



*“การให้ที่ไม่จบแค่มื้ออาหาร”*



เราเชื่อว่า

# โภชนาการที่ดี

คือรากฐานของการเติบโต





# หลุมดำ... ปัญหาโภชนาการในเด็ก







60%

ของเด็กไทย ได้รับสารอาหาร  
ต่ำกว่ามาตรฐาน  
ที่องค์การอนามัยโลกกำหนด

[ ข้อมูลจาก การวิจัยโครงการ SEANUTS ครั้งที่ 1 สถาบันวิจัยฟริสแลนด์คัมพิน่า พ.ศ. 2553-2554 ]

1 ใน 3

ของเด็กไทยอายุ 6-14 ปี  
มีภาวะโภชนาการ  
ขาดและเกิน

[ ข้อมูลจาก HDC กระทรวงสาธารณสุข ร้อยละของเด็กอายุ 6 - 14 ปี สูงตสมส่วน วันที่ประมวลผล 26 มีนาคม 2564 ]



# เด็กไทยกินอาหาร ไม่ถูกหลักโภชนาการ

- กินอาหารไม่อิ่ม ได้สารอาหารไม่ครบ
- กินอาหารหวาน มัน เค็ม
- กินผักผลไม้ไม่บ่อยมาก
- กินอาหารที่ไม่ได้มาตรฐาน

# งบ 21 บาท

## สำหรับบางโรงเรียนอาจไม่เพียงพอ

ยิ่งโรงเรียน  
ขนาดเล็ก

ต้นทุนการทำอาหาร  
ยิ่งสูง

ยิ่งโรงเรียน  
ไม่มีไฟฟ้า

ช่วงเวลาการจัดเก็บ  
วัตถุดิบยิ่งสั้น

ยิ่งโรงเรียน  
ห่างไกล

ค่าขนส่งยิ่งเพิ่ม  
มากขึ้น

“

หลายคนอาจมองว่าปัญหา “ทุพโภชนาการ” ในเด็ก เป็นเรื่อง ‘น่าเศร้า แต่ไกลตัว’ แต่ในความเป็นจริง แล้ว ปัญหาเหล่านี้ส่งผลต่อการเจริญเติบโตของ ร่างกาย ใจ สติปัญญา ”

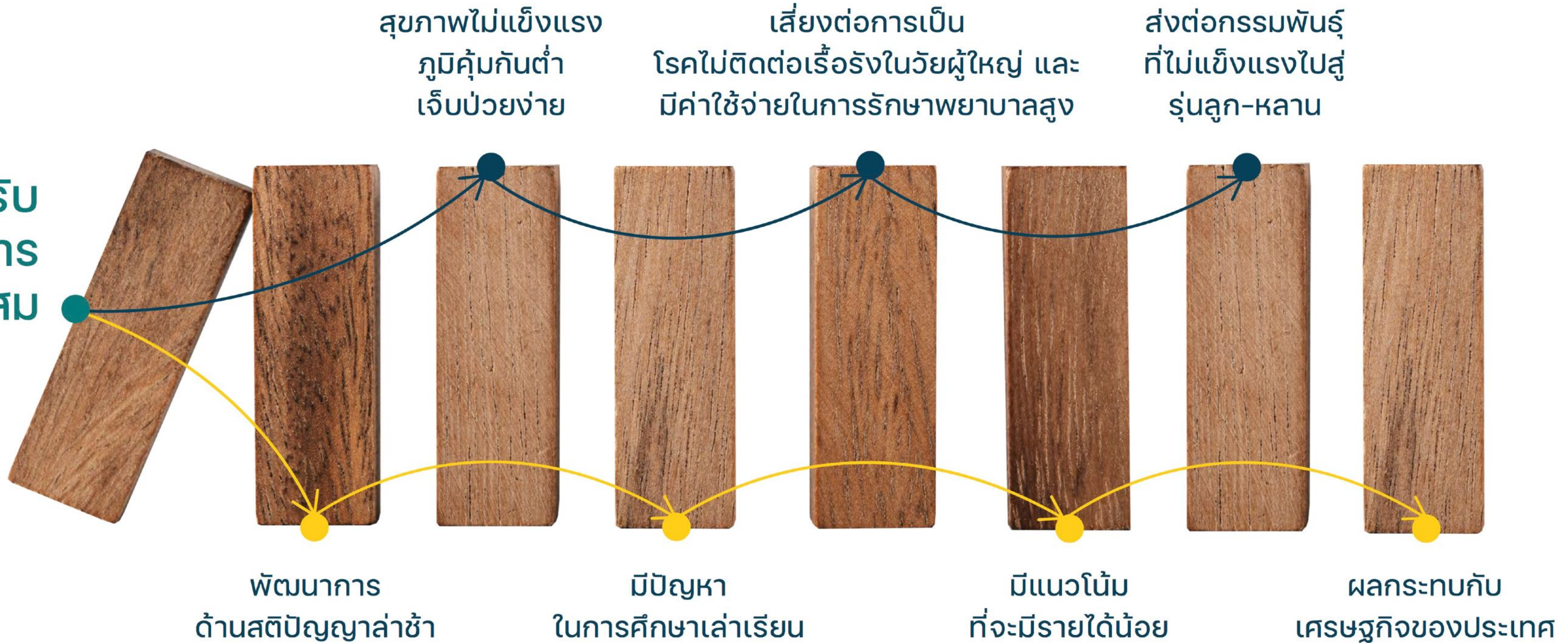
”





# “โภชนาการ” ส่งผลระยะยาวต่อการเจริญเติบโต

เด็กที่ได้รับ  
โภชนาการ  
ไม่เหมาะสม





FOOD  
FOR  
GOOD

FOOD FOR GOOD ออกเดินทางไปตามโรงเรียนต่างๆ ด้วยความเชื่อที่ว่า...

การเสริมองค์ความรู้เรื่องโภชนาการ  
และการสร้างกลไกความร่วมมือในพื้นที่  
จะทำให้เกิดความมั่นคงทางอาหาร  
ซึ่งเป็นการแก้ปัญหาโภชนาการเด็กได้อย่างยั่งยืน



มากกว่าการเติมเต็มมืออาหาร  
เรามุ่งมั่นที่จะแก้ไขปัญหาคอชนาการเด็กอย่างยั่งยืน

## 4 GOOD

GOOD KNOWLEDGE







GOOD  
FOOD

เราช่วย  
**ระดมทรัพยากร**

เงินบริจาคที่ได้รับจากทุกช่องทาง  
จะถูกนำไปจัดสรรอย่างเป็นระบบ  
เพื่อให้เด็ก ๆ ได้มีภาวะโภชนาการที่ดี



จัดสรรเป็นมื้ออาหารที่มีสารอาหารครบถ้วน  
หลากหลาย และ ปริมาณเพียงพอต่อการเจริญเติบโต  
เพื่อภาวะโภชนาการที่ดีในระยะยาว



ร่วมมือกับโรงเรียนในการสร้างรายการอาหาร  
ที่หลากหลาย ตามวัตถุดิบในท้องถิ่น  
เกิดเมนูหมุนเวียน ไม่จำเจ

เราช่วย  
**เสริมความรู้โภชนาการ  
ให้รอบด้าน**

ความรู้ด้านโภชนาการและการจัดการที่ถูกต้อง  
เป็นหัวใจสำคัญที่จะช่วยแก้ปัญหา  
“ภาวะโภชนาการขาด/เกิน” ของเด็กได้



นักโภชนาการของเรา เสริมองค์ความรู้ให้ครูและบุคลากรที่เกี่ยวข้อง  
ให้สามารถจัดการอาหารและโภชนาการในโรงเรียนได้อย่างถูกต้อง  
รวมถึงสามารถถ่ายทอดความรู้ที่ได้รับ  
ไปสู่เด็ก ผู้ปกครอง และบุคลากรรุ่นต่อไป



GOOD  
KNOWLEDGE



GOOD  
FARM

เราสนับสนุน  
**แหล่งอาหารปลอดภัย**

นอกจากสนับสนุนทรัพยากรและองค์ความรู้  
เรามุ่งส่งเสริมเรื่องเกษตรปลอดภัย และ  
พัฒนาระบบน้ำดื่มมาตรฐาน  
เพื่อสร้างความมั่นคงทางอาหารในพื้นที่



สนับสนุนการปลูกผักปลอดภัย และการเลี้ยงสัตว์  
เช่น ไก่ ปลา กบ เพื่อนำมาประกอบอาหาร



ต่อยอดให้เกิดกองทุนเกษตรหมุนเวียน  
เพื่ออาหารและโภชนาการเด็กในโรงเรียน  
อย่างยั่งยืน

เราติดตาม  
**ภาวะโภชนาการเด็ก  
อย่างใกล้ชิด**

เพื่อให้มั่นใจว่า กลไกการดูแลช่วยเหลือของเรา  
จะสามารถเปลี่ยนให้ร่างกายของเด็กๆ  
สมบูรณ์แข็งแรงและมีภาวะโภชนาการที่ดีขึ้น



ระบบฐานข้อมูลภาวะโภชนาการเด็ก  
ที่มีการอัปเดตอย่างต่อเนื่อง



ระบบการติดตามดูแล และเฝ้าระวัง  
ภาวะโภชนาการเด็ก เพื่อส่งต่อและทำงาน  
ร่วมกับหน่วยงานสาธารณสุขในพื้นที่



GOOD  
HEALTH



# เราวัดผลความสำเร็จอย่างเป็นรูปธรรม



เด็ก

**1.13**

**หมื่นคน**

ได้รับการดูแลโภชนาการที่ดี



**3.09**

**ล้านมื้อ**

อาหารดีมีคุณภาพ



ครู **104** คน

ได้รับการเสริมความรู้  
ด้านการจัดการอาหารและโภชนาการ



**37** โครงการ

เกษตรปลอดภัย  
และกองทุนหมุนเวียน



**14** ระบบ

**น้ำดื่มสะอาด**

ของโรงเรียนและชุมชน





**เราอยากชวนทุกคน...  
มาร่วมแก้ปัญหาย่างยั่งยืนไปกับเรา**



**# แคมเปญ**  
**No**  
**More**  
**Nostalgia**  
**In**  
**School**  
**Lunch**



# School Lunch Quiz

1



- **คำถามย้อนวันวานในถาดหลุม** เล่นกับอาหารกลางวันโรงเรียนในอดีต เมนูที่ชอบ เมนูที่เกลียด สิ่งที่แอบเขี่ยทิ้ง ปัญหาคลาสสิกที่ชอบหยิบมากุ้ยกันบ้าง แต่ทั้งหมดยังสะท้อนปัญหาที่เกิดขึ้นในปัจจุบัน แม้เวลาจะผ่านไปนานแค่ไหน

2



- **คำตอบแตกต่างแต่สะท้อนปัญหาเดียวกัน** ผลลัพธ์ของควิซคือคาแรกเตอร์ของเด็กนักเรียนที่สะท้อนปัญหาทุกพหุชนาการแบบต่าง ๆ ส่งผลต่อภาวะพหุชนาการอย่างไร

3



- **แชร์ความเป็นฉัน เชื่อมโยงปัญหาเพื่อระดมทุน** ออกแบบผลลัพธ์ของควิซให้นำแชร์ต่อ โดยมีอินไซต์คนทั่วไปอยู่ด้วย คนเล่นอยากแชร์และอยากเล่าว่าสิ่งที่ตัวเองเคยเจอตอนเด็กเป็นอย่างไร หรือพูดถึงปัญหาในปัจจุบัน เพราะเริ่มเข้าใจความเชื่อมโยงระหว่างเราและมีอาหารในโรงเรียน#NoMoreNostalgiaInSchoolLunch

# คำถาม

“ แนะนำตัวหน่อย ตอนเป็นเด็กประถม  
คุณครูขานชื่อเรียกคุณว่าอะไร ”

ด.ช. อานนท์ มานะ ชื่อเล่นว่า “ต้น”





# คำถาม

“จำได้ไหม ว่าคุณมีฉายาที่เพื่อนๆ ชอบเรียก แต่คุณไม่ค่อยชอบไหม ช้ออะไร บอกหน่อยสิ”

ต้นเตี้ย เพราะตัวเตี้ยที่สุดในห้อง



วันไหนภาคหลุมมีเมนูนี้ ต้องแอบร้องไห้ในใจ

เลือกเมนูโปรดในดวงใจมาสักอย่าง?

QUIZ

อะไรในภาคหลุมที่เขี่ยทิ้ง?

เวลากินไม่อิ่มคุณทำยังไง



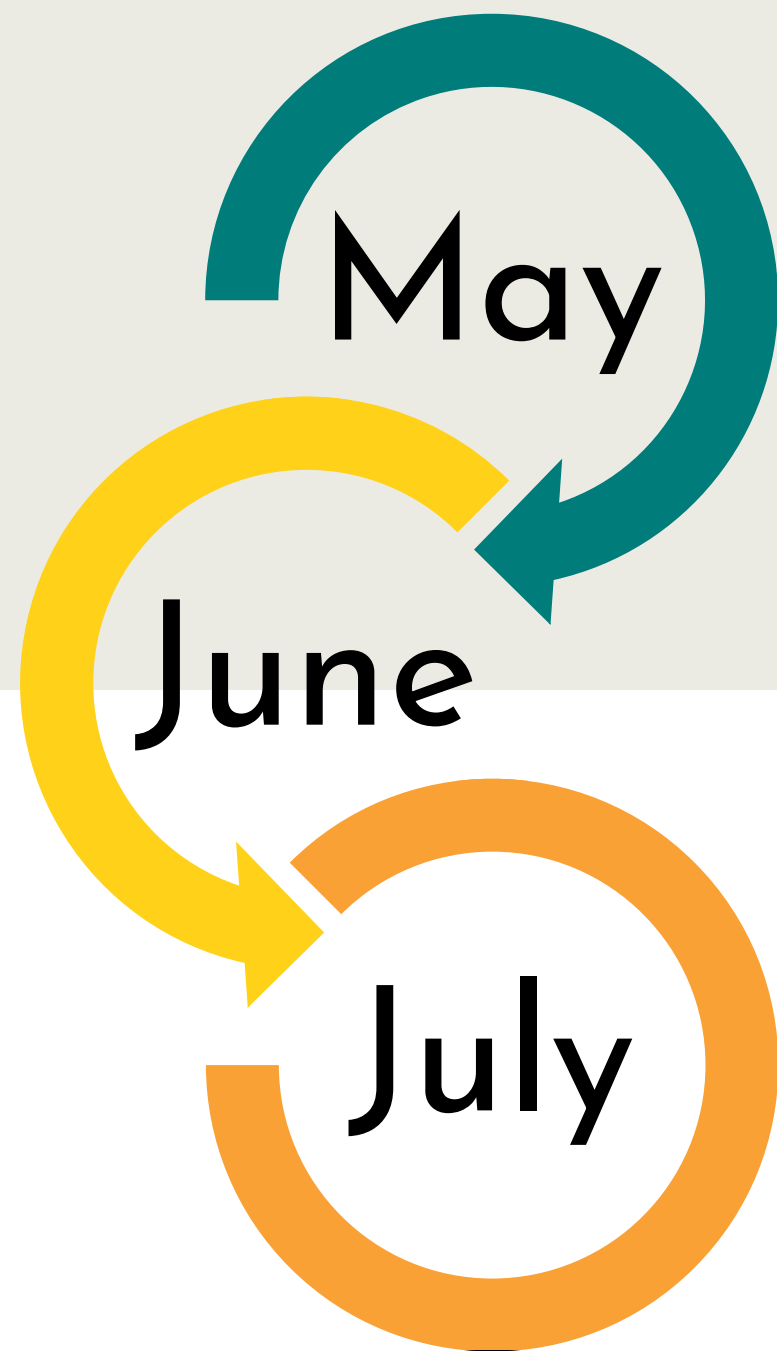
# คำตอบ

เจ้าเด็กผู้หิวโหย ความดราม่าในมืออาหาร โตะมากับการกินอ้อมบ้างไม่อ้อมบ้างเพราะโรงเรียนขาดงบประมาณมาดูแลให้เด็ก ๆ ได้อิ่มทั่วถึง กินข้าวไข่ต้มทั้งสัปดาห์ก็เจอมาแล้ว

FYI: นี่คือผลของความเหลื่อมล้ำที่ยังคงอยู่แม้ในปัจจุบัน แม้รัฐจะอุดหนุนอาหารกลางวัน 21 บาทต่อมื้อต่อคน แต่ก็ไม่ได้แปลว่าทุกโรงเรียนจะจัดสรรอาหารให้เด็กอย่างเหมาะสม



# Timeline



- พัฒนาคิวช
- ติดต่อ Influencers
- พัฒนาไมโครไซต์คิวช
- เปิดตัวแคมเปญ
- Influencers Play and Share
- ตอกย้ำด้วย Content ที่น่าสนใจ
- ชักชวนระดมทุน



# How you can help ?

## Macro & Micro Influencer

1

Play

เล่นเกมผ่าน Quiz  
เพื่อสื่อสารถึงปัญหา  
และทางออก

2

Share

แชร์ผลลัพธ์ผ่าน  
Social media ของ  
คุณและชวนร่วมเป็น  
ส่วนหนึ่งของการ  
แก้ปัญหา





# FOOD FOR GOODพยายามชวน

# 21 MACRO Influencers

เรไรรายวัน 3d · 🌐  
 เติมเต็มโภชนาการที่ดีให้เด็กไทยไปด้วยกัน ร่วมบริจาคเพื่อ #เติม  
 ฝันให้เต็มถาดหลุม หรืออ่านข้อมูลเพิ่มเติมได้ที่  
[www.foodforgood.or.th](http://www.foodforgood.or.th)

สายลมฝากบอกต่อด้วยนะครับ 🙏



Food4Good Thailand shared a video from the playlist C.I.Y. by KRUA.CO.  
 Published by Nat Natchaya · 26 November 2021 · 🌐  
 ขอขอบคุณเชฟน่านที่มาร่วม #เติมฝันให้เต็มถาดหลุม ไปด้วยกันกับ FOOD FOR GOOD นะคะ 🙏  
 #FOODFORGOOD #การให้ที่ไม่จบแค่มืออาหาร

Chef Fang 28 November 2021 · 🌐  
 ชวนลูกเข้าครัว EP พิเศษ คลิปนี้ทาง Food4Good Thailand มาชวนผมทำคลิป  
 โภชนาการอาหารกับผู้ปกครองและคุณครูให้ทำอาหารที่มีประโยชน์ครบถ้วนผ่

11:17 TUKNIRUTCHAYA Posts Follow  
 tuknirutchaya



22,987 likes  
 tuknirutchaya เรื่องกินสำคัญมากสำหรับเรานี้ 😊 ยิ่งวัยเด็กด้วย  
 ยิ่งสำคัญเลย กินน้อยสมองไม่แล่นคือจริง เพราะเด็กๆ ต้องการ  
 อาหารที่ครบตามโภชนาการเพื่อไปพัฒนาสมอง แต่น่าเศร้าที่มีเด็กก  
 ายในพื้นที่ห่างไกล ยังไม่ได้รับโภชนาการที่ครบถ้วน  
 เราเลยอยากเชิญชวนให้ทุกคนมาร่วมกันเติม โภชนาการที่ดี ให้เต็ม  
 ถาดหลุมของน้องๆ ไปด้วยกันนะค่ะ: สำหรับคนที่สนใจสามารถบริจาค  
 ได้ที่ :  
 ธนาคาร กสิกรไทย เลขบัญชี : 628-2-25843-7 หรือศึกษาข้อมูล  
 เพิ่มเติม  
<http://www.foodforgood.or.th>



208 3 Comments 7 Shares





เราเชื่อว่าพลังแห่ง **Micro influencer**  
คนธรรมดา ที่เข้าใจ ใกล้เคียง เป็นสิ่ง  
สำคัญ ร่วมเป็นส่วนหนึ่งกับเรา...



**เพื่อขจัดปัญหา**  
**เด็กทุพโภชนาการ**  
**ในประเทศไทย**





*“การให้ที่ไม่จบแค่มืออาหาร”*