

ยอดหลานยาย

บรรณาธิการที่ปรึกษา : คุณหญิงจ่านงศรี หาญเจนลักษณ์



เรื่อง
ศรียรัตน์ ชีวอนันต์
ภาพ
อนรุภัส ชีวอนันต์

บรรณาธิการที่ปรึกษา : คุณหญิงจันทศรี หาญเจนลักษณ์

ยอดหลานยาย

เรื่อง
ศรีวิรัตน์ ชีตอานันต์
ภาพ
อนุวิทย์ ชีตอานันต์

วิธีสนุก

1. **เปิด** หนังสือที่ละหน้า ให้เด็กๆ ได้ดูภาพ
ที่ใหญ่เล่าเรื่องอย่างมีจินตนาการ
2. **หัดอ่าน** และ **อ่านซ้ำ** ได้หลายครั้ง
เพื่อให้เด็กๆ สนุกและจำคำได้
3. เมื่อเด็กๆ จำได้ ให้เปิดที่ละหน้า
แล้ว **ตอบคำถาม** จากภาพที่เห็น
4. **วาดภาพ** หรือ **ระบายสี** และให้เด็กๆ
เขียนข้อความถึง ปู่ ย่า ตา ยาย



หมายเหตุ ในที่นี้ เป็นตัวแทนของผู้สูงอายุ ซึ่งหมายถึง ผู้ที่มีอายุเกิน 60 ปี การที่จะทำให้ผู้สูงอายุ ลุกนั่งอย่างมีความสุข
คือ ต้องมีสุขภาพดีทั้งกายและใจ ลุกนั่งจึงคนได้อย่างมีศักดิ์ศรีและเหมาะสม

ชื่อเจ้าของหนังสือ

ชื่อคุณยาย

โด้!

ย.ยายรักหลาน สืบสานสายใย





โ้ว ! ยายรักหลาน สืบสานสายใย

เมื่อเราอายุมากขึ้น โอกาสของการเป็นปู่ ย่า ตา ยาย เข้ามาหาโดยอัตโนมัติ
หลานจะมอบความรักและความไว้วางใจให้ เนื่องจากมีเวลาอยู่ด้วยกันมาก

ท่านสามารถใช้ประสบการณ์ชีวิตที่ผ่านมาสอนลูกหลาน

แต่ควรระวังเรื่องการคาบใจหลานมากเกินไป ทำให้หลานเอาแต่ใจตนเอง ทำให้เด็กเสียนิสัยได้

เด็ก ๆ รู้มั๊ย คุณยายมีหลานกี่คน ?

อ๋อ! แม่แล้ว

ข.ยายหายไป
ใครเจอยายบ้าง





อู๊ย ! แย่แล้ว ข.ยายหายไป.ใครเจอยายบ้าง

โรคหลงลืมจากความเสื่อมของสมอง ทำให้มีอาการสับสน

๑- ในเรื่องเวลาและสถานที่ บ่อยครั้งที่ออกไปนอกบ้านแล้วหลงทาง

เราอาจช่วยเหลือผู้สูงอายุที่มีอาการหลงลืม โดยหมั่นพูดคุยกับท่านอย่างสม่ำเสมอ

จัดหาสิ่งช่วยเตือนความจำ เช่น รูปถ่ายสมาชิกในครอบครัว

หาปฏิทินตัวใหญ่ๆ เพื่อเตือนความจำเรื่อง วัน เดือน ปี และจัดกิจกรรมให้ท่านทำในแต่ละวัน

เด็กๆ ลองสังเกตดูสิ คุณยายหอบหิ้วอะไรมาบ้างนะ ?

๗
เอ๊ะ! นั่นไง

๘
อ.ยายกลับบ้าน ลูกหลานห้วงใย





เอ๊ะ ! นั่นไง ย.ยายกลับบ้าน ลูกหลานห่วงใย

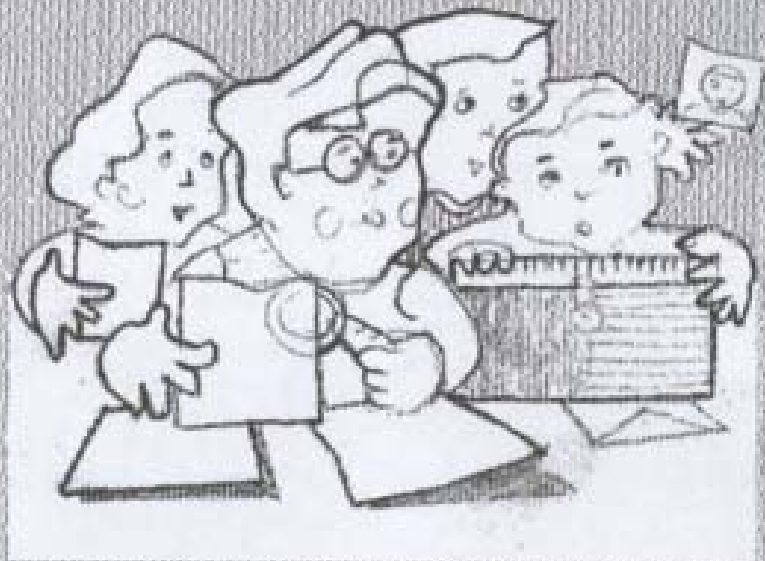
ผู้สูงอายุ อาจมีปัญหาสุขภาพบ้าง เช่น ข้ออักเสบ ทำให้การเคลื่อนไหวติดขัดเจ็บปวด
สายตาไม่ดี ทำอะไรดูไม่คล่องแคล่ว ถ้าเป็นผู้สูงอายุที่ไม่ดูแลสุขภาพ
และไม่เคยออกกำลังกายมาก่อน ย่อมมีโอกาสเจ็บป่วยรุนแรงและเรื้อรัง
ทำให้ลำบากในการดำเนินกิจวัตรประจำวัน

กว่ายายจะกลับถึงบ้าน ยายผ่านสถานที่ใดบ้าง ?

อ้าว!

ย.ชายรู้ลึก ระลึกถึงอดีต





อ้าว ! อ.ชายรู้สึก ระลึกถึงอดีต

ผู้สูงอายุมองโลกในแง่ดี จะสามารถถ่ายทอด
ประสบการณ์ที่มีค่าเหล่านั้นเป็นบทเรียนให้ลูกหลาน
เป็นแนวทางการดำเนินชีวิตอย่างมีสติ รู้จักคิด ปัจจุบัน
และอนาคตอย่างรู้เท่าทัน และมีความสุข

ถ้าเด็ก ๆ อหากู้เรื่องราวในอดีต ลองถามคุณยายคุณลุง

ไอ้ อิม!

ย.ยายคล้ายเหงา ถ้าเอาใจใส่





อิม ! อ.ยายคลายเหงา ถ้าเอาใจใส่

เมื่อเข้าสู่วัย ผู้สูงอายุมักจะมีกิจกรรมยามว่าง ไม่ว่าจะเพื่อบันเทิงนาการ เช่น วาดรูป เล่นกีฬา เล่นดนตรี อ่านหนังสือ เข้าชมรมต่างๆ ท่องเที่ยว หรือทำสิ่งที่เป็นประโยชน์ให้แก่สังคม เช่น ช่วยไปสอนหนังสือให้เด็กยากจน ทำให้ท่านมีชีวิตอย่างมีความหมาย และมีความภาคภูมิใจ

เด็กๆ น่าจะลองใช้เวลาว่างอยู่กับคุณเฮาบ้างนะ

ห้องสร้างสรรค์ชม

เฮ้!

ย.ยายสบายใจ ระบายสีเส้น
เด็ก ๆ ช่วยคุณยายระบายสีเส้น
บรรยากาศงานสร้างสรรค์ให้สดใส

คุณยายคลุ้มใจมากแล้ว ปีนป่ายไม่ไหว



รวมผู้สูงอายุกุ *

เฮ้ ! ย.ยายสบายใจ ระบายสีสิ่น

ผู้สูงอายุสามารถทำงานศิลปะที่ตนเองถนัดหรือสนใจ เช่น การวาดภาพ ระบายสี การปั้น การประดิษฐ์งานสร้างสรรค์ กิจกรรมศิลปะทำให้เกิดความเพลิดเพลิน มีความสุขและเกิดสมาธิ ขณะทำงาน และถ้าได้ทำงานศิลปะร่วมกับลูกหลาน จัดเป็นกิจกรรมที่เสริมสร้างความสัมพันธ์ ได้เป็นอย่างดี การมีผลงานร่วมกันทำให้เกิดความประทับใจไม่รู้ลืม



โด้โด้!

๑๖

ย.ยายมีภูมิ ปุ่มปัญญาไทย





ไอ้โฮ ! อ.ยายมีภูมิ ปูมปัญญาไทย

ประสบการณ์การทำงานของผู้สูงอายุ สามารถนำมาถ่ายทอดให้คนรุ่นหลัง โดยผ่านกระบวนการสร้างสรรค์ สร้างรายได้ให้ครอบครัว ทำให้ผู้สูงอายุอยู่อย่างมีคุณค่า เช่น กลุ่มผู้เฒ่าผู้แก่ที่อำเภอแม่สรวย จังหวัดเชียงราย นำประสบการณ์ภูมิปัญญา และทักษะเชิงช่าง ด้วยวัสดุที่หาได้ในท้องถิ่นมาทำของเล่นไม้ให้ลูกหลาน เป็นสินค้าดีราคาถูก ที่แสดงถึงภูมิปัญญาของผู้เฒ่าที่เข้าใจเด็ก

เด็กๆ รู้มั๊ย ? ของเล่นฝีมือยาย ไม่ต้องเงินซื้อ

อ้อ!
ข ข

ย.ยายประหยัด มีธัยส์ถ่อตออม





อู้ฮู! อ.ชายประหัด มัธยม้อดออม

การอดออม และ การชักชวนกันทำกิจกรรมที่ไม่ต้องใช้เงินมาก
เช่น การออกกำลังกาย การสร้างสรรค์งานศิลปะ ทำอาหาร
อาจเป็นแนวทางสร้างรายได้ อีกทั้งยังได้ถ่ายทอดประสบการณ์ที่ดี
และทักษะชีวิตให้เด็กอย่างที่ไม่สามารถหาได้จากในห้องเรียน

เด็กๆ เชื่อหรือไม่ว่า ประหัดมัธยม้อดออมจริง แม้แต่ออมสินก็ทำเอง

✦
อ้อ!

ย.ยายรู้ดี วิธีสร้างสุข





อ้อ! อ.ชายรุติ วิธีสร้างสุข

ผู้สูงอายุเมื่ออยู่กับลูกหลาน เปรียบเหมือนตำราชีวิตและสุขภาพเล่มโต
 ท้าผ่านการแก้ปัญหารชีวิต ปัญหาสุขภาพ ปัญหาครอบครัว
 จนเข้าใจลึกซึ้ง ด้วยประสบการณ์ของท่าน
 จึงสามารถให้คำแนะนำเพื่อเป็นแนวทางสร้างสุข

เด็กๆ เป็นหวัดคัดจมูก คุณยายเอาอะไรให้ดมและต้มน้ำให้อาบ ?

เฮ้!

ย.ชายรู้ละเล่น ลูกหลานสร้างสนุก





เฮ้ ! ย.ยายรู้ละเล่น ลูกหลานสร้างสนุก

พ่อแม่ที่ชื่อของเล่นให้ลูก บางครั้งลืมนึกถึงความรุนแรงและอันตราย
ที่อาจเกิดขึ้น เช่น ปืน รองเท้าสเก็ต ฯลฯ.. แต่ผู้สูงอายุอาจสอนการละเล่นอย่างไทย
ได้ทั้งความสนุกเพลิดเพลิน และได้ออกกำลังกาย หรือชวนทำของเล่นจากวัสดุธรรมชาติที่หาง่าย
แฝงภูมิปัญญา ทำให้เด็ก พ่อแม่ ปู่ ย่า ตา ยาย อยู่ด้วยกันอย่างมีความสุข

เด็กๆ รู้หรือไม่ว่า กะทิ กะลา กะบวย เกี่ยวข้องกันอย่างไร ?

โอดี!

ย.ยายขอซากกอด ยอดหลานยาย





ไอ้! อ.ยายขอฝากทอด ขอฝากหลานยาย

ความรักความผูกพันระหว่างเด็กและผู้สูงอายุ เป็นสิ่งที่ตอบสนอง
ความต้องการซึ่งกันและกัน การได้สัมผัสหรือการทอดเป็นการมอบความรัก
และสร้างความไว้วางใจให้กับเด็กได้ดีที่สุด ผู้สูงอายุเองก็สุขใจ
ที่ได้รับความสนใจ และเห็นในคุณค่าและความสำคัญ

เด็กๆ รู้หรือยังว่า เสื้อที่คุณยายชอบใส่เรียกว่าอะไร

ให้เด็กเขียนภาพที่แสดงถึงความรัก
ความผูกพันของหลาน, ถึงคุณปู่ ย่า ตา ยาย



ตรงนี้เขียนข้อความดี ๆ ที่แสดงความรัก
ความผูกพันของหลาน, ถึงคุณปู่ ย่า ตา ยาย

ถึง...คุณงาช

.....

.....

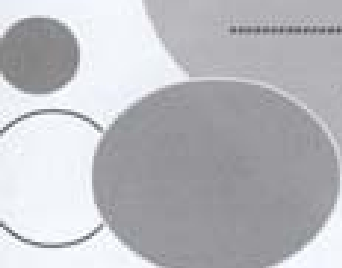
.....

.....

.....

.....

จาก...หลานงาช





สร้างสรรคโครงการ

เยาวชนต้นคิด เยาวชนมีตรรกการอ่าน

- ➊ เยาวชนค้นหาวิถีชีวิต, ไล่ล่าอ่านกันทั้งครอบครัว ฝึกเขียนงานที่สนุกได้ใจงาน, ฝึกเขียนเรื่องที่ผู้ใหญ่ ควรรู้, ฝึกใช้การอ่านเป็นพื้นฐานชีวิต
- ➋ เยาวชนวัดกิจกรรม กระบวนการเพื่อ ส่งเสริมเด็กทุกคนได้ใช้การอ่านและ ครอบครัวได้มีความเข้าใจเกี่ยวกับการอ่าน เพื่อสร้างผู้อ่านออกชีวิต
- ➌ เยาวชนฝึกอ่าน แทนที่ฝึกปฏิบัติ เพื่อ รู้รอบ และรอบรู้ อ่านเพื่อรู้ทัน ฝึกทักษะชีวิต รู้จักเลือก เพื่อคุณภาพชีวิต



ขนาดไฟล์ 1
 ระยะเวลา 204
 จำนวน 1,000 เล่ม

ฉบับนี้เป็นโครงการ
สนับสนุนโดย
สสส

ภาพเขียน
 เยาวชนต้นคิด
 วิถีชีวิต
 กิจกรรมอ่าน
 กิจกรรมครอบครัว
 กิจกรรม

- เยาวชนต้นคิดและเยาวชนต้นคิดอ่าน
- สำนักข่าวและชุมชนสนับสนุนการอ่านในชุมชน
- สำนักพิมพ์
- งานอาสาสมัคร (Volunteer) 2010
- มูลนิธิเด็ก (Child Foundation)
- มูลนิธิเพื่อเด็ก (Child Foundation)
- สมาคมอาสาสมัคร (Volunteer)
- มูลนิธิเด็ก (Child Foundation) / มูลนิธิเด็ก (Child Foundation)
- มูลนิธิเด็ก (Child Foundation)
- Art Believery Club
- Thai Red Cross
- สำนักข่าวและชุมชนสนับสนุนการอ่าน



สสส สนับสนุนโครงการ

สนับสนุน โครงการ

สร้างสรรคสหภาพ
 เชื่อมสายสัมพันธ์ ได้เห็นร่วมกัน ไป
 ในหนทางชีวิตที่อบอุ่น
 จำนวน 1,000 เล่ม



การที่จะทำให้
 ผู้สูงอายุตลอดช่วงอายุมีความสุข
 คือ ต้องมีสุขภาพที่ดีทั้งกายและใจ
 อยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข
 และเหมาะสม
 ศิริวัฒน์ ธีรรัตน์