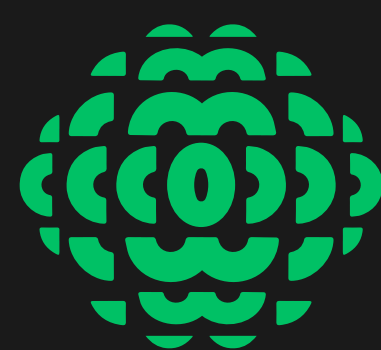


แนวทางการ สนับสนุน



วันภาวะสมองพิการ
โลก

6 ตุลาคม

ติดต่อเราหากต้องการการสนับสนุน
contact@worldcpday.org

ติดตามเราบนโซเชียล
[@worldcpday](https://www.instagram.com/worldcpday)



เนื้อหา

หลักการ	03
ทำไมการสนับสนุนจึงมีความสำคัญ	04
คุณสามารถทำอะไรได้บ้าง	05
เอกสารข้อเท็จจริงของภาวะสมองพิการ	10
คุณสามารถเริ่มได้จากที่ไหน / คุณสามารถเข้าถึงใครได้บ้าง?	13

หลักการ

เรื่องเล่าโดยผู้พิการทางสมอง ไม่ใช่เพียงเรื่องเล่าถึงพวกเขา

ผู้พิการทางสมองเป็นผู้เล่าเรื่อง ไม่ใช่เพียงคนในเรื่อง

การเสริมพลังสำคัญกว่าแรงบันดาลใจ

สร้างกรอบให้ผู้พิการทางสมองด้วยความภาคภูมิใจ ไม่ใช่ความเห็นใจ

เริ่มจากที่ที่คุณอยู่

ทุกคนสามารถมีส่วนร่วม ในแบบที่เหมาะสมกับพวกเขา

การเชื่อมต่อสำคัญกว่าการเผชิญหน้า

ให้ความรู้ผ่านทางการเชื่อเชิญให้มีปฏิสัมพันธ์ ไม่ใช่ทำให้รู้สึกอับอาย



ทำไมการสนับสนุนจึงมีความสำคัญ

การตระหนักรู้เป็นสิ่งสำคัญเพราะมันเป็นก้าวแรกที่ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลง ไม่ว่าจะเป็นการเปลี่ยนแปลงนั้นจะเล็กน้อยหรือยิ่งใหญ่เพียงใด เมื่อเราตระหนักรู้มากขึ้นถึงปัญหาหรือความท้าทายร่วมกัน เราจะสามารถจัดการกับมันได้ดียิ่งขึ้น

นี่คือที่มาของการสนับสนุนและเหตุผลที่มันมีความสำคัญ การสนับสนุนเป็นขั้นตอนสำคัญถัดไปในการดำเนินการ เมื่อเราถูกกระตุ้นให้ลงมือทำ เราจะเริ่มเห็นว่าอะไรที่เป็นไปได้และค้นพบว่าเราความสามารถปรับเปลี่ยนเรื่องราวและอนาคตของตัวเองได้ ด้วยการลงมือทำ เราจะแสดงให้เห็นโลกประจักษ์ในสิ่งที่เราสามารถทำได้เมื่อพวกเราช่วยกันทำเพื่อเป้าหมายเดียวกัน

เคที ฮาสทรา (KATY GAASTRA) ผู้ก่อตั้งกลุ่มผู้พิการทางสมองเข้มแข็ง (CEREBRAL PALSY STRONG)

@cerebralpalsystrong

การสนับสนุนคือวิธีที่เราแสดงให้เห็นว่าเราใส่ใจ การสนับสนุนคือวิธีที่เราสร้างความแตกต่าง การสนับสนุนคือวิธีที่เราเป็นพลังให้การเปลี่ยนแปลงที่แท้จริง

ในฐานะผู้สนับสนุนสำหรับตัวฉันเองและเพื่อน ๆ ของฉันในประชาคมผู้พิการทางสมอง ฉันใส่พลังที่จะทำทุกอย่างที่ฉันสามารถทำได้เพื่อให้โลกน่าอยู่ขึ้นสำหรับผู้พิการ ผ่านเรื่องเล่าที่ละเอียดอ่อน การสนทนาแต่ละครั้งและการเชื่อมต่อแต่ละครั้ง

ดังนั้น ในวันภาวะสมองพิการโลกปีนี้ มาทำให้ความพยายามของเรามีความสำคัญมากขึ้นด้วยการส่งพลังของเราไปที่การสนับสนุนและการเลือกที่จะแสดงออกเพื่อตัวเราและประชาคมของเรา





เริ่มด้วยการลงมือทำสิ่งเล็ก ๆ แล้วเพิ่มระดับ ขึ้นถ้าคุณสามารถทำได้

ทุก ๆ การลงมือทำไม่ว่าใหญ่หรือเล็กจะช่วยสร้างโลกที่ผู้พิการทางสมองถูก
พบเห็น ได้ยินและมีส่วนร่วม

ปีนี้ เรากำลังก้าวจากความตระหนักรู้สู่การลงมือทำ
คุณเลือกวิธีได้

แชร์เสียงของคุณ

ถ้าคุณมีเวลา 5 นาทีและมีโทรศัพท์ เริ่มต้นที่นี่

- ✓ โพสต์ข้อความบนโซเชียลมีเดียโดยใช้คำพูดของคุณเอง
- ✓ ใช้เทมเพลตภาพหรือเรื่องราวของเราในการพูดถึงเหตุผลที่คุณใส่ใจ
- ✓ อัปโหลดรูปถ่ายกับหนึ่งในกรอบผู้สนับสนุนผู้พิการทางสมองของเรา
- ✓ ส่งข้อความเสียงเข้าไปในวอตส์แอปป์ของกลุ่มครอบครัวคุณ
- ✓ เติมนาม #WorldCPDay ในไบโอของคุณ

“

ฉันภูมิใจที่เป็นส่วนหนึ่งของประชาคมผู้
พิการทางสมอง ฉันต้องการให้โลกเห็น
คุณค่าของพวกเขา รับฟังเสียงของพวกเขา
และขจัดอุปสรรคที่พวกเราต้องเผชิญ
💚 #WorldCPDay

”

ข้อเสนอแนะในการโพสต์

การเริ่มต้นสนทนา

ถึงคนอื่น ๆ เข้ามา การสนับสนุนสามารถเริ่มด้วยคำถามก็ได้

- ✓ ใช้คู่มือ "วิธีเล่าเรื่องของคุณ"
- ✓ เล่าเรื่องในชั้นเรียน ทีมหรือกลุ่มของคุณ
- ✓ แชร์วิดีโอหรือคำคมจากผู้พิการทางสมอง
- ✓ พูดคุยกับเด็ก ผู้ใหญ่หรือเพื่อนร่วมงานว่าภาวะสมองพิการหมายถึงอะไร
- ✓ ถามเพื่อนว่า: "คุณรู้อะไรเกี่ยวกับภาวะสมองพิการบ้าง?"

“

วิธีที่ฉันใช้ชีวิตของฉันกับภาวะสมองพิการ
นั้นมีเอกลักษณ์เฉพาะตัว คุณยินดีที่จะฟัง
เรื่องราวของฉันไหม?

”

ตัวอย่างการเริ่มต้นสนทนา

การผลักดันเพื่อการเปลี่ยนแปลง

ร่วมมือกัน พูดออกมา ให้เสียงของคุณมีความหมาย

- ✓ ส่งจดหมายถึงผู้นำชุมชนของคุณ (เทมเพลตตามแนบ)
- ✓ รวบรวมรายชื่อเพื่อร้องเรียนถึงปัญหาท้องถิ่น
- ✓ จัดกลุ่มเพื่อเข้าพบผู้มีอำนาจตัดสินใจ
- ✓ ตีพิมพ์เรื่องราวของคุณในหนังสือพิมพ์ท้องถิ่นหรือประชาคมของคุณ
- ✓ ผลักดันร่วมกับผู้สนับสนุนอื่น ๆ ในภูมิภาคของคุณ

“

เราขอเรียกร้องให้ [กระทรวง/ท่านผู้ว่า
ราชการจังหวัด/อื่น ๆ] ช่วยปรับปรุงการ
เข้าถึงการศึกษาของรัฐสำหรับเด็กพิการ
ทางสมอง การมีส่วนร่วมไม่ใช่ทางเลือก
มันเป็นสิทธิ

”

ตัวอย่างการเรียกร้อง

เคล็ดลับ

คุณไม่จำเป็นต้องได้รับอนุญาตในการเริ่มต้น

การลงมือทำของคุณสามารถทำแบบเงียบ ๆ เป็นส่วนตัว ออนไลน์หรือเปิดเผยต่อสาธารณะ

คุณไม่จำเป็นต้องพูดเพื่อทุกคน แค່แชร์เรื่องจริงของตัวเอง

ประชาคมผู้พิการทางสมองมีประมาณ 50 ล้านคนรวมตัวกัน
เมื่อคุณพูด คุณจะได้เข้าร่วมกับหลาย ๆ คน

ข้อเท็จจริงและสถิติที่สำคัญ เกี่ยวกับภาวะสมองพิการ

ภาวะสมองพิการคืออะไร?

- ภาวะสมองพิการเป็นความพิการทางร่างกายตลอดชีวิตที่พบบ่อยที่สุดในโลก *ที่มา: [PETERSON 2024](#)
- ภาวะสมองพิการเกิดจากความเสียหายที่สมองระหว่างการตั้งครรภ์ ช่วงรอบคลอดหรือในช่วงสองปีแรกของชีวิต
- ภาวะสมองพิการส่งผลกระทบหลักต่อการเคลื่อนไหว ท่าทางและการประสานงานของร่างกาย อย่างไรก็ตาม ภาวะนี้ยังอาจเชื่อมโยงกับภาวะรองอื่น ๆ เช่น โรคลมชัก ความผิดปกติทางพฤติกรรมต่าง ๆ ความบกพร่องทางสติปัญญา ผู้พิการทางสมองอาจมีความยากลำบากในการสื่อสาร การรับประทานอาหาร การมองเห็นและการได้ยินด้วย
*ที่มา: [ROSENBAUM, 2007](#)
- ภาวะสมองพิการส่งผลกระทบแตกต่างกันไปในแต่ละคนและต้องการการสนับสนุนด้านสุขภาพและฟื้นฟูสมรรถภาพที่ออกแบบมาเฉพาะและต่อเนื่อง



ข้อเท็จจริงและสถิติที่สำคัญเกี่ยวกับภาวะ สมองพิการ

ภาพรวมของภาวะสมองพิการในระดับโลกเป็นอย่างไร?

- **ความชุก:** มีผู้พิการทางสมองประมาณ 50 ล้านคน*ทั่วโลก และผู้ปกครอง ผู้ดูแลและสมาชิกครอบครัวที่ได้รับผลกระทบโดยตรงประมาณ 350 ล้านคน
*ที่มา: [CIEZA 2021](#)
- **ความชุก:** เมื่ออัตราการเสียชีวิตของเด็กลดลงในประเทศที่มีรายได้ต่ำและปานกลาง จำนวนเด็กที่มีชีวิตอยู่กับความพิการซึ่งรวมถึงภาวะสมองพิการด้วยก็เพิ่มขึ้น สร้างแรงกดดันเพิ่มขึ้นต่อระบบสุขภาพ การศึกษาและการช่วยเหลือทางสังคม *ที่มา: [SUMON 2024](#)
- **การเข้าถึงการบริการ:** ในหลายประเทศที่มีรายได้ต่ำ มากกว่า 80% ของเด็กพิการทางสมองไม่ได้รับการฟื้นฟูสมรรถภาพหรือการดูแลรักษาใด ๆ เลย ความล้มเหลวในระดับโลกที่ทำให้คนนับล้านหมดโอกาสในการเคลื่อนไหว เรียนรู้ หรือเจริญเติบโต *ที่มา: [AL IMAM 2021](#), [JAHAN 2021](#)
- **การกีดกันทางการศึกษา:** ในหลายประเทศที่มีรายได้ต่ำ มากกว่าสองในสามของเด็กพิการทางสมองไม่ได้รับการศึกษาใด ๆ ในระบบเลย ไม่ว่าจะเป็นโรงเรียนทั่วไปหรือรูปแบบอื่นใดก็ตาม *ที่มา: [JAHAN 2021](#)

ข้อเท็จจริงและสถิติที่สำคัญเกี่ยวกับภาวะสมองพิการ

ภาพรวมของภาวะสมองพิการในระดับโลกเป็นอย่างไร?

- **ความเสมอภาคทางเพศและสุขภาพมารดา**
 - การดูแลเด็กพิการสร้างภาระต่อครอบครัวโดยเฉพาะมารดา นำไปสู่สุขภาพที่แย่ลง รายได้ต่ำลงและการมีส่วนร่วมของแรงงานลดลง *ที่มา: [TONMUKAYAKUL 2018](#)
 - มารดา: การพัฒนาสุขภาพของมารดาและการดูแลในช่วงรอบคลอดสามารถป้องกันภาวะสมองพิการได้ในบางราย แต่ผู้หญิงหลายล้านคนยังคงขาดการเข้าถึงการบริการที่จำเป็น *ที่มา: [BADAWI 2020](#)
- **ความล่าช้าในการดูแลรักษา:** เมื่อเด็กพิการทางสมองในพื้นที่ที่มีทรัพยากรจำกัดได้รับการฟื้นฟูสมรรถภาพ ก็มักจะเริ่มช้ากว่าที่ควรเป็นอย่างมาก เป็นการบั่นทอนผลลัพธ์ทางการรักษาและคุณภาพชีวิต
- **การขาดโอกาส:** ทั่วโลก เด็กพิการทางสมองต้องเผชิญกับความไม่เท่าเทียมในการเข้าถึงการบริการขั้นพื้นฐานที่สุด ทั้งการฟื้นฟูสมรรถภาพ การศึกษา และการมีส่วนร่วม แม้จะมีหลักฐานชัดเจนว่าสิ่งเหล่านี้ปรับปรุงผลลัพธ์ได้ก็ตาม
- **การเสียชีวิต:** ขณะที่จำนวนการเสียชีวิตของเด็กที่มีอายุต่ำกว่า 5 ปีทั่วโลกลดลงต่ำกว่า 4% เด็กพิการทางสมองต้องเผชิญกับความเสี่ยงที่สูงกว่าถึงห้าเท่า โดยมักจะเสียชีวิตจากสาเหตุที่สามารถป้องกันได้ เช่น ภาวะทุพโภชนาการและการติดเชื้อ
*ที่มา: [UNICEF 2023; BLAIR ET AL., 2019; GLM-CPR](#)

คุณสามารถเข้าถึงใครได้บ้าง?

ใช้เสียงของคุณในที่ที่มีความหมายมากที่สุด คนรอบตัวคุณ

คุณไม่จำเป็นต้องมีเวทีใหญ่ เมื่อร่วมมือกันเราสร้างผลกระทบที่ยิ่งใหญ่ได้

การสนับสนุนสามารถเริ่มต้นด้วยการสนทนาครั้งเดียว กับคนที่คุณรู้จักอยู่แล้ว

นั่นคือพลังของวงอิทธิพลของคุณ



ยูกันดา



โปแลนด์



อินเดีย



บังกลาเทศ



เซนต์ลูเชีย



สาธารณรัฐโดมินิกัน



เวียดนาม



เนปาล

วงอิทธิพลคืออะไร?

มันคือทุกคนที่คุณสามารถพูดคุย ติดต่อกับหรือสร้างแรงบันดาลใจได้ในขณะนี้ ซึ่งได้แก่:



ครอบครัวของคุณ



เพื่อน ๆ และประชาคมของ
คุณ



คุณครูและเพื่อนร่วมงานของ
คุณ



เจ้าหน้าที่ดูแลสุขภาพที่คุณ
พบ



ผู้นำท้องถิ่นหรือเจ้าหน้าที่
ของโรงเรียน



ผู้ติดตามคุณทางออนไลน์

จัดคนของคุณ

ใช้กิจกรรมง่าย ๆ นี้เพื่อคิดว่าใครที่คุณสามารถมีอิทธิพลโน้มน้าวได้

กลุ่ม	ที่นี่มีใครที่คุณรู้จักบ้าง?	คุณควรจะพูดหรือแชร์อะไรกับพวกเขา?
ครอบครัว	[เช่น คุณป้าของคุณ พี่หรือน้องชายของคุณ]	แชร์วิดีโอ เริ่มต้นพูดคุย เล่าเรื่องของ คุณ
เพื่อน ๆ	[เช่น กลุ่มที่โรงเรียนของคุณ กลุ่มวอตส์แอปของคุณ]	โพสต์ภาพกราฟิก เริ่มสนทนาเกี่ยวกับภาวะสมองพิการ
ศูนย์สุขภาพ/โรงเรียน/ที่ทำงาน	[เช่น นักกายภาพบำบัด คุณครู ผู้จัดการ]	ชวนพวกเขาเข้าร่วมวันภาวะสมองพิการโลกหรือแชร์สื่อประชาสัมพันธ์
ประชาคม	[เช่น กลุ่มที่โบสถ์ องค์กรผู้พิการ สโมสรเยาวชน]	เชิญพวกเขาให้การสนับสนุนหรือเป็นผู้ดำเนินการสนทนา
ออนไลน์	[เช่น เพื่อนทางเฟซบุ๊ก ผู้ติดตาม]	โพสต์โดยใช้ #UniquelyCP และข้อความของคุณเอง

คุณสามารถโน้มน้าวพวกเขาได้อย่างไรบ้าง?





ติดต่อเราหากต้องการการสนับสนุน
contact@worldcpday.org

ติดตามเราบนโซเชียล
@worldcpday

