

FOOD  
GOOD

เพื่อนท้องน้องอัมถ้วย

2557 - ปัจจุบัน

**Food4Good เชื่อว่า**

**“โภชนาการที่ดี” คือรากฐานของการเจริญเติบโต**

เด็กทุกคนควรได้รับอาหารและสารอาหารที่ถูกต้อง ครบถ้วน เหมาะสมตามวัย  
เพื่อมีสุขภาพและคุณภาพชีวิตที่ดีในอนาคต

เราทำหน้าที่เป็น กลไกสร้างการมีส่วนร่วมของทุกภาคส่วน

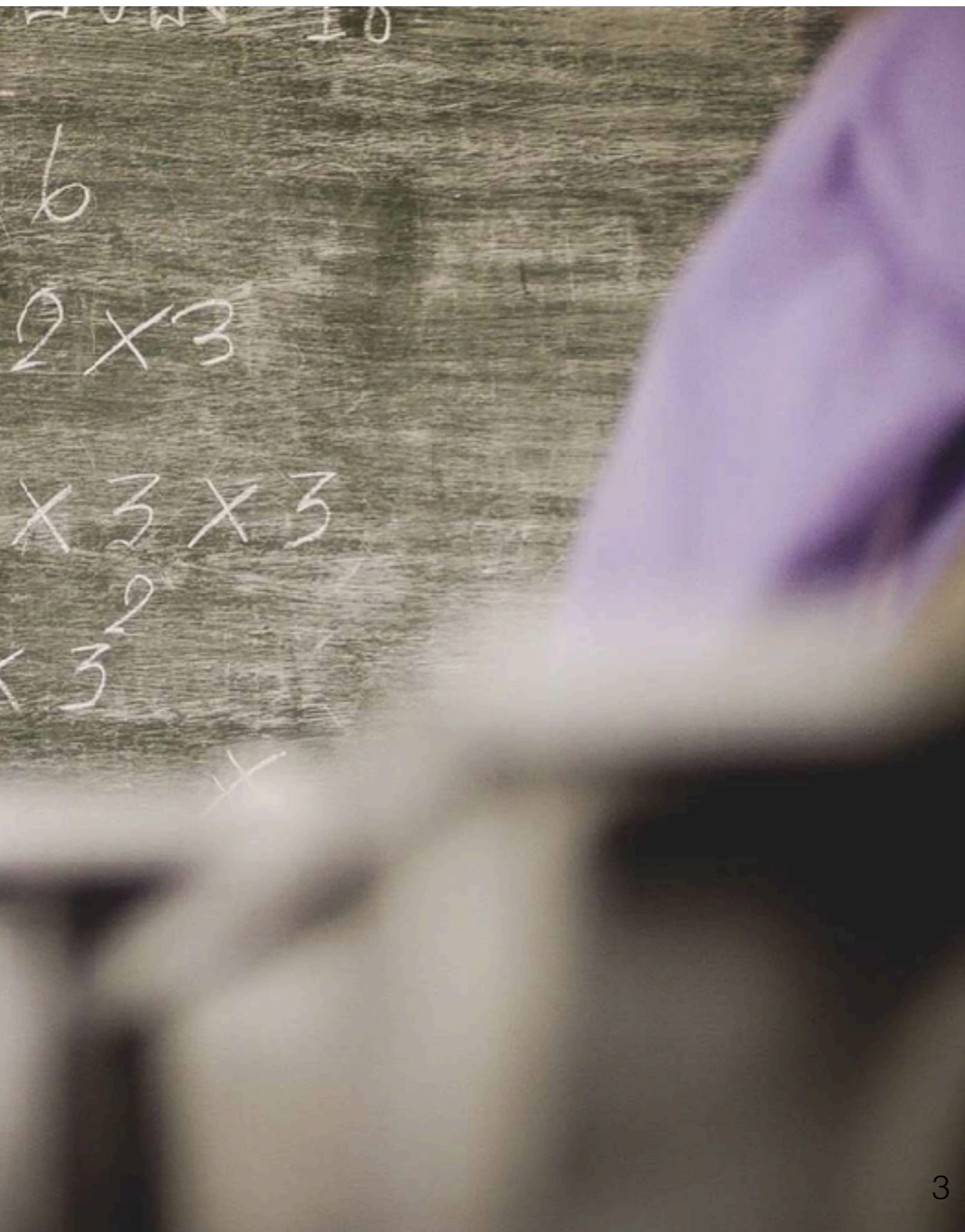
ในการ สนับสนุนโภชนาการที่ดี

และ ขจัดปัญหาเด็กทุพโภชนาการให้หมดไปจากประเทศไทยอย่างยั่งยืน





# ความท้าทาย : ภาวะขาดสารอาหารในเด็ก รุนแรงกว่าที่เห็น



1 ใน 4 ของเด็กไทยมีภาวะทุพโภชนาการทั้งขาดและเกิน (กองทุนเพื่อโครงการอาหารกลางวันในโรงเรียนประถมศึกษา, 2563)

Food4Good คาดการณ์ว่าประเทศไทยมีเด็กกว่า 2.5 ล้านคนที่มีภาวะดังกล่าว

เด็กในชนบทมีโอกาสขาดสารอาหารมากกว่าเด็กในเมือง (นสอ.อนามัย, 2558)

ภาวะเตี้ยและพอมส่งผลให้เรียนรู้อาช่า สติปัญญา ต่ำ ภูมิคุ้มกันโรคต่ำ เจ็บป่วยง่าย หายยาก และมีอาการรุนแรง และยังเพิ่มโอกาสในการเป็นโรคติดต่อเรื้อรังได้ในอนาคต (ลัดดา งามะสุวรรณ, 2557)

# ความท้าทาย : ไม่สามารถเข้าถึงทรัพยากรด้านต่าง ๆ



แม้ปัจจุบันกระทรวงศึกษาธิการมีนโยบายเพื่อสนับสนุนค่าอาหารกลางวันให้แก่เด็ก หากแต่...  
20 บาทต่อหัวที่โรงเรียนขนาดเล็กและห่างไกล ต้องใช้เงินไปกับค่าวัสดุภัณฑ์ และค่าขนส่งที่สูงลิ่ว

โรงเรียนประถมศึกษายายโอกาส พี่มัธยมศึกษาต้นต้องไปค่าอาหารกลางวันกับน้อง มื้อนี้ต่อคนอาจจะอยู่ที่ 9 -15 บาท

ครูและบุคลากรขาดความรู้ในการจัดการอาหารและโภชนาการ



## กลไกการช่วยเหลือที่ยั่งยืน

### เราช่วย

ระดมทรัพยากร เพื่อให้เด็กในพื้นที่ห่างไกลได้รับประทานอาหารที่มีสารอาหารครบถ้วนหลากหลาย ปริมาณเพียงพอต่อการเจริญเติบโตและมีภาวะโภชนาการที่ดี

### เราเสริม

ความรู้ด้านโภชนาการให้ครูสามารถจัดการอาหารและโภชนาการในโรงเรียนได้อย่างถูกต้อง พร้อมทั้ง จัดทำคู่มือเพื่อใช้ในการส่งต่อความรู้ในรุ่นต่อไป รวมถึงช่องทางในการรับคำปรึกษาจากนักโภชนาการโดยตรง

### เราสนับสนุน

เรื่องเกษตรปลอดภัยในโรงเรียน เพื่อสร้างความยั่งยืนของแหล่งอาหาร เช่น การปลูกผักอินทรีย์เพื่อนำมาปรุงอาหาร โรงเพาะเห็ด เลี้ยงไก่ เลี้ยงปลา เลี้ยงกบ เป็นต้น และส่งเสริมให้เกิดกองทุน หมุนเวียน ผู้ด้อยโอกาส เพื่อให้เกิดความมั่นคงทางอาหารแก่เด็กนักเรียนในระยะยาว

### เราติดตาม

เฝ้าระวังและติดตามภาวะโภชนาการเด็กทั้งโรงเรียน โดยทำงานใกล้ชิด กับกลุ่มเด็กที่มี "ภาวะทุพโภชนาการ" และกลุ่มเสี่ยงพร้อมทั้งทำงานเชื่อมต่อกับสาธารณสุขในพื้นที่







6,500

เด็กมีภาวะโภชนาการที่ดี

2,650,000

มื้ออาหารดีมีประโยชน์ที่เด็กๆได้รับ









# 20 โรงเรียน

โครงการเกษตรปลอดยาและกองทุนหมุนเวียน  
เพื่อเป็นแหล่งเรียนรู้ และสร้างความมั่นคงทางอาหาร  
ในโรงเรียนและชุมชน





เราอยากชวนทุกคนมาร่วมเป็นพลัง  
“ขจัดปัญหาเด็กทุพโภชนาการ” ให้หมดไปจากประเทศไทย





# พลัง... ของทุกคนช่วยขจัดปัญหาเด็กทุกข์โภชนาการได้

---

- ช่วยให้ผู้สังคมนึกตระหนักว่า... โภชนาการเด็กเป็นเรื่องเร่งด่วนที่ต้องแก้ไข
- ช่วยให้ผู้สังคมรู้ว่า... องค์กร Food4Good กำลังทำเรื่องนี้อย่างเข้มข้น
- ช่วยให้ผู้รู้ว่าพลังของทุกคน... สามารถร่วมกันแก้ปัญหานี้ได้



# เป้าหมายของแคมเปญ

---

Micro Influencer จุดพลุให้เกิด บทสนทนา ในโลกออนไลน์  
เพื่อนำไปสู่การ ระดมทุน ในการ จัดหา ทรัพยากร โภชนาการ ให้หมดไป



# คุณเคยมีประสบการณ์แบบนี้ไหม

ความคิดเห็นที่ 13

มักกะโรนี ไม่อร่อยเลย แต่ต้องกินให้หมดเดี๋ยวครูไม่ให้เก็บถาด

0 + 0



สมาชิกหมายเลข 881405  
15 พฤษภาคม 2557 เวลา 18:41 น.

ตอบกลับ

ความคิดเห็นที่ 18



เป็บโรงเรียนวัดนระดรับ มีร้านของโรงเรียนร้านเดียว

55555ต้องกิน

จ, ก๋วยเตี๋ยวเด็ก

อ, ผัดกระเพราเด็ก

ท, ข้าวหมูแดง

ทฤ, ราดหน้า จำได้แม่นสุด เพราะใส่ชุดลูกเสือ แม่ผม ผ่าผูกคอมันชอบลงในขามโคตรเหนียวเลย55555

ศ, ข้าวผัด

จำได้เพราะแม่ผมเป็นแม่ครัว

ปลได้เยอะกว่าคนอื่น5555555



0 + 4



สมาชิกหมายเลข 1274847  
15 พฤษภาคม 2557 เวลา 19:01 น.

ตอบกลับ

สมาชิกหมายเลข 800639 ชากลั้ง, ป่องกัรบ ฎก ฎก ชากลั้ง, BKK\_pongZ ชากลั้ง, Gandh ชากลั้ง



# แคมเปญ “ความทรงจำอาหารในโรงเรียน”

---

ชวนทุกคนมาย้อนความทรงจำของภาคอาหารในโรงเรียนว่า...

- อาหารในโรงเรียนคุณเป็นอย่างไร
- เมนูอาหารไหนเด็ดสุด เมนูไหนเยี่ยมมาก
- ประสบการณ์เกี่ยวกับอาหารกลางวันที่คุณจำได้ไม่ลืมเลือน
- พร้อมใส่ (#) Hastag #ความทรงจำอาหารในโรงเรียน
- สุดท้ายทุกคนมาร่วมกันเฉลยว่า ประเทศไทยมีเด็ก 1 ใน 4 ที่มีภาวะทุพโภชนาการ เสี่ยงการเจ็บป่วยและโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง คุณสามารถร่วมเปลี่ยนอาหารในถาดนี้เองให้มีคุณภาพมากขึ้นด้วยการสนับสนุน @Food4Good





Sirinart Torviriyalertchai is with Ketsara Watcharakittipong and 5 others.

3d · 🌐

ความทรงจำอาหารในโรงเรียนสมัยเรียนที่เซ็นต์จอห์น ภาพจำคือ ต้มข้าววิญญานไก่ ใส่กะหล่ำปลีและเลือด แต่ถ้าวินไหนเสิร์ฟพร้อม หวานเย็น การทรงตัวต้องดีมาก เพราะแม่จ๋า...กระเซาะนิดเดียว มันจะรวมกันให้เราได้กินแบบพระไปเลย



👍❤️ 16

4 Comments 4 Shares

👍 Like

💬 Comment

➦ Share

# ตัวอย่าง

ความทรงจำอาหารในโรงเรียนสมัยเรียนประถม ภาพจำคือ ต้มข้าววิญญานไก่ ใส่กะหล่ำปลีและเลือด แต่ถ้าวินไหนเสิร์ฟพร้อมหวานเย็น การทรงตัวต้องดีมาก เพราะแม่จ๋า...กระเซาะนิดเดียวมันจะรวมกันให้เราได้กินแบบพระไปเลย สมาชิกถาดหลุมกันไม่ลืกรเจ็บปวดสุดไปเลยจ๊ะ

เรามีกินจนไม่รู้เลยว่า ประเทศไทยมีเด็ก 1 ใน 4 ที่มีภาวะทุพโภชนาการ เสี่ยงการเจ็บป่วยและโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง ร่วมเป็นหนึ่งในการสร้างการเปลี่ยนแปลงกัน Food4Good ที่จะมาทำให้เด็กทุพโภชนาการกลับมาแข็งแรง คลิ๊ก... #ความทรงจำอาหารในโรงเรียน #Food4Goodth #พีอิม ท้องน้องอิมด้วย





Sirinart Torviriyalertchai is with Ketsara Watcharakittipong and 5 others.

3d · 🌐

จำได้ว่า เด็กๆ ได้กินอยู่ 5 เมนู จันทร์ถึงศุกร์รู้เลยว่าต้องกินอะไร เพราะโรงเรียนไม่เคยเปลี่ยนเมนู เห้อออ! โรงเรียนฉนวนก่งเกิ้น สลับวันให้มี ลุ้นบ้างก็ได้จ้าา



👍 Like

💬 Comment

➦ Share

## ตัวอย่าง

จำได้ว่า เด็กๆ ได้กินอยู่ 5 เมนู จันทร์ถึงศุกร์รู้เลยว่าต้องกินอะไร เพราะโรงเรียนไม่เคยเปลี่ยนเมนู เห้อออ! โรงเรียนฉนวนก่งเกิ้น สลับวันให้มี ลุ้นบ้างก็ได้จ้าา

โตมาเพิ่งรู้ว่า โภชนาการเรายังไม่ดีพอ ไม่อยากให้น้องๆ เป็นแบบเรา มาร่วมเป็นหนึ่งในการสร้างการเปลี่ยนแปลงกับ Food4Good ที่กำลังพยายามทำให้ เด็ก 1 ใน 4 ที่มีภาวะทุพโภชนาการ เสี่ยงการเจ็บป่วย และโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง มีสุขภาพดี #ความทรงจำอาหาร ในโรงเรียน #Food4Goodth

# แคมเปญ “กินอะไร(แล้ว) ดี”

กิจกรรม ให้ Micro Influencer ชวนเพื่อนมาทำ quiz อาหารจานไหนดี เมื่อคนทำ Quiz ถึงอันสุดท้าย จะได้ผลลัพธ์ว่าอาหารที่เลือกดีหรือไม่ดี และเล่าถึงปัญหาโภชนาการที่เด็กกำลังเผชิญ จากนั้น ชักชวนให้คนแชร์ภาพ ปัญหาและสิ่งที่ Food4Good ทำอยู่ นำไปสู่การบริจาค



# โพสต์ชวนคํามาทำ quiz “กินอะไรแล้วดี”



VS



๑ กระเพราหมูไข่ดาว

๑ มักกะโรนีกุ้ง



# “กินอะไรแล้วดี” คุณได้คะแนน 8 เต็ม 10 เทพ ความรู้แน่นเวอร์

## คุณทราบหรือไม่ว่า

1 ใน 4 ของเด็กไทยมีภาวะทุพโภชนาการทั้งขาดและเกิน Food4Good คาดการณ์ว่ามีเด็กกว่า 2.5 ล้านคนที่เผชิญปัญหานี้ ภาวะเตี้ยและพอมส่งผลให้เรียนรู้อาช่า สติปัญญา ต่ำ ภูมิคุ้มกันโรคต่ำ เจ็บป่วยง่าย หายยาก และมีอาการรุนแรง และยังเพิ่ม  
ยังมีอีกหลายพื้นที่ในประเทศไทย

**ขาดงบประมาณ ความรู้ และความพร้อมเรื่องสถานที่**  
**นำไปสู่ปัญหาเรื่องโภชนาการและสุขอนามัย**



FOOD  
GOOD

เราอยากชวนทุกคนมาร่วมเป็นพลัง

“ขจัดปัญหาเด็กทุพโภชนาการ” ให้หมดไปจากประเทศไทย



ร่วมเป็นส่วนหนึ่งให้เด็กในประเทศไทยได้รับโภชนาการที่ดี

เราสัญญา... จะทำต่อไปอย่างไม่ลดละ

เพราะเชื่อว่า เด็กทุกคนสมควรได้รับความเท่าเทียมทางอาหารเช่นเดียวกับปัจจัยพื้นฐานอื่น