

รายละเอียดโครงการ วิ่งส์ชีวิตใหม่ Run for a New Life

หลักการและเหตุผล

จากข้อมูลสถิติการเก็บข้อมูลของสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ สสส. ร่วมกับสถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล ในปี 2561 ที่ผ่านมา ประเทศไทย มีการจัดกิจกรรมการวิ่ง และจำนวนนักวิ่ง เพิ่มมากขึ้นอย่างก้าวกระโดด ซึ่งหากเปรียบเทียบจากปี 2545 มีจำนวนนักวิ่ง จำนวน 5.8 ล้านคน มีอัตราเพิ่มสูงขึ้น ในปี 2559 เป็นจำนวน 12 ล้านคน โดยในปี 2561 มีอัตราจำนวนนักวิ่งเพิ่มสูงขึ้น เป็น 15 ล้านคน หากย้อนกลับไปเมื่อ 8 ปีที่ผ่านมากระแสการวิ่งเริ่มได้รับความนิยม เพิ่มมากขึ้นจากการฉายภาพยนตร์เรื่องรัก 7 ปีดี 7 โท และปัจจัยที่มีความสำคัญเกิดขึ้นจากปรากฏการณ์ที่ ตู่น บอดีส์แลม (คุณอาทิวราห์ คงมาลัย) ได้มีการวิ่งระดมทุนโครงการก้าวคนละก้าวทั้ง 2 ครั้งจากกรุงเทพฯ-บางสะพาน และจากอัตราการเพิ่มปริมาณคนวิ่งมากขึ้นอีเวนต์วิ่งก็เพิ่มสูงขึ้น โดยในปี 2561 ที่ผ่านมา มีจำนวนงาน รวมกว่า 900 - 1,000 งานต่อปี หรือคิดเป็นสัปดาห์ละ 20 - 30 งาน

แต่ถึงอย่างไรก็ตามจากจำนวนตัวเลขดังกล่าวมีผู้วิ่งเป็นประจำมีเพียง 10% ของนักวิ่งทั้งหมดเท่านั้น โดยส่วนใหญ่ยังคงเป็นการวิ่งตามกระแสแฟชั่น ซึ่งมีความสอดคล้องกับรายงานของ WHO องค์การอนามัยโลก ประเมินการว่าประชากร 1.4 พันล้านคนทั่วโลก หรือคิดเป็นสัดส่วน 25% ของโลกไม่ได้ออกกำลังกายอย่างเพียงพอ และโดยในประเทศไทยมีข้อมูลจากกระทรวงสาธารณสุข เผยคนไทยมีอัตราการเสียชีวิตด้วยโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง (NCDs) ชั่วโมงละ 37 คน สาเหตุจากพฤติกรรมสุขภาพ เกิดขึ้นจากโรคหลอดเลือดสมองคิดเป็นร้อยละ 4.59 หรือประมาณ 28,000 คน รองลงมาคือโรคหัวใจขาดเลือด โรคทางเดินหายใจอุดกั้นเรื้อรัง เบาหวาน และความดันโลหิตสูง ตามลำดับ โดยสาเหตุหลักเกิดจากการรับประทานอาหารที่มีรสหวาน มัน เค็ม ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ สูบบุหรี่ มีกิจกรรมทางกายไม่เพียงพอ

จากสาเหตุที่กล่าวมาข้างต้น สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ ร่วมกับ คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล มหาวิทยาลัยมหิดล มูลนิธิสมาพันธ์ชมรมเดินวิ่งเพื่อสุขภาพไทย แผนงานสื่อศิลปวัฒนธรรมสร้างเสริมสุขภาพ โครงการวิ่งส์ บริษัท เอ็น จีจี เอ็นเตอร์ไพรส์ จำกัด บริษัท สิริมาร์เก็ตติ้ง จำกัด นิตยสารไทยจ็อกกิ้ง แฟนเพจ Thai Run ให้ความสำคัญนักวิ่ง จัดทำโครงการ ภายใต้แนวคิด “วิ่งส์ชีวิตใหม่” เพื่อเปิดรับสมัคร 8 คนต้นแบบ ร่วมเป็นส่วนหนึ่งในสื่อสารคดีเรลลิตี้ กระตุ้นให้เกิดการตื่นตัวเรื่องสุขภาพและกิจกรรมทางกาย

วัตถุประสงค์

1. **New inspiration** เพื่อผลิตสื่อผ่านบุคคลต้นแบบ เป็นแบบอย่างของการสร้างแนวคิด เปลี่ยนวิถีคิด ลูกขึ้นมาปรับปรุง เปลี่ยนแปลงตนเอง
2. **New passion** เพื่อเป็นแบบอย่างของการสร้างศักยภาพและองค์ความรู้ในเยาวชน บุคคลทั่วไป และมีอาชีพ ในการผลิตสื่อเพื่อการสร้างเสริมสุขภาพ

3. **New fit** เพื่อเป็นแบบอย่างของการเสริมสร้างสมรรถภาพทางกายให้สมบูรณ์แข็งแรง สร้างความรู้ความเข้าใจที่ถูกต้องในการวิ่ง
4. **New life** เพื่อเป็นแบบอย่างของการก้าวไปสู่สิ่งใหม่ๆ ของชีวิต เกิดการตื่นตัวเรื่องสุขภาพและกิจกรรมทางกาย ภายใต้นแนวคิด ”วิ่งสู่ชีวิตใหม่“

กลุ่มเป้าหมาย

กลุ่มเป้าหมายหลัก : เยาวชน นักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย นิสิตนักศึกษา บุคคลทั่วไป

กลุ่มเป้าหมายรอง : ประชาชน สื่อมวลชน ภาครัฐสร้างเสริมสุขภาพ

คุณสมบัติผู้เข้าร่วมโครงการ

- **เปิดรับสมัคร บุคคลต้นแบบของการเปลี่ยนแปลงตัวเอง 8 ไม่จำกัดเพศ และอายุ โดยผู้เข้าร่วมจะต้องมีคุณสมบัติตามรายละเอียดเกณฑ์ดังนี้**
 1. บุคคลที่มีปัญหาด้านสุขภาพ หรือมีโรคประจำตัวร้ายแรง
 2. บุคคลที่มีปัญหาอาการเจ็บป่วยจากการทำงานอย่าง ออฟฟิศซินโดรม
 3. บุคคลที่มีปัญหาป่วยเป็นโรคซึมเศร้า หรือมีสภาวะเสี่ยงสู่การเป็นโรคซึมเศร้า
 4. บุคคลที่มีปัญหาด้านโภชนาการ เช่น อยู่ในสภาวะโรคอ้วน
 5. บุคคลที่มีปัญหาทางกายภาพของร่างกาย อย่างคนพิการ
- **บุคคลต้นแบบทั้ง 8 คน จะต้องไม่เคยผ่านการลงงานวิ่งใดมาก่อนและมีความตั้งใจอยากเปลี่ยนแปลงตนเอง โดยการเริ่มออกมารunning**
- **บุคคลต้นแบบทั้ง 8 จะปฏิบัติกิจกรรมอยู่ภายใต้การดูแลของผู้เชี่ยวชาญการวิ่ง เพื่อเป็น 8 บุคคลต้นแบบ ในการร่วมในสื่อสารคดีเรลลิตี้**
- **ผู้เข้าร่วมโครงการจะต้องร่วมกิจกรรมงานวิ่ง Thai Health Day Run 2019 วิ่งสู่ชีวิตใหม่ ที่จะจัดขึ้นในเดือนพฤศจิกายน 2562 ในระยะ 10 Km.**

ระยะเวลาดำเนินโครงการ

Date/Time	Job Description
กรกฎาคม 2019	
10 - 18	ผลิตประชาสัมพันธ์การรับสมัคร
18 - 1 ส.ค.	ประชาสัมพันธ์และเปิดรับสมัคร 8 คนต้นแบบ
สิงหาคม 2019	
2	คัดเลือกใบสมัคร และประชุมคณะทำงานร่วม
16 -18	เข้าตรวจร่างกาย และเข้าร่วมการ Workshop เพื่อทำความเข้าใจ ร่วมกันในการดำเนินโครงการ
กันยายน 2019	
กระบวนการผลิตและเผยแพร่ผลงาน Clip 5 min. No. 1-2 จำนวนรวม 16 Clips	
ตุลาคม 2019	
กระบวนการผลิตและเผยแพร่ผลงาน Clip 5 min. No. 3-4 จำนวนรวม 16 Clips	
พฤศจิกายน 2019	
กระบวนการผลิตและเผยแพร่ผลงาน Clip 5 min. No. 3-4 จำนวนรวม 16 Clips และ Clip 15 Min. จำนวนรวม 8 Clips	
9 -10	กิจกรรมนิทรรศการ Thai Health Day Run

ดาวน์โหลดแบบฟอร์มการสมัครได้ที่

www.PINGs.in.th หรือ Facebook Fan page Thai Jogging Magazine

สอบถามข้อมูลเพิ่มเติมทางโทรศัพท์

- รายละเอียดเพิ่มเติมเกี่ยวกับโครงการการส่งใบสมัคร โทร. 02-298-0988 ต่อ 104 หรือ 096-892-1685 หรือ 094-653-0522

ส่งใบสมัครมาได้ที่

- อีเมล : pingsproject@gmail.com