



The 7th Thailand Bike and Walk Forum

Think Globally Bike-Walk Locally

7 รูปแบบสร้างสรรค์ ส่งเสริมชุมชนจักรยาน Seven Wonders for cycling community



โดย นายอารดินทร์ รัตนภู

ผู้จัดการโครงการชุมชนจักรยานเพื่อสุขภาวะ

และแกนนำชุมชนจักรยานตัวอย่าง



การประชุมส่งเสริมการเดินทางและการใช้จักรยานในชีวิตประจำวัน ครั้งที่ 7

สถาบันการเดินทางและการจักรยานไทย

Think Globally
Bike-Walk Locally

สสส
สำนักงานกองทุนสนับสนุนการวิจัย
เพื่อสุขภาพของประเทศไทย



- Why



types



- How to do

- Conclusion

สถาบันการเดินและการจักรยานไทย
Thailand Walking and Cycling Institute



Objectives :เป้าหมายหลัก



สอดคล้องกับกฎบัตรออตตาวา

- กระบวนการสนับสนุนให้ภาคประชาชนสามารถควบคุมพฤติกรรมสุขภาพของตนเอง สังคม สิ่งแวดล้อม เพื่อให้บุคคล ครอบครัว ชุมชน มีสุขภาวะ และคุณภาพชีวิตที่ดี มีแนวทางการดำเนินงาน 5 ประการ
- การดำเนินงานของโครงการที่มุ่งสร้างแกนนำชุมชน พัฒนาศักยภาพแกนนำ ในการส่งเสริมการสร้างสุขภาวะชุมชน โดยการใช้จักรยานเป็นเครื่องมือ

สถาบันการเดินและการจักรยานไทย

Thailand Walking and Cycling Institute



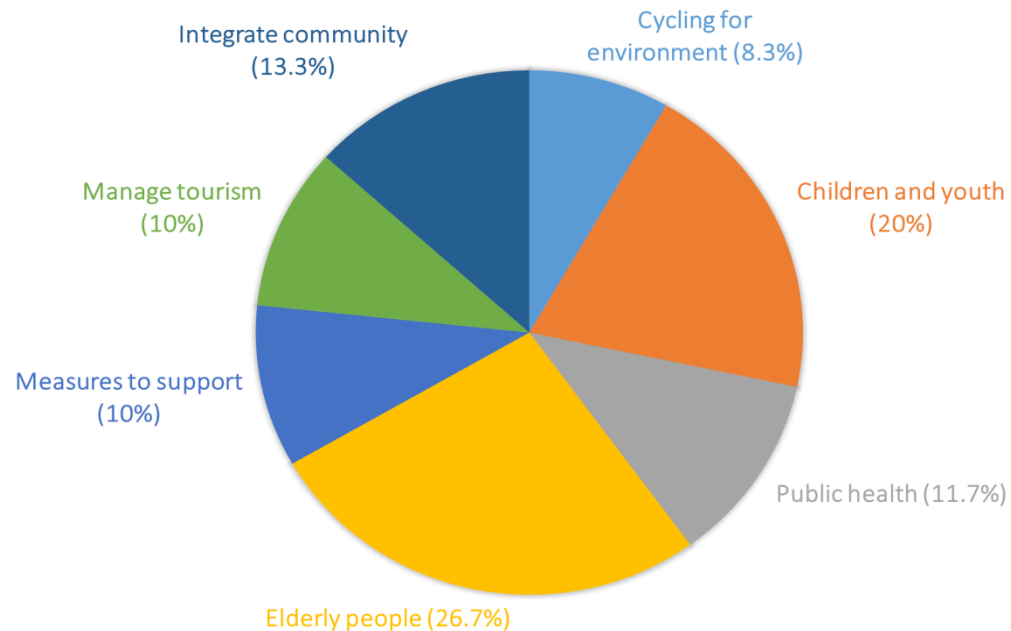
We Found

year	Community		Tool	%
	Start	Finish		
2017	78	70	Training / Monitoring	89.7
2018	100	98	Training/ Monitoring	98
2019	60	59	7 types + Training /Monitoring	97



Seven wonders for cycling community

Detail	Community 3 years
Cycling for environment	5
Children and youth	12
Public health	7
Elderly people	16
Measures to support	6
Manage tourism	6
Integrate community	8
Total	60



(1) จักรยารักษ์โลก

(เครื่องมือส่งเสริมสิ่งแวดล้อมการใช้การปั่น

จักรยาน

ในการจัดการกิจกรรมเพื่อสิ่งแวดล้อมใน
ชุมชน (environment activities) และเพื่อ
ลดการปล่อยก๊าซคาร์บอนไดออกไซด์
(reduce carbon) เป็นต้น

สถาบันการเดินและ
Thailand Walking and



(2) คบเด็กชวนปั่น (จักรยานเป็น
เครื่องมือส่งเสริมในเด็กและเยาวชน)
การใช้จักรยานเป็นกิจกรรมเพื่อพัฒนา
เด็กและเยาวชนให้ตระหนักรู้ถึง
คุณค่าของการใช้จักรยานใน
ชีวิตประจำวัน ในมิติต่างๆ



Think Globally
Bike-Walk Locally

การประชุมส่งเสริมการเดินทางและการใช้จักรยานในชีวิตประจำวัน ครั้งที่ 7

สถาบันการเดินทางและการจักรยานไทย

สสส
สำนักงานกองทุนสนับสนุน
การส่งเสริมสุขภาพ



(3) คนหมอชวนปั่น/การใช้จักรยานเป็น
เครื่องมือด้านสาธารณสุขร่วมกับโรงพยาบาล
ชุมชนกระตุ้นให้เจ้าหน้าที่สาธารณสุข
และอสม.ใช้จักรยานเพื่อไปทำงานกับชุมชน





(4) จักรยานสร้างสุขสังคมผู้สูงอายุ

การใช้จักรยานเป็นเครื่องมือในการทำให้ผู้สูงอายุมีพื้นที่ทำกิจกรรมในชีวิตประจำวันในชุมชน ทำให้พวกเขาสามารถพบปะกับเพื่อนฝูง สร้างความสัมพันธ์ เช่น ทำกิจกรรมทางศาสนา ร่วมกับคนอื่น ๆ ในชุมชนเช่นไปทำบุญที่วัดหรือเข้าร่วมสวดมนต์ที่มัสยิด ปั่นเยี่ยมเยียนเพื่อน การไปไหนมาไหนในชีวิตประจำวัน

สถาบันการเดินและการจักรยานไทย
Thailand Walking and Cycling Institute



Think Globally
Bike-Walk Locally

การประชุมส่งเสริมการเดินและการใช้จักรยานในชีวิตประจำวัน ครั้งที่ 7

สถาบันการเดินและการจักรยานไทย



(5) การกำหนดสร้างมาตรการ และ แรงจูงใจใช้จักรยาน

การสร้างข้อตกลงชุมชนที่มีผลต่อแรงจูงใจให้
สัมฤทธิ์ให้ชุมชนเลือกใช้จักรยาน เพื่อการ
เดินทางในชีวิตประจำวัน



(6) การใช้จักรยานเป็นเครื่องมือใน
การบูรณาการงานแก้ปัญหาและ
พัฒนาของชุมชน-ท้องถิ่น

สถาบันการเดินและ
Thailand Walking



Think Globally
Bike-Walk Locally

การประชุมส่งเสริมการเดินและการใช้จักรยานในชีวิตประจำวัน ครั้งที่ 7

สถาบันการเดินและการจักรยานไทย

สสส
สำนักงานกองทุนสนับสนุน
การส่งเสริมสุขภาพ





(7) จักรยานเพื่อการจัดการ
ท่องเที่ยวในวิถีชุมชน
เป็นส่วนหนึ่งในการสร้างรายได้ให้แก่
ชุมชน เพิ่มการเรียนรู้ชุมชนให้กับ
นักท่องเที่ยว และสร้างภาพลักษณ์ให้
เป็นที่รู้จัก





Training and Sharing of
leader community to
promoting for cycling in the
communities



Think Globally
Bike-Walk Locally

การประชุมส่งเสริมการเดินทางและการใช้จักรยานในชีวิตประจำวัน ครั้งที่ 7

สถาบันการเดินทางและการจักรยานไทย



กระบวนการดำเนินงาน เพื่อการพัฒนาศักยภาพแกนนำ/ ชุมชน

- (1) คัดเลือกแกนนำชุมชนจากชุมชนที่สมัครเข้าร่วมโครงการ (เข้าใจปัญหา/ต้องการโอกาส/พหุศักยภาพ)
- (2) **อบรมเชิงปฏิบัติการกับกลุ่มแกนนำ ให้สามารถวิเคราะห์พื้นที่ตนเอง ศักยภาพของพื้นที่ ก่อนเลือกรูปแบบการส่งเสริมการใช้จักรยานในชุมชน**
- (3) พัฒนาศักยภาพ ทักษะของแกนนำในการจัดทำแผนโครงการ การบริหารโครงการ การวางรูปแบบกิจกรรมของโครงการ ฝึกให้แกนนำวิเคราะห์ผลจากการทำงาน
- (4) สนับสนุนทุนให้ดำเนินงาน จำนวน 50,000 บาท ต่อชุมชน (ไม่รวมค่าสนับสนุนพัฒนาศักยภาพแกนนำ)
- (5) **สนับสนุนและติดตามแบบเสริมพลัง**
- (6) จัดให้มีเวทีรายงานผล แลกเปลี่ยนการทำงานระหว่างชุมชน
- (7) **จัดให้มีกิจกรรมถอดบทเรียน และสังเคราะห์เชิงผลลัพธ์**



การประชุมส่งเสริมการเดินทางและการใช้จักรยานในชีวิตประจำวัน ครั้งที่ 7

สถาบันการเดินและการจักรยานไทย

Think Globally
Bike-Walk Locally

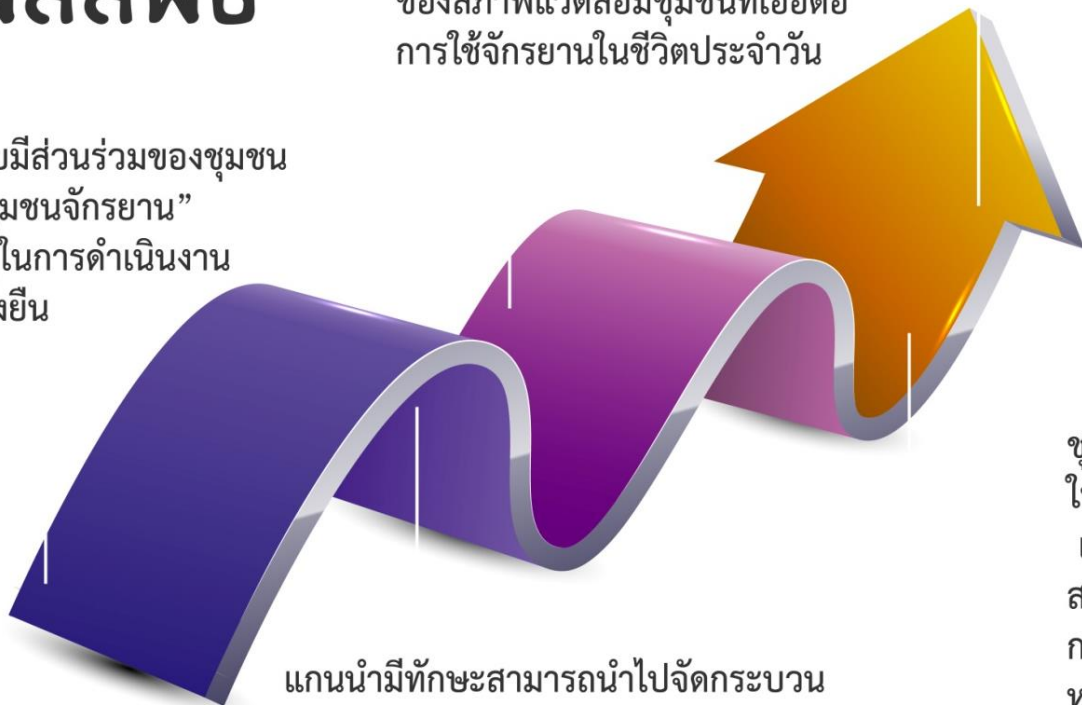


บันไดผลลัพท์

เกิดการทำงานแบบมีส่วนร่วมของชุมชน
“เกิดคณะทำงานชุมชนจักรยาน”
ซึ่งเป็นกลไกสำคัญในการดำเนินงาน
ที่เข้มแข็งสู่ความยั่งยืน

ชุมชนเกิดปรับกายภาพให้เอื้อต่อ
การใช้จักรยานในชุมชนที่ถูกต้อง
ของสภาพแวดล้อมชุมชนที่เอื้อต่อ
การใช้จักรยานในชีวิตประจำวัน

เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม
ของคนในชุมชน
มีผู้ใช้จักรยานใน
ชีวิตประจำวันเพิ่มขึ้น



แกนนำมีทักษะสามารถนำไปจัดกระบวนการ
การส่งเสริมการใช้จักรยานในชีวิตประจำวันได้
สร้างแนวร่วมแกนนำด้านสุขภาพ
เป็นแนวทางการปรับเปลี่ยนระบบสุขภาพ
จากการรักษาเป็นการส่งเสริมเชิงรุก

ชุมชนมีการกำหนดมาตรการส่งเสริม
ให้เกิดการใช้จักรยานในชุมชน
และสามารถบูรณาการงานหลักให้
สอดคล้องกับแนวทางส่งเสริม
การใช้จักรยานในชุมชนกับ
หน่วยงานกลุ่มต่างๆ ในชุมชน



Think Globally
Bike-Walk Locally

การประชุมส่งเสริมการเดินทางและการใช้จักรยานในชีวิตประจำวัน ครั้งที่ 7

สถาบันการเดินและการจักรยานไทย

สสส
สำนักงานกองทุนสนับสนุน
การวิจัยเพื่อสุขภาพ



Cycling Community Make community is BEAUTIFULL !!!



Think Globally
Bike-Walk Locally

การประชุมส่งเสริมการเดินทางและการใช้จักรยานในชีวิตประจำวัน ครั้งที่ 7

สถาบันการเดินทางและการจักรยานไทย

สสส
สำนักงานกองทุนสนับสนุนการส่งเสริมสุขภาพ



สิ่งที่ได้เรียนรู้จากการทำงาน

7 แนวทาง ส่งเสริมการใช้จักรยานในชุมชน

- เป็นส่วนสำคัญที่ช่วยให้แกนนำชุมชน เข้าใจบริบทปัญหาพื้นที่ กลุ่มเป้าหมาย และพัฒนาได้ถูกจุด/ชัดเจน
- แกนนำสามารถออกแบบกิจกรรมที่สนับสนุนกลุ่มเป้าหมาย
- สร้างแนวร่วม พันธมิตรในการทำงานที่ถูกคน(คนที่ใช่)
- ช่วยเหลือลดโอกาสที่ชุมชนไม่ทำงานต่อเนื่อง
- สามารถพัฒนาเป็นคู่มือในการส่งเสริมการใช้จักรยานในชุมชน



ติดต่อผู้นำเสนอ

“เรื่องที่ใครดูว่าเล็กน้อย อย่างการใช้จักรยานในการเดินทางเป็นประจำในชีวิตประจำวัน มันเป็นจุดกำเนิดสำคัญต่อการเปลี่ยนแปลงสังคม เพราะมันช่วยแก้ปัญหาในมิติต่างๆ ของโลกที่เกิดขึ้นได้ และคือสัญลักษณ์แห่งการพึ่งพาตนเอง”

นายอาร์ดินทร์ รัตนภู PM โครงการชุมชนจักรยานเพื่อสุขภาวะ

โทร 080 784 5332

