



โครงการการพัฒนาศักยภาพ (Capacity Building) บุคลากร ด้านการป้องกันและควบคุมปัจจัยเสี่ยงทางสุขภาพในสถานประกอบการ

การสร้างเสริมสุขภาพในสถานประกอบการอย่างเป็นรูปธรรมนั้น จำเป็นต้องอาศัยกระบวนการดำเนินงานที่เป็นระบบ เป็นขั้นเป็นตอน ตั้งแต่การมีนโยบายที่เป็นลายลักษณ์อักษร มีคณะทำงานหรือผู้รับผิดชอบชัดเจน มีการจัดทำแผนปฏิบัติการด้านการสร้างเสริมสุขภาพ ตลอดจนมีการปฏิบัติการด้วยการจัดกิจกรรมต่างๆ ที่หลากหลายแต่มีทิศทางที่สอดคล้องกัน เพื่อมุ่งสู่เป้าหมายหลักคือ ทำให้สถานประกอบการสามารถสร้างเสริมสุขภาพของพนักงาน อย่างเป็นรูปธรรมและต่อเนื่อง

จากการถอดบทเรียนคณะทำงาน ด้านการควบคุมการสูบบุหรี่ การควบคุมปัจจัยและพฤติกรรมเสี่ยงอื่นๆ (อาทิ การดื่มสุรา การเล่นการพนัน และการเกิดอุบัติเหตุจากการเดินทาง) ของสถานประกอบการที่ประสบความสำเร็จระหว่างปี 2551-2555 พบว่า คณะทำงานฯ ของสถานประกอบการเหล่านี้ ต่างมีความรู้ความเข้าใจในกระบวนการควบคุมปัจจัยและพฤติกรรมเสี่ยงอื่นๆ ที่เน้นการสร้างการมีส่วนร่วมของพนักงานในทุกระดับ (สร้างทีมงานและเครือข่ายในองค์กรให้เข้มแข็ง) และมีทักษะในการดำเนินการ นับตั้งแต่การกำหนดนโยบายสถานประกอบการสร้างเสริมสุขภาพให้ชัดเจนเป็นลายลักษณ์อักษร จนถึงการจัดทำกิจกรรมต่างๆ รวมถึงการติดตามประเมินผล โดยเฉพาะคณะทำงานพัฒนาสถานประกอบการปลอดบุหรี่ ได้ให้การยืนยันร่วมกันชัดเจนว่า หลักสูตรและวิธีการฝึกอบรม หลักสูตร “การพัฒนาสถานประกอบการปลอดบุหรี่อย่างเป็นระบบ” และ “การพัฒนาสถานประกอบการสร้างเสริมสุขภาพอย่างเป็นระบบ” ที่จัดขึ้นที่ศูนย์รวมตะวัน อ.เมือง จ.กาญจนบุรี ทีมงานวิทยากรกระบวนการของสมาคมพัฒนาคุณภาพสิ่งแวดล้อมได้ใช้วิธีการจัดฝึกอบรม ผ่านการจัดกิจกรรมเชิงปฏิบัติการ ทำให้คณะทำงานฯ ที่เข้ารับการฝึกอบรมเกิดการเรียนรู้แนวทาง วิธีการ รวมทั้งมีความเชื่อมั่นที่จะดำเนินการจัดทำแผนปฏิบัติการการควบคุมการสูบบุหรี่ และการพัฒนาสถานประกอบการตนเองให้ดำเนินงานเพื่อสร้างภาวะปลอดบุหรี่อย่างเป็นระบบ พร้อมๆ กับการควบคุมปัจจัยและพฤติกรรมเสี่ยงอื่นๆ ต่อเนื่องอย่างชัดเจนตามเป้าหมาย อีกทั้งยังยืนยันให้ความเห็นว่า การสร้างเสริมสุขภาพในสถานประกอบการ ด้วยการควบคุมปัจจัยและพฤติกรรมเสี่ยง อาทิ บุหรี่ เหล้า การพนัน หรืออุบัติเหตุจากการเดินทาง (รวมทั้งการออกกำลังกาย อาหาร ฯลฯ) สามารถดำเนินการไปพร้อมๆ กันได้ หากเป็นการดำเนินการที่เป็นระบบ เป็นขั้นเป็นตอน ตามความพร้อม และตามสภาพปัญหาของสถานประกอบการเอง

เพื่อเป็นการเสริมสร้างศักยภาพของบุคลากรในสถานประกอบการ ด้านการสร้างเสริมสุขภาพให้สามารถขับเคลื่อนงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ โครงการพัฒนาสถานประกอบการปลอดบุหรี่ เหล้า และอุบัติเหตุ ภายใต้แผนงานส่งเสริมการขยายฐานการป้องกันปัจจัยเสี่ยง: บุหรี่ เหล้า อุบัติเหตุในสถานประกอบการ จึงจัดให้มีกิจกรรมพัฒนาศักยภาพ (Capacity Building) ของบุคลากรฯ ในหลักสูตร “การขับเคลื่อนสถานประกอบการสร้างเสริมสุขภาพอย่างเป็นระบบ” ในรูปของการจัดกิจกรรมค่ายกระบวนการ ฝึกอบรมให้กับคณะทำงานของสถานประกอบการที่เข้าร่วม โครงการพัฒนาสถานประกอบการปลอดบุหรี่ เหล้าและอุบัติเหตุ โดยการเข้าค่ายฝึกอบรม ดังกล่าว จะทำให้คณะทำงานฯ ได้มีความรู้ ความเข้าใจ เกี่ยวกับขั้นตอนหรือกระบวนการขับเคลื่อนสถานประกอบการในการควบคุมพฤติกรรม และปัจจัยเสี่ยง ซึ่งจะประกอบด้วย ความรู้เกี่ยวกับแนวทางและวิธีการสำรวจข้อมูลเกี่ยวกับสถานการณ์การและพฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพของพนักงาน วิธีการเขียนนโยบายสถานประกอบการสร้างเสริมสุขภาพ แนวทางในการจัดทำ “แผนปฏิบัติการสร้างเสริมสุขภาพ” ของหน่วยงานหรือเทคนิคในการเขียนโครงการเพื่อขับเคลื่อนสถานประกอบการสร้างเสริมสุขภาพ รวมทั้งการนำแผนปฏิบัติการที่ได้จัดทำไปปฏิบัติ นอกจากนี้ การเข้าร่วมกิจกรรมฝึกอบรม ยังเป็นโอกาสของคณะทำงานฯ จากสถานประกอบการ ในการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ประสบการณ์ในการดำเนินงานด้านการสร้างเสริมสุขภาพ กับผู้แทนจาก

สถานประกอบการอื่นๆ ที่เข้ารับการอบรมในครั้งนี้ อันจะนำไปสู่การลงมือดำเนินการขับเคลื่อนงานด้านการควบคุมปัจจัยและพฤติกรรมเสี่ยงในหน่วยงาน ให้เกิดผลอย่างเป็นรูปธรรม

วัตถุประสงค์

1. เพื่อสร้างความเข้าใจที่ถูกต้องเกี่ยวกับการสร้างเสริมสุขภาพในสถานประกอบการ รวมถึงสามารถจุดประกายให้คณะทำงานเกิดความพร้อมเพรียงในการร่วมกันทำงานเพื่อขับเคลื่อนให้สถานประกอบการตนเองเกิดการเปลี่ยนแปลงที่พึงประสงค์
2. เพื่อพัฒนาศักยภาพของสถานประกอบการในการวางแผนการดำเนินงาน และเสริมสร้างสุขภาพพนักงานในสถานประกอบการ อย่างเป็นระบบและต่อเนื่อง
3. เพื่อสนับสนุนการจัดทำแผนปฏิบัติการสร้างเสริมสุขภาพในสถานประกอบการ

กลุ่มเป้าหมาย

คณะทำงานด้านการส่งเสริมสุขภาพของพนักงานในสถานประกอบการ (หรือคณะทำงานด้านอื่นๆ ที่ได้รับมอบหมายให้มีหน้าที่เกี่ยวกับการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ หรือดูแลด้านอาชีวอนามัยและความปลอดภัยในการทำงาน) จำนวน 50 คนต่อรุ่น

ระยะเวลาในการฝึกอบรม

ระยะเวลาในการฝึกอบรม 3 วัน 2 คืน โดยจัด

- รุ่นที่ 4 ในวันที่ 3 – 5 ตุลาคม 2557
- รุ่นที่ 5 ในวันที่ 10 – 12 ตุลาคม 2557

สถานที่จัดกิจกรรม

ศูนย์รวมตะวัน อำเภอเมือง จังหวัดกาญจนบุรี (ศูนย์รวมตะวัน เป็นศูนย์การเรียนรู้ทางด้านการอนุรักษ์ทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม ตั้งอยู่บริเวณตำบลช่องสะเดา อำเภอเมือง จังหวัดกาญจนบุรี บนเส้นทางหลวงหมายเลข 3199 ลาดหญ้า-เอราวัณ กม. 37.7 : ดูเอกสารที่เกี่ยวกับศูนย์รวมตะวันที่แนบมาพร้อมกันนี้) โดยผู้เข้ารับการอบรม จะต้องเดินทางมายังจุดนัดพบที่สมาคมพัฒนาคุณภาพสิ่งแวดล้อม อาคาร 4 (อาคารสิ่งแวดล้อมพัฒนาผล) คณะสิ่งแวดล้อมและทรัพยากรศาสตร์ ม.มหิดล ศาลายา จ.นครปฐม เพื่อเดินทางไปศูนย์รวมตะวันด้วยรถปรับอากาศโดยพร้อมเพรียงกัน

เนื้อหาสาระการฝึกอบรม

1. ความรู้พื้นฐานเกี่ยวกับปัจจัยเสี่ยง: บุหรี่ เหล้า อุบัติเหตุ (กฎหมายบุหรี่/เหล้า/การพนัน ผลกระทบทางด้านสุขภาพ เศรษฐกิจ สังคม)
2. แนวทางในการสร้างเสริมสุขภาพในสถานประกอบการ
3. ความรู้เกี่ยวกับกระบวนการขับเคลื่อนการสร้างเสริมสุขภาพในสถานประกอบการ
4. ความรู้เกี่ยวกับการจัดทำแผนปฏิบัติการ “สถานประกอบการสร้างเสริมสุขภาพ”
5. ความรู้เกี่ยวกับการทำงานเป็นทีม

รูปแบบกิจกรรม

1. เรียนรู้ในสถานี่ความรู้ที่จัดผู้อบรมเป็นกลุ่ม หมุนเวียนเข้าเรียนรู้ในสถานี่ความรู้ในรูปของนิทรรศการประกอบการสาริต ทดลอง และเกมเกี่ยวกับการสร้างเสริมสุขภาพ
2. กิจกรรม “การทำงานเป็นทีมขับเคลื่อนสถานประกอบการสร้างเสริมสุขภาพ”
3. กิจกรรมนันทนาการทั้งภายในและภายนอกอาคาร ที่จะส่งผลให้เกิดการเชื่อมโยงและเสริมสร้างความเข้าใจในความรู้เกี่ยวกับการสร้างเสริมสุขภาพ
4. การบรรยายเกี่ยวกับการสร้างเสริมสุขภาพจากผู้เชี่ยวชาญ
5. การฉายภาพยนตร์สารคดีเกี่ยวกับโทษของบุหรี่/เหล้า/ปัจจัยเสี่ยงสุขภาพอื่นๆ
6. กิจกรรมประชุมปฏิบัติการ “การจัดทำแผนปฏิบัติการและข้อเสนอโครงการ” โดยใช้ข้อมูลที่ได้จาก “ตลาดนัดความรู้” และ “สถานี่ความรู้”

ผลที่คาดว่าจะได้รับ

1. ผู้เข้ารับการฝึกอบรมมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการสร้างเสริมสุขภาพในสถานประกอบการ
2. ผู้เข้ารับการฝึกอบรมมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับแนวทางและขั้นตอนการขับเคลื่อนสถานประกอบการสร้างเสริมสุขภาพ
3. ผู้เข้าอบรมสามารถจัดทำ/เขียนนโยบาย แผนปฏิบัติการสถานประกอบการสร้างเสริมสุขภาพ



กำหนดการ ดำเนินงานศักยภาพ (Capacity Building) บุคลากร หลักสูตร “การขับเคลื่อนสถานประกอบการสร้างเสริมสุขภาพอย่างเป็นระบบ” ณ ศูนย์รวมตะวัน จ.กาญจนบุรี

วันที่ 1 ของการจัดกิจกรรม

เวลา	รายละเอียดกิจกรรม
07.30 - 08.30 น.	ลงทะเบียน ณ มหาวิทยาลัยมหิดล ศาลายา (จุดขึ้นรถ)
08.30 - 11.30 น.	เดินทางสู่ศูนย์รวมตะวัน จ.กาญจนบุรี
11.30 - 12.00 น.	เก็บสัมภาระเข้าที่พัก
12.00 - 12.45 น.	รับประทานอาหารกลางวัน ณ ศูนย์รวมตะวัน
12.45 - 13.15 น.	พิธีเปิด กล่าวต้อนรับผู้เข้าอบรม, แนะนำสถานที่, และชี้แจงกิจกรรม
13.15 - 14.00 น.	ประเมินความรู้ก่อนการฝึกอบรม
14.00 - 14.30 น.	กิจกรรมสันทนการและละลายพฤติกรรม / มอบหมายภารกิจ
14.30 - 17.30 น.	กิจกรรม “เสริมสร้างสุขภาพกับการเดินป่าศึกษาธรรมชาติ”
17.30 - 18.00 น.	รับประทานอาหารว่าง
18.00 - 18.30 น.	สรุปกิจกรรม “เสริมสร้างสุขภาพกับการเดินป่าศึกษาธรรมชาติ”
18.30 - 19.15 น.	รับประทานอาหารเย็น/ พักผ่อนตามอัธยาศัย
19.15 - 19.30 น.	กิจกรรมสันทนการ
19.30 - 21.00 น.	กิจกรรมตามรอยคว้นบุหรี
21.00 - 21.30 น.	สรุปกิจกรรม / นัดหมายเวลา / พักผ่อนตามอัธยาศัย

วันที่ 2 ของการจัดกิจกรรม

เวลา	รายละเอียดกิจกรรม
07.00 - 08.00 น.	กิจกรรม สร้างทีมพัฒนาสถานประกอบการสร้างเสริมสุขภาพ
08.00 - 09.00 น.	รับประทานอาหารเช้าและสันทนการ “กิจกรรมเตรียมความพร้อมก่อนการเรียนรู้”
09.00 - 10.30 น.	การบรรยาย “รวมพลังสร้างเสริมสุขภาพในสถานประกอบการ”
10.30 - 10.45 น.	รับประทานอาหารว่าง
10.45 - 12.15 น.	กิจกรรมเรียนรู้ แนวทางการสร้างเสริมสุขภาพ (เข้าสถานีความรู้) สถานีละ 45 นาที
12.15 - 13.15 น.	รับประทานอาหารกลางวัน
13.15 - 13.45 น.	เตรียมความพร้อมก่อนการเรียนรู้
13.15 - 15.15 น.	เรียนรู้ในสถานีความรู้ (ต่อ)
15.15 - 15.45 น.	รับประทานอาหารว่าง
15.45 - 17.15 น.	ฟังบรรยาย “การจัดทำแผนปฏิบัติการ เครื่องมือสร้างสถานประกอบการเสริมสุขภาพ” โดยวิทยากรผู้เชี่ยวชาญ
17.15 - 18.30 น.	เตรียมการแสดงรอบกองไฟ / พักผ่อนตามอัธยาศัย
18.30 - 19.30 น.	รับประทานอาหารเย็น
19.30 - 21.30 น.	กิจกรรมสันทนการ/กิจกรรมรอบกองไฟ
21.30 น.	พักผ่อนตามอัธยาศัย

วันที่ 3 ของการจัดกิจกรรม

เวลา	กิจกรรม
07.00 - 08.00 น.	กิจกรรม สร้างทีมงานพัฒนาสถานประกอบการสร้างเสริมสุขภาพ
08.00 - 09.00 น.	รับประทานอาหารเช้าและสนทนาการ
09.15 - 10.00 น.	ชี้แจงการจัดทำแผนปฏิบัติการ/ ชมตลาดนัดความรู้ เครื่องมือในการดำเนินงานสร้างเสริมสุขภาพ
10.00 - 12.00 น.	จัดแผนปฏิบัติการ “พัฒนาสถานประกอบการสร้างเสริมสุขภาพ” / รับประทานอาหารว่างระหว่างทำแผนฯ
12.00 - 12.45 น.	รับประทานอาหารกลางวัน
12.45 - 13.45 น.	นำเสนอแผนปฏิบัติการ
13.45 - 14.15 น.	สรุปแผนปฏิบัติการ “พัฒนาสถานประกอบการสร้างเสริมสุขภาพ”
14.15 - 14.45 น.	ประเมินผลความรู้หลังการฝึกอบรม/การจัดกิจกรรม
14.45 - 15.00 น.	สรุปค่ายและปิดค่ายฝึกอบรม
15.00 น.	เดินทางกลับโดยสวัสดิภาพ

หมายเหตุ

- ☺ สถานที่พักค่อนข้างเย็น-จุดพักค่อนข้างในศูนย์รวมตะวัน, สวน 350 PPM (แหล่งเรียนรู้เมื่อเกิดภาวะโลกร้อน)
- ☺ ศูนย์รวมตะวันไม่มีเครื่องปรับอากาศ เนื่องจากพื้นที่เรียนรู้ส่วนใหญ่อยู่ท่ามกลางธรรมชาติที่ร่มเย็น
- ☺ ช่วงเวลาการฝึกอบรมที่ศูนย์ฯ แนะนำให้สวมรองเท้าที่สามารถถอดเข้าออกได้สะดวกสบาย
- ☺ การรับประทานอาหาร เน้นการบริการตัวเอง เพื่อลดปริมาณเศษอาหารเหลือทิ้ง
- ☺ เนื่องจากศูนย์รวมตะวันไม่มีร้านจำหน่ายขนมขบเคี้ยว ขอความร่วมมือในการเลือกใช้บริการจุดจำหน่ายอาหาร ที่ย่อยสลายได้ง่าย
- ☺ อาหารมื้อหลัก - บางมื้อเป็นอาหารพื้นถิ่น (ใช้วัตถุดิบในท้องถิ่น), อาหารว่าง – ขนมไทยและน้ำผลไม้จากการเสิร์ฟเครื่องดื่มที่มีคาเฟอีน





ใบตอบรับค่ายฝึกอบรม
“การขับเคลื่อนสถานประกอบการสร้างเสริมสุขภาพอย่างเป็นระบบ”
ณ ศูนย์รวมตะวัน อำเภอเมือง จังหวัดกาญจนบุรี

ข้าพเจ้า (นาย/นาง/นางสาว).....นามสกุล.....
ตำแหน่ง.....หมายเลขโทรศัพท์.....
ชื่อสถานประกอบการ.....
ที่อยู่.....
มีความยินดีส่งบุคลากรเข้าร่วมในวันที่ (โปรดระบุเพียง 1 รุ่น)
☐ วันที่ 3 - 5 ตุลาคม 2557 (รุ่น 4)
☐ วันที่ 10 - 12 ตุลาคม 2557 (รุ่น 5)

สถานประกอบการมีความประสงค์ที่จะส่งผู้แทนคณะทำงานเข้ารับการฝึกอบรม “การพัฒนาสถานประกอบการสร้างเสริมสุขภาพอย่างเป็นระบบ” ณ ศูนย์รวมตะวัน จ.กาญจนบุรี ดังรายชื่อต่อไปนี้

1) ชื่อ (นาย/นาง/นางสาว).....นามสกุล.....
ตำแหน่งงาน.....ตำแหน่งในโครงการ.....
หมายเลขโทรศัพท์.....โทรศัพท์เคลื่อนที่.....
โทรสาร.....E-mail.....
อาหาร ☐ ปกติ ☐ มุสลิม ☐ แพ้อาหาร (ระบุ.....) ☐ อื่นๆ.....

2) ชื่อ (นาย/นาง/นางสาว).....นามสกุล.....
ตำแหน่งงาน.....ตำแหน่งในโครงการ.....
หมายเลขโทรศัพท์.....โทรศัพท์เคลื่อนที่.....
โทรสาร.....E-mail.....
อาหาร ☐ ปกติ ☐ มุสลิม ☐ แพ้อาหาร (ระบุ.....) ☐ อื่นๆ.....

ลงชื่อ.....ผู้บริหาร
(.....)
ตำแหน่ง.....
วันที่.....เดือน.....พ.ศ.....

หมายเหตุ กรุณาส่งใบตอบรับกลับมายังศูนย์ประสานงานโครงการฯ โทรสารหมายเลข 0-2441-9232, 0-2800-2442

ภายในวันที่ 26 กันยายน 2557 การฝึกอบรมในครั้งนี้ไม่เสียค่าใช้จ่ายใด ๆ ทั้งสิ้น (หากท่านรับการยืนยันสิทธิ์การเข้าร่วมอบรมแล้ว และไม่สามารถเข้าร่วมกิจกรรมได้ตามที่ระบุไว้ ทางโครงการฯ ขออนุญาตตัดสิทธิ์ของสถานประกอบการในการส่งตัวแทนเข้าฝึกอบรมของหลักสูตรถัดไป จำนวน 3 ครั้ง) และท่านสามารถสอบถามรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่ หมายเลขโทรศัพท์ 0-2441-5000 ต่อ 2317, 0-2441-9232, 082-358-4614, 082-358-4616 โดยโครงการฯ ขอสงวนสิทธิ์ดังนี้

- พิจารณาตามลำดับการส่งใบตอบรับ รุ่นละไม่เกิน 50 ท่าน
- ทางโครงการฯ จะยืนยันสิทธิ์ พร้อมแจ้งรายละเอียดการเตรียมตัวในการเข้ารับการฝึกอบรมทางอีเมลที่ระบุไว้ในใบตอบรับ
- การเดินทางเข้าสู่ศูนย์รวมตะวัน จะเดินทางด้วยรถโค้ชปรับอากาศที่โครงการฯ จัดเตรียมไว้ให้ โดยเดินทางออกจากตึกพัฒนาตล (อาคาร 4) คณะสิ่งแวดล้อมและทรัพยากรศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล ศาลายา (จะจัดส่งเอกสารพร้อมการยืนยันสิทธิ์ในการเข้าร่วมฝึกอบรมผ่านทางอีเมลที่ท่านได้แจ้งไว้)