



# ข่าวประชาสัมพันธ์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

๑๑๔ สุขุมวิท ๒๓ แขวงคลองเตยเหนือ เขตวัฒนา กรุงเทพฯ ๑๐๑๑๐ โทรศัพท์ ๐-๒๖๔๙-๕๐๐๐ ภายใน ๑-๕๖๖๖ โทรศัพท์/โทรสาร ๐-๒๒๕๕-๐๓๑๑

ข่าวจากหนังสือพิมพ์แนวหน้า ฉบับประจำวันพุธที่ ๒๓ เดือนตุลาคม พ.ศ.๒๕๕๖ หน้า ๒๑  
ศูนย์สารสนเทศและการประชาสัมพันธ์ ได้จัดระบบข่าวสื่อสิ่งพิมพ์ สนใจดูที่↓



## ‘เย็บ ปัก ถัก รัก’

### พลังอาสา ปันสุข สร้างรอยยิ้ม

บนโลกใบนี้ ไม่ว่าจะมียศวิทยาสถาสรณ์เก่งคนไหน ก็ไม่สามารถเรียกเวลาที่ผ่านไปให้กลับคืนมาได้ ด้วยเหตุนี้เอง หากใครก็ตามได้พบกับนักปราชญ์ชั้นเยี่ยมสักคน เขาจะต้องบอกว่า “เวลาคือสิ่งที่มีค่าสำหรับเขา” เหตุผลก็เพราะพอมันผ่านไปแล้วก็ผ่านไปเลย

ตอนนี้ เข้าสู่ช่วงเวลาแห่งการปิดเทอมกันแล้ว วัยรุ่น วัยเรียนทั้งหลาย ก็อย่าปล่อยให้เวลาที่ว่างจากการเรียนให้หมดไปอย่างไร้ความหมาย หากใครคิดจะใช้เวลาให้เกิดประโยชน์มากที่สุดก็ควรที่จะมีแผนงาน หรือ มีแพลน ที่จะทำกิจกรรมกันบ้าง และหากใครยังไม่ออก ทาง สสส. เขามีข้อเสนอแนะว่า ลองมาทำกิจกรรมดีๆ สร้างสรรค์ประโยชน์ให้กับสังคม อย่าง “จิตอาสา” กันดีกว่า

“เย็บ ปัก ถัก รัก” กิจกรรมเย็บผ้ากันเป็นอนชับน้าลายให้กับน้องๆ สถานสงเคราะห์เด็กพิการและทุพพลภาพปากเกร็ด (บ้านนนทภูมิ) จัดโดย ศูนย์เรียนรู้สุขภาพฯ สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) ร่วมกับ มูลนิธิสุขภาพไทย เครือข่ายพุทธิกา และสหทัยมูลนิธิ ณ อาคารศูนย์เรียนรู้สุขภาพฯ ซอยงามดูพลี ซึ่งมีผู้สนใจร่วมกิจกรรมถึง 60 คน

“เย็บ ปัก ถัก รัก” เป็นกิจกรรมสร้างสรรค์ช่วงปิดเทอมของโครงการพลังอาสาสร้างสุขให้เด็กในสถานสงเคราะห์ ที่ชักชวนจิตอาสาสมัครใจไปทำ “ผ้ากันเปื้อนชับน้าลาย” ให้กับน้องๆ สถานสงเคราะห์เด็กพิการและทุพพลภาพปากเกร็ด (บ้านนนทภูมิ) ซึ่งเป็นเด็กพิการซ้ำซ้อน โดยมี “พี่ตาล นริศรา อารมณ์ชื่น” ผู้ประสานงานโครงการพลังอาสาสมัครสร้างสุขให้เด็กในสถานสงเคราะห์ มูลนิธิสุขภาพไทย และวิทยากรของกิจกรรม ซึ่งเขาบอกถึงกิจกรรมที่จัดขึ้นในวันนี้ ว่า เป็นการเวิร์กช็อปเย็บผ้ากันเปื้อนรูปหมูและหมี ซึ่งเป็นลายที่เด็กๆ ชอบมากที่สุด โดยจะแบ่งจิตอาสาออกเป็น 7 กลุ่ม มีวิทยากรให้คำแนะนำกลุ่มละ 1 คน เริ่มด้วยนำผ้าที่ตัดเป็นรูปทรงเรียบร้อยแล้วมาประกอบติดกัน และตัดส่วนที่เกินออก หลังจากนั้นนำเศษผ้าที่ทำเป็นรูปตา หู จมูก วางลงบนผ้า และใช้เข็มหมุดปักไว้ และเริ่มเย็บด้วยวิธีการตัดเวิร์ก ซึ่งเป็นวิธีการเย็บผ้าที่หนาแน่น และเย็บโดยรอบเพื่อความเรียบร้อย

พี่ตาล วิทยากรคนเก่ง พูดถึงวิธีการเย็บผ้ากันเปื้อนว่า วิธีการเย็บไม่ยุ่งยากหากมีความชำนาญจะเย็บเสร็จภายใน 1/2 ชั่วโมง ผ้าที่ใช้ควรเป็นผ้าสีพื้นที่มีสีสันสดใส และออกแบบลวดลายลงบนพื้นผ้า โดยใช้เศษผ้าทำเป็นลวดลายน่ารักๆ อย่างเช่น หมี หมู แมว ช้าง แดงโม สดรอเบอร์รี่ ฯลฯ เพราะเด็กๆ จะชอบผ้าที่มีลวดลายและสีสดใส ส่วนเนื้อผ้าที่ใช้ทำต้องชับน้ำได้ดี ควรใช้ผ้าสักหลาดผ้าขนหนู แต่ไม่ควรใช้ผ้าคอตตอน เพราะไม่ชับน้ำ

“การเย็บผ้ากันเปื้อนต้องอาศัยความประณีต เพราะเวลาทำความสะอาดจะต้องซักรวมกัน ไม่ได้ซักทีละผืน ถ้าเย็บไม่ละเอียด ประณีตซักก็อาจจะหลุดได้ สิ่งสำคัญที่ดีว่าไม่ควรทำคือ ห้ามคิดกระดุม ถูกปิด หรืออะไรก็ตามที่เป็นวัสดุชิ้นเล็กๆ และหลุดง่าย



เพราะเด็กจะหยิบกลืนเข้าไป และเป็นอันตรายได้” วิทยากร อธิบายเพิ่มเติม

วิทยากรคนเก่ง ยังบอกอีกว่า เด็กอ่อนบ้านนนทภูมิมี 500 คน อายุ 7-10 ขวบ ซึ่งเด็ก 1 คน จะใช้ผ้ากันเปื้อน 3-5 ผืนต่อวันที่เลือกจัดกิจกรรมนี้ เพราะตรงกับความต้องการของเด็กในสถานสงเคราะห์ และยังเป็นสิ่งที่คนทั่วไปสามารถทำได้ จากกิจกรรมวันนี้ ดนเห็นเด็ก เขาวชน และหลายๆ ครอบครัวได้ทำกิจกรรมดีๆ ร่วมกัน เห็นได้เลยว่า ทุกคนมีความสุข มีความตั้งใจ ที่อยากจะทำสิ่งดีๆ ให้กับเด็กๆ ที่ด้อยโอกาส ด้วยใจจริง

“การทำงานจิตอาสาเนี่ยว่า เป็นการทำบุญอย่างหนึ่งที่ทำให้ง่าย คนที่สามารถส่งต่อไปยังผู้รับได้ และนำไปใช้ได้จริง ผู้ที่เข้ามาทำจิตอาสาส่วนใหญ่เป็นวัยทำงาน นิสิต นักศึกษา หรือบางครั้งก็มาเป็นครอบครัว พ่อ-แม่บางครอบครัวให้เหตุผลที่มาเป็นจิตอาสาว่า ต้องการให้ลูกๆ ทำความดี รู้จักการแบ่งปัน และเสียสละเวลาให้กับผู้อื่นที่ด้อยโอกาส

“ยิ่งช่วงนี้เด็กๆ ปิดเทอม ถ้าหากมีเวลาและสนใจ  
อยากให้มาร่วมกันเป็นอาสาสมัคร ไม่ว่าจะที่ไหนก็ได้ เพราะเรา  
เป็นส่วนหนึ่งที่สามารถสร้างคุณค่าและแบ่งปันสิ่งดีๆ ให้สังคมได้  
มากที่สุด” พี่ตาล ฝากทิ้งท้าย

ด้านคนรุ่นใหม่หัวใจอาสาอย่าง น้อง ดิสนีย์-รัตติยาพร  
ทองวรรณ อายุ 21 ปี ปี 4 คณะสหเวชศาสตร์ สาขาวิชาการส่งเสริม  
สุขภาพ มศว บอกถึงความรู้สึกที่ได้ร่วมกิจกรรมครั้งนี้ว่า ตนชอบ  
งานอาสาสมัครอยู่แล้ว เพราะได้ช่วยเหลือคนอื่น และยังได้เจอ  
เพื่อนใหม่ ได้แลกเปลี่ยนประสบการณ์ความคิดเห็นกับจิตอาสาคน  
อื่นๆ เป็นการเปิดโอกาสการทำงานอาสาในด้านอื่นๆ และยังเป็นการ  
ทำกิจกรรมสร้างสรรค์สังคมในช่วงปิดเทอมด้วย

“ปกติแล้ว หนูไม่ถนัดงานเย็บปักถักร้อย และไม่คิดว่าจะ  
ทำได้ด้วย พอลองเย็บผ้ากันเปื้อน ก็ทำได้บ้างไม่ได้บ้าง แต่มีเพื่อน  
และพี่ๆ คอยสอน ก็เรียนรู้เป็นขั้นตอนจนเย็บเสร็จ หนูพอใจกับ  
ผลงานที่ทำออกมา ถึงแม้จะไม่สวยมากนัก แต่หนูตั้งใจทำและคิดว่า  
คงมีประโยชน์กับน้องๆ ได้ไม่มากนักน้อยค่ะ” น้องดิสนีย์ บอกด้วย  
ใบหน้ายิ้มแย้ม

ปิดเทอมนี้มาร่วมเติมเต็มความรัก ความอบอุ่น ร่วมสร้าง  
รอยยิ้ม และความสุขให้น้องๆ ที่ด้อยโอกาสร่วมกัน นอกจากนี้  
จะเป็นการสร้างความสุขให้กับสังคมแล้ว ยังสร้างความสุขทางใจ  
ให้กับตัวเองอีกด้วยนะค่ะ

ปานมณี