

# ผณีกกำลังร่วมสร้างสุขที่ปลายทาง

ทิศทาง เป้าหมาย และการขับเคลื่อน

โดย วรรณ จารุสมบูรณ์

การประชุมสร้างสุขปลายทาง ปีที่ 4  
15-16 กันยายน 2565  
ห้องไดมอนด์บอลรูม ชั้น 4  
โรงแรมริชมอนด์ นนทบุรี



peaceful  
death



มูลนิธิสถาบันวิจัยและพัฒนา  
ชุมชนกรุณา

# การสร้างเสริมสุขภาวะระยะท้ายสำหรับประเทศไทย





พัฒนาเครื่องมือ  
สร้างกระบวนการชุมชน  
ส่งเสริมการเรียนรู้  
ดูแลความเจ็บป่วย  
การดูแลความสูญเสีย  
การเยียวยาผู้ดูแล  
ปฏิบัติการชุมชนกรรณา  
พัฒนาเครือข่ายชุมชนกรรณา

ส่งเสริมงานวิชาการ  
การศึกษาวิจัย  
บทความ จดหมายข่าว  
สนับสนุนเครือข่าย  
สร้างความร่วมมือภาคี  
เผยแพร่ความรู้ แนวคิด  
สร้างนวัตกรรมจากพื้นที่  
ผลักดันนโยบาย





อบรมกระบวนการชุมชนที่สามารถนำทำสมุดเบาใจได้ 4 รุ่น



Shopee กระจายสมุดเบาใจ



เพลง



วิดีโอสอนใช้เครื่องมือ ACP



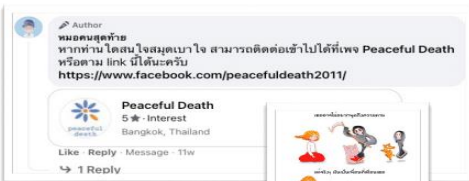
การ์ดแชร์กัน



ห้องเรียนเบาใจ ทุกสัปดาห์  
ห้องเรียนเบาใจ ตอนพิเศษ นำเสนอเนื้อหาพิเศษ



ร่วมมือกับผู้ประกอบการ 12 หน่วยงาน

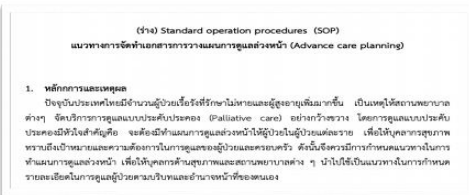


ร่วมงานกับ Micro Influencer 15 คน

1. พดิน อินทรวงศ์
2. บันทกนิกชินโต
3. หมอคนสุดท้าย Janlotanapat
4. เบิร์ดคิดแจ่ม
5. รายการ Board Game World
6. TIKTOK : krukae\_dramaarts
7. เพจ Tent Katchakul's Gallery
8. เพจ Tent Katchakul's Gallery



- ตระหนักเรื่องการตายดี
- การทบทวนชีวิต
- การสื่อสารระหว่างสมาชิกในครอบครัว
- การฟื้นคืนความสัมพันธ์
- การเข้าถึงการดูแลแบบประคับประคอง



ทำให้นักลากรสุขภาพยอมรับสมุดเบาใจเป็น ACP ที่เป็นทางการ



นำสมุดเบาใจไปขยายงานในพื้นที่ชุมชนกรุณา



ถอดบทเรียนการนำสมุดเบาใจไปใช้



ศึกษาประสบการณ์ผู้ใช้



Podcast เนื้อหาเกี่ยวกับ  
การทำงานชุมชนกรรณา



เครื่องมือทำงานชุมชนกรรณา



กระบวนการชุมชน



Onsite

1. พะตง
2. เชียงราย

อบรมกระบวนการชุมชน



Online

1. สำหรับบุคลากร  
สุขภาพ 2 รุ่น
2. สำหรับบุคลากรการ  
ศึกษา 2 รุ่น



พื้นที่ชุมชนกรรณา



สนับสนุนทุนพื้นที่ชุมชนกรรณา  
10 พื้นที่

1. เปลี่ยนความเศร้าเป็นเข้าใจ
2. เชียงราย
3. เชียงใหม่
4. ลำปาง
5. อุบลราชธานี
6. หาดใหญ่
7. สงขลา พะตง
8. ร้านรับฝากความเศร้า ขอนแก่น
9. ก.กรรณา จ.สมุทรสาคร
10. นครศรีธรรมราช
11. พิษณุโลก
12. ดูแลใจช่วงวิกฤตโควิด

1. การดูแลและเครือข่ายอาสาสมัคร
2. การดูแลจิตใจผู้ป่วย ผู้ดูแล บุคลากร
3. การทำงานดูแลแบบประคับประคองในชุมชน
4. การใช้สมุดเบาใจในผู้สูงอายุ
5. แนะนำเครือข่าย
6. การดูแลความสูญเสีย
7. การทำงานกระบวนการชุมชน

# เครื่องมืออำนวยความสะดวกในการวางแผนดูแลล่วงหน้า



สมุดเบาใจ



เกมไฟใจชีวิต

คำถามบางคำถาม  
นำไปสู่การวางแผน  
ดูแลล่วงหน้า



แชร์กัน

การ์ดภาพสนทนา  
เรื่องการวางแผน  
ดูแลล่วงหน้า



ไพ่ฤดูฝน

คลังคำศัพท์ความรู้สึก  
ความต้องการของผู้ป่วย  
ที่พบได้บ่อยๆ

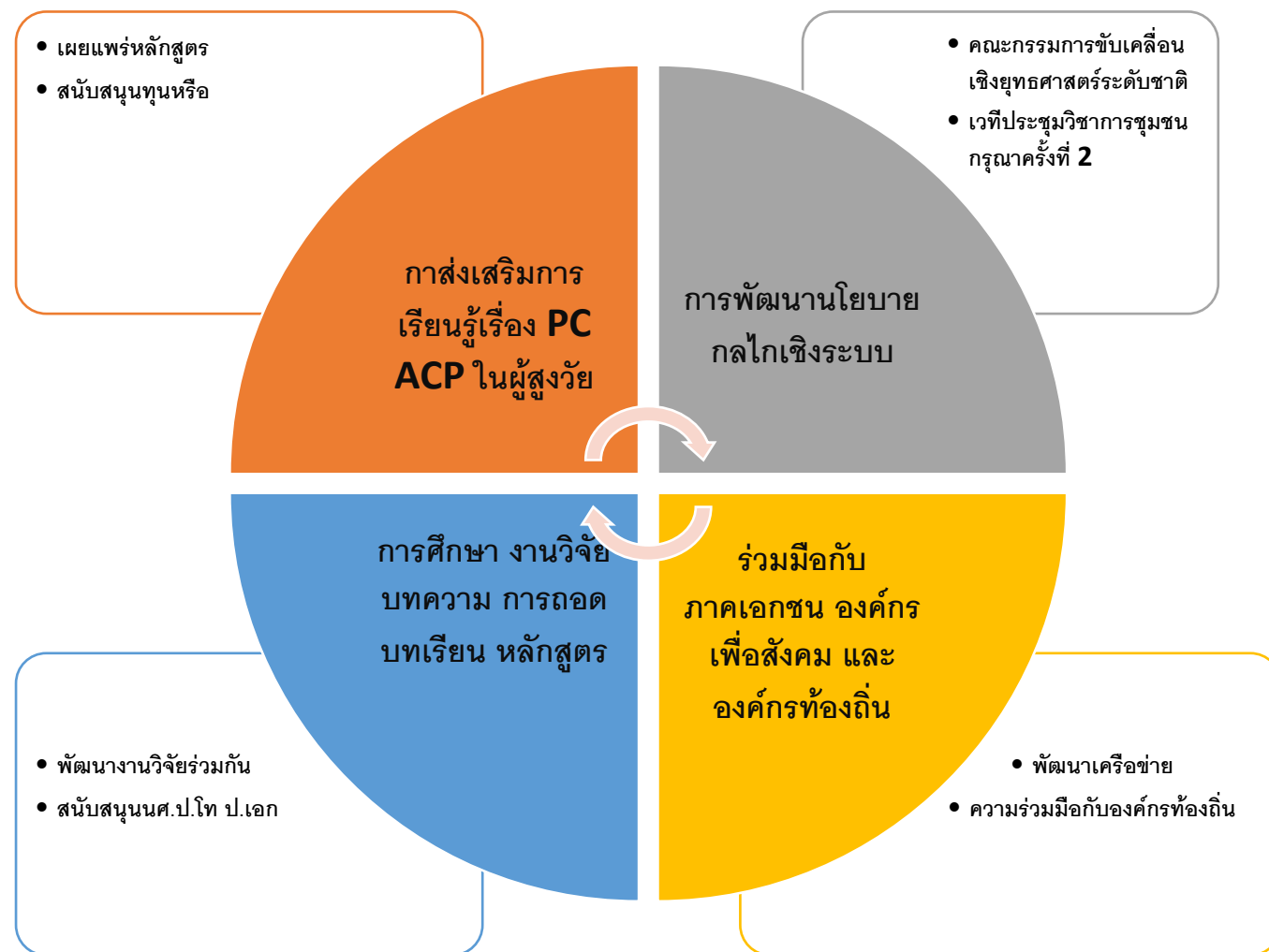


วิดีโอเรื่อง ของขวัญชิ้นสุดท้าย  
<https://youtu.be/rzSJznBOXk8>



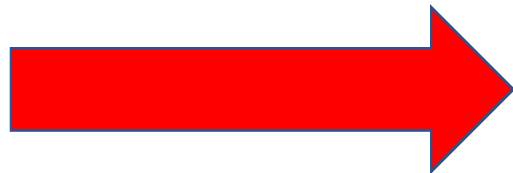
เพลงเบาใจ

# การพัฒนาความร่วมมือกับภาคส่วนต่างๆ



# ความท้าทายและแนวทางการขับเคลื่อนในอนาคต

- สังคมสูงวัยระดับสุดยอด
- สถานการณ์หลังโควิด
- ปัญหาเศรษฐกิจระดับฐานราก
- ภาวะบีบคั้นทางสังคม



กลไกนโยบาย  
กลไกระดับชาติ  
แผนยุทธศาสตร์ที่ต้องทบทวน

สาธารณสุขเพื่อการดูแลแบบประคับประคอง

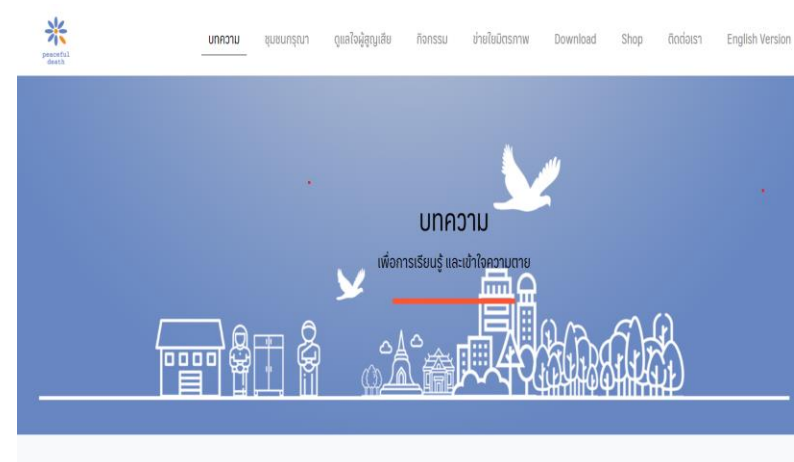


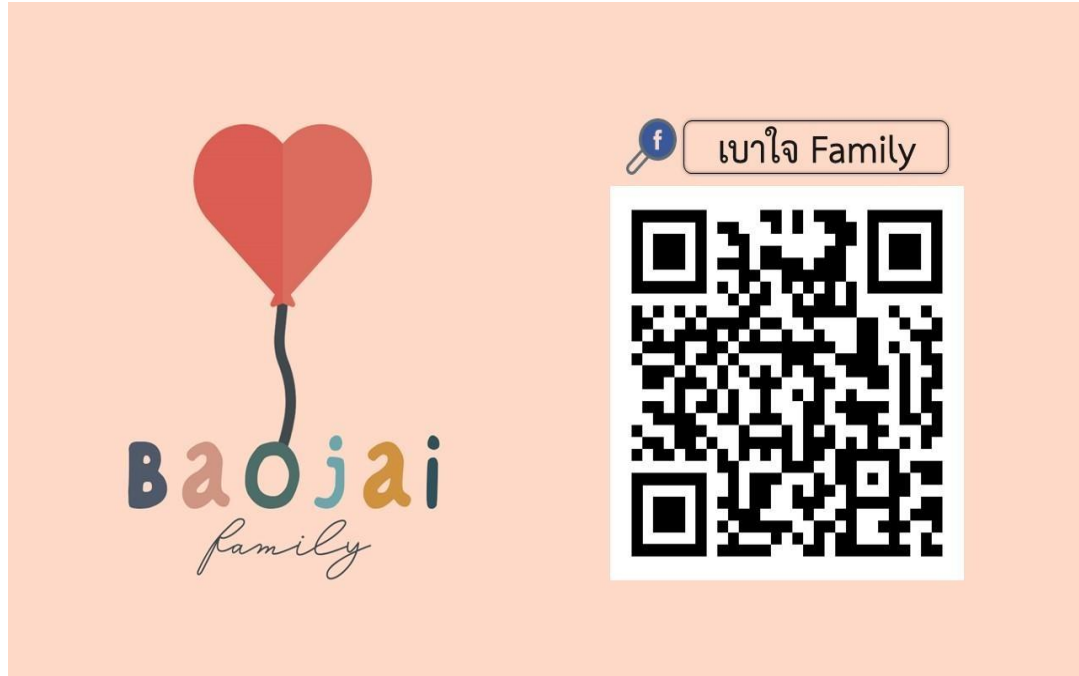


peaceful  
death

# สนใจกิจกรรมของ Peaceful Death

- <https://peacefuldeath.co/>
- <https://www.facebook.com/peacefuldeath2011>
- <https://baojai.co/>





ต้องการเขียนสมุดเบาใจออนไลน์  
ดาวน์โหลดสมุดเบาใจ หรือ สั่งซื้อได้ที่

