

FAMILY

วารสารสมาคมวางแผนครอบครัวแห่งประเทศไทย ในพระราชูปถัมภ์สมเด็จพระศรีนครินทราบรมราชชนนี

ฉบับที่ 50/2568



www.ppat.or.th



PPATBANGKOK



[ppat.official](https://www.tiktok.com/ppat.official)



FAMILY CONTENT

- 4** Editor's Note: unussนาริการ
- 5** คอลัมน์พันธกิจผลิตผล :
การยุติความรุนแรงต่อสตรีรากฐานของสิทธิ
อนามัยการเจริญพันธุ์ที่เท่าเทียม
- 9** คอลัมน์ สวท สปชียล :
“พลังและความเท่าเทียม” วันคนพิการแห่งชาติกับ
การส่งเสริมสุขภาพทางเพศและอนามัยการเจริญพันธุ์
- 12** คอลัมน์บอกข่าวเล่าเรื่อง :
ข่าวกิจกรรม สวท
- 42** คอลัมน์ต่างวัยใจเดียวกัน :
บุญแจ้สู่วิตยีนยาวอย่างมีคุณภาพ

บรรณาธิการอำนวยการ : ดร.นันทกาญจน์ สูงสุมาลัย วุดแฮม

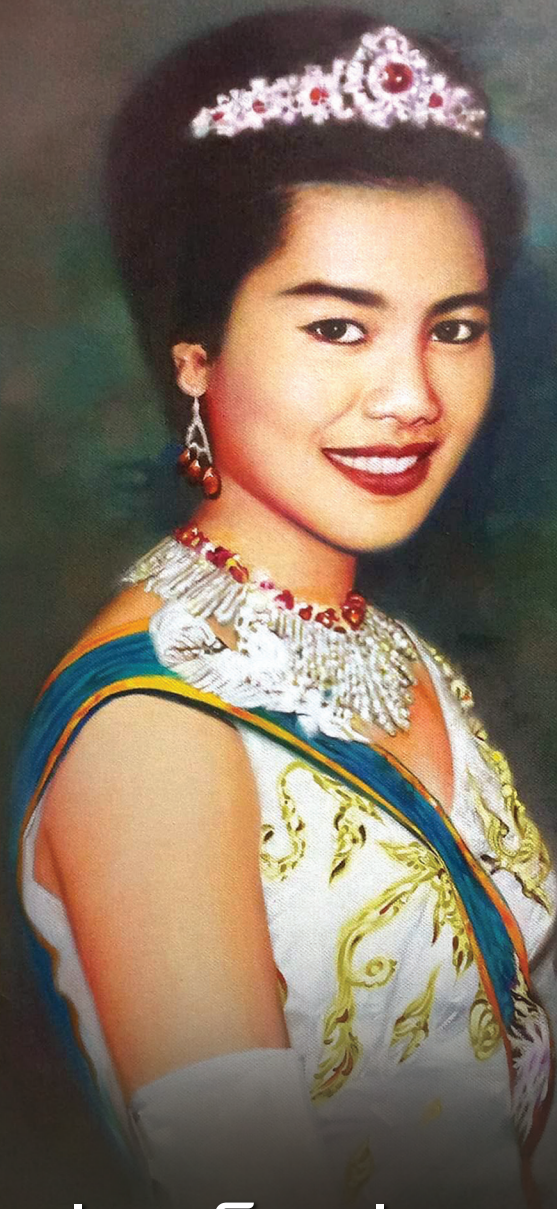
บรรณาธิการบริหาร / บรรณาธิการ : ปณัฐพงศ์ นรดี

กองบรรณาธิการ : สุทน กาญจน์สมรส สุรเดช พลายแสง เพชรรัตน์ จันบรรจง

จัดทำโดย : สมาคมวางแผนครอบครัวแห่งประเทศไทยฯ

8 ซอยวิภาวดีรังสิต 44 ถนนวิภาวดีรังสิต แขวงลาดยาว เขตจตุจักร กทม.10900

โทร 02 941 2320 แฟกซ์ 02 561 5130



นิอมสงเสด็จ สู่สวรรคาลัย สถิตในดวงใจ ตราบนิรันดร์

ด้วยเกล้าด้วยกระหม่อม

ข้าพระพุทธเจ้า คณะกรรมการ ผู้บริหาร และเจ้าหน้าที่
สมาคมวางแผนครอบครัวแห่งประเทศไทย ในพระราชูปถัมภ์สมเด็จพระศรีนครินทราบรมราชชนนี

Editor's Note

วารสาร Family ฉบับที่ 50/2568 นี้ นับเป็นหมุดหมายสำคัญที่สะท้อนให้เห็นถึงพลังแห่งความมุ่งมั่นอันไม่ย่อท้อของสมาคมวางแผนครอบครัวแห่งประเทศไทยฯ (สวท) ในการปฏิบัติงานตามพันธกิจเพื่อสร้างสรรค์สังคมอย่างมีคุณภาพ และการทำงานของเรามาตลอดมาตอกย้ำถึงการยืนหยัดเคียงข้างประชากรทุกคนอย่างเท่าเทียม โดยไม่แบ่งแยกเชื้อชาติ ศาสนา หรือชาติพันธุ์

ในการขับเคลื่อนสังคมให้ก้าวไปข้างหน้าอย่างยั่งยืนนั้น เราไม่สามารถมองข้ามบาดแผลที่ยังคงเกิดขึ้นกับคนในสังคมไปได้ โดยเฉพาะ “ความรุนแรงต่อสตรี” ซึ่งไม่ใช่เพียงปัญหาเฉพาะบุคคล แต่เป็นปัญหาลังคมในระดับโครงสร้างที่บ่อนทำลายศักดิ์ศรีความเป็นมนุษย์ และเป็นอุปสรรคสำคัญต่อการพัฒนาประเทศในทุกมิติ ความรุนแรงต่อสตรี ไม่ได้จำกัดอยู่แค่การถูกทำร้ายร่างกายเท่านั้น แต่ยังรวมถึงความรุนแรงทางเพศ ทางจิตใจ และทางเศรษฐกิจ ซึ่งหลายครั้งซ่อนเร้นอยู่ภายใต้ความเงียบและความกลัว ความจริงที่เจ็บปวดคือ สถิติต่าง ๆ ยังคงชี้ให้เห็นว่า ผู้หญิงจำนวนมากยังคงตกอยู่ในวงจรของความรุนแรง และบ่อยครั้งผู้กระทำกลับเป็นบุคคลที่ใกล้ชิด

ในฐานะองค์กรที่ให้ความสำคัญกับการวางแผนครอบครัวและคุณภาพชีวิต สวทเชื่อมั่นว่า “ครอบครัว” คือหน่วยที่เล็กที่สุดแต่สำคัญที่สุดในการสร้างสังคมที่มีคุณภาพ การจะสร้างครอบครัวที่มีคุณภาพได้นั้น ต้องเริ่มต้นจากการเคารพซึ่งกันและกัน และการปราศจากความรุนแรงทุกรูปแบบ การรณรงค์ยุติความรุนแรงต่อสตรีจึงไม่ใช่เพียงแค่การ “ปกป้อง” แต่คือการ “สร้าง” สภาพแวดล้อมที่ผู้หญิงทุกคนสามารถใช้ชีวิตได้อย่างปลอดภัย มีอิสระในการตัดสินใจ และสามารถเข้าถึงสิทธิอันชอบธรรมได้อย่างสมบูรณ์

วารสาร Family ฉบับนี้ ได้รวบรวมการทำงานในช่วงที่ผ่านมา ซึ่งเป็นเพียงส่วนหนึ่งของความมุ่งมั่นที่เราตั้งใจจะทำต่อไป ขอขอบคุณทุกท่านที่ให้การสนับสนุนเสมอมา ไม่ว่าจะเป็นผู้บริจาค อาสาสมัคร หรือผู้ปฏิบัติงานในพื้นที่ ที่ได้ร่วมเป็นส่วนสำคัญในการขับเคลื่อนสังคมให้ก้าวไปข้างหน้าอย่างยั่งยืน เราขอเชิญชวนให้ทุกท่านร่วมเป็นพลังสำคัญในการรณรงค์ยุติความรุนแรงต่อสตรี เพราะการยุติความรุนแรงคือการสร้างอนาคตของครอบครัวและสังคมไทยให้แข็งแกร่งและงดงามอย่างแท้จริง

ปณัฐพงศ์ นรดี
บรรณาธิการบริหาร



คอลัมน์ พันธกิจผลิตผล

ยุติความรุนแรงต่อสตรี

“รากฐานของสิทธิอนามัย การเจริญพันธุ์ที่เท่าเทียม”

เรื่องโดย...ปณัฐพงศ์ นรดี

เดือนพฤศจิกายนของทุกปี เป็น “เดือนรณรงค์ยุติความรุนแรงต่อเด็ก สตรี และบุคคลในครอบครัว” ซึ่งตรงกับวันที่ 25 พฤศจิกายน “วันยุติความรุนแรงต่อสตรีสากล” ซึ่งเป็นการเรียกร้องให้สังคมตระหนักถึงความสำคัญของสตรี และสามารถใช้ชีวิตได้อย่างปลอดภัย มีศักดิ์ศรี และปราศจากความหวาดกลัว

ความรุนแรงต่อสตรี (Violence Against Women) ไม่ได้จำกัดอยู่แค่ความรุนแรงทางกายเท่านั้น แต่ยังรวมถึงการควบคุม การคุกคามทางเพศ และการละเมิดสิทธิในการตัดสินใจเกี่ยวกับร่างกายของตนเอง ซึ่งเป็นประเด็นที่ **สมาคมวางแผนครอบครัวแห่งประเทศไทย ในพระราชูปถัมภ์สมเด็จพระศรีนครินทราบรมราชชนนี (สวท)** ให้ความสำคัญและเชื่อมโยงกับการทำงานด้าน **อนามัยการเจริญพันธุ์และสิทธิทางเพศ (Sexual and Reproductive Health and Rights - SRHR)** อย่างแยกไม่ออก ความรุนแรงทางเพศและอนามัยการเจริญพันธุ์ ปัญหาที่ซ้อนทับกัน ความรุนแรงต่อสตรีเป็นอุปสรรคสำคัญที่บั่นทอนสิทธิอนามัยการเจริญพันธุ์ของสตรี



การตัดสินใจที่ไม่เป็นอิสระ

เมื่อผู้หญิงตกอยู่ภายใต้ความรุนแรง โดยเฉพาะความรุนแรงในครอบครัวหรือคู่รัก มักถูกกดดันอำนาจในการตัดสินใจเรื่องสำคัญเกี่ยวกับร่างกายของตนเอง เช่น การคุมกำเนิด การเลือกที่จะมีบุตร หรือแม้แต่การเข้าถึงบริการสุขภาพที่จำเป็นทั้งในสถานการณ์ปกติหรือสถานการณ์ฉุกเฉิน

ผลกระทบต่อสุขภาพโดยตรง

ความรุนแรงทางเพศ (Sexual Violence) นำไปสู่ปัญหาด้านสุขภาพอย่างร้ายแรง เช่น การตั้งครรภ์ไม่พร้อม การติดเชื้อทางเพศสัมพันธ์ และปัญหาด้านสุขภาพจิตอย่างรุนแรง การให้บริการของ สวท จึงไม่ได้หยุดอยู่แค่การวางแผนครอบครัว แต่ต้องเป็น **พื้นที่ปลอดภัย** ให้กับผู้หญิงที่ประสบความรุนแรงสามารถเข้าถึงการศึกษา ตรวจรักษา และการส่งต่อไปยังหน่วยงานช่วยเหลือด้านกฎหมายหรือสังคมสงเคราะห์ได้อย่างครบคลุม

การคุกคามทางเพศในทุกพื้นที่

สวท ตระหนักว่าความรุนแรงอาจเกิดขึ้นได้ทุกที่ โดยเฉพาะในสถานศึกษาหรือที่ทำงาน จึงได้ร่วมมือกับองค์กรภาคีเครือข่าย จัดกิจกรรมรณรงค์และฝึกอบรมนักกิจกรรมสังคมเพื่อสังคม ให้ออกไปทำหน้าที่รณรงค์

ยุติความรุนแรงทั้งในสถานศึกษาและชุมชนอย่างต่อเนื่อง ถือเป็นมาตรการเชิงรุกที่ สวท มุ่งสร้างความตระหนักและเปลี่ยนแปลงทัศนคติในกลุ่มคนรุ่นใหม่ให้ตระหนักถึงปัญหาอย่างเข้มข้นจากการดำเนินงานโครงการต่าง ๆ ที่หลากหลาย เข้าถึงกลุ่มเป้าหมายได้อย่างมีประสิทธิภาพ ทั้งในพื้นที่ 3 จังหวัดชายแดนภาคใต้ ภาคเหนือ ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ และกรุงเทพมหานคร

บทบาทเชิงรุกของ สวท ในการยุติความรุนแรง

สวท ไม่ได้เพียงแค่รับมือกับผลกระทบ แต่เน้นการ**ป้องกัน** โดยการเสริมสร้างพลังและให้ความรู้ กับเยาวชนและประชาชนทั่วไป ได้มีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการรณรงค์ยุติความรุนแรงต่อสตรี เพื่อการพัฒนาสังคมให้เข้มแข็งผ่านกิจกรรมที่สร้างสรรค์ ค่ายเยาวชน ตลอดจนการสื่อสารผ่านสื่อออนไลน์





1. เสริมสร้างความเข้มแข็งของสิทธิทางเพศ

สวท ใช้ความรู้เรื่อง **สิทธิอนามัยการเจริญพันธุ์** และ**สิทธิทางเพศ** เป็นรากฐานในการทำงาน เพื่อให้ผู้หญิงทุกคนเข้าใจว่าตนเองมีสิทธิโดยชอบธรรมในร่างกายของตนเอง มีสิทธิที่จะปฏิเสธ และมีสิทธิที่จะอยู่ในความสัมพันธ์ที่เท่าเทียมและปราศจากความรุนแรง

2. พัฒนาบุคลากรและนโยบายภายใน

ในการรับสมัครบุคลากร สวท กำหนดคุณสมบัติไว้อย่างชัดเจนว่าผู้สมัครต้องเป็นผู้ที่ประพฤติปฏิบัติดีต่อเด็กและสตรี และ **ไม่มีประวัติเคยกระทำความรุนแรง** ซึ่งเป็นการแสดงเจตนาที่เข้มแข็งในการต่อต้านความรุนแรงทุกรูปแบบ



3. การรณรงค์ร่วมกับภาคีเครือข่าย

สวท ทำงานร่วมกับสหพันธ์วางแผนครอบครัวระหว่างประเทศ (IPPF) UNFPA THAILAND และองค์กรภาคีเครือข่ายอื่น ๆ ในการขับเคลื่อนแคมเปญ เช่น แคมเปญ **16 Days of Activism against Gender-Based Violence** (16 วันแห่งการรณรงค์ยุติความรุนแรงบนพื้นฐานทางเพศ) เพื่อส่งสารไปยังสังคมว่า **“การยุติความรุนแรงเป็นหน้าที่ของทุกคน”**

ในเดือนรณรงค์ยุติความรุนแรงต่อสตรีนี้ สมาคมวางแผนครอบครัวแห่งประเทศไทยฯ (สวท) ขอยืนยันว่า **“การยุติความรุนแรงเป็นรากฐานสำคัญของสิทธิอนามัยการเจริญพันธุ์ที่เท่าเทียม”** ความรุนแรงเป็นอุปสรรคที่บั่นทอนทั้งสุขภาพและอำนาจในการตัดสินใจเกี่ยวกับร่างกายของสตรี เราจึงมุ่งมั่นเป็น **“พื้นที่ปลอดภัย”** ให้กับผู้หญิงและเยาวชนรวมถึงกลุ่มคนเปราะบางทุกคน

เราขอเรียกร้องให้ทุกคนร่วมมือกันไม่ยอมรับความรุนแรงในทุกรูปแบบ เพื่อสร้างสังคมไทยที่ทุกคนใช้ชีวิตได้อย่างมีศักดิ์ศรีและปราศจากความหวาดกลัว

4. การสร้างสุขภาวะและความเท่าเทียมที่ยั่งยืน

การยุติความรุนแรงต่อสตรีคือการเปิดทางให้ผู้หญิงสามารถเข้าถึงสิทธิอนามัยการเจริญพันธุ์ได้อย่างเต็มที่และปลอดภัย การทำงานของ สวท ในการส่งเสริม SRHR จึงเป็นการวางรากฐานสำคัญให้ผู้หญิงมี ความรู้ อำนาจ ในการตัดสินใจ และ ความมั่นคงปลอดภัย ซึ่งเป็นสามเสาหลักที่จะช่วยให้สตรีไทยมีคุณภาพชีวิตที่ดีและมีส่วนร่วมในการพัฒนาสังคมได้อย่างเต็มศักยภาพ





คอลัมน์ สวท สปเปเชียล

“พลังและความเท่าเทียม”

วันคนพิการแห่งชาติกับการส่งเสริมสุขภาพทางเพศและอนามัยการเจริญพันธุ์

เรื่องโดย...ปณัฐพงศ์ นรดี

วันเสาร์ที่สองของเดือนพฤศจิกายนของทุกปี เป็น “วันคนพิการแห่งชาติ” ซึ่งเป็นวาระสำคัญที่สังคมไทยจะได้ตระหนักถึงคุณค่า ศักยภาพ และความสำคัญของผู้พิการ รวมถึงร่วมกันส่งเสริมและสนับสนุนให้พวกเขามีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้นอย่างเท่าเทียม วันนี้ไม่ใช่เพียงการเฉลิมฉลอง แต่เป็นการเน้นย้ำถึงความจำเป็นในการจัดอุปสรรคและสร้างโอกาสให้ผู้พิการสามารถเข้าถึงสิทธิต่าง ๆ ได้อย่างสมบูรณ์ เช่นเดียวกับที่ สมาคมวางแผนครอบครัวแห่งประเทศไทย ในพระราชูปถัมภ์สมเด็จพระศรีนครินทราบรมราชชนนี (สวท) ได้ตระหนักและมุ่งมั่นดำเนินงานอย่างต่อเนื่องในการส่งเสริม “อนามัยการเจริญพันธุ์และสุขภาพทางเพศ” สำหรับผู้พิการ

ความสำคัญของสิทธิอนามัยการเจริญพันธุ์ สำหรับคนพิการ

ผู้พิการก็คือนุชนคนหนึ่งที่มีความต้องการทางเพศ มีสิทธิในการมีครอบครัว และมีสิทธิที่จะได้รับข้อมูลและการบริการด้านอนามัยการเจริญพันธุ์ที่ครบถ้วนและเหมาะสม อย่างไรก็ตาม ผู้พิการมักเผชิญกับอุปสรรคที่ซับซ้อนในการเข้าถึงบริการเหล่านี้ ทั้งจากทัศนคติของสังคมที่มองข้ามเรื่องเพศของผู้พิการ การขาดความรู้ความเข้าใจเรื่องเพศและสุขภาพอนามัยการเจริญพันธุ์ที่เฉพาะเจาะจง รวมถึงการขาดแคลนสิ่งอำนวยความสะดวกและรูปแบบการบริการที่เข้าถึงได้

วันคนพิการแห่งชาติจึงเป็นโอกาสให้ทุกภาคส่วนพิจารณาถึงช่องว่างเหล่านี้ โดยเฉพาะในด้านสุขภาพทางเพศ ซึ่งเป็นหัวใจสำคัญของการมีคุณภาพชีวิตที่ดี



บทบาทของ สวท ในการเสริมพลังผู้พิการ

สวท เล็งเห็นถึงความจำเป็นในการมอบความรู้และบริการด้านอนามัยการเจริญพันธุ์และสุขภาพทางเพศที่ครอบคลุมสำหรับทุกคน รวมถึงผู้พิการด้วย โดยมีการทำงานที่สำคัญหลายด้าน อาทิ

1. การให้ความรู้และทักษะที่จำเป็น

สวท ได้ริเริ่มโครงการและกิจกรรมที่เน้นการถ่ายทอดความรู้เรื่องเพศศึกษา การวางแผนครอบครัว การป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ (รวมถึง HIV/AIDS) และการใช้ถุงยางอนามัยอย่างถูกวิธี โดยปรับรูปแบบสื่อและวิธีการอบรมให้เหมาะสมกับความพิการแต่ละประเภท เช่น การใช้ล่ามภาษามือสำหรับผู้พิการทางการได้ยิน เพื่อให้มั่นใจว่าข้อมูลที่สำคัญเหล่านี้จะถูกส่งไปยังกลุ่มเป้าหมายอย่างมีประสิทธิภาพ



2. การให้บริการที่เป็นมิตรและครอบคลุม

สวท มุ่งเน้นการพัฒนารูปแบบการบริการในคลินิกเวชกรรม สวท หรือหน่วยบริการเคลื่อนที่ที่เกี่ยวข้อง ให้มีความพร้อมและเข้าถึงได้ง่าย ทั้งในด้านกายภาพ และทัศนคติของบุคลากร เพื่อให้ผู้พิการรู้สึกมั่นใจและปลอดภัยในการเข้ารับบริการด้านสุขภาพทางเพศและอนามัยการเจริญพันธุ์

3. การส่งเสริมสิทธิและศักดิ์ศรีความเป็นมนุษย์

การทำงานของ สวท อยู่บนหลักการของ สิทธิทางเพศและสิทธิด้านอนามัยการเจริญพันธุ์ ที่ยอมรับว่าผู้พิการทุกคนมีสิทธิที่จะตัดสินใจเกี่ยวกับร่างกาย เพศวิถี และการเจริญพันธุ์ของตนเองอย่างอิสระและรับผิดชอบ



ในวันคนพิการแห่งชาติและวันอื่น ๆ สวท ยังคงยืนหยัดเคียงข้างผู้พิการ ในฐานะผู้ผลักดันให้เกิดสังคมที่ยอมรับความหลากหลาย “ความพิการไม่ใช่ข้อจำกัดในการเข้าถึงสิทธิและศักดิ์ศรีความเป็นมนุษย์” การสนับสนุนให้ผู้พิการเข้าถึงอนามัยการเจริญพันธุ์ได้อย่างมีคุณภาพจึงเป็นการพัฒนาสังคมที่ยั่งยืน



คอลัมน์บอกข่าวเล่าเรื่อง

เรื่องโดย ปณัฐพงศ์ นรดี

ช่วงเดือนกันยายนถึงตุลาคมที่ผ่านมา สมาคมวางแผนครอบครัวแห่งประเทศไทยฯ ได้ขับเคลื่อนภารกิจด้านสิทธิอนามัยการเจริญพันธุ์อย่างเข้มข้น ผ่านกิจกรรมที่หลากหลายและเข้าถึงกลุ่มประชากรชายขอบและเปราะบางในทุกภูมิภาคของประเทศ มุ่งเน้นการสร้างความเข้มแข็งในหลายมิติ ทั้งการส่งต่อยาและเวชภัณฑ์ เพื่อบรรเทาโรคฉวยหนึ่งและยกระดับสุขอนามัยให้กับเจ้าหน้าที่ผู้ปฏิบัติงาน ประชาชนในพื้นที่จังหวัดชายแดน และผู้ต้องขังในเรือนจำ พร้อมกันนี้ ยังให้ความสำคัญกับการพัฒนาศักยภาพเยาวชน ผ่านโครงการ Girl Act 2025 การให้ความรู้เรื่อง PrEP/PEP แก่นักศึกษา และการจัดอบรมอนามัยเจริญพันธุ์สำหรับเยาวชนคนหนุ่มสาว รวมถึงการฝึกกำลังกับภาคีเครือข่ายทั้งภาครัฐและ NGOs เพื่อยกระดับการเข้าถึงบริการในพื้นที่ชายแดนไทย - เมียนมา และเตรียมความพร้อมรับมือสถานการณ์ฉุกเฉิน เพื่อให้มั่นใจว่ากลุ่มเปราะบางจะได้รับการดูแลอย่างต่อเนื่องและเท่าเทียม กิจกรรมทั้งหมดนี้สะท้อนถึงความมุ่งมั่นของ สวท ในการร่วมเป็นส่วนหนึ่งของการ พัฒนาคุณภาพชีวิตและสร้างความเท่าเทียมทางสุขภาพ สำหรับทุกคนในสังคมอย่างไม่หยุดยั้ง





สวท แม่สอด จังหวัดตาก ส่งต่อยาให้กับประชาชนในพื้นที่จังหวัดตาก

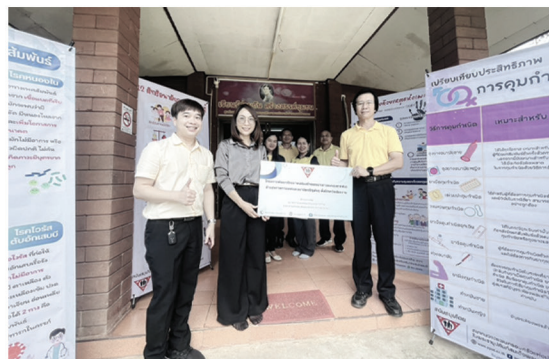
เมื่อวันที่ 18 สิงหาคมที่ผ่านมา สมาคมวางแผนครอบครัวแห่งประเทศไทย ฯ หรือ PPAT นำโดย นางสาวนุชนารถ ธีระรัตน์ ผู้จัดการโครงการ คุณปรียานุช อ่อนทวงค์ ผู้จัดการโครงการ สวท แม่สอด จังหวัดตาก พร้อมด้วยคณะทำงาน เป็นผู้แทนสมาคม ฯ มอบยาหากำจัดเชื้อราให้แก่เจ้าหน้าที่ตำรวจ ทหาร อสม. องค์กรเครือข่าย และประชาชนในพื้นที่ จังหวัดตาก เพื่อใช้ในการรักษาโรคผิวหนังที่เกิดจากเชื้อรา การมอบยาในครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อบรรเทาความเดือดร้อน ให้กับประชาชนและเจ้าหน้าที่ผู้ปฏิบัติงานในพื้นที่ ซึ่งมักประสบปัญหาโรคผิวหนังจากสภาพอากาศร้อนชื้น โดยเฉพาะในกลุ่มเจ้าหน้าที่ที่ต้องทำงานกลางแจ้งเป็นเวลานาน การได้รับยาที่จำเป็นจะช่วยให้สามารถดูแลตนเองได้ดียิ่งขึ้น

กิจกรรมดังกล่าวสะท้อนให้เห็นถึงความมุ่งมั่นของสมาคม ฯ ในการส่งเสริมคุณภาพชีวิตและสุขภาพของประชาชน ในทุกมิติ นอกเหนือจากการให้บริการด้านการวางแผนครอบครัวแล้ว ยังให้ความสำคัญกับการดูแลสุขภาพองค์รวมของ ประชาชนทุกกลุ่มอีกด้วย ขอขอบคุณบริษัท ไบเออร์ไทย จำกัด ที่สนับสนุนยาดังกล่าว



สวท ร่วมกับ AHF Thailand จัดอบรม Girl Act 2025 สร้างผู้นำเยาวชนหญิง ด้านอนามัยเจริญพันธุ์

เมื่อวันที่ 19 สิงหาคมที่ผ่านมา สมาคมวางแผนครอบครัวแห่งประเทศไทยฯ (สวท) หรือ PPAT ร่วมกับ มูลนิธิเอดส์ เฮลท์ แคร์ (ประเทศไทย) หรือ AHF Thailand จัดกิจกรรมอบรมเชิงปฏิบัติการ “หนุนเสริมแกนนำเยาวชนหญิง และครูที่ปรึกษาโครงการ เพื่อให้ความรู้ความเข้าใจด้านการป้องกัน ให้ความช่วยเหลือ และส่งต่อบริการด้านอนามัย การเจริญพันธุ์แก่เยาวชนในสถานศึกษา ภายใต้โครงการ “สร้างแกนนำเยาวชนหญิงให้เป็นผู้นำด้านอนามัยเจริญพันธุ์ ในสถานศึกษา” (Girl Act 2025) กิจกรรมครั้งนี้มี คุณปัทมา บุรณะประภา ผู้จัดการโครงการและเจ้าหน้าที่โครงการ ฯ จาก สวท เป็นผู้ดำเนินการอบรม และได้รับเกียรติจากคุณวราโชติ ลมุดทอง ผู้แทนจากมูลนิธิเอดส์ เฮลท์ แคร์ ประเทศไทย (AHF Thailand) ร่วมพิธีเปิดและบรรยายให้ความรู้ โดยการอบรมนี้จัดขึ้น ณ ห้องประชุม ชั้น 6 อาคารสมเด็จพระจุลจอมเกล้า สวท ซึ่งมีสถานศึกษาเครือข่ายเข้าร่วม 3 แห่ง ได้แก่ โรงเรียนบางเขน (ไวศาลิอนุสรณ์) โรงเรียนธรรมศาสตร์คลองหลวง วิทยาคม และโรงเรียนดอนเมืองจาตุรจินดา การอบรมในครั้งนี้จะช่วยสร้างและพัฒนาแกนนำเยาวชนหญิงให้สามารถ เป็นกำลังสำคัญในการขับเคลื่อนประเด็นด้านอนามัยเจริญพันธุ์ในสถานศึกษาของตนเองต่อไป



สวท สนับสนุนชุดสื่อความรู้ SRHR แก่เยาวชนแม่ฟ้าหลวง

เมื่อวันที่ 26 สิงหาคมที่ผ่านมา สมาคมวางแผนครอบครัวแห่งประเทศไทยฯ (สวท) โดยสำนักงาน สวท จังหวัดเชียงราย มอบชุดสื่อความรู้ด้านสิทธิ สุขภาพทางเพศและอนามัยการเจริญพันธุ์ (SRHR) ให้แก่แกนนำเยาวชนในพื้นที่อำเภอแม่ฟ้าหลวง เพื่อใช้เป็นเครื่องมือในการเผยแพร่ความรู้ด้านอนามัยการเจริญพันธุ์ นำโดยนางสาวกรณวิระ แสนดวง ผู้จัดการโครงการ และนายพงศกร เสาร์เขียว เจ้าหน้าที่โครงการ สวท สำนักงานจังหวัดเชียงราย ได้เป็นตัวแทนมอบชุดสื่อดังกล่าวให้กับ นายรัฐเขต เชื้อมหวาน ผู้อำนวยการศูนย์ส่งเสริมการเรียนรู้ (สกร.) ระดับอำเภอแม่ฟ้าหลวง และคณะครู ซึ่งเป็นตัวแทนรับมอบสื่อ ดำเนินงานภายใต้โครงการ “พัฒนาศักยภาพเสริมสร้างแกนนำเยาวชนกลุ่มชาติพันธุ์ด้านสุขภาพทางเพศและอนามัยการเจริญพันธุ์พื้นที่จังหวัดเชียงราย”

การสนับสนุนสื่อครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อส่งเสริมให้เยาวชนโดยเฉพาะกลุ่มชาติพันธุ์ในพื้นที่ห่างไกล ได้เข้าถึงข้อมูลความรู้ที่ถูกต้องและจำเป็นเกี่ยวกับสุขภาพทางเพศและอนามัยการเจริญพันธุ์ ซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของการพัฒนาศักยภาพเยาวชนให้สามารถดูแลตนเองและเป็นแกนนำในการสร้างความตระหนักรู้ในชุมชนของตนเองได้อย่างเหมาะสม



มอบยาแก้ร้อนจ้ำจังหวัดปัตตานี ยกระดับคุณภาพชีวิตผู้ต้องขัง

เมื่อวันที่ 27 สิงหาคมที่ผ่านมา สมาคมวางแผนครอบครัวแห่งประเทศไทย ฯ (สวท) สำนักงานจังหวัดปัตตานี ได้ดำเนินการมอบเวชภัณฑ์และยาทากำจัดเชื้อรา เพื่อสนับสนุนการดูแลรักษาสุขภาพของผู้ต้องขังแก้ร้อนจ้ำจังหวัดปัตตานี โดยมีวัตถุประสงค์ส่งเสริมคุณภาพชีวิตและสุขอนามัยของผู้ต้องขังภายในเรือนจำ โครงการดังกล่าวเป็นส่วนหนึ่งของการกิจ สวท ในการส่งเสริมการเข้าถึงบริการด้านสุขภาพแลอนามัยการเจริญพันธุ์ให้กับกลุ่มประชากรชายขอบและเปราะบาง ซึ่งรวมถึงผู้ต้องขังในเรือนจำ

นางสาวไซตง ดอเลาะ ผู้จัดการโครงการกล่าวว่า “การมอบเวชภัณฑ์ในครั้งนี้เป็นความร่วมมือระหว่าง สวท ปัตตานี และเรือนจำจังหวัดปัตตานี เราเชื่อว่าการเข้าถึงการรักษาพยาบาลขั้นพื้นฐานเป็นสิทธิมนุษยชนที่ทุกคนควรได้รับ และหวังว่าการสนับสนุนของเราจะช่วยให้ผู้ต้องขังมีสุขภาพกายและใจที่ดีขึ้น ซึ่งจะนำไปสู่การปรับตัวและกลับคืนสู่สังคมได้อย่างมีคุณภาพต่อไป”

การสนับสนุนในครั้งนี้แสดงให้เห็นถึงความห่วงใยและบทบาทของ สวท ในการร่วมเป็นส่วนหนึ่งในการพัฒนาสังคม สมาคมวางแผนครอบครัวแห่งประเทศไทย ฯ ขอขอบคุณบริษัท ไบเออร์ไทย จำกัด ที่สนับสนุนยาดังกล่าว





สวท จัดประชุมเชิงปฏิบัติการสรุปผลการส่งเสริมการป้องกัน HIV ในสถานศึกษา

เมื่อวันที่ 29 สิงหาคมที่ผ่านมา สมาคมวางแผนครอบครัวแห่งประเทศไทยฯ (สวท) ได้จัดประชุมเชิงปฏิบัติการเพื่อสรุปผลการดำเนินงานโครงการส่งเสริมการป้องกันการติดเชื้อ HIV ในกลุ่มเยาวชนในสถานศึกษา ณ ห้องประชุมพักพิง อิงทวง บูติค โฮเทล จังหวัดนนทบุรี การประชุมครั้งนี้มีคุณณัฏฐา บุรณะประภา ผู้จัดการโครงการ พร้อมด้วยคณะทำงาน โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อสรุปผลการดำเนินงานที่ผ่านมา ระดมสมองแก้ไขปัญหา และแลกเปลี่ยนประสบการณ์ระหว่างครูที่ปรึกษาโครงการจากสถานศึกษาเครือข่าย ได้แก่ โรงเรียนเคหะทุ่งสองห้องวิทยา 1 โรงเรียนเคหะทุ่งสองห้องวิทยา 2 และโรงเรียนราชวินิตบางเขน นอกจากนี้ยังมีผู้แทนจากสำนักงานโรคติดต่อทางสาธารณสุข สำนักงานมายกรุงเทพมหานคร เข้าร่วมการประชุม เพื่อร่วมกันวางแผนและต่อยอดกิจกรรมป้องกัน HIV ให้มีประสิทธิภาพและยั่งยืนในสถานศึกษาต่อไป

การประชุมเชิงปฏิบัติการครั้งนี้ถือเป็นส่วนสำคัญในการพัฒนาและขับเคลื่อนโครงการให้บรรลุเป้าหมายเพื่อลดการแพร่ระบาดของเชื้อ HIV ในกลุ่มเยาวชน และสร้างความรู้ความเข้าใจที่ถูกต้องเกี่ยวกับการป้องกันโรคในสถานศึกษาได้อย่างแท้จริง



สวท อบรมให้ความรู้เรื่องอนามัยการเจริญพันธุ์แก่เยาวชนคนहुหนวก

ระหว่างวันที่ 30 - 31 สิงหาคมที่ผ่านมา คุณปัทมา บุรณะประภา ผู้จัดการโครงการ พร้อมด้วย นายแพทย์ อัยยگانต์ อัยยگانต์ ผู้จัดการคลินิกเวชกรรม สวท หาดใหญ่ นำคณะวิทยากรจาก สวท และอาสาสมัคร ร่วมจัดกิจกรรมค่ายอบรมเชิงปฏิบัติการเสริมสร้างศักยภาพเยาวชน ในรูปแบบการเรียนรู้การสอนเพศวิถีศึกษาแบบรอบด้านสำหรับเยาวชนที่มีความพิการทางการได้ยิน ณ โรงแรมเดอะพาลาสโซ กรุงเทพฯ ซึ่งดำเนินงานร่วมกับชมรมเยาวชนคนहुหนวกไทย ซึ่งได้รับเกียรติจากนางหญ่ทัย ศิริสินอุดมกิจ ผู้อำนวยการกลุ่มพัฒนาระบบบริหาร กรมส่งเสริมและพัฒนาคุณภาพชีวิตคนพิการ กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ เป็นประธานเปิดงาน

สำหรับกิจกรรมการให้ความรู้ในครั้งนี้มุ่งประเด็นเนื้อหาสาระเรื่องอนามัยการเจริญพันธุ์ ท้องไม่พร้อม โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ รวมถึงสิทธิทางเพศและสิทธิอนามัยการเจริญพันธุ์ ผ่านกิจกรรมการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม อาทิ กิจกรรมต้นไม้แห่งความหวังเพื่อส่งเสริมการแลกเปลี่ยนความรู้และประสบการณ์ร่วมกัน สอนทักษะการใส่ถุงยางอนามัย และการคุมกำเนิดรวมถึงกิจกรรมน้องถาม พี่หมอต้อนรับเปิดโอกาสให้เยาวชนได้สอบถามข้อสงสัยจากแพทย์ผู้เชี่ยวชาญโดยตรง ผู้เข้ารับการอบรมได้รับทั้งความรู้และความสนุกสนานจากกิจกรรมต่างๆ ซึ่งจะช่วยสร้างความเข้าใจและทักษะที่จำเป็นในการดูแลสุขภาพของตนเองรวมถึงสามารถตัดสินใจเรื่องต่าง ๆ ในชีวิตได้อย่างมีวิจารณญาณ ซึ่งจะเป็นรากฐานสำคัญในการพัฒนาคุณภาพชีวิตให้ดีขึ้นในอนาคต



ünssศการ Moon Blood Festival 2025 “Diversity of Menstruation”

เมื่อวันที่ 2 กันยายน ที่ผ่านมา สมาคมวางแผนครอบครัวแห่งประเทศไทย (สวท) จัดงานนิทรรศการ “Moon Blood Festival 2025 : diversity of menstruation” ภายใต้แนวคิด “รื้อถอนความเชื่อเดิม ๆ ของประจำเดือน” ณ โถงชั้น 1 หอศิลปวัฒนธรรมแห่งกรุงเทพมหานคร (BACC) โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อสร้างความเข้าใจเรื่องประจำเดือนในมิติที่หลากหลายมากขึ้น และเปิดโอกาสให้เยาวชนและศิลปินผู้มีความหลากหลายทางเพศได้เล่าเรื่องราวของตนเองผ่านงานศิลปะ ซึ่งได้รับเกียรติจาก ศศ.ดร.สมจรรย์ ปรียานนท์ เลขาธิการสมาคมฯ กล่าวเปิดงานและร่วมชมนิทรรศการ โดยกิจกรรมภายในงานมีการจัดแสดงผลงานที่น่าสนใจ “เลือดเดือน” จากมุมมองของเยาวชนและศิลปินผู้มีความหลากหลายทางเพศที่พร้อมจะเล่าเรื่องด้วยเสียงของตัวเองให้ดังขึ้น พร้อมกับการเสวนาในหัวข้อ “เมนส์เป็นของใคร” โดยมีผู้ร่วมพูดคุยได้แก่ คุณอาทิตย์ อาษา ผู้จัดการองค์กร TransEqual คุณภัสนิร รามวงศ์ ผู้แทนราษฎรเขต 7 กทม. พรรคประชาชน คุณเจน อรุणพิษ สำนักพิมพ์ Barefoot Banana และคุณธริษา พงษ์เสี๋ยร์ เจ้าของแบรนด์ถ้วยอนามัยยอย

โดยหนึ่งในไฮไลต์ของงานในครั้งนี้คือ การแสดงศิลปะการมัดเชือกที่เรียกกันว่า ชิบาริ ศิลปะแห่งการมัดร่างกาย เพื่อให้เรากลับมาความเจ็บปวด เข้าใจความจริง เป็นการบำบัดใจในรูปแบบหนึ่ง จากคุณณาดา yada.kinbaku และคุณชิน ที่พระจันทร์ ศิลปินในโครงการ moon blood festival สำหรับนิทรรศการ “Moon Blood Festival 2025” ครั้งนี้เน้นการทำลายกรอบความคิดเดิมที่จำกัดเรื่องประจำเดือนไว้แค่เรื่องของผู้หญิง และชวนให้ผู้ชมได้สำรวจและทำความเข้าใจเรื่องราวของ “เลือดเดือน” ที่ไหลลื่นไปในมิติที่หลากหลายมากขึ้น ผู้ที่สนใจสามารถเข้าชมนิทรรศการได้ตั้งแต่วันที่ 2 - 7 กันยายน 2568 โถงชั้น 1 หอศิลปวัฒนธรรมแห่งกรุงเทพมหานคร



สวท ผนึกกำลังภาครัฐ - NGOs ยกระดับการเข้าถึงบริการอนามัยเจริญพันธุ์ใน พื้นที่ชายแดนไทย - เมียนมา

เมื่อวันที่ 4 กันยายนที่ผ่านมา สมาคมวางแผนครอบครัวแห่งประเทศไทย ฯ (สวท) จัดประชุมร่วมกับสำนักงานโครงการส่งเสริมอนามัยเจริญพันธุ์ผู้หนีภัยจากการสู้รบตามแนวชายแดนไทย - เมียนมา ที่ อ.แม่สอด จ.ตาก เพื่อหาแนวทางความร่วมมือในการแก้ไขปัญหาการเข้าถึงบริการอนามัยเจริญพันธุ์ของกลุ่มผู้หนีภัยจากการสู้รบ ทั้งในและนอกศูนย์พักพิงชั่วคราว

การประชุมในครั้งนี้ มี ดร.นันทกาญจน์ สูงสุมาลย์ วุฒธัมม ผู้อำนวยการสมาคม ฯ พร้อมด้วยคณะทำงานจาก สวท และผู้แทนจาก สหพันธ์วางแผนครอบครัวระหว่างประเทศ (IPPF) เข้าร่วม โดยมีตัวแทนจากหน่วยงานภาครัฐ เช่น โรงพยาบาลแม่สอด และโรงพยาบาลชุมชนในพื้นที่ องค์การพัฒนาเอกชน (NGOs) ได้แก่ Shoklo Malaria Research Unit (SMRU) และ แม่ตาวคลินิก ร่วมหารืออย่างพร้อมเพรียง

การหาวิธีมุ่งแก้ไขปัญหาสำคัญที่กลุ่มผู้หนีภัย ฯ กำลังเผชิญ นั่นคือ การเข้าถึงบริการคุมกำเนิดที่ถาวรที่ยังคงเป็นไปอย่างยากลำบาก เนื่องจากไม่มีระบบการดูแลสุขภาพที่ครอบคลุม ทำให้หลายคนต้องเผชิญกับการตั้งครรภ์ที่ไม่ตั้งใจ และไม่สามารถยุติการตั้งครรภ์ได้อย่างปลอดภัย ส่งผลให้ต้องตั้งครรภ์และคลอดบุตรในสภาวะที่ไม่พร้อม

นอกจากนี้ ยังรวมถึงกลุ่มเสี่ยง เช่น วัยเรียนหรือสตรีที่มีโรคประจำตัว ซึ่งการตั้งครรภ์อาจเป็นอันตราย

ความร่วมมือครั้งนี้จึงมีเป้าหมายเพื่อเติมเต็มช่องว่างในการเข้าถึงบริการสุขภาพ เพื่อสร้างความเท่าเทียมด้านสุขภาพ โดยมุ่งให้ความช่วยเหลือสตรีเหล่านี้ให้ได้รับบริการที่มีมาตรฐาน ทั้งการให้คำปรึกษา การเข้าถึงการคุมกำเนิดอย่างสมัครใจ การยุติการตั้งครรภ์ที่ปลอดภัย และการดูแลครรภ์จนกระทั่งคลอด โดยเฉพาะในกลุ่มที่มีภาวะแทรกซ้อน ซึ่งทาง สวท และเครือข่ายต่างมุ่งมั่นอย่างเต็มที่เพื่อให้มารดาและบุตรปลอดภัย เพื่อเป็นการสนับสนุนการดำเนินงานดังกล่าว สวท ได้มอบเวชภัณฑ์การคุมกำเนิดและการดูแลสุขภาพ ให้กับ แม่ตาวคลินิก และ โรงพยาบาลแม่สอด

สวท เชื่อมั่นว่าการเข้าถึงบริการสุขภาพที่เท่าเทียมเป็นสิทธิขั้นพื้นฐานของผู้หญิงทุกคน โดยเฉพาะการมีสุขภาพอนามัยที่ดีและการมีบุตรเมื่อพร้อม เพื่อให้แม่และเด็กมีคุณภาพชีวิตที่ดีทั้งทางร่างกายและจิตใจ

ขอบคุณ @ เรื่องเล่าหมอชายแดน



ส่งต่อยาช่วยเหลือนutriและประชาชนพื้นที่ชายแดน

เมื่อวันที่ 7 สิงหาคมที่ผ่านมา นายแพทย์ธีระพงษ์ แก้วภมร นายแพทย์สาธารณสุขจังหวัดอุบลราชธานี เป็นตัวแทนรับมอบเวชภัณฑ์ยารักษาเชื้อรา จากนายแพทย์ศุภกฤต ธนาจิระศักดิ์ แพทย์ประจำคลินิกเวชกรรม สวท อุบลราชธานี และคณะเจ้าหน้าที่สมาคมวางแผนครอบครัวแห่งประเทศไทย เพื่อนำไปสนับสนุนการปฏิบัติงานของ ทหารตามแนวชายแดนไทย - กัมพูชา และช่วยเหลือนutriประชาชนในจุดอพยพจากสถานการณ์ชายแดน โดยยาดังกล่าวจะถูกนำไปใช้ในการป้องกันและควบคุมโรคที่อาจเกิดขึ้นได้ ขอขอบคุณบริษัท ไบเออร์ไทย จำกัด





ลงพื้นที่ติดตามงานโครงการส่งเสริมสุขภาพชายแดนไทย - เมียนมา

ระหว่างวันที่ 1 - 5 กันยายนที่ผ่านมา ดร.นันทกาญจน์ สูงสุมาลย์ วุฒธัม ผู้อำนวยการสมาคมวางแผนครอบครัวแห่งประเทศไทย ฯ (สวท) และคณะทำงาน ได้ลงพื้นที่จังหวัดตากเพื่อติดตามและบูรณาการการทำงานของโครงการ “ส่งเสริมสุขภาพทางเพศและอนามัยการเจริญพันธุ์ในกลุ่มผู้หนีภัยการสู้รบบริเวณชายแดนไทย - เมียนมา” โดยการลงพื้นที่ครั้งนี้มีเจ้าหน้าที่จากส่วนงานโครงการ สำนักงาน สวท แม่สอด คณะทำงาน QOC ส่วนงานแผนงานและประเมินผล พร้อมด้วยเจ้าหน้าที่จากสหพันธ์วางแผนครอบครัวระหว่างประเทศ (IPPF) เข้าร่วมด้วย โดยมีวัตถุประสงค์หลักเพื่อเยี่ยมชมติดตามผลการดำเนินงานในพื้นที่และให้การสนับสนุนเสริมพลังการทำงานของทีมงานในพื้นที่ชายแดน

การลงพื้นที่ครั้งนี้ครอบคลุมพื้นที่ อ.พบบพระ อ.ท่าสองยาง และ อ.แม่สอด จังหวัดตาก ซึ่งเป็นพื้นที่ที่มีผู้หนีภัยการสู้รบอาศัยอยู่ ซึ่งโครงการนี้ได้รับการสนับสนุนจาก Japan Trust Fund (JTF) ซึ่งมีบทบาทสำคัญในการขับเคลื่อนและสร้างความยั่งยืนให้กับงานในพื้นที่ชายแดนไทย - เมียนมา



สวท จัดอบรมพัฒนาศักยภาพผู้หญิงและเด็กหญิงใน 3 จังหวัดชายแดนใต้

เมื่อวันที่ 11 กันยายนที่ผ่านมา สมาคมวางแผนครอบครัวแห่งประเทศไทยฯ (สวท) สำนักงานปัตตานี นำโดย คุณไชตง ดอเลาะ ผู้จัดการโครงการ จัดกิจกรรมอบรมเพื่อเสริมสร้างความรู้และพัฒนาทักษะอาชีพให้แก่ผู้หญิงและหญิงกลุ่มเปราะบางในพื้นที่ 3 จังหวัดชายแดนใต้ ได้แก่ จังหวัดปัตตานี จังหวัดยะลา และจังหวัดนราธิวาส ภายใต้ “โครงการเสริมสร้างความรู้ด้านอนามัยการเจริญพันธุ์ให้กับผู้หญิงและสร้างโอกาสในการพัฒนาอาชีพเพื่อความเป็นอยู่ที่ดีและยั่งยืน ในพื้นที่ 3 จังหวัดชายแดนใต้” โดยมีเป้าหมายสำคัญเพื่อให้ผู้หญิงและเด็กหญิงกลุ่มเปราะบางมีความรู้และสุขภาพทางเพศที่ดีขึ้น สามารถวางแผนอาชีพได้อย่างรอบคอบ กล้าคิด กล้าทำ และตัดสินใจด้วยตัวเอง เพื่อสร้างแรงบันดาลใจในการเปลี่ยนแปลงชีวิตของตนเองและครอบครัว เพราะ “ความรู้ที่ใช่” คือพลังที่ช่วยสร้างชีวิตที่มั่นคง

การอบรมในครั้งนี้มุ่งเน้นความรู้ด้านอนามัยการเจริญพันธุ์ การวางแผนครอบครัว การป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ รวมถึงการป้องกันเอชไอวี / เอดส์ นอกจากนี้ผู้เข้าร่วมอบรมยังได้พัฒนาทักษะด้านอาชีพและการตลาดเบื้องต้น เช่น การวิเคราะห์จุดแข็ง - จุดอ่อน (SWOT Analysis) การคำนวณต้นทุน - กำไร และการวางแผนการตลาด พร้อมกับเปิดโอกาสให้ผู้เข้าร่วมได้แลกเปลี่ยนประสบการณ์และสร้างเครือข่าย เพื่อเป็นพลังขับเคลื่อนในการพัฒนาชุมชนร่วมกัน ซึ่งจะช่วยพัฒนาคุณภาพชีวิตของคนในชุมชนได้อย่างยั่งยืน



สวท ร่วมกับ นักศึกษามทร.ธัญบุรี จัดกิจกรรมให้ความรู้ป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์

เมื่อวันที่ 12 กันยายน ที่ผ่านมาคณะวิทยาการจาก สมาคมวางแผนครอบครัวแห่งประเทศไทย ฯ ร่วมกับ น้อง ๆ นักศึกษาสาขาการจัดการทรัพยากรมนุษย์ คณะบริหารธุรกิจ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลธัญบุรี (มทร.ธัญบุรี) จัดกิจกรรมให้ความรู้ด้านอนามัยการเจริญพันธุ์ การป้องกันเอชไอวี/เอดส์ โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ ภายใต้ โครงการฝึกอบรมเรื่องพร้อมใจ ปลอดภัย ห่างไกลโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ ให้กับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนธัญบุรี จังหวัดปทุมธานี โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อให้นักเรียนได้รับความรู้ความเข้าใจที่ถูกต้องเกี่ยวกับอนามัยการเจริญพันธุ์ การป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ และการดูแลตนเองอย่างปลอดภัย ซึ่งได้รับเกียรติจาก ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.บุญทริกา วงษ์วานิช หัวหน้าสาขาวิทยาการจัดการ เป็นประธานเปิดงาน

ภายในงานนอกจากจะมีการบรรยายให้ความรู้จากวิทยากรผู้เชี่ยวชาญจาก สวท แล้ว ยังมีกิจกรรมภาคปฏิบัติที่น่าสนใจ เช่น การสาธิตวิธีสวมใส่ถุงยางอนามัยที่ถูกต้อง และเกมทบทวนความรู้เกี่ยวกับพฤติกรรมเสี่ยงและช่องทางที่อาจทำให้ติดเชื้อเอชไอวี ซึ่งช่วยให้นักเรียนสามารถนำความรู้ไปปรับใช้ในชีวิตประจำวันได้อย่างมีประสิทธิภาพ

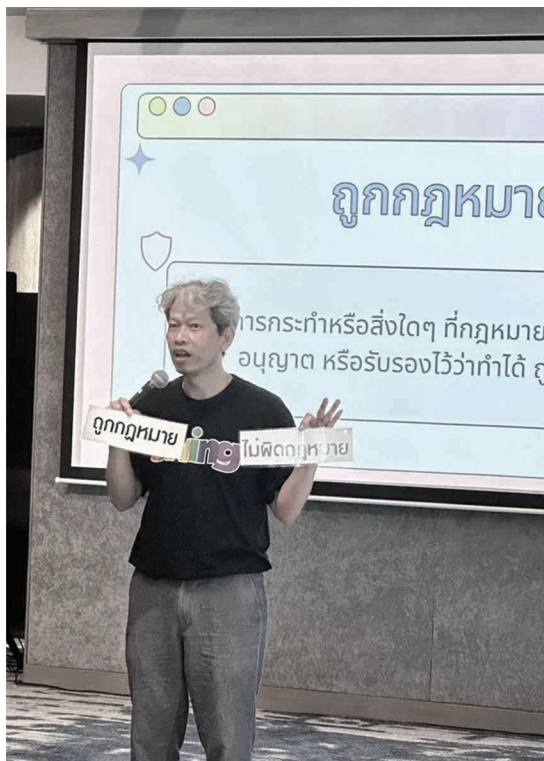
การจัดกิจกรรมครั้งนี้เป็นส่วนหนึ่งของการเรียนรู้ของนักศึกษา ซึ่งเปิดโอกาสให้นักศึกษาได้ฝึกฝนทักษะการบริหารจัดการโครงการเพื่อสังคม และนำความรู้ในห้องเรียนมาสร้างสรรค์กิจกรรมที่เป็นประโยชน์ต่อชุมชนอย่างแท้จริง



สวท ร่วมกับ สค.12 ให้ความรู้แก่นักศึกษา ม.หาดใหญ่

เมื่อวันที่ 17 กันยายนที่ผ่านมา สมาคมวางแผนครอบครัวแห่งประเทศไทย ฯ (สวท) สำนักงานปัตตานี ได้รับเกียรติจากมหาวิทยาลัยหาดใหญ่เข้าร่วมเป็นวิทยากรใน “โครงการสัมมนาสังคมศึกษา” เพื่อเสริมสร้างความรู้ด้านอนามัยการเจริญพันธุ์และทักษะการป้องกันตนเองที่จำเป็นให้แก่นักศึกษา เพื่อให้พวกเขา

สามารถเติบโตได้อย่างมีคุณภาพและปลอดภัย ทั้งในมิติทางสังคม สุขภาพ และเพศศึกษา การสัมมนาคั้งนี้จัดขึ้น ณ ห้องประชุมสมิหลา อาคารสงขลา โดยมีนักศึกษาจากคณะศึกษาศาสตร์และคณะศิลปศาสตร์กว่า 200 คน เข้าร่วมรับฟังอย่างคึกคัก โดย สวท ได้ร่วมกับสำนักงานป้องกันควบคุมโรคที่ 12 สงขลา ให้ความรู้ครอบคลุมในประเด็นสำคัญต่าง ๆ ได้แก่ การป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ การป้องกันการตั้งครรภ์ไม่พร้อม และการยุติการตั้งครรภ์อย่างปลอดภัย ซึ่งนำเสนอโดย คุณไชตง ดอเลาะ ผู้จัดการโครงการ สวท



จับมือ 3 องค์กร จัดเวทีสร้างความเข้าใจเรื่องยกเลิก พ.ร.บ. คำประเวณียฯ ครั้งที่ 3 ที่ภูเก็ต

เมื่อวันที่ 17 กันยายนที่ผ่านมา สหพันธ์วางแผนครอบครัวระหว่างประเทศ (International Planned Parenthood Federation - IPPF) สมาคมวางแผนครอบครัวแห่งประเทศไทย ฯ (สวท) และ มูลนิธิเพื่อนพนักงานบริการ (SWING) ได้ร่วมกันจัดเวทีเสวนา “การสร้างความเข้าใจเรื่องการยกเลิกพระราชบัญญัติป้องกันและปราบปรามการค้าประเวณี พ.ศ. 2539” ครั้งที่ 3 ณ จังหวัดภูเก็ต เพื่อเปิดพื้นที่แลกเปลี่ยนความคิดเห็นและขับเคลื่อนการแก้ไขปัญหาที่ส่งผลกระทบต่อกลุ่มพนักงานบริการหญิง

การจัดงานในครั้งนี้เป็นส่วนหนึ่งของการดำเนินงานต่อเนื่องจากเวทีที่เคยจัดขึ้นที่จังหวัดอุดรธานีและเชียงใหม่ เพื่อให้ครอบคลุมทุกภูมิภาคของประเทศไทย โดยมีวัตถุประสงค์หลักเพื่ออัปเดตสถานการณ์ล่าสุดเกี่ยวกับการยกเลิก พ.ร.บ. ดังกล่าว และเปิดโอกาสให้ผู้เข้าร่วมได้แลกเปลี่ยนความคิดเห็นในประเด็นสำคัญเกี่ยวกับ สิทธิในอาชีพของพนักงานบริการ

งานเสวนาที่เกิดขึ้นไม่เพียงแต่เป็นเวทีสำหรับอัปเดตข้อมูลและปัญหาที่แรงงานในสถานบริการต้องเผชิญเท่านั้น แต่ยังเปิดโอกาสให้เกิดการระดมสมองและแลกเปลี่ยนแนวคิดอย่างสร้างสรรค์ เพื่อหาทางออกร่วมกันในการผลักดันให้เกิดกฎหมายใหม่ ที่สามารถคุ้มครองสิทธิและอาชีพของพนักงานบริการได้อย่างแท้จริง

ความร่วมมือระหว่างทั้งสามองค์กรในการจัดงานครั้งนี้จึงเป็นก้าวสำคัญที่จะนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงเชิงนโยบาย เพื่อยกระดับคุณภาพชีวิต คุณค่าองค์กรที่ดีศรี และมอบความเท่าเทียมและเป็นธรรมให้กับพนักงานบริการทุกคนในสังคม



สวท ปัตตานี จัดกิจกรรมให้ความรู้เรื่อง PrEP / PEP แก่นักศึกษา ม.อ.ปัตตานี

ระหว่างวันที่ 15 - 17 กันยายนที่ผ่านมา สมาคมวางแผนครอบครัวแห่งประเทศไทย ฯ สำนักงานปัตตานี จัดกิจกรรมอบรมให้ความรู้ภายใต้ “โครงการส่งเสริมการเข้าถึงวิธีการป้องกันเอชไอวีทางการแพทย์” ณ อาคารเรียนรวม 19 มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี กิจกรรมครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อสร้างความเข้าใจที่ถูกต้องเกี่ยวกับ PrEP (ยาสำหรับป้องกันก่อนการสัมผัสเชื้อ) และ PEP (ยาสำหรับป้องกันหลังการสัมผัสเชื้อ) รวมถึงโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ และเชื้อเอชไอวี / เอ็ดส์ โดยมีนักศึกษาคณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ สาขาสังคมวิทยาและมานุษยวิทยา สาขาสังคมสงเคราะห์ และสาขาพัฒนาสังคม เข้าร่วมกว่า 90 คน ภายในงานมีการนำเสนอสื่อหลากหลายรูปแบบ ทั้งสื่อสิ่งพิมพ์ วิดีทัศน์ พร้อมกิจกรรมแบบมีส่วนร่วม เพื่อส่งเสริมให้ผู้เข้าร่วมได้เรียนรู้และตระหนักถึงความสำคัญของการป้องกันเอชไอวีอย่างถูกวิธี และยังช่วยเพิ่มโอกาสในการเข้าถึงบริการทางการแพทย์ได้อย่างเหมาะสม

การอบรมครั้งนี้ตอกย้ำถึงความสำคัญของการป้องกันที่ถูกต้อง ซึ่งเป็นกุญแจสำคัญในการสร้างความมั่นใจและความปลอดภัยในทุก ๆ ก้าวของชีวิต



สวท แม่สอด ร่วมจัดงานวันเยาวชนแห่งชาติเฉลิมฉลองพลังเสียงของคนรุ่นใหม่

เมื่อวันที่ 15 กันยายนที่ผ่านมา สมาคมวางแผนครอบครัวแห่งประเทศไทย ฯ (สวท) สำนักงานแม่สอด ได้เข้าร่วมจัดงาน “วันเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 9 ประจำปี 2025 : เยาวชนเพื่ออนาคตที่ดีกว่า” (9th National Youth Day 2025: Youth for a Better Future) ณ มหาวิทยาลัยราชภัฏกำแพงเพชร วิทยาเขตแม่สอด

งานนี้จัดขึ้นภายใต้แนวคิด “เยาวชนเพื่ออนาคตที่ดีกว่า” โดยมีจุดประสงค์เพื่อเฉลิมฉลองพลังเสียงและความฝันของเยาวชนที่พร้อมจะนำพาไปสู่อนาคตที่ดีได้ ได้รับเกียรติจาก นายชูชีพ พงษ์ไชย ผู้ว่าราชการจังหวัดตาก เป็นประธานในพิธีเปิดงาน โดยมีนักเรียนและครูจาก 17 ศูนย์การเรียนรู้สำหรับเด็กเยาวชนเข้าร่วมงานกว่า 500 คน

ภายในงานมีการแสดงรำพื้นเมืองอันงดงามของชนเผ่ามอญ กะเหรี่ยง เมียนมา และไทย รวมถึงการแสดงสร้างแรงบันดาลใจจากเยาวชนในชื่อ “ROY Unity” นอกจากนี้ยังมีการมอบรางวัลให้กับเยาวชนผู้นำดีเด่นและผู้ชนะการแข่งขันประเภทต่าง ๆ เช่น การกล่าวสุนทรพจน์ภาษาอังกฤษ และการประกวดแฟชั่นโชว์จากวิศดุรีไซเคิล

นอกจากนี้ ผู้เข้าร่วมงานยังได้ร่วมกิจกรรมที่น่าสนใจมากมาย ไม่ว่าจะเป็นการเสวนาในหัวข้อ “ความฝันและความท้าทายของเยาวชนย้ายถิ่น” นิทรรศการบูรณาการสร้างสรรค์ และการแสดงแฟชั่นโชว์จากวิศดุรีไซเคิล ซึ่งมี 12 องค์การพันธมิตร รวมถึง สวท. ที่ได้มาร่วมออกบูธให้ความรู้ด้านการศึกษา สังคม สื่อดิจิทัล และสุขภาพ ทำให้งานนี้เต็มไปด้วยสาระความรู้และความประทับใจ

งานวันเยาวชนแห่งชาติครั้งนี้ จัดโดย มูลนิธิช่วยเหลือผู้ลี้ภัย โครงการ Rays of Youth (ROY) โดยมี สวท แม่สอด เป็นหนึ่งในหน่วยงานที่ร่วมสร้างสรรค์กิจกรรมดี ๆ เพื่อเยาวชนในครั้งนี้



สวท แม่สอด เข้าพบ สสจ.ตาก ส่งเสริมความร่วมมือก่อนเริ่มทำงาน

เมื่อวันที่ 16 กันยายนที่ผ่านมา สมาคมวางแผนครอบครัวแห่งประเทศไทยฯ (สวท) นำโดย นางสาวกรณัฏฐิ์ แสนดวง ผู้จัดการโครงการ และนางสาวนุชนารถ ธารีรัตน์ ผู้จัดการโครงการ พร้อมด้วยคณะทำงาน ได้เข้าพบกับคณะผู้บริหารจากสำนักงานสาธารณสุขจังหวัดตาก (สสจ.ตาก) เพื่อประชุมชี้แจงโครงการเพื่อตอบสนองความต้องการด้านสุขภาพทางเพศและอนามัยการเจริญพันธุ์ ที่สำคัญของชุมชนที่ได้รับผลกระทบจากปัญหาความขัดแย้งจากการสู้รบในประเทศเมียนมา เพื่อร่วมหารือถึงแผนการดำเนินงานและแนวทางการประสานความร่วมมือเพื่อขับเคลื่อนโครงการให้สำเร็จตามเป้าหมาย ณ ห้องประชุมสำนักงานสาธารณสุข อำเภอเมือง จังหวัดตาก

การประชุมนี้ถือเป็นก้าวสำคัญในการสร้างความร่วมมือระหว่างภาครัฐและองค์กรภาคประชาสังคม เพื่อยกระดับการดูแลสุขภาพทางเพศและอนามัยการเจริญพันธุ์ให้กับชุมชนในพื้นที่ชายแดนอย่างเป็นรูปธรรม



สวท ร่วมประชุมเชิงปฏิบัติการ เสริมความเข้มแข็งเครือข่ายสุขภาพชายแดนแม่ฮ่องสอน

เมื่อวันที่ 18 กันยายนที่ผ่านมา สมาคมวางแผนครอบครัวแห่งประเทศไทยฯ (สวท) ได้เข้าร่วมการประชุมเชิงปฏิบัติการเพื่อพัฒนาเครือข่ายประสานงานสุขภาพชายแดน จังหวัดแม่ฮ่องสอน ซึ่งได้รับการสนับสนุนจากกรมความร่วมมือระหว่างประเทศ (TICA) โดยการประชุมครั้งนี้จัดขึ้นเพื่อหารือและเสริมสร้างความร่วมมือในการจัดการปัญหาสุขภาพในพื้นที่ชายแดนไทย - เมียนมา ซึ่งได้รับเกียรติจาก นายแพทย์ธวัช ฒันธรรม รองนายแพทย์สาธารณสุขจังหวัดแม่ฮ่องสอน (ด้านเวชกรรมป้องกัน) เป็นประธานในการเปิดการประชุม ประเด็นสำคัญที่หารือในการประชุมในครั้งนี้ การจัดการและความมั่นคงด้านสุขภาพชายแดน เพื่อให้ประชาชนทั้งในและนอกประเทศเข้าถึงบริการที่จำเป็นได้อย่างทั่วถึง การเตรียมความพร้อมของศูนย์ปฏิบัติการฉุกเฉิน (EOC) การควบคุมป้องกันและเฝ้าระวังโรคชายแดน การให้บริการด้านการแพทย์และสาธารณสุขในพื้นที่พักพิงชั่วคราว การดูแลสุขภาพของกลุ่มเปราะบางในพื้นที่พักพิง และการสร้างความร่วมมือกับองค์กรพัฒนาเอกชน (NGOs) เพื่อขยายขอบเขตการทำงานด้านสุขภาพให้ครอบคลุมและมีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น

นอกจากนี้ สวท ในพื้นที่จังหวัดแม่ฮ่องสอน ยังได้รับการสนับสนุนจาก สหพันธ์การวางแผนครอบครัวระหว่างประเทศ (IPPF) ให้ดำเนิน โครงการตอบสนองสุขภาพทางเพศและอนามัยการเจริญพันธุ์ที่สำคัญของชุมชนที่ได้รับผลกระทบจากความขัดแย้งบริเวณชายแดนไทย - เมียนมา ซึ่งการเข้าร่วมประชุมในครั้งนี้จึงเป็นโอกาสสำคัญในบูรณาการการทำงานโดยร่วมมือกับหน่วยงานภาครัฐและเครือข่ายภาคประชาสังคมในพื้นที่ เพื่อสร้างความเข้มแข็งของเครือข่ายในการประสานงานและส่งเสริมความร่วมมือด้านสุขภาพในพื้นที่ชายแดนให้ดียิ่งขึ้นต่อไป



สวท ร่วมประชุมหารือแนวทางการทำงานช่วยเหลือผู้หนีภัยการสู้รบจากเมียนมา

ระหว่างวันที่ 17 - 19 กันยายนที่ผ่านมา ดร.นันทกาญจน์ สูงสุมาลย์ วุฒิสมาชิก ผู้อำนวยการสมาคมวางแผนครอบครัวแห่งประเทศไทย ฯ (สวท) และ นางสาวนุชนารถ ธีระรินทร์ ผู้จัดการโครงการ ได้เข้าร่วมการประชุมสัมมนาระหว่างเจ้าหน้าที่รัฐ เจ้าหน้าที่องค์กรนอกภาครัฐ (NGOs) และเจ้าหน้าที่องค์กรระหว่างประเทศ ซึ่งทำงานดูแลผู้หนีภัยการสู้รบจากเมียนมา ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. 2568 ณ โรงแรมปรีชาพาเลส กรุงเทพมหานคร การประชุมดังกล่าวจัดขึ้นเพื่อหารือและวางแผนการทำงานด้านมนุษยธรรม โดยมีประเด็นสำคัญครอบคลุมหลายด้าน เช่น นโยบายของภาครัฐต่อผู้หนีภัย ฯ นโยบายด้านการต่างประเทศของไทยกับเมียนมา การดำเนินงานขององค์กรระหว่างประเทศและ NGOs เกี่ยวกับการโยกย้ายถิ่นฐานของผู้หนีภัย ฯ พร้อมกับรายงานการให้ความช่วยเหลือด้านมนุษยธรรม นอกจากนี้ยังมีการอภิปรายและหาแนวทางแก้ไขปัญหาคูสมรส และข้อเสนอแนะเพื่อร่วมกันวางแผนการดำเนินงานในอนาคต

การประชุมครั้งนี้เป็นเวทีสำคัญในการแลกเปลี่ยนข้อมูลและประสานงานระหว่างหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง เพื่อให้การดูแลช่วยเหลือผู้หนีภัย ฯ เป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพภายใต้สถานการณ์โลกที่เปลี่ยนแปลงไป ซึ่งสมาคม ฯ ได้ดำเนินงานในพื้นที่มาอย่างยาวนานและถือเป็น 1 ใน 2 NGOs สัญชาติไทย ที่ทำงานด้านการดูแลคุณภาพชีวิตของผู้หนีภัย ฯ ในพื้นที่ สวท มุ่งมั่นที่จะใช้ประสบการณ์และความเชี่ยวชาญเพื่อร่วมขับเคลื่อนภารกิจนี้ให้มีประสิทธิภาพสูงสุดตามหลักสิทธิมนุษยชน และสิทธิด้านอนามัยการเจริญพันธุ์ โดยไม่แบ่งแยกเชื้อชาติ





สวท เข้าศึกษาดูงาน IHRI เสริมแกร่ง บริการด้านสุขภาพ

ระหว่างวันที่ 22 - 24 กันยายนที่ผ่านมา นพ.อัยกานต์ อัยกานต์ รองผู้อำนวยการสมาคมวางแผนครอบครัวแห่งประเทศไทย ฯ (สวท) สำนักงานภาคใต้ ได้นำทีมเจ้าหน้าที่คลินิกเวชกรรม สวท ทั้งจาก ส่วนกลางและส่วนภูมิภาค เข้าศึกษาดูงานสถาบัน Institute of HIV Research and Innovation (IHRI) กรุงเทพฯ ฯ เพื่อเพิ่มพูนความรู้และพัฒนาศักยภาพ ด้านการให้บริการของคลินิกเวชกรรม สวท โดยการศึกษา ดูงานครั้งนี้มุ่งเน้นการเรียนรู้แนวทางปฏิบัติที่เป็นเลิศในด้านต่าง ๆ ได้แก่ การจ่ายยา PrEP & PEP ซึ่งเป็นยาสำหรับป้องกันการติดเชื้อ เอชไอวี การส่งเสริมสุขภาพและอนามัยการเจริญพันธุ์ในมิติต่าง ๆ การแลกเปลี่ยนองค์ความรู้และประสบการณ์ ด้านการบริการสุขภาพ ที่เป็นมิตรต่อประชากรทุกกลุ่ม กิจกรรมในครั้งนี้ถือเป็นก้าวสำคัญของ สมาคม ฯ ในการยกระดับคุณภาพบริการสุขภาพ เพื่อนำความรู้ที่ได้รับ ไปปรับใช้และขยายบริการในคลินิกเวชกรรม สวท ซึ่งจะช่วยให้ กลุ่มเป้าหมาย สามารถเข้าถึงบริการด้านสุขภาพที่จำเป็นได้อย่าง มีคุณภาพ ปลอดภัย และเท่าเทียม

สมาคมวางแผนครอบครัวแห่งประเทศไทย ฯ ขอขอบคุณ IHRI สำหรับการต้อนรับและแบ่งปันองค์ความรู้ที่มีคุณค่า ซึ่งจะเป็น ประโยชน์อย่างยิ่งในการพัฒนาและต่อยอดการบริการเพื่อประโยชน์สูงสุด





สวท ร่วมหารือแนวทางการทำงานด้านอนามัยการเจริญพันธุ์ในพื้นที่พักพิงชั่วคราว

เมื่อวันที่ 23 กันยายนที่ผ่านมา สมาคมวางแผนครอบครัวแห่งประเทศไทย ฯ (สวท) ร่วมประชุมกับ สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดแม่ฮ่องสอน คณะกรรมการผู้ภัยระหว่างประเทศ (International Rescue Committee IRC) คณะกรรมการผู้ภัยชาวคะเรนนี่ (KnRC) เพื่อแลกเปลี่ยนความคิดเห็นและประสบการณ์เกี่ยวกับความท้าทายในการดำเนินงานด้านสุขภาพในพื้นที่ ประเด็นหลักของการประชุมมุ่งเน้นไปที่การหารือเรื่องการเปลี่ยนผ่านระบบสุขภาพชายแดน โดยเฉพาะอย่างยิ่งในประเด็นเชิงยุทธศาสตร์และแนวทางการดำเนินงานด้านสุขภาพในอนาคต ภายหลังจากที่ IRC มีแผนที่จะยุติบทบาทการให้บริการด้านสุขภาพในศูนย์พักพิง ฯ ซึ่งเป็นสถานการณ์สำคัญที่ต้องมีการวางแผนเพื่อรองรับผลกระทบที่อาจเกิดขึ้น ณ ที่ทำการพื้นที่พักพิงชั่วคราวบ้านใหม่ในสอย อ.เมือง จ.แม่ฮ่องสอน โดยมี นายวฤทธิชาติ ปาณชู ปลัดอำเภอ จังหวัดแม่ฮ่องสอน (เจ้าพนักงานปกครองชำนาญการพิเศษ) ปฏิบัติหน้าที่หัวหน้าพื้นที่พักพิง ฯ บ้านใหม่ในสอย เป็นประธาน

ในส่วนของ สวท มีผู้แทนเข้าร่วมนำโดย นางสาวกรณีย์ แสนดวง ผู้จัดการโครงการ และ นายพงศกร เสาร์เขียว เจ้าหน้าที่โครงการ โดย สวท จะนำประเด็นความท้าทายโดยเฉพาะในด้านสุขภาพทางเพศและอนามัยการเจริญพันธุ์ ใช้เป็นข้อมูลสำคัญในการวางแผนและจัดกิจกรรม ภายใตโครงการตอบสนองสุขภาพทางเพศและอนามัยการเจริญพันธุ์ ที่สำคัญของชุมชนที่ได้รับผลกระทบจากความขัดแย้งบริเวณชายแดนไทย - เมียนมา ซึ่งได้รับการสนับสนุนจากสหพันธ์วางแผนครอบครัวระหว่างประเทศ (International Planned Parenthood Federation: IPPF) ให้สอดคล้องกับความต้องการและบริบทของพื้นที่



สวท ส่งมอบยาช่วยเหลือกลุ่มเปราะบาง ในพื้นที่แม่ฮ่องสอน

เมื่อวันที่ 23 กันยายนที่ผ่านมา สมาคมวางแผนครอบครัวแห่งประเทศไทย ฯ (สวท) เดินทางสนับสนุนด้านสาธารณสุขนางสาวกรณีย์ แสนดวง ผู้จัดการโครงการ และ นายพงศกร เสาร์เขียว เจ้าหน้าที่โครงการ ผู้ปฏิบัติงานในโครงการตอบสนองสุขภาพทางเพศและอนามัยการเจริญพันธุ์ ฯ ในพื้นที่จังหวัดแม่ฮ่องสอน ได้เป็นตัวแทน สวท ในการส่งมอบยารักษาเชื้อร่าจำนวน 1,200 กล่อง ซึ่งได้รับการสนับสนุนจาก บริษัท ไบเออร์ไทย จำกัด ให้แก่ สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดแม่ฮ่องสอน เพื่อนำไปใช้บรรเทาปัญหาโรคผิวหนังที่มักเกิดจากสภาพอากาศร้อนชื้น พร้อมก็นำไปช่วยเหลือและแจกจ่ายให้กับประชากรกลุ่มเปราะบางที่มีความจำเป็น แต่ยังคงเข้าถึงสิทธิการรักษาพยาบาล เช่น กลุ่มเปราะบาง ผู้หนีภัยจากการสู้รบในศูนย์พักพิง ฯ กลุ่มผู้ผลิตถิ่น

การส่งมอบครั้งนี้เป็นส่วนหนึ่งของกิจกรรมด้านสาธารณสุขที่ดำเนินการร่วมกับสำนักงานสาธารณสุขจังหวัดแม่ฮ่องสอนและภาคีเครือข่าย เพื่อให้มั่นใจว่าประชากรกลุ่มดังกล่าวจะสามารถเข้าถึงการรักษาโรคที่จำเป็นได้ต่อไป





‘Girls Act’ ร่วมสร้างงานศิลปะ Mural Project ส่งเสริมพลังสตรี เนื่องในวันเด็กหญิงสากล

เมื่อวันที่ 24 กันยายน ที่ผ่านมา สมาคมวางแผนครอบครัวแห่งประเทศไทยฯ (สวท) ร่วมกับ มูลนิธิเอ็ดส์ เฮลท์แคร์ ประเทศไทย (AHF Thailand) จัดกิจกรรมพิเศษ “MURAL PROJECT” ภายใต้โครงการสร้างแกนนำเยาวชนหญิง ให้เป็นผู้นำด้านอนามัยการเจริญพันธุ์ในสถานศึกษา (Girls Act) ณ โรงเรียนดอนเมืองจาตุรจินดา กรุงเทพมหานคร โดยกิจกรรมนี้เป็นการสร้างสรรค์งานจิตรกรรมฝาผนัง (Mural) เพื่อสื่อสารเรื่องราว พลัง และค่านิยมของ Girls Act ผ่านงานศิลปะ โดยมีวัตถุประสงค์หลักคือ ส่งเสริมการทำงานร่วมกันในกลุ่มเยาวชนหญิง และใช้ศิลปะเป็นสื่อสร้างแรงบันดาลใจ สื่อสารค่านิยมของโครงการ รวมถึงเสริมสร้างความภาคภูมิใจและความผูกพันในชุมชน และยังเป็น การเปิดโอกาสให้ Girls Act ทั่วโลกได้เชื่อมโยงกันผ่านกิจกรรมเดียวกัน และสื่อถึง “วันเด็กหญิงสากล” (International Day of the Girl) ซึ่งตรงกับวันที่ 11 ตุลาคมของทุกปี ซึ่งได้รับเกียรติจาก นางจันทิ์สุตา แก้วงามพรรณ ผู้อำนวยการโรงเรียนดอนเมืองจาตุรจินดา ให้การต้อนรับ พร้อม คุณณัฐกานต์ ยิ้มฤทธิ์ รอง ผอ.สวท (สำนักงานใหญ่) คุณปัทมา บุรณะประภา ผู้จัดการโครงการ สวท และ คุณวรโชติ ลมุดทอง ผู้แทนจากมูลนิธิเอ็ดส์ เฮลท์แคร์ ประเทศไทย (AHF Thailand) เข้าร่วมเป็นกำลังใจและให้การสนับสนุน

โดยมีผู้เข้าร่วมกิจกรรม ประกอบด้วย อาจารย์ที่ปรึกษาและแกนนำเยาวชนหญิงจากโครงการ Girls Act รวม 3 สถานศึกษา ได้แก่ โรงเรียนดอนเมืองจาตุรจินดา โรงเรียนบางเขน (ไวสาโลอนุสรณ์) และโรงเรียนธรรมศาสตร์คลองหลวงวิทยาคม รวมจำนวนทั้งสิ้น 40 คน

กิจกรรม MURAL PROJECT นี้สะท้อนให้เห็นถึงพลังสร้างสรรค์และความมุ่งมั่นของเยาวชนหญิงในการเป็นผู้นำและสื่อสารประเด็นด้านสุขภาพและอนามัยการเจริญพันธุ์อย่างมีศิลปะและมีชีวิตชีวา



สวท จัด Townhall Meeting ครั้งที่ 2/2568 มอบนโยบายและยุทธศาสตร์การทำงาน ปี 2569

เมื่อวันที่ 25 กันยายนที่ผ่านมา สมาคมวางแผนครอบครัวแห่งประเทศไทย ฯ (สวท) ได้จัดกิจกรรม “Townhall Meeting” ครั้งที่ 2/2568 เพื่อเปิดโอกาสให้เจ้าหน้าที่ได้ร่วมพูดคุยแลกเปลี่ยนอย่างใกล้ชิดกับผู้บริหาร โดยมี ดร.นันทกาญจน์ สูงสุมาลย์ วุฒิชัย ผู้อำนวยการสมาคมฯ เป็นประธานในการมอบนโยบาย ยุทธศาสตร์ และแนวทางการดำเนินงานที่สำคัญของสมาคม ฯ สำหรับปี 2569 โดยกิจกรรมครั้งนี้มีคณะผู้บริหารและเจ้าหน้าที่ สวท เข้าร่วมอย่างคับคั่ง บรรยากาศเต็มไปด้วยความเป็นกันเอง และเปิดกว้าง โดย ผู้อำนวยการสมาคม ฯ ได้เน้นย้ำถึงทิศทางและเป้าหมายเชิงกลยุทธ์ เพื่อให้การทำงานในปีหน้าเป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพและสอดคล้องกับวิสัยทัศน์ของสมาคม ฯ และเป็นไปตามนโยบายของคณะกรรมการสมัยที่ 18

การประชุมจัดขึ้นพร้อมกันทั้งในรูปแบบ On-site ณ ห้องประชุมชั้น 6 อาคารสมเด็จจุฬาลงกรณ์ กรุงเทพฯ ฯ และผ่าน โปรแกรมการประชุมออนไลน์ เพื่อให้เจ้าหน้าที่ที่ปฏิบัติงานจากส่วนต่าง ๆ สามารถเข้าร่วมรับฟังและแลกเปลี่ยนความคิดเห็นได้อย่างทั่วถึง Townhall Meeting ถือเป็นเวทีสำคัญที่ สวท จัดขึ้นอย่างต่อเนื่อง เพื่อสร้างความเข้าใจที่ตรงกันในทิศทางการทำงาน และส่งเสริมการมีส่วนร่วมของบุคลากรในการขับเคลื่อนองค์กรให้บรรลุเป้าหมายร่วมกัน



สวท ปิดตานิ ผนึกกำลัง UNFPA จัดอบรมเสริมพลังผู้หญิงและเยาวชนหญิงชายแดนใต้

เมื่อวันที่ 29 กันยายนที่ผ่านมา สมาคมวางแผนครอบครัวแห่งประเทศไทย ฯ (สวท) สำนักงานจังหวัดปัตตานี เติมน้ำขับเคลื่อนงานด้านความเท่าเทียมทางเพศและสิทธิมนุษยชนอย่างต่อเนื่อง จัดกิจกรรมสำคัญเพื่อพัฒนาศักยภาพด้านอนามัยการเจริญพันธุ์และสร้างความตระหนักรู้เกี่ยวกับสิทธิ ณ ห้องประชุมพิบูลทอง โรงแรมอิมพีเรียล จังหวัดนราธิวาส (ครั้งที่ 2) กิจกรรมนี้จัดขึ้นภายใต้โครงการ “เสริมพลังผู้หญิงและเยาวชนหญิง สร้างความเท่าเทียมทางเพศ พื้นที่ภาคใต้” ซึ่งได้รับการสนับสนุนงบประมาณจากกองทุนประชากรแห่งสหประชาชาติ (UNFPA THAILAND) โดยมี คุณไชตง ดอเลาะ ผู้จัดการโครงการ สวท นำทีมคณะทำงานจัดอบรมในครั้งนี้ มีผู้เข้าร่วมกิจกรรมรวมทั้งสิ้น 40 คน สาระสำคัญในการจัดกิจกรรมอบรมในครั้งนี้ คือ มุ่งเน้นสร้างความเท่าเทียมและปลอดภัยในชายแดนใต้ เสริมพลังและสร้างความเข้าใจอย่างลึกซึ้งในประเด็นทางสังคมที่มีความอ่อนไหวในพื้นที่ 3 จังหวัดชายแดนใต้ ประกอบด้วย อนามัยการเจริญพันธุ์ สิทธิและทางเลือกของผู้หญิงและเยาวชนหญิง ความหลากหลายทางเพศ (LGBTQI+) ส่งเสริมความเข้าใจและการยอมรับในอัตลักษณ์ทางเพศที่แตกต่าง การยุติความรุนแรงด้วยเหตุแห่งเพศ หรือการให้ความรู้ในการป้องกันและรับมือกับความรุนแรงทุกรูปแบบ ซึ่งจะช่วยขับเคลื่อนพื้นที่ 3 จังหวัดชายแดนใต้ไปสู่สังคมที่ปลอดภัย เท่าเทียมและเป็นธรรมสำหรับทุกคน



นายกฯ สวท ต้อนรับคณะผู้บริหารไบเออร์ไทยหารือแนวทางความร่วมมือพัฒนาประชากร

เมื่อวันที่ 30 กันยายนที่ผ่านมา รศ.ร.อ.นพ.มานพชัย ธรรมคันโธ ร.น. นายกสมาคมฯ พร้อมด้วย คุณปณัฐพงศ์ นรดี ผู้จัดการงานเผยแพร่ความรู้และประชาสัมพันธ์ และคณะ ได้ให้การต้อนรับคณะผู้บริหารจาก บริษัท ไบเออร์ไทย จำกัด อย่างอบอุ่น เพื่อหารือและแลกเปลี่ยนแนวทางความร่วมมือในการทำงานด้านการพัฒนาประชากรร่วมกัน คณะผู้บริหารจากไบเออร์ไทยที่เข้าเยี่ยมชมเยียนในครั้งนี้ นำโดย นายไท เบ็ง มัค ผู้จัดการทั่วไปกลุ่มธุรกิจคอนซูเมอร์เฮลธ์ พร้อมด้วย นายพรพล พงศ์ปริตร ผู้อำนวยการฝ่ายการตลาด กลุ่มธุรกิจคอนซูเมอร์เฮลธ์ และ นางสาวอมลภา ศิลปไชย ผู้จัดการการตลาด กลุ่มผลิตภัณฑ์ภายใต้เครื่องหมายการค้า คาเนสเทน พร้อมคณะ

การพบปะในครั้งนี้เป็นโอกาสสำคัญที่ทั้งสององค์กรจะได้แลกเปลี่ยนแนวทางการทำงาน เพื่อเสริมสร้างความร่วมมือในการพัฒนาคุณภาพชีวิตประชากร ผ่านการเผยแพร่ความรู้และการดำเนินงานโครงการที่เป็นประโยชน์ต่อสังคมต่อไป



สวท ปัตตานี พาน้อง ๆ ศูนย์เรียนรู้ เปิดโลกทัศน์นอกห้องเรียน ณ สวนสัตว์สงขลา

เมื่อวันที่ 7 ตุลาคมที่ผ่านมา สมาคมวางแผนครอบครัวแห่งประเทศไทย ฯ (สวท) สำนักงานปัตตานี ร่วมกับ ศูนย์อภิบาลผู้เดินทางทะเลสงขลา (Seafarer Center Songkhla) จัดกิจกรรมทัศนศึกษานอกสถานที่ให้กับเด็ก ๆ ในศูนย์เรียนรู้ ภายใต้ “โครงการศูนย์สวัสดิภาพและธรรมาภิบาลแรงงานประมงสงขลา”

กิจกรรมในครั้งนี้มุ่งเน้นการเปิดโอกาสให้เด็ก ๆ ได้เรียนรู้ผ่านประสบการณ์ตรง โดยการเยี่ยมชม สวนสัตว์สงขลา ซึ่งเป็นแหล่งเรียนรู้ด้านธรรมชาติและวิถีชีวิตสัตว์ป่าที่สำคัญ มีผู้เข้าร่วมกิจกรรมทั้งสิ้น 70 คน

การทัศนศึกษาครั้งนี้ไม่เพียงแต่สร้างความสนุกสนานและผ่อนคลายเท่านั้น แต่ยังช่วยเสริมสร้างความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับสัตว์และสิ่งแวดล้อม นอกตำราเรียน พร้อมทั้ง ปลุกฝังจิตสำนึกด้านการอนุรักษ์ธรรมชาติ และสร้าง ความรักความหวงแหนในสัตว์ป่าและสิ่งแวดล้อมให้กับเยาวชน ซึ่งเป็นส่วนสำคัญในการพัฒนาพวกเขาให้เติบโตเป็นพลเมืองที่มีคุณภาพและมีความรับผิดชอบต่อสังคมในอนาคต



สวท จัดอบรมเชิงปฏิบัติการเต็ม! เตรียมพร้อมช่วยเหลือประชากรในสถานการณ์ฉุกเฉิน

ระหว่างวันที่ 7 - 9 ตุลาคมที่ผ่านมา สมาคมวางแผนครอบครัวแห่งประเทศไทย ฯ (สวท) ได้จัดการอบรมเชิงปฏิบัติการเจ้าหน้าที่ สวท ภายใต้ โครงการพัฒนาศักยภาพด้านสุขภาพทางเพศและอนามัยเจริญพันธุ์ในสถานการณ์ฉุกเฉิน การอบรมครั้งนี้ได้รับเกียรติจาก ดร.นันทกาญจน์ สูงสุมาลย์ วุฒิสมาชิก ผู้อำนวยการสมาคม ฯ เป็นประธานเปิดและร่วมแลกเปลี่ยนความรู้ พร้อมด้วยคณะผู้บริหารระดับสูง ได้แก่ คุณณัฐกานต์ ยิ้มฤทธิ์ รองผู้อำนวยการสมาคม ฯ คุณณชนิตา ตันเชื้อ รองผู้อำนวยการด้านการปฏิบัติการโครงการ การจัดการบริการทางการแพทย์ และนวัตกรรม และ คุณเอกชาติ นาคาไชย รองผู้อำนวยการ ด้านบริหารองค์กรและงานสนับสนุน รวมถึงผู้บริหารจากส่วนงานที่เกี่ยวข้องและเจ้าหน้าที่ สวท จากทุกภาคส่วนเป้าหมายสำคัญของการประชุมเชิงปฏิบัติการนี้ คือการระดมสมองเพื่อ จัดทำร่างแนวทางปฏิบัติในการให้บริการสุขภาพทางเพศและอนามัยการเจริญพันธุ์ในสถานการณ์ฉุกเฉิน (Emergency Preparedness Plan : EPP)

การจัดทำแผน EPP นี้จะช่วยให้การทำงานของ สวท ในการให้ความช่วยเหลือและการบริการที่จำเป็นด้านอนามัยการเจริญพันธุ์แก่ประชาชนในสถานการณ์ฉุกเฉิน เป็นไปอย่าง มีประสิทธิภาพ รวดเร็ว และทันทั่วถึง เพื่อให้มั่นใจได้ว่าสุขภาพทางเพศและอนามัยการเจริญพันธุ์ยังคงได้รับการดูแลอย่างต่อเนื่อง ไม่ว่าสถานการณ์ใดจะเกิดขึ้น



อบรม “รักปลอดภัยใช้เลยวัยรุ่น” เสริมความรู้ด้านอนามัยการเจริญพันธุ์แก่นักศึกษาครู

เมื่อวันที่ 9 ตุลาคมที่ผ่านมา สมาคมวางแผนครอบครัวแห่งประเทศไทย ฯ (สวท) ร่วมกับ โครงการ Smart Teacher Children: ครูรุ่นใหม่ใส่ใจสุขภาพเด็กไทย และสภาเด็กและเยาวชนแห่งประเทศไทย จัดกิจกรรมอบรมเชิงปฏิบัติการ ภายใต้หัวข้อ “รักปลอดภัยใช้เลยวัยรุ่น” ณ มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา โดยมีเป้าหมายเพื่อเสริมสร้างความรู้ความเข้าใจที่ถูกต้องเกี่ยวกับอนามัยการเจริญพันธุ์ โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ วิธีการคุมกำเนิดที่มีประสิทธิภาพ และการใส่ถุงยางอนามัยที่ถูกต้อง ให้แก่นักศึกษาฝึกประสบการณ์ คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา เพื่อเตรียมความพร้อมให้ครูรุ่นใหม่สามารถให้คำแนะนำด้านอนามัยการเจริญพันธุ์ที่สำคัญแก่เด็กและเยาวชนได้อย่างถูกต้อง กิจกรรมนี้ได้รับเกียรติจากวิทยากรผู้ทรงคุณวุฒิและเป็นตัวแทนเยาวชน ได้แก่ นางสาวพรปฏิมา วุฒิสารวัฒนา กรรมการเยาวชน (สวท) และ นายมุฮัมหมัดกียาน สาและ กรรมการเยาวชน สวท ร่วมเป็นแลกเปลี่ยนเรียนรู้และถ่ายทอดประสบการณ์อย่างใกล้ชิด ทำให้การอบรมเป็นไปอย่างสนุกสนาน

การอบรมมุ่งเน้นการสร้างทัศนคติเชิงบวกต่อการดูแลสุขภาพทางเพศอย่างปลอดภัยและรับผิดชอบ พร้อมทั้งเน้นย้ำถึงบทบาทสำคัญของครูในการเป็นผู้ให้ความรู้และเป็นที่ปรึกษาด้านอนามัยการเจริญพันธุ์แก่ศิษย์ ซึ่งถือเป็นการขับเคลื่อนให้เกิดการเรียนรู้ด้านอนามัยการเจริญพันธุ์ในกลุ่มเด็กและเยาวชนไทยอย่างมีคุณภาพและทั่วถึงต่อไป



คอลัมน์ต่างวัยใจเดียวกัน

กุญแจสู่ชีวิตยืนยาวอย่างมีคุณภาพ

เรื่องโดย...ปณิษฐพงศ์ usดี

เมื่อก้าวเข้าสู่ช่วงสูงวัย ร่างกายย่อมมีการเปลี่ยนแปลงและเสื่อมถอยไปตามกาลเวลา การดูแลเอาใจใส่สุขภาพของผู้สูงอายุจึงเป็นสิ่งสำคัญอย่างยิ่ง ไม่ใช่เพียงเพื่อยืดอายุขัยเท่านั้น แต่เพื่อให้พวกเขามีคุณภาพชีวิตที่ดี มีความสุข และสามารถใช้ชีวิตได้อย่างมีศักดิ์ศรี คอลัมน์ต่างวัยใจเดียวกันจะนำเสนอแนวทางการดูแลผู้สูงอายุให้มีสุขภาพดีทั้งกายและใจ



1. โภชนาการที่เหมาะสมคือยา

การกินอาหารที่ดีมีส่วนสำคัญอย่างยิ่งต่อสุขภาพของผู้สูงอายุ ควรเน้นอาหารที่

- **ครบ 5 หมู่** เน้นโปรตีนจากเนื้อปลา เนื้อไก่ ไข่ นม ถั่วเหลือง เพื่อช่วยซ่อมแซมส่วนที่สึกหรอและรักษามวลกล้ามเนื้อ
- **ผักและผลไม้หลากสี** อุดมไปด้วยวิตามิน แร่ธาตุ และใยอาหาร ช่วยเสริมภูมิคุ้มกันและระบบขับถ่าย
- **ลดเค็ม หวาน มัน** หลีกเลี่ยงอาหารรสจัด ซึ่งอาจเพิ่มความเสี่ยงต่อโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง เช่น เบาหวาน ความดันโลหิตสูง
- **เพียงพอต่อความต้องการ** ผู้สูงอายุอาจมีความอยากอาหารลดลง ควรแบ่งมื้อย่อย ๆ เพื่อให้ได้รับสารอาหารครบถ้วน
- **ดื่มน้ำให้เพียงพอ** ช่วยให้ร่างกายทำงานได้ดี ป้องกันภาวะขาดน้ำ ซึ่งพบบ่อยในผู้สูงอายุ



2. การออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ เคลื่อนไหวเพื่อให้มีชีวิตชีวา

การออกกำลังกายที่เหมาะสมจะช่วยเสริมสร้างความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ กระดูก และระบบหัวใจ และหลอดเลือด ควรเน้นการออกกำลังกายเบา ๆ ถึงปานกลาง เช่น



- **เดิน** เป็นการออกกำลังกายที่ทำได้ง่ายและดีต่อหัวใจ
- **รำไทเก๊ก โยคะ** ช่วยเพิ่มความยืดหยุ่นและการทรงตัว ลดความเสี่ยงในการหกล้ม
- **กายบริหาร** การเคลื่อนไหวส่วนต่าง ๆ ของร่างกายเพื่อรักษากำลังกล้ามเนื้อ
- **กิจกรรมที่ชอบ** เช่น ทำสวน เต้นรำ เพื่อให้รู้สึกสนุกและทำได้ต่อเนื่อง **ข้อควรระวัง :** ควรปรึกษาแพทย์หรือนักกายภาพบำบัดเพื่อเลือกชนิดและระดับการออกกำลังกายที่เหมาะสมกับสภาพร่างกายของผู้สูงอายุ





3. การดูแลสุขภาพจิต หัวใจที่แข็งแรง คือความสุข

สุขภาพจิตที่ดีมีความสำคัญไม่แพ้สุขภาพกาย ผู้สูงอายุอาจเผชิญกับความรู้สึกโดดเดี่ยว ซึมเศร้า หรือความวิตกกังวล การดูแลสุขภาพจิตทำได้โดย

- พุดคุยและรับฟัง ให้เวลาพุดคุยกับผู้สูงอายุ รับฟังความรู้สึกและความคิดของพวกเขาอย่างตั้งใจ
- ส่งเสริมกิจกรรมทางสังคม ขวนไปทำบุญ พบปะเพื่อนฝูง หรือเข้าร่วมกิจกรรมในชุมชน เพื่อลดความเหงาและสร้างคุณค่าในตนเอง
- หากิจกรรมที่สร้างสรรค์ เช่น อ่านหนังสือ ฟังเพลง เล่นเกม ปลูกต้นไม้ ทำอาหาร หรือทำงานอดิเรกที่ชื่นชอบ
- สังเกตสัญญาณซึมเศร้า หากพบอาการ เบื่อหน่าย ท้อแท้ นอนไม่หลับ หรือแยกตัว ควรปรึกษาแพทย์หรือผู้เชี่ยวชาญ

- ให้ความรู้สึกมีคุณค่า เปิดโอกาสให้ผู้สูงอายุได้แสดงความคิดเห็น มีส่วนร่วมในการตัดสินใจ และรู้สึกว่าตนเองยังเป็นส่วนสำคัญของครอบครัว

4. การตรวจสุขภาพและจัดการโรคประจำตัว

การตรวจสุขภาพประจำปีเป็นสิ่งจำเป็นสำหรับผู้สูงอายุ เพื่อค้นหาและป้องกันโรคล่วงหน้า รวมถึงการจัดการโรคประจำตัวที่มีอยู่ให้ดีขึ้น

- ตรวจสุขภาพตามนัดแพทย์ ไม่ว่าจะเป็นความดันโลหิต เบาหวาน ไขมันในเลือด หรือโรคอื่น ๆ
- รับประทานยาตามแพทย์สั่ง อย่างสม่ำเสมอ และไม่ปรับยาเอง
- ฉีดวัคซีนที่จำเป็น เช่น วัคซีนไข้หวัดใหญ่ วัคซีนป้องกันโรคปอดอักเสบ ตามคำแนะนำของแพทย์

• **ดูแลช่องปากและฟัน** พาไปพบทันตแพทย์เป็นประจำ เพราะสุขภาพช่องปากที่ดีส่งผลต่อการเคี้ยวอาหารและสุขภาพโดยรวม

• **ดูแลเรื่องสายตาและการได้ยิน** ตรวจสอบเป็นประจำ หากมีปัญหาควรปรึกษาแพทย์เพื่อแก้ไขหรือหาอุปกรณ์ช่วยเหลือ

5. การจัดสภาพแวดล้อมที่ปลอดภัย ลดความเสี่ยงในการเกิดอุบัติเหตุ

ผู้สูงอายุมีความเสี่ยงต่อการหกล้มได้ง่าย ซึ่งอาจนำไปสู่การบาดเจ็บรุนแรง การจัดบ้านให้ปลอดภัยจึงเป็นสิ่งสำคัญ

การดูแลผู้สูงอายุให้มีสุขภาพดีเป็นความรับผิดชอบร่วมกันของทุกคนในครอบครัวและสังคม การให้ความรักความเข้าใจ และการดูแลเอาใจใส่อย่างรอบด้าน จะช่วยให้ผู้สูงอายุมีชีวิตที่ยืนยาวอย่างมีคุณภาพ บุตรหลานคนไหนกำลังหาสถานที่ในการดูแลผู้สูงอายุ สะอาด ปลอดภัย ได้มาตรฐาน สมาคมวางแผนครอบครัวแห่งประเทศไทยฯ ได้เปิด สถานดูแลผู้สูงอายุหรือผู้มีภาวะพึ่งพิงบ้านหอมลำนวน ชื่น

• **แสงสว่างเพียงพอ** โดยเฉพาะในทางเดินและห้องน้ำ

• **พื้นไม่ลื่น** หลีกเลี่ยงพรมเช็ดเท้าที่ไม่ยึดเกาะหรือพื้นกระเบื้องที่ลื่นเมื่อเปียก

• **มีราวจับ** ในห้องน้ำ ทางเดิน หรือบันได

• **จัดวางสิ่งของเป็นระเบียบ** ไม่วางของเกะกะทางเดิน

• **ห้องน้ำปลอดภัย** มีเก้าอี้อาบน้ำและราวจับในห้องน้ำ

• **เตียงนอนที่เหมาะสม** ไม่สูงหรือต่ำเกินไป มีราวกันตกถ้าจำเป็น

หากสนใจสามารถสอบถามปรึกษารายละเอียดได้ที่



091 333 1909 ในวันและเวลาราชการ หรือจะเข้าสอบถามผ่านทาง



BaanHormlamduan เรายินดีต้อนรับทุกท่าน และเว็บไซต์



www. BaanHormlamduan.com และเว็บไซต์

ข้อมูลจาก : คู่มือการส่งเสริมสุขภาพดี ชะลอชรา ชีวียืนยาว กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข

////////////////////////////////////



ร่วมเป็นสมาชิก สวท (PPAT MEMBER)

เพราะทุกคนเป็นพลังสำคัญในการพัฒนาประชากร
สมัครเป็นสมาชิก สวท เพื่อช่วยกันพัฒนาสังคมไทยให้น่าอยู่

สมัครเป็นสมาชิก สวท ได้ 2 แบบ

- แบบที่ 1 สมาชิกรายปีเพียง 50 บาทต่อปี
- แบบที่ 2 สมาชิกตลอดชีพ 500 บาท



สิทธิพิเศษที่จะได้รับ

- มีสิทธิลงสมัครเป็นกรรมการของ สวท
- ร่วมงานประชุมใหญ่สามัญประจำปี
- รับเอกสารความรู้ของ สวท ได้ ฟรี

สนใจสมัครได้ที่ : www.ppat.or.th
สอบถามโทร : 02 941 2320 ต่อ 123

เปิดบริการ
แล้ว

ศูนย์ดูแลผู้สูงอายุ

บ้านหอมลำดวน

ทันสมัย สะอาด ปลอดภัย น่าอยู่

รับดูแลผู้สูงอายุ

ผู้สูงอายุหรือผู้มีภาวะพึ่งพิงที่ต้องการดูแล เช่น ผู้ป่วยหลังผ่าตัดระยะพักฟื้น ผู้สูงอายุที่มีภาวะสมองเสื่อม

การออกแบบที่ได้มาตรฐาน

1. ออกแบบตามมาตรฐานกฎกระทรวงกิจการการดูแลผู้สูงอายุหรือผู้มีภาวะพึ่งพิง พ.ศ.2563
2. มาตรฐานการป้องกันและควบคุมโรคสำหรับกิจการดูแลผู้สูงอายุและผู้มีภาวะพึ่งพิง ในการป้องกันและควบคุมการระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (Covid-19)

ฉลองเปิดใหม่รับสิทธิพิเศษมากมาย

สนใจสอบถามข้อมูลเพิ่มเติมได้ที่...

คุณกรณ์รวิ แสนดวง



098 903 8059



บ้านหอมลำดวน



www.baanhormlamduan.com





คลินิกเวชกรรม สวท 9 แห่ง

บริการวางแผนครอบครัวอย่างมีคุณภาพ

ภาคเหนือ

คลินิกเวชกรรม สวท เชียงใหม่

เลขที่ 200/3 ถนนบำรุงราษฎร์ ตำบลวัดเกต
อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่ 50000
เปิดบริการ วันจันทร์ - วันศุกร์ เวลา 08.30-16.30 น.
วันเสาร์ เปิดเวลา 09.00-15.00 น.
ปิดวันอาทิตย์และวันหยุดนักขัตฤกษ์
โทร. 053 249 406

คลินิกเวชกรรม สวท เชียงราย

เลขที่ 810/1-3 ถนนพหลโยธิน ตำบลเวียง
อำเภอเมือง จังหวัดเชียงราย 57000
เปิดบริการวันจันทร์ - วันศุกร์ เวลา 09.00-17.00 น.
ปิดวันเสาร์ วันอาทิตย์และวันหยุดนักขัตฤกษ์
โทร. 053 713 090

คลินิกเวชกรรม สวท ลำปาง

เลขที่ 152/53-54 ถนนลำปาง-แม่ทะ ตำบลพระบาท
อำเภอเมือง จังหวัดลำปาง 52000
เปิดบริการวันจันทร์ - วันศุกร์ เวลา 09.00-17.00 น.
วันเสาร์ เปิดเวลา 09.00-12.00 น.
ปิดวันอาทิตย์และวันหยุดนักขัตฤกษ์
โทร. 054 209 577

ภาคใต้

คลินิกเวชกรรม สวท หาดใหญ่

เลขที่ 8-12 ราษฎร์อุทิศ ซอย 9 ถนนราษฎร์อุทิศ
ตำบลหาดใหญ่ อำเภอหาดใหญ่
จังหวัดสงขลา 90110
เปิดบริการ วันจันทร์ - วันศุกร์ เวลา 09.00-17.00 น.
ปิดทำการวันเสาร์ วันอาทิตย์และวันหยุดนักขัตฤกษ์
โทร. 074 252 691 และ 085 585 9580

คลินิกเวชกรรม สวท ภูเก็ต

เลขที่ 14/1 อาคารเซ็นทรัลแมนชั่น ชั้นที่ 1
ห้องเลขที่ 107-108 ถนนวิชิตสงคราม
ตำบลวิชิต อำเภอเมือง จังหวัดภูเก็ต 83000
เปิดบริการวันศุกร์ เวลา 09.00-14.00 น.
โทร. 087 969 3702 และ 085 585 9580

ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ

คลินิกเวชกรรม สวท ขอนแก่น

เลขที่ 752-754 ถนนศรีจันทร์ อำเภอเมือง
จังหวัดขอนแก่น 40000
เปิดบริการวันจันทร์ - วันศุกร์ 10.00-18.00 น.
วันเสาร์ - วันอาทิตย์ เปิดเวลา 09.00-17.00 น.
หยุดนักขัตฤกษ์
โทร. 043 223 627 สายด่วน 095 661 6551

คลินิกเวชกรรม สวท อุบลราชธานี

เลขที่ 154-156 ถนนศรีนครินทร์ อำเภอเมือง
จังหวัดอุบลราชธานี 34000
เปิดบริการ วันจันทร์ - วันศุกร์
เวลา 08.30-16.30 น.
เปิดบริการวันเสาร์ - วันอาทิตย์
และวันหยุดนักขัตฤกษ์
โทร. 045 243 380

กรุงเทพมหานคร

คลินิกเวชกรรม สวท บางเขน

เลขที่ 8 ซอยวิภาวดีรังสิต 44 ถนนวิภาวดีรังสิต
แขวงลาดยาว เขตจตุจักร กรุงเทพมหานคร
เปิดบริการ วันจันทร์ - วันศุกร์ เวลา 08.30-16.30 น.
วันเสาร์ - วันอาทิตย์ และวันหยุดนักขัตฤกษ์
เปิดบริการเวลา 09.00-17.00 น.
ปิดบริการ วันหยุดต่อเนื่องที่ตรงกับวันเสาร์ - วันอาทิตย์
โทร. 0 2941 2320 ต่อ 181-182

คลินิกเวชกรรม สวท ปิ่นเกล้า

เลขที่ 3/20-21 ถนนอรุณอมรินทร์
แขวงอรุณอมรินทร์ เขตบางกอกน้อย
กรุงเทพมหานคร 10700
เปิดบริการวันจันทร์ - วันศุกร์ เวลา 09.00-17.00 น.
วันเสาร์ เวลา 09.00-17.00 น.
ปิดทำการวันอาทิตย์และวันหยุดนักขัตฤกษ์
โทร. 0 2433 9077, 0 2433 3503, 0 2433 6561

สมาคมวางแผนครอบครัวแห่งประเทศไทย

ในพระราชูปถัมภ์สมเด็จพระศรีนครินทราบรมราชชนนี

เลขที่ 8 ซอยวิภาวดีรังสิต 44 ถนนวิภาวดีรังสิต แขวงลาดยาว

เขตจตุจักร กรุงเทพมหานคร 10900

โทรศัพท์. 0 2941 2320 โทรสาร. 0 2561 5130 www.ppat.or.th