



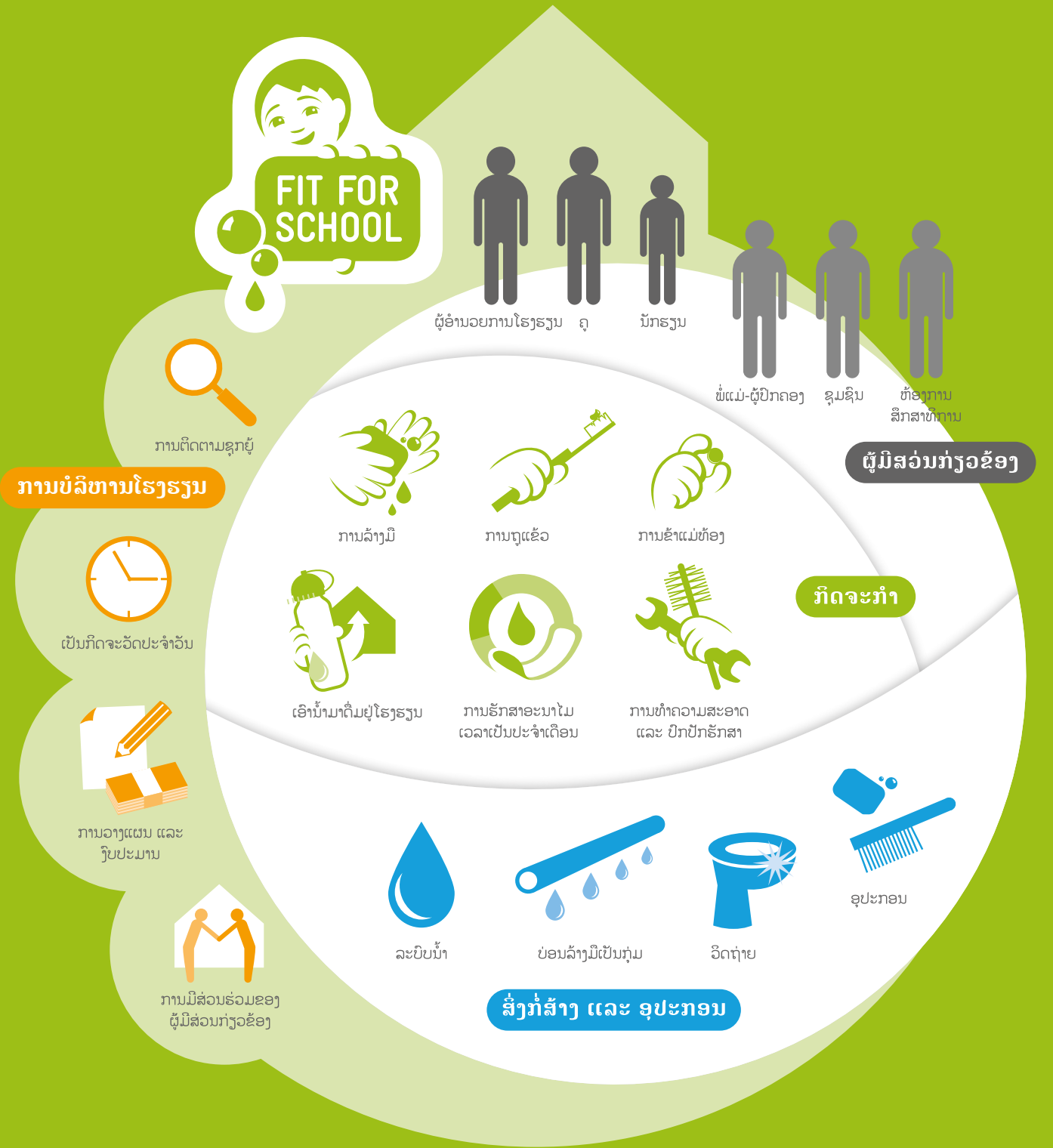
ຄູ່ມື

ຄູ່ມືສໍາລັບໂຮງຮຽນ ແລະ ຊຸມຊົນ

ການປະຕິບັດວຽກງານສົ່ງເສີມສຸຂະພາບດີ
ໃນສະຖານການສຶກສາກ່ອນໄວຮຽນ



ເຮັດໃຫ້ເດັກແຂງແຮງພ້ອມທີ່ຈະຮຽນຮູ້ // ປ່ຽນໂຮງຮຽນໃຫ້ເປັນສະຖານທີ່ເປັນປະໂຫຍດຕໍ່ສຸຂະພາບ



ສາລະບານ

ຄໍານໍາ	5
ບົດນໍາຈາກ ກະຊວງສຶກສາທິການ ແລະ ກິລາ	6
ຄໍາສັ່ງຕ່າງໆກ່ຽວກັບວຽກງານສົ່ງເສີມສຸຂະພາບໃນໂຮງຮຽນ	7
ບົດນໍາຈາກ SEAMEO INNOTECH ແລະ GIZ	9
ບົດນໍາສະເໜີ	11
1. ສະພາບແວດລ້ອມທີ່ດີຕໍ່ການຮຽນຮູ້	12
2. ການລ້າງມື	20
3. ການຫຼຸດແຂ້ວ	26
4. ການກິນຢາຂ້າແມ່ທ້ອງ	32
5. ການນໍາໃຊ້ ແລະ ປົກປັກຮັກສາ ສິ່ງອໍານວຍຄວາມສະດວກ ແລະ ວິດຖ່າຍ	38
6. ການຕິດຕາມກວດກາ	46
7. ບົດບາດ ແລະ ຄວາມຮັບຜິດຊອບ	52
ລາຍການກວດກາຄືນສໍາລັບອໍານວຍການ ແລະ ຄູ	62
ເອກະສານຊ້ອນທ້າຍ	64
ເອກະສານອ້າງອີງ	70
ຂໍ້ມູນສິ່ງພິມ	71



ຄຳນຳ

ກະຊວງສຶກສາທິການ ແລະ ກິລາ ໄດ້ພັດທະນາປຶ້ມຄູ່ມືການຈັດຕັ້ງປະຕິບັດວຽກງານສົ່ງເສີມສຸຂະພາບດີ ໃນສະຖານການສຶກສາກ່ອນໄວຮຽນ ສຳລັບໂຮງຮຽນ ແລະ ຊຸມຊົນຂຶ້ນ ໂດຍແມ່ນກົມການສຶກສາກ່ອນໄວຮຽນ ກະຊວງສຶກສາທິການ ແລະ ກິລາ ເປັນເຈົ້າການ ຮ່ວມກັບ ກະຊວງສາທາລະນະສຸກ ແລະ ໄດ້ຮັບການສະໜັບສະໜູນທາງດ້ານວິຊາການ ຈາກອົງການ Deutsche Gesellschaft für Internationale Zusammenarbeit (GIZ) GmbH ແລະ ອົງການ SEAMEO INNOTECH.

ທ້າຍປີ 2011 ສປປ. ລາວ ໄດ້ເລີ່ມຈັດຕັ້ງປະຕິບັດວຽກງານສົ່ງເສີມສຸຂະພາບດີໃນໂຮງຮຽນ ຢູ່ 4 ເມືອງ ໃນນະຄອນຫຼວງວຽງຈັນ ຊຶ່ງກວມເອົາໂຮງຮຽນປະຖົມ 22 ແຫ່ງ ເປັນໂຮງຮຽນຕົວແບບ ມີນັກຮຽນເຂົ້າຮ່ວມຈຳນວນ 4,800 ກວ່ານັ້ນ ແລະ ໄດ້ຂະຫຍາຍໄປສູ່ໂຮງຮຽນປະຖົມ ທັງພາກລັດ ແລະ ເອກະຊົນຫຼາຍແຫ່ງ. ທ້າຍປີ 2017 ໄດ້ຜັນຂະຫຍາຍວຽກງານດັ່ງກ່າວ ໄປໂຮງຮຽນອະນຸບານ, ມາຮອດປີ 2020 ໄດ້ຈຳນວນ 500 ກວ່າແຫ່ງ.

ວຽກງານສົ່ງເສີມສຸຂະພາບດີໃນໂຮງຮຽນ ສອດຄ່ອງກັບ ນະໂຍບາຍແຫ່ງຊາດວ່າດ້ວຍວຽກງານສົ່ງເສີມສຸຂະພາບໂຮງຮຽນ ແລະ ມາດຕະຖານຄຸນນະພາບການສຶກສາ ໂດຍມີຈຸດປະສົງ ເພື່ອປັບປຸງສະພາບແວດລ້ອມໃນໂຮງຮຽນ ແລະ ຊຸມຊົນໃຫ້ເອື້ອອຳນວຍຕໍ່ສຸຂະພາບຂອງເດັກກ່ອນໄວຮຽນ, ປະຖົມສຶກສາ ແລະ ມັດທະຍົມສຶກສາ ທັງພາກລັດ ແລະ ເອກະຊົນ.

ການຜັນຂະຫຍາຍວຽກງານສົ່ງເສີມສຸຂະພາບດີໃນໂຮງຮຽນ ໄປສູ່ສະຖານການສຶກສາກ່ອນໄວຮຽນ ໃນຂອບເຂດທົ່ວປະເທດ, ກົມການສຶກສາກ່ອນໄວຮຽນ ຈຶ່ງໄດ້ເອົາວຽກງານດັ່ງກ່າວນີ້ ເຂົ້າໃນແຜນພັດທະນາຂະແໜງການຍ່ອຍການສຶກສາກ່ອນໄວຮຽນ ເພື່ອໃຫ້ຈັດຕັ້ງປະຕິບັດເປັນປົກກະຕິ ແລະ ມີຄວາມຍືນຍົງ.

ການພັດທະນາປຶ້ມຄູ່ມື ແລະ ວິດີໂອນີ້ໄດ້ອີງໃສ່ບົດຮຽນຈາກການຈັດຕັ້ງປະຕິບັດໃນໂຮງຮຽນປະຖົມ ແລະ ໂຮງຮຽນອະນຸບານ ໂດຍໄດ້ປັບປຸງເນື້ອໃນໃຫ້ແທດເໝາະກັບສະພາບຄວາມເປັນຈິງຂອງສະຖານການສຶກສາກ່ອນໄວຮຽນໃນແຕ່ລະທ້ອງຖິ່ນ ພ້ອມທັງໃຊ້ເປັນບ່ອນອີງໃຫ້ໂຮງຮຽນ ແລະ ຊຸມຊົນ ໃນການຈັດຕັ້ງປະຕິບັດວຽກງານສົ່ງເສີມສຸຂະພາບດີໃນໂຮງຮຽນ ທີ່ເນັ້ນໃສ່ການປ້ອງກັນບັນດາພະຍາດຕິດຕໍ່ທີ່ແຜ່ຫຼາຍໃນກຸ່ມເດັກເກນອາຍຸເຂົ້າຮຽນ ເຊັ່ນ: ພະຍາດທີ່ເກີດຈາກການບໍ່ຮັກສາອະນາໄມ, ແຂ້ວພູ, ແຂ້ວແມງ ແລະ ຕິດເຊື້ອແມ່ກາຟາກໃນລຳໄສ້. ໂຮງຮຽນທີ່ປະຕິບັດວຽກງານດັ່ງກ່າວ ຈະມີສະພາບແວດລ້ອມທີ່ເປັນຜົນຕໍ່ສຸຂະພາບ, ຫຼຸດຜ່ອນການຂາດຮຽນ ແລະ ສົ່ງເສີມພັດທະນາການຂອງເດັກຢ່າງຮອບດ້ານ.

ຄະນະຮັບຜິດຊອບການປັບປຸງ ແລະ ຮຽບຮຽງປຶ້ມຄູ່ມື ແລະ ວິດີໂອ ຊຸດນີ້ ມີຄວາມຍິນດີຮັບເອົາທຸກຄຳຄິດເຫັນຂອງບັນດາທ່ານຜູ້ອ່ານ ແລະ ຜູ້ຊົມໃຊ້ ເພື່ອນຳໄປປັບປຸງໃຫ້ດີຂຶ້ນໃນຄັ້ງຕໍ່ໄປ.

ກົມການສຶກສາກ່ອນໄວຮຽນ



ນິທອງ ສຸວັນວິໄຊ

ນະໂຍບາຍແຫ່ງຊາດ ວ່າດ້ວຍ ການສົ່ງເສີມສຸຂະພາບໃນໂຮງຮຽນ

ບົດບັນທຶກຮ່ວມ

ລະຫວ່າງ

ກະຊວງສຶກສາທິການ ແລະ ກະຊວງສາທາລະນະສຸກ
ກ່ຽວກັບການສົ່ງເສີມສຸຂະພາບໃນໂຮງຮຽນ

ລັດຖະບານແຫ່ງ ສປປ.ລາວ ໄດ້ກຳນົດວິໄສທັດ ການພັດທະນາການສຶກສາ ແລະ ສາທາລະນະສຸກ ເຖິງ ປີ 2020 ໂດຍມີຈຸດປະສົງເພື່ອບັນລຸເປົ້າໝາຍສະຫັດສະວັດ, ແຜນປະຕິບັດງານແຫ່ງຊາດ ການສຶກສາເພື່ອ ທຸກຄົນ ແລະ ສຸຂະພາບດີຖ້ວນໜ້າ ໃນປີ 2015.

ນັບແຕ່ປີ 1993 ເປັນຕົ້ນມາ, ກະຊວງສຶກສາທິການ ແລະ ກະຊວງສາທາລະນະສຸກ ໄດ້ຮ່ວມກັນຈັດ ກິດຈະກຳສຸຂະພາບຫຼາຍຢ່າງໃນໂຮງຮຽນ. ຂະບວນການເຄື່ອນໄຫວວຽກງານສົ່ງເສີມສຸຂະພາບກໍໄດ້ສືບຕໍ່ ປະຕິບັດຢ່າງກວ້າງຂວາງ ແລະ ຕໍ່ເນື່ອງ. ເພື່ອເຮັດໃຫ້ວຽກງານດັ່ງກ່າວຖືກຈັດຕັ້ງປະຕິບັດຢ່າງເປັນລະບົບ ແລະ ມີຄວາມຍືນຍົງໃນຂອບເຂດທົ່ວປະເທດ. ໃນປີ 2005 ກະຊວງສຶກສາທິການ ແລະ ກະຊວງສາທາລະນະສຸກ ຈຶ່ງໄດ້ເຊັນຂໍ້ຕົກລົງຮ່ວມກັນ.

ນະໂຍບາຍແຫ່ງຊາດ ວ່າດ້ວຍການສົ່ງເສີມສຸຂະພາບໃນໂຮງຮຽນສະບັບນີ້ ໄດ້ຖືກພັດທະນາຂຶ້ນເພື່ອເປັນ ບ່ອນອີງໃນການຈັດຕັ້ງປະຕິບັດຍຸດທະສາດ ການສົ່ງເສີມສຸຂະພາບໃນໂຮງຮຽນ ໃຫ້ເປັນເອກະພາບສຳລັບຄະນະ ກຳມະການ ສົ່ງເສີມສຸຂະພາບໃນໂຮງຮຽນ ແຕ່ຂັ້ນສູນກາງລົງຮອດຂັ້ນທ້ອງຖິ່ນ. ຜູ້ບໍລິຫານໂຮງຮຽນ ນັບແຕ່ຊັ້ນອະນຸບານສຶກສາ ຈົນເຖິງ ຊັ້ນມັດທະຍົມສຶກສາ; ທັງເປັນບ່ອນອີງໃຫ້ແກ່ບັນດາກະຊວງ, ບັນດາ ອົງການຈັດຕັ້ງສາກົນທີ່ມີຈຸດປະສົງສະໜັບສະໜູນ ວຽກງານສົ່ງເສີມສຸຂະພາບໃນໂຮງຮຽນ ສຳລັບກຸ່ມເປົ້າໝາຍ ແມ່ນເດັກນັກຮຽນອະນຸບານ, ທ້ອງກຽມປະຖົມ, ປະຖົມ ແລະ ມັດທະຍົມສຶກສາ.

ນະໂຍບາຍສະບັບນີ້ມີ 7 ອົງປະກອບຄື: ການຮັກສາສຸຂະພາບສ່ວນບຸກຄົນ ແລະ ທັກສະຊີວິດ; ສະພາບແວດລ້ອມດ້ານກາຍະພາບ; ສະພາບແວດລ້ອມດ້ານຈິດຕະ-ສັງຄົມ; ການກັ່ນ ແລະ ຄວບຄຸມພະຍາດ; ການດູແລ ແລະ ການບໍລິການດ້ານສຸຂະພາບ; ໂພຊະນາການ ແລະ ການຮ່ວມງານລະຫວ່າງໂຮງຮຽນ ແລະ ຊຸມຊົນ.

ນະໂຍບາຍແຫ່ງຊາດ ວ່າດ້ວຍການສົ່ງເສີມສຸຂະພາບໃນໂຮງຮຽນ ຈະໄດ້ຮັບການຜັນຂະຫຍາຍຈັດຕັ້ງ ປະຕິບັດເປັນອັນລະອາດ.

ນະຄອນຫຼວງວຽງຈັນ, ວັນທີ 21 MAY 2010

ລັດຖະມົນຕີວ່າການ ກະຊວງສຶກສາທິການ



ສຸດ ພັນຄຳ ວິພາວັນ

ນະຄອນຫຼວງວຽງຈັນ, ວັນທີ 21 MAY 2010

ລັດຖະມົນຕີວ່າການ ກະຊວງສາທາລະນະສຸກ



ຈສ! ປອນເນກ ດາວາລອຍ

ລັດຖະດຳລັດ ກ່ຽວກັບການອະນາໄມ, ກັນພະຍາດ ແລະ ສິ່ງເສີມສຸຂະພາບ



ສາທາລະນະລັດ ປະຊາທິປະໄຕ ປະຊາຊົນລາວ
ສັນຕິພາບ ເອກະລາດ ປະຊາທິປະໄຕ ເອກະພາບ ວັດທະນາຖາວອນ

ປະທານປະເທດ

ເລກທີ **051** /ປປທ

ນະຄອນຫຼວງວຽງຈັນ, ວັນທີ 16 /01 /2012

ລັດຖະດຳລັດ ຂອງປະທານປະເທດ

ສາທາລະນະລັດ ປະຊາທິປະໄຕ ປະຊາຊົນລາວ

ກ່ຽວກັບການປະກາດໃຊ້ກົດໝາຍວ່າດ້ວຍ
ອານາໄມ, ກັນພະຍາດ ແລະ ສິ່ງເສີມສຸຂະພາບ ສະບັບປັບປຸງ.

- ອີງຕາມລັດຖະທຳມະນູນ ແຫ່ງ ສາທາລະນະລັດ ປະຊາທິປະໄຕ ປະຊາຊົນລາວ ໝວດທີ VI ມາດຕາ 67 ຂໍ້ 1 ກ່ຽວກັບການປະກາດໃຊ້ລັດຖະທຳມະນູນ ແລະ ກົດໝາຍທີ່ສະພາແຫ່ງຊາດໄດ້ຖືກລົງຮັບຮອງເອົາແລ້ວ;
- ອີງຕາມມະຕິດັກລົງຂອງສະພາແຫ່ງຊາດ ແຫ່ງ ສາທາລະນະລັດ ປະຊາທິປະໄຕ ປະຊາຊົນລາວ ສະບັບ ເລກທີ 024/ສພຊ, ລົງວັນທີ 21 ທັນວາ 2011 ກ່ຽວກັບການຮັບຮອງເອົາກົດໝາຍວ່າດ້ວຍ ອະນາໄມ, ກັນພະຍາດ ແລະ ສິ່ງເສີມສຸຂະພາບ ສະບັບປັບປຸງ;
- ອີງຕາມການສະເໜີຂອງຄະນະປະຈຳສະພາແຫ່ງຊາດ ສະບັບເລກທີ 024/ຄປຈ, ລົງວັນທີ 03 ມັງກອນ 2012.

ປະທານປະເທດ

ສາທາລະນະລັດ ປະຊາທິປະໄຕ ປະຊາຊົນລາວ ອອກລັດຖະດຳລັດ :

ມາດຕາ 1 : ປະກາດໃຊ້ກົດໝາຍວ່າດ້ວຍ ອະນາໄມ, ກັນພະຍາດ ແລະ ສິ່ງເສີມສຸຂະພາບ ສະບັບປັບປຸງ.

ມາດຕາ 2 : ລັດຖະດຳລັດສະບັບນີ້ ມີຜົນສັກສິດນັບແຕ່ມີລົງຄາຍເຊັ່ນເປັນຕົ້ນໄປ.

ປະທານປະເທດ ແຫ່ງ ສປປ ລາວ.



ຈຸມມາລີ ໄຊຍະສອນ

ມາດຕາ 18 (ປັບປຸງ). ການອະນາໄມ ໂຮງຮຽນ ແລະ ສະຖາບັນການສຶກສາ

ການອະນາໄມ ໂຮງຮຽນ ແລະ ສະຖາບັນການສຶກສາ ແມ່ນ ການຮັກສາຄວາມສະອາດ ຈົບງາມ ແລະ ຄວາມເປັນລະບຽບຮຽບຮ້ອຍຂອງໂຮງຮຽນ ແລະ ສະຖາບັນການສຶກສາ.

ສະຖານທີ່ຕັ້ງຂອງໂຮງຮຽນ ແລະ ສະຖາບັນການສຶກສາ ຕ້ອງ ຮັບປະກັນການບໍ່ຖືກລົບກວນຈາກພາຍນອກ, ຄວາມປອດໄພຈາກພະຍາດຕິດແປດ, ຈາກອຸປະຕິເຫດ ແລະ ອັນຕະລາຍຕ່າງໆ, ໃຫ້ມີບ່ອນຫຼິ້ນກິລາ ແລະ ບ່ອນພັກຜ່ອນ.

ອາຄານ ຂອງໂຮງຮຽນ ແລະ ສະຖາບັນການສຶກສາ ຕ້ອງມີເນື້ອທີ່ພຽງພໍ ເໝາະສົມກັບຈຳນວນນັກຮຽນ ນັກສຶກສາ, ມີແສງສະຫວ່າງ, ມີອາກາດຖ່າຍເທ ຢ່າງພຽງພໍ, ມີໄຕະຕັ້ງ ໃຫ້ເໝາະສົມກັບໄວອາຍຸ ຂອງນັກຮຽນ.

ຄູ, ນັກຮຽນ, ນັກສຶກສາ ແລະ ການຈັດຕັ້ງ ທີ່ກ່ຽວຂ້ອງ ຕ້ອງຮັບປະກັນ ໃຫ້ໂຮງຮຽນ ແລະ ສະຖາບັນການສຶກສາ ສະອາດຢູ່ສະເໝີ, ຕ້ອງໃຫ້ມີນ້ຳດື່ມ, ນ້ຳໃຊ້, ນ້ຳລ້າງມື ແລະ ວິດຖ່າຍທີ່ສະອາດ ແລະ ຖືກຕ້ອງຕາມຫຼັກການອະນາໄມ ແລະ ສິ່ງອຳນວຍຄວາມສະດວກທີ່ຈຳເປັນ, ນອກຈາກນັ້ນ ຕ້ອງຈັດຕັ້ງກວດສຸຂະພາບໃຫ້ນັກຮຽນ, ນັກສຶກສາ ເປັນລະບົບປົກກະຕິ ຢ່າງໜ້ອຍປີລະເທື່ອ.

ສຳລັບເຮືອນລ້ຽງເດັກ ແລະ ໂຮງຮຽນອະນຸບານ ກໍ່ໃຫ້ປະຕິບັດ ຕາມຫຼັກການທີ່ກ່າວມານີ້ເຊັ່ນດຽວກັນ.



.....



ພາກສະເໜີ

ການສ້າງໂຮງຮຽນໃຫ້ເປັນສະຖານທີ່ ທີ່ເດັກນ້ອຍສາມາດ ຈະເລີນເຕີບໂຕ ແລະ ຮຽນຮູ້ແມ່ນຈຸດປະສົງຂອງແນວທາງ ສຸຂະພາບດີໃນໂຮງຮຽນ, ຊຶ່ງແມ່ນແນວຄວາມຄິດສຸຂະພາບດີ ໃນໂຮງຮຽນແບບສ້າງສັນ ແລະ ປະສົມປະສານ ໂດຍສ້າງຂຶ້ນ ເປັນ ຄັ້ງທຳອິດໃນປະເທດຟີລິບປິນ ແລະ ໄດ້ນຳສະເໜີຢູ່ ຫຼາຍປະເທດໃນພາກພື້ນອາຊີຕາເວັນອອກສ່ຽງໃຕ້ ເຊັ່ນ: ກຳປູເຈຍ, ອິນໂດເນເຊຍ ແລະ ສປປ. ລາວ.

ແນວທາງສຸຂະພາບດີໃນໂຮງຮຽນແມ່ນອີງໃສ່ສາມ ຫຼັກການພື້ນຖານ ເຊັ່ນ: ມີຄວາມງ່າຍດາຍ, ສາມາດຂະຫຍາຍໄດ້ ແລະ ມີຄວາມຍືນຍົງ. ແຜນງານສິ່ງເສີມສຸຂະພາບໃນໂຮງຮຽນ ແລະ ກິດຈະກຳຕ່າງໆຂອງແຜນງານຕ້ອງອີງໃສ່ຫຼັກການທີ່ອາດ ເປັນໄປໄດ້, ຄຸ້ມຄ່າກັບການໃຊ້ຈ່າຍ ແລະ ເປັນຊຸດເພື່ອອຳນວຍ ຄວາມສະດວກໃຫ້ແກ່ການຈັດຕັ້ງປະຕິບັດໃນໂຮງຮຽນໂດຍມີ ການໃຊ້ຄວາມພະຍາຍາມເພີ່ມເຕີມພຽງເລັກນ້ອຍ. ການນຳໃຊ້ ໂຄງຮ່າງການຈັດຕັ້ງ ແລະ ຊັບພະຍາກອນກໍຄືການປະຕິບັດຕາມ ຕົວແບບທີ່ມີໄວ້ແລ້ວລ້ວນແຕ່ເປັນອົງປະກອບສຳຄັນໃຫ້ແກ່ ພາກຂະຫຍາຍ. ເພື່ອຮັບປະກັນໃຫ້ມີຄວາມຍືນຍົງ, ສິ່ງສຳຄັນ ແມ່ນຕ້ອງມີການຊັບຊ້ອນບຸກຄະລາກອນ ແລະ ງົບປະມານ ໄລຍະຍາວຂອງລັດຖະບານ ການຮ່ວມມືຢ່າງໃກ້ຊິດກັບພໍ່ແມ່ ນັກຮຽນ ແລະ ຊຸມຊົນແມ່ນສິ່ງຈຳເປັນທີ່ຫຼີກລ່ຽງບໍ່ໄດ້ເພື່ອເພີ່ມ ທະວີຜົນໄດ້ຮັບທີ່ດີຂອງໂຄງການ.

ໂດຍສອດຄ່ອງກັບຫຼັກການພື້ນຖານເຫຼົ່ານີ້, ບັນດາກິດຈະ ກຳປະກອບດ້ວຍການລ້າງມືໃສ່ສະບູ ແລະ ການຖູແຂ້ວດ້ວຍຢາ ຖູແຂ້ວທີ່ມີຟຣູອໍໄຮດເປັນກິດຈະກຳກຸ່ມທຸກວັນ; ໂດຍສົມທົບກັບ ການກິນຢາຂ້າແມ່ທ້ອງ 2 ຄັ້ງຕໍ່ປີ. ການເຮັດໃຫ້ກິດຈະກຳເຫຼົ່າ ນີ້ກາຍເປັນສະຖາບັນສາມາດປ້ອງກັນພະຍາດຕິດຕໍ່ທີ່ແຜ່ຫຼາຍ ກັບພວກເດັກນ້ອຍນັກຮຽນໃນໂຮງຮຽນ. ເຮັດໃຫ້ສະພາບ ແວດລ້ອມເປັນຜົນດີຕໍ່ສຸຂະພາບ, ໂຮງຮຽນ ຈຳເປັນຕ້ອງມີສິ່ງ ອຳນວຍຄວາມສະດວກ ແລະ ວິດຖ່າຍ ທີ່ໃຊ້ງານໄດ້. ໂຄງລ່າງ ຂັ້ນພື້ນຖານເຫຼົ່ານີ້ຂອງໂຮງຮຽນແມ່ນ ເງື່ອນໄຂເບື້ອງຕົ້ນທີ່ສ້າງ ໃຫ້ນັກຮຽນມີພຶດຕິກຳທີ່ດີໃນການຮັກສາອະນາໄມ ແລະ ເປັນ ຕົວກຳນົດດ້ານສຸຂະພາບທີ່ດີ.

ການຮັບຮູ້ເຖິງການບໍລິຫານແບບອີງໃສ່ໂຮງຮຽນ(SBM) ເປັນເສົາຫຼັກທີ່ສຳຄັນ, ແນວທາງສຸຂະພາບດີໃນໂຮງຮຽນເສີມສ້າງ ຄວາມເຂັ້ມແຂງແກ່ບັນດາໂຮງຮຽນໃຫ້ເປັນໜ່ວຍງານສາມາດ ຄຸ້ມຄອງດ້ວຍຕົນເອງໂດຍມີການນຳພາ ແລະ ມີສ່ວນຮ່ວມຢ່າງ ຫ້າວຫັນຂອງພະນັກງານຂະແໜງການສຶກສາ ກໍຄືການຮ່ວມມື ຢ່າງໃກ້ຊິດກັບຊຸມຊົນ, ໂຮງຮຽນ ແລະ ພໍ່ແມ່ນັກຮຽນ ໃນວົງກ້ວາງ. ສະມາຊິກຊຸມຊົນແຕ່ລະຄົນສາມາດປະກອບສ່ວນເຂົ້າໄດ້ຫຼາຍ ວິທີທາງເພື່ອເຮັດໃຫ້ໂຄງການໄດ້ຮັບຜົນສຳເລັດ ລວມທັງ ການກໍ່ສ້າງສິ່ງອຳນວຍຄວາມສະດວກ, ການມີສ່ວນຮ່ວມໃນ ການຕິດຕາມກວດກາ ຫຼື ການທຳຄວາມສະອາດ, ການສ້ອມແປງ ແລະ ການບົວລະບັດຮັກສາ. ດ້ວຍວິທີການນີ້, ແມ່ນແຕ່ໂຮງຮຽນ ທີ່ມີຊັບພະຍາກອນຢ່າງຈຳກັດກໍສາມາດຈັດຕັ້ງປະຕິບັດ ການສິ່ງເສີມສຸຂະພາບ ແລະ ປັບປຸງໂຄງລ່າງພື້ນຖານຂອງເຂົາເຈົ້າ ໄດ້ຢ່າງມີປະສິດທິຜົນເທື່ອລະກ້າວ.

ປຶ້ມຄູ່ມືນີ້ໄດ້ບັນຍາຍໂດຍຫຍໍ້ການຈັດຕັ້ງປະຕິບັດຊຶ່ງ ອຳນວຍການ, ຄູ, ພໍ່ແມ່ນັກຮຽນ ແລະ ສະມາຊິກຊຸມຊົນສາມາດ ນຳໃຊ້ໄດ້ກ່ຽວກັບວິທີການສະໜັບສະໜູນ ແລະ ເຂົ້າຮ່ວມໃນ ກິດຈະກຳຕ່າງໆຂອງແນວທາງສຸຂະພາບດີໃນໂຮງຮຽນ. ປຶ້ມຄູ່ມື ນີ້ ອະທິບາຍຄຸນລັກສະນະຂອງສະພາບແວດລ້ອມທີ່ເອື້ອອຳນວຍ ໃນໂຮງຮຽນຢ່າງລະອຽດ ແລະ ອະທິບາຍການຈັດຕັ້ງປະຕິບັດ ຕົວຈິງ. ນອກນັ້ນ, ປຶ້ມຄູ່ມືນີ້ຍັງໃຫ້ຄຳແນະນຳກ່ຽວກັບການທຳ ຄວາມສະອາດ, ການດຳເນີນງານ ແລະ ການບົວລະບັດຮັກສາ, ກໍຄືການຕິດຕາມກວດກາຢ່າງເປັນປົກກະຕິ ແລະ ຢ່າງມີການ ຈັດຕັ້ງ ພ້ອມກັນນັ້ນກໍໄດ້ກຳນົດພາລະບົດບາດ ແລະ ຄວາມຮັບ ຜິດຊອບຂອງບັນດາພາກສ່ວນທີ່ກ່ຽວຂ້ອງຕ່າງໆຢ່າງຊັດເຈນ.

ການປະສານສົມທົບທຳແຮງຂອງໂຮງຮຽນ ແລະ ຊຸມຊົນ ແມ່ນຂະບວນການໂດຍປົກກະຕິ ແລະ ມີເຫດຜົນ. ການນຳໃຊ້ ທິດທາງຮ່ວມກັນຈະຊ່ວຍຮັບປະກັນຜົນໄດ້ຮັບທີ່ດີທີ່ສຸດຕໍ່ ສຸຂະພາບ ແລະ ການສຶກສາຂອງເດັກນັກຮຽນໃນໂຮງຮຽນ. ນອກນັ້ນ, ມັນຍັງເປັນປະສົບການທີ່ອຸດົມສົມບູນ ແລະ ໜ້າພໍໃຈ ສຳລັບທຸກຄົນທີ່ກ່ຽວຂ້ອງເພື່ອຢາກເຫັນເດັກນ້ອຍເປັນຕົວ, ມີຄວາມສຸກ ແລະ ໄດ້ກຽມຄວາມພ້ອມເພື່ອປະສົບຜົນສຳເລັດໃນການຮຽນຮູ້.

1

ການລ້າງມືໄດ້ຖືກຮັບຮອງວ່າເປັນວິທີທີ່ດີທີ່ສຸດໃນການສະກັດ
ກັ່ນການຕິດຕໍ່ຂອງພະຍາດ ແລະ ມີລາຄາຖືກ.

ສະພາບແວດລ້ອມທີ່ດີຕໍ່ການຮຽນຮູ້



ນ້ຳສະອາດ ແລະ ສຸຂະອະນາໄມ ໃນໂຮງຮຽນ

ການຈັດຫນ້າສະອາດ ແລະ ສຸຂະອະນາໄມຍັງເປັນ ສິ່ງທ້າທາຍ ຢູ່ໂຮງຮຽນ ສປປ. ລາວ. ວຽກງານສົ່ງເສີມສຸຂະພາບດີ ໃນໂຮງຮຽນ ສາມາດເປັນຈຸດເລີ່ມຕົ້ນ ໃຫ້ການເຂົ້າເຖິງ ນ້ຳສະອາດ ແລະ ສຸຂະອະນາໄມ ເຊິ່ງເປັນບຸລິມະສິດຂອງແຜນ ພັດທະນາ ໂຮງຮຽນ. ພາກນີ້ຈະເປັນທິດທາງໃຫ້ໂຮງຮຽນ ແລະ ຊຸມຊົນ ກ່ຽວກັບ ວິທີການປັບປຸງສະພາບແວດລ້ອມໃນໂຮງຮຽນ ໃຫ້ດີ ຂຶ້ນດ້ວຍການເລີ່ມຕົ້ນຈາກບາດກ້າວນ້ອຍໆ ແລະ ຊັບພະຍາ ກອນທີ່ມີຢູ່.

ເພື່ອເຮັດໃຫ້ເດັກສາມາດເຝິກປະບັດຕົວຈິງໃນການລ້າງມື ແລະ ຖູແຂ້ວປະຈຳວັນຕ້ອງມີຮາງ/ອ່າງລ້າງມື-ຖູແຂ້ວລວມໝູ່. ເຖິງ ແມ່ນວ່າ ໂຮງຮຽນຍັງບໍ່ສາມາດເຂົ້າເຖິງນ້ຳສະອາດ, ແຕ່ ກໍສາມາດກໍ່ສ້າງ ຮາງ/ອ່າງລ້າງມື-ຖູແຂ້ວ ແບບງ່າຍດາຍໄດ້ ໂດຍ ເຕີມນ້ຳໃສ່ຖົງ.

ໃນພາກນີ້ ຈະນຳສະເໜີຂໍ້ມູນທີ່ສຳຄັນ ແລະ ຈຳເປັນທີ່ຕ້ອງໄດ້ ຄຳນຶງໃນເວລາກໍ່ສ້າງຮາງ/ອ່າງລ້າງມື-ຖູແຂ້ວ ທີ່ໃຊ້ໄດ້ໃນໂຮງ ຮຽນ. ເບິ່ງລາຍລະອຽດຂໍ້ມູນດ້ານເຕັກນິກກ່ຽວກັບ ການກໍ່ສ້າງ ຮາງ/ອ່າງລ້າງມື-ຖູແຂ້ວ ໃນປຶ້ມຄູ່ມື: "ປຶ້ມຮວບຮວມ ຕົວຢ່າງ ສິ່ງອຳນວຍຄວາມສະດວກໃນການລ້າງມືເປັນກຸ່ມໃນໂຮງຮຽນ ຢູ່ ສປປ.ລາວ". www.fitforschool.international: <https://bit.ly/3l9nIHd>

ອ່າງລ້າງມື-ຖູແຂ້ວທີ່ໃຊ້ງານໄດ້ ແມ່ນສິ່ງຈຳເປັນທີ່ຈະເຮັດໃຫ້ ກິດຈະກຳໄດ້ຖືກປະຕິບັດຢ່າງ ເປັນຂະບວນ. ຖ້າຫາກບໍ່ມີອ່າງ ລ້າງມື-ຖູແຂ້ວນັ້ນກໍຮຽນກໍບໍ່ສາມາດ ປະຕິບັດຕົວຈິງກ່ຽວກັບກິດ ຈະກຳຮັກສາອະນາໄມ ແບບ ເປັນກຸ່ມໄດ້.

ຜົນທີ່ໄດ້ຮັບຈາກການສຳຫຼວດໃນປີ
2011 ຂອງໂຮງຮຽນປະຖົມສຶກສາ
ຢູ່ ສປປ. ລາວ ສະແດງໃຫ້ເຫັນວ່າມີພຽງ 42% ໃນ
8,940 ໂຮງຮຽນປະຖົມສຶກສາມີລະບົບນ້ຳສະອາດ
ແລະ ສຸຂະອະນາໄມ.¹



ໂຮງຮຽນ ແມ່ນສະຖານທີ່ສຳຄັນຂອງຊຸມຊົນ ເປັນ ບ່ອນສຶກສາຮຽນຮູ້ຂອງລູກຫຼານ ເຊິ່ງເຂົາເຈົ້າ ໃຊ້ ເວລາສ່ວນໃຫຍ່ຢູ່ໂຮງຮຽນ. ການສ້າງສິ່ງ ແວດລ້ອມ ທີ່ເປັນຜົນດີຕໍ່ສຸຂະພາບສະໜັບສະໜູນ ການຮຽນຮູ້. ທ່ານສາມາດສົ່ງເສີມ ສຸຂະພາບ ແລະ ການສຶກສາຂອງ ເດັກ ໄປພ້ອມໆກັນດ້ວຍການປະຕິບັດການລ້າງມືໃສ່ ທີ່ເປັນຜົນດີຕໍ່ສຸຂະພາບເປັນປະຈຳ. ເພື່ອຢາກເຮັດ ໄດ້ແນວນັ້ນ, ການມີສ່ວນຮ່ວມ ຢ່າງຫ້າວຫັນຂອງ ເດັກ, ຄູ, ອຳນວຍການ ໂຮງຮຽນ, ພໍ່ແມ່ຜູ້ປົກຄອງ, ອົງການປົກຄອງບ້ານ ແລະ ຊຸມຊົນແມ່ນສິ່ງຈຳເປັນ ທີ່ສຸດ. ຜູ້ອຳນວຍການ ໂຮງຮຽນ ມີບົດບາດສຳຄັນ ໃນການປຸກລະດົມ ແລະ ຊີ້ແຈງໃຫ້ເຫັນຢ່າງຈະແຈ້ງ ເຖິງພາລະບົດບາດ ແລະ ຄວາມຮັບຜິດຊອບຂອງຊຸມ ຊົນຕ່າງໆ.

ຂໍ້ແນະນຳ ສຳລັບ ການອອກແບບ ແລະ ການກໍ່ສ້າງ ຮາງ/ອ່າງລ້າງມືຖູແຂ້ວ

ສຳຫຼວດເບິ່ງ ເງື່ອນໄຂຕ່າງໆ ເຊັ່ນ: ນ້ຳສະອາດ ແລະ ສຸຂະອະນາໄມໃນໂຮງຮຽນຂອງພວກທ່ານ, ປົກກະຊົນ ຫາລື ເຖິງສິ່ງທີ່ຈຳເປັນຕ້ອງໄດ້ປັບປຸງ ແລະ ຂົນຂວາຍ ການສະໜັບສະໜູນຈາກ ຜູ້ປົກຄອງ, ຊຸມຊົນ ແລະ ພາກສ່ວນອື່ນໆ.

ຄຳນຶງເຖິງສິ່ງທີ່ຕ້ອງປັບປຸງຮີບດວ້ນ, ໄລຍະສັ້ນ ແລະ ໃນໄລຍະຍາວ ແລ້ວບັນຈຸເຂົ້າໃນ ແຜນ ພັດທະນາໂຮງຮຽນ.

ອຳນວຍຄວາມສະດວກ ໃຫ້ການລ້າງມື-ຖູແຂ້ວໃຫ້ ເປັນກິດຈະກຳປະຈຳວັນຂອງໂຮງຮຽນ, ໂຮງຮຽນ ຕ້ອງມີ ຮາງ/ອ່າງລ້າງມື-ຖູແຂ້ວເປັນກຸ່ມ ແລະ ເປັນ ສ່ວນຕົວ.

ສິ່ງສຳຄັນ ຮາງ/ອ່າງລ້າງມື-ຖູແຂ້ວ ຕ້ອງ ໃຊ້ໄດ້, ປອດໄພ ແລະ ລວງສູງຂອງຮາງ/ອ່າງຕ້ອງເໝາະສົມ ສຳອາຍຸຂອງເດັກ, ບໍ່ວ່າຈະເຮັດດ້ວຍວັດສະດຸຊະນິດ ໃດກໍ່ຕາມ.

ການຮັກສາຄວາມສະອາດ ອ່າງລ້າງມື-ຖູແຂ້ວ ຄວນ ປະຕິບັດເປັນປະຈຳ ແລະ ມີຄວາມພູມໃຈ ທີ່ໂຮງ ຮຽນ ມີສະພາບແວດລ້ອມດີ.

ນຳໃຊ້ ປະສົບການຕ່າງໆ ຈາກໂຮງຮຽນອື່ນ. ເບິ່ງວິດີໂອ ຫຼື ໃນເວັບໄຊດ໌:

YouTube GIZ Fit for School:

<https://bit.ly/2HGALme>

ກວດກາເບິ່ງໃນ ປຶ້ມຮວບຮວມຕົວຢ່າງ ສິ່ງອຳນວຍ ຄວາມສະດວກ ໃນການລ້າງມືເປັນກຸ່ມ ໃນໂຮງຮຽນ ຢູ່ ສປປ. ລາວ. ເພື່ອຮຽນຮູ້

ກ່ຽວກັບລາຍລະອຽດດ້ານເຕັກນິກ:

www.fitforschool.international:

<https://bit.ly/3l9nIHD>



1.

ສ້າງ ຮາງ/ອ່າງລ້າງມື-ຖູແຂ້ວໃຫ້ເໝາະສົມ ແລະ ໃກ້ກັບຫ້ອງຮຽນ.



2.

ອ່າງລ້າງມື-ຖູແຂ້ວ ຕ້ອງໃຫ້ເໝາະສົມສຳອາຍຸຂອງເດັກ ແລະ ສາມາດເຂົ້າໄດ້ ຢ່າງໜ້ອຍ 10-15 ຄົນ.



3.

ນຳໃຊ້ວັດສະດຸປະກອນ ທີ່ຫາໄດ້ໃນທ້ອງຖິ່ນທີ່ມີລາຄາຖືກ.



4.

ໃນກໍລະນີຄວາມແຮງດັນນ້ຳຕໍ່າ ຫຼື ບໍ່ມີນ້ຳໃດໆເລີຍ ໃຫ້ສ້າງບ່ອນເກັບນ້ຳ.



7.

ຄວາມຕ້ອຍຊຸນ ຂອງສິ່ງອຳນວຍຄວາມສະດວກ ພາໃຫ້ນ້ຳໄຫຼດີ.



5.

ການເຈາະຮູປ່ອຍນ້ຳ ຂະໜາດນ້ອຍຈະຫຼຸດຜ່ອນຄ່າໃຊ້ຈ່າຍ ແລະ ທົນທານກວ່າ ຖ້າທຽບໃສ່ກອກນ້ຳທົ່ວໄປ.



8.

ໃຫ້ແນ່ໃຈວ່າ ເດັກ ສາມາດເຂົ້າເຖິງຢ່າງສະດວກ ໂດຍສະເພາະຄວາມສູງ ແລະ ລວງກວ້າງຂອງຮາງ/ອ່າງລ້າງມື.



6.

ລັກສະນະຂອງອ່າງສຳລັບເດັກ.



9.

ຮັບປະກັນວ່າ ບໍ່ໃຫ້ມີນ້ຳຂັງ.



ທ່ານສາມາດປະຢັດນ້ຳໄດ້ດີກວ່າ ຖ້າຫາກວ່າ
ທ່ານເຈາະຮູປ່ອຍນ້ຳ ໃຫ້ນ້ອຍ ປະມານ 1
ມິລິແມັດ

ຂໍ້ແນະນຳ ສຳລັບ ບ່ອນເກັບມ້ຽນ ຟອຍຖູແຂ້ວ

ໃນແຕ່ລະສັກຮຽນເດັກທຸກຄົນ ຄວນມີ ຟອຍຖູແຂ້ວ ທີ່ມີຝາປິດໜຶ່ງອັນເປັນຂອງຕົນເອງ. ຟອຍຖູແຂ້ວ ດັ່ງກ່າວຈະຖືກຮັກສາໄວ້ ຢູ່ບ່ອນ ເກັບມ້ຽນ ຟອຍຖູແຂ້ວ, ເຊິ່ງຕາມຫຼັກການແລ້ວແມ່ນເອົາໄວ້ໃນແຕ່ລະ ຫ້ອງຮຽນ.

.....
ຟອຍຖູແຂ້ວໃຫ້ເໝາະສົມສຳລັບອາຍຸຂອງເດັກ.

.....
ເກັບມ້ຽນຟອຍຖູແຂ້ວໄວ້ບ່ອນທີ່ມີຄວາມເໝາະສົມ ແລະ ທຳຄວາມສະອາດໄດ້ງ່າຍ.

.....
ບໍ່ໃຫ້ນັກຮຽນ ເອົາຟອຍຖູແຂ້ວເມື່ອເຮືອນ. ເພື່ອປ້ອງກັນການຫຼົງລືມ ແລະ ເປີເປື້ອນ.



1.

ນັກຮຽນຈັບເອົາໄດ້ງ່າຍ.



2.

ເກັບມ້ຽນຟອຍຖູແຂ້ວໄວ້ບ່ອນທີ່ມີຄວາມເໝາະສົມ ແລະ ທຳຄວາມສະອາດໄດ້ງ່າຍ.



3.

ການເກັບມ້ຽນຟອຍຖູແຂ້ວແຕ່ລະອັນຄວນມີໄລຍະຫ່າງ ລະຫວ່າງ ເພື່ອຫຼີກລ່ຽງ ການຕິດເຊື້ອພະຍາດໃສ່ກັນ.



4.

ຄວນອອກແບບ ບ່ອນຫ້ອຍໃຫ້ຫົວຟອຍຖູແຂ້ວໄດ້ລະບາຍອາກາດ. ຝາອັດຄວນ ມີຮູນ້ອຍໆ ເພື່ອປ້ອງກັນການເກີດເຊື້ອລາ.



5.

ແຕ່ລະຊ່ອງຫ້ອຍ ແລະ ຟອຍຖູແຂ້ວແຕ່ລະອັນຕ້ອງ ມີ ເຄື່ອງໝາຍຢ່າງຊັດເຈນ ເພື່ອຫຼີກລ່ຽງ ການຫຼົງຟອຍຖູແຂ້ວກັນ.



6.

ຟອຍຖູແຂ້ວ ທັງໝົດ ຕ້ອງມີເຄື່ອງໝາຍ ຫຼື ນ້ຳເບີ ຂອງເດັກ ດ້ວຍການໃຊ້ ບິກເຟີດຖາວອນໝາຍໃສ່.



7.

ອີກທາງເລືອກໜຶ່ງ ໃນການໝາຍ ຟອຍຖູແຂ້ວ ແມ່ນໃຫ້ເດັກໃຊ້ ເຄື່ອງໝາຍສ່ວນຕົວ ໃສ່ຟອຍຖູແຂ້ວຂອງຕົນ ເພື່ອເປັນການຈຶ່ງາຍ.



8.

ຕ້ອງຕິດເຄື່ອງໝາຍ ດ້ວຍສະກົດ ເພື່ອປ້ອງກັນບໍ່ໃຫ້ລືບອອກໄດ້.

ຄໍາຖາມທີ່ຖືກຖາມເລື້ອຍໆ

ເມື່ອບໍ່ມີນໍ້າໃນໂຮງຮຽນ ຈະສາມາດ ປະຕິບັດກິດຈະກຳ ໄດ້ບໍ່?

ໄດ້, ໂດຍໃຊ້ລະບົບນໍ້າທີ່ເຮັດເອົາເອງ ເພື່ອຮັບໃຊ້ຮາງ/ອ່າງລ້າງມື-ຖູແຂ້ວ ເປັນກຸ່ມ. ອາດໃຊ້ອຸປະກອນ ທີ່ເປັນຖັງນໍ້າ ຫຼື ຄູນໍ້າ. ພຽງແຕ່ຕ້ອງການນໍ້າສະອາດປະມານ 300ມລ ຕໍ່ເດັກ/ຄົນ/ມື້ ເທົ່ານັ້ນສໍາລັບກິດຈະກຳ. ເບິ່ງໃນ ປຶ້ມຄູ່ມື: ປຶ້ມຮວບຮວມ ຕົວຢ່າງສິ່ງອໍານວຍຄວາມສະດວກໃນການລ້າງມືເປັນກຸ່ມ. ສໍາລັບລາຍລະອຽດກ່ຽວກັບຄວາມເປັນໄປໄດ້ໃນໂຮງຮຽນຂອງທ່ານ. Youtube GIZ Fit for School: <https://bit.ly/3kUmkJI>

ຮາງ/ອ່າງລ້າງມື-ຖູແຂ້ວ ແບບໃດ ທີ່ເໝາະສົມກັບ ໂຮງຮຽນ ຂອງພວກເຮົາ?

ໃນເວລາເລືອກ ປະເພດ ຮາງ/ອ່າງລ້າງມື-ຖູແຂ້ວ ທ່ານຕ້ອງ ຄໍານຶງເຖິງ ສິ່ງເຫຼົ່ານີ້ ເຊັ່ນ: ວັດສະດຸ ອຸປະກອນທີ່ມີໃນຫ້ອງຖິ່ນ ແລະ ຊັບພະຍາກອນຕ່າງໆທີ່ມີຢູ່, ການເຂົ້າເຖິງນໍ້າສະອາດ ແລະ ຄວາມແຮງດັນຂອງນໍ້າ, ການໃຊ້ນໍ້າ, ຈຳນວນເດັກນ້ອຍໃນໂຮງຮຽນ, ກໍຄືການທຳຄວາມສະອາດ ແລະ ການປົວລະບົດຮັກສາຮາງ/ອ່າງລ້າງມື-ຖູແຂ້ວ. ບໍ່ວ່າທ່ານຈະຕັດສິນໃຈສ້າງຮາງ/ອ່າງປະເພດໃດກໍຕາມ, ສິ່ງສໍາຄັນກ່ວາໝູ່ໝົດແມ່ນ ຄວາມສາມາດໃຊ້ໄດ້, ສ່ວນສິ່ງອື່ນໆ ທ່ານສາມາດລະດົມທຶນຕາມພາຍຫຼັງ ເຊັ່ນ: ເຮັດໃຫ້ສິ່ງອໍານວຍຄວາມສະດວກກົດງາມກ່ວາເກົ່າ ຫຼື ປັບປຸງຮາງ/ອ່າງນໍ້າ.

ເປັນຫຍັງ ພໍ່ແມ່ຜູ້ປົກຄອງ ແລະ ຊຸມຊົນ ຈຶ່ງຕ້ອງມີສ່ວນຮ່ວມ ໃນການກໍ່ສ້າງຮາງ/ອ່າງລ້າງມື-ຖູແຂ້ວ?

ຜົນສໍາເລັດ ແລະ ຄວາມຍືນຍົງຂອງວຽກງານສົ່ງເສີມສຸຂະພາບດີໃນໂຮງຮຽນແມ່ນຂຶ້ນກັບການສະໜັບສະໜູນ ແລະ ຄວາມຮັບຜິດຊອບຂອງ ພໍ່ແມ່ຜູ້ປົກຄອງ ແລະ ຊຸມຊົນ. ຜູ້ອໍານວຍການໂຮງຮຽນມີບົດບາດ ໃນການລະດົມຊຸມຊົນໃຫ້ມີຄວາມຮັບຮູ້, ເຂົ້າໃຈ, ຮັບຜິດຊອບ ແລະ ເປັນເຈົ້າການໃນການປະຕິບັດ. ການປະກອບສ່ວນຕ່າງໆຂອງພໍ່ແມ່ຜູ້ປົກຄອງ ສາມາດເຮັດໄດ້ຫຼາຍຮູບແບບ ເຊັ່ນ: ການປະກອບສ່ວນແຮງງານ, ວັດສະດຸອຸປະກອນ. ຜູ້ປົກຄອງສາມາດຊ່ວຍລະດົມ ຊຸກຍູ້ໃນການເຂົ້າເຖິງນໍ້າສະອາດ ແລະ ສຸຂະອະນາໄມໃນໂຮງຮຽນ.

ຈະສ້າງຮາງ/ອ່າງລ້າງມື-ຖູແຂ້ວ ແນວໃດໃຫ້ເໝາະສົມ ກັບເດັກ?

ຮາງ/ອ່າງລ້າງມື-ຖູແຂ້ວ ໃຫ້ເໝາະສົມ ສໍາລັບເດັກເພື່ອດຳເນີນກິດຈະກຳເປັນກຸ່ມ ຢ່າງໜ້ອຍ 10-15 ຄົນ ສາມາດ ໃຊ້ໄດ້ພ້ອມກັນ. ນອກນັ້ນ, ຮາງ/ອ່າງລ້າງມື-ຖູແຂ້ວຂະໜາດໃຫຍ່ພາໃຫ້ໃຊ້ເວລາໜ້ອຍໃນການດຳເນີນກິດຈະກຳ ປະຈຳວັນ. ເມື່ອມີຮາງ/ອ່າງລ້າງມື-ຖູແຂ້ວທີ່ພຽງພໍກັບຈຳນວນເດັກ ແລະ ໃກ້ຫ້ອງຮຽນຈະໃຊ້ເວລາປະມານ 15 ນາທີ ຕໍ່ຄັ້ງ ສໍາລັບໝົດທຸກຄົນໃນຫ້ອງເພື່ອດຳເນີນກິດຈະກຳ.

ຮາງ/ອ່າງລ້າງມື-ຖູແຂ້ວ ຂອງພວກເຮົາ ຕ້ອງມີ ຫຼັງຄາ ບໍ່?

ດີແທ້ຕ້ອງມີຫຼັງຄາກັນແດດ ແລະ ຝົນ ເພື່ອຊ່ວຍໃຫ້ປະຕິບັດກິດຈະກຳເປັນປົກກະຕິ. ສິ່ງສໍາຄັນໃນເບື້ອງຕົ້ນ ຕ້ອງສ້າງອ່າງລ້າງມື-ຖູແຂ້ວ ໃຫ້ສໍາເລັດກ່ອນ ສ່ວນຫຼັງຄາສາມາດລະດົມທຶນສ້າງ ຫຼື ຕໍ່ຕື່ມໄດ້ຕາມພາຍຫຼັງອີງຕາມ ເງື່ອນໄຂ ແລະ ທ່າແຮງຂອງໂຮງຮຽນ ແລະ ຊຸມຊົນ.

ປະສົບການຕ່າງໆ



ນາງ ໂພຄຳ ວິໄລຈິດ ຜູ້ອຳນວຍການໂຮງຮຽນອະນຸບານ
ຈອມເພັດ ເມືອງສີສັດຕະນາກ, ນະຄອນຫຼວງວຽງຈັນ
"ພວກເຮົາເຫັນໂຮງຮຽນປະຖົມເພີ່ນປະຕິບັດມາ
ກ່ອນກໍ່ເລີຍຢາກເຮັດກິດຈະກຳນີ້. ຫຼັງຈາກນັ້ນໄດ້
ປຶກສານຳຄະນະພັດທະນາການສຶກສາຂັ້ນບ້ານ
ແລະໄປເບິ່ງແບບຮາງລ້າງມືຈາກໂຮງຮຽນປະຖົມ
ຈອມເພັດ ແລ້ວກໍ່ມາປັບໃຫ້ເໝາະສົມກັບເດັກ
ອະນຸບານຂອງພວກເຮົາ. ຮາງລ້າງມືຂອງໂຮງຮຽນ
ປະຖົມສູງກວ່າ ພວກເຮົາໄດ້ຫລຸດລວງສູງຂອງຮາງ
ລົງເພື່ອໃຫ້ເດັກນຳໃຊ້ໄດ້ສະດວກ".

ນາງ ຂັນກາບ ຫຼວງຊົມພູ ຄະນະພັດທະນາການສຶກສາ
ຂັ້ນບ້ານ ບ້ານຈອມເພັດໃຕ້ ເມືອງສີສັດຕະນາກ,
ນະຄອນຫຼວງວຽງຈັນ
"ພວກເຮົາມີປະສົບການ ໃນການສ້າງຮາງລ້າງມືຈາກ
ໂຮງຮຽນປະຖົມມາແລ້ວ. ການສ້າງຮາງລ້າງມືໃຫ້ເດັກ
ອະນຸບານຈຶ່ງບໍ່ແມ່ນເລື່ອງຍາກສຳລັບພວກເຮົາ ສຳຄັນ
ແມ່ນເຮັດໃຫ້ຊຸມຊົນມີຄວາມເຂົ້າໃຈ ແລະ ປະກອບ
ສ່ວນຕາມແຜນການທີ່ວາງໄວ້".

2

ການລ້າງມື

ການລ້າງມືໃສ່ສະບູ ໄດ້ຖືກຍອມຮັບວ່າເປັນສິ່ງສໍາຄັນທີ່ສຸດ
ໃນການຫຼີກລ່ຽງຈາກການເຈັບປ່ວຍ, ກັນພະຍາດ ເຂົ້າສູ່ຕົນເອງ
ແລະ ແຜ່ເຊື້ອພະຍາດສູ່ຜູ້ອື່ນ.



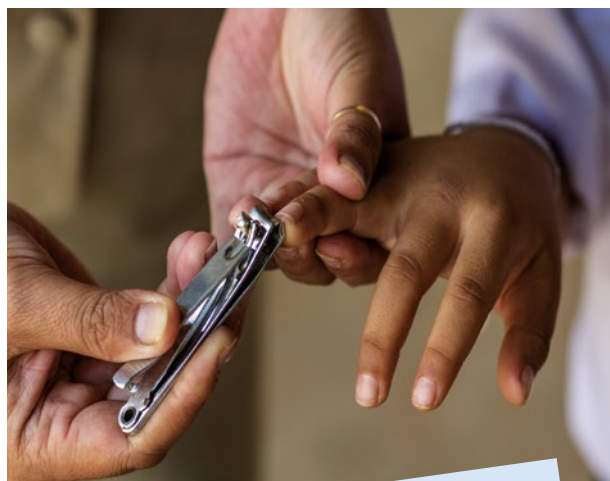


ຈາກການສຶກສາຄົ້ນຄວ້າທາງວິທະຍາສາດເຫັນວ່າການລ້າງມືໃສ່ສະບູຢ່າງເປັນປະຈຳສາມາດຫຼຸດຜ່ອນອັດຕາການຖອກທ້ອງແຕ່ 31% ເຖິງ 47% ແລະ ພະຍາດອັກເສບລະບົບຫາຍໃຈເຖິງ 30%.²

ຄວາມຈິງ

ບັນດາພະຍາດຕິດຕໍ່

ບັນດາພະຍາດທີ່ແຜ່ເຊື້ອຈາກຄົນຜູ້ໜຶ່ງໄປຫາຜູ້ອື່ນ ເຊັ່ນ: ຖອກທ້ອງ, ທ້ອງບິດ, ອັກເສບລະບົບຫາຍໃຈຮຸນແຮງ, ໄຂ້ຫວັດ, ໄອ, ແມ່ກາຝາກ, ຕາແດງ ແລະ ພະຍາດຜິວໜັງແມ່ນພະຍາດຕິດຕໍ່ທີ່ພົບເຫັນຫຼາຍກ່ວາໝູ່. ການບໍ່ຮັກສາອະນາໄມເປັນສາເຫດຂອງການແຜ່ເຊື້ອພະຍາດ. ຖ້າຫາກວ່າທຸກຄົນເອົາໃຈໃສ່ດູແລເບິ່ງແຍງຕົນເອງ, ເຄຫາສະຖານ (ເຮືອນຊານ ແລະ ໂຮງຮຽນ) ໃຫ້ສະອາດຈະຢຸດຕິການແຜ່ເຊື້ອພະຍາດເກືອບທັງໝົດໄດ້. ດັ່ງນັ້ນ, ພວກເຮົາຄວນແນະນຳເດັກໃຫ້ຮັກສາຄວາມສະອາດຢູ່ເລື້ອຍໆ.



ຄວນລ້າງມືໃສ່ສະບູທຸກຄັ້ງຫຼັງໃຊ້ວິດີຖ່າຍ, ກ່ອນຈັບບາຍອາຫານ ແລະ ກ່ອນກິນເຂົ້າ.



ຂໍ້ແນະນຳ ສຳລັບການລ້າງມື ປະຈຳວັນ

ເດັກທັງໝົດ ຕ້ອງລ້າງມືໃສ່ສະບູຢ່າງໜ້ອຍມື້ລະເທື່ອ
ໃນໂຮງຮຽນເປັນກົດຈະກຳກຸ່ມ.

ເວລາທີ່ເໝາະສົມທີ່ສຸດແມ່ນຂອງການລ້າງມື ແມ່ນ
ກ່ອນກິນອາຫານທຸກຄັ້ງ ແລະ ຫຼັງໃຊ້ວິດຖ່າຍ ຫຼື
ເຮັດກິດຈະກຳຂອງໂຮງຮຽນ

ໃຫ້ມື ສະບູຢູ່ບ່ອນລ້າງມືຕະຫຼອດເວລາ.
ສາມາດວາງ ສະບູໃສ່ຖົງຕາໜ່າງ ແລະ
ມັດຕິດໃສ່ຮາງ/ອ່າງ ລ້າງມື-ຖູແຂ້ວ.

ຄູ ມອບໝາຍ ແລະ ເຝິກເດັກອະນຸບານໃຫ້ເພື່ອຊ່ວຍ
ເພື່ອນຮ່ວມທ້ອງໃນການປະຕິບັດກິດຈະກຳການລ້າງ
ມືໃຫ້ເປັນລະບຽບ ໂດຍມີການຕິດຕາມຢ່າງໄກ້ຊິດ.

ຫຼັງຈາກນັ້ນປະມານໜຶ່ງອາທິດ ເດັກນ້ອຍຈະມີຄວາມ
ຊື່ນເຄີຍກັບຂັ້ນຕອນຂອງກິດຈະກຳ
ແຕ່ຄູຍັງຕ້ອງໄດ້ສືບຕໍ່ນຳພາຢ່າງໄກ້ຊິດ.

ຕ້ອງການນ້ຳສະອາດໃນເບື້ອງຕົ້ນ ເພື່ອເຮັດໃຫ້ມືປຽກ
ແລະ ໃນຕອນທ້າຍເພື່ອລ້າງສະບູອອກ.
ປິດນ້ຳໃນ ຂະນະທີ່ນັກຮຽນຮຸກສະບູໃສ່ມືຂອງຕົນ.

ຄູ ແນະນຳໃຫ້ນັກຮຽນລ້າງມືໃສ່ສະບູຫຼັງຈາກໃຊ້
ວິດຖ່າຍ, ກ່ອນຈັບບາຍອາຫານ ແລະ ກ່ອນກິນເຂົ້າ.

ຊຸກຍູ້ ສິ່ງເສີມໃຫ້ນັກຮຽນເປັນຜູ້ປຸກລະດົມການ
ລ້າງມືໃສ່ສະບູ ແລະ ເຮັດໃຫ້ກາຍເປັນກົດຈະກຳປະຈຳ
ວັນໃນຊີວິດຄອບຄົວ.



ເຮັດໃຫ້ມືປຽກ ແລະ ໃສ່ສະບູ.



ເອົາຝາມືຖູຝາມື.



ຖູມືຂວາໃສ່ມືຊ້າຍ ແລະ ຖູມືຊ້າຍໃສ່ມືຂວາ.



3.

ຖືຝາມືໃສ່ກັນ ແລະ ສອດນິ້ວມືສັບຫວ່າງກັນຖືໄປມາ.



6.

ລ້າງມືດ້ວຍນ້ຳໄຫຼຜ່ານ.



4.

ຖືກຳນິ້ວໄປ ແລະ ຖືບິດໄປມາ. ເຮັດແນວນັ້ນກັບນິ້ວໄປອີກຂ້າງໜຶ່ງ.



7.

ປ່ອຍໃຫ້ ມືແຫ້ງໃນອາກາດ. ຈົ່ງຢ່າໃຊ້ຜ້າເຊັດ! ຜ້າເຊັດ
ກາຍເປັນແຫຼ່ງຕິດຕໍ່ເຊື້ອພະຍາດ ຫຼັງຈາກໃຊ້ແລ້ວ.



5.

ຖືຝາມືຊ້າຍໃສ່ຫຼັງມືເບື້ອງຂວາ ແລະ ຖືຝາມືຂວາໃສ່ຫຼັງມືເບື້ອງຊ້າຍ.

ຈົ່ງຊ່ວຍກັນ
ປະຢັດນ້ຳ ແລະ
ຢ່າປ່ອຍໃຫ້ ນ້ຳໄຫຼ
ຕະຫຼອດກົດຈະກຳ.

ຄໍາຖາມຕ່າງໆທີ່ຖືກຖາມເລື້ອຍໆ ກ່ຽວກັບການລ້າງມືໃສ່ສະບູ

ເວລາລ້າງມື ຂ້ອຍສາມາດໃຊ້ ສະບູຊະນິດໃດກໍໄດ້ບໍ່?

ແມ່ນແລ້ວ. ສາມາດນໍາໃຊ້ສະບູທຸກຊະນິດ, ແພັບຊັກເຄື່ອງ ແລະ ນໍ້າຢາລ້າງຖ້ວຍກໍລ້ວນແຕ່ມີປະສິດທິຜົນ ໃນການລ້າງມື. ແຕ່ເຖິງຢ່າງໃດກໍຕາມແພັບຊັກເຄື່ອງມີສຸດເຂັ້ມກວ່າສະບູອື່ນໆ. ທ່ານສາມາດໃຊ້ສະບູປະເພດໃດກໍໄດ້ໃນການລ້າງມື.

ພວກເຮົາຕ້ອງໃຊ້ສະບູສໍາລັບ ຂ້າເຊື້ອພະຍາດບໍ່ ?ຍ້ອນຫຍັງ?

ບໍ່. ບໍ່ຈໍາເປັນຕ້ອງໃຊ້ສະບູຂ້າເຊື້ອພະຍາດ ແຕ່ເຮົາສາມາດໃຊ້ສະບູຊະນິດໃດກໍໄດ້ ສໍາຄັນແມ່ນການຮຸກຖູ ແລະ ລ້າງເຊື້ອພະຍາດອອກຈາກມື.

ສາມາດໃຊ້ນໍ້າຝົນລ້າງມືໄດ້ບໍ່?

ໄດ້. ຖ້າຫາກຂາດນໍ້າສະອາດ, ສາມາດໃຊ້ນໍ້າຝົນ, ນໍ້າສ້າງເພື່ອລ້າງມື. ແຕ່ສິ່ງສໍາຄັນກວ່າໝູ່ໝົດແມ່ນການລ້າງມື ໃສ່ສະບູທຸກຄັ້ງ.

ການຕັດເລັບມື ມີຄວາມສໍາຄັນແນວໃດ?

ການຕັດເລັບມືໃຫ້ສິ້ນມີຄວາມສໍາຄັນ ເພາະວ່າຕາມບໍລິເວນໃນເລັບມືເປັນບ່ອນບິ້ມຊ້ອນເຊື້ອພະຍາດ(ແບັກເຕເຣຍ ແລະ ເຊື້ອໄວຣັສ). ການຕັດເລັບມືໃຫ້ສິ້ນແມ່ນຮັກສາຄວາມສະອາດໄດ້ງ່າຍກວ່າ.

ຖ້າຫາກວ່າຂາດນໍ້າເຮົາສາມາດຈຸ່ມມືລົງຊາມ ຫຼື ຄູ ເພື່ອລ້າງມືນໍາກັນໄດ້ບໍ່?

ບໍ່ຄວນໃຫ້ເດັກຈຸ່ມມືໃສ່ຊາມ ຫຼື ຄູດຽວກັນໃນເວລາລ້າງມືເພາະວ່າຈະເປັນການຕິດເຊື້ອພະຍາດໃສ່ກັນ. ເດັກຕ້ອງລ້າງມື ຂອງຕົນ ແລະ ດຶກສຸດແມ່ນຕ້ອງໃຫ້ນໍ້າໄຫຼຜ່ານ. ຕ້ອງການປະລິມານນໍ້າພຽງໜ້ອຍດຽວເທົ່ານັ້ນສໍາລັບການ ລ້າງມື.

ການສົ່ງເສີມການລ້າງມື ປະຕິບັດຢູ່ລາວເທົ່ານັ້ນບໍ່?

ບໍ່, ການສົ່ງເສີມການລ້າງມື ໄດ້ປະຕິບັດໃນທົ່ວໂລກ ເຊິ່ງໄດ້ຮັບການຍິ່ງຢືນແລ້ວວ່າການລ້າງມືໃສ່ສະບູແມ່ນກິດຈະກຳໜຶ່ງ ທີ່ມີປະສິດທິຜົນທີ່ດີກວ່າໝູ່ໃນການຫຼຸດຜ່ອນການແຜ່ເຊື້ອພະຍາດໄດ້. ໃນທົ່ວໂລກມີຄູ່ຮ່ວມພັດທະນາເຊັ່ນ: ອົງການອຸຍ ນິເຊັບ, ທະນາຄານໂລກ, ບັນດາມະຫາວິທະຍາໄລ, ພາກລັດຖະບານ ແລະ ເອກະຊົນ ຂອງປະເທດຕ່າງໆໄດ້ຮ່ວມແຮງ ກັນເພື່ອສົ່ງເສີມການລ້າງມືໃສ່ສະບູຢ່າງກວ້າງຂວາງ. ລັດຖະບານລາວກໍເປັນສ່ວນໜຶ່ງຂອງຂະບວນການດັ່ງກ່າວ.

ທຸກຄົນສາມາດເຂົ້າຮ່ວມການສົ່ງເສີມການລ້າງມື ໄດ້ບໍ່ ແລະ ເຮັດແນວໃດ?

ໄດ້, ທຸກຄົນສາມາດເຂົ້າຮ່ວມຂະບວນການລ້າງມືໃສ່ສະບູໄດ້. ສິ່ງທີ່ທ່ານຕ້ອງເຮັດກໍພຽງແຕ່ເຝິກປະຕິບັດໃຫ້ກາຍເປັນນິໄສ ສ່ວນຕົວ, ໂອ້ລົມກ່ຽວກັບການລ້າງມືໃສ່ສະບູກັບສະມາຊິກຄອບຄົວ, ໝູ່ເພື່ອນ ແລະ ເພື່ອນຮ່ວມງານຂອງທ່ານ. ຊັກຊວນ ເພື່ອນບ້ານໃກ້ຄຽງ ໃນເວລາປະຕິບັດກິດຈະກຳການເຄື່ອນໄຫວໃນສັງຄົມຕ່າງໆໃຫ້ປະຕິບັດການລ້າງມືໃສ່ສະບູ ຫຼັງຈາກ ໃຊ້ວິດຖ່າຍ, ກ່ອນຈັບບາຍອາຫານ ແລະ ກ່ອນກິນເຂົ້າ.

ປະສົບການຕ່າງໆ



ນາງ ຈັນສະໝຸດ ອິນທະລັງສີ ຄູ່ຜູ້ຮັບຜິດຊອບກິດຈະກຳ
ສົ່ງເສີມສຸຂະພາບໃນໂຮງຮຽນອະນຸບານກະຊວງ
ສາທາລະນະສຸກ, ເມືອງສີສັດຕະນາກ, ນະຄອນຫຼວງ
ວຽງຈັນ

"ການລ້າງມືແມ່ນໄດ້ຈັດເດັກເປັນກຸ່ມ ໂດຍປະຕິບັດ
ຕາມຕາຕະລາງແຕ່ລະຫ້ອງ. ເລີ່ມເຮັດກິດຈະກຳເວລາ
10:45 ນາທີຫຼັງກິດຈະກຳການຫຼິ້ນກາງແຈ້ງ, ກ່ອນ
ແລະ ຫຼັງກິນເຂົ້າທ່ຽງ ໃຫ້ນັກຮຽນມາລຽນແຖວ
ລ້າງມືເປັນກຸ່ມພ້ອມກັນ. ຕົນເອງມີຄວາມຮູ້ສຶກວ່າ
ນັກຮຽນມີຄວາມສະອາດຂຶ້ນ, ຮູ້ກຳລັງສາຄວາມສະອາດ
ແລະ ລ້າງມືໃສສະບຸທຸກຄັ້ງຫຼັງຈັບສິ່ງເປົ້ອນ".

ນາງ ນ້ຳຝົນ ວິໄລວົງ ຮຽນຢູ່ຫ້ອງອະນຸບານ 3,
ໂຮງຮຽນອະນຸບານສາຍລົມ, ເມືອງຈັນທະບູລີ,
ນະຄອນຫຼວງ ວຽງຈັນ

"ການລ້າງມືມີ 7 ຂັ້ນຕອນກິດຈະກຳລ້າງມືເປັນກິດຈະ
ກຳທີ່ມ່ວນ ລ້າງມືບໍ່ໃຫ້ມືແມ່ພະຍາດ ມືບໍ່ເປື້ອນ
ການຖືແຂ້ວເຮັດໃຫ້ປາກສະອາດກັບເມື່ອເຮືອນກໍ່ໄດ້
ຖືແຂ້ວ".

3

ການຖູແຂ້ວ

ໂດຍອີງຕາມ ອົງການອະນາໄມໂລກ (WHO) ແລະ ສະມາຄົມ
ທັນຕະແພດສາກົນ(FDI), ການຖູແຂ້ວດ້ວຍຢາຖູແຂ້ວທີ່ມີ
ຟລູອໍໄຣດ໌ ເປັນວິທີການທີ່ແທດເໝາະກັບຕົວຈິງ ກວ່າໝູ່ໝົດ
ເພື່ອປ້ອງກັນການເປັນພະຍາດແຂ້ວແມງ.³



ແຂ້ວແມງ

ແຂ້ວແມງແມ່ນພະຍາດຊຳເຮື້ອທີ່ພົບເຫັນຫຼາຍກວ່າໝູ່ໝົດໃນໄວເດັກທົ່ວໂລກ. ແຂ້ວແມງຈະບໍ່ດີເອງໂດຍປາສະຈາກການປິ່ນປົວ. ໃນບັນດາປະເທດທີ່ມີລາຍໄດ້ຕ່ຳ ເກືອບວ່າຄົນທີ່ເປັນແຂ້ວແມງທັງໝົດຍັງບໍ່ໄດ້ຮັບການປິ່ນປົວ. ຜົນຮ້າຍທີ່ຕາມມາກໍ່ຄື ຈະເປັນແຂ້ວແມງໄປຕະຫຼອດຊີວິດເຊິ່ງມີຜົນກະທົບຕໍ່ສຸຂະພາບ ໂດຍລວມ ແລະ ຄຸນນະພາບຊີວິດຂອງບຸກຄົນນັ້ນ.

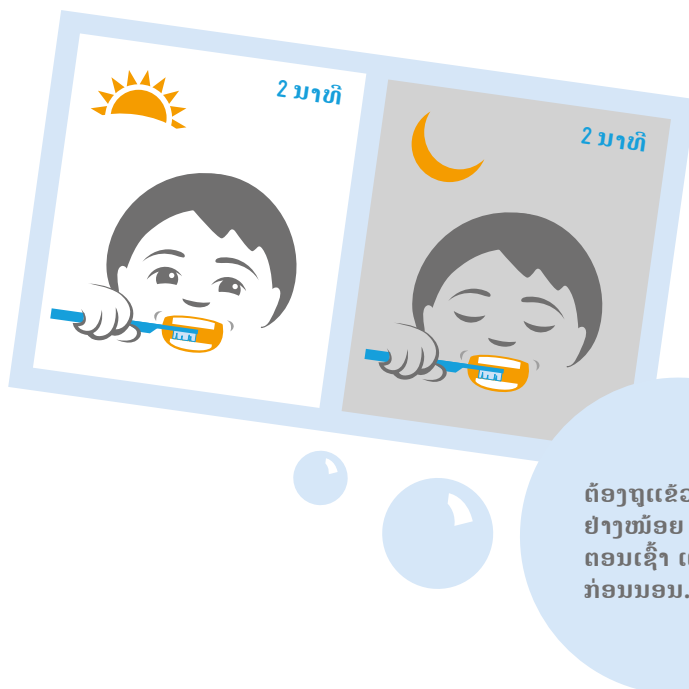
ແຂ້ວແມງເຮັດໃຫ້ມີຄວາມເຈັບປວດ ແລະ ເປັນການລົບກວນເຮັດໃຫ້ນອນບໍ່ຫຼັບດີ, ເຮັດໃຫ້ຜູ້ທີ່ເປັນແຂ້ວແມງບໍ່ສາມາດມີຄວາມ ຕັ້ງໃຈໃນການຮຳຮຽນ, ໃນທີ່ສຸດມັນອາດຈະເປັນອຸປະສັກກົດກັນ ພວກເຂົາເຈົ້າຕໍ່ການເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳໃນຊີວິດປະຈຳວັນ ແລະ ການພັດທະນາສັງຄົມໂດຍລວມ.

ໂດຍອີງໃສ່ການສຳຫຼວດລະດັບຊາດກ່ຽວກັບສຸຂະພາບປາກ ແລະ ແຂ້ວ ຄັ້ງທີ 2

ຄວາມຈິງ

ຂອງລາວ ໃນປີ 2010, ເຫັນວ່າ 84% ຂອງນັກຮຽນ ສ.ປ.ປ ລາວເປັນແຂ້ວແມງ ໂດຍສະເລ່ຍແລ້ວ ນັກຮຽນຜູ້ໜຶ່ງ ມີແຂ້ວແມງຈຳນວນ 6 ເຫຼັ້ມ.⁴ ການວິໄຈຄືນຄວ້າປີ 2011 ທີ່ນະຄອນຫລວງວຽງຈັນ ໃນ 4 ຕົວເມືອງ 44 ໂຮງຮຽນໄດ້ສະແດງໃຫ້ເຫັນວ່າ 91% ຂອງນັກຮຽນ ໃນກຸ່ມອາຍຸ 6-7 ປີ ມີແຂ້ວແມງ, ໂດຍສະເລ່ຍແລ້ວ ນັກຮຽນຜູ້ໜຶ່ງມີແຂ້ວແມງຈຳນວນ 7-8 ເຫຼັ້ມ.⁵

ການຄົ້ນຄວ້າ ແລະ ວິໄຈໄດ້ສະແດງໃຫ້ເຫັນວ່າຢາກູ້ແຂ້ວທີ່ມີຟລູອໍໄຮດ ແມ່ນມີປະສິດທິພາບໃນການປ້ອງກັນແຂ້ວແມງໄດ້ດີ. ການກູ້ແຂ້ວດ້ວຍຢາກູ້ແຂ້ວທີ່ມີຟລູອໍໄຮດ ຢູ່ໂຮງຮຽນພາໃຫ້ຫຼຸດຜ່ອນການເກີດເປັນແຂ້ວແມງໄດ້ 40% ເຖິງ 50% .⁶⁷



ຕ້ອງກູ້ແຂ້ວ
ຢ່າງໜ້ອຍ 2 ຄັ້ງຕໍ່ມື້
ຕອນເຊົ້າ ແລະ
ກ່ອນນອນ.

ຂໍ້ແນະນຳ ສຳລັບການຫຼຸດແຂ້ວ ຢ່າງເປັນປົກກະຕິ.

ພວກເຮົາເລີ່ມຕົ້ນມື້ໃໝ່ຂອງຕົນດ້ວຍລົມຫາຍ
ໃຈສົດຊື່ນ ແລະ ແຂ້ວສະອາດ.

ເດັກທຸກຄົນຕ້ອງຫຼຸດແຂ້ວ ຢ່າງໜ້ອຍມື້ລະເທື່ອ
ຢູ່ໂຮງຮຽນ ໂດຍເປັນກິດຈະກຳກຸ່ມ.

ຄູ ມອບໝາຍ ແລະ ເຝິກເດັກທີ່ມີຄວາມພ້ອມນຳພາ
ເຮັດກິດຈະກຳ ຫຼຸດແຂ້ວເພື່ອຊ່ວຍເຫຼືອເພື່ອນຮ່ວມ
ຫ້ອງ ຂອງຕົນດຳເນີນກິດຈະກຳການຫຼຸດແຂ້ວຢ່າງເປັນ
ລະບຽບ ແລະ ຖືກວິທີ.

ເດັກມ່ວນຊື່ນກັບກິດຈະກຳເປັນກຸ່ມ. ການຫຼຸດແຂ້ວ
ເປັນປົກກະຕິ ຈະຊ່ວຍໃຫ້ພວກເຂົາປະຕິບັດກິດຈະ
ກຳຮ່ວມກັນໄດ້ດີຂຶ້ນເລື້ອຍໆ. ຄູມີໜ້າທີ່ຕິດຕາມ,
ແນະນຳ ແລະ ດູແລການເຮັດກິດຈະກຳ.

ການເຮັດກິດຈະກຳຫຼຸດແຂ້ວໃນໂຮງຮຽນແຕ່ລະຄັ້ງ
ຄວນໃຫ້ເດັກໄດ້ປະຕິບັດທຸກຄົນ.

ຊຸກຍູ້ສິ່ງເສີມເດັກ ໃຫ້ກາຍເປັນຕົວແບບດ້ານ
ແຂ້ວສະອາດ ແລະ ລົມຫາຍໃຈສົດຊື່ນ.
ກະຕຸກຊຸກຍູ້ ໃຫ້ ພໍ່ແມ່ ແລະ ອ້າຍເອື້ອຍນ້ອງ ຂອງ
ເດັກເຮັດໃຫ້ການຫຼຸດແຂ້ວກາຍເປັນກິດຈະກຳປະຈຳ
ວັນ, ພິເສດແມ່ນກ່ອນເຂົ້ານອນ.



ຈົ່ງບິບຢາຫຼຸດແຂ້ວໃຫ້ອອກມາຂະໜາດເທົ່າເມັດສາລີແລ້ວທາໃສ່ຟອຍຫຼຸດແຂ້ວທາງ
ຂວາງ.



ໃຊ້ຟອຍຫຼຸດແຂ້ວຂະໜາດນ້ອຍສຳລັບເດັກ.



3.

ການຫຼຸດເຂັ້ວຍ່ອຍເປັນໃຊ້ນ້ຳ ພຽງແຕ່ໃຊ້ນ້ຳລາຍເທົ່ານັ້ນກໍໄດ້.
ຫຼຸດເຂັ້ວທຸກເຫຼັ້ມໃຫ້ທົ່ວເປັນເວລາ 2 ນາທີ, ພິເສດແມ່ນເຂັ້ວກົກ.



4.

ຖິ້ມຢາຫຼຸດເຂັ້ວອອກ ແລະ ບໍ່ຄວນບ້ວນປາກ ເພື່ອຮັກສາ ຟລູອໍໂຣດໄວ້.



5.

ເອົາມືປຽກເຊັດຟອດຢາຫຼຸດເຂັ້ວອອກຈາກປາກ.



6.

ໃຊ້ປາຍລິ້ນສຳຜັດວ່າເຂັ້ວທັງໝົດມື້ນ ແລະ ສະອາດດີບໍ່?



7.

ລ້າງຟອຍຫຼຸດເຂັ້ວດ້ວຍນ້ຳໃຫ້ສະອາດ.



8.

ເອົາຟອຍຫຼຸດເຂັ້ວກັບໄປໄວ້ບ່ອນເກັບມ້ຽນຂອງໃຜລາວ.

ຄໍາຖາມຕ່າງໆທີ່ຖືກຖາມເລື້ອຍໆກ່ຽວກັບການຖແຂ້ວ

ມີກິນປາກບໍ່ດີຍ້ອນຫຍັງ?

ກິນປາກບໍ່ດີຍ້ອນວ່າມີແບັກເຕເຣຍໃນຜິ້ງປາກເຊິ່ງຜະລິດສານກໍາມະຖັນ. ລົມຫາຍໃຈບໍ່ດີເຮັດໃຫ້ຄົນ ອ້ອມຂ້າງລໍາຄານ. ສະນັ້ນ, ເຮົາຕ້ອງເອົາໃຈໃສ່ຖແຂ້ວ ແລະ ລົ້ນໃຫ້ສະອາດຢູ່ສະເໝີ.

ເພື່ອຮັກສາແຂ້ວໃຫ້ແຂງແຮງຄວນເຮັດແນວໃດ?

ຄວນຫຼຸດຜ່ອນການກິນເຂົ້າໜົມຫວານ ແລະ ນໍ້າອັດລົມ. ເຝີກນິໄສການກິນໝາກໄມ້ສິດເປັນອາຫານຫວ່າງ, ທົດແທນນໍ້າອັດລົມດ້ວຍນໍ້າຕື່ມ ແລະ ຖແຂ້ວຢ່າງໜ້ອຍມື້ລະ 2 ຄັ້ງດ້ວຍຢາຖແຂ້ວ ທີ່ມີຟລູອໍໄຮດ.

ເປັນຫຍັງການໃຊ້ຢາຖແຂ້ວທີ່ມີຟລູອໍໄຮດ ຈຶ່ງສໍາຄັນ?

ໃນຫຼາຍປະເທດ, ລະດັບການເປັນແຂ້ວແມ່ງ ຫຼຸດລົງກວ່າ 50% ໃນໄລຍະ 20 ປີທີ່ຜ່ານມາແມ່ນຍ້ອນການໃຊ້ຢາຖແຂ້ວທີ່ມີຟລູອໍໄຮດ. ຟລູອໍໄຮດຊ່ວຍປົກປ້ອງແຂ້ວບໍ່ໃຫ້ເປັນແຂ້ວແມ່ງ.

ເປັນຫຍັງ ຫຼັງຈາກຖແຂ້ວແລ້ວບໍ່ຄວນບ້ວນປາກ?

ການບ້ວນປາກຈະເຮັດໃຫ້ຟລູອໍໄຮດໃນຜິ້ງປາກຫຼຸດລົງ ນີ້ໝາຍເຖິງການບ້ວນປາກຫຼັງຈາກໃຊ້ຢາຖແຂ້ວທີ່ມີຟລູອໍໄຮດທຸກຊະນິດ. ໃນກໍລະນີທີ່ທ່ານຢາກບ້ວນເອົາເສດອາຫານອອກ ທ່ານຄວນຖແຂ້ວອີກເທື່ອໜຶ່ງ ດ້ວຍຢາຖແຂ້ວທີ່ມີຟລູອໍໄຮດ ຫຼັງຈາກທີ່ທ່ານບ້ວນເອົາເສດອາຫານອອກແລ້ວ.⁸

ຕ້ອງປ່ຽນ ຟອຍຖແຂ້ວ ທຸກ 3 ເດືອນບໍ່?ຍ້ອນຫຍັງ?

ບໍ່. ການຄົ້ນຄວ້າວິໄຈ ສະແດງໃຫ້ເຫັນວ່າ ລະຫວ່າງຟອຍຖແຂ້ວເກົ່າ ແລະ ບໍ່ມີຄວາມແຕກຕ່າງໃນດ້ານປະສິດທິພາບຂອງການທໍາຄວາມສະອາດ.^{9,10}

ການກິນ ຢາຖແຂ້ວຈະປອດໄພບໍ່?

ຢາຖແຂ້ວບໍ່ມີຈຸດປະສົງເພື່ອກິນກິນ ຕ້ອງແນະນໍາ ໃຫ້ນັກຮຽນຖິ້ມຝອດຢາຖແຂ້ວອອກ. ເຖິງຢ່າງໃດກໍຕາມຖ້ານັກຮຽນ ກິນຝອດຢາຖແຂ້ວບາງສ່ວນກໍບໍ່ເປັນອັນຕະລາຍ.

ປະສົບການຕ່າງໆ



ນາງ ເກດແກ້ວ ທຳມະວົງ ຄູສອນຫ້ອງອະນຸບານ 3, ໂຮງຮຽນອະນຸບານສາຍລົມ, ເມືອງຈັນທະບູລີ, ນະຄອນຫຼວງວຽງຈັນ

"ກິດຈະກຳການຖືແຂ້ວແມ່ນໄດ້ປະຕິບັດທຸກມື້ຫຼັງຈາກກິນອາຫານແລ້ວ ໂດຍໃຫ້ນັກຮຽນລຽນແຖວເອົາແປງຖືແຂ້ວທີ່ຄູໃສ່ຢາຖືແຂ້ວໄວ້ໃຫ້ ແລ້ວໄປຖືແຂ້ວເປັນກຸ່ມ. ຜູ້ປົກຄອງເດັກໄດ້ບອກໃຫ້ພວກເຮົາຮູ້ວ່າ ແຕ່ກ່ອນລູກບໍ່ມັກຖືແຂ້ວ ຫຼັງຈາກມີກິດຈະກຳນີ້ຢູ່ໃນໂຮງຮຽນ ເວລາເມື່ອເຮືອນລູກກໍມັກຖືແຂ້ວ. ຕົນເອງມີຄວາມຮູ້ສຶກດີໃຈຫຼາຍທີ່ນັກຮຽນມັກກິດຈະກຳນີ້".

ນາງ ດາວຄຳມະນີ ອິນດາວົງ ນັກຮຽນອະນຸບານ 3, ໂຮງຮຽນອະນຸບານກະຊວງສາທາລະນະສຸກ, ເມືອງສີສັດຕະນາກ, ນະຄອນຫຼວງວຽງຈັນ

"ຫຼານມັກກິດຈະກຳຖືແຂ້ວໃນໂຮງຮຽນ ຍ້ອນວ່າເຮັດໃຫ້ແຂ້ວງາມ, ສະອາດ ແລະ ບໍ່ເປັນແມງ. ພວກຫຼານໄດ້ຖືແຂ້ວຢູ່ໃນໂຮງຮຽນມື້ລະເທື່ອຫຼັງຈາກກິນເຂົ້າທ່ຽງ ແລະ ເວລາຢູ່ເຮືອນຫຼານກໍຖືແຂ້ວເປັນປະຈຳ".

ປັດຈຸບັນນີ້ການຕິດເຊື້ອແມ່ທ້ອງສາມາດຄວບຄຸມໄດ້ດ້ວຍການ
ປະຕິບັດຫຼັກການອະນາໄມ ແລະ ກິນຢາຂ້າແມ່ທ້ອງ ລາຄາຖືກ
ແລະ ມີປະສິດທິຜົນສູງ.

ການກິນຢາຂ້າແມ່ທ້ອງ



ການຕິດເຊື້ອແມ່ທ້ອງໂດຍທົ່ວໄປ

ການຕິດເຊື້ອແມ່ທ້ອງໃນລຳໄສ້ແມ່ນພົບເຫັນຫຼາຍທີ່ສຸດໃນເດັກນັກຮຽນ ຢູ່ບັນດາປະເທດທີ່ມີລາຍໄດ້ຕ່ຳ. ການຕິດເຊື້ອແມ່ທ້ອງທີ່ບໍ່ໄດ້ຮັບການປິ່ນປົວເປັນສາເຫດຂອງພາວະເລືອດຈາງ ແລະ ສາມາດໄປສູ່ການພັດທະນາທີ່ບໍ່ດີຕໍ່ສະໝອງ. ເມື່ອມີການຕິດເຊື້ອ, ເດັກນ້ອຍຈະສູນເສຍພະລັງງານ ແລະ ຄວາມສາມາດຂອງຕົນໃນການມີສະມາທິ. ໃນທີ່ສຸດ ພວກເຂົາເຈົ້າຈະມີແຕ່ຄວາມອິດເມື່ອຍ ແລະ ບໍ່ສາມາດເຂົ້າຮ່ວມຢ່າງຫ້າວຫັນໃນຫ້ອງຮຽນ. ການໄປໂຮງຮຽນກາຍເປັນຄວາມອິດເມື່ອຍສຳລັບເດັກນ້ອຍທີ່ຕິດເຊື້ອ.

ເດັກນ້ອຍທີ່ຕິດເຊື້ອຮຸນແຮງຈະບໍ່ເຕີບໂຕຕາມເກນອາຍຸຂອງພວກເຂົາເຈົ້າໄດ້. ເດັກທີ່ມີການຂາດສານອາຫານຢູ່ແລ້ວ ກໍຍິ່ງຂາດສານອາຫານຫຼາຍຂຶ້ນຕື່ມອີກ.

ການປະເມີນຜົນຂອງການກິນຢາຂ້າແມ່ທ້ອງໃນໂຮງ ຮຽນຂອງປະເທດເຄນຢາ ພົບວ່າການຂາດຮຽນໄດ້ ຫຼຸດຜ່ອນລົງເຖິງ 25%.¹¹



ຢາຂ້າແມ່ທ້ອງແມ່ນປອດໄພ ແລະ ສາມາດເອົາໃຫ້ເດັກນ້ອຍ ທີ່ບໍ່ທັນໄດ້ຕິດເຊື້ອກິນໄດ້.

ຂໍ້ແນະນຳ ການກິນຢາຂ້າແມ່ທ້ອງ ແບບລວມໝູ່

ຫ້ອງການ ສາທາລະນະສຸກເມືອງປະສານສົມທົບ
ກັບຫ້ອງການ ສຶກສາທິການ ແລະ ກິລາ
ເມືອງເພື່ອເກັບກຳຂໍ້ມູນ ຈຳນວນນັກຮຽນ.

ຫຼັງຈາກໄດ້ຮັບຂໍ້ມູນແລ້ວ ຫ້ອງການສາທາລະນະ
ສຸກເມືອງໄດ້ຂຶ້ນແຜນລະອຽດ ແລະ ຜ່ານແຜນກັບ
ຫ້ອງການສຶກສາທິການ ແລະ ກິລາເມືອງລົງລາຍ ເຊັນ
ຮ່ວມກັນ, ຈາກນັ້ນ ຫ້ອງການ ສາທາລະນະສຸກເມືອງ
ແຈ້ງການຫາໂຮງຮຽນ.

ໂຮງຮຽນໄດ້ຮັບແຈ້ງການແລ້ວ ແຈ້ງໃຫ້ພໍ່ແມ່/
ຜູ້ປົກຄອງ ແລະ ຄພສບ ຮູ້ບຊາບ ເພື່ອຮູ້ຂໍ້ມູນ ເດັກ
ທີ່ ຈະໄດ້ກິນຢາ.

ໃນກໍລະນີເດັກທີ່ມີບັນຫາທາງດ້ານສຸຂະພາບ ແລະ
ໄດ້ກິນຢາແລ້ວ ພໍ່ແມ່/ຜູ້ປົກຄອງຕ້ອງແຈ້ງ
ໃຫ້ຄູຊາບເພື່ອບໍ່ໃຫ້ກິນອີກ.

ມື້ກິນຢາ ຊ່ວຍຄູກະກຽມລາຍຊື່ເດັກໃຫ້ພະນັກງານ
ສາທາລະນະສຸກເມືອງ ເພື່ອເອົາຢາໃຫ້ເດັກກິນ.

ພະນັກງານສາທາລະນະສຸກເມືອງ/ສຸກສາລາ ຮັບຜິດ
ຊອບ ແລະ ຕິດຕາມ ເມື່ອເດັກມີອາການຂ້າງຄຽງ.

ພາຍຫຼັງສຳເລັດການກິນຢາແລ້ວ ພະນັກງານສາທາລະ
ນະສຸກເມືອງ ສົ່ງຂໍ້ມູນໃຫ້ໂຮງຮຽນ ແລະ ຫ້ອງການ
ສຶກສາທິການ ແລະ ກິລາເມືອງ ຮັບຊາບ

ໃນມື້ກິນຢາຖ້າເດັກບໍ່ມາ ຫຼື ບໍ່ສະບາຍ ພະນັກງານສາ
ທາລະນະສຸກເມືອງ ມອບຢາໃຫ້ຄູເພື່ອໃຫ້ຄູສືບຕໍ່ຢາຍ
ຢາໃຫ້ເດັກໄດ້ກິນໝົດທຸກຄົນ.

ໃນກໍລະນີເດັກທີ່ກິນຢາຍາກແມ່ນໃຫ້ພໍ່ແມ່/ຜູ້ປົກຄອງ
ເອົາໃຫ້ກິນ.



1.

ທີມງານ ສສຮມ (ສຶກສາ ແລະ ສາທາ) ວາງແຜນຮ່ວມກັນ.



2.

ຜູ້ອຳນວຍການ ຫຼື ຄູ ແຈ້ງໃຫ້ ພໍ່ແມ່/ຜູ້ປົກຄອງ ຊາບ ກ່ຽວກັບ
ການກິນຢາຂ້າແມ່ທ້ອງ.



3.

ຄູ ຊ່ວຍພະນັກງານສາທາລະນະສຸກ ໃນການເອົາເດັກກິນຢາ ເທື່ອລະຄົນ.



4.

ເມື່ອໄດ້ຮັບຢາ, ເດັກ ຕ້ອງຫຍ້າ ແລະ ກິນ ຢາ.



7.

ບັນທຶກ ການກິນຢາຂ້າແມ່ທ້ອງຂອງເດັກແຕ່ລະຄົນໃສ່ປຶ້ມບັນທຶກ.



5.

ສໍາລັບເດັກທີ່ບໍ່ສາມາດຫຍ້າຢາເອງໄດ້ ຄວນບິດຢາໃຫ້ເດັກກິນ.



6.

ຄູ ກວດກາເບິ່ງ ປາກ ຂອງເດັກ ກິນຢາໝົດແລ້ວບໍ່.

ຄໍາຖາມຕ່າງໆທີ່ຖືກຖາມເລື້ອຍໆ ກ່ຽວກັບການກິນຢາຂ້າແມ່ທ້ອງ

ອາການຕ່າງໆຂອງການຕິດເຊື້ອແມ່ທ້ອງມີຫຍັງແດ່?

ແມ່ທ້ອງ ຫຼື ແມ່ກາຝາກອື່ນໆອາໄສໃນລຳໄສ້ຂອງຄົນ ແລະ ເປັນສາເຫດຂອງພະຍາດຕ່າງໆ. ແມ່ທ້ອງບາງຊະນິດສາມາດເຫັນໄດ້ໃນອາຈີມ. ແມ່ທ້ອງບາງຊະນິດວາງໄຂ່ນອກຮູທວານ ພາໃຫ້ມີອາການຄັນ. ຜູ້ທີ່ຕິດເຊື້ອແລ້ວອາດມີອາການກິນເຂົ້າບໍ່ແຊບ, ເຈັບຊ່ວງທ້ອງ ແລະ ອ່ອນເພຍ. ພາໃຫ້ເກີດການຂາດສານອາຫານ ແລະ ມີພາວະເລືອດຈາງ (ສຳລັບກໍລະນີແມ່ທ້ອງປາກຂໍ) ບາງກໍລະນີພາໃຫ້ລຳໄສ້ອຸດຕັນ.

ມີວິທີການອັນໃດເພື່ອປ້ອງກັນບໍ່ໃຫ້ມີການຕິດເຊື້ອ?

ການປ້ອງກັນການຕິດເຊື້ອແມ່ທ້ອງ ຕ້ອງປະຕິບັດຫຼັກການອະນາໄມສ່ວນບຸກຄົນ ແລະ ສ້າງສິ່ງອຳນວຍຄວາມສະດວກດ້ານສຸຂະອະນາໄມ. 1. ຕ້ອງໃຊ້ວິດຖ່າຍທຸກຄັ້ງ. 2. ລ້າງມືໃສ່ສະບູທຸກຄັ້ງ ຫຼັງຈາກໃຊ້ວິດຖ່າຍ ແລະ ກ່ອນກິນອາຫານ. ການລ້າງມືໃສ່ສະບູຈະເຮັດໃຫ້ໄຂ່ແມ່ທ້ອງທີ່ບໍ່ສາມາດເຫັນດ້ວຍຕາເປົ່າອອກຈາກມື. 3. ລ້າງຜັກໃຫ້ລະອຽດ ດ້ວຍນ້ຳສະອາດ. 4. ຕັດເລັບມື ແລະ ເລັບຕີນໃຫ້ສິ້ນ. 5. ໃສ່ເກີບເພື່ອບໍ່ໃຫ້ຕີນສຳພັດກັບດິນໂດຍກົງ.

ເປັນຫຍັງລູກຂ້ອຍຕ້ອງໄດ້ກິນຢາຂ້າແມ່ທ້ອງອີກໃນເມື່ອລາວກິນຢາຂ້າແມ່ທ້ອງປົກກະຕິແລ້ວ?

ເດັກນ້ອຍ ຈະຕິດເຊື້ອຄືນໃໝ່ໄດ້ງ່າຍຖ້າບໍ່ມີການຮັກສາອະນາໄມ. ດັ່ງນັ້ນ ຈຶ່ງຈຳເປັນຕ້ອງກິນຢາຂ້າແມ່ທ້ອງທຸກ 6 ເດືອນ ຫຼື ປີລະຄັ້ງ ໂດຍຂຶ້ນກັບອັດຕາການຕິດເຊື້ອແມ່ທ້ອງໃນແຂວງນັ້ນ. ເພື່ອຊ່ວຍຫຼຸດຜ່ອນການຕິດເຊື້ອແມ່ທ້ອງແບບຊຳເຮື້ອ ແລະ ການຕິດເຊື້ອແມ່ທ້ອງແບບຮຸນແຮງ.

ຢາຂ້າແມ່ທ້ອງ ປອດໄພບໍ່?

ຢາຂ້າແມ່ທ້ອງ ໂດຍລວມແລ້ວແມ່ນປອດໄພ ແລະ ມີປະສິດທິຜົນສູງ. ມັນປອດໄພສຳລັບເດັກນ້ອຍທຸກຄົນອາຍຸ 1 ປີຂຶ້ນໄປ(ຕາມການແນະນຳຂອງກະຊວງສາທາລະນະສຸກ)¹² ແລະ ຍັງສາມາດໃຫ້ເດັກນ້ອຍທີ່ບໍ່ຕິດເຊື້ອກິນໄດ້ອີກ. ບໍ່ຄ່ອຍມີເຫດການອັນຕະລາຍເກີດຂຶ້ນ ແລະ ບາງຄັ້ງ ອາດພົບເຫັນໃນກໍລະນີການຕິດເຊື້ອແມ່ທ້ອງຮຸນແຮງ. ເຖິງແມ່ນວ່າການກິນຢາຂ້າແມ່ທ້ອງຈະມີບາງອາການສາມາດເກີດຂຶ້ນໄດ້, ແຕ່ວ່າຜົນກະທົບຂອງມັນແມ່ນບໍ່ອັນຕະລາຍ (ມີອາການວິນຫົວ, ຮາກ, ອິດເມື່ອຍ ຫຼື ຖອກທ້ອງ) ແລະ ສາມາດຄວບຄຸມໄດ້ ດ້ວຍການໃຫ້ເດັກພັກຜ່ອນ ແລະ ດື່ມນ້ຳບໍ່ເທົ່າໃດຊົ່ວໂມງກໍຈະຊ່ວຍຫາຍໄປ. (ການຄວບຄຸມແມ່ທ້ອງໃນເດັກ ໄວເຂົ້າໂຮງຮຽນ. WHO, 2011)¹³

ສາມາດກິນຢາຂ້າແມ່ທ້ອງ ໂດຍປາສະຈາກຜົນກວດຈາກທ້ອງທົດລອງບໍ່?

ແມ່ນແລ້ວ, ທຸກຄົນສາມາດກິນຢາຂ້າແມ່ທ້ອງໄດ້. ອົງການອະນາໄມໂລກໄດ້ແນະນຳໃຫ້ມີການແຈກຢາຢາຂ້າແມ່ທ້ອງໃຫ້ເດັກນ້ອຍທຸກຄົນໂດຍປາສະຈາກການຜົນກວດຈາກທ້ອງທົດລອງຖ້າຫາກວ່າອັດຕາການຕິດເຊື້ອໃນເຂດນັ້ນສູງກ່ວາ 20%. ເພາະວ່າຢາທີ່ນຳໃຊ້ແມ່ນປອດໄພ.¹³

ເປັນຫຍັງເດັກຈຶ່ງມີຄວາມສ່ຽງສູງຕໍ່ ການຕິດເຊື້ອແມ່ທ້ອງໃນລຳໄສ້?

ສ່ວນຫຼາຍແລ້ວແມ່ທ້ອງໃນລຳໄສ້ ແມ່ນ "ແມ່ທ້ອງ ທີ່ຕິດຕໍ່ມາຈາກດິນ" ດິນສາມາດປົນເປື້ອນອາຈີມ ຫຼື ສິ່ງເສດເຫຼືອຕ່າງໆ. ເດັກນ້ອຍມັກຫຼິ້ນກັບດິນ ຫຼັງຈາກນັ້ນກໍມັກເອົານ້ຳມືເຂົ້າປາກ ແລະ ເຮັດໃຫ້ໄດ້ຮັບເຊື້ອພະຍາດໄດ້ງ່າຍ. ສະນັ້ນ ການລ້າງມືໃສ່ສະບູຢ່າງຖືກຕ້ອງກ່ອນກິນອາຫານແມ່ນ ສຳຄັນທີ່ສຸດ.

ປະສົບການຕ່າງໆ



ນາງ ມະນີວອນ ອາດຜາສຸກ ຮອງຜູ້ອຳນວຍການໂຮງຮຽນອະນຸບານກະຊວງສຶກສາທິການ ແລະ ກິລາ ເມືອງສີສັດຕະນາກ ນະຄອນຫຼວງວຽງຈັນ

"ນັກຮຽນໄດ້ກິນຢາຂ້າແມ່ທ້ອງໃນໂຮງຮຽນປີລະ 2 ຄັ້ງ ໂດຍແມ່ນແພດເປັນຜູ້ມາແຈກຢາຢາໃຫ້. ພວກເຮົາໄດ້ແຈ້ງໃຫ້ພໍ່ແມ່ຜູ້ປົກຄອງນັກຮຽນຮັບຊາບກ່ຽວກັບການຈັດຕັ້ງປະຕິບັດການກິນຢາຂ້າແມ່ທ້ອງໃນໂຮງຮຽນກ່ອນ 3 ວັນ ເພື່ອຮັບປະກັນໃຫ້ນັກຮຽນໄດ້ກິນຢາຂ້າແມ່ທ້ອງຢ່າງທົ່ວເຖິງ ແລະ ບໍ່ໃຫ້ມີການກິນຢາຊ້ຳຊ້ອນ. ການໃຫ້ນັກຮຽນໄດ້ກິນຢາຂ້າແມ່ທ້ອງຢູ່ໃນໂຮງຮຽນມີຄວາມສະດວກຍ້ອນວ່ານັກຮຽນໄດ້ກິນຢາເປັນຂະບວນ".

5

ການທຳຄວາມສະອາດວິດຖ່າຍ ແລະ ສິ່ງອຳນວຍຄວາມສະດວກ ເປັນສ່ວນໜຶ່ງຂອງການສົ່ງເສີມສະພາບແວດລ້ອມຂອງໂຮງຮຽນ ໃຫ້ເປັນຜົນດີຕໍ່ສຸຂະພາບ ແລະ ການນຳໃຊ້ສິ່ງອຳນວຍຄວາມສະດວກເຫຼົ່ານັ້ນຢ່າງຖືກຕ້ອງຈະປ້ອງກັນການແຜ່ເຊື້ອແມ່ພະຍາດ ແລະ ຫຼຸດຜ່ອນການເຈັບເປັນຕ່າງໆ. ສັງເກດເຫັນວ່າເດັກຈະມັກໃຊ້ວິດຖ່າຍຫຼາຍຂຶ້ນເມື່ອມັນສະອາດ ແລະ ມີການບົວລະບັດຮັກສາເປັນຢ່າງດີ.

ການນຳໃຊ້ ແລະ ບົກປັກຮັກສາ



ການທຳຄວາມສະອາດວິດຖ່າຍ ແລະ ສິ່ງອຳນວຍຄວາມສະດວກ ເປັນນິໄສ ທີ່ມີຜົນດີຕໍ່ສຸຂະພາບ

ໂຮງຮຽນ ແລະ ຊຸມຊົນຈຳເປັນຕ້ອງມີລະບົບຄອງກິດຈະກຳ ຕ່າງໆໃນການນຳໃຊ້ ແລະ ທຳຄວາມສະອາດວິດຖ່າຍ, ປຸກຈິດສຳນຶກໃຫ້ເດັກເກີດມີນິໄສຮັກສາສຸຂະອະນາໄມສ່ວນຕົວທີ່ເປັນຜົນດີຕໍ່ສຸຂະພາບ. ການສ້າງນິໄສແບບນັ້ນຈະເຮັດໃຫ້ເດັກຮູ້ຮັກສາວັດຖຸ ສິ່ງຂອງສ່ວນລວມ ແລະ ເຫັນຄຸນຄ່າຂອງການປົກປັກຮັກສາສິ່ງອຳນວຍຄວາມສະດວກທີ່ມີຢູ່ໃນໂຮງຮຽນ.

ປະຕິບັດເນື້ອໃນ 3 (ຈ) ງ່າຍໆ ລຸ່ມນີ້ ເພື່ອກຳຈັດບັນຫາວິດຖ່າຍ ເປີເປື້ອນ ແລະ ສິ່ງຜິດໃຫ້ໂຮງຮຽນມີສະພາບແວດລ້ອມທີ່ດີ.

1. ຈົ່ງນຳໃຊ້ເປັນປົກກະຕິ

ຄູ ແລະ ເດັກທຸກຄົນຄວນຮູ້ວິທີນຳໃຊ້ວິດຖ່າຍ, ສິ່ງອຳນວຍຄວາມສະດວກຢ່າງຖືກຕ້ອງ ແລະ ນຳໃຊ້ເປັນປົກກະຕິ.

2. ຈົ່ງອະນາໄມເປັນປະຈຳ

ອະນາໄມວິດຖ່າຍ ແລະ ສິ່ງອຳນວຍຄວາມສະດວກໃຫ້ກາຍເປັນກິດຈະກຳປະຈຳວັນ.

3. ຈົ່ງປົກປັກຮັກສາໃຫ້ຍືນຍົງ

ການບົວລະບັດຮັກສາຈະເຮັດໃຫ້ສິ່ງອຳນວຍຄວາມສະດວກນຳໃຊ້ໄດ້ຍາວນານ, ເພື່ອປ້ອງກັນບໍ່ໃຫ້ມີການເປ່ເພ ແລະ ການສ້ອມແປງທີ່ມີລາຄາແພງ.



ຜົນປະໂຫຍດຂອງການຮັກສາ
ອະນາໄມວິດຖ່າຍ:

ຄວາມຈິງ

- ອັດຕາການຊົມໃຊ້ວິດຖ່າຍ ເພີ່ມຂຶ້ນ
- ຫຼີກລຽງການຖ່າຍຊະຊາຍ
- ຫຼຸດຜ່ອນການຕິດເຊື້ອພະຍາດ
- ເດັກຂາດໂຮງຮຽນໜ້ອຍລົງ
- ໂຮງຮຽນມີສະພາບແວດລ້ອມທີ່ດີເປັນຜົນດີຕໍ່ສຸຂະພາບ ແລະ ການຮຽນຮູ້

ຂໍ້ເນະນຳເນື້ອໃນ (3ຈ) ໃນການຮັກສາອະນາໄມວິດຖ່າຍ ແລະ

1. ຈົ່ງນຳໃຊ້ເປັນປົກກະຕິ

ທຸກຄົນ ໃນໂຮງຮຽນນຳໃຊ້ວິດຖ່າຍຢ່າງລະມັດລະວັງ ແລະ ຮູ້ວິທີອະນາໄມຫຼັງຈາກໃຊ້ແລ້ວ.

ໂຮງຮຽນ ຈັດຫາວັດສະດຸອຸປະກອນທັງໝົດທີ່ຈຳເປັນ ໃນການຮັກສາອະນາໄມ ແລະ ນຳໃຊ້ວິດຖ່າຍເຊັ່ນ: ນ້ຳ, ຖົງ, ກະບວຍ, ສະບູທີ່ມີໃນທ້ອງຖິ່ນ ຫຼື ຊຸມຊົນປະກອບສ່ວນ. ວັດຖຸອຸປະກອນຕ່າງໆຕ້ອງເໝາະສົມກັບເດັກທາງດ້ານຂະໜາດ ແລະ ຄວາມປອດໄພ. ຄູ, ເດັກ ແລະ ທຸກຄົນໃນໂຮງຮຽນນຳໃຊ້ວິດຖ່າຍຮ່ວມກັນໂດຍແຍກຍິງ - ຊາຍ ແລະ ມີທ້ອງອາບນ້ຳ.

ຄູນຳພາເດັກ ໃຫ້ຮັກສາຄວາມສະອາດວິດຖ່າຍ ແລະ ລ້າງມືຂອງຕົນຫຼັງໃຊ້ວິດຖ່າຍທຸກຄັ້ງ.

ເຈົ້າຮູ້ບໍ່ວ່າ! ໂດຍສະເລ່ຍ ແລ້ວຄ່າໃຊ້ຈ່າຍໃນການ ຊື້ອຸປະກອນອະນາໄມ, ປົວລະ ບັດຮັກສາວິດຖ່າຍ ແລະ ສິ່ງອຳນວຍ ຄວາມສະດວກໃຫ້ສະອາດມີພຽງແຕ່ ປະມານ 25,000 ກີບ ຕໍ່ເດືອນ

ຄວາມຈິງ

2. ຈົ່ງອະນາໄມເປັນປະຈຳ

ຕ້ອງທຳຄວາມສະອາດວິດຖ່າຍ, ບ່ອນຖ່າຍເບົາ ແລະ ສິ່ງອຳນວຍຄວາມສະດວກຕ່າງໆ ທຸກໆມື້.

ສ້າງຕາຕະລາງ: ການແບ່ງເວລາ ແລະ ຄວາມຮັບຜິດຊອບ ໃນການຮັກສາອະນາໄມວິດຖ່າຍ ແລະ ສິ່ງອຳນວຍຄວາມສະດວກ

ທຸກຄົນໃນໂຮງຮຽນມີສ່ວນຮ່ວມຮັກສາອະນາໄມວິດຖ່າຍ ແລະ ສິ່ງອຳນວຍຄວາມສະດວກ.

ຄູປະກອບສ່ວນໃນການເຮັດອະນາໄມ.

- ຮັກສາອະນາໄມວິດຖ່າຍເປັນກິດຈະກຳກຸ່ມ
- ປະຕິບັດຕາມແຜນອະນາໄມແຕ່ລະອາທິດ
- ຊຸກຍູ້ສົ່ງເສີມການປະກອບສ່ວນຂອງຊຸມຊົນ ເຊັ່ນ: ຊາວໜຸ່ມ, ແມ່ຍິງເຂົ້າໃນການຮັກສາສະພາບແວດລ້ອມ ໃນໂຮງຮຽນ.

ສິ່ງອຳນວຍຄວາມສະດວກໃຫ້ສະອາດ ພ້ອມໃຊ້ງານ



ນຳໃຊ້ເຄື່ອງອຸປະກອນທີ່ງ່າຍດາຍເຊັ່ນ:

ແຜ່ນພາບ(ໂປສະເຕີ): ທີ່ຕິດໄວ້ບໍລິເວນວິດຖ່າຍໂດຍກຳນົດໜ້າທີ່ຕ່າງໆສາມາດຊ່ວຍທ່ານໃນການຮັກສາຄວາມສະອາດວິດຖ່າຍ ມີຄຳອະທິບາຍວ່າເດັກຄວນເຮັດຫຍັງແດ່? ແຕ່ມື້ ຮູບລະບາຍສີທີ່ສີ່ຄວາມໝາຍໃນການສົ່ງເສີມສຸຂະອະນາໄມ ເຊັ່ນ: ຈົ່ງນຳໃຊ້ປົກກະຕິ, ຈົ່ງເຮັດອະນາໄມເປັນປະຈຳ ແລະ ຈົ່ງປົກປັກຮັກສາໃຫ້ຍືນຍົງ.

ຕາຕະລາງທຳຄວາມສະອາດ: ແມ່ນເຄື່ອງມືທີ່ສຳຄັນໃນການວາງແຜນກິດຈະກຳ ແລະ ເຮັດໃຫ້ເຫັນໄດ້ວ່າແມ່ນໃຜຮັບຜິດຊອບຫຍັງ. ສ້າງຕາຕະລາງໃສ່ກະດານໃຫ້ເຫັນໜ້າວຽກ ແລະ ໃສ່ຊື່ຜູ້ຮັບຜິດຊອບ.

ອຸປະກອນທຳຄວາມສະອາດ: ເພື່ອເຮັດໃຫ້ວິດຖ່າຍສະອາດສາມາດນຳໃຊ້ວັດສະດຸ ແລະ ອຸປະກອນທີ່ມີຢູ່ໃນທ້ອງຖິ່ນ: ຟອຍກ້ານພ້າວ ແລະ ອື່ນໆ.

3. ຈົ່ງປົກປັກຮັກສາໃຫ້ຍືນຍົງ

ກວດເບິ່ງຄວາມຮຽບຮ້ອຍປະຈຳວັນແມ່ນເພື່ອຮັບປະກັນຄຸນນະພາບຂອງການເຮັດອະນາໄມ ແລະ ປຸກຈິດສຳນຶກໃຫ້ຄູ, ເດັກ ຮູ້ປົກປັກຮັກສາວິດຖ່າຍໃຫ້ນຳໃຊ້ໄດ້ຍາວນານ.

ເດັກເຮັດໜ້າທີ່ງ່າຍໆ ເຊັ່ນ: ລ້າງຫົວວິດ, ເກັບມ້ຽນອຸປະກອນໂດຍການຕິດຕາມຂອງຄູ.

ຖ້າມີການເປ່ເພເລັກນ້ອຍຄວນສ້ອມແປງທັນທີ.

ຖ້າມີການເປ່ເພຫຼາຍໃຫ້ປະສານງານ ແລະ ລາຍງານຕາມຂັ້ນຕອນ.

ມີການບັນທຶກເປັນລາຍລັກອັກສອນເພື່ອຮັບປະກັນວ່າໄດ້ປະຕິບັດຕາມແຜນ ແລະ ຄວາມຮັບຜິດຊອບທີ່ວາງໄວ້.

ດຳເນີນການເຮັດຄວາມສະອາດ ແລະ ການປົວລະບົດຮັກສາວິດຖ່າຍ ແລະ ສິ່ງອຳນວຍຄວາມສະດວກດ້ານສຸຂະອະນາໄມຮ່ວມກັບກິດຈະກຳອານາໄມໃນໂຮງຮຽນໃນປະຈຳວັນ.

ເຄື່ອງມືໃນການຈັດຕັ້ງປະຕິບັດ ດ້ານສຸຂະອະນາໄມ

ເຄື່ອງມືຕໍ່ໄປນີ້ແມ່ນເພື່ອຊ່ວຍເຮັດໃຫ້ໂຮງຮຽນຂອງທ່ານເປັນສະຖານທີ່ທີ່ມີຜົນດີຕໍ່ສຸຂະພາບ. ທ່ານສາມາດນຳໃຊ້ເຄື່ອງມືເຫຼົ່ານີ້ເປັນຕົວຢ່າງ ໃນການສ້າງແຜນພາບ ແລະ ແຜນການອະນາໄມຂອງໂຮງຮຽນ ເຊັ່ນ: ຕາຕະລາງ ແລະ ແຜນການດ້ານສຸຂະອະນາໄມໃນໂຮງຮຽນ.

ຕາຕະລາງອະນາໄມວິດຖ່າຍສຳລັບແຕ່ລະຫ້ອງ

	ວັນຈັນ	ວັນອັງຄານ	ວັນພຸດ	ວັນພະຫັດ	ວັນສຸກ
ຫ້ອງຮັບຜິດຊອບ					
ຈຶ່ງນຳໃຊ້ ເປັນປົກກະຕິ "ຂັບຮູ່ວ່າຈິດຕາມການ ເປີດນຳໃຊ້ຂອງວິດຖ່າຍ"	ຊື່: 				
ຈຶ່ງທຳຄວາມສະອາດ "ຂັບຮູ່ວ່າຈິດຕາມການ ວິດຖ່າຍຂອງພວກເຂົາ ໃຫ້ເປັນປົກກະຕິໃຊ້"					
ຈຶ່ງມີວລະບົດຮຽນ "ຂັບຮູ່ວ່າຈິດຕາມ ເພື່ອ ອັບປະກັນວ່າວິດຖ່າຍຂອງ ພວກເຂົາໃຊ້ງານໄດ້"					

ລາຍຊື່ຕິດຕໍ່ພົວພັນ

	ຊື່	ເບີໂທລະສັບ/ທີຢູ
ນາຍບ້ານ		
ຄະນະພັດທະນາການ ສຶກສາຂັ້ນບ້ານ		
ອາສາສະມັກສາທາລະນະສຸກຂັ້ນບ້ານ		
ປະທານສະມະຄົມພໍ່ແມ່ນັກຮຽນ		
ຜູ້ຮັບຜິດຊອບຂັ້ນເມືອງ		
ພະນັກງານສາທາລະນະສຸກ		
ຊ່າງໄມ້		
ຊ່າງສອ້ມແປງຫໍນ້ຳ		
ຄ້ານຂາຍເຄື່ອງກໍ່ສ້າງ		
ຄ້ານຂາຍເຄື່ອງທຳຄວາມສະອາດ		
ບໍລິການດູດສົ່ວມ		

3 ຈຶ່ງເພື່ອຮັກສາ ວິດຖ່າຍໃຫ້ສະອາດ ແລະ ໃຊ້ໄດ້

1. ຈຶ່ງນຳໃຊ້ເປັນປົກກະຕິ	2. ຈຶ່ງອະນາໄມເປັນປະຈຳ	3. ຈຶ່ງປົກປັກຮັກສາໃຫ້ຍືນຍົງ
ຖອກນ້ຳໃສ່ຫົວວິດ ແລະ ນັ່ງຖ່າຍ ໃຫ້ຖືກຕ້ອງ	ຫົວວິດຖ່າຍ: - ໂຮຍນ້ຳຢາ ຫຼື ແຟ້ບໃສ່ ທັງເບື້ອງໃນ ແລະ ເບື້ອງນອກຂອງຫົວວິດຖ່າຍ - ກູຮູ ເບື້ອງໃນວິດຖ່າຍດ້ວຍຟອຍ - ເຊັດເບື້ອງນອກຂອງວິດຖ່າຍດ້ວຍຜ້າແຫ້ງທີ່ສະອາດ	ເຕີມ: ນ້ຳ ແລະ ສະບູເປັນປະຈຳ
ທຳຄວາມສະອາດຕົນເອງ	ເສດຂີ້ເຫຍື້ອ: - ກັບມື້ງຽນເສດຂີ້ເຫຍື້ອ - ກຳຈັດເສດຂີ້ເຫຍື້ອ	ກວດກາ ແລະ ລາຍງານ: - ຫໍທີ່ກ້ອກນ້ຳຮົ່ວ - ປະຕູເປ່ເພ - ລັອກປະຕູ, ກະບວຍ, ຄູ... - ອຸປະກອນການທຳຄວາມສະອາດ
ຖິ້ມເຈ້ຍເຊັດລົງໃສ່ຖັງຂີ້ເຫຍື້ອ	ພື້ນວິດຖ່າຍ: - ປັດພື້ນດ້ວຍຟອຍ ແລະ ແນວຊີວານຂີ້ເຫຍື້ອ - ໂຮຍນ້ຳຢາ ຫຼື ແຟ້ບໃສ່ພື້ນວິດຖ່າຍ - ກູພື້ນວິດຖ່າຍດ້ວຍຟອຍ.	
ລ້າງນ້ຳບ່ຽວ ຫຼື ອາຈົມຢ່າງພຽງພໍດ້ວຍກະບວຍໃຫ້ຍ ຫຼື ຄູ	ອ່າງລ້າງມື: - ໂຮຍນ້ຳຢາ ຫຼື ແຟ້ບໃສ່ອ່າງ - ເຊັດກູອ່າງດ້ວຍຜ້າປຽກສະອາດ	
ລ້າງມືຂອງຕົນດ້ວຍສະບູ	ລ້າງມືຂອງຕົນດ້ວຍສະບູ	

ການຈັດປະເພດງົບປະມານ ແລະ ຄວາມຮັບຜິດຊອບ					
ກິດຈະກຳຕ່າງໆ	ຜະລິດຕະພັນ	ລາຄາ	ມູນຄ່າໃນແຕ່ລະສິກຮຽນ	ລະດັບຄວາມຮັບຜິດຊອບ (ຫ້ອງຮຽນ-ໂຮງຮຽນ- ບ້ານ)	
ການດຳເນີນງານ	ສະບູ		/ເດືອນ		
	ນ້ຳ		/ເດືອນ		
	ໄຟ/ບວຍ		/ລາຍການ		
	ກະຕຳ ຂີ້ເຫີຍອ		/ລາຍການ		
	ຖົງນ້ຳ		/ລາຍການ		
ການທຳຄວາມສະອາດ	ນ້ຳຢາ ແລະ ຜ້າຊັດ		/ເດືອນ		
	ຟອບຕູຟື້ນ		/ລາຍການ		
	ຟອບຕູຫົວຈິດ		/ລາຍການ		
	ຖົງມືກັ້ນເປື້ອນ		/ລາຍການ		
ການປົວລະບົດຮັກສາ ແລະ ການສ້ອມແປງ	ບ້ຳຫົວຈິດ(ປາກປິງ)		/ລາຍການ		
	ກະແຈ ໄຂຄວງ, ຄືມ...		/ລາຍການ		
	ຫໍ່ນ້ຳ ແລະ ອຸປະກອນຕໍ່ນ້ຳ		/ລາຍການ		
	ກ່ອກນ້ຳ		/ລາຍການ		
	ຫົວຈິດ, ອ່າງບຸວູວ		/ລາຍການ		
	ຊ່ອນປະຕູ		/ລາຍການ		
	ເສື້ອນຕູງຫໍ່ນ້ຳ		/ລາຍການ		
ລວມທັງໝົດ:					

[illegible]

	ຈົນ	ຖ້າ	ພໍດ	ພະຍາດ	ສຸກ
ອັບປະກັນວັດກາຍ ທັດເທບໂຮງ					
ອັບປະກັນຄວາມ ສະຫງົບ					
ອັບປະກັນວັດກາຍ ທັດເທບໂຮງ					

ຮູບນີ້ ສະແດງໃຫ້ເຫັນວ່າ ຄູປະຈຳຫ້ອງໄດ້ຈັດຕັ້ງປະຕິບັດ
ອະນາໄມສິ່ງອຳນວຍຄວາມສະດວກ ແລະ ວິດຖ່າຍໂດຍ
ຜັດປ່ຽນກັນໃນແຕ່ລະມື້. ຄະນະອຳນວຍການ ແລະ
ຄູວາງແຜນຮ່ວມກັນເປັນແຕ່ລະອາທິດ. ແຕ່ງຕັ້ງຜູ້ຮັບ
ຜິດຊອບ ຕິດຕາມ ແລະ ບັນທຶກແຕ່ລະຄັ້ງ.

ຄໍາຖາມທີ່ຖືກຖາມເລື້ອຍໆ ກ່ຽວກັບການນໍາໃຊ້ ແລະ ປົກປັກຮັກສາ

ພວກເຮົາສາມາດເຮັດຫຍັງແດ່ເພື່ອສິ່ງເສີມກົດຈະກຳ ການທຳຄວາມສະອາດປະຈຳວັນ?

ກ່ອນອື່ນໝົດ ກຳນົດພາລະບົດບາດ ແລະ ໜ້າທີ່ຮັບຜິດຊອບໃຫ້ຊັດເຈນພາຍໃນໂຮງຮຽນ (ຜູ້ອຳນວຍການ, ຄູ, ພະນັກງານບໍລິຫານ ແລະ ສະມາຄົມພໍ່ແມ່ນັກຮຽນ). ວິດຖ່າຍມີຄວາມສະອາດງາມຕາທາງໃນ ແລະ ນອກ, ມີແສງສະຫວ່າງພຽງພໍ, ມີຄວາມເປັນສ່ວນຕົວ, ມີຂະໜາດທີ່ເໝາະສົມ ເປັນທີ່ດຶງດູດໃຫ້ເດັກຢາກນຳໃຊ້.

ພວກເຮົາສາມາດເຮັດຫຍັງແດ່ຖ້າຫາກວ່າວິດຖ່າຍອຸດຕັນ?

ສ່ວນໃຫຍ່ເຮົາສາມາດແກ້ໄຂສິ່ງອຸດຕັນໄດ້ດ້ວຍຕົນເອງຕາມບາດກ້າວງ່າຍໆດັ່ງນີ້:

- ໃຊ້ອັນປ້າຫົວວິດ: ແມ່ນເຄື່ອງມືທີ່ງ່າຍດາຍກວ່າໝູ່ໝົດເພື່ອແກ້ໄຂ ວິດອຸດຕັນ
- ໃຊ້ນ້ຳຢາລ້າງຖ້ວຍ ແລະ ນ້ຳຮ້ອນ: ຢອດນ້ຳຢາລ້າງຖ້ວຍພຽງເລັກນ້ອຍ ແລະ ຖອກນ້ຳຮ້ອນໜຶ່ງຄູໃສ່ (ບໍ່ແມ່ນນ້ຳຟົດ) ຈາກລະດັບຄວາມສູງພຽງແອວໃສ່ຮູວິດຖ່າຍ. ຖ້າຫາກບໍ່ໄດ້ຜົນອາດເປັນໄປໄດ້ວ່າວິດຖ່າຍ ນັ້ນເຕັມແລ້ວ ແລະ ຕ້ອງໄດ້ເອີ້ນຊ່າງດ້ານນີ້ມາຊ່ວຍ.

ການຮັກສາອະນາໄມ ແລະ ການບົວລະບັດຮັກສາ ວິດຖ່າຍໜ່ວຍໜຶ່ງມີມູນຄ່າເທົ່າໃດ?

ວິດຖ່າຍທີ່ໄດ້ຮັບການບົວລະບັດຮັກສາ ຢ່າງຖືກຕ້ອງມີຄ່າໃຊ້ຈ່າຍປະມານ 25,000 ກີບ ຕໍ່ເດືອນ, ການຊື້ວັດຖຸອຸປະກອນ ການຮັກສາອະນາໄມໃນຈຳນວນຫຼາຍຈະມີລາຄາຖືກກວ່າ ແລະ ເຮັດໃຫ້ການຕິດຕາມກວດກາວັດສະດຸອຸປະກອນໄດ້ງ່າຍຂຶ້ນ.

ຈະເຮັດແນວໃດໃຫ້ຊຸມຊົນມີສ່ວນຮ່ວມ?

ໃນການວາງແຜນພັດທະນາໂຮງຮຽນ ໃຫ້ຊຸມຊົນມີສ່ວນຮ່ວມ ເພື່ອຮັບຮູ້ກ່ຽວກັບສະພາບສິ່ງອຳນວຍຄວາມສະດວກໃນ ໂຮງຮຽນເປັນຕົ້ນ ຫ້ອງນ້ຳ ແລະ ວິດຖ່າຍ. ຊຸມຊົນສາມາດປະກອບສ່ວນແຮງງານ, ສ້ອມແປງ ແລະ ປັບປຸງສິ່ງອຳນວຍ ຄວາມສະດວກ ຕົວຢ່າງ ການທາສີ, ລະບາຍສີ ແລະ ອື່ນໆ. ຊຸມຊົນສາມາດລະດົມທຶນຮອນ ເພື່ອນຳໃຊ້ໃນການບົວລະບັດຮັກສາ ສິ່ງອຳນວຍຄວາມສະດວກດ້ານສຸຂະອະນາໄມ.

ຈະເຮັດແນວໃດ ຄ່ານ້ຳຂອງໂຮງຮຽນຈຶ່ງຈະຫຼຸດຜ່ອນ?

ກວດກາຕິດຕາມລະບົບນ້ຳໃນໂຮງຮຽນເປັນປະຈຳ ຖ້າມີການເປເພ, ຮົ່ວຊີມ ໃຫ້ສ້ອມແປງທັນທີ. ທ່ານຍັງສາມາດນຳໃຊ້ນ້ຳ ທີ່ໃຊ້ແລ້ວຈາກສະຖານທີ່ລ້າງມືເພື່ອຫິດຕົ້ນໄມ້. ສຳລັບອ່າງລ້າງມືເປັນກຸ່ມ ທ່ານທີ່ເຈາະຮູຂະໜາດ1.5ມມ ຈະປະຢັດນ້ຳ ແລະ ໃຊ້ໄດ້ດີ. ຕ້ອງປິດນ້ຳໄວ້ໃນເວລາຫຼຸ ສະບູໃສ່ມື ແລະ ເວລາຫຼຸແຂ້ວ.

ປະສົບການຕ່າງໆ



ນາງ ອ່າງຄຳ ບຸດສະດີ ຮອງຜູ້ອຳນວຍການ
ໂຮງຮຽນອະນຸບານສາທິດ, ເມືອງໄຊທານີ,
ນະຄອນຫຼວງວຽງຈັນ
"ໂຮງຮຽນຂອງພວກເຮົາໄດ້ເອົາໃຈໃສ່ດູແລເບິ່ງແຍງ
ຄວາມເປັນລະບຽບຮຽບຮ້ອຍ ແລະ ຄວາມສະອາດ
ໃນໂຮງຮຽນເຊັ່ນ: ເດີ່ນໂຮງຮຽນ, ຫ້ອງຮຽນ,
ຫ້ອງອາບນ້ຳ, ວິດຖ່າຍ ແລະ ອ່າງລ້າງມືທຸກວັນ ໂດຍ
ແບ່ງຄວາມຮັບຜິດຊອບໃຫ້ ຄູປະຈຳຫ້ອງ. ພ້ອມກັນ
ນັ້ນ, ພວກເຮົາຍັງໄດ້ຕິດຕາມ, ສ້ອມແປງທໍ່ນ້ຳ ແລະ
ກໍ່ອກນ້ຳທີ່ເປເພ ເພື່ອໃຫ້ນ້ຳໃຊ້ໄດ້ເປັນປົກກະຕິ".

ນາງ ທິວັນ ເຈືອງມີໄຊ ຄູສອນໂຮງຮຽນອະນຸບານຈອມ
ເພັດ, ເມືອງສີສັດຕະນາກ, ນະຄອນຫຼວງວຽງຈັນ
"ນ້ອງເປັນຜູ້ຮັບຜິດຊອບວຽກງານອະນາໄມໃນໂຮງຮຽນ
ພວກເຮົາໄດ້ແບ່ງຕາຕະລາງກັນເປັນອາທິດເພື່ອດູແລ
ຄວາມສະອາດນັບແຕ່ຫ້ອງຮຽນຮອດເດີ່ນໂຮງຮຽນ
ແລະ ສິ່ງອຳນວຍຄວາມສະດວກຕ່າງໆ. ນອກຈາກນີ້
ເຮົາຍັງໄດ້ຝຶກແອບໃຫ້ເດັກມີສ່ວນຮ່ວມໃນການຮັກສາ
ອະນາໄມເຊັ່ນ: ຖິ້ມຂີ້ເຫຍື້ອຖືກບ່ອນທີ່ກຳນົດ, ຕິດ
ຕາມ ແລະ ລາຍງານການເປີດ-ປິດນ້ຳ".

6

ການຕິດຕາມກວດກາ

ການຕິດຕາມກວດກາແມ່ນສິ່ງຈຳເປັນເພື່ອປະເມີນຜົນຂອງການຈັດຕັ້ງປະຕິບັດ, ຖອດຖອນບົດຮຽນຈາກຈຸດດີ ແລະ ຈຸດອ່ອນ, ເພື່ອໃຫ້ໂຮງຮຽນນຳມາວາງແຜນ ແລະ ປັບປຸງຄືນ ທັງເປັນການສ້າງຄວາມເຂັ້ມແຂງດ້ານການບໍລິຫານ-ຄຸ້ມຄອງໂຮງຮຽນ.



ຂະບວນການຕິດຕາມກວດກາ

ການຕິດຕາມ, ກວດກາ ແລະ ປະເມີນຜົນການຈັດຕັ້ງ ປະຕິບັດ

ເພື່ອໃຫ້ເຫັນສະພາບຈຸດດີ, ຈຸດອ່ອນ, ສິ່ງທ້າທາຍ ແລະ ຄວາມ
ຕ້ອງການດ້ານການສະໜັບສະໜູນເພີ່ມເຕີມໃນການຈັດຕັ້ງປະຕິ
ບັດກິດຈະກຳລ້າງມື-ຫູແຂ້ວ ແລະ ກາຍເປັນກິດຈະວັດປະຈຳວັນ
ຂອງໂຮງຮຽນ ຈຶ່ງຈຳເປັນຕ້ອງມີການຕິດຕາມ, ກວດກາ ແລະ
ປະເມີນຜົນ.

ແຈ້ງຜົນການຕິດຕາມ, ກວດກາ ແລະ ປະເມີນ ຜົນໃຫ້ໂຮງຮຽນ

ຜົນທີ່ໄດ້ຮັບຈາກການຕິດຕາມ, ກວດກາ ແລະ ປະເມີນຜົນ ຕ້ອງ
ໄດ້ນຳມາສົນທະນາ, ປຶກສາຫາລື ລະຫວ່າງທີມງານ ສສຮມ,
ອຳນວຍການໂຮງຮຽນ ແລະ ຄູປະຈຳຫ້ອງ ເພື່ອສົ່ງເສີມຈຸດດີ
ແລະ ປັບປຸງຂໍ້ຄົງຄ້າງໃນການຈັດຕັ້ງປະຕິບັດກິດຈະກຳ ແລະ
ການຄຸ້ມຄອງບໍລິຫານໂຮງຮຽນໃຫ້ດີຂຶ້ນ.

ປັບປຸງການບໍລິຫານຄຸ້ມຄອງວຽກງານສົ່ງເສີມສຸຂະ ພາບໃນໂຮງຮຽນ

ພາຍຫຼັງໄດ້ຮັບຜົນການຕິດຕາມ, ກວດກາ ແລະ ປະເມີນຜົນແລ້ວ
ທີມງານ ສສຮຮ ເປັນເຈົ້າການໃນການສ້າງແຜນ ເພື່ອດຳເນີນ
ງານແກ້ໄຂບັນຫາ ແລະ ສິ່ງທ້າທາຍຈາກຜົນການປະເມີນ ໂດຍ
ມີການມອບໝາຍຄວາມຮັບຜິດຊອບໃຫ້ແຕ່ລະ ພາກສ່ວນຢ່າງຊັດ
ເຈນ ແລະ ຈະແຈ້ງ ໂດຍການແນະນຳ ແລະ ນຳພາຈາກທີມງານ
ສສຮມ.

ຂອບເຂດຂອງ ການຕິດຕາມກວດກາ:

- ການແນະນຳເຜີຍແຜ່
- ສິ່ງອຳນວຍຄວາມສະດວກ
- ການຈັດຕັ້ງກິນຢາຂ້າແມ່ທ້ອງ ແລະ ວິຕາມິນເອ
- ການເຂົ້າເຖິງນ້ຳສະອາດ
- ກິດຈະກຳລ້າງມື-ຫູແຂ້ວເປັນກຸ່ມ
- ການທຳຄວາມສະອາດ ແລະ
- ການປົກປັກຮັກສາ



ທີມງານ ສສຮຮ ນຳໃຊ້
ແບບຟອມການຕິດຕາມ
ກວດກາໂຮງຮຽນຕົນເອງ
ຕະຫຼອດສົກຮຽນ.

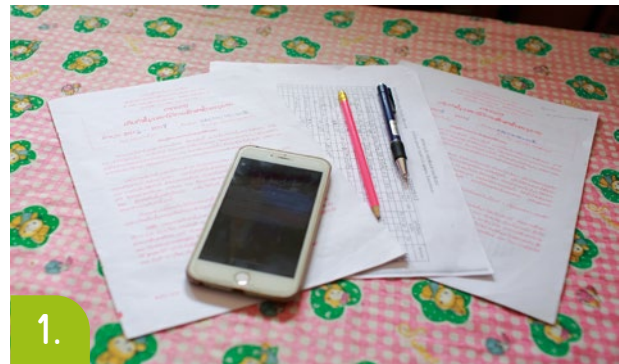
ຂໍ້ແນະນຳ ສຳລັບການຕິດຕາມກວດກາ

ການຕິດຕາມກວດກາປະຈຳປີແມ່ນດຳເນີນໂດຍເລືອກ
ສຸ່ມເອົາຫ້ອງຮຽນໜຶ່ງຂອງແຕ່ລະໂຮງຮຽນ.

ທີມງານຕິດຕາມກວດກາປະກອບມີຕາງໜ້າ ສສຮມ
ແລະ ສສຮຮ (ຜູ້ຕາງໜ້າຄະນະພັດທະນາການສຶກສາ
ຂັ້ນບ້ານ ແລະ ອາສາສະໝັກສາທາລະນະສຸກຂັ້ນບ້ານ).

ແຈກຢາຍ ແບບຟອມການຕິດຕາມກວດກາລ່ວງໜ້າ
ໃຫ້ສະມາຊິກທຸກຄົນ. ໃນມື້ທີ່ລົງຢ້ຽມຢາມຕົວຈິງ,
ທີມງານຈະນຳໃຊ້ແບບຟອມເພື່ອເປັນບ່ອນອີງໃນ
ການຕິດຕາມກວດກາ.

ທີມງານ ສົ່ງເສີມສຸຂະພາບໃນໂຮງຮຽນ
(ຂັ້ນແຂວງ ຫຼື ເມືອງ) ໂດຍແມ່ນພາກສ່ວນສຶກສາ
ເປັນເຈົ້າການ ລົງລະຫັດຂໍ້ມູນ ທີ່ເກັບກຳໄດ້ຈາກແບ
ບຟອມຕິດຕາມກວດກາເຂົ້າໃນລະບົບການຕິດຕາມ
ກວດກາ.



1.

ກະກຽມທີມງານ ແລະ ວັດຖຸອຸປະກອນທີ່ຕ້ອງການໃນການລົງຕິດຕາມ.



2.

ກວດກາວັດຖຸອຸປະກອນ (ສະບູ, ຢາກູແຂ້ວ, ຟອຍກູແຂ້ວ).



3.

ກວດກາການບັນທຶກຂໍ້ມູນການກິນຢາຂ້າແມ່ທ້ອງ ແລະ ວິຕາມິນເອໃນ
ໂຮງຮຽນ (ຖາມອຳນວຍການ/ຄະນະພັດທະນາການສຶກສາຂັ້ນບ້ານ).



4.

ສຸ່ມເອົາຫ້ອງຮຽນໜຶ່ງ ເພື່ອລົງຕິດຕາມ ກິດຈະກຳລະອຽດ.



7.

ສົມທຽບຄຳຕອບ, ຕົກລົງເຫັນດີໃນການໃຫ້ຄະແນນຮ່ວມກັນ ແລະ ແຈ້ງຜົນໄດ້ຮັບໃຫ້ຜູ້ອຳນວຍການໂຮງຮຽນ¹.



5.

ກວດກາ ການນຳເອົາ ກິດຈະກຳລ້າງມື-ຫູແຂ້ວ ເຂົ້າໃນຕາຕະລາງຮຽນຂອງຫ້ອງຮຽນ.



8.

ຜູ້ອຳນວຍການໂຮງຮຽນ, ຄູສອນ ແລະ ຄະນະພັດທະນາການສຶກສາຂັ້ນບ້ານ ສ້າງແຜນປະຕິບັດກິດຈະກຳຮ່ວມກັນ.



6.

ສັງເກດກິດຈະກຳລ້າງມື-ຫູແຂ້ວເປັນກຸ່ມ.



9.

ທີມງານສົ່ງເສີມສຸຂະພາບຂັ້ນເມືອງສັງລວມຂໍ້ມູນແລ້ວ ສົ່ງຂໍ້ມູນໃຫ້ທີມງານສົ່ງເສີມສຸຂະພາບຂັ້ນແຂວງ ແລະ ກົມການສຶກສາກ່ອນໄວຮຽນ.

ຄໍາຖາມທີ່ຖືກຖາມເລື້ອຍໆ ກ່ຽວກັບການຕິດຕາມກວດກາ

**ເຮັດແນວໃດພໍ່ແມ່ ແລະ ຊຸມຊົນ ຈຶ່ງຈະມີສ່ວນຮ່ວມໃນການປະຕິບັດກິດຈະກຳໃນໂຮງຮຽນ?
ພວກເຮົາຈະຮັບປະກັນການມີສ່ວນຮ່ວມ ຂອງພໍ່ແມ່ ແລະ ຊຸມຊົນ ຫຼື ບ້ານໄດ້ແນວໃດ?**

ອົງການປົກຄອງບ້ານ, ຄູ ແລະ ຊຸມຊົນ (ຄະນະພັດທະນາການສຶກສາຂັ້ນບ້ານ) ຕ້ອງໄດ້ຮັບແຈ້ງການລ່ວງໜ້າ ກ່ຽວກັບການລົງຕິດຕາມກວດກາ. ນອກນັ້ນ, ສິ່ງສໍາຄັນທີ່ສຸດທີ່ມີການ ສສຮມ ຕ້ອງໄດ້ອະທິບາຍຂັ້ນຕອນການຕິດຕາມ ກວດກາໃຫ້ລະອຽດ, ພວກເຂົາເຈົ້າສາມາດນຳໃຊ້ປຶ້ມຄູ່ມືເພື່ອອະທິບາຍ. ບາງແຂວງອາດຈຳເປັນຕ້ອງໄດ້ແປແບບຟອມການ ຕິດຕາມກວດກາ ເປັນພາສາທ້ອງຖິ່ນເພື່ອໃຫ້ທຸກຄົນເຂົ້າໃຈ.

**ພວກເຮົາຈະຮັບປະກັນໄດ້ແນວໃດວ່າຜົນທີ່ໄດ້ຮັບ ຂອງການຕິດຕາມກວດກາເປັນຄວາມຈິງ
ແລະ ຖືກຕ້ອງ?**

ເບື້ອງຕົ້ນແມ່ນ ຄວາມຮັບຜິດຊອບຂອງໜ່ວຍງານ ຕິດຕາມກວດກາທີ່ລາຍງານຜົນທີ່ໄດ້ຮັບຢ່າງເປັນຄວາມຈິງ ແລະ ຖືກຕ້ອງ. ຈາກນັ້ນ, ໂຮງຮຽນຈຶ່ງສາມາດຕີລາຄາການຈັດຕັ້ງປະຕິບັດຂອງຕົນ ແລະ ປັບປຸງສິ່ງທີ່ຈຳເປັນຢ່າງຖືກຕ້ອງ. ຕໍ່ມາ ຜົນທີ່ໄດ້ຮັບ ຈາກການຕິດຕາມກວດກາມີຄວາມສໍາຄັນຕໍ່ທຸກລະດັບເພື່ອເປັນທິດທາງໃນການປັບປຸງ ແລະ ສົ່ງເສີມ. ຜົນທີ່ໄດ້ຮັບສາມາດ ກວດສອບໄດ້ທຸກເມື່ອທີ່ຕ້ອງການໃນການລົງຢ້ຽມຢາມຕິດຕາມຜົນ ຫຼື ການປະເມີນຜົນລະຫວ່າງ ໂຮງຮຽນດ້ວຍກັນ.

ເປັນຫຍັງຈຶ່ງຕ້ອງເລືອກແບບຮຽນໜຶ່ງແບບສຸ່ມເອົາ?

ການເລືອກແບບສຸ່ມເອົາແມ່ນສິ່ງສໍາຄັນຍ້ອນວ່າ ທຸກຫ້ອງຮຽນ ຕ້ອງປະຕິບັດກິດຈະກຳ. ໂຮງຮຽນຕ້ອງບໍ່ເລັ່ງຈຸດສຸມໃສ່ຫ້ອງ ຮຽນຕົວແບບເພື່ອເປັນການສະແດງຜົນງານເທົ່ານັ້ນ. ອີກຢ່າງໜຶ່ງມັນກໍບໍ່ເໝາະສົມກັບສະພາບຕົວຈິງສໍາລັບໜ່ວຍງານ ທີ່ຈະຕິດຕາມກວດກາທຸກຫ້ອງຮຽນ, ສະນັ້ນ ຈຶ່ງຈຳເປັນຕ້ອງເລືອກເອົາຫ້ອງຮຽນໜຶ່ງເພື່ອປະຢັດເວລາ.

ຕ້ອງສ້າງແຜນດຳເນີນງານແນວໃດ?

ແຜນດຳເນີນງານຕ້ອງອີງໃສ່ສິ່ງທີ່ຄົ້ນພົບຈາກການຕິດຕາມກວດກາ. ອຳນວຍການໂຮງຮຽນ ແລະ ສະມາຊິກ ໜ່ວຍງານ ຕິດຕາມກວດກາ(ໜ່ວຍງານ ສສຮມ ແລະ ຜູ້ຕາງໜ້າຄະນະພັດທະນາການສຶກສາຂັ້ນບ້ານ) ຕ້ອງສ້າງແຜນດຳເນີນງານຮ່ວມກັນ. ຜູ້ມີສ່ວນຮ່ວມເຫຼົ່ານີ້ສາມາດຕັດສິນໃຈເຮັດຕາມຕົວຢ່າງທີ່ດີຈາກການສັງເກດໃນໄລຍະຕິດຕາມກວດກາໂຮງຮຽນອື່ນ ຫຼື ເພື່ອປັບປຸງແກ້ໄຂບັນຫາສະເພາະ.

ເປັນຫຍັງຈຶ່ງຕ້ອງປະຕິບັດການຕິດຕາມກວດກາໃນທຸກໂຮງຮຽນ?

ຍັງມີໂຮງຮຽນ ທີ່ບໍ່ໄດ້ເຂົ້າໃນການຈັດຕັ້ງປະຕິບັດ ວຽກງານສົ່ງເສີມສຸຂະພາບໃນໂຮງຮຽນ ແລະ ບໍ່ໄດ້ ຮັບການແນະນຳ ຫຼື ການຊ່ວຍເຫຼືອທາງດ້ານວັດຖຸອຸປະກອນໃດໆ ແຕ່ເຂົາເຈົ້າອາດໄດ້ລິເລີມດ້ວຍຕົນເອງ ອັນນີ້ແມ່ນການປະຕິບັດທີ່ດີເຊິ່ງຄວນ ໄດ້ຮັບ ການສະໜັບສະໜູນ. ການຕິດຕາມກວດກາຈະຊ່ວຍ ໃຫ້ເຂົາເຈົ້າມີຄວາມກະຕືລືລົ້ນ ແລະ ໄດ້ຮັບ ການແນະນຳທາງ ດ້ານວິຊາການ.

ປະສົບການຕ່າງໆ



ທ່ານ ນາງ ໄພເລາະ ສັງທອງ ຮອງຫົວໜ້າຂະແໜງ
ການສຶກສາກ່ອນໄວຮຽນ.

"ໃນນາມຂ້າພະເຈົ້າເປັນຮອງຫົວໜ້າຂະແໜງການ
ສຶກສາກ່ອນໄວຮຽນ ໄດ້ຕິດຕາມຊຸກຍູ້ວຽກງານສົ່ງເສີມ
ສຸຂະພາບໃນໂຮງຮຽນຂອງຂັ້ນເມືອງ ໂດຍຕິດພັນກັບ
ວຽກວິຊາການ. ໃນການຕິດຕາມແຕ່ລະຄັ້ງໄດ້
ສົນທະນາແລກປ່ຽນບົດຮຽນ ກ່ຽວກັບແຜນການ, ການ
ແບ່ງ ຄວາມຮັບຜິດຊອບ, ການຈັດຕັ້ງປະຕິບັດ ແລະ
ການ ລາຍງານ. ພ້ອມກັນນັ້ນຍັງໄດ້ລົງຢ້ຽມຢາມ ການ
ຈັດຕັ້ງປະຕິບັດຕົວຈິງໃນໂຮງຮຽນບາງແຫ່ງ ແລະ
ນຳເອົາຜົນການລົງຕິດຕາມຊຸກຍູ້ມາປັບປຸງໃສ່ແຜນ
ພັດທະນາຂອງຂະແໜງການສຶກສາກ່ອນໄວຮຽນ
ພ້ອມທັງລາຍງານໃຫ້ຄະນະພະແນກຮັບຊາບ".

ທ່ານ ນາງ ມຸກດາ ແສງມະນີວົງ ຄູສຶກສານິເທດ
ເມືອງ ສີສັດຕະນາກ.

"ສະເພາະຢູ່ເມືອງເຮົາໄດ້ລົງຕິດຕາມ, ກະຕຸກຊຸກຍູ້
ແລະ ຊ່ວຍເຫຼືອໂຮງຮຽນທາງດ້ານວິຊາການ ແລະ
ການຈັດຕັ້ງປະຕິບັດກິດຈະກຳສົ່ງເສີມສຸຂະພາບ ໃນ
ໂຮງຮຽນຢ່າງເປັນປົກກະຕິ ແລະ ຕໍ່ເນື່ອງຕາມແຜນ
ຂອງເມືອງທີ່ວາງໄວ້. ຜ່ານມາຫຼາຍໂຮງຮຽນຍັງບໍ່ທັນ
ເອົາໃຈໃສ່ການອະນາໄມຫ້ອງນ້ຳ-ວິດຖ່າຍໃຫ້
ສະອາດພາຍຫຼັງການຕິດຕາມຊຸກຍູ້ເຫັນວ່າຫຼາຍ
ໂຮງຮຽນມີ ການປັບປຸງດີຂຶ້ນ".

7

ເພື່ອຮັບປະກັນໃຫ້ມີສະພາບແວດລ້ອມທີ່ເອື້ອອ່ານວຍຕໍ່ການ
ຮຽນຮູ້ ແລະ ຮັບປະກັນຈັດຕັ້ງປະຕິບັດການລ້າງມື-ຖູແຂ້ວເປັນ
ກຸ່ມທຸກວັນ. ດັ່ງນັ້ນ, ຈຶ່ງຮຽກຮ້ອງໃຫ້ມີສ່ວນຮ່ວມຈາກຫຼາຍພາ
ກສ່ວນທີ່ມີບົດບາດແຕກຕ່າງກັນ, ນັກຮຽນບໍ່ພຽງແຕ່ເປັນຜູ້ໄດ້ຮັບ
ຜົນປະໂຫຍດເທົ່ານັ້ນ, ແຕ່ຍັງ ເປັນຜູ້ປະຕິບັດທີ່ສ້າຄັນ ແລະ
ເປັນແບບຢ່າງທີ່ດີ.

ບົດບາດ ແລະ ຄວາມຮັບຜິດຊອບ





ບົດບາດຂອງນັກຮຽນ

- ລຽນແຖວໃນເວລາດຳເນີນກິດຈະກຳລ້າງມື-ຖູແຂ້ວ.
- ເກັບມ້ຽນຟອຍຖູແຂ້ວ ໄວ້ບ່ອນທີ່ກຳນົດ.
- ເຕືອນສະມາຊິກໃນຄອບຄົວ ເອົາໃຈໃສ່ລ້າງມືໃສ່ສະບູ ຫຼັງຈາກໃຊ້ວິດຖ່າຍ, ກ່ອນ-ຫຼັງກິນອາຫານ ແລະ ຖູແຂ້ວກ່ອນເຂົ້ານອນ.

ບົດບາດຂອງຄູສອນ

- ແນະນຳ, ຊ່ວຍເຫຼືອ, ອຳນວຍຄວາມສະດວກ ແລະ ຕິດຕາມ ນັກຮຽນໃນເວລາປະຕິບັດກິດຈະກຳລ້າງມື-ຖູແຂ້ວເປັນກຸ່ມ.
- ປົກປັກຮັກສາ ແລະ ທຳຄວາມສະອາດສິ່ງອຳນວຍຄວາມສະດວກດ້ານສຸຂະອະນາໄມ ແລະ ສະພາບແວດລ້ອມຂອງໂຮງຮຽນ.
- ຈັດການຮຽນການສອນແບບມີສ່ວນຮ່ວມ ໂດຍສົມທົບພາກປະຕິບັດຕົວຈິງຕາມທິດສະດີ ແລະ ສອດແຊກ ເຂົ້າໃນບົດສອນຕາມຄວາມເໝາະສົມ.
- ຝຶກໃຫ້ນັກຮຽນມີຄວາມຮັບຜິດຊອບ ແລະ ເປັນຜູ້ນຳພາໃນການປະຕິບັດກິດຈະກຳ.
- ກວດກາສິ່ງອຳນວຍຄວາມສະດວກ ໃນການປະຕິບັດກິດຈະກຳເຊັ່ນ: ຢາຖູແຂ້ວ, ຟອຍຖູແຂ້ວ, ສະບູ ແລະ ນ້ຳສະອາດ.
- ຮ່ວມມືກັບພາກສ່ວນທີ່ກ່ຽວຂ້ອງໃນການຈັດຕັ້ງປະຕິບັດວຽກງານສົ່ງເສີມສຸຂະພາບດີໃນໂຮງຮຽນ.
- ບັນທຶກ ແລະ ລາຍງານ ການຈັດຕັ້ງປະຕິບັດວຽກງານສົ່ງເສີມສຸຂະພາບດີໃນໂຮງຮຽນ.



ບົດບາດຂອງອຳນວຍການໂຮງຮຽນ

- ເຜີຍແຜ່ວຽກງານສົ່ງເສີມສຸຂະພາບດີໃນໂຮງຮຽນ ໃຫ້ຄູ, ພໍ່ແມ່ຜູ້ປົກຄອງ, ຄພສບ ແລະ ຊຸມຊົນ ໃຫ້ເຂົ້າໃຈຢ່າງ ຖືກຕ້ອງ.
- ລະດົມພໍ່ແມ່ຜູ້ປົກຄອງ ແລະ ຊຸມຊົນ ໃຫ້ການປະກອບ ສ່ວນສົ່ງອຳນວຍຄວາມສະດວກຕໍ່ວຽກງານສົ່ງເສີມ ສຸຂະພາບດີໃນໂຮງຮຽນ.
- ຈັດກິດຈະກຳກຸ່ມ ລ້າງມື-ຫູແຂ້ວ ເຂົ້າໃນຕາຕະລາງຮຽນ ປະຈຳວັນ.
- ໃຫ້ຄວາມຮູ້ແກ່ບັນດາຄູໃນໂຮງຮຽນເພື່ອຮັບປະກັນການ ປະຕິບັດກິດຈະກຳໄດ້ເຮັດຕາມຂໍ້ແນະນຳໃນປຶ້ມຄູ່ມື.
- ປະສານງານກັບຜູ້ຮັບຜິດຊອບວຽກງານ ສສຮຮ ເພື່ອ ຮັບປະກັນໃຫ້ມີວັດຖຸອຸປະກອນເຊັ່ນ: ສະບູ, ຢາກູແຂ້ວ, ຟອຍກູແຂ້ວ.
- ສ້າງເງື່ອນໄຂໃຫ້ມີນ້ຳສະອາດໃຊ້ໃນໂຮງຮຽນ.
- ຮັບປະກັນຄວາມສະອາດສະພາບແວດລ້ອມຂອງໂຮງຮຽນ.
- ຕິດຕາມການໃຊ້ງານຂອງລະບົບນ້ຳ, ວິດຖ່າຍ ແລະ ສິ່ງອຳນວຍຄວາມສະດວກ.
- ຕິດຕາມກິດຈະກຳຢ່າງເປັນປົກກະຕິ ແລະ ໄດ້ແຈ້ງຜົນການ ຕິດຕາມໃຫ້ພໍ່ແມ່ຜູ້ປົກຄອງ, ຄພສບ ແລະ ຊຸມຊົນ.
- ຈັດຕັ້ງການຍ້ອງຍໍຊົມເຊີຍຄູ ແລະ ຜູ້ທີ່ມີຜົນງານ ໃນການປະກອບສ່ວນ ການຈັດຕັ້ງປະຕິບັດວຽກງານສົ່ງເສີມ ສຸຂະພາບດີ ໃນໂຮງຮຽນ ດ້ວຍຫຼາຍຮູບການ.

ບົດບາດຂອງ ຄພສບ, ພໍ່ແມ່ຜູ້ປົກຄອງ ແລະ ຊຸມຊົນ

- ລະດົມການຊ່ວຍເຫຼືອຈາກພາກສ່ວນຕ່າງໆເຊັ່ນ: ອົງການຈັດຕັ້ງທັງພາກລັດ-ເອກະຊົນ, ວັດ, ອາດີດນັກຮຽນ ຂອງໂຮງຮຽນ ເພື່ອປະກອບສ່ວນໃນການກໍ່ສ້າງອ່າງ/ຮາງ ລ້າງມື-ຫູແຂ້ວ, ບ່ອນເກັບມ້ຽນຟອຍກູແຂ້ວ ແລະ ສິ່ງ ອຳນວຍຄວາມສະດວກອື່ນໆ.
- ສົ່ງເສີມໃຫ້ມີລະບົບນ້ຳສະອາດ ແລະ ການຮັກສາອະນາໄມໃນ ໂຮງຮຽນ.
- ເຂົ້າຮ່ວມກອງປະຊຸມປົກສາຫາລື ແລະ ຕິດຕາມກວດກາ.
- ເປັນແບບຢ່າງທີ່ດີໃນການຫູແຂ້ວຖືກວິທີ ແລະ ລ້າງມືໃສ່ ສະບູທຸກຄັ້ງ.
- ແນະນຳລູກຫຼານໃນການຫູແຂ້ວຖືກວິທີ ແລະ ລ້າງມືໃສ່ ສະບູທຸກຄັ້ງ ຫຼັງຈາກໃຊ້ ວິດຖ່າຍ, ກ່ອນ/ຫຼັງກິນ ອາຫານ ແລະ ຫຼັງຈາກຈັບບາຍສິ່ງຕ່າງໆ.
- ຈັດຫາໃຫ້ມີສະບູ, ຢາກູແຂ້ວ ແລະ ຟອຍກູແຂ້ວ ໃຫ້ມີໃຊ້ໃນເຮືອນ ແລະ ໂຮງຮຽນ.



ບົດບາດຂອງພະນັກງານສຸກສາລາ ແລະ ອາສາສະໜັກຮັກສາສຸຂະພາບຂັ້ນບ້ານ

- ໃຫ້ຂໍ້ມູນທີ່ຖືກຕ້ອງກ່ຽວກັບໂພຊະນາການ ແລະ ການກິນຢາຂ້າແມ່ທ້ອງ, ວິຕາມິນອາ ແລະ ສັກວັກຊີນ ໃຫ້ຄູ, ຜູ້ປົກຄອງນັກຮຽນ, ໃນກໍລະນີມີຄໍາຖາມຫຼື ຂໍ້ຂ້ອງໃຈ.
- ເປັນເຈົ້າການໃນການໃຫ້ກິນຢາຂ້າແມ່ທ້ອງ, ວິຕາມິນອາ ແລະ ສັກວັກຊີນ ໃນສະຖານການສຶກສາກ່ອນໄວຮຽນ.
- ຕິດຕາມ, ກວດສຸຂະພາບ ແລະ ໂພຊະນາການຂອງ ນັກຮຽນແນະນໍາການປະຖົມພະຍາບານຂັ້ນຕົ້ນໃຫ້ຜູ້ອໍານວຍການ ແລະ ຄູສອນ.
- ເຂົ້າຮ່ວມຕິດຕາມກວດກາ ແລະ ປະເມີນຜົນປະຈໍາປີ.



ບົດບາດ ແລະ ໜ້າທີ່ຮັບຜິດຊອບຂອງທີມງານສິ່ງເສີມສຸຂະພາບໃນໂຮງຮຽນ ຂັ້ນແຂວງ ແລະ ຂັ້ນເມືອງ

- ເຜີຍແຜ່ວຽກງານສິ່ງເສີມສຸຂະພາບດີໃນໂຮງຮຽນ ໃຫ້ອໍານວຍ ການ, ຄູ, ຄພສບ, ພໍ່ແມ່/ຜູ້ປົກຄອງ ແລະ ຊຸມຊົນ ພ້ອມທັງແນະນໍາການຈັດຕັ້ງປະຕິບັດກິດຈະກຳ.
- ລະດົມການຊ່ວຍເຫຼືອຈາກອົງການ. ຈັດຕັ້ງທັງພາກລັດ-ເອກະຊົນ ເພື່ອປະກອບສ່ວນສິ່ງອໍານວຍຄວາມສະດວກເຊັ່ນ: ສະບູ, ຢາກູແຂ້ວ ແລະ ຟອຍກູແຂ້ວ.
- ຕິດຕາມກວດກາການຈັດຕັ້ງປະຕິບັດກິດຈະກຳຢ່າງໜ້ອຍ 1 ຄັ້ງ/ປີ/ໂຮງຮຽນ.
- ຈັດຕັ້ງການຍ້ອງຍໍຊົມເຊີຍໂຮງຮຽນ, ອົງການຈັດຕັ້ງ ແລະ ບຸກຄົນທີ່ມີຜົນງານໃນການປະກອບສ່ວນວຽກງານສິ່ງເສີມສຸຂະພາບດີໃນໂຮງຮຽນ.



ບົດບາດ ແລະ ໜ້າທີ່ຮັບຜິດຊອບ ຂອງທີມງານສົ່ງເສີມສຸຂະພາບ ໃນໂຮງຮຽນຂັ້ນສູນກາງ

- ກຳນົດທິດທາງ ແລະ ວາງນະໂຍບາຍ ກ່ຽວກັບວຽກງານ
ສົ່ງເສີມສຸຂະພາບໃນໂຮງຮຽນ.
- ຈັດຕັ້ງຜົນຂະຫຍາຍນະໂຍບາຍ ໃຫ້ເປັນຍຸດທະສາດ, ນິຕິກຳ,
ແຜນງານ, ໂຄງການລວມທັງໃຫ້ຂໍ້ແນະນຳ ແລະ ຄຸ້ມຄອງ
ເພື່ອຮັບປະກັນການຈັດຕັ້ງປະຕິບັດກ່ຽວກັບ ວຽກງານ ສ.
- ແຕ່ງຕັ້ງ ແລະ ປັບປຸງຄະນະກຳມະການ ສສຮ ແລະ ສ້າງ
ກົນໄກການປະສານງານຂອງຄະນະກຳມະການວຽກງານ
ສສຮ ແຕ່ລະຂັ້ນ.
- ປະສານສົມທົບ ແລະ ອຳນວຍຄວາມສະດວກໃນການ
ຈັດຕັ້ງປະຕິບັດທຸກກິດຈະກຳຂອງວຽກງານ ສສຮ
ໃຫ້ປະກົດຜົນເປັນຈິງ.
- ລະດົມທຶນ ແລະ ຂຶ້ນຂວາຍຊັບພະຍາກອນຈາກພາຍໃນ
ແລະ ຕ່າງປະເທດເພື່ອສະໜັບສະໜູນການຈັດຕັ້ງປະຕິບັດ.
- ກະຕຸກຊຸກຍູ້ໃຫ້ມີການຕິດຕາມຊຸກຍູ້, ປະເມີນຜົນ,
ຖອດຖອນບົດຮຽນ ແລະ ເຜີຍແຜ່ຜົນການຈັດຕັ້ງປະຕິບັດ
ວຽກງານ ສສຮ ຢູ່ແຕ່ລະຂັ້ນ.
- ເຊື່ອມສານວຽກງານ ສສຮ
ເຂົ້າກັບຂະແໜງການທີ່ກ່ຽວຂ້ອງ.



ບົດບາດຂອງອົງການປົກຄອງທ້ອງຖິ່ນ (ເຈົ້າແຂວງ, ເຈົ້າເມືອງ, ນາຍບ້ານ)

- ສະໜັບສະໜູນ, ຊຸກຍູ້, ວຽກງານສົ່ງເສີມສຸຂະພາບໃນໂຮງຮຽນເຂົ້າໃນແຜນພັດທະນາເສດຖະກິດສັງຄົມຂອງທ້ອງຖິ່ນທີ່ຕົນເອງຮັບຜິດຊອບ.
- ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳໃນວັນສຳຄັນຕ່າງໆເຊັ່ນ: ການສະເຫຼີມສະຫຼອງ ວັນລ້າງມືສາກົນ, ວັນສັກຢາກັນ ພະຍາດ, ວັນນໍ້າໂລກ...
- ເປັນແບບຢ່າງໃນການປະຕິບັດກິດຈະກຳສົ່ງເສີມສຸຂະພາບ.
- ປຸກລະດົມຂົນຂວາຍຊຸມຊົນໃຫ້ມີສ່ວນຮ່ວມໃນວຽກງານສົ່ງເສີມສຸຂະພາບໃນໂຮງຮຽນ.
- ສົ່ງເສີມຄວາມເຂັ້ມແຂງໃຫ້ໂຮງຮຽນ, ອົງການຈັດຕັ້ງ ແລະ ບຸກຄົນໂດຍການສ້າງສິ່ງຈູງໃຈ ແລະ ການຍ້ອງຍໍຊົມເຊີຍຕໍ່ຜູ້ທີ່ມີຜົນງານ.

ບົດບາດຂອງ NGOs, ອົງການການພັດທະນາ ແລະ ອົງການສາກົນອື່ນໆ (WHO, ທະນາຄານໂລກ...)

- ສົ່ງເສີມ ແລະ ຊຸກຍູ້ ການສ້າງສະພາບແວດລ້ອມໃນການຮຽນຮູ້ ທີ່ເປັນຜົນດີຕໍ່ສຸຂະພາບໃນລະດັບທ້ອງຖິ່ນ, ລະດັບຊາດ ແລະ ທົ່ວໂລກ.
- ປະກອບສ່ວນຊ່ວຍເຫຼືອໂຮງຮຽນ ແລະ ຊຸມຊົນໃນການສະໜອງ ຫຼື ປັບປຸງລະບົບນໍ້າສະອາດ, ສຸຂະອະນາໄມ ແລະ ສິ່ງອຳນວຍຄວາມສະດວກ.
- ຊ່ວຍເຫຼືອທາງດ້ານເຕັກນິກວິຊາການໃຫ້ພະນັກງານຂອງລັດ ແລະ ເສີມສ້າງຄວາມເປັນເຈົ້າການໃນການຈັດຕັ້ງປະຕິບັດວຽກງານສົ່ງເສີມສຸຂະພາບດີ ໃນໂຮງຮຽນ.
- ສົ່ງເສີມ ແລະ ເສີມສ້າງຄວາມເຂັ້ມແຂງຂອງຄູ່ຮ່ວມພັດທະນາ.
- ການຊ່ວຍເຫຼືອໃຫ້ສອດຄ່ອງກັບແຜນພັດທະນາຂອງພາກລັດ ເພື່ອປ້ອງກັນການຊ້ຳຊ້ອນ ແລະ ຊ້ອນທັບກັນຂອງໂຄງການ.



ບົດບາດຂອງພາກເອກະຊົນ

- ປະກອບສ່ວນຊຸກຍູ້ຊ່ວຍເຫຼືອທາງດ້ານວັດຖຸ ແລະ ທຶນ ເຂົ້າໃນວຽກງານສົ່ງເສີມສຸຂະພາບດີໃນສະຖານການ ສຶກສາກ່ອນໄວຮຽນ.
- ສະໜອງຜະລິດຕະພັນທີ່ມີຄຸນນະພາບ ຂາຍດ້ວຍ ລາຄາທີ່ສົມເຫດສົມຜົນ ເຊັ່ນ: ສະບູ, ຢາກູແຂ້ວ, ຢາຂ້າແມ່ທ້ອງ...
- ນຳໃຊ້ສິ່ງຕ່າງໆໃນການໂຄສະນາດ້ານສຸຂະພາບ.
- ໃຫ້ການສະໜັບສະໜູນໃນການວິໄຈຄົ້ນຄວ້າດ້ານການ ພັດທະນາ.
- ເຂົ້າຮ່ວມເປັນສະມາຊິກຂອງສະມາຄົມຊ່ວຍເຫຼືອເຊິ່ງກັນ ແລະ ກັນ.

ບົດບາດຂອງບັນດາສະຖາບັນ ບັນດິດ

- ດຳເນີນການວິໄຈຄົ້ນຄວ້າຢ່າງມີປະສິດທິຜົນເພື່ອເປັນ ຫຼັກຖານໃນການຈັດຕັ້ງປະຕິບັດໂຄງການ.
- ນຳໃຊ້ຫຼັກຖານຈາກການວິໄຈເພື່ອສົ່ງເສີມພຶດຕິກຳທີ່ມີຜົນ ດີຕໍ່ສຸຂະພາບ ແລະ ລາຄາທີ່ສາມາດຈ່າຍໄດ້.
- ໂຄສະນາ ເຜີຍແຜ່ຂໍ້ມູນຜົນການວິໄຈໃຫ້ກວ້າງຂວາງ ກ່ຽວກັບການ ພັດທະນາດ້ານວິທະຍາສາດ.
- ຖ່າຍທອດເຕັກໂນໂລຢີ ແລະ ຄວາມຮູ້ໃຫ້ພາກລັດຖະບານ, ບັນດາບໍລິສັດເອກະຊົນ ແລະ ອົງການ NGO's.
- ເຮັດວຽກຢ່າງໃກ້ຊິດກັບຫຼາກຫຼາຍອົງການພັດທະນາ ແລະ ພະແນກການຕ່າງໆຂອງລັດເພື່ອສົ່ງເສີມສຸຂະພາບ, ການສຶກສາ ແລະ ສະຫວັດດີການຂອງເດັກນ້ອຍ.



ຄໍາຖາມຕ່າງໆທີ່ຖືກຖາມເລື້ອຍໆກ່ຽວກັບບົດບາດ ແລະ ຄວາມຮັບຜິດຊອບ

ເປັນຫຍັງຄູ່ຈຶ່ງສຶກສາອົບຮົມນັກຮຽນໃຫ້ມີນິໄສຮັກສາສຸຂະພາບ?

ເດັກທີ່ມີສຸຂະພາບແຂງແຮງຈະມີພັດທະນາການຕາມໄວອາຍຸຢ່າງເໝາະສົມເຊັ່ນ: ມີການຂະຫຍາຍຕົວຢ່າງສົມສ່ວນ, ການເຄື່ອນໄຫວຄ່ອງແຄ້ວ, ມີອາລົມເບີກບານມ່ວນຊື່ນ, ມີສ່ວນຮ່ວມໃນການປະຕິບັດກິດຈະກຳນຳຄູ ແລະ ໝູ່ເພື່ອນ, ສາມາດຮຽນຮູ້ ຄົ້ນຄິດ, ແກ້ໄຂບັນຫາດ້ວຍຕົນເອງ ແລະ ມີຄວາມຫ້າວຫັນມາໂຮງຮຽນຢ່າງເປັນປົກກະຕິ.

ຄູສອນ ບໍ່ແມ່ນທັນຕະແພດ ຈະສາມາດແນະນຳນັກຮຽນໃນການຫຼິ້ນໄດ້ບໍ່?

ຄູສອນສາມາດແນະນຳໄດ້, ການຫຼິ້ນບໍ່ຈຳເປັນຕ້ອງແມ່ນທັນຕະແພດເພື່ອສອນວິທີການຫຼິ້ນຢ່າງຖືກຕ້ອງ, ພໍ່ແມ່ທຸກຄົນກໍລ້ວນແຕ່ສອນໃຫ້ລູກມີຄວາມຊື່ນເຄີຍກັບການຫຼິ້ນໄດ້ ທັງທີ່ບໍ່ໄດ້ເປັນທັນຕະແພດ, ຄູສອນກໍສາມາດແນະນຳການຫຼິ້ນໄດ້ທີ່ຖືກວິທີໃຫ້ນັກຮຽນ ເພື່ອຝຶກແອບໃຫ້ເປັນນິໄສ ແລະ ກາຍເປັນກິດຈະວັດປະຈຳວັນ.

ຍ້ອນຫຍັງ ຄູສອນຈຶ່ງມີສ່ວນຮ່ວມໃນການຢາຍຢາຂ້າແມ່ທ້ອງ ໃຫ້ນັກຮຽນ?

ອົງການອະນາໄມໂລກແນະນຳວ່າການກິນຢາຂ້າແມ່ທ້ອງໃນໂຮງຮຽນຕ້ອງດຳເນີນໂດຍຄູຜູ້ທີ່ໄດ້ຮັບການແນະນຳເປັນຢ່າງດີ. ຄູໃນທົ່ວໂລກໄດ້ດຳເນີນວຽກດັ່ງກ່າວຢ່າງມີຜົນສຳເລັດມາແລ້ວ ແລະ ໄດ້ຮັບອະນຸຍາດໃຫ້ດຳເນີນການກິນຢາຂ້າແມ່ທ້ອງ. ຄູໄດ້ຮັບການແນະນຳກ່ຽວກັບຂັ້ນຕອນການກິນຢາຂ້າແມ່ທ້ອງ. ອຳນາດການປົກຄອງບ້ານ, ພໍ່ແມ່ຜູ້ປົກຄອງ ແລະ ພະນັກງານສຸກສາລາຕ້ອງມີໜ້າໃນໂຮງຮຽນໃນມື້ດຳເນີນກິດຈະກຳດັ່ງກ່າວ. ນີ້ແມ່ນໜ້າທີ່ຂອງອຳນວຍການໂຮງຮຽນເພື່ອເຮັດໃຫ້ຜູ້ມີສ່ວນຮ່ວມເຫຼົ່ານັ້ນເຂົ້າຮ່ວມ.(ເບິ່ງຄືນ)

ເປັນຫຍັງຈຶ່ງຝຶກໃຫ້ນັກຮຽນເປັນເຈົ້າການໃນການປະຕິບັດຕົວຈິງກ່ຽວກັບການຮັກສາອະນາໄມ ແລະ ສິ່ງແວດລ້ອມ ຂອງໂຮງຮຽນ?

ນັກຮຽນ ສາມາດປະຕິບັດຕົວຈິງກ່ຽວກັບການຮັກສາອະນາໄມ ແລະ ສິ່ງແວດລ້ອມ ຂອງໂຮງຮຽນ ໂດຍຄູເປັນຜູ້ແນະນຳ, ນຳພາ ແລະ ຕິດຕາມໃນການຮັກສາອະນາໄມສ່ວນບຸກຄົນ, ແບບລວມໝູ່ ເປັນໂອກາດໃຫ້ນັກຮຽນທຸກຄົນສາມາດຮຽນຮູ້. ເຂົາເຈົ້າ ສາມາດນຳເອົາປະສົບການນີ້ໄປຈັດຕັ້ງປະຕິບັດຢູ່ເຮືອນ ແລະ ແນະນຳສະມາຊິກໃນຄອບຄົວສຳຄັນແມ່ນການຈັດຕັ້ງປະຕິບັດ ທຸກວັນໃຫ້ກາຍເປັນຄວາມຊື່ນເຄີຍ.

ພະນັກງານສາທາລະນະບົດບາດຫຍັງແຕ່ຖ້າຫາກວ່າຄູດຳເນີນ ການກິນຢາຂ້າແມ່ທ້ອງ, ການລ້າງມື-ຫຼິ້ນໄດ້ກັບນັກຮຽນ?

ພະນັກງານສາທາລະນະ, ກໍຄືພະນັກງານສຸກສາລາມີບົດບາດ ແລະ ໜ້າທີ່ໃນການບໍລິການ ການເຝົ້າລະວັງ, ປ້ອງກັນ ແລະ ປິ່ນປົວເບື້ອງຕົ້ນເວລາມີອາການຂ້າງຄຽງ, ພ້ອມກັນນັ້ນກໍເປັນຂົວຕໍ່ລະຫວ່າງໂຮງຮຽນ ແລະ ວຽກງານສາທາລະນະສຸກ. ພວກເຂົາເຈົ້າສາມາດໃຫ້ຄຳແນະນຳທີ່ສຳຄັນ ກ່ຽວກັບການຈັດຕັ້ງປະຕິບັດກິດຈະກຳສິ່ງເສີມສຸຂະພາບດີໃນໂຮງຮຽນ.

ອົງການປົກຄອງຂັ້ນເມືອງ ແລະ ອົງການອື່ນໆສາມາດເຂົ້າຮ່ວມໃນໂຄງການສິ່ງເສີມ ສຸຂະພາບດີໃນໂຮງຮຽນໄດ້ຄືແນວໃດ?

ບັນດາອົງການຊຸມຊົນ ອາດິດນັກຮຽນ, ບັນດາກອງທຶນຂອງທ້ອງຖິ່ນ ສາມາດເສີມສ້າງຄວາມເຂັ້ມແຂງຂອງໂຄງການໃນລະດັບທ້ອງຖິ່ນ. ພວກເຂົາ ເຈົ້າສາມາດເຂົ້າ ຮ່ວມ ດ້ວຍການສະໜັບສະໜູນ ຊຸມຊົນໃນການ ເຂົ້າເຖິງນ້ຳສະອາດ ແລະ ປັບປຸງສິ່ງ ອຳນວຍຄວາມສະດວກດ້ານສຸຂະອະນາໄມ.

ປະສົບການຕ່າງໆ



ທ່ານ ຄຳພົນ ໄຊຍະເພັດ ຮອງຫົວໜ້າ ຫ້ອງການ ສຶກສາເມືອງ ສີສັດຕະນາກ

"ພວກເຮົາຖືວ່າວຽກງານສົ່ງເສີມສຸຂະພາບແມ່ນວຽກງານໜຶ່ງຂອງການຮຽນການສອນ ແລະ ໄດ້ແບ່ງຄວາມຮັບຜິດຊອບໃຫ້ທີມງານຢ່າງຊັດເຈນ. ຄະນະພວກເຮົາໄດ້ຕິດຕາມ, ຮັບການລາຍງານຈາກທີມງານຢ່າງເປັນປົກກະຕິ ເພື່ອປັບປຸງແຜນພັດທະນາຂອງເມືອງໃຫ້ສອດຄ່ອງກັບສະພາບຄວາມເປັນຈິງ ແລະ ສະຫຼຸບລາຍງານໃຫ້ສາຍຕັ້ງສາຍຂວາງຮັບຊາບ. ອີກສິ່ງໜຶ່ງທີ່ພວກເຮົາໄດ້ເຮັດແມ່ນການສຶກສາອົບອຸ່ມແນວຄິດໃຫ້ທີມງານ, ຜູ້ບໍລິຫານໂຮງຮຽນໃຫ້ເຂົ້າໃຈຄວາມສຳຄັນຂອງວຽກງານນີ້ ແລະ ຍັງໄດ້ໃຫ້ທິດຊີ້ນຳນຳພາ, ສ້າງສິ່ງຈູງໃຈເປັນຕົ້ນແມ່ນການຍ້ອງຍໍຊົມເຊີຍໃນແຕ່ລະຂັ້ນ".

ທ່ານ ຄຳແສນ ພວງເພັດ ຫົວໜ້າ ໜ່ວຍງານການສຶກສາກ່ອນໄວຮຽນ.

"ໜ່ວຍງານສຶກສາກ່ອນໄວຮຽນໄດ້ລົງຕິດຕາມຊຸກຍູ້ວຽກວິຊາການ 2 ຄັ້ງ/ປີ ແລະ ຕິດຕາມວຽກງານສົ່ງເສີມສຸຂະພາບໄປພ້ອມ ເພື່ອເປັນການກະຕຸກຊຸກຍູ້ ແລະ ຊອກຫາຊ່ອງທາງວິທີແກ້ໄຂບັນຫາຊ່ວຍໂຮງຮຽນ. ວຽກງານສົ່ງເສີມສຸຂະພາບເປັນວຽກງານໜຶ່ງທີ່ໄດ້ຍົກຂຶ້ນມາສົນທະນາແລກປ່ຽນບົດຮຽນໃນກອງປະຊຸມສ່ອງແສງປະຈຳເດືອນຂຶ້ນເມືອງ ພ້ອມກັນນັ້ນ ພວກເຮົາຍັງໄດ້ເກັບກຳຜົນງານເພື່ອສະເໜີການຍ້ອງຍໍຕາມຄວາມເໝາະສົມ".

ໄລຍະທີ 1: ການກະກຽມ (ລາຍການເພື່ອກວດກາຄືນສຳລັບອຳນວຍການ)

ໜ້າວຽກ	
ການປະເມີນຜົນ ເບື້ອງຕົ້ນ	
ອ່ານປຶ້ມຄູ່ມື	
ເບິ່ງ ວິດີໂອ ທີ່ໄດ້ຈັດຫາໃຫ້ພ້ອມກັບປຶ້ມຄູ່ມື	
ອ່ານຂໍ້ແນະນຳໃນປຶ້ມຄູ່ມື: ປຶ້ມຮວບຮວມແບບກໍ່ສ້າງສິ່ງອຳນວຍຄວາມສະດວກດ້ານສຸຂະອະນາໄມຂອງໂຄງການສຸຂະພາບດີໃນໂຮງຮຽນ	
ຈັດປະຊຸມກັບຄະນະພັດທະນາການສຶກສາຂັ້ນບ້ານ, ພໍ່ແມ່ຜູ້ປົກຄອງ ແລະ ອົງການປົກຄອງບ້ານ	
ແຈ້ງໃຫ້ ອົງການປົກຄອງບ້ານ ຮັບຮູ້ການປະຊຸມ ກະຕຸກຊຸກຍູ້ໃຫ້ພວກເຂົາເຈົ້າມີສ່ວນຮ່ວມ	
ແນະນຳຄູໃນການຈັດຕັ້ງປະຕິບັດກິດຈະກຳລ້າງມືຕູແຂ້ວເປັນກຸ່ມ	
ໃຫ້ພະນັກງານສາທາລະນະສຸກ ຫຼື ອາສາສະໝັກບ້ານເຂົ້າຮ່ວມການປະຊຸມ	
ສົນທະນາກັນກ່ຽວກັບວຽກງານຮັກສາສຸຂະພາບໃນໂຮງຮຽນກັບຄະນະພັດທະນາການສຶກສາ ຂັ້ນບ້ານ, ພໍ່ແມ່ຜູ້ປົກຄອງ ແລະ ອົງການປົກຄອງບ້ານ	
ນຳສະເໜີ ປຶ້ມຄູ່ມື, ຂໍ້ແນະນຳພາກສະໜາມ ແລະ ສາຍວິດີໂອໃຫ້ພໍ່ແມ່ຜູ້ປົກຄອງ ແລະ ສະມາຊິກຊຸມຊົນເບິ່ງ	
ສົນທະນາກັນວ່າມີວິທີການໃດແດ່ທີ່ພໍ່ແມ່ຜູ້ປົກຄອງ ແລະ ຊຸມຊົນສາມາດປະກອບສ່ວນເຂົ້າໃນການກໍ່ສ້າງສິ່ງອຳນວຍຄວາມສະດວກ ແລະ ບ່ອນຫ້ອຍ ຟອຍຕູແຂ້ວ	
ຄວບຄຸມດູແລການກໍ່ສ້າງ ສິ່ງອຳນວຍຄວາມສະດວກດ້ານສຸຂະອະນາໄມ ຮ່ວມກັບ ພໍ່ແມ່ຜູ້ປົກຄອງອາສາສະໝັກ ຫຼື ອົງການປົກຄອງຂັ້ນບ້ານ ເພື່ອຮັບປະກັນ ການໃຊ້ງານໄດ້ຂອງສິ່ງອຳນວຍຄວາມສະດວກ	

ໄລຍະທີ II: ການປະຕິບັດ (ລາຍການກວດກາຄືນສຳລັບຄູ)

ການລ້າງມືໃສ່ສະບູປະຈຳວັນ

ຮັບປະກັນໃຫ້ມີສະບູຢູ່ໃກ້ກັບສິ່ງອຳນວຍຄວາມສະດວກ ເຊັ່ນ: ເອົາສະບູໃສ່ໃນຖົງຕາໜ່າງ ແລະ ມັດຕິດໃສ່ສິ່ງອຳນວຍຄວາມສະດວກ.



ຮັກສາສະບູໄວ້ບ່ອນແຫ້ງດີໃນມູມຫ້ອງເພື່ອສຸຂະພາບ.

ມອບໝາຍ ແລະ ຝຶກອົບຮົມຫົວໜ້າຫ້ອງເພື່ອຊ່ວຍເພື່ອນຮ່ວມຫ້ອງຮຽນຂອງຕົນໃນການດຳເນີນກິດຈະກຳການລ້າງມືຢ່າງເປັນລະບຽບ.

ດຳເນີນກິດຈະກຳໃຫ້ເປັນກິດຈະວັດປະຈຳວັນ ແລະ ເອົາກິດຈະກຳເຂົ້າໃນຕາຕະລາງການຮຽນ.

ຮັບປະກັນການຈັດຕັ້ງປະຕິບັດການລ້າງມື 7 ຂັ້ນຕອນ (ໂດຍບໍ່ໃຊ້ຜ້າເຊັດມື).

ຕິດຕາມການຄວມຄຸມນ້ຳໃນເວລາການຈັດຕັ້ງປະຕິບັດການລ້າງມື (ປິດນ້ຳໃນເວລານັກຮຽນຖືມືຂອງເຂົາເຈົ້າເພື່ອປະຢັດນ້ຳ, ເປີດນ້ຳຕອນເຮັດໃຫ້ມີປຽກ ແລະ ໄລສະບູອອກມືເທົ່ານັ້ນ).

ການຖູແຂ້ວໃສ່ຢາຖູແຂ້ວທີ່ມີຟລູໂອໄຣດ໌ເປັນປະຈຳວັນ

ເອົາອັນຫ້ອຍຟອຍຖູແຂ້ວ ໄວ້ບ່ອນນັກຮຽນສາມາດເອົາໄດ້ງ່າຍ

ສະເໜີຂໍຟອຍຖູແຂ້ວ, ຢາຖູແຂ້ວ ແລະ ສະບູ ຈາກອຳນວຍການໂຮງຮຽນ

ເຮັດເຄື່ອງໝາຍໃສ່ຟອຍຖູແຂ້ວຂອງແຕ່ລະຄົນ ອີງຕາມຊື່ນັກຮຽນ ຫຼື ນ້ຳເບີໂດຍໃຊ້ເຟີດທີ່ລຶບບໍ່ອອກຫຼືໃຫ້ນັກຮຽນເຮັດສັນຍາລັກຕາມໃຈຊອບໃສ່ຟອຍຖູ ແຂ້ວຂອງຕົນເພື່ອຈື່ງ່າຍ

ປິດລັອກໜຶ່ງອອກໃນເວລາໃຊ້ຢາຖູແຂ້ວທີ່ເປັນກະຕຸກ ເພື່ອຮັບປະກັນປະລິມານຂອງຢາຖູແຂ້ວທີ່ແຈກຢາຍໃຫ້ແຕ່ລະຄົນ

ມອບໝາຍ ແລະ ຝຶກອົບຮົມຫົວໜ້າຫ້ອງເພື່ອຊ່ວຍເພື່ອນຮ່ວມຫ້ອງຮຽນຂອງຕົນໃນການດຳເນີນກິດຈະກຳການລ້າງມື-ຖູແຂ້ວຢ່າງມີການຈັດຕັ້ງ

ຮັບປະກັນນັກຮຽນຖູແຂ້ວຢ່າງນ້ອຍ 2 ນາທີ

ປິດນ້ຳໄວ້ໃນເວລາທີ່ນັກຮຽນຖູແຂ້ວຂອງເຂົາເຈົ້າຢູ່ 2 ນາທີນັ້ນ. ຢ່າປ່ອຍໃຫ້ນ້ຳໄຫຼຕະຫຼອດກິດຈະກຳ!

ເວລາທີ່ໃຊ້ໃນກິດຈະກຳທັງໝົດ, ພາຍຫຼັງຝຶກອົບຮົມ 1 ອາທິດ, ຕ້ອງບໍ່ໃຫ້ເກີນ 10 ນາທີສຳລັບກິດຈະກຳເປັນກຸ່ມລວມທັງການລ້າງມື ແລະ ການຖູແຂ້ວ

ການທຳຄວາມສະອາດປະຈຳວັນ

ຮັບປະກັນນັກຮຽນທຳຄວາມສະອາດ ອ່າງລ້າງມື-ແຂ້ວ ແລະ ວິດຖ່າຍໃຫ້ສະອາດ

ກວດກາຮ່ອງລະບາຍນ້ຳບໍ່ໃຫ້ອຸດຕັນ ແລະ ມີນ້ຳຂັງເຊິ່ງອາດເປັນບ່ອນວາງໄຂ່ຂອງຍຸງ

ການປູກຝັງພືດຕີກຳຮັກຄວາມສະອາດ

ສົ່ງເສີມໃຫ້ນັກຮຽນຮັກສາອະນາໄມສ່ວນບຸກຄົນເປັນປະຈຳ ເຊັ່ນ: ລ້າງມືກ່ອນກິນເຂົ້າ, ກ່ອນຈັບບາຍອາຫານ ແລະ ຫຼັງໃຊ້ວິດຖ່າຍທຸກຄັ້ງ, ໃສ່ເກີບ, ຕັດເລັບມື ແລະ ຊັກເຄື່ອງນຸ່ງໃຫ້ສະອາດຢູ່ສະເໝີ

ເອກະສານຊ້ອນທ້າຍ

ຕາຕະລາງອະນາໄມວິຖຸຖ່າຍສຳລັບແຕ່ລະທ້ອງ

	ວັນຈັນ	ວັນອັງຄານ	ວັນພຸດ	ວັນພະຫັດ	ວັນສຸກ
ຫ້ອງຮັບຝຶດຊອບ					
ຈ້າງນໍາໃຊ້ ເປັນປົກກະຕິ "ຂ້ອຍຊ່ວຍເກີດຕາມການ ເປີດນໍາໃຊ້ຂອງວິດຖ່າຍ"					
ຈ້າງທຳຄວາມສະອາດ "ຂ້ອຍຊ່ວຍອະນາໄມ ວິດຖ່າຍຂອງພວກເຮົາ ໃຫ້ເປັນຕາຢາກໃຊ້"					
ຈ້າງບົວລະບັດຮັກສາ "ຂ້ອຍຊ່ວຍເກີດຕາມ ເພື່ອ ຮັບປະກັນວ່າວິດຖ່າຍຂອງ ພວກເຮົາໃຊ້ງານໄດ້"					

ລາຍຊື່ຕິດຕໍ່ພົວພັນ

	ຊື່	ເບີໂທລະສັບ/ທີ່ຢູ່
ນາຍບ້ານ		
ຄະນະພັດທະນາການ ສຶກສາຂັ້ນບ້ານ		
ອາສາສະໜັກສາທາລະນະສຸກຂັ້ນບ້ານ		
ປະທານສະມາຄົມພໍ່ແມ່ນັກຮຽນ		
ຜູ້ຮັບຜິດຊອບຂັ້ນເມືອງ		
ພະນັກງານສາທາລະນະສຸກ		
ຊ່າງໄມ້		
ຊ່າງສອ້ມແປງທໍ່ນໍ້າ		
ຮ້ານຂາຍເຄື່ອງກໍ່ສ້າງ		
ຮ້ານຂາຍເຄື່ອງທຳຄວາມສະອາດ		
ບໍລິການດູດສ້ວມ		

3ຈ ເພື່ອຮັກສາ ວິດຖ່າຍໃຫ້ສະອາດ ແລະ ໃຊ້ໄດ້

1. ຈຶ່ງນຳໃຊ້ເປັນປົກກະຕິ

→ ຖອກນ້ຳໃສ່ຫົວວິດ ແລະ ນັ່ງຖ່າຍ ໃຫ້ຖືກຕ້ອງ

→ ທຳຄວາມສະອາດຕົນເອງ

→ ຖິ້ມເຈ້ຍເຊັດລົງໃສ່ຖັງຂີ້ເຫຍື້ອ

→ ລ້າງນ້ຳຍ່ຽວ ຫຼື ອາຈົມຢ່າງພຽງພໍດ້ວຍກະບວຍໃຫຍ່ ຫຼື ຄູ

→ ກວດກາເບິ່ງວ່າບໍ່ມີຫຍັງຫຼືອຄ້າງຢູ່ໃນຫົວວິດ

→ ລ້າງມືຂອງຕົນດ້ວຍສະບູ

2. ຈຶ່ງອະນາໄມເປັນປະຈຳ

ຫົວວິດຖ່າຍ:

- ໂຮຍນ້ຳຢາ ຫຼື ແຟ້ປ ໃສ່ ທັງເບື້ອງໃນ ແລະ ເບື້ອງນອກຂອງຫົວວິດຖ່າຍ
- ຖູຮູ ເບື້ອງໃນວິດຖ່າຍດ້ວຍຟອຍ
- ເຊັດເບື້ອງນອກຂອງວິດຖ່າຍດ້ວຍຜ້າແຫ້ງທີ່ສະອາດ

ເສດຂີ້ເຫຍື້ອ:

- ເກັບມ້ຽນເສດຂີ້ເຫຍື້ອ
- ກຳຈັດເສດຂີ້ເຫຍື້ອ

ພື້ນວິດຖ່າຍ:

- ປັດພື້ນດ້ວຍຟອຍ ແລະ ແນວຊໍວານຂີ້ເຫຍື້ອ
- ໂຮຍນ້ຳຢາ ຫຼື ແຟ້ປ ໃສ່ພື້ນວິດຖ່າຍ
- ຖູພື້ນວິດຖ່າຍດ້ວຍຟອຍ.

ອ່າງລ້າງມື:

- ໂຮຍນ້ຳຢາ ຫຼື ແຟ້ປ ໃສ່ອ່າງ
- ເຊັດຖອກຖ້ວຍຜ້າປຽກສະອາດ

→ ລ້າງມືຂອງຕົນດ້ວຍສະບູ

3. ຈຶ່ງປົກປັກຮັກສາໃຫ້ຍືນຍົງ

ເຕີມ:

- ນ້ຳ ແລະ ສະບູເປັນປະຈຳ

ກວດກາ ແລະ ລາຍງານ:

- ທ່ານຖືກອກນ້ຳຮົ່ວ
- ປະຕູປ່ຽວ
- ລ່ອກປະຕູ, ກະບວຍ, ຄູ...
- ອຸປະກອນການທຳຄວາມສະອາດ



ການຈັດປະເພດງົບປະມານ ແລະ ຄວາມຮັບຜິດຊອບ

ກິດຈະກຳຕ່າງໆ	ຜະລິດຕະພັນ	ລາຄາ	ມູນຄ່າໃນແຕ່ລະສິກຮຽນ	ລະດັບຄວາມຮັບຜິດຊອບ (ຫ້ອງຮຽນ-ໂຮງຮຽນ-ບ້ານ)
ການດຳເນີນງານ	ສະບູ	 /ເດືອນ		
	ນ້ຳ	/ເດືອນ		
	ໂອ/ບວຍ	/ລາຍການ		
	ກະຕ່າ ຂີ້ເຫຍື່ອ	/ລາຍການ		
	ຖົງນ້ຳ	/ລາຍການ		
ການທຳຄວາມສະອາດ	ນ້ຳຢາ ແລະ ຜ້າເຊັດ	/ເດືອນ		
	ຟອຍຖູພື້ນ	/ລາຍການ		
	ຟອຍຖູຫົວວິດ	/ລາຍການ		
	ຖົງມືກັນເປື້ອນ	/ລາຍການ		
ການບິວລະບັດຮັກສາ ແລະ ການສ້ອມແປງ	ປ້ຳຫົວວິດ(ປາກປິງ)	/ລາຍການ		
	ກະແຈ, ໄຂຄວງ, ຄີມ...	/ລາຍການ		
	ທໍ່ນ້ຳ ແລະ ອຸປະກອນຕໍ່ນ້ຳ	/ລາຍການ		
	ກໍ່ອກນ້ຳ	/ລາຍການ		
	ຫົວວິດ, ຮາງຍ່ຽວ / ຮາງ	/ລາຍການ		
	ລ່ອກປະຕູ	/ລາຍການ		
	ເທັບຄຽນທໍ່ນ້ຳ	/ລາຍການ		
ລວມທັງໝົດ:				

ປະຫ້ວດການສ້ອມແປງໃຫ່ຍ

ປະເພດບັນຫາ	ວັນທີ່ສ້ອມແປງ	ຜູ້ຮັບຜິດຊອບ	ມູນຄ່າ
			

ເອກະສານ ອ້າງອີງ

- 1 Education Management Information System – EMIS (2011). Department of Planning. Ministry of Education and Sports
- 2 Curtis V and Cairncross S (2003). Effect of Washing Hands with Soap on Diarrhoea Risk in the Community: A Systematic Review. *Lancet Infect Dis* 3 pp 275–281
- 3 WHO and FDI (International Association for Dental Research) (2006): Call to action to promote dental health by using fluoride: Global Consultation on Oral Health through Fluorides: www.who.int/oral_health/events/oral%20healthc.pdf (accessed July 2014)
- 4 Second Lao National Dental Health Survey (2010). Ministry of Public Health, Lao PDR
- 5 MoES, MoH and GIZ (2012): Health Outcome Study Lao PDR. Results of the Baseline Study – Report. Page 16
- 6 Adyatmaka A et. al. School-Based Primary Preventive Programme for Children: Affordable Toothpaste as a Component in Primary Oral Health Care. Experiences from a Field Trial in Kalimantan Barat, Indonesia. www.whocollab.od.mah.se/searo/indonesia/afford/whoafford.html
- 7 Curnow M M et al (2002). A Randomised Controlled Trial of the Efficacy of Supervised Toothbrushing in High-Caries-Risk Children. *Caries Res* vol 36 issue 4 pp 294–300
- 8 Chestnutt IG, Schafer F, Jacobson AP, Stephen KW. 1998. The influence of toothbrushing frequency and postbrushing rinsing on caries experience in a caries clinical trial. *Community Dent Oral Epidemiol.* 26(6): 406–411
- 9 Palenstein Helderma WH van, Kyaing MM, Aung MT et al. Plaque Removal by Young Children Using Old and New Toothbrushes. *J Dent Res* 2006 85: 1138– 1142
- 10 American Dental Association (ADA): Statement on Toothbrush Care: Cleaning, Storage and Replacement. Available at: www.ada.org/1887.aspx (accessed August 2013)
- 11 Miguel E and Kremer M (2004). Worms: Identifying Impacts on Education and Health in the Presence of Treatment Externalities. *Econometrica* Vol 72 No 1 pp 159–217
- 12 Ministry of Health Lao PDR (2008). Policy and Strategy of Parasite Prevention and Control
- 13 WHO (2011). Helminth Control in School Age Children: A Guide for Managers of Control Programmes. 2nd ed p 32

ຂໍ້ມູນສັງພິມ

Published by:
Deutsche Gesellschaft für Internationale
Zusammenarbeit (GIZ) GmbH
Registered offices Bonn and Eschborn, Germany

On behalf of the German Federal Ministry
for Economic Cooperation and Development (BMZ)

Regional 'Fit For School' Programme
10th Floor, Bank of Makati Building
Ayala Avenue Extension cor Metropolitan Avenue
1209 Makati City, Philippines

www.giz.de/en // www.fitforschool.international

ອອກແບບ: Christine Lüdke, malzwei, Berlin Germany
ຮູບພາບ: GIZ Fit for School

ຂໍສະແດງຄວາມຂອບໃຈ

ໂຄງການ GIZ Fit for School ຂໍສະແດງຄວາມຮູ້ບຸນຄຸນຕໍ່ກະຊວງ
ສຶກສາທິການ ແລະ ກິລາ ໂດຍສະເພາະທີມງານສົ່ງເສີມສຸຂະພາບໃນໂຮງຮຽນ
ກົມການສຶກສາກ່ອນໄວຮຽນ, ກະຊວງສາທາລະນະສຸກ ແລະ
ທຸກທ່ານ ທີ່ໄດ້ປະກອບສ່ວນທາງດ້ານໂຄງຮ່າງ, ເນື້ອໃນ ແລະ
ຄວາມຮູ້ເຂົ້າໃນການຈັດພິມຄັ້ງນີ້. ທ່ານນາງ ນິໂກ ຊິກມູນ (Nicole
Siegmund), ທ່ານ ຈວນ ອານໂຟນໂຊ ເລໂອນາເດຍ (Juan Alfonso
Leonardia), ທ່ານ ດຣ. ແບວລາ ມອນສ໌ (Dr. Bella Monse), ທ່ານ ດຣ.
ຣາໂມນີ ບາການີ (Dr. Ramoni Bacani), ທ່ານ ນາງ ບົວຈັນ ຈັນສິມ, ທ່ານ
ນາງ ສຸດາພອນ ຈັນທະວົງ, ທ່ານ ປອ ມິທອງ ສຸວັນວິໄຊ, ທ່ານ ດຣ.
ພັດ ເກິງສະເນດ, ທ່ານນາງ ສຸດສາຍໃຈ ດວງສະຫວັນ, ທ່ານນາງ ເພັດສະໝອນ
ສີບຸນເຮືອງ, ຄູ, ຜູ້ປົກຄອງ ແລະ ນັກຮຽນໃນໂຮງຮຽນເປົ້າໝາຍ.

ອົງການ GIZ ຈັດຕັ້ງປະຕິບັດໂຄງການ ແລະ ແຜນງານເພື່ອການພັດທະນາ
ແບບຍືນຍົງ ໂດຍເປັນຕົວແທນໃຫ້ກະຊວງຮ່ວມ ມີດ້ານເສດຖະກິດ ແລະ
ການພັດທະນາ (BMZ). ແຜນງານ Regional Fit for School ແມ່ນໄດ້
ຮັບຜົນສໍາເລັດຢູ່ປະເທດ ຟິລິບປິນ, ອິນໂດເນເຊຍ, ກໍາປູເຈຍ ແລະ ສ.ປ.ປ
ລາວມີການຮ່ວມມືກັບອົງການຊີເມວໂອ ອິນໂນເທັກ (Southeast Asian
Ministers of Education Organization Regional Centre for
Educational Innovation and Technology (SEAMEO INNOTECH)).
ໂດຍ ໄດ້ຮັບທຶນສົມທົບລະຫວ່າງລັດທະບານອິດສະຕຣາລີ ແລະ ເຢຍລະມັນ
ແລະຍັງໄດ້ຖືກຈັດຕັ້ງປະຕິບັດຢູ່ເຂດປົກຄອງຕົນ ເອງມຸສລິມ ມິນດານາວ
ປະເທດຟິລິບປິນ.

ຕ້ອງການຂໍ້ມູນລາຍລະອຽດກ່ຽວກັບ GIZ Fit for School ແລະ
ສິ່ງອໍານວຍຄວາມສະ ດວກໃນການລ້າງມືເປັນກຸ່ມກະລຸນາຕິດຕໍ່
Nicole Siegmund, nicole.siegmund@giz.de

ຄໍາປະຕິເສດ

ການຈັດພິມນີ້ແມ່ນມີຈຸດປະສົງເພື່ອແຈກຢາຍລ້ຳ ແລະ
ບໍ່ອະນຸຍາດໃຫ້ຜະລິດຄືນໃໝ່ ເພື່ອເປັນສິນຄ້າ.
ອົງການ GIZ ສົ່ງເສີມໃຫ້ມີການແຈກຢາຍໃນໂຮງຮຽນ ແລະ ຊຸມຊົນ.
ການລອກແບບບົດລາຍງານ ແລະ ກ່າຍບາງເນື້ອໃນເພື່ອຈຸດປະສົງສ່ວນບຸກຄົນ
ຫຼື ເພື່ອການສຶກສາແມ່ນບໍ່ມີການເກືອດຫ້າມ ແຕ່ຕ້ອງມີການອ້າງອີງແຫຼ່ງທີ່
ມາຂອງຂໍ້ມູນ. ການຮ້ອງຂໍສໍາລັບການຈັດພິມຄືນໃໝ່ ແລະ
ຂໍສະເໜີອື່ນໆແມ່ນ ໃຫ້ຕິດຕໍ່ໄປທີ່ຫ້ອງການ GIZ Fit for School,
ມະນີລາ, ປະເທດຟິລິບປິນ.

ເດືອນກັນຍາ 2020

ISBN 978-3-95645-245-1

This publication is licensed under Creative Commons:
Attribution – NonCommercial – NoDerivatives 4.0 International

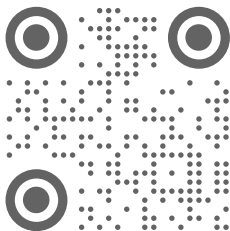


ສະໜັບສະໜູນໂດຍ:



ເບິ່ງວິດີໂອສໍາລັບຄູ່ມືນີ້ຢູ່ໃນ
YOUTUBE:

<https://bit.ly/3kUmkJI>



www.fitforschool.international