

ชุดกิจกรรม
พัฒนาทักษะ
คนผู้สูงอายุ

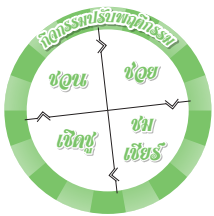


ที่มาความสำคัญของกิจกรรมคนสู้เหล้า

กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข ได้จำแนกผู้ดื่มแอลกอฮอล์ออกเป็น 3 ลักษณะ คือ ผู้ดื่มเข้าสังคม ผู้ดื่มประจำ และผู้ติดสุรา เครือข่ายองค์กรงดเหล้าจึงได้ออกแบบกลยุทธ์ในการดำเนินงานเพื่อการลด ละ และ เลิก ให้สอดคล้องกับกลุ่มเป้าหมายกล่าวคือ 1) การปรับสภาพแวดล้อมเพื่อลดการเข้าถึงแอลกอฮอล์ 2) ปรับพฤติกรรมและค่านิยมในการดื่ม เพื่อให้เกิดการดำเนินงานอย่างต่อเนื่อง 3) การขับเคลื่อนนโยบายและการแสวงหาเครือข่าย

3 ประสานการทำงานเรื่องเหล้า

จากการดำเนินงานที่ผ่านมาของเครือข่ายองค์กรงดเหล้า ได้ดำเนินงานโดยการรณรงค์สร้างการรับรู้ต่อสังคม ผลักดันเชิงนโยบายต่างๆ ที่เกี่ยวข้อง ต่อมาได้รณรงค์เรื่องการปรับค่านิยมและพฤติกรรมของผู้ดื่มเพื่อป้องกันนักดื่มหน้าใหม่ จึงได้ออกแบบกิจกรรมต่างๆ ที่เกี่ยวข้องการกับการดำเนินงานเพื่อเป็นแนวทางการทำงานของชุมชนใน 3 แนวทาง คือ



1) การปรับพฤติกรรม เป็นกระบวนการชวนผู้ดื่มให้ลดความถี่ในการดื่ม ชวนให้หยุด ชวนให้เลิก มีการชม เชียร์ ช่วยด้วยวิธีต่างๆ เพื่อให้ลด ละ เลิกการดื่ม และเมื่อเลิกได้สำเร็จมีกระบวนการเชิดชูผู้ที่เลิกดื่มเหล้าได้



2) การปรับสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการลด ละ เลิกของผู้ดื่ม เป็นกลยุทธ์เพื่อให้ลดหรือจำกัดการซื้อและการดื่มของผู้ดื่ม เช่น การสร้างพื้นที่ปลอดแอลกอฮอล์ การมีมาตรการของชุมชนโดยการมีส่วนร่วมของชุมชน (งานบุญปลอดเหล้า) การจัดทำข้อตกลงกับร้านค้าชุมชนให้ปฏิบัติตามกฎหมาย การไม่ขายแอลกอฮอล์ให้กับเด็ก

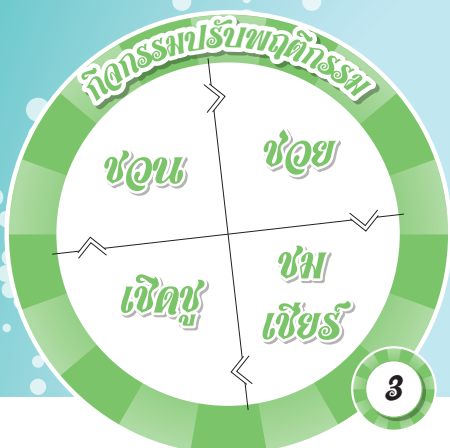


3) การขับเคลื่อนนโยบายและการแสวงหาเครือข่าย (ชง เชื่อม แชร์) เป็นการทำงานเพื่อเชื่อมประสาน ชงข้อมูลการดำเนินงานด้านการปรับพฤติกรรมและค่านิยมการดื่มของคนในชุมชนร่วมทั้งการปรับสภาพแวดล้อมในชุมชนให้กับหน่วยงานที่เกี่ยวข้องในระดับตำบล อำเภอ จังหวัด เพื่อให้เกิดการขับเคลื่อนในเชิงนโยบายทั้งในระดับพื้นที่ ระดับอำเภอ หรือระดับจังหวัด รวมถึงการแบ่งปันประสบการณ์ เพื่อการสร้างเครือข่ายคนสู้เหล้าในพื้นที่อื่นๆ ที่มีความสนใจพัฒนาให้เกิดชุมชนคนสู้เหล้าให้มากขึ้น

เริ่มง่าย-เริ่มเร็ว-เริ่มเลย

เอกสารชุดนี้ได้รวบรวมรูปแบบของกิจกรรมที่หลากหลายเพื่อเป็นแนวทางให้กับชุมชนที่สนใจที่จะเริ่มดำเนินงาน ชุมชนคนสู้เหล้าจากหลายพื้นที่ เพื่อเป็นแนวทางให้กับชุมชนที่สนใจจะดำเนินงานชุมชนคนสู้เหล้าได้เลือกทำกิจกรรมที่สอดคล้องกับความต้องการของชุมชนหรือคนที่สนใจ ซึ่งมีทั้งกิจกรรมง่ายไม่ซับซ้อนเห็นความสำเร็จของกิจกรรมได้ไม่ยากเกินไป และกิจกรรมที่ทำทนายสำหรับทีมงานชุมชนคนสู้เหล้า

ชุดกิจกรรมพัฒนาทักษะคนดูเฝ้า



ชวน

1. ต้นไม้ น้ำ ต้นไม้ ควัน และการสำรวจข้อมูลคนดื่ม
2. เวทีปัญหาถนนบวขใจงดเหล้าเข้าพรรษา
3. ตั้งสัจปัญหาถนนเล็กเหล้า/เหล้าขวดสุดท้าย
4. ปัญหาถนนงดเหล้าเข้าพรรษาต่อสิ่งศักดิ์สิทธิ์ประจำชุมชน
5. อาสาสมัครเครือข่ายงดเหล้า (อ.สคส.) เดลิเวอรี่ขวงงดเหล้า
6. คำว่าแก้วคว่ำขวด บวขใจงดเหล้าเข้าพรรษา

ช่วย

1. น้ำดื่มสมุนไพรช่วยเลิกเหล้า
2. สร้างสุขลดทุกข์กับคนเลิกเหล้า

ชม/เชียร์

1. เวทีติดตามเสริมพลังชวนเพื่อเลิกเหล้า
2. การ์ดบอกรัก ลูกชวนพ่อแม่เลิกเหล้า
3. ส่งเสริมสัมมาชีพช่วยเพื่อนเลิกเหล้า
4. รถปั่นสุข ชวนเพื่อน เลิกเหล้า สู้ภัยโควิด
5. ร้อยดวงใจ คนหัวใจหิน
6. โฆษกสีขาว ชวน ช่วย เชียร์คนงดเหล้า
7. ออมสินคุณธรรม งดเหล้าออมสิน
8. ส่งเสริมสัมมาชีพคนหัวใจเพชร
10. นักสืบน้อย ตีฆ้อง ร้องป่าวไม่ขายเหล้าในวันพระ
11. เปลี่ยนเงินค่าเหล้า เป็นเงินออม
12. ปั่นลั่นทุ่งเสริมพลังใจคนงดเหล้าเข้าพรรษา

เชิดชู

1. ฉลองชัยคนหัวใจหิน



ชง

1. ประชาคมมาตรการงานศพ งานบุญปลอดภัย
2. MOU ร้านค้าไม่ขายเหล้า (ร้านค้าคุณธรรมรับผิดชอบสังคม)
3. ประชาคมงานบุญประเพณีปลอดภัย
4. แผนคัดกรอง บำบัด รักษา ผู้ติดสุราในชุมชน
5. แผนปฏิบัติการกองทุนหลักประกันสุขภาพท้องถิ่นหรือพื้นที่



เชื่อม

1. นโยบายอำเภองดเหล้าเข้าพรรษา และงานเลี้ยงปลอดภัยเบียร์

แชร์

1. ชุมชนแหล่งเรียนรู้คนสู้เหล้า



กิจกรรมปรับพฤติกรรม

การปรับพฤติกรรมของผู้ดื่มเป็นหัวใจสำคัญในการทำงานเรื่องเหล้า หากสามารถเปลี่ยนทัศนคติ และพฤติกรรมของผู้ดื่มได้จะนำไปสู่การเลิกเหล้าอย่างถาวร การทำกิจกรรมจึงมุ่งที่กระบวนการชวนผู้ดื่มให้ลดความถี่ในการดื่ม ชวนให้หยุด ชวนให้เลิก มีการชม เชียร์ ช่วยด้วยวิธีต่างๆ เพื่อให้ลด ละ เลิกการดื่ม และเมื่อเลิกได้สำเร็จมีกระบวนการเชิดชูผู้ที่เลิกดื่มเหล้าได้





กิจกรรมปรับพฤติกรรม “ชวน”

กิจกรรม “ชวน” คือกิจกรรมที่เน้นให้คนในชุมชนมีส่วนร่วมในการลดพฤติกรรมการดื่มเหล้าหรือชวนมาร่วมกิจกรรมทางเลือกอื่นๆ ที่ปลอดภัยและช่วยเสริมสร้างสุขภาพให้เกิดความคุ้นเคยในชีวิตประจำวันในชีวิตประจำวัน

รายชื่อตัวอย่าง

กิจกรรมปรับพฤติกรรม “ชวน”

“เวทีกฎหมายคนบวชใจงดเหล้าเข้าพรรษา”

“คว่ำแก้วคว่ำขวด บวชใจงดเหล้าเข้าพรรษา”

“ต้นไม้น้ำต้นไม้อ้วนและการสำรวจข้อมูลคนดื่ม”





เป้าหมายของกิจกรรม

เป้าหมายของกิจกรรมนี้คือการทำฐานข้อมูลเพื่อใช้วางแผนในการทำงานและทำความเข้าใจกลุ่มผู้ดื่มที่เป็นกลุ่มเป้าหมาย โดยการเก็บรวบรวมข้อมูล คัดกรอง คนผู้ดื่ม และออกแบบกิจกรรมการช่วยเหลือ ให้สอดคล้องกับกลุ่มเป้าหมายในแต่ละกลุ่ม ที่ผ่านมา หลายพื้นที่ที่มีการคัดกรอง กลุ่มผู้ดื่ม โดยแบ่งออกเป็น 3 กลุ่ม คือ ดื่มเข้าสังคม ดื่มประจำ และกลุ่มผู้ติดสุรา ซึ่งกิจกรรมช่วยเหลือ ที่จะทำงานกับกลุ่มต่างๆ อาจมีทั้งคล้ายและแตกต่างกันออกไป



ตัวชี้วัด/ผลลัพธ์กิจกรรม

ฐานข้อมูลคนดื่มที่สามารถนำไปใช้ออกแบบการทำงาน ลด ละ เลิก เครื่องดื่มแอลกอฮอล์ได้



รายละเอียดกิจกรรม

1. ประชุมเตรียมความพร้อมทีมงานเพื่อทำความเข้าใจการใช้ต้นไม้ น้ำ ต้นไม้ ควัน เก็บข้อมูล และฝึกใช้เครื่องมือในการเก็บข้อมูล
2. วาดรูปต้นไม้ใส่กระดาษฟลิปชาร์ต วาดใหญ่เต็มแผ่นกระดาษ และแบ่งต้นไม้ออกเป็น 3 ระดับ ระดับโคนต้น ลำต้น และใบ
3. เก็บข้อมูลผู้ดื่มในชุมชน ซึ่งอาจใช้วิธีการเปิดเป็นเวทีระดมความเห็นหรือใช้การเดินทางสำรวจข้อมูล รายครัวเรือน
4. นำข้อมูลมาวิเคราะห์จัดกลุ่มผู้ดื่ม ตามลักษณะการดื่ม โดยแบ่งเป็น 3 ระดับ
5. ออกแบบกิจกรรม ช่วยเหลือ ให้สอดคล้องกับกลุ่มเป้าหมายแต่ละกลุ่ม



ทีมงานหลัก

1. ผู้ใหญ่บ้าน / ผู้ช่วยผู้ใหญ่บ้าน
2. อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน (อสม.)
3. แกนนำคนหัวใจเพชร
4. แกนนำเด็กและเยาวชน
5. อาสาสมัครในชุมชน
6. เจ้าหน้าที่จาก รพ.สต.

ทำงานกับใครได้บ้าง

ทีมเก็บข้อมูลจะแบ่งเป็น ประมาณ 3 คน และช่วยกันรับผิดชอบการเก็บข้อมูล อาจจะแยกเป็นหมู่บ้าน หรือคุ้มบ้านและกลุ่มนี้ จะทำงานกับผู้นำชุมชน / กลุ่มผู้ดื่มสุราและครอบครัว / ทำงานประสานข้อมูลกับ รพ.สต.



ช่วงเวลาที่เหมาะสม

ช่วงเดือนพฤษภาคม - มิถุนายน

เวลาเตรียมการ / เวลาจัด

ใช้เวลาเก็บข้อมูล 1-2 สัปดาห์ต่อชุมชน



สถานที่

พื้นที่ชุมชนเป้าหมาย



งบประมาณที่ใช้

1,000 บาท / หมู่บ้าน



เป้าหมายของกิจกรรม

เพื่อให้ผู้ดื่มใช้วาระเข้าพรรษาเป็นจุดเริ่มต้นของการ ลด ละ เลิก และให้ผู้ที่เข้าร่วมโครงการ ได้มีสิ่งยึดเหนี่ยว และความตั้งใจ ในการที่จะเลิกเหล้าให้ได้ตลอดช่วงเข้าพรรษา 3 เดือน โดยใช้การปฏิญาณตน เป็นเครื่องมือ

ตัวชี้วัด/ผลลัพธ์กิจกรรม

ผู้ที่ร่วมปฏิญาณตนงดเหล้าเข้าพรรษา มีจิตใจที่เข้มแข็งและสามารถงดเหล้าได้ ตลอด 3 เดือน

รายละเอียดกิจกรรม

ที่ผ่านมามากการปฏิญาณตนงดเหล้าเข้าพรรษา มีการทำในลักษณะที่เป็นการจัดกิจกรรมร่วมกันในระดับหมู่บ้าน และบางพื้นที่อาจใช้วิธีการเดินเข้าหากลุ่มนักดื่มถึงบ้าน ดังนี้

- 1.การจัดกิจกรรมร่วมระดับหมู่บ้าน ส่วนใหญ่จัดที่วัด ในช่วงของวันเข้าพรรษา โดยให้ผู้เข้าร่วมปฏิญาณตน ตั้งสัตย์ปฏิญาณตนต่อหน้าพระ และร่วมลงนามในสมุดปฏิญาณตน
- 2.ในกรณีที่เดินเข้าหากลุ่มนักดื่มถึงที่บ้าน แกนนำชุมชน จะใช้สมุดลงนามปฏิญาณตน หรือแบบสมัครใจปฏิญาณตน งดเหล้าเข้าพรรษา ไปเชิญชวนให้ผู้ดื่มร่วมลงนามปฏิญาณตน



ทีมงานหลัก

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

ทำงานกับใครได้บ้าง

- 1.กลุ่มนักดื่มในชุมชน
- 2.หน่วยงานราชการ
- 3.องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น



ช่วงฤดูกาลที่เหมาะสม

วันเข้าพรรษา

เวลาเตรียมการ / เวลาจัด

ใช้เวลาเตรียมการจัดงานประมาณ 1 สัปดาห์



สถานที่

วัด



งบประมาณที่ใช้

3,000 - 5,000 บาท





เป้าหมายของกิจกรรม

เพื่อให้ผู้ที่ปัญญาตนจะจดเหล่า ได้ตั้งเป้าหมาย และมีพลังใจที่เข้มแข็งในการที่จะเอาชนะใจตนเอง โดยการตั้งสติปัญญาตนต่อหน้าสิ่งศักดิ์สิทธิ์ ที่เคารพนับถือ เช่น พระพุทธรูป ศาลปู่ตา หรือตั้งสติปัญญาตนต่อหน้าพระบรมฉายาลักษณ์ ฯลฯ



ตัวชี้วัด/ผลลัพธ์กิจกรรม

ผู้ตั้งใจเล็กเหล่ามีกำลังใจที่เข้มแข็งและเล็กเหล่าได้ตามเป้าหมายหรือเจตนาที่ตัวเองตั้งใจไว้



รายละเอียดกิจกรรม

- 1.เตรียมอุปกรณ์หรือสิ่งที่ต้องใช้ในการประกอบพิธี เช่น พระพุทธรูป พานดอกไม้ธูปเทียน
- 2.ผู้นำพิธีบางท่าน อาจให้ผู้ปัญญาตน นำเหล่าขวดสุดท้ายที่จะดื่ม มาปัญญาตนว่า เหล้าควรที่จะเป็นขวดสุดท้าย แม้จะเล็กเหล่า ตลอดชีวิต หรือตามความตั้งใจของผู้ปัญญาตน
- 3.ผู้นำพิธี พาทำพิธีและตั้งสติปัญญาตน



ทีมงานหลัก

- 1.พระ หรือผู้อาวุโสในชุมชนที่คนเคารพนับถือ
- 2.แกนนำชุมชนที่สามารถ เป็นผู้นำกิจกรรมตั้งสติปัญญาตน
- 3.คนต้นแบบที่เล็กเหล่า (คนหัวใจเพชร)

ทำงานกับใครได้บ้าง

กิจกรรมนี้ เหมาะสำหรับผู้ที่ดื่มหนัก หรือผู้ที่ติดสุรา ที่ต้องการสิ่งยึดเหนี่ยว และกำลังใจ ในการเลิกเหล้าอย่างจริงจัง แต่ไม่เหมาะสำหรับผู้ที่ติดสุราเรื้อรัง เพราะการหักดิบ อาจจะทำให้เกิดผลกระทบ และถึงแก่ชีวิตได้



ช่วงเวลาที่เหมาะสม

สามารถทำได้ตลอดทั้งปี

เวลาเตรียมการ / เวลาจัด

1 วัน



สถานที่

อาจทำที่บ้านโดยใช้พระพุทธรูปในบ้านหรือทำพิธีกรรมที่วัดหรือสถานที่ศักดิ์สิทธิ์ในหมู่บ้านที่คนเคารพนับถือ



งบประมาณที่ใช้

300 บาท





เป้าหมายของกิจกรรม

เพื่อให้ผู้ที่ปฏิญาณตนจะงดเหล้า โดยการตั้งสัตย์ปฏิญาณตนต่อหน้าสิ่งศักดิ์สิทธิ์ที่เคารพนับถือของคนทั้งชุมชน



ตัวชี้วัด/ผลลัพธ์กิจกรรม

คนร่วมโครงการสามารถลด ละ เลิกเหล้าได้



รายละเอียดกิจกรรม

1. จัดสถานที่เตรียมงานโดยสอดคล้องกับการทำพิธีกรรมของท้องถิ่น
2. ลงชื่อผู้ร่วมงานและนั่งตามที่ได้จัดให้
3. ผู้นำพิธีพาดน้ำกล่าวปฏิญาณตนต่อสถานที่ศักดิ์สิทธิ์ที่คนในชุมชนเคารพนับถือ



ทีมงานหลัก

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

ทำงานกับใครได้บ้าง

นักดื่มในชุมชน



ช่วงฤดูกาลที่เหมาะสม

ช่วงเข้าพรรษา

เวลาเตรียมการ / เวลาจัด

1 สัปดาห์



สถานที่

สถานที่ศักดิ์สิทธิ์



งบประมาณที่ใช้

ไม่แน่นอนขึ้นอยู่กับจำนวนของกลุ่มเป้าหมาย





เป้าหมายของกิจกรรม

เพื่อชวนคนดื่มร่วมปัญหาตนจะงดเหล้าเข้าพรรษา ด้วยสถานการณ์โควิด -19 ไม่สามารถรวมตัวกันได้ จึงให้ อ.สคล.ในชุมชน เดินทางไปชวนคนดื่มในแต่ละครัวเรือนให้บวชใจงดเหล้า



ตัวชี้วัด/ผลลัพธ์กิจกรรม

คนร่วมโครงการ สามารถลด ละ เลิกเหล้าได้



รายละเอียดกิจกรรม

1. ประชุมเตรียมงานทำความเข้าใจและฝึกการชวนคนร่วมโครงการ
2. จัดทำแพ็คเกจชวนงดเหล้า 4 แพ็คเกจ
 - (1) ปฏิญาณตนต่อสิ่งศักดิ์สิทธิ์ เช่น พระพุทธรูป พระฉายาลักษณ์
 - (2) ปฏิญาณตนต่อหน้าพ่อหรือแม่
 - (3) ปฏิญาณตนต่อหน้าสามีหรือภรรยา
 - (4) ปฏิญาณตนต่อหน้าลูก
3. วางแผนว่าจะชวนใครเข้าร่วมโครงการบ้างและจัดทีมลงชวนรายครัวเรือน
4. สรุปลงคนเข้างดเหล้าเข้าพรรษาของชุมชน



ทีมงานหลัก

1. ประชาคมจังหวัด
2. แกนนำชุมชน
3. อาสาสมัครเครือข่ายงดเหล้า

ทำงานกับใครได้บ้าง

นักดื่มในชุมชน ชวนให้เกิดการลด ละ เลิกได้



ช่วงฤดูกาลที่เหมาะสม

ช่วงเข้าพรรษา

เวลาเตรียมการ / เวลาจัด

1 สัปดาห์



สถานที่

บ้านผู้ดื่ม



งบประมาณที่ใช้

20,000 - 30,000 บาท





เป้าหมายของกิจกรรม

กิจกรรมเชิญชวนนักดื่มในชุมชนที่สนใจเข้าร่วมกิจกรรม โดยมีการติดตาม ลงเยี่ยม จนครบพรรษา 3 เดือน



ตัวชี้วัด/ผลลัพธ์กิจกรรม

นักดื่มในชุมชนสามารถงดเหล้าได้ครบพรรษา 3 เดือน ครอบครัวเกิดความเปลี่ยนแปลง ชุมชนได้ช่วยเหลือกันผ่านกิจกรรม



รายละเอียดกิจกรรม

1. ก่อนพรรษา มีการออกสำรวจนักดื่ม และเชิญชวนเข้าร่วมกิจกรรมตามบ้านโดยอสม. ลงพื้นที่ และเปิดรับสมัครที่วัด สถานีนอมาลัย และผ่านตัวแทนคนหัวใจเพชรในชุมชน กรอกใบสมัครพร้อมพุดคุยรายละเอียดกิจกรรมที่ทำร่วมกัน
2. จัดพิธีปฐกฐินตบแต่งเหล้าเข้าพรรษาที่วัด โดยมีพระ นายอำเภอ ผู้นำชุมชน และคนในครอบครัว มาร่วมแสดง ความยินดี ตื่นน้ำมนต์แทนคำสัญญา คว้าขวดคว้าแก้วให้ได้ครบพรรษา
3. กิจกรรมลงเยี่ยมผู้ปฐกฐินตบแต่งระหว่างพรรษา
4. กิจกรรมเชิดชูเกียรติหลังออกพรรษาและชวนงดต่อ



ทีมงานหลัก

1. ผู้นำชุมชน
2. พระ
3. เจ้าหน้าที่ รพ.สต.
4. อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน (อสม.)
5. ชมรมคนหัวใจเพชร
6. คณะกรรมการพัฒนาคุณภาพชีวิตระดับอำเภอ (พชอ.)

ทำงานกับใครได้บ้าง

กลุ่มนักดื่มในชุมชน



ช่วงฤดูกาลที่เหมาะสม

ช่วงเข้าพรรษา

เวลาเตรียมการ / เวลาจัด

1 เดือนก่อนเข้าพรรษา



สถานที่

วัด



งบประมาณที่ใช้

5,000 - 10,000 บาท





กิจกรรมปรับพฤติกรรม “ช่วย”

กิจกรรม “ช่วย” คือกิจกรรมที่เน้นช่วยเหลือรายบุคคลสำหรับผู้ที่มีอุปสรรคในการปรับพฤติกรรม เป็นการช่วยเหลือทั้งทางด้านจิตใจ และทางด้านร่างกาย เพื่อให้ผู้ดื่มผ่านช่วงเวลาที่ยากลำบากในการลด ละ เลิกเหล้า

รายชื่อตัวอย่าง
กิจกรรมปรับพฤติกรรม “ช่วย”
“น้ำดื่มสมุนไพรช่วยเลิกเหล้า”
“สร้างสุขลคทุกซ์กับคนเลิกเหล้า”





เป้าหมายของกิจกรรม

เพื่อสร้างเครื่องดื่มที่จะนำมาใช้ทดแทนในกรณีของคนที่มีคริใจลดละเลิกและต้องการสิ่งที่จะมาทดแทนเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ เช่น การใช้รางจืด ชาดอกดาวเรือง ชาใบหม่อน หล้าดอกขาวแทนการดื่มสุรา เป็นต้น



ตัวชี้วัด/ผลลัพธ์กิจกรรม

มีเครื่องดื่มสมุนไพร ซึ่งเป็นน้ำดื่มทางเลือก ไว้สำหรับผู้ที่ต้องการทดแทนการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ในขณะลด ละ เลิก



รายละเอียดกิจกรรม

1. คณะทำงานจะสำรวจความต้องการของนักดื่มที่เข้าร่วมโครงการว่ามีความประสงค์ใช้เครื่องดื่มสมุนไพรมาทดแทนการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์จำนวนกี่คน
2. คณะทำงานจะจัดหาเครื่องดื่มสมุนไพรที่ช่วยในการ ลด ละ เลิก
3. ส่งมอบเครื่องดื่มสมุนไพรให้กับนักดื่มที่เข้าร่วมโครงการหรือมอบให้กับคนครอบครัวที่ช่วยดูแลผู้เข้าร่วมโครงการ
4. คณะทำงานหรือแกนนำในพื้นที่ติดตามและให้กำลังใจ



ทีมงานหลัก

1. คณะทำงาน
2. แกนนำ



ช่วงฤดูกาลที่เหมาะสม

ไม่จำกัดระยะเวลา

เวลาเตรียมการ / เวลาจัด

ไม่จำกัดระยะเวลา



สถานที่

ศาลาประชาคม/วัด/บ้านแกนนำ



งบประมาณที่ใช้

2,000 บาท / ชุมชน

ทำงานกับใครได้บ้าง

1. กลุ่มผู้ดื่ม ที่มีความประสงค์จะใช้เครื่องดื่มทดแทนการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์
2. แม่บ้านหรือสมาชิกในครอบครัวที่ดูแล ผู้ดื่มที่กำลังตั้งใจลด ละ เลิก



เป้าหมายของกิจกรรม

1. เพื่อให้สามารถวิเคราะห์ตนเองถึงจุดเด่น จุดด้อย เจือปนไขปัจจัยแวดล้อมที่สำคัญและส่งผลถึงความสุข ความทุกข์ของตนเอง
2. เพื่อประเมินและออกแบบวางแผนการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของตนเอง เพื่อให้เกิดความสุขลดความทุกข์ที่จะส่งผลกระทบต่อครอบครัวและบุคคลรอบข้าง

ตัวชี้วัด/ผลลัพธ์กิจกรรม

1. คนเดิมสามารถวิเคราะห์ตนเองถึงปัจจัยที่ส่งผลต่อความสุขและความทุกข์ของตนเองได้
2. ประเมินและทำแผนที่ชีวิตที่ทำให้เกิดความสุขต่อตนเองและครอบครัว

รายละเอียดกิจกรรม

1. เตรียมความพร้อมก่อนเริ่มกิจกรรม ได้แก่ การประเมินความเครียด กิจกรรมสร้างการเคลื่อนไหวทางร่างกาย การทำความรู้จักและความคาดหวัง
2. การทำความเข้าใจสาระสำคัญของโครงการ ว่าทำไมต้องมีโครงการนี้ ทำไปเพื่ออะไร ทำกับใครและใครเป็นคนทำ
3. กิจกรรมการเรียนรู้และเข้าใจตนเอง ได้แก่ เส้นทางชีวิต ความประทับใจในแต่ละช่วงชีวิต สิ่งที่ไม่ประทับใจ เข้าไปเกี่ยวข้องกับเหล่า บุหรี่ สิ่งเสพติด เพราะอะไร และบทบาทสถานะทางสังคมที่ได้รับ
4. การจัดการความเครียด การค้นหาข้อมูล ค้นหาและวิเคราะห์สาเหตุความเครียด
5. การทำแผนชีวิตเพื่อแก้ไขปัญหาที่ต้นเหตุ



ทีมงานหลัก

1. คนหัวใจเพชร
2. ประชาคมจังหวัด
3. แกนนำ Health Promoter

ทำงานกับใครได้บ้าง

นักดื่มในชุมชนเข้าร่วมกิจกรรมและพร้อมที่จะสร้างพื้นที่ปลอดภัยซึ่งกันและกัน



ช่วงฤดูกาลที่เหมาะสม

ไม่จำกัดระยะเวลา

เวลาเตรียมการ / เวลาจัด

ไม่จำกัดระยะเวลา / 3 - 9 เดือน



สถานที่

-



งบประมาณที่ใช้

60,000 - 70,000 บาท





กิจกรรมปรับพฤติกรรม “ชมเขียร์”

กิจกรรม “ชม เขียร์” คือกิจกรรมที่เน้นสนับสนุนพฤติกรรมของคนใกล้ตัวช่วยให้กำลังใจต่อผู้พยายามลดพฤติกรรม
การดื่มเหล้าและสร้างบรรยากาศในการเลิกเหล้าเพราะกำลังใจจากคนใกล้ตัวเป็นสิ่งที่สำคัญ

รายชื่อตัวอย่าง

กิจกรรมปรับพฤติกรรม “ชมเขียร์”

“เวทิตัดตามเสริมพลังชวนเพื่อนเลิกเหล้า”

“การ์ดบอกรัก ลูกชวนพ่อแม่เลิกเหล้า”

“ส่งเสริมสัมมาชีพช่วยเพื่อนเลิกเหล้า”





เป้าหมายของกิจกรรม

เพื่อให้กำลังใจผู้ที่ตั้งใจงดเหล้าให้สามารถต่อเนื่องได้ ตามที่ตั้งเป้าหมายไว้หรือสามารถงดต่อเนื่องได้ตลอดชีวิต โดยกระบวนการนี้ ยังสามารถสร้างแรงจูงใจให้กับคนที่ยังดื่มอยู่ เกิดแรงบันดาลใจหรือความตั้งใจที่จะลด ละ เลิก การบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ได้



ตัวชี้วัด/ผลลัพธ์กิจกรรม

ผู้ที่ตั้งใจงดเหล้าสามารถลดได้ต่อเนื่อง ตามเป้าหมายที่ตั้งไว้หรืออาจตั้งใจงดตลอดชีวิต โดยการให้กำลังใจ จากคนใกล้ตัวและคนในชุมชน



รายละเอียดกิจกรรม

1. คณะกรรมการประชุมเพื่อซักซ้อมประเด็น และแบ่งบทบาทหน้าที่ ในเวที
2. ผู้นำวงประชุมเล่าถึงความสำคัญการจัดกิจกรรมซึ่งเน้นไปที่การมาร่วมกันแชร์ประสบการณ์และเรื่องราวดี ๆ ที่เกิดขึ้นหลังจากที่ลด ละ เลิกเครื่องดื่มแอลกอฮอล์
3. ผู้นำประชุมอาจเป็นผู้เปิดวงคุยโดยการเล่าถึงความประทับใจที่เกิดขึ้นจากการทำงาน
4. เชิญชวนให้ผู้ที่ลด ละ เลิกเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ได้เล่าถึงความเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น ต่อตนเองและครอบครัว ในประเด็นที่เป็นด้านดี
5. ฟังเรื่องราวความประทับใจที่เกิดขึ้นจากคนในครอบครัวของผู้เข้าร่วมโครงการ
6. ให้ผู้เข้าร่วมโครงการ ไม่แชร์เทคนิคที่แต่ละคนใช้เพื่อให้สามารถ ลด ละ เลิกได้
7. รับฟังข้อกังวลใจ และหาทางในการคลี่คลาย ข้อกังวลใจร่วมกัน
8. ให้แต่ละคนให้กำลังใจ เพื่อนร่วมวง ตั้งเป้าหมายร่วมกันในการที่จะลด ละ เลิก อย่างต่อเนื่อง



ทีมงานหลัก

1. ผู้นำชุมชน
2. พระ
3. เจ้าหน้าที่ รพ.สต.
4. บุคคลที่คนในชุมชนให้ความเคารพนับถือ
5. คนต้นแบบที่เลิกเหล้า (คนหัวใจเพชร)

ทำงานกับใครได้บ้าง

1. คนที่ตั้งใจ งดเหล้าซึ่งอยู่ระหว่างการลด ละ เลิก
2. ครอบครัวหรือคนใกล้ตัว ผู้ที่ลด ละ เลิก เครื่องดื่มแอลกอฮอล์
3. นักดื่มในชุมชนที่มีแนวโน้มว่าจะสามารถชวน ให้เกิดการลดละเลิกได้



ช่วงเวลาที่เหมาะสม

ไม่จำกัด ช่วงเวลา

เวลาเตรียมการ / เวลาจัด

ควรดำเนินการหลังจากที่กระบวนการ ชวนคนเลิกเหล้าดำเนินการผ่านมาได้ ไม่น้อยกว่า 1 เดือน หรือทำได้ตลอดทั้งปี



สถานที่

ศาลากลางหมู่บ้าน หรือจุดที่สามารถนั่งพูดคุย กันได้ ในบรรยากาศสบายๆ



งบประมาณที่ใช้

ไม่แน่นอน ขึ้นอยู่ตามจำนวนของกลุ่มเป้าหมาย ที่จัดในแต่ละครั้ง





เป้าหมายของกิจกรรม

เพื่อเชิญชวนนักดื่มในชุมชน ลด ละ เลิกการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ โดยใช้ความรักจากบุตรหลานในครอบครัวเป็นสื่อกลางบอกถึงความห่วงใยผ่านกิจกรรมการ์ดบอกรักลูกชวนพ่อแม่เลิกเหล้า



ตัวชี้วัด/ผลลัพธ์กิจกรรม

ผู้ดื่มที่อยู่ในชุมชนร่วมลงนาม ในการปฏิญาณตนลด ละ เลิกเครื่องดื่มแอลกอฮอล์



รายละเอียดกิจกรรม

1. ครูพี่เลี้ยงหรือครูประจำชั้นจะจัดเตรียมการ์ด เพื่อให้เด็กได้ระบายสี และเขียนคำเชิญชวน พร้อมมีช่องให้ผู้ปกครองได้ลงนาม เข้าร่วมหรือ ลด ละ เลิก เป็นต้น
2. เด็กนักเรียนจะระบายสีและนำการ์ดบอกรัก ไปให้ผู้ปกครอง
3. เมื่อผู้ปกครองได้รับการ์ดแล้ว จะต้องลงนามหรือระบุความประสงค์ว่าสามารถเข้าร่วมได้หรือไม่
4. เด็กจะนำการ์ดกลับมาส่งครูหรือฝึกเฉพาะที่เป็นส่วนแจ้งความประสงค์ว่าเข้าร่วมได้หรือไม่ และนำกลับมาส่งครู
5. หากพื้นที่ไหนที่มีการทำงานร่วมกันระหว่างโรงเรียนหรือศูนย์พัฒนาเด็กเล็กกับแกนนำชุมชน ก็จะสามารถใช้ข้อมูลนี้ในการลงติดตามให้กำลังใจกลุ่มคนที่ประสงค์ ลด ละ เลิกต่อได้



ทีมงานหลัก

ครูในโรงเรียนหรือครูพี่เลี้ยงในศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก



ช่วงฤดูกาลที่เหมาะสม

ส่วนใหญ่ มักทำในช่วงก่อนเทศกาลสำคัญ เช่น ช่วงเข้าพรรษา หรือเทศกาลปีใหม่
เวลาเตรียมการ / เวลาจัด
ใช้เวลา 2 สัปดาห์



สถานที่

โรงเรียนหรือศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก ที่เป็นพื้นที่เป้าหมาย



งบประมาณที่ใช้

2,000 บาท

ทำงานกับใครได้บ้าง

1. เด็กนักเรียนหรือเด็กในศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก
2. ผู้ปกครองหรือคนในครอบครัวที่มีพฤติกรรมดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์
3. ญาติหรือคนใกล้ตัวที่เด็กอยากเชิญชวนให้ลด ละ เลิก



เป้าหมายของกิจกรรม

เพื่อสร้างอาชีพและรายได้เสริมให้กับกลุ่มเป้าหมายที่ตั้งใจลด ละ เลิก ให้สามารถพึ่งพาตนเองได้และมีกิจกรรมทำต่อเนื่อง ลดเวลาว่างเพื่อลดการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในบางพื้นที่ อาจใช้กิจกรรมส่งเสริมอาชีพเพื่อดึงกลุ่มนักดื่มให้เข้ามารวมกลุ่ม แล้วจึงค่อยโน้มน้าวหรือเชิญชวนให้ลด ละ เลิก

ตัวชี้วัด/ผลลัพธ์กิจกรรม

สมาชิกที่เข้าร่วมโครงการมีอาชีพและรายได้เสริมสามารถที่จะพึ่งตนเองและลด ละ เลิกเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ได้

รายละเอียดกิจกรรม

- 1.สำรวจข้อมูลความรู้ของชุมชน มีการประกอบอาชีพ เช่น การทำเกษตร การแปรรูปอาหาร ฯลฯ
- 2.คณะทำงานในระดับตำบล สำรวจความต้องการของสมาชิกที่เข้าโครงการ และมีความต้องการขอรับการสนับสนุนเรื่องการส่งเสริมอาชีพ
- 3.ประสานกองทุนในระดับตำบลและนอกพื้นที่ เพื่อสนับสนุนงบประมาณและทรัพยากรในการส่งเสริมอาชีพ
- 4.จัดกิจกรรมส่งเสริมอาชีพให้กับสมาชิกที่เข้าร่วมโครงการ
- 5.ติดตามให้คำปรึกษาหรืออาจหาช่องทางการตลาด เพื่อช่วยเสริมให้กับสมาชิก



ทีมงานหลัก

- 1.กลุ่มแกนนำชุมชน
- 2.กลุ่มอาชีพในชุมชนหรือปราชญ์ชาวบ้านที่เป็นตัวอย่างในการสร้างอาชีพ
- 3.อบต.หรือหน่วยงานที่สนับสนุนงบประมาณในพื้นที่
- 4.กลุ่มร้านค้าในชุมชน
- 5.คนต้นแบบที่เลิกเหล้า (คนหัวใจเพชร)

ทำงานกับใครได้บ้าง

เน้นไปที่กลุ่มนักดื่มที่ต้องการมีอาชีพหรือรายได้เสริมในช่วงที่ตั้งใจลดละเลิก



ช่วงฤดูกาลที่เหมาะสม

ทำได้ตลอดทั้งปี

เวลาเตรียมการ / เวลาจัด

ไม่จำกัดเวลาดูตามความเหมาะสมของแต่ละพื้นที่



สถานที่

พื้นที่ชุมชนเป้าหมาย



งบประมาณที่ใช้

30,000 บาท



ชื่อกิจกรรม
รถปันสุข ชวนเพื่อน เลิกเหล้า สู้อยู่โควิด

ตัวอย่างกิจกรรม

ชมเชียร์

เป้าหมายของกิจกรรม

กิจกรรมนี้นำเอาแนวคิดผู้ปันสุขที่มีการระดมสิ่งของความช่วยเหลือเพื่อส่งตรงไปสู่คนที่ยากลำบากในสังคม ในขณะที่รถปันสุขมีการระดมสิ่งของอุปโภคบริโภคและนำรถขนส่งของ ความช่วยเหลือถึงที่บ้านคนติดเหล้า พร้อมให้กำลังใจคนดื่มให้ลด ละ เลิก เครื่องดื่มแอลกอฮอล์และดูแลสุขภาพให้แข็งแรงลดการระบาดของไวรัสโควิด-19

ตัวชี้วัด/ผลลัพธ์กิจกรรม

คนดื่มในชุมชนให้ความสำคัญการดูแลสุขภาพและปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ลด ละ เลิก เครื่องดื่มแอลกอฮอล์

รายละเอียดกิจกรรม

1. ทำข้อมูลกลุ่มนักดื่มในชุมชนที่เป็นกลุ่มเป้าหมายอยากชวนให้ลด ละ เลิก เครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ซึ่งไม่จำเป็นต้องทำทุกคนที่เป็นคนดื่มแต่อาจเลือกแบบจำเพาะเจาะจง
2. ระดมสิ่งของความช่วยเหลือเน้นไปที่ของใช้อุปโภคบริโภค
3. ลงไปเยี่ยมถึงบ้านและมอบสิ่งของความช่วยเหลือ (ตะกร้าปันสุข) พร้อมทั้งเชิญชวนให้ดูแลสุขภาพ
4. ทีมงานจัดทำแผนลงไปเยี่ยมบ้านและชวนเข้าร่วมกิจกรรมต่างๆ ที่ชุมชนจัดขึ้น



ทีมงานหลัก

1. กำนัน
2. ผู้ใหญ่บ้าน
3. นายกองค้การบริหารส่วนตำบล
4. เจ้าหน้าที่ตำรวจ
5. เจ้าหน้าที่ รพ.สต.
6. ตัวแทนกลุ่มกองทุนต่างๆ ในชุมชน
7. คนต้นแบบที่เลิกเหล้า (คนหัวใจเพชร)

ทำงานกับใครได้บ้าง

ทำงานกับผู้ดื่มในชุมชนที่เป็นกลุ่มเป้าหมาย
อยากเข้าไปชวนให้เลิกเหล้า โดยใช้กิจกรรมรถปัน
สุขเป็นเครื่องมือ



ช่วงฤดูกาลที่เหมาะสม

ไม่จำกัดช่วงเวลา

เวลาเตรียมการ / เวลาจัด

ไม่จำกัดช่วงเวลา



สถานที่

ครอบครัวนักดื่ม



งบประมาณที่ใช้

10,000 บาท (ขึ้นอยู่กับจำนวนกลุ่มเป้าหมาย)





เป้าหมายของกิจกรรม

1. เพื่อให้กำลังใจคนหัวใจหินที่กำลังอยู่ระหว่างกระบวนการงดเหล้าเข้าพรรษาให้อยู่ครบพรรษาได้
2. คนในชุมชนมีส่วนร่วมให้กำลังใจ คนบวชใจในระหว่างพรรษา



ตัวชี้วัด/ผลลัพธ์กิจกรรม

1. ผู้ปฏิบัติตนบวชใจงดเหล้าหรือว่าที่คนหัวใจหินได้มีกำลังใจในการงดเหล้า
2. ทุกคนในชุมชนมีส่วนร่วมในการให้กำลังใจคนบวชใจ



รายละเอียดกิจกรรม

1. ประชุมเตรียมความพร้อมทีมงานเพื่อทำความเข้าใจและกำหนดกิจกรรม
2. ประสานงานหน่วยงาน องค์กร ชุมชน วัด โรงเรียน รพ.สต. และทุกคนในชุมชนเพื่อร่วมกันทำกิจกรรมผลิตของชำร่วยตามจำนวนผู้บวชใจในชุมชน
3. จัดเวทีให้กำลังใจผู้บวชใจระหว่างพรรษาและมอบของชำร่วย



ทีมงานหลัก

1. ผู้ใหญ่บ้าน / ผู้ช่วยผู้ใหญ่บ้าน
2. อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน (อสม.)
3. แกนนำคนหัวใจเพชร
4. อาสาสมัครในชุมชน
5. ประชาคมจังหวัด
6. พระ
7. ครู

ทำงานกับใครได้บ้าง

1. กลุ่มผู้ดื่มสุรา
2. ครอบครัวผู้ดื่มสุรา
3. ทุกคนในชุมชน



ช่วงเวลาที่เหมาะสม

ระหว่างพรรษา

เวลาเตรียมการ / เวลาจัด

ระหว่างพรรษา



สถานที่

พื้นที่ชุมชนเป้าหมาย



งบประมาณที่ใช้

5,000 - 10,000 บาท



ชื่อกิจกรรม
โทษกสิชาวชวนช่วยเชียร์คนงคเหล้า

ตัวอย่างกิจกรรม

ชมเชียร์



เป้าหมายของกิจกรรม

พัฒนาศักยภาพมัคทายกวัดให้เป็นโทษกสิชาวเพื่อเป็นนักประชาสัมพันธ์ สร้างการรับรู้การลดเหล้าลดปัจจัยเสี่ยงในงานศาสนพิธีที่จัดในชุมชนและให้กำลังใจคนบวชใจงดเหล้า



ตัวชี้วัด/ผลลัพธ์กิจกรรม

โทษกสิชาวที่มีศักยภาพในการให้ความรู้เรื่องการลด ละ เลิกเหล้าและให้กำลังใจแก่ผู้บวชใจ



รายละเอียดกิจกรรม

1. ประชุมคณะทำงาน ทีมพี่เลี้ยงโทษกรุ่นแรก เพื่อวางแผนการดำเนินงาน
2. ประชาสัมพันธ์การรับสมัครผู้เข้าร่วมกิจกรรม
3. รับสมัครผู้สนใจอยากเป็นโทษกสิชาว
4. จัดกิจกรรมอบรมโทษกสิชาว
5. ทีมโทษกสิชาวฝึกปฏิบัติในงานพิธีกรรมต่างๆ ของชุมชนและเวทีให้กำลังใจผู้บวชใจงดเหล้า
6. ประเมินผลการจัดกิจกรรม/ถอดบทเรียนแลกเปลี่ยนเรียนรู้



ทีมงานหลัก

1. ผู้นำชุมชน
2. พระ
3. เจ้าหน้าที่ รพ.สต.
4. บุคคลที่คนในชุมชนให้ความเคารพนับถือ
5. ทีมพี่เลี้ยงโทษกสิชาว

ทำงานกับใครได้บ้าง

1. โฆษกงานศาสนพิธี
2. เจ้าภาพงานต่างๆ
3. คนในชุมชนที่ร่วมงาน
4. นักดื่มในชุมชนที่ร่วมงานต่างๆ ของชุมชน



ช่วงฤดูกาลที่เหมาะสม

ตลอดทั้งปี

เวลาเตรียมการ / เวลาจัด

ก่อนเข้าพรรษา / ระยะเวลาจัด 3 วัน 2 คืน



สถานที่

สถานที่จัดพิธีกรรมในชุมชน



งบประมาณที่ใช้

60,000 – 70,000 บาท



เป้าหมายของกิจกรรม

เพื่อเป็นการชวน ช่วย ชม เชียร์ คนร่วมงดเหล้าเข้าพรรษา 3 เดือน ให้อยู่ครบพรรษา เอาเงินที่จะไปซื้อเหล้า มาหยอดกระปุกออมสินแทน หลังออกพรรษานำกระปุกออมสินมาผ่าและนำเงินมารวมกันเพื่อสาธารณประโยชน์

ตัวชี้วัด/ผลลัพธ์กิจกรรม

คนร่วมโครงการสามารถลด ละ เลิกเหล้าและเกิดความภูมิใจที่ได้บุญ

รายละเอียดกิจกรรม

1. ประชุมทีมงานเตรียมงาน แบ่งบทบาทหน้าที่
2. รวมคนทำกระปุกออมสิน โรงเรียนและแกนนำชุมชน
3. ประกาศเสียงตามสายเชิญชวนคนร่วมโครงการงดเหล้าเข้าพรรษา
4. จัดเวทีปฏิญาณตนงดเหล้าเข้าพรรษามอบออมสินกระปุกออมสิน
5. อาสาสมัครเครือข่ายงดเหล้า (อ.สคส) คนหัวใจเพชร ติดตามเยี่ยมเยียนคนร่วมโครงการ
6. เชิดชูเกียรติและฝากกระปุกออมสิน “ออมสินคุณธรรม” รวบรวมเงินคนร่วมโครงการมอบเงินให้ทางวัด



ทีมงานหลัก

1. ประชาคมจังหวัด
2. กำนัน
3. ผู้ใหญ่บ้าน
4. แกนนำชุมชน
5. พระ
6. ครู

ทำงานกับใครได้บ้าง

นักดื่มในชุมชน



ช่วงฤดูกาลที่เหมาะสม

ช่วงเข้าพรรษา

เวลาเตรียมการ / เวลาจัด

2 สัปดาห์



สถานที่

วัดหรือศาลากลางหมู่บ้าน



งบประมาณที่ใช้

ไม่แน่นอน ขึ้นอยู่ตามจำนวนของกลุ่มเป้าหมาย
ที่จัดในแต่ละครั้ง



ชื่อกิจกรรม
ส่งเสริมสมาชิกคนหัวใจเพชร

ตัวอย่างกิจกรรม

ชมเชียร์



เป้าหมายของกิจกรรม

เพื่อให้คนหัวใจเพชรมีอาชีพที่ใช้เวลาว่างเพิ่มรายได้ให้กับตนเองและครอบครัว



ตัวชี้วัด/ผลลัพธ์กิจกรรม

คนเลิกดื่มรวมกลุ่มมาทำอาชีพเพิ่มรายได้ให้กับตนเองและครอบครัว



รายละเอียดกิจกรรม

1. ประชุมทีมงานเพื่อชวนกลุ่มเป้าหมาย
2. จัดสอนสมาชิกโดยให้วิทยากรถ่ายทอดความรู้และให้คนหัวใจเพชรฝึกทำ
3. รวมกลุ่มทำสินค้าในชุมชนตนเอง หารายได้เพิ่มให้กับตนเอง
4. ประสานภาคีเพื่อช่วยหาแหล่งจำหน่ายสินค้าหรือสร้างเพจขายทางออนไลน์



ทีมงานหลัก

1. ประชาคมจังหวัด
2. แกนนำชุมชน
3. แกนนำคนหัวใจเพชร
4. วิทยากรฝึกอาชีพ

ทำงานกับใครได้บ้าง

คนหัวใจเพชร คนที่เคยดื่มและเลิกดื่มมาแล้ว
3 ปีและตั้งใจที่จะเลิกเหล้าตลอดชีวิต



ช่วงฤดูกาลที่เหมาะสม

ขึ้นอยู่กับสินค้าที่จะสอนทำ

เวลาเตรียมการ / เวลาจัด

1 เดือน



สถานที่

วัดหรือศาลากลางหมู่บ้าน



งบประมาณที่ใช้

10,000 -30,000 บาท ขึ้นอยู่กับจำนวนของ
กลุ่มเป้าหมายที่จัดในแต่ละครั้ง





เป้าหมายของกิจกรรม

รณรงค์ประชาสัมพันธ์ เพื่อขอความร่วมมือร้านค้าในชุมชนไม่จำหน่ายเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในวันพระและปฏิบัติตามกฎหมาย



ตัวชี้วัด/ผลลัพธ์กิจกรรม

จำนวนร้านค้าที่ปฏิบัติตามข้อเรียกร้องของเยาวชนในชุมชน



รายละเอียดกิจกรรม

- 1.อบรมให้ความรู้เยาวชนเกี่ยวกับกฎหมาย
- 2.ประชาสัมพันธ์โดยการใช้เครื่องดนตรีพื้นบ้าน และชักชวนเจ้าของร้านให้จำหน่ายเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ตามกฎหมายกำหนด
- 3.เก็บข้อมูลร้านค้าระดับชุมชนเพื่อจัดทะเบียนร้านค้าในระดับพื้นที่



ทีมงานหลัก

- 1.แกนนำเด็กและเยาวชน
- 2.เจ้าหน้าที่ รพ.สต.
- 3.คณะกรรมการประชาคม

ทำงานกับใครได้บ้าง

ร้านค้าในชุมชน



ช่วงฤดูกาลที่เหมาะสม

ทุกวันพระ ช่วงเช้าพรรษา และงานบุญสำคัญๆ

เวลาเตรียมการ / เวลาจัด

ก่อนวันพระ งานบุญประเพณี



สถานที่

พื้นที่ชุมชนเป้าหมาย



งบประมาณที่ใช้

6,000 บาท / หมู่บ้าน





เป้าหมายของกิจกรรม

คนดื่มที่เข้าร่วมโครงการงดเหล้ามีเงินออม



ตัวชี้วัด/ผลลัพธ์กิจกรรม

1. จำนวนคนที่เข้าร่วมโครงการเปลี่ยนเงินค่าเช่า เป็นเงินออม
2. จำนวนเงินออมที่เก็บไว้ในช่วงงดเหล้า



รายละเอียดกิจกรรม

1. ประชาสัมพันธ์เชิญชวนคนดื่มเข้าโครงการเปลี่ยนเงินค่าเช่า เป็นเงินออม
2. มอบกระปุกออมสินให้กับคนที่เข้าร่วมโครงการเพื่อออมเงินเมื่อจะไปซื้อเหล้า
3. คนหัวใจเพชรติดตามให้กำลังใจคนที่เข้าร่วมโครงการ
4. เมื่อสิ้นปีหรือตามระยะเวลาที่กำหนดร่วมกัน นำเงินในกระปุกมารับจำนวนว่าออมได้เท่าไร



ทีมงานหลัก

1. ชมรมคนหัวใจเพชร
2. กำนัน
3. ผู้ใหญ่บ้าน
4. คนในครอบครัว

ทำงานกับใครได้บ้าง

กลุ่มผู้ดื่มที่สมัครใจ



ช่วงฤดูกาลที่เหมาะสม

ตลอดปี

เวลาเตรียมการ / เวลาจัด

ตลอดปี



สถานที่

ชุมชน



งบประมาณที่ใช้

ขึ้นอยู่กับจำนวนผู้เข้าร่วมโครงการ



เป้าหมายของกิจกรรม

เป็นการจัดกิจกรรมปั่นจักรยานตามเส้นทางหรือสถานที่ท่องเที่ยว/สถานที่สำคัญ ให้เห็นบรรยากาศ วิถีชีวิตวัฒนธรรมของคนในชุมชน และเป็นการบินเพื่อ ชวนคนงดเหล้าเข้าพรรษาและเสริมพลังใจคนงดเหล้า/ เลิกเหล้าตลอดชีวิต และคนทั่วไปทุกเพศทุกวัยในชุมชนที่สนใจมาปั่นจักรยาน พบปะ พูดคุย ให้กำลังใจกันและกัน โดยสามารถจัดกิจกรรมได้ทั้งก่อนเข้าพรรษา ระหว่างพรรษา หรือหลังพรรษา และทุกช่วงเวลาตามความพร้อมของชุมชน เน้นสร้างการมีส่วนร่วมของคนในชุมชนให้มาก

ตัวชี้วัด/ผลลัพธ์กิจกรรม

1. การมีส่วนร่วมของชุมชน ตลอดเส้นทางการปั่นและสามารถร่วมปั่นได้ทุกเพศทุกวัย เด็กเยาวชน ผู้ใหญ่ ผู้สูงอายุ สามารถร่วมปั่นได้ ไม่เน้นความเร็ว จักรยานแม่บ้านก็ปั่นได้
2. ความสามัคคี ความสัมพันธ์ที่ดีของชุมชน
3. คนงดเหล้าเข้าพรรษา ได้ทำกิจกรรมสร้างสรรค์เชิงสุขภาพร่วมกันและมีการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ เสริมพลังใจกันและกันในช่วงพรรษา
4. คนในชุมชนได้ออกกำลังกายมีสุขภาพที่ดีขึ้น

รายละเอียดกิจกรรม

1. ประชุมทีมงาน เตรียมความพร้อมสร้างความเข้าใจร่วมกัน
2. สำรวจเส้นทาง/วางแผน/ประสานงาน
3. ประชาสัมพันธ์เชิญชวนในรูปแบบต่างๆ ทั้งออฟไลน์ ออนไลน์ โดยดึงจุดที่น่าสนใจมาประชาสัมพันธ์ร่วมด้วย โดยการปั่นแต่ละครั้งอาจมีจุดที่น่าสนใจแตกต่างกัน ทั้งในแง่สถานที่/เป้าหมายการปั่น ฯลฯ
4. จัดกิจกรรมปั่นจักรยานตามแผนที่วางไว้โดยกำหนดเส้นทาง ระยะทาง ระยะเวลาตามความเหมาะสม มีการแวะตามจุดต่างๆ พร้อมทั้งการเล่าเรื่องราวให้ความรู้ที่เกี่ยวข้องในจุดนั้นๆ และไม่ลืมเรื่องมาตรการความปลอดภัย / คนคอยดูแลความปลอดภัยในการปั่น (ทีม Marshal) มีบริการน้ำดื่ม อาหารว่างในบางจุดที่ระยะทางไกล และจุดสุดท้ายอาจมีบริการน้ำดื่ม/อาหารว่างตามความเหมาะสม สำหรับพูดคุยแลกเปลี่ยนเรียนรู้ก่อนกลับ
5. สรุปบทเรียน/แลกเปลี่ยนเรียนรู้ร่วมกัน

ทีมงานหลัก

1. ประชาคมงดเหล้าจังหวัด
2. แกนนำชุมชน/กำนัน/ ผู้ใหญ่บ้าน
3. แกนนำคนหัวใจเพชร
4. แกนนำเด็กและเยาวชน
5. แกนนำเครือข่ายจักรยาน

ทำงานกับใครได้บ้าง

1. คนดื่ม คนสูบในชุมชน
2. เครือข่ายจักรยาน
3. คนงดเหล้าเข้าพรรษา/คนหัวใจเหล็ก/คนหัวใจเพชร
4. รพช./รพ.สต./อสม.
5. คนทั่วไปที่รักสุขภาพ/คนในชุมชนทุกเพศวัย
6. เครือข่ายเยาวชน

ช่วงฤดูกาลที่เหมาะสม

ก่อนเข้าพรรษา 1 เดือน/ ระหว่างตลอดพรรษา / ออกพรรษา ตามวัตถุประสงค์และเป้าหมายการจัด

เวลาเตรียมการ / เวลาจัด

ใช้เวลาเตรียมงาน 1-2 สัปดาห์ / เวลาจัด 1 วัน

สถานที่

พื้นที่ชุมชนเป้าหมาย / เส้นทางท่องเที่ยวหรือสถานที่สำคัญในชุมชนและชุมชนใกล้เคียง

งบประมาณที่ใช้

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





กิจกรรมปรับพฤติกรรม “เชิดชู”

กิจกรรม “เชิดชู” คือกิจกรรมที่เน้นสนับสนุนให้กำลังใจผู้ที่ประสบความสำเร็จในการลดพฤติกรรมการดื่มเหล้า และเป็นแรงบันดาลใจให้ผู้ที่กำลังจะเลิกเหล้าให้เห็นว่าสามารถทำได้จริง

รายชื่อตัวอย่าง
กิจกรรมปรับพฤติกรรม “เชิดชู”
“ฉลองชัยคนหัวใจหิน”





เป้าหมายของกิจกรรม

เพื่อเช็ชชู่เกียรติผู้บวชใจดเหล้าครบพรรษาและชวงนงดต่อ



ตัวชี้วัด/ผลลัพธ์กิจกรรม

- 1.จำนวนคนงดเหล้าครบพรรษา
- 2.บทเรียนการงดเหล้าครบพรรษา



รายละเอียดกิจกรรม

- 1.จัดเวทให้ผู้เข้าร่วมโครงการได้มีการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ถึงประสบการณ์ของตนเองด้านผลกระทบที่เกิดขึ้นกับตนเองและครอบครัวเนื่องจากการดื่มแอลกอฮอล์
- 2.เวทที่มอบประกาศนียบัตรให้คนหัวใจหินหัวใจเหล็กและหัวใจเพชร



ทีมงานหลัก

- 1.แกนนำคนหัวใจเหล็ก/หัวใจเพชร
- 2.แกนนำชุมชนทุกฝ่าย
- 3.กำนัน
- 4.ผู้ใหญ่บ้าน
- 5.อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน (อสม.)
- 6.เจ้าหน้าที่ อบท.
- 7.เจ้าหน้าที่ รพ.สต.

ทำงานกับใครได้บ้าง

กลุ่มนักดื่มในชุมชน



ช่วงฤดูกาลที่เหมาะสม

หลังออกพรรษาไม่เกิน 1 เดือน

เวลาเตรียมการ / เวลาจัด

ก่อนออกพรรษา 1 เดือน



สถานที่

-



งบประมาณที่ใช้

30,000 - 40,000 บาท



กิจกรรมปรับสภาพแวดล้อม

สภาพแวดล้อม เป็นอีกหนึ่งปัจจัยที่สำคัญต่อการลด ละ เลิกการดื่มเหล้า สภาพแวดล้อมที่ไม่เอื้อต่อการซื้อและการดื่ม จะช่วยลดปริมาณและระยะเวลาการดื่มเหล้า กิจกรรมปรับสภาพแวดล้อมจึงมุ่งที่ลดการเข้าถึงเหล้า ซึ่งการปรับสภาพแวดล้อมมีผู้คนที่เกี่ยวข้องหลายฝ่าย จึงต้องสร้างการมีส่วนร่วมในการทำกิจกรรมจนเกิดมาตรการหรือข้อตกลงในการปรับสภาพแวดล้อมร่วมกันของคนในชุมชน

กิจกรรมปรับสภาพแวดล้อม

ชอ

ทำข้อตกลง
ปลอดเหล้า





กิจกรรมปรับสภาพแวดล้อม “ชง”

กิจกรรม “ชง” คือกิจกรรมที่เน้นเปลี่ยนสภาพแวดล้อมในชุมชน ข้อตกลงปลอดเหล้าให้ลดกิจกรรมที่มักจะมีเหล้า และสร้างทางเลือกปลอดเหล้าในการจัดกิจกรรม โหม่นนำชักชวนให้เห็นความคุ้มค่าผ่านการทำข้อตกลง

รายชื่อตัวอย่าง

กิจกรรมปรับสภาพแวดล้อม “ชง”

“ประชาคมมาตรการงานศพ งานบุญปลอดเหล้า”

“MOU ร้านค้าไม่ขายเหล้า (ร้านค้าคุณธรรมรับพิศชอบสังคม)”

“ประชาคมงานบุญประเพณีปลอดเหล้า”





เป้าหมายของกิจกรรม

เพื่อจัดทำกติกาหรือมาตรการชุมชน ในการจัดสภาพแวดล้อมให้งานศพงานบุญปลอดเหล้า โดยเน้นการมีส่วนร่วมของประชาชนในพื้นที่



ตัวชี้วัด/ผลลัพธ์กิจกรรม

เกิดกติกาหรือมาตรการที่ช่วยจัดสภาพแวดล้อมให้งานศพและงานบุญปลอดเหล้าโดยการมีส่วนร่วมของประชาชนในพื้นที่



รายละเอียดกิจกรรม

1. จัดตั้งคณะทำงานที่มีองค์ประกอบมาจากหลายภาคส่วนและประชุมเพื่อกำหนดเป้าหมาย จัดทำแผนการทำงานร่วมกัน
2. สสำรวจข้อมูลที่เกี่ยวข้องกับการนำไปใช้ในการจัดเวทีประชาคม เช่น ข้อมูลค่าใช้จ่ายในงานศพ งานบุญ ข้อมูลค่าใช้จ่ายที่ชุมชนใช้ไปกับค่าเหล้า เจ้าภาพ หรือครัวเรือน ต้นแบบที่เคยจัด งานศพงาน งานบุญปลอดเหล้า
3. จัดเวทีประชาคมในระดับหมู่บ้านและจัดทำข้อสรุปร่วมกันในภาพระดับตำบล
4. จัดเวทีประชุมหรือประกาศใช้กติกาชุมชนและมีการประชาสัมพันธ์ให้ทั่วถึง ซึ่งหน่วยงานที่รับผิดชอบอาจช่วยจัดทำป้ายงานศพ-งานบุญปลอดเหล้าเพื่อให้เจ้าภาพได้ใช้ติดในงาน
5. มีการติดตามประเมินผล การนำใช้กติกาชุมชนงานศพงานบุญปลอดเหล้า
6. จัดเวทีคืนข้อมูลและพัฒนามาตรการชุมชน ให้มีคุณภาพมากขึ้น



ทีมงานหลัก

1. คณะทำงานในระดับพื้นที่
2. พระ
3. กำนัน
4. ผู้ใหญ่บ้าน
5. เจ้าหน้าที่ รพ.สต.
6. เจ้าหน้าที่ อบต.
7. เจ้าหน้าที่ตำรวจ
8. แกนนำเยาวชน
9. ประชาชนชาวบ้านหรือบุคคลที่ชาวบ้านให้ความเคารพนับถือ

ทำงานกับใครได้บ้าง

1. ประชาชนและหน่วยงานในพื้นที่เป้าหมาย
2. ผู้ประกอบการร้านค้า
3. เจ้าภาพที่จัดงาน
4. คณะกรรมการหมู่บ้าน



ช่วงฤดูกาลที่เหมาะสม

สามารถดำเนินการได้ตลอดทุกปี

เวลาเตรียมการ / เวลาจัด

เริ่มต้นกระบวนการจัดตั้งคณะทำงาน ไปจนถึงกระบวนการในการข้อมูลใช้เวลาประมาณ 1 ปี



สถานที่

ระดับหมู่บ้านและระดับตำบล



งบประมาณที่ใช้

หากจัดทำในระดับตำบล จะใช้งบประมาณ 50,000 - 100,000 บาท (อย่างน้อยอาจขึ้นอยู่กับขนาดของพื้นที่)





เป้าหมายของกิจกรรม

เพื่อกระตุ้นให้ร้านค้าปฏิบัติตามกฎหมายควบคุมเครื่องดื่มแอลกอฮอล์และมีส่วนร่วม ในการช่วยลดปัญหา จากเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในพื้นที่



ตัวชี้วัด/ผลลัพธ์กิจกรรม

ร้านค้าในชุมชนเป้าหมายให้ความร่วมมือและปฏิบัติตามกฎหมายควบคุมเครื่องดื่มแอลกอฮอล์



รายละเอียดกิจกรรม

1. จัดตั้งคณะทำงานและกำหนดเป้าหมาย ออกแบบแผนการทำงานร่วมกัน
2. ตรวจสอบข้อมูลร้านค้าและพฤติกรรมที่เข้าข่ายการละเมิดกฎหมายควบคุมเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ เช่น การขายเครื่องดื่ม แอลกอฮอล์ให้เด็กให้คนเมา หรือขายนอกเวลาที่กฎหมายกำหนด
3. จัดทำร่างลงนาม MOU ร้านค้าฯ และหารือกับผู้ที่เกี่ยวข้อง เพื่อพิจารณาความเหมาะสม
4. จัดเวทีให้ความรู้กฎหมายควบคุมเครื่องดื่มแอลกอฮอล์และลงนาม MOU กับผู้ประกอบการร้านค้าและมอบป้ายในเชิงสัญลักษณ์
5. มีการติดตามประเมินผลและลงพื้นที่เพื่อให้กำลังใจผู้ประกอบการร้านค้า ซึ่งอาจเน้นช่วงเทศกาล เช่น ปีใหม่ สงกรานต์ หรือช่วงวันพระใหญ่
6. มีกิจกรรมชื่นชมหรือเชิดชูร้านค้า ที่ให้ความร่วมมือและปฏิบัติตามกฎหมายอย่างเคร่งครัด



ทีมงานหลัก

1. กำนัน
2. ผู้ใหญ่บ้าน
3. นายก อบต.
4. เจ้าหน้าที่ตำรวจ
5. เจ้าหน้าที่ รพ.สต.
6. เจ้าหน้าที่จากสรรพสามิต

ทำงานกับใครได้บ้าง

1. ร้านค้าในชุมชน
2. ผู้ประกอบการร้านค้า / ร้านอาหาร ในพื้นที่



ช่วงเวลาที่เหมาะสม

ไม่จำกัดช่วงเวลา

เวลาเตรียมการ / เวลาจัด

ไม่จำกัดช่วงเวลา



สถานที่

ห้องประชุมองค์การบริหารส่วนตำบลหรือศาลา
อเนกประสงค์ของหมู่บ้าน



งบประมาณที่ใช้

ในระดับตำบลจะใช้ประมาณ 20,000 บาท
(ขึ้นอยู่กับขนาดของพื้นที่)





เป้าหมายของกิจกรรม

เพื่อจัดสภาพแวดล้อมในชุมชนเอื้อต่อการลด ละ เลิกเครื่องดื่มแอลกอฮอล์



ตัวชี้วัด/ผลลัพธ์กิจกรรม

งานบุญปลอดเหล้าในชุมชน เช่น งานศพปลอดเหล้า งานบุญพระเวศปลอดเหล้า งานกฐินปลอดเหล้า ลอยกระทงปลอดเหล้า บั้งไฟปลอดเหล้า



รายละเอียดกิจกรรม

1. ประชุมทีมงานเตรียมงานและหารือการแก้ไขปัญหาเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ร่วมกัน
2. แต่งตั้งคณะทำงานประชาคมงดเหล้าตำบลและแบ่งบทบาทหน้าที่
3. คณะทำงานประชาคมงดเหล้าตำบลลงพื้นที่ประชาคมแต่ละหมู่บ้านร่วมกับผู้นำชุมชน คนในชุมชน จะให้มีงานบุญปลอดเหล้าอะไรบ้าง
4. สรุปรายรวมงานบุญที่จะให้มีเป็นงานปลอดเหล้าและข้อตกลงกติการ่วมกันของตำบล
5. คณะทำงานประชาคมงดเหล้าร่วมวางแผน ใ้กระวังงานบุญในชุมชนและประเมินผลงานบุญประเพณีต่างๆ หลังเสร็จงานเพื่อวางแผนในชุมชน



ทีมงานหลัก

1. ประชาคมจังหวัด
2. กำนัน
3. ผู้ใหญ่บ้าน
4. แกนนำชุมชน
5. พระ
6. ครู
7. เจ้าหน้าที่ท้องถิ่น

ทำงานกับใครได้บ้าง

นักดื่มในชุมชน



ช่วงฤดูกาลที่เหมาะสม

ตลอดปี

เวลาเตรียมการ / เวลาจัด

1 เดือน



สถานที่

วัดหรือศาลากลางหมู่บ้าน



งบประมาณที่ใช้

20,00 -50,000 บาท ขึ้นอยู่ตามจำนวนของกลุ่มเป้าหมายที่จัดในแต่ละครั้ง





เป้าหมายของกิจกรรม

เพื่อสร้างความร่วมมือระหว่างชุมชนและ รพ.สต. ให้การจัดทำข้อมูลผู้ติดเชื้อประเภทต่างๆ คัดกรอง และส่งต่อบำบัดรักษาและเฝ้าระวังในชุมชน



ตัวชี้วัด/ผลลัพธ์กิจกรรม

แผนคัดกรอง บำบัด รักษา ผู้ติดเชื้อในชุมชน



รายละเอียดกิจกรรม

1. ชวน ผอ.รพ.สต.มาเป็นคณะกรรมการ
2. จัดเวทีหารือสถานการณ์การติดเชื้อและผู้ติดเชื้อประเภทต่างๆ
3. คัดเลือกผู้ติดเชื้อที่จะชวนเข้าโครงการ
4. คัดกรอง และส่งต่อบำบัดรักษา
5. จัดทำแผนคัดกรองเพื่อเฝ้าระวังระยะ 3 ปี ให้สอดคล้องกับตัวชี้วัดของ รพ.สต.
6. ยื่นแผนขอรับการสนับสนุนกิจกรรมพัฒนาศักยภาพผู้บวชใจจาก อปท.



ทีมงานหลัก

1. คณะทำงานชุมชนคนสู้เหล้า
2. เจ้าหน้าที่ รพ.สต.
3. อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน (อสม.)
4. ชมรมคนหัวใจเพชร

ทำงานกับใครได้บ้าง

ผู้ติดเชื้อในชุมชน



ช่วงเวลาที่เหมาะสม

ต้นปีงบประมาณ

เวลาเตรียมการ / เวลาจัด

ก่อนพรรษาอย่างน้อย 3 เดือน



สถานที่

ระดับตำบล



งบประมาณที่ใช้

-





เป้าหมายของกิจกรรม

เพื่อจัดทำแผนปฏิบัติการพัฒนาศักยภาพชุมชนเพื่อเฝ้าระวังและส่งเสริมสุขภาพผู้ติดสุราเรื้อรังและป้องกันนักดื่มหน้าใหม่ เสนอกองทุนหลักประกันสุขภาพในท้องถิ่นหรือพื้นที่



ตัวชี้วัด/ผลลัพธ์กิจกรรม

แผนปฏิบัติการหลักประกันสุขภาพในท้องถิ่นหรือพื้นที่



รายละเอียดกิจกรรม

1. ชวนตัวนายก อปท. หรือตัวแทนเข้าร่วมเป็นคณะกรรมการหรือที่ปรึกษา
2. จัดทำแผน 1 - 3 ปี
 - (1) ชวน ช่วย ชมเชียร์ เชิดชู ผู้บวชใจงดเหล้าประเภทต่างๆ
 - (2) แผนพัฒนาศักยภาพคนหัวใจเพชรและ อสม. ให้สามารถทำหน้าที่เฝ้าระวังและส่งเสริมสุขภาพผู้มีภาวะเสี่ยงจากการติดสุราและผู้มีภาวะติดสุราเรื้อรัง
 - (3) สนับสนุนให้เกิดกิจกรรมป้องกันนักดื่มหน้าใหม่
3. ยื่นเสนอแผนต่อ อปท.



ทีมงานหลัก

1. คณะทำงานชุมชนคนสู้เหล้า
2. ชมรมคนหัวใจเพชร
3. กลุ่มเยาวชนในชุมชน

ทำงานกับใครได้บ้าง

1. นายก อปท.
2. ปลัดเทศบาล
3. นักวิชาการสาธารณสุขเทศบาล



ช่วงเวลาที่เหมาะสม

ก่อนต้นปีงบประมาณอย่างน้อย3เดือน

เวลาเตรียมการ / เวลาจัด

อย่างน้อย 3 เดือน



สถานที่

ระดับตำบล



งบประมาณที่ใช้

-



กิจกรรม “เชื่อม/แฮร์”

กิจกรรม เชื่อม/แฮร์ เป็นกิจกรรมเพื่อยกระดับการทำงานในชุมชนเป็นวาระและแผนงานประจำ ไปสู่การกำหนดนโยบายการทำงานในระดับอำเภอหรือจังหวัด รวมถึงการสร้างเครือข่าย โดยการเชื่อมประสานหรือจัดกระบวนการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ระหว่างชุมชน แบ่งปันประสบการณ์ กับพื้นที่อื่นๆ เพื่อให้เกิดการสื่อสาร ขยายผล สร้างเครือข่ายคนสู้เหล้าให้มากขึ้น

เชื่อม/แฮร์

คืนข้อมูลให้ชุมชน
ส่งต่อข้อมูลให้
อำเภอ/จังหวัด



เชื่อม/แชร์

คืนข้อมูลให้ชุมชน
ส่งต่อข้อมูลให้
อำเภอ/จังหวัด

รายชื่อตัวอย่าง กิจกรรม “เชื่อม/แชร์”

“ชุมชนแหล่งเรียนรู้คนสู้เหล้า”

“นโยบายอำเภอองคเหล้าเข้าพรรษาและงานเลี้ยงปลอดเหล้าเบียร์”



เป้าหมายของกิจกรรม

เพื่อสนับสนุนให้ชุมชนคนสุ้มเหล้ามีมาตรการทางนโยบายที่เหมาะสมสอดคล้องกับการดำเนินการปรับสภาพแวดล้อมและระบบชนวน ช่วย เชียร์ เชิดชู ได้อย่างมีประสิทธิภาพ

ตัวชี้วัด/ผลลัพธ์กิจกรรม

1. มีความร่วมมือของกลไกระดับอำเภอ ได้แก่ นายอำเภอ และทีมงาน เจ้าคณะอำเภอ สสอ. รพช. เป็นต้น
2. มีประกาศคำสั่ง วาระ นโยบาย หรือการขับเคลื่อนการรณรงค์งดเหล้าเข้าพรรษาและงานเลี้ยงปลอดเหล้าเบียร์ โดยกลไกอำเภอ
3. มีการบรรจุวาระงดเหล้าเข้าพรรษาและงานเลี้ยงปลอดเหล้าเบียร์ในแผนยุทธศาสตร์ระดับอำเภอ
4. มีการรณรงค์งดเหล้าครบพรรษา งานเลี้ยงปลอดเหล้าเบียร์ และการรณรงค์ลด ละ เลิก แอลกอฮอล์อย่างต่อเนื่อง

รายละเอียดกิจกรรม

1. ประชุมคณะทำงาน เพื่อเตรียมสำรวจว่ามาตรการใดบ้างที่สนับสนุนการลดละเลิกการดื่มเหล้าเบียร์ในช่วงเข้าพรรษา และยกร่างเป็นข้อเสนอเพื่อขอความร่วมมือให้กลไกอำเภอหรือ พชอ. ประกาศวาระ
2. ประสานเลขา พชอ. เพื่อขงเรื่องและนัดหารือกับกลไกอำเภอโดยมีนายอำเภอเป็นประธาน
3. การประกาศนโยบายระดับอำเภอ
4. จัดเวทีประชุมสื่อสารในชุมชน
5. มีการติดตามประเมินผล
6. จัดเวทีเชิดชูเกียรติ พร้อมคืนข้อมูลให้แก่กลไกเพิ่มระดับอำเภอและรับข้อเสนอเพื่อพัฒนาหรือยกระดับมาตรการชุมชน



ทีมงานหลัก

1. คณะทำงานในระดับพื้นที่
2. พระ
3. กำนัน
4. ผู้ใหญ่บ้าน
5. เจ้าหน้าที่ รพ.สต.
6. เจ้าหน้าที่ อบต.
7. เจ้าหน้าที่ตำรวจ
8. แกนนำเยาวชน
9. ประชาชนชาวบ้านหรือบุคคลที่ชาวบ้านให้ความเคารพนับถือ

ทำงานกับใครได้บ้าง

1. นายอำเภอ
2. ปลัดอำเภอ
3. สาธารณสุขอำเภอ (ในฐานะเลขา พชอ.)



ช่วงฤดูกาลที่เหมาะสม

ก่อนและหลังเทศกาลเข้าพรรษา

เวลาเตรียมการ / เวลาจัด

ใช้เวลาประมาณ 6 - 9 เดือน



สถานที่

ระดับอำเภอ



งบประมาณที่ใช้

-



เป้าหมายของกิจกรรม

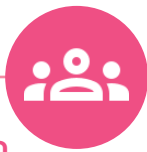
ชุมชนแหล่งเรียนรู้คนสู้เหล้ามีศักยภาพ 4 ด้าน คือ ด้านการเรียนรู้ ด้านการออกแบบการเรียนรู้ ด้านวิทยากร ถ่ายทอด และด้านการบริหารจัดการ

ตัวชี้วัด/ผลลัพธ์กิจกรรม

1. บทเรียนชุมชนคนสู้เหล้า 4 ด้าน
2. ได้วิทยากรกระบวนการประจำฐานเรียนรู้
3. สื่อประกอบการเรียนรู้ชุมชนคนสู้เหล้า
4. เกิดแหล่งเรียนรู้ชุมชนคนสู้เหล้า

รายละเอียดกิจกรรม

1. การถอดบทเรียนการดำเนินงานชุมชนคนสู้เหล้าครบทั้ง 4 ด้าน
2. นำความรู้ที่ถอดบทเรียนทั้ง 4 ด้าน มาออกแบบเป็นฐานการเรียนรู้ ที่มีหลักสูตรหรือกระบวนการเรียนรู้ในแต่ละฐาน
3. พัฒนาวิทยากรหรือกระบวนการนำแลกเปลี่ยนเรียนรู้ประจำฐาน
4. จำทำสื่ออุปกรณ์เพื่อใช้แลกเปลี่ยนเรียนรู้แต่ละฐาน
5. เตรียมออกแบบจัดการชุมชนแหล่งเรียนรู้ฯ เพื่อพร้อมรองรับการมาเรียนรู้ของชุมชนอื่นๆ
6. เปิดรับชุมชนภายนอกมาเรียนรู้



ทีมงานหลัก

1. คณะทำงานในระดับพื้นที่
2. ประชาคมงดเหล้าภาคและจังหวัด
3. นักวิชาการภายนอก

ทำงานกับใครได้บ้าง

ชุมชนคนสู้เหล้าที่มีความพร้อมพัฒนาเป็นแหล่งเรียนรู้



ช่วงฤดูกาลที่เหมาะสม

ระหว่างพรรษา

เวลาเตรียมการ / เวลาจัด

อย่างน้อย 1 ปี



สถานที่

ระดับหมู่บ้าน ระดับตำบล



งบประมาณที่ใช้

-



บทส่งท้าย

ชุดกิจกรรมพัฒนาทีมคนสู้เหล่าเป็นเพียงเป็นตัวอย่างในการทำกิจกรรมกับผู้ทีม ทั้งนี้ก่อนการทำกิจกรรม/โครงการทุกครั้งควรตั้งเป้าหมายการเปลี่ยนแปลงที่ต้องการให้เกิดขึ้นหลังทำกิจกรรม/โครงการ และเมื่อทำกิจกรรมเสร็จ ให้นำเป้าหมายมาเทียบกับผลที่เกิดขึ้น ซึ่งจะทำให้เห็นว่าเราทำกิจกรรม/โครงการได้ตามเป้าหมายหรือไม่ ผลที่เกิดขึ้นไม่ว่าจะเป็นหรือไม่เป็นไปตามเป้าหมาย ควรวิเคราะห์ต่อไปถึงสาเหตุปัจจัยเงื่อนไขที่ทำให้เป็นเช่นนั้น เพื่อนำไปปรับปรุงหรือยกระดับการทำงานในครั้งต่อไป

สิ่งที่สำคัญมากกว่าการตั้งเป้าหมาย การออกแบบกิจกรรม และการมุ่งมั่นต่อการดำเนินงาน คือทัศนคติต่อผู้ทีมเหล่า เพราะเมื่อเกิดการติตราหรือการตั้งข้อรังเกียจจะส่งผลต่อการเลือกปฏิบัติ การช่วยเหลือ และการดูแล ทัศนคติของคนในชุมชนหรือสังคมมักมองว่าผู้ทีมเหล่าเป็นคนน่ารังเกียจ ก่อความวุ่นวาย เป็นคนต่ำต้อย ทำให้ผู้ทีม รู้สึกอาย รู้สึกผิด สิ่งเหล่านี้จะทำให้ผู้ทีมแยกตัวออกจากสังคม ไม่ดูแลตนเอง ใช้สารเสพติดอื่นๆ ร่วมด้วย ซึ่งจะส่งผลต่อชุมชนและสังคม

การทีมเหล่าเป็นการกระทำด้านปัจเจกแต่ส่วนหนึ่งเกิดจากโครงสร้างทางสังคมที่มีผลต่อการทีมหรือไม่ทีมเหล่า ดังนั้นคนในชุมชนจึงเป็นส่วนสำคัญต่อการลด ละ เลิกเหล่า ชุมชนคนสู้เหล่าเป็นกระบวนการมีส่วนร่วมของคนในชุมชนเพื่อจุดประกายให้คนในชุมชนได้ช่วยเหลือดูแลผู้ทีม ชุมชนมีส่วนร่วมในการปรับสภาพแวดล้อม และปรับพฤติกรรมผู้ทีมให้สามารถลด ละ และเลิกเหล่าได้ในที่สุด



 เป้าหมายของกิจกรรม

 ตัวชี้วัด/ผลลัพธ์กิจกรรม

 รายละเอียดกิจกรรม



ทีมงานหลัก

ทำงานกับใครได้บ้าง



ช่วงฤดูกาลที่เหมาะสม

เวลาเตรียมการ / เวลาจัด



สถานที่



งบประมาณที่ใช้



 เป้าหมายของกิจกรรม

 ตัวชี้วัด/ผลลัพธ์กิจกรรม

 รายละเอียดกิจกรรม



ทีมงานหลัก

ทำงานกับใครได้บ้าง



ช่วงฤดูกาลที่เหมาะสม

เวลาเตรียมการ / เวลาจัด



สถานที่



งบประมาณที่ใช้



 เป้าหมายของกิจกรรม

 ตัวชี้วัด/ผลลัพธ์กิจกรรม

 รายละเอียดกิจกรรม



ทีมงานหลัก

ทำงานกับใครได้บ้าง



ช่วงฤดูกาลที่เหมาะสม

เวลาเตรียมการ / เวลาจัด



สถานที่



งบประมาณที่ใช้



ที่อยู่ติดต่อ

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

รายชื่อคณะกรรมการ

ปิยะพรรณ มลิหอม
พีริช ษรานุรักษ์
นุชนารถ นาคขำ
สุวัฒน์ชัย สวัสดิผล
ชนิธรนันท์ พรมไย
จุฑามาศ ทิพย์ศิริ

เพลินพาดิ*
play and learn organizer



สสส
สำนักงานกองทุนสนับสนุน
การสร้างเสริมสุขภาพ