

## งานบันเทิงใจ: แสงหาแรงบันดาลใจจากงานดีๆ



“แรงบันดาลใจ ที่สามารถสร้างแสงสว่างแก่ผู้ยากไร้”

### โครงการ หลอดไฟพลังแสงอาทิตย์จากขวดพลาสติก

“ขวดน้ำอัดลมที่ใช้เวลาตั้งแต่ 7 นาที แต่เหลือขวดให้ย่อยสลายต่อไปอีกนานถึง 700 ปี ถ้าสามารถนำไปใช้ประโยชน์ได้น่าจะเป็นเรื่องที่ดี”

คำกล่าวของ อิลลาค ดิอาซ (Mr. Illac Diaz) ผู้ก่อตั้งมูลนิธิ “สถานสงเคราะห์ของฉัน” หรือ “My Shelter Foundation” ที่ริเริ่มโครงการ หลอดไฟพลังแสงอาทิตย์จากขวดพลาสติก

จากวิสัยทัศน์ที่จะสร้างระบบการพัฒนาอย่างยั่งยืน โดยนำเทคโนโลยีที่เหมาะสม มาบวกกับการสร้างทางเลือกใหม่ และสามารถสร้างประโยชน์ให้กับคนทั่วไปได้ **โครงการ หลอดไฟพลังแสงอาทิตย์จากขวดพลาสติกจึงเกิดขึ้น** และได้ช่วยส่องสว่างให้กับบ้านผู้ด้อยโอกาสในฟิลิปปินส์ให้ถึง 1 ล้านหลังคาเรือน

ด้วยวิธีการทำที่แสนง่ายดาย แค่มีขวดพลาสติก เติมน้ำให้เต็มเกือบถึงคอขวด แล้วใส่น้ำยาฟอกขาวลงไปสองฝา ก่อนนำขวดไปใส่ไว้ในรูที่เจาะไว้บนหลังคา เชื่อมโดยรอบขวด ให้แน่นด้วยกาวกันซึม

อ่านเพิ่มเติมที่ <http://www.celsias.com/article/one-million-liters-light-philippino-homes-given-s/>

## งานบัณฑิตใจ: แสวงหาแรงบันดาลใจจากงานดีๆ



“แรงบันดาลใจในการสร้างโลกที่เท่าเทียมกันของทุกคน”

### โครงการสอนคนตาบอดให้ถ่ายภาพ

“แค่เห็นรอยยิ้มของน้อง ๆ ตอนที่มีคนชมรูปที่เขาถ่าย แต่ความสุขในโลกนี้ทั้งหมดก็มาอยู่ที่เราแล้ว”

คำพูดของอาสาสมัครเป็นสมาชิกกลุ่ม Pict4all (Picture For All) ชุมชนคนรักการถ่ายภาพ ที่ไม่ได้มุ่งหวังความสุขจากกิจกรรมถ่ายภาพเท่านั้น แต่ยังต้องการให้ผู้พิการทางสายตา มีความภาคภูมิใจ ความเชื่อมั่น เห็นคุณค่าในศักยภาพของตนเองและ สามารถใช้ภาพถ่าย เป็นเครื่องมือในการสื่อสาร เพื่อบอกเล่าเรื่องราว ความรู้สึกนึกคิดกับคนตาดีด้วย

**โครงการสอนคนตาบอดให้ถ่ายภาพ** โดยอาสาสมัครกลุ่มนี้จึงเกิดขึ้น และได้มีการสอนเด็กนักเรียนตาบอด และคนตาบอดให้ถ่ายภาพเป็นแล้วจำนวนเกือบ 200 คน ทั้งในกรุงเทพมหานครและในภูมิภาคต่างๆทั่วประเทศ โครงการนี้ทั้งได้สร้างรอยยิ้มแห่งความสุขให้กับผู้พิการทางสายตาเจ้าของผลงานภาพถ่าย และผู้ที่มีโอกาสได้ชมภาพผลงานนั้น

อ่านเพิ่มเติมที่ <http://blindphotographer-thailand.blogspot.com/2012/04/shooting-blind.html>

## งานบันไดใจ: แสวงหาแรงบันดาลใจจากงานดี ๆ



*“เมื่อแรงบันดาลใจสรรค์สร้างความคิดสร้างสรรค์”*

### โครงการ Lucky Iron Fish หรือ ปลาเหล็กนำโชค

เกิดขึ้นจากงานวิจัยของมหาวิทยาลัยกัฟฟ์ (Guelph) ที่ต้องการแก้ปัญหาการขาดธาตุเหล็กของประชาชนชาวแคมพูชาที่ยากจน ด้วยการนำเหล็กทำเป็นรูปปลา สัญลักษณ์ของความโชคดีของคนแคมพูชา หรือ “ปลาเหล็กโชคดี” แล้วแจกจ่ายให้ครอบครัวคนยากจนที่ประสบปัญหาการขาดธาตุเหล็ก เพื่อนำ “ปลาเหล็กโชคดี” ที่มีน้ำหนัก 2 ชีดนี้ไปต้มร่วมกับอาหารที่ปรุงนาน 10 นาที แล้วแยก “ปลาเหล็กโชคดี” ออกมาเพื่อใช้ในการปรุงอาหารครั้งต่อไป เพียงเท่านี้ผู้ที่รับประทานอาหารที่ต้มรวมกับ “ปลาเหล็กโชคดี” ก็จะได้รับธาตุเหล็กถึง 75 เปอร์เซ็นต์ของที่ร่างกายต้องการต่อวัน

ปัจจุบัน “ปลาเหล็กโชคดี” สามารถช่วยลดความเสี่ยงต่อโรคโลหิตจาง จากการขาดธาตุเหล็กของคนแคมพูชาที่ยากจนได้เกือบ 3,000 ครอบครัว และยังถูกนำไปใช้ในโรงพยาบาลในชนบทอีกด้วย

อ่านเพิ่มเติมและติดตามโครงการได้ที่ <http://www.luckyironfish.com/>

## งานบันไดใจ: แสวงหาแรงบันดาลใจจากงานดีๆ



“แรงบันดาลใจ คือ การให้”

### โครงการ Walls of Kindness หรือ ผนังแห่งความเมตตา

เป็นโครงการบริจาคสิ่งของใช้แล้วแก่ผู้ยากไร้ โดยประชาชนสามารถนำสิ่งของมาบริจาคได้ ด้วยการนำไปแขวนไว้บนกำแพง เพื่อให้ผู้ที่ต้องการสามารถหยิบเลือกไปได้ฟรีๆ เกิดขึ้นที่แรกที่เมืองมัชฮาด (Mashad) ในประเทศอิหร่านในช่วงที่ฤดูหนาว เมื่อความหนาวทวีความรุนแรงขึ้นเรื่อยๆ คนในเมืองซึ่งเริ่มเป็นห่วงคนไร้บ้าน จึงพากันนำเสื้อผ้าเหลือใช้มาแขวนไว้บนกำแพง โดยมีข้อความเขียนไว้สั้นๆ ว่า

“ถ้าคุณไม่ต้องการมัน ก็ทิ้งมันไว้ที่นี่ แต่ถ้าคุณต้องการมัน คุณก็หยิบไปได้เลย”

จากผนังแห่งแรก สู่ผนังแห่งที่สอง สาม และสี่ กลายเป็นปรากฏการณ์ที่มีขึ้นในหลายเมือง ก่อนจะขยายไปประเทศอื่นๆ ทั่วโลก

อ่านเพิ่มเติม <http://www.theguardian.com/world>

## งานบัณฑิตาใจ: แสวงหาแรงบันดาลใจจากงานดีๆ



**โครงการ ‘แพทย์เฉพาะทางบาทเดียว’ ปรึกษาปัญหาสุขภาพฟรี 24 ชั่วโมง**

**“อยากพบหมอ ไม่ต้องรอบัตรคิว”**

**“ปรึกษาด้วยใจ ไม่ใส่ใจค่าตอบแทน”**

คือ สโลแกน ของเว็บไซต์ที่ชื่อว่า [www.sosspecialist.com](http://www.sosspecialist.com) ที่ดำเนินการโดยกลุ่มหมอจิตอาสา แพทย์ศิริราช รุ่น 103 ซึ่งเป็นแพทย์เฉพาะทางในสาขาต่างๆ ได้ร่วมกันเปิดเว็บไซต์นี้ขึ้น เพื่อให้คำปรึกษา ไขข้อข้องใจโรคเฉพาะทางต่างๆ แบบไม่มีค่าใช้จ่ายใดๆ แก่ประชาชน โดยเมื่อไรก็ตามที่คุณหมอเหล่านี้มีเวลว่างหลังจากลงเวรตรวจ ก็จะไปเปลี่ยนเวรกันมานั่งเฝ้าหน้าจอตอบคำถามจากที่บ้าน พูดคุยกับผู้เข้ามาสอบถามบนหน้าเว็บ

โดยแบ่งออกเป็นห้องตรวจเฉพาะทางทั้งหมด 16 ห้อง ได้แก่ อายุรกรรม, ศัลยกรรม, โรคเด็ก, สูตินารีเวช, กระดูกและข้อ, กายภาพบำบัด, จิตเวช, จักษุ, ทันตกรรม, ผิวหนัง, รังสีวินิจฉัย, มะเร็ง, หู คอ จมูก, เกสัชกร, แพทย์แผนจีน และโภชนาการ รวมถึงมีห้องสนทนาให้แลกเปลี่ยนและแชร์ประสบการณ์ในเรื่องเกี่ยวกับสุขภาพด้วย

อ่านเพิ่มเติมที่ [http:// www.sosspecialist.com](http://www.sosspecialist.com)