่ใช้

1,000 บาท / หมู่บ้าน

ทำงานกับใครได้บ้าง

ทีมเก็บข้อมูลจะแบ่งเป็น ประมาณ 3 คน และช่วยกันรับผิดชอบการเก็บข้อมูล อาจจะแยกเป็นหมู่บ้าน หรือคุ้มบ้านและกลุ่มนี้ จัดทำงานกับผู้นำชุมชน / กลุ่มผู้ดีมสุราและครอบครัว / ทำงานประสานข้อมูลกับ รพ.สต.





เป้าหมายของกิจกรรม

เพื่อให้ผู้ดีมีใช้วาระเข้าพรรษาเป็นจุดเริ่มต้นของการ ลด ละ เลิก และให้ผู้ที่เข้าร่วมโครงการ ได้มีสิ่งยืดหนี๋ยว และความตั้งใจ ในการที่จะเลิกเหล้าให้ได้ตลอดช่วงข้าพรรษา 3 เดือน โดยใช้การปฏิบัณฑ์ เป็นเครื่องมือ



ตัวชี้วัด/ผลลัพธ์กิจกรรม

ผู้ที่ร่วมปฏิบัณฑ์นวนบทใจดเหล้าเข้าพรรษา มีจิตใจที่เบ้มเบ็งและสามารถดเหล้าได้ ตลอด 3 เดือน



รายละเอียดกิจกรรม

ที่ผ่านมาการปฏิบัณฑ์นวนบทใจดเหล้าเข้าพรรษา มีการทำในลักษณะที่เป็นการจัดกิจกรรมร่วมกันในระดับหมู่บ้าน และบางพื้นที่อาจใช้วิธีการเดินเข้าหาคนกลุ่มนักดีมลึบบ้าน ดังนี้

1. การจัดกิจกรรมร่วมระดับหมู่บ้าน ส่วนใหญ่จัดที่วัด ในช่วงของวันเข้าพรรษา โดยให้ผู้เข้าร่วมปฏิบัณฑ์ ตั้งสัตย์ปฏิบัณฑ์ต่อหน้าพระ และร่วมลงนามในสมุดปฏิบัณฑ์
2. ในการนี้ที่เดินเข้าหาคนกลุ่มนักดีมลึบบ้าน แก่นำชุมชน จะใช้สมุดลงนามปฏิบัณฑ์ หรือแบบสมัครใจปฏิบัณฑ์ นวนบทใจดเหล้าเข้าพรรษา ไปเชิญชวนให้ผู้ดีมร่วมลงนามปฏิบัณฑ์



กิจกรรมหลัก

1. ผู้นำชุมชน
2. พระ
3. เจ้าหน้าที่ รพ.สต.
4. กรรมการหมู่บ้าน
5. คนดีนแบบที่เลิกเหล้า (คนหัวใจเพชร)



ช่วงฤดูกาลที่เหมาะสม

วันเข้าพรรษา

เวลาเตรียมการ / เวลาจัด

ใช้เวลาเตรียมการจัดงานประมาณ 1 สัปดาห์



สถานที่

วัด



งบประมาณที่ใช้

3,000 - 5,000 บาท

ทำงานกับใครได้บ้าง

1. กลุ่มนักดีมในชุมชน
2. หน่วยงานราชการ
3. องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น





เป้าหมายของกิจกรรม

เพื่อให้ผู้ที่ปฏิญาณตนจะงดเหล้า ได้ตั้งเป้าหมาย และมีพลังใจที่เข้มแข็งในการที่จะอาบน้ำใจตนเอง โดยการตั้งสัญญาณตนต่อหน้าสิ่งศักดิ์สิทธิ์ ที่เคารพนับถือ เช่น พระพุทธรูป ศาลปู่ตา หรือตั้งสัญญาณตนต่อหน้าพระบรมฉายาลักษณ์ ฯลฯ



ตัวชี้วัด/ผลลัพธ์กิจกรรม

ผู้ตั้งใจเลิกเหล้ามีกำลังใจที่เข้มแข็งและเลิกเหล้าได้ตามเป้าหมายหรือเจตนาที่ตัวเองตั้งใจไว้



รายละเอียดกิจกรรม

- เตรียมอุปกรณ์หรือสิ่งที่ต้องใช้ในการประกอบพิธี เช่น พระพุทธรูป พานดอกไม้ธูปเทียน
- ผู้นำพิธีบางท่าน อาจให้ผู้ปฏิญาณตน นำเหล้าขาดสุดก้ายที่จะตีม มาปฏิญาณตนว่า เหล้าควรที่จะเป็นขาดสุดก้าย แม้จะเลิกเหล้า ตลอดชีวิต หรือตามความตั้งใจของผู้ปฏิญาณตน
- ผู้นำพิธี พากำพิธีและตั้งสัญญาณตน



กิจงานหลัก

- พระ หรือผู้อวุโสในชุมชนที่คนเคารพนับถือ
- แกนนำชุมชนที่สามารถ เป็นผู้นำกิจกรรมตั้งสัญญาณตน
- คนต้นแบบที่เลิกเหล้า (คนหัวใจเพชร)



ช่วงฤดูกาลที่เหมาะสม

สามารถทำได้ตลอดทั้งปี

เวลาเตรียมการ / เวลาจัด

1 วัน



สถานที่

อาจทำที่บ้านโดยใช้พระพุทธรูปในบ้านหรือทำพิธีกรรมที่วัดหรือสถานที่ศักดิ์สิทธิ์ในหมู่บ้านที่คนเคารพนับถือ



งบประมาณที่ใช้

300 บาท

ทำงานกับใครได้บ้าง

กิจกรรมนี้ เหมาะสมสำหรับผู้ที่ดีมานัก หรือผู้ที่ติดสุรา ที่ต้องการสิ่งยึดเหนี่ยว และกำลังใจ ใน การเลิกเหล้าอย่างจริงจัง แต่ไม่เหมาะสมสำหรับผู้ที่ติดสุราเรื้อรัง เพราะการหักดิบ อาจจะทำให้เกิดผลกระทบ และถึงแก่ชีวิตได้





เป้าหมายของกิจกรรม

เพื่อให้ผู้ที่ปฏิบัติงานดูแล โดยการตั้งสัตย์ปฏิบัติงานดูแลห้องถังค้าคิดสิทธิ์ที่เคารพนับถือของคนทั้งชุมชน



ตัวชี้วัด/ผลลัพธ์กิจกรรม

คนร่วมโครงการสามารถลด ละ เลิกเหล้าได้



รายละเอียดกิจกรรม

1. จัดสถานที่เตรียมงานโดยสอดคล้องกับการทำพิธีกรรมของท้องถิ่น
2. ลงชื่อผู้ร่วมงานและนั่งตามที่จัดให้
3. ผู้นำพิธีพานำกล่าวปฏิบัติงานดูแลห้องถังค้าคิดสิทธิ์ที่คนในชุมชนเคารพนับถือ



กิจกรรมหลัก

1. ประชุมจังหวัด
2. เจ้าหน้าที่สาธารณสุขอำเภอ
3. เจ้าหน้าที่ตำรวจนครบาล
4. เจ้าหน้าที่ท้องถิ่น
5. กำนัน
6. ผู้ใหญ่บ้าน
7. พระ
8. ครู
9. เจ้าหน้าที่ รพ.สต.

ทำงานกับใครได้บ้าง

นักดื่มในชุมชน



ช่วงฤดูกาลที่เหมาะสม

ช่วงเข้าพรรษา

เวลาเตรียมการ / เวลาจัด

1 สัปดาห์



สถานที่

สถานที่ค้าคิดสิทธิ์



งบประมาณที่ใช้

ไม่แน่นอนขึ้นอยู่ตามจำนวนของกลุ่มเป้าหมาย





เป้าหมายของกิจกรรม

เพื่อชวนคนดีมร่วมปฏิญาณตนจะงดเหล้าเข้าพรรษา ด้วยสถานการณ์โควิด -19 ไม่สามารถรวมตัวกันได้ จึงให้ อ.สคล. ในชุมชน เดินทางไปชวนคนดีมในแต่ละครัวเรือนให้บัวใจงดเหล้า



ตัวชี้วัด/ผลลัพธ์กิจกรรม

คนร่วมโครงการ สามารถลด ละ เลิกเหล้าได้



รายละเอียดกิจกรรม

1. ประชุมเตรียมงานทำความเข้าใจและฝึกการชวนคนร่วมโครงการ
2. จัดทำแพ็คเกจชวนงดเหล้า 4 แพ็คเกจ
 - (1) ปฏิญาณตนต่อสิ่งศักดิ์สิทธิ์ เช่น พระพุทธรูป พระจаяลักษณ์
 - (2) ปฏิญาณตนต่อหน้าพ่อหรือแม่
 - (3) ปฏิญาณตนต่อหน้าสามีหรือภรรยา
 - (4) ปฏิญาณตนต่อหน้าลูก
3. วางแผนว่าจะชวนใครเข้าร่วมโครงการบ้าง และจัดทีมลงชวนรายครัวเรือน
4. สรุปคนเข้างดเหล้าเข้าพรรษาของชุมชน



ทีมงานหลัก

1. ประชาคมจังหวัด
2. แกนนำชุมชน
3. อาสาสมัครเครือข่ายงดเหล้า



ช่วงฤดูกาลที่เหมาะสม

ช่วงเข้าพรรษา

เวลาเตรียมการ / เวลาจัด

1 สัปดาห์



สถานที่

บ้านผู้ดีม



งบประมาณที่ใช้

20,000 - 30,000 บาท

ทำงานกับใครได้บ้าง

นักดีมในชุมชน ชวนให้เกิดการลด ละ เลิกได้



ชื่อกิจกรรม
ชวน คัว่แก้วคัว่ขวด บวชใจงดเหล้าเข้าพรรษา

ตัวอย่างกิจกรรม

ชวน



เป้าหมายของกิจกรรม

กิจกรรมเชิญชวนนักดื่มในชุมชนที่สนใจเข้าร่วมกิจกรรม โดยมีการติดตาม ลงเยี่ยม จนครบพรรษา 3 เดือน



ตัวชี้วัด/ผลลัพธ์กิจกรรม

นักดื่มในชุมชนสามารถดงดเหล้าได้ครบพรรษา 3 เดือน ครอบครัวเกิดความเปลี่ยนแปลง ชุมชนได้ช่วยเหลือกันผ่าน กิจกรรม



รายละเอียดกิจกรรม

- ก่อนพรรษา มีการออกสำรวจนักดื่ม และเชิญชวนเข้าร่วมกิจกรรมตามบ้านโดยอสม. ลงพื้นที่ และเปิดรับสมัครที่วัด สถานีอนามัย และผ่านตัวแทนคนหัวใจเพชรในชุมชน กรอกใบสมัครพร้อมพูดคุยรายละเอียดกิจกรรมที่กำรร่วมกัน
- จัดพิธีปฏิญาณตั้งตนงดเหล้าเข้าพรรษาที่วัด โดยมีพระ นายอำเภอ ผู้นำชุมชน และคนในครอบครัว มาร่วมแสดง ความยินดี ดื่มน้ำมนต์แทนคำสัญญา คัว่ขวดคัว่แก้วให้ได้ครบพรรษา
- กิจกรรมลงเยี่ยมผู้ปฎิญาณตนระหว่างพรรษา
- กิจกรรมเชิดชูเกียรติหลังออกพรรษาและช่วงงดต่อ



ทีมงานหลัก

- ผู้นำชุมชน
- พระ
- เจ้าหน้าที่ รพ.สต.
- อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน (อสม.)
- ชุมชนหัวใจเพชร
- คณะกรรมการพัฒนาคุณภาพชีวิตระดับอำเภอ (พชอ.)

ทำงานกับใครได้บ้าง

กลุ่มนักดื่มในชุมชน



ช่วงฤดูกาลที่เหมาะสม

ช่วงเข้าพรรษา

เวลาเตรียมการ / เวลาจัด

1 เดือนก่อนเข้าพรรษา



สถานที่

วัด



งบประมาณที่ใช้

5,000 - 10,000 บาท





กิจกรรมปรับพฤติกรรม “ช่วย”

กิจกรรม “ช่วย” คือกิจกรรมที่เน้นช่วยเหลือรายบุคคลสำหรับผู้ที่พบอุปสรรคในการปรับพฤติกรรม เป็นการช่วยเหลือทั้งทางด้านจิตใจ และทางด้านร่างกาย เพื่อให้ผู้ดีมีผ่านช่วงเวลาที่ยากลำบากในการลด ละ เลิกเหล้า

รายชื่อตัวอย่าง กิจกรรมปรับพฤติกรรม “ช่วย”

“น้ำดื่มน้ำนมไฟฟ้าช่วยเลิกเหล้า”

“สร้างสุขลดทุกข์กับคนเลิกเหล้า”



ชื่อกิจกรรม
น้ำดื่มสมุนไพรช่วยเลิกเหล้า

ตัวอย่างกิจกรรม

ช่วย



เป้าหมายของกิจกรรม

เพื่อสร้างเครื่องดื่มที่จะนำมายieldแทนในกรณีของคนที่สัมครุดลละเลิกและต้องการสิ่งที่จะมาทดแทนเครื่องดื่ม แอลกอฮอล์ เช่น การใช้ร่างกาย ชาดอกดาวเรือง ชาใบหม่อน หล้าดอกขาวแทนการดื่มสุรา เป็นต้น



ตัวชี้วัด/ผลลัพธ์กิจกรรม

มีเครื่องดื่มสมุนไพร ซึ่งเป็นน้ำดื่มทางเลือก ไว้สำหรับผู้ที่ต้องการทดแทนการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ในขณะลด ละ เลิก



รายละเอียดกิจกรรม

- คณะกรรมการจะสำรวจความต้องการของนักดื่มที่เข้าร่วมโครงการว่ามีความประสงค์ใช้เครื่องดื่มสมุนไพรทดแทนการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์จำนวนกี่คน
- คณะกรรมการจะจัดทำเครื่องดื่มสมุนไพรที่ช่วยในการ ลด ละ เลิก
- ส่งมอบเครื่องดื่มสมุนไพรให้กับนักดื่มที่เข้าร่วมโครงการหรือมอบให้กับครอบครัวที่ช่วยดูแลผู้เข้าร่วมโครงการ
- คณะกรรมการหรือแกนนำใหม่พื้นที่ติดตามและให้กำลังใจ



กิจกรรมหลัก

- คณะกรรมการ
- แกนนำ



ช่วงฤดูกาลที่เหมาะสม

ไม่จำกัดระยะเวลา

เวลาเตรียมการ / เวลาจัด

ไม่จำกัดระยะเวลา



สถานที่

ศาลาประชาคม/วัด/บ้านแกนนำ



งบประมาณที่ใช้

2,000 บาท / ชุมชน



ชื่อกิจกรรม
สร้างสุขลดทุกข์กับคนเลิกเหล้า

ด้วยวิถีทางกิจกรรม

ช่วย



เป้าหมายของกิจกรรม

- เพื่อให้สามารถถวิเคราะห์ตนเองถึงจุดเด่น จุดด้อย เงื่อนไขปัจจัยแวดล้อมที่สำคัญและส่งผลถึงความสุข ความทุกข์ของตนเอง
- เพื่อประเมินและออกแบบแบบวางแผนการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของตนเอง เพื่อให้เกิดความสุขลดความทุกข์ที่จะส่งผลกระทบไปถึงครอบครัวและบุคคลรอบข้าง



ตัวชี้วัด/ผลลัพธ์กิจกรรม

- คนดีมีสามารถถวิเคราะห์ตนเองถึงปัจจัยที่ส่งผลต่อความสุขและความทุกข์ของตนเองได้
- ประเมินและทำแผนที่ชีวิตที่ทำให้เกิดความสุขต่อตนเองและครอบครัว



รายละเอียดกิจกรรม

- เตรียมความพร้อมก่อนเริ่มกิจกรรม ได้แก่ การประเมินความเครียด กิจกรรมสร้างการเคลื่อนไหวทางร่างกาย การทำความรู้จักและความคาดหวัง
- การทำความเข้าใจสาระสำคัญของโครงการ ว่าทำไมต้องมีโครงการนี้ นำไปเพื่ออะไร กำกับใครและใครเป็นคนทำ
- กิจกรรมการเรียนรู้และเข้าใจตนเอง ได้แก่ เส้นทางชีวิต ความประทับใจในแต่ละช่วงชีวิต สิ่งที่ไม่ประทับใจ เข้าไปเกี่ยวข้องกับเหล้า บุหรี่ สิ่งเสพติด เพื่ออะไร และบทบาทสถานะทางสังคมที่ได้รับ
- การจัดการความเครียด การคืนข้อมูล ค้นหาและวิเคราะห์สาเหตุความเครียด
- การทำแผนชีวิตเพื่อแก้ไขปัญหาที่ตนเหตุ



ผู้ที่สนใจ

- คนทั่วไป
- ประชาชนจังหวัด
- แคนนำ Health Promoter



ช่วงฤดูกาลที่เหมาะสม

ไม่จำกัดระยะเวลา

เวลาเตรียมการ / เวลาจัด

ไม่จำกัดระยะเวลา / 3 – 9 เดือน



สถานที่

-



งบประมาณที่ใช้

60,000 – 70,000 บาท





กิจกรรมปรับพฤติกรรม “ชุมเชียร์”

กิจกรรม “ชุม เชียร์” คือกิจกรรมที่เน้นสนับสนุนพฤติกรรมของคนใกล้ตัวช่วยให้กำลังใจต่อผู้พยาบาลลดพฤติกรรมการดื่มเหล้าและสร้างบรรยากาศในการเลิกเหล้า เพราะกำลังใจจากคนใกล้ตัวเป็นสิ่งที่สำคัญ

รายชื่อตัวอย่าง กิจกรรมปรับพฤติกรรม “ชุมเชียร์”

“เวกีติดตามเสริมพลังชวนเพื่อนเลิกเหล้า”

“การ์ดบอกรัก ลูกชวนพ่อแม่เลิกเหล้า”

“ส่งเสริมสัมนาซึพชวยเพื่อนเลิกเหล้า”





เป้าหมายของกิจกรรม

เพื่อให้กำลังใจผู้ที่ตั้งใจดเดหล้าให้สามารถต่อเนื่องได้ ตามที่ตั้งเป้าหมายไว้หรือสามารถต่อเนื่องได้ตลอดชีวิต โดยกระบวนการนี้ ยังสามารถสร้างแรงจูงใจให้กับคนที่ยังดื่มอยู่ เกิดแรงบันดาลใจหรือความตั้งใจที่จะลด ละ เลิก การบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ได้



ตัวชี้วัด/ผลลัพธ์กิจกรรม

ผู้ที่ตั้งใจดเดสามารถลดได้ต่อเนื่อง ตามเป้าหมายที่ตั้งไว้หรืออาจตั้งใจดเดต่อตลอดชีวิต โดยการให้กำลังใจ จากคนใกล้ตัวและคนในชุมชน



รายละเอียดกิจกรรม

- คณะกรรมการประชุมเพื่อซักข้อมประเด็น และแบ่งบทบาทหน้าที่ ในเวกี
- ผู้นำงประชุมเล่าถึงความสำคัญการจัดกิจกรรมชี้เน้นไปที่การมาร่วมกันแขร์ประสบการณ์และเรื่องราวดีๆ ที่เกิดขึ้นหลังจากที่ลด ละ เลิกเครื่องดื่มแอลกอฮอล์
- ผู้นำประชุมอาจเป็นผู้เปิดหงคุยโดยการเล่าถึงความประทับใจที่เกิดขึ้นจากการทำงาน
- เชิญชวนให้ผู้ที่ลด ละ เลิกเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ได้เล่าถึงความเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น ต่อตนเองและครอบครัว ในประเด็นที่เป็นด้านดี
- ฟังเรื่องราวความประทับใจที่เกิดขึ้นจากคนในครอบครัวของผู้เข้าร่วมโครงการ
- ให้ผู้เข้าร่วมโครงการ ไม่แขร์เทคนิคที่แต่ละคนใช้เพื่อให้สามารถลด ละ เลิกได้
- รับฟังข้อกังวลใจ และหากาทในการคลีคลาย ข้อกังวลใจร่วมกัน
- ให้เต่ละคนให้กำลังใจ เพื่อร่วมวง ตั้งเป้าหมายร่วมกันในการที่จะลด ละ เลิก อย่างต่อเนื่อง



กิจกรรมหลัก

- ผู้นำชุมชน
- พระ
- เจ้าหน้าที่ รพ.สต.
- บุคคลที่คุณในชุมชนให้ความเคารพนับถือ
- คนต้นแบบที่เลิกเหล้า (คนหัวใจเพชร)



ช่วงฤดูกาลที่เหมาะสม

ไม่จำกัด ช่วงเวลา

เวลาเตรียมการ / เวลาจัด

ควรดำเนินการหลังจากที่กระบวนการ
ชวนคนเลิกเหล้าดำเนินการผ่านมาได้
ไม่น้อยกว่า 1 เดือน หรือทำได้ตลอดทั้งปี



สถานที่

ศาลากลางหมู่บ้าน หรือจุดที่ สามารถนั่งพูดคุย
กันได้ ในบรรยากาศสบายๆ



งบประมาณที่ใช้

ไม่แน่นอน ขึ้นอยู่ตามจำนวนของกลุ่มเป้าหมาย
ที่จัดในแต่ละครั้ง

ทำงานกับใครได้บ้าง

- คนที่ตั้งใจ งดเหล้าซึ่งอยู่ระหว่างการลด ละ เลิก
- ครอบครัวหรือคนใกล้ตัว ผู้ที่ลด ละ เลิก เครื่องดื่มแอลกอฮอล์
- นักดื่มในชุมชนที่มีแนวโน้มว่าจะสามารถช่วยให้เกิดการลดละเลิกได้



ชื่อกิจกรรม
การคบวงกรัก ลูกชวนพ่อแม่เลิกเหล้า

ตัวอย่างกิจกรรม

ชนเชียร์



เป้าหมายของกิจกรรม

เพื่อเชิญชวนนักดื่มในชุมชน ลด ละ เลิกการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ โดยใช้ความรักจากบุตรหลานในครอบครัวเป็นสื่อกลางบอกถึงความห่วงใยผ่านกิจกรรมการดูแลลูกชวนพ่อแม่เลิกเหล้า



ตัวชี้วัด/ผลลัพธ์กิจกรรม

ผู้ดื่มที่อยู่ในชุมชนร่วมลงนาม ในการปฏิญาณตนลด ละ เลิกเครื่องดื่มแอลกอฮอล์



รายละเอียดกิจกรรม

- ครูพี่เลี้ยงหรือครูประจำชั้นจะจัดเตรียมการด เพื่อให้เด็กได้รับรายสี และเขียนคำเชิญชวน พร้อมมีช่องให้ผู้ปกครองได้ลงนาม เข้าร่วมหรือ ลด ละ เลิก เป็นต้น
- เด็กนักเรียนจะระบายสีและนำการ์ดบอกรัก ไปให้ผู้ปกครอง
- เมื่อผู้ปกครองได้รับการ์ดแล้ว จะต้องลงนามหรือระบุความประสงค์ว่าสามารถเข้าร่วมได้หรือไม่
- เด็กจะนำการ์ดกลับมาส่งครูหรือฉีกเฉพาะที่เป็นส่วนแจ้งความประสงค์ว่าเข้าร่วมได้หรือไม่ และนำกลับมาส่งครู
- หากพื้นที่ไหนที่มีการทำกิจกรรมร่วมกันระหว่างโรงเรียนหรือศูนย์พัฒนาเด็กเล็กกับแกนนำชุมชน ก็จะสามารถใช้ข้อมูลนี้ในการลงติดตามให้กำลังใจกลุ่มคนที่ประสงค์ ลด ละ เลิกต่อได้



กิจกรรมหลัก

ครูในโรงเรียนหรือครูพี่เลี้ยงในศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก



ช่วงฤดูกาลที่เหมาะสม

ส่วนใหญ่ มักทำในช่วงก่อนเทศกาลสำคัญ เช่น ช่วงเข้าพรรษา หรือเทศกาลปีใหม่
เวลาเตรียมการ / เวลาจัด

ใช้เวลา 2 สัปดาห์



สถานที่

โรงเรียนหรือศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก ที่เป็นพื้นที่ เป้าหมาย



งบประมาณที่ใช้

2,000 บาท



ชื่อกิจกรรม
ส่งเสริมสัมมาชีพช่วยเพื่อนเลิกเหล้า

ตัวอย่างกิจกรรม

ชนเชียร์



เป้าหมายของกิจกรรม

เพื่อสร้างอาชีพและรายได้เสริมให้กับกลุ่มเป้าหมายที่ตั้งใจลด ละ เลิก ให้สามารถพึ่งพาตนเองได้และมีกิจกรรม กำต่อเนื่อง ลดเวลาว่างเพื่อลดการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในบางพื้นที่ อาจใช้กิจกรรมส่งเสริมอาชีพเพื่อดึง กลุ่มนักดื่มให้เข้ามาร่วมกัน แล้วจึงค่อยโน้มน้าวหรือเชิญชวนให้ลด ละ เลิก



ตัวชี้วัด/ผลลัพธ์กิจกรรม

สมาชิกที่เข้าร่วมโครงการมีอาชีพและรายได้เสริมสามารถที่จะพึ่งตนเองแล้ว ละ เลิกเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ได้



รายละเอียดกิจกรรม

- สำรวจข้อมูลความรู้ของชุมชน มีการประกอบอาชีพ เช่น การทำเกษตร การแปรรูปอาหาร ฯลฯ
- คณานำเสนอในระดับตำบล สำรวจความต้องการของสมาชิกที่เข้าโครงการ และมีความต้องการขอรับการสนับสนุน เรื่องการส่งเสริมอาชีพ
- ประสานกองทุนในระดับตำบลและนอกพื้นที่ เพื่อสนับสนุนงบประมาณและทรัพยากรในการส่งเสริมอาชีพ
- จัดกิจกรรมส่งเสริมอาชีพให้กับสมาชิกที่เข้าร่วมโครงการ
- ติดตามให้คำปรึกษาหรืออาชชาช่องทางการตลาด เพื่อช่วยเสริมให้กับสมาชิก



ผู้ที่มีส่วนได้เสีย

- กลุ่มคนนำชุมชน
- กลุ่มอาชีพในชุมชนหรือประชบัญชาบ้านที่เป็น ตัวอย่างในการสร้างอาชีพ
- อบต.หรือหน่วยงานที่สนับสนุนงบประมาณ ในพื้นที่
- กลุ่มร้านค้าในชุมชน
- คนต้นแบบที่เลิกเหล้า (คนหัวใจเพชร)



ช่วงฤดูกาลที่เหมาะสม

ทำได้ตลอดทั้งปี

เวลาเตรียมการ / เวลาจัด

ไม่จำกัดเวลาดูตามความเหมาะสมของแต่ละพื้นที่



สถานที่

พื้นที่ชุมชนเป้าหมาย



งบประมาณที่ใช้

30,000 บาท



ชื่อกิจกรรม
รถปันสุข ชวนเพื่อน เลิกเหล้า สู้ภัยโควิด

ตัวอย่างกิจกรรม

ชนเชียร์



เป้าหมายของกิจกรรม

กิจกรรมนี้นำอาเนวคิดตู้ปันสุขที่มีการระดมสิ่งของความช่วยเหลือเพื่อส่งตรงไปสู่คนที่ยากลำบากในสังคม ในขณะที่รถปันสุขมีการระดมสิ่งของอุปโภคบริโภคและนำรับขนสิ่งของ ความช่วยเหลือถึงที่บ้านคนติดเหล้า พร้อมให้กำลังใจคนดีมให้ลด ละ เลิกเครื่องดื่มแอลกอฮอล์และดูแลสุขภาพให้แข็งแรงลดการระบาดของ ไวรัสโควิด-19



ตัวชี้วัด/ผลลัพธ์กิจกรรม

คนดีมในชุมชนให้ความสำคัญการดูแลสุขภาพและปรับพฤติกรรม ลด ละ เลิก เครื่องดื่มแอลกอฮอล์



รายละเอียดกิจกรรม

1. นำข้อมูลกลุ่มนักดีมในชุมชนที่เป็นกลุ่มเป้าหมายอยากร่วมให้ลด ละ เลิก เครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ซึ่งไม่จำเป็นต้องทำทุกคนที่เป็นคนดีมแต่อาจเลือกแบบจำเพาะเจาะจง
2. ระดมสิ่งของความช่วยเหลือเน้นไปที่ของใช้อุปโภคบริโภค
3. ลงไปเยี่ยมถึงบ้านและมอบสิ่งของความช่วยเหลือ (ตะกร้าปันสุข) พร้อมทั้งเชิญชวนให้ดูแลสุขภาพ
4. ทีมงานจัดทำแผนลงไปเยี่ยมบ้านและช่วยเข้าร่วมกิจกรรมต่างๆ ที่ชุมชนจัดขึ้น



ทีมงานหลัก

1. กำหนด
2. ผู้ใหญ่บ้าน
3. นายกองค์การบริหารส่วนตำบล
4. เจ้าหน้าที่สำรวจ
5. เจ้าหน้าที่ รพ.สต.
6. ตัวแทนกลุ่มกองทุนต่างๆ ในชุมชน
7. คนต้นแบบที่เลิกเหล้า (คนหัวใจเพชร)



ช่วงฤดูกาลที่เหมาะสม ไม่จำกัดช่วงเวลา

เวลาเตรียมการ / เวลาจัด
ไม่จำกัดช่วงเวลา



สถานที่ ครอบครัวนักดีม



งบประมาณที่ใช้ 10,000 บาท (ขึ้นอยู่กับจำนวนกลุ่มเป้าหมาย)



ชื่อกิจกรรม
ร้อยគงใจ คนหัวใจกิน

ตัวอย่างกิจกรรม

ชนเชียร์



เป้าหมายของกิจกรรม

- เพื่อให้กำลังใจคนหัวใจกินที่กำลังอยู่ระหว่างกระบวนการการดูแลเข้าพรรษาให้อยู่ครบพรรษาได้
- คนในชุมชนมีส่วนร่วมให้กำลังใจ คนบวชใจในระหว่างพรรษา



ตัวชี้วัด/ผลลัพธ์กิจกรรม

- ผู้ปฏิญาณตนบวชใจงดเหล้าหรือว่าที่คนหัวใจกินได้มีกำลังใจในการดูแล
- ทุกคนในชุมชนมีส่วนร่วมในการให้กำลังใจคนบวชใจ



รายละเอียดกิจกรรม

- ประชุมเตรียมความพร้อมทีมงานเพื่อทำความเข้าใจและกำหนดกิจกรรม
- ประสานงานหน่วยงาน องค์กร ชุมชน วัด โรงเรียน รพ.สต. และทุกคนในชุมชนเพื่อร่วมกันกำกิจกรรมผลิตของชำร่วยตามจำนวนผู้บวชใจในชุมชน
- จัดเวทีให้กำลังใจผู้บวชใจระหว่างพรรษาและมอบของชำร่วย



กิจกรรมหลัก

- ผู้ใหญ่บ้าน /ผู้ช่วยผู้ใหญ่บ้าน
- อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน (อสม.)
- แกนนำคนหัวใจเพชร
- อาสาสมัครในชุมชน
- ประชาคมจังหวัด
- พระ
- ครู



ช่วงฤดูกาลที่เหมาะสม

ระหว่างพรรษา

เวลาเตรียมการ / เวลาจัด

ระหว่างพรรษา



สถานที่

พื้นที่ชุมชนเป้าหมาย



งบประมาณที่ใช้

5,000 - 10,000 บาท



ชนเชียร์



เป้าหมายของกิจกรรม

พัฒนาศักยภาพมัคนายากวัดให้เป็นโนมกสีขาวเพื่อเป็นนักประชาสัมพันธ์ สร้างการรับรู้การลดเหล้าลดปัจจัยเสี่ยงในงานค้านพิธีที่จัดในชุมชนและให้กำลังใจคนบวชใจงดเหล้า



ตัวชี้วัด/ผลลัพธ์กิจกรรม

โนมกสีขาวที่มีศักยภาพในการให้ความรู้เรื่องการลด ละ เลิกเหล้าและให้กำลังใจแก่ผู้บวชใจ



รายละเอียดกิจกรรม

- ประชุมคณะกรรมการ ทีมพี่เลี้ยงโนมกรุ่นแรก เพื่อวางแผนการดำเนินงาน
- ประชาสัมพันธ์การรับสมัครผู้เข้าร่วมกิจกรรม
- รับสมัครผู้ที่สนใจอยากเป็นโนมกสีขาว
- จัดกิจกรรมอบรมโนมกสีขาว
- ทีมโนมกสีขาวฝึกปฏิบัติในงานพิธีกรรมต่างๆ ของชุมชนและเวทีให้กำลังใจผู้บวชใจงดเหล้า
- ประเมินผลการจัดกิจกรรม/ถอดบทเรียนแลกเปลี่ยนเรียนรู้



ทีมงานหลัก

- ผู้นำชุมชน
- พระ
- เจ้าหน้าที่ รพ.สต.
- บุคคลที่สนใจชุมชนให้ความเคารพนับถือ
- ทีมพี่เลี้ยงโนมกสีขาว



ช่วงฤดูกาลที่เหมาะสม

ตลอดทั้งปี

เวลาเตรียมการ / เวลาจัด

ก่อนเข้าพรรษา / ระยะเวลาจัด 3 วัน 2 คืน



สถานที่

สถานที่จัดพิธีกรรมในชุมชน



งบประมาณที่ใช้

60,000 – 70,000 บาท





ເປົ້າໝາຍຂອງກົງກຽມ

ເພື່ອເປັນການຫວັງ ບໍ່ໄວ້ ຊະເໜີ ດ້ວຍກົງກຽມເທົ່າເບົາພຣະຊາ 3 ເດືອນ ໃຫ້ຍູ້ຄົບພຣະຊາ ເວາເຈີນທີ່ຈະໄປເຊື້ອເທົ່າ ມາຫຍອດ ກະປຸກອມລືນແກ່ນ ພັນຍົງອອກພຣະຊານຳກະບອກອມລືນມາຜ່າແລະນຳເງິນມາຮຸມກົນເພື່ອສາທາລະນະປະໂຍ່ຍ໌



ຕັວໜີວັດ/ພລລັພຣກົງກຽມ

ຄົນຮ່ວມໂຄງການສາມາດຮັດລະ ລະ ເລີກເທົ່າແລະເກີດຄວາມງົມໃຈກີ່ໄດ້ບຸນູ



ຮາຍລະເວີຍດກົງກຽມ

- 1.ປະຊຸມກົມງານເຕີຍມານ ແບ່ງນກນາກໜ້າທີ່
- 2.ຮົມຄົນກຳກະບອກໄຟໄໝອມລືນ ໂຮງເຮັຍນແລະແກ່ນນຳໜຸ່ມໜຸນ
- 3.ປະກາສເລື່ອງຕາມສາຍເຫຼຸ້ມຫວັນຄົນຮ່ວມໂຄງການດໍາເທົ່າເບົາພຣະຊາ
- 4.ຈັດເວົາປົງປົງຢານຕົນດໍາເທົ່າເບົາພຣະຊານອບອນລືນກະບອກໄຟໄໝ
- 5.ອາສາສັກຄຽວຂ່າຍດໍາເທົ່າ (ອ.ສຄລ) ຄົນກັວໃຈເພີ່ມ ຕິດຕາມເຢີມເຍື່ນຄົນຮ່ວມໂຄງການ
- 6.ເຫັດໜູ້ເກີຍຕິແລະຝ່າກະບອກໄຟໄໝ “ອົມລືນຄຸນຮຽນ” ຮັບຮ່ວມເງິນຄົນຮ່ວມໂຄງການມອບເງິນໃຫ້ກາງວັດ



ກົມງານຫຼັກ

- 1.ປະຫາມຈັງຫວັດ
- 2.ກຳນັນ
- 3.ຜູ້ໃໝ່ບ້ານ
- 4.ແກ່ນນຳໜຸ່ມໜຸນ
- 5.ພຣະ
- 6.គູ້

ກຳນົດກັບໃຄຣໄດ້ບ້າງ

ໜັກດື່ມໃໝ່ໜຸ່ມໜຸນ



ໜຶ່ງດຸກກາລກກີ່ເໜີນສົມ

ໜຶ່ງເບົາພຣະຊາ

ເວລາເຕີຍນກາ / ເວລາຈັດ

2 ສັປດາກໍ



ສດາກີ່

ວັດຫີ່ອສາລາກລາງໝູ່ບ້ານ



ນບປະນາກນີ້ໃຊ້

ໄມ່ແນ່ນອນ ຫື້ນອູ້ຕາມຈຳນວນຂອງກຸລຸມເປົ້າໝາຍ
ກີ່ຈັດໃນແຕ່ລະຄຽ້ງ



ชื่อกิจกรรม
ส่งเสริมสัมนาซีพคนหัวใจเพชร

ตัวอย่างกิจกรรม

ชนเชียร์



เป้าหมายของกิจกรรม

เพื่อให้คนหัวใจเพชรมืออาชีพที่ใช้เวลาว่างเพิ่มรายได้ให้กับตนเองและครอบครัว



ตัวชี้วัด/ผลลัพธ์กิจกรรม

คนเลิกดื่มรวมกลุ่มมาทำอาชีพเพิ่มรายได้ให้กับตนเองและครอบครัว



รายละเอียดกิจกรรม

- ประชุมกีมงานเพื่อชวนกลุ่มเป้าหมาย
- จัดสอนสัมมาชีพโดยให้วิทยาการถ่ายทอดความรู้และให้คนหัวใจเพชรฝึกทำ
- รวมกลุ่มกำลังค้าในชุมชนตนเอง หารายได้เพิ่มให้กับตนเอง
- ประสานภาคีเพื่อช่วยหาแหล่งจำหน่ายสินค้าหรือสร้างเพจขายทางออนไลน์



กิมงานหลัก

- ประชาคมจังหวัด
- แก่นนำชุมชน
- แก่นนำคนหัวใจเพชร
- วิทยากรฝึกอาชีพ



ช่วงฤดูกาลที่เหมาะสม

ขึ้นอยู่กับสินค้าที่จะสอนทำ

เวลาเตรียมการ / เวลาจัด

1 เดือน



สถานที่

วัดหรือศาลากลางหมู่บ้าน



งบประมาณที่ใช้

10,000 -30,000 บาท ขึ้นอยู่กับจำนวนของกลุ่มเป้าหมายที่จัดในแต่ละครั้ง



ชื่อกิจกรรม
นักสืบน้อย ตีมวงศ์ ร้องป่าวไม่ขายเหล้าในวันพระ

ตัวอย่างกิจกรรม

ชนเชียร์



เป้าหมายของกิจกรรม

รณรงค์ประชาสัมพันธ์ เพื่อขอความร่วมมือร้านค้าในชุมชนไม่จำหน่ายเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในวันพระและปฏิบัติตามกฎหมาย



ตัวชี้วัด/ผลลัพธ์กิจกรรม

จำนวนร้านค้าที่ปฏิบัติตามข้อเรียกร้องของเยาวชนในชุมชน



รายละเอียดกิจกรรม

- อบรมให้ความรู้เยาวชนเกี่ยวกับกฎหมาย
- ประชาสัมพันธ์โดยการใช้เครื่องดนตรีพื้นบ้าน และซักชวนเจ้าของร้านให้จำหน่ายเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ตามที่กฎหมายกำหนด
- เก็บข้อมูลร้านค้าระดับชุมชนเพื่อจัดทำเบียนร้านค้าในระดับพื้นที่



กิมงานหลัก

- แกนนำเด็กและเยาวชน
- เจ้าหน้าที่ รพ.สต.
- คณะกรรมการประชาคม



ช่วงฤดูกาลที่เหมาะสม

ทุกวันพระ ช่วงเข้าพรรษา และงานบุญสำคัญๆ

เวลาเตรียมการ / เวลาจัด

ก่อนวันพระ งานบุญประเพณี



สถานที่

พื้นที่ชุมชนเป้าหมาย



งบประมาณที่ใช้

6,000 บาท / หมู่บ้าน

ทำงานกับใครได้บ้าง

ร้านค้าในชุมชน



ชื่อกิจกรรม
เปลี่ยนเงินค่าเหล้า เป็นเงินออม

ตัวอย่างกิจกรรม

ชนเชียร์



เป้าหมายของกิจกรรม

คนดีมีที่เข้าร่วมโครงการงดเหล้ามีเงินออม



ตัวชี้วัด/ผลลัพธ์กิจกรรม

- จำนวนคนที่เข้าร่วมโครงการเปลี่ยนค่าเหล้า เป็นเงินออม
- จำนวนเงินออมที่เก็บไว้ในช่วงงดเหล้า



รายละเอียดกิจกรรม

- ประชาสัมพันธ์เชิญชวนคนดีมีเข้าโครงการเปลี่ยนค่าเหล้า เป็นเงินออม
- มอบกระปุกออมสินให้กับคนที่เข้าร่วมโครงการเพื่อออมเงินเมื่อจะไปซื้อเหล้า
- คนหัวใจเพชรติดตามให้กำลังใจคนที่เข้าร่วมโครงการ
- เมื่อสิ้นปีหรือตามระยะเวลาที่กำหนดร่วมกัน นำเงินในกระปุกมารับจำนวนว่าออมได้เท่าไหร่



กิมงานหลัก

- ชุมรมคนหัวใจเพชร
- กำนั่ง
- ผู้ใหญ่บ้าน
- คนในครอบครัว



ช่วงฤดูกาลที่เหมาะสม

ตลอดปี

เวลาเตรียมการ / เวลาจัด

ตลอดปี



สถานที่

ชุมชน



งบประมาณที่ใช้

ขึ้นอยู่กับจำนวนผู้เข้าร่วมโครงการ

ทำงานกับใครได้บ้าง

กลุ่มผู้ดีมีที่สมัครใจ



ปั่นลุ้นทุ่งเสริมพลังใจคนงดเหล้าเข้าพรรษา

ช่องกิจกรรม

ตัวอย่างกิจกรรม

ชนเชียร์



เป้าหมายของกิจกรรม

เป็นการจัดกิจกรรมปั่นจักรยานตามเส้นทางหรือสถานที่ท่องเที่ยว/สถานที่สำคัญ ให้เห็นบรรยากาศ วิถีชีวิตัณฑ์ธรรมของคนในชุมชน และเป็นการปั่นเพื่อ ชวนคนดูเหล้าเข้าพรรษาและเสริมพลังใจคนดูเหล้า/ เลิกเหล้าลดอันตราย และคนที่ไปทุกเพศทุกวัยในชุมชนที่สนใจมาปั่นจักรยาน พบປະ พูดคุย ให้กำลังใจกันและกัน โดยสามารถจัดกิจกรรมได้ทั้ง ก่อนเข้าพรรษา ระหว่างพรรษา หรือหลังพรรษา และทุกช่วงเวลาตามความพร้อมของชุมชน เป็นสร้างการมีส่วนร่วมของคนในชุมชนให้มาก



ตัวชี้วัด/ผลลัพธ์กิจกรรม

- การมีส่วนร่วมของชุมชน ตลอดเส้นทางการปั่นและสามารถร่วมปั่นได้ทุกเพศทุกวัย เด็กเยาวชน ผู้ใหญ่ ผู้สูงอายุ สามารถร่วมปั่นได้ ไม่เน้นความเร็ว จักรยานแม่บ้านก็ปั่นได้
- ความสามัคคี ความสัมพันธ์ที่ดีของชุมชน
- คนดูเหล้าเข้าพรรษา ได้ทำกิจกรรมสร้างสรรค์เชิงสุขภาพร่วมกันและมีการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ เสริมพลังใจกันและกันในระหว่างพรรษา
- คนในชุมชนได้ออกกำลังกายมีสุขภาพที่ดีขึ้น



รายละเอียดกิจกรรม

- ประชุมทีมงาน เตรียมความพร้อมสร้างความเข้าใจร่วมกัน
- สำรวจเส้นทาง/วางแผน/ประสานงาน
- ประชาสัมพันธ์เชิญชวนในรูปแบบต่างๆ กั้งอฟไลน์ ออนไลน์ โดยดึงจุดที่น่าสนใจมาประชาสัมพันธ์ร่วมด้วย โครงการปั่นแต่ละครั้งอาจมีจุดที่น่าสนใจแตกต่างกัน กั้งในแต่ละสถานที่/เป้าหมายการปั่นฯลฯ
- จัดกิจกรรมปั่นจักรยานตามแผนที่วางไว้โดยกำหนดเส้นทาง ระยะทาง ระยะเวลาตามความเหมาะสม มีการเวะตามจุดต่างๆ พร้อมทั้งการเล่าเรื่องราวให้ความรู้ที่เกี่ยวข้องในจุดนั้นๆ และไม่ลืมเรื่องมาตรการความปลอดภัย / คนดู ดูแลความปลอดภัยในการปั่น (ทีม Marshal) มีบริการน้ำดื่ม อาหารว่างในบางจุดที่ระยะทางไกล และจุดสุดท้ายอาจมีบริการน้ำดื่ม/อาหารว่างตามความเหมาะสม สำหรับผู้ดูคุยแลกเปลี่ยนเรียนรู้ก่อนกลับ
- สรุปงบที่ใช้/แลกเปลี่ยนเรียนรู้ร่วมกัน

กิจกรรมหลัก

- ประชาคมดูเหล้าจังหวัด
- แก่นำชุมชน/นำนัก/ผู้ใหญ่บ้าน
- แก่นำคนหัวใจเพชร
- แก่นำเด็กและเยาวชน
- แก่นำเครือข่ายจักรยาน

ทำงานกับใครได้บ้าง

- คนดื่ม คนสูบในชุมชน
- เครือข่ายจักรยาน
- คนดูเหล้าเข้าพรรษา/คนหัวใจเหล็ก/คนหัวใจเพชร
- รพช./รพ.สต./อสม.
- คนที่ไปที่รักสุขภาพ/คนในชุมชนทุกเพศวัย
- เครือข่ายเยาวชน



ช่วงฤดูกาลที่เหมาะสม

ก่อนเข้าพรรษา 1 เดือน/ ระหว่างตลอดพรรษา /
ออกพรรษา ตามวัตถุประสงค์และเป้าหมายการจัด
เวลาเตรียมการ / เวลาจัด

ใช้เวลาเตรียมงาน 1-2 สัปดาห์ / เวลาจัด 1 วัน



สถานที่

พื้นที่ชุมชนเป้าหมาย
/เส้นทางท่องเที่ยวหรือสถานที่สำคัญในชุมชนและ
ชุมชนใกล้เคียง



งบประมาณที่ใช้

3,000 – 10,000 บาท / ครั้ง
(ตามจำนวนของกลุ่มเป้าหมายและขนาดการจัดงาน)





กิจกรรมปรับพฤติกรรม “เชิดู”

กิจกรรม “เชิดู” คือกิจกรรมที่เน้นสนับสนุนให้กำลังใจผู้ที่ประสบความสำเร็จในการลดพฤติกรรมการดื่มเหล้า และเป็นแรงบันดาลใจให้ผู้ที่กำลังจะเลิกเหล้าให้เห็นว่าสามารถทำได้จริง

รายชื่อตัวอย่าง กิจกรรมปรับพฤติกรรม “เชิดู” “ฉลองชัยคนหัวใจหิน”



ชื่อกิจกรรม
ฉลองซัมคันหัวใจพิน

ตัวอย่างกิจกรรม

เชิญ



เป้าหมายของกิจกรรม

เพื่อเชิดชูเกียรติผู้บัวชใจดเหลาครบพรมชาและชวนดต่อ



ตัวชี้วัด/ผลลัพธ์กิจกรรม

- จำนวนคนดเหลาครบพรมชา
- บทเรียนการดเหลาครบพรมชา



รายละเอียดกิจกรรม

- จัดเวทีให้ผู้เข้าร่วมโครงการได้มีการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ถึงประสบการณ์ของตนเองด้านผลกระทบที่เกิดขึ้นกับตนเอง และครอบครัวเนื่องจากการตื้มแอลกอฮอล์
- เวทีมอบประกาศนียบัตรให้คนหัวใจพินหัวใจเหล็กและหัวใจเพชร



ผู้ที่สนใจ

- แก่นนำคนหัวใจเหล็ก/หัวใจเพชร
- แก่นนำชุมชนทุกฝ่าย
- กำนัน
- ผู้ใหญ่บ้าน
- อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน (อสม.)
- เจ้าหน้าที่ อปท.
- เจ้าหน้าที่ รพ.สต.



ช่วงฤดูกาลที่เหมาะสม

หลังออกพรรษาไม่เกิน 1 เดือน

เวลาเตรียมการ / เวลาจัด

ก่อนออกพรรษา 1 เดือน



สถานที่



งบประมาณที่ใช้

30,000 – 40,000 บาท



กิจกรรมปรับสภาพเวดล้อม

สภาพเวดล้อม เป็นอีกหนึ่งปัจจัยที่สำคัญต่อการลด ละ เลิกการดื่มเหล้า สภาพเวดล้อมก็ไม่เอื้อต่อ การซื้อและการดื่ม จะช่วยลดปริมาณและระยะเวลาการดื่มเหล้า กิจกรรมปรับสภาพเวดล้อมจึงมุ่งที่ลด การเข้าถึงเหล้า ซึ่งการปรับสภาพเวดล้อมมีผู้คนที่เกี่ยวข้องหลายฝ่าย จึงต้องสร้างการมีส่วนร่วมในการ ทำกิจกรรมจนเกิดมาตรการหรือข้อตกลงในการปรับสภาพเวดล้อมร่วมกันของคนในชุมชน





กิจกรรมปรับสภาพเวดล้อน “ชง”

กิจกรรม “ชง” คือกิจกรรมที่เน้นเปลี่ยนสภาพแวดล้อมในชุมชน ข้อตกลงปลดปล่อยให้ผลกิจกรรมที่มักจะมีเหล้าและสร้างทางเลือกปลดปล่อยในการจัดกิจกรรม โน้มน้าวซักชวนให้เห็นความคุ้มค่าผ่านการทำข้อตกลง

รายชื่อตัวอย่าง กิจกรรมปรับสภาพแวดล้อม “ชง”

“ประชาคมมาตรฐานงานศพ งานบุญปลดเหล้า”

“MOU ร้านค้าไม่ขายเหล้า (ร้านค้าคุณธรรมรับผิดชอบสังคม)”

“ประชาคมงานบุญประเพณีปลอดเหล้า”





เป้าหมายของกิจกรรม

เพื่อจัดทำกิจกรรมหรือมาตรการชุมชน ในการจัดสภาพแวดล้อมให้กับงานศพงานบุญปลดเหล้า โดยเน้นการมีส่วนร่วม ของประชาชนในพื้นที่



ตัวชี้วัด/ผลลัพธ์กิจกรรม

เกิดกิจการหรือมาตรการที่ช่วยจัดสภาพแวดล้อมให้กับงานศพและงานบุญปลดเหล้าโดยการมีส่วนร่วม ของประชาชน ในพื้นที่



รายละเอียดกิจกรรม

1. จัดตั้งคณะกรรมการที่มีองค์ประกอบมาจากหลายภาคส่วนและประชุมเพื่อกำหนดเป้าหมาย จัดทำแผนการทำงานร่วม กัน
2. สำรวจข้อมูลที่เกี่ยวข้องกับการนำไปใช้ในการจัดเวทีประชาคม เช่น ข้อมูลค่าใช้จ่ายในงานศพ งานบุญ ข้อมูลค่าใช้จ่ายที่ชุมชนใช้ไปกับค่าเหล้า เจ้าภาพ หรือครัวเรือน ต้นแบบที่เคยจัดงานศพ งานบุญปลดเหล้า
3. จัดเวทีประชาคมในระดับหมู่บ้านและจัดทำข้อสรุปร่วมกันในภาระดับตำบล
4. จัดเวทีประชาคมหรือประกาศใช้กิจกรรมชุมชนและมีการประชาสัมพันธ์ให้ทั่วถึง ชี้แจงผู้ที่รับผิดชอบอาจช่วยจัดทำ ป้ายงานศพ-งานบุญปลดเหล้าเพื่อให้เจ้าภาพได้ใช้ติดในงาน
5. มีการติดตามประเมินผล การนำใช้กิจกรรมชุมชนงานศพงานบุญปลดเหล้า
6. จัดเวทีคืนข้อมูลและพัฒนามาตรการชุมชน ให้มีคุณภาพมากขึ้น



กิจงานหลัก

1. คณะกรรมการในระดับพื้นที่
2. พระ
3. กำนัน
4. ผู้ใหญ่บ้าน
5. เจ้าหน้าที่ รพ.สต.
6. เจ้าหน้าที่ อบต.
7. เจ้าหน้าที่ ตำรวจนครบาล
8. แกนนำเยาวชน
9. ราชบุรีช่วยบ้านหรือบุคคลที่ช่วยบ้านให้ความเคารพนับถือ

ทำงานกับใครได้บ้าง

1. ประชาชนและหน่วยงานในพื้นที่ เป้าหมาย
2. ผู้ประกอบการร้านค้า
3. เจ้าภาพที่จัดงาน
4. คณะกรรมการหมู่บ้าน



ช่วงฤดูกาลที่เหมาะสม

สามารถดำเนินการได้ตลอดทุกปี

เวลาเตรียมการ / เวลาจัด

เริ่มต้นกระบวนการจัดตั้งคณะกรรมการ ไปจนถึง กระบวนการในการข้อมูลใช้เวลาประมาณ 1 ปี



สถานที่

ระดับหมู่บ้านและระดับตำบล



งบประมาณที่ใช้

หากจัดทำในระดับตำบล จะใช้งบประมาณ

50,000 - 100,000 บาท

(มากน้อยอาจขึ้นอยู่กับขนาดของพื้นที่)



ชื่อกิจกรรม
MOU ร้านค้าไม่ขายเหล้า(ร้านค้าคุณธรรมรับผิดชอบสังคม)

ตัวอย่างกิจกรรม

บง



เป้าหมายของกิจกรรม

เพื่อกระตุ้นให้ร้านค้าปฏิบัติตามกฎหมายควบคุมเครื่องดื่มแอลกอฮอล์และมีส่วนร่วม ในการช่วยลดปัญหา จากเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในพื้นที่



ตัวชี้วัด/ผลลัพธ์กิจกรรม

ร้านค้าในชุมชนเป้าหมายให้ความร่วมมือและปฏิบัติตามกฎหมายควบคุมเครื่องดื่มแอลกอฮอล์



รายละเอียดกิจกรรม

- จัดตั้งคณะกรรมการและกำหนดเป้าหมาย ออกแบบแผนการทำงานร่วมกัน
- สำรวจข้อมูลร้านค้าและพฤติกรรมที่เข้ามายังการละเมิดกฎหมายควบคุมเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ เช่น การขายเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ให้เด็กให้คนเมา หรือขายนอกเวลาที่กฎหมายกำหนด
- จัดทำร่างลงนาม MOU ร้านค้า และหารือกับผู้ที่เกี่ยวข้อง เพื่อพิจารณาความเหมาะสม
- จัดเวกิให้ความรู้กฎหมายควบคุมเครื่องดื่มแอลกอฮอล์และลงนาม MOU กับผู้ประกอบการร้านค้าและมอบป้ายในเชิงสัญลักษณ์
- มีการติดตามประเมินผลและลงพื้นที่เพื่อให้กำลังใจผู้ประกอบการร้านค้า ซึ่งอาจเน้นช่วงเทศกาล เช่น ปีใหม่ ส่งgranต์ หรือช่วงวันพระใหญ่
- มีกิจกรรมเชื่อมหรือเชิดชูร้านค้า ที่ให้ความร่วมมือและปฏิบัติตามกฎหมายอย่างเคร่งครัด



กิจกรรมหลัก

- กำหนด
- ผู้ใหญ่บ้าน
- นายก อบต.
- เจ้าหน้าที่ตำรวจ
- เจ้าหน้าที่ รพ.สต.
- เจ้าหน้าที่จากสรรพสามิต



ช่วงฤดูกาลที่เหมาะสม

ไม่จำกัดช่วงเวลา

เวลาเตรียมการ / เวลาจัด

ไม่จำกัดช่วงเวลา



สถานที่

ห้องประชุมองค์กรบริหารส่วนตำบลหรือศala อนงประลศคงหมู่บ้าน



งบประมาณที่ใช้

ในระดับตำบลจะใช้งบประมาณ 20,000 บาท
(ขึ้นอยู่กับขนาดของพื้นที่)



ชื่อกิจกรรม
ประชาชนงานบุญประเพณีปลดเหล้า

ตัวอย่างกิจกรรม

๔



เป้าหมายของกิจกรรม

เพื่อจัดสภาพแวดล้อมในชุมชนเอื้อต่อการลด ละ เลิกเครื่องดื่มแอลกอฮอล์



ตัวชี้วัด/ผลลัพธ์กิจกรรม

งานบุญปลดเหล้าในชุมชน เช่น งานศพปลดเหล้า งานบุญผะเหวดปลดเหล้า งานกรีนปลดเหล้า ลอยกระทงปลดเหล้า บังไฟปลดเหล้า



รายละเอียดกิจกรรม

- ประชุมทีมงานเตรียมงานและหารือการแก้ไขปัญหาเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ร่วมกัน
- แต่งตั้งคณะกรรมการประจำมดเหล้าตำบลและแบ่งบทบาทหน้าที่
- คณะกรรมการประจำมดเหล้าตำบลลงพื้นที่ประชาคมแต่ละหมู่บ้านร่วมกับผู้นำชุมชน คนในชุมชน จะให้มีงานบุญปลดเหล้าอะไรบ้าง
- สรุปภาพรวมงานบุญที่จะให้มีเป็นงานปลดเหล้าและข้อตกลงกติการ่วมกันของตำบล
- คณะกรรมการประจำมดเหล้าร่วมวางแผน ผู้ระหว่างงานบุญในชุมชนและประเมินผลงานบุญประเพณีต่างๆ หลังเสร็จงานเพื่อวางแผนใหม่ในชุมชน



กิจกรรมหลัก

- ประชาชนจังหวัด
- กำนัน
- ผู้ใหญ่บ้าน
- แกนนำชุมชน
- พระ
- ครู
- เจ้าหน้าที่ท้องถิ่น

ทำงานกับใครได้บ้าง

นักดื่มในชุมชน



ช่วงฤดูกาลที่เหมาะสม

ตลอดปี

เวลาเตรียมการ / เวลาจัด

1 เดือน



สถานที่

วัดหรือศาลากลางหมู่บ้าน



งบประมาณที่ใช้

20,00 - 50,000 บาท ขึ้นอยู่ตามจำนวนของกลุ่มเป้าหมายที่จัดในแต่ละครั้ง



ชื่อกิจกรรม
แผนคัดกรอง บำบัด รักษา ผู้ติดสุราในชุมชน

ตัวอย่างกิจกรรม

๔



เป้าหมายของกิจกรรม

เพื่อสร้างความร่วมมือระหว่างชุมชนและ รพ.สต. ให้การจัดทำข้อมูลผู้ติดสุราประเภทต่างๆ คัดกรอง และส่งต่อ บำบัดรักษาและเชียร์ต่อในชุมชน



ตัวชี้วัด/ผลลัพธ์กิจกรรม

แผนคัดกรอง บำบัด รักษา ผู้ติดสุราในชุมชน



รายละเอียดกิจกรรม

- ชวน พอ.รพ.สต.มาเป็นคณะกรรมการ
- จัดเวทีหารือสถานการณ์การต้มและผู้ต้มประเภทต่างๆ
- คัดเลือกผู้ต้มที่จะชวนเข้าโครงการ
- คัดกรอง และส่งต่อบำบัดรักษา
- จัดทำแผนคัดกรองเพื่อบำบัดรักษาระยะเวลา 3 ปี ให้สอดคล้องกับตัวชี้วัดของ รพ.สต.
- ยื่นแผนขอรับการสนับสนุนกิจกรรมพัฒนาศักยภาพผู้นำชุมชนจาก อปท.



ทีมงานหลัก

- คณะกรรมการชุมชนคนสู้เหล้า
- เจ้าหน้าที่ รพ.สต.
- อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน (อสม.)
- ชุมชนหัวใจเพชร



ช่วงฤดูกาลที่เหมาะสม

ต้นปีงบประมาณ

เวลาเตรียมการ / เวลาจัด

ก่อนพระราชทานย่างน้อย 3 เดือน



สถานที่

ระดับตำบล



งบประมาณที่ใช้

ทำงานกับใครได้บ้าง

ผู้ต้มสุราในชุมชน





เป้าหมายของกิจกรรม

เพื่อจัดทำแผนปฏิบัติการพัฒนาค้ายภาพชุมชนเพื่อเฝ้าระวังและส่งเสริมสุขภาพผู้ติดสุราเรื้อรังและป้องกันนักดื่มหน้าใหม่ เสนอองค์กรทุนหลักประกันสุขภาพในก้องถั่นหรือพื้นที่



ตัวชี้วัด/ผลลัพธ์กิจกรรม

แผนปฏิบัติการหลักประกันสุขภาพในก้องถั่นหรือพื้นที่



รายละเอียดกิจกรรม

1. ชวนตัวนายก อปท. หรือตัวแทนเข้าร่วมเป็นคณะกรรมการหรือที่ปรึกษา

2. จัดทำแผน 1 - 3 ปี

(1) ชวน ช่วย ชมเชียร์ เชิดชู ผู้บ่าวชใจดเหล้าประเภทต่างๆ

(2) แผนพัฒนาค้ายภาพคนหัวใจเพชรและ օสม. ให้สามารถทำหน้าที่เฝ้าระวังและส่งเสริมสุขภาพผู้มีภาวะเสี่ยงจากการติดสุราและผู้มีภาวะติดสุราเรื้อรัง

(3) สนับสนุนให้เกิดกิจกรรมป้องกันนักดื่มนักดื่มหน้าใหม่

3. ยื่นเสนอแผนต่อ อปท.



กิจกรรมหลัก

1. คณะกรรมการชุมชนคนสู้เหล้า
2. อบรมคนหัวใจเพชร
3. กลุ่มเยาวชนในชุมชน



ช่วงฤดูกาลที่เหมาะสม

ก่อนต้นปีงบประมาณอย่างน้อย 3 เดือน

เวลาเตรียมการ / เวลาจัด

อย่างน้อย 3 เดือน



สถานที่

ระดับตำบล



งบประมาณที่ใช้

ทำงานกับใครได้บ้าง

1. นายก อปท.
2. ปลัดเทศบาล
3. นักวิชาการสาธารณสุขเทศบาล



กิจกรรม “เชื่อม/แชร์”

กิจกรรม เชื่อม/แชร์ เป็นกิจกรรมเพื่อยกระดับการทำงานในชุมชนเป็นภาระและแผนงานประจำไปสู่การกำหนดนโยบายการทำงานในระดับอำเภอหรือจังหวัด รวมถึงการสร้างเครือข่ายโดยการเชื่อมประสานหรือจัดกระบวนการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ระหว่างชุมชน แบ่งปันประสบการณ์ กับพื้นที่อื่นๆ เพื่อให้เกิดการสื่อสาร ขยายผล สร้างเครือข่ายคนสู้เหล้าให้มากขึ้น

เชื่อม/แชร์

คืนข้อมูลให้ชุมชน

ส่งต่อข้อมูลให้
อำเภอ/จังหวัด



ເຊື່ອມ/ແບຣ

គິນຂ້ອມມູລໃຫ້ຊຸມຊນ
ສັງຕ່ອຂ້ອມມູລໃຫ້
ອຳເກອ/ຈັງກວັດ

รายชื่อตัวอย่าง กิจกรรม “ເຊື່ອມ/ແບຣ” “ຊຸມຊນແຫລ່ງເຮັຍນຽຸຄນສູ້ເກົ່າ” “ນໂຍບາຍວໍາເກວງດເກົ່າເຂົາພຣະາແລະຈານເລີ້ຍງປລວດເກົ່າເບີຍຣ ”



ชื่อกิจกรรม
นโยบายว่าเก Wongdej Leela Chai Phracha and Work Plan to Promote Leela Beir

ตัวอย่างกิจกรรม

เชื่อม



เป้าหมายของกิจกรรม

เพื่อสนับสนุนให้ชุมชนคนสู้เหล้ามีมาตรการทางนโยบายที่เหมาะสมสอดคล้องกับการดำเนินการปรับสภาพแวดล้อมและระบบช่วง ช่วย เบียร์ เชิดชู ได้อย่างมีประสิทธิภาพ



ตัวชี้วัด/ผลลัพธ์กิจกรรม

- มีความร่วมมือของกลไกระดับอำเภอ ได้แก่ นายอำเภอ และทีมงาน เจ้าคณะอำเภอ สสอ. รพช. เป็นต้น
- มีประกาศคำสั่ง วาระ นโยบาย หรือการขับเคลื่อนการรณรงค์ดเหล้าเข้าพรรضاและงานเลี้ยงปลดเหล้าเบียร์ โดยกลไกอำเภอ
- มีการบรรจุภาระดเหล้าเข้าพรรضاและงานเลี้ยงปลดเหล้าเบียร์ในแผนยุทธศาสตร์ระดับอำเภอ
- มีการรณรงค์ดเหล้าครบพรรضا งานเลี้ยงปลดเหล้าเบียร์ และการรณรงค์ลด ละ เลิก แอลกอฮอล์อย่างต่อเนื่อง



รายละเอียดกิจกรรม

- ประชุมคณะกรรมการ เพื่อเตรียมสำรวจว่ามาตรการใดบ้างที่สนับสนุนการลดละเลิกการดื่มเหล้าเบียร์ในช่วงเข้าพรรษา และยกร่างเป็นข้อเสนอเพื่อขอความร่วมมือให้กลไกอำเภอหรือ พชอ. ประกาศวาระ
- ประสานเลข พชอ. เพื่อชงเรื่องและนัดหารือกับกลไกอำเภอโดยมีนายอำเภอเป็นประธาน
- การประชุมนโยบายระดับอำเภอ
- จัดเวทีประชุมสื่อสารในชุมชน
- มีการติดตามประเมินผล
- จัดเวทีเชิดชูเกียรติ พร้อมคืนข้อมูลให้แก่กลไกเพิ่มระดับอำเภอและรับข้อเสนอเพื่อพัฒนาหรือยกร่างมาตรการชุมชน



กิจกรรมหลัก

- คณะกรรมการในระดับพื้นที่
- พระ
- กำนัน
- ผู้ใหญ่บ้าน
- เจ้าหน้าที่ รพ.สต.
- เจ้าหน้าที่ อบต.
- เจ้าหน้าที่ ตำรวจนครบาล
- แกนนำเยาวชน
- ราชบุรีชวกานทร์ หรือบุคคลที่ชวกานทร์ให้ความเคารพนับถือ

ทำงานกับใครได้บ้าง

- นายอำเภอ
- ปลัดอำเภอ
- สาธารณสุขอำเภอ (ในฐานะเลข พชอ.)



ช่วงฤดูกาลที่เหมาะสม

ก่อนและหลังเทศกาลเข้าพรรษา

เวลาเตรียมการ / เวลาจัด

ใช้เวลาประมาณ 6 – 9 เดือน



สถานที่

ระดับอำเภอ



งบประมาณที่ใช้



ชื่อกิจกรรม
ชุมชนแหล่งเรียนรู้คนสู้เหล้า

ตัวอย่างกิจกรรม

แซร์



เป้าหมายของกิจกรรม

ชุมชนแหล่งเรียนรู้คนสู้เหล้ามีคีย์ภาพ 4 ด้าน คือ ด้านการเรียนรู้ ด้านการออกแบบการเรียนรู้ ด้านวิทยากร ถ่ายทอด และด้านการบริหารจัดหาร



ตัวชี้วัด/ผลลัพธ์กิจกรรม

- บทเรียนชุมชนคนสู้เหล้า 4 ด้าน
- ได้วิทยากรกระบวนการประจำฐานเรียนรู้
- สื่อประกอบการเรียนรู้ชุมชนคนสู้เหล้า
- เกิดแหล่งเรียนรู้ชุมชนคนสู้เหล้า



รายละเอียดกิจกรรม

- การถอดบทเรียนการดำเนินงานชุมชนคนสู้เหล้าครบถ้วน 4 ด้าน
- นำความรู้ที่ถอดบทเรียนทั้ง 4 ด้าน มาออกแบบเป็นฐานการเรียนรู้ กีฬาลูกสูตรหรือกระบวนการเรียนรู้ในแต่ละฐาน
- พัฒนาวิทยากรหรือกระบวนการนำเลกเปลี่ยนเรียนรู้ประจำฐาน
- จำทำสื่ออุปกรณ์เพื่อใช้แลกเปลี่ยนเรียนรู้แต่ละฐาน
- เตรียมออกแบบจัดการชุมชนแหล่งเรียนรู้ เพื่อพร้อมรองรับการมาเรียนรู้ของชุมชนอื่นๆ
- เปิดรับชุมชนภายนอกมาเรียนรู้



กิมงานหลัก

- คณะกรรมการในระดับพื้นที่
- ประชาคมเด็กภาคและจังหวัด
- นักวิชาการภายนอก



ช่วงฤดูกาลที่เหมาะสม

ระหว่างพฤษภาคม

เวลาเตรียมการ / เวลาจัด

อย่างน้อย 1 ปี



สถานที่

ระดับหมู่บ้าน ระดับตำบล



งบประมาณที่ใช้

ทำงานกันโดยได้รับ

ชุมชนคนสู้เหล้าที่มีความพร้อมพัฒนาเป็นแหล่งเรียนรู้



บทส่งท้าย

ชุดกิจกรรมพัฒนาทีมคนสู้เหล้าเป็นเพียงเป็นตัวอย่างในการทำกิจกรรมกับผู้ดีม ทั้งนี้ก่อนการทำกิจกรรม/โครงการทุกครั้งควรตั้งเป้าหมายการเปลี่ยนแปลงที่ต้องการให้เกิดขึ้นหลังทำกิจกรรม/โครงการ และเมื่อทำกิจกรรมเสร็จ ให้นำเป้าหมายนี้เก็บผลกี่เกิดขึ้น ซึ่งจะทำให้เห็นว่าเราทำกิจกรรม/โครงการได้ตามเป้าหมายหรือไม่ ผลกี่เกิดขึ้นไม่ว่าจะเป็นหรือไม่เป็นไปตามเป้าหมาย ควรวิเคราะห์ต่อไปถึงสาเหตุปัจจัย เงื่อนไขที่ทำให้เป็นเช่นนั้น เพื่อนำไปปรับปรุงหรือยกระดับการทำงานในครั้งต่อไป

สิ่งที่สำคัญมากกว่าการตั้งเป้าหมาย การออกแบบกิจกรรม และการมุ่งมั่นต่อการดำเนินงาน คือ ทักษะคิดต่อผู้ดีมเหล้า เพราะเมื่อเกิดการตีตราหรือการตั้งข้อรังเกียจจะส่งผลต่อการเลือกปฏิบัติ การช่วยเหลือ และการดูแล ทักษะคิดของคนในชุมชนหรือสังคมมักมองว่าผู้ดีมเหล้าเป็นคนน่ารังเกียจ ก่อความวุ่นวาย เป็นคนต้าด้อย ทำให้ผู้ดีม เรู้สึกอาย รู้สึกผิด สิ่งเหล่านี้จะทำให้ผู้ดีมแยกตัวออกจากสังคม ไม่ดูแลตนเอง ใช้สารเสพติดอื่นๆ ร่วมด้วย ซึ่งจะส่งผลต่อชุมชนและสังคม

การดีมเหล้าเป็นการกระทำด้านปัจเจกแต่ส่วนหนึ่งเกิดจากโครงสร้างทางสังคมที่มีผลต่อการดีมหรือไม่ดีมเหล้า ดังนั้นคนในชุมชนจึงเป็นส่วนสำคัญต่อการลด ละ เลิกเหล้า ชุมชนคนสู้เหล้าเป็นกระบวนการ มีส่วนร่วมของคนในชุมชนเพื่อจุดประกายให้คนในชุมชนได้ช่วยเหลือดูแลผู้ดีม ชุมชนมีส่วนร่วมในการปรับสภาพ แวดล้อม และปรับพฤติกรรมผู้ดีมให้สามารถลด ละ และเลิกเหล้าได้ในที่สุด





เป้าหมายของกิจกรรม



ตัวชี้วัด/ผลลัพธ์กิจกรรม



รายละเอียดกิจกรรม



ทีมงานหลัก



ช่วงฤดูกาลที่เหมาะสม

เวลาเตรียมการ / เวลาจัด



สถานที่



งบประมาณที่ใช้

ทำงานกับใครได้บ้าง





เป้าหมายของกิจกรรม



ตัวชี้วัด/ผลลัพธ์กิจกรรม



รายละเอียดกิจกรรม



ทีมงานหลัก



ช่วงฤดูกาลที่เหมาะสม

เวลาเตรียมการ / เวลาจัด



สถานที่



งบประมาณที่ใช้

ทำงานกับใครได้บ้าง





เป้าหมายของกิจกรรม



ตัวชี้วัด/ผลลัพธ์กิจกรรม



รายละเอียดกิจกรรม



ทีมงานหลัก



ช่วงฤดูกาลที่เหมาะสม

เวลาเตรียมการ / เวลาจัด



สถานที่



งบประมาณที่ใช้

ทำงานกับใครได้บ้าง





กีวี่ย์คิดค่าว

สำนักงานเครือข่ายองค์กรดเดล้า (สคล.)
110/287-288 ซอยโพธิ์แก้ว แยก4
ถนนโพธิ์แก้ว แขวงคลองกุ่ม เขตบึงกุ่ม
กรุงเทพมหานคร 10240
โทร : 02 948 3300
แฟกซ์ : 02 948 3930
FB : เครือข่ายองค์กรดเดล้า

รายชื่อคณะกรรมการ

ปิยะพรรณ ผลิหอม
พิรัช ษรานุรักษ์
นุชนาดา นาคคำ
สุวรรณ์ชัย สวัสดิผล
ชนิตรนัน พรมไย
จุฑามาศ กิพย์คิริ

เพลินพาเด็ก
play and learn organizer



สสส.
สำนักงานกองทุนสนับสนุน
การสร้างเสริมสุขภาพ