



อะหมัดน่ารัก

قند / بيا حمد !

چریتا

ادم شهادم وان يوسف

سوسون کات

راءفیقن فتنایت

کمبر

ساولنی دراو

ترجمه

عبدالمجید قاراهیل

เค้าโครงเรื่อง

อดัม ซาหัดัม แวยูไซ้

เขียนคำ

ระพีพรรณ พัฒนาเวช

ภาพ

Sawanee Draw

แปล

แนมยี่ ปารามัล

อะหมัดน่ารัก

قند / بيا حمد !



เค้าโครงเรื่อง
อดัม ซาหัดัม แวญไซะ
เขียนคำ
ระพีพรรณ พัฒนาเวช
ภาพ
Sawanee Draw
แปล
วามายิ ปารามัล

چريتا
ادم شهادم وان يوسف
سوسون كات
راء فثيقن فثناويت
كمبر
ساواني دراو
ترجمه
عبدالمجيد فارامل

อะหมัดตื่นแล้ว เลี้ยงแจ่วไก่ขัน
รับแสงตะวัน เข้าอันสดใส
หยิบแปรงมาก่อน หมอสอนจำได้
ยาสีฟันใส่ แล้วแปรงไปมา

ขยับแปรงทางซ้าย	แล้วย้ายไปขวา
เบาเบาลีลา	ฟันหน้าฟันกราม
แปรงครบทุกซี่	ฟันดีฟันงาม
เข้าคำย่ำยาม	ต้องแปรงทุกวัน

احمد سوده باغون ڦاڳي، ايم برکوکوک ريوه بربويي.
سمبوت سينر چهاي ماتاهاري سکر چريا د وقتو ڦاڳي.
امبيل دولو بروس کيکي، نصيحت دوکتور دايغتې.
بوبوه ڦولا اوبت کيکي، کمودين کوسوق د سان سيني.
کوسوق کيکي سبله کيري، براليه ڦولا کسبله کان.
ڦرلاهن-لاهن کوسوق کيکي گراهم دان کيکي هادفن .
کوسوق کنډ ستياڦ کيکي، کيکي اينده چنتيق برسري.
تياڦ مام، تياڦ ڦاڳي مستي کوسوق تياڦ ٢هاري.





ทุกวันนี้เจ็ดโมง นั่งลงเรียบร้อย
มะเตรียมข้าวคอย ของอร่อยตั๊กมา
พักทองผัดไข่ ใส่ใบโหระพา
กินแล้วบอกว่า มะจำ อร่อยจัง

ไข่ตุ๋นไก่สับ	กินใบมีพลัง
แคร่รอตแดงจิ้ง	สวยดังดอกไม้
อะหมัดเรียนรู้	ที่ครูบอกไว้
กินผักนั้นไฉ	ช่วยให้แข็งแรง

ڦوڪول توجوه ستياڦ هاري دودوق دغن سوقن راڦي.
امق سدياكن لاءوق دان ناسي، يڻ سدڦ ۲ چيدوق ڪماري.
لابو ڊڪوريڻ دغن تلور ڊاءون سلاسيه جوك ڊبوبوه.
سلڦس ماڪن مولوت ٻرتوتور ماما ۲ سدڦ سوڻڪوه.
تلور ڪوڪوس، ايم چينچڻ سوده ماڪن منجادي ڪانه.
لوبق ميره ميره مرڻ چننيق سڦرتي بوڻا يڻ اينده.
احمد ايڻت، احمد تاهو سما علمو ڊاڄر ڪورو.



ร่มไม้หน้าบ้าน	คือลานที่เล่น
แดดร่มลมเย็น	มาเล่นกันใหม่
ปี๋ทำชิงช้า	มะหาใบไม้
มากองรวมไว้	เล่นให้สำราญ

เด็กเด็กต้องเล่น	นี่เป็นหลักการ
สนุกสนาน	เบิกบานดวงใจ
กองทรายกองดิน	ก้อนหินใบไม้
เล่นด้วยกันไป	ช่วยให้พัฒนา

ماكن اولم ماكن سايور بادن جادي كاكه دان سوبور.
 باوه فوكوك هادفن رومه جادي هلامن تمفت برماين
 وقتوتخ چواچ اينده ماريله كيت ماري برماين.
 باف سوده بوات بووين، امق منچاري داءون- داءونن.
 داءون دهيمقون برمبق-لمبق برماين سرونوقله، هاي انق.
 كانق ۲ مستي برماين ايتوله قاعده لومره بياسا
 دغن سرونوق كانق برماين هاتي جادي رياغ كمبيرا.
 تومقوق فاسير، تومقوق تانه كتول باتو، داءون كايو
 مامين سكاللا سموا ايتوله بنتو ممبسر دغن ماجو.





วันนี้นัดหมอ	เพื่อรอฉีดยา
ป๊ะมะบอกว่า	อย่าช้ารีบไว
เพราะหนูยังเด็ก	ยังเล็กเกินไป
ทุกซ์โศกโรคภัย	รูกไล่ตามทัน
ต้องฉีดวัคซีน	ครบสิ้นป้องกัน
ลูกพันภัยพลัน	ป๊ะมะสบายใจ

ھاري اين برتمو دوكتور اونتوق توغكو منداقت وکسين
 باڤ، امق قولاً برکات جاغن لمبت، چفت سکرا
 کران کامو ماسيه بودق ماسيه کچيل بودق ترلاجق
 قپاکيت بهاي ممباوا سوسه کجر هيغکف دغن موده
 مستي داقت سونتيقن وکسين کنف چوکوف اونتوق منجاك
 انق سلامت ظاهر، باطين باڤ دان امق سليسا بهاکيا .





อะหมัดคนกล้า	เดินหาคุณหมอ
ถกแขนเสื้อรอ	ไม่แงงร้องไห้
คอตีบ ไก่กรน	ทุกคนเลี้ยงได้
หัด ใช้หวัดใหญ่	ปลอดภัยไว้ดี

حمد بودق ساغت براني برجالن فرکي منچاري دوکتور.
 سيلوق لغن باجو ننتي تيدق منجا مناغيس کلور.
 فپاکيت ايسق، باتوق سراتوس سمو اورغ داقت ايلقکن.
 فپاکيت چمفق، فپاکيت سلسما بوليہ دأيلقکن سموا.



กลับจากหาหมอ	ลูกขอเล่นนะ
โทรศัพท์ของป๊ะ	ขออนุญาต
ยี่สิบนาที	ยินดี ไม่พลาด
แต่ต้องเด็ดขาด	ไม่อาจตามใจ

เพราะถ้านานเกิน	เพลิดเพลินเกินไป
ไม่พูดกับใคร	สนใจแต่จอ
ต้องหยุดทันใด	อย่าให้เล่นต่อ
สะสมเกิดก่อ	ไม่รอ ไม่ทน

ڦولځ دري منچاري دوكتور ساي مينتا برماين هيپور
 تيليفون بيمبيت ايه ڦوپا، ايڏينکن ساي مائين ڦولا.
 دوا ڦولو ه مينيت ساج سځکوڦ مائين تق سيلڦ ماس.
 جاځن سيلڦ، جاځن ايځکاري جاځن ايکوت کهندق هاتي.
 کران کالو ترلالولاما ترلالو اشيق ترلالو سوک.
 تيدق برچاکڦ دځن سياڦا اشيق مائين تيليفون ساج.
 مستي برهننتي سرتا مرتا جاځن بيار لبيه ماس.
 کالو بيار ايکوت هاتي جادي تق صبر نق مننتي.



เลิกเรียนถึงบ้าน	เบิกบานวิ่งตื้อ
รีบอวดหนังสือ	ชูมือ ยิ้มหวาน
คุณครูบอกว่า	ให้ปะมะอ่าน
สามเล่ม* นิทาน	ทุกบ้านควรมี

سلساي بلاجر سمڤاي ڪرومه رياڱ ڪميرا برلاري-لاري
چفت ۲ تونجوقڪن بوڪو اغڪت تاغن سپوم مانيس.
چيڪو سوروه، چيڪو ڪات بري باڻ، امق باچ
تيڪ بواه بوڪو چريتا ستياڻ رومه مستي اد.

องค์กรยูนิเซฟ แนะนำทุกครอบครัวที่มีเด็ก
ควรมีหนังสือเด็กในบ้านอย่างน้อย ๓ เล่ม *



อะหมัดรักหนังสือ	เดินถือตัวบ้าน
ทำท่านั่งอ่าน	นิทานถูกใจ
ปีมะอ่านให้ฟัง	อะหมัดนั่งชิดใกล้
ฟังไปยิ้มไป	สุขใจครอบครัวย

احمد ساغت ساينغن بوکو برجالن باوا کسلوروه رومه
 فوراً ۲ دودوق ممباچ بوکو چريتا ستوجو هاتي
 باف، امق باچاکنش احمد دودوق دکت مريک
 دغر چريتا سپوم ريا سنخ بهاکیا سموا کلوارک.



เล่น สร้าง สุข



หนังสือ **อะหมัดน่ารัก** เป็นหนังสือที่เล่าเรื่องกิจกรรมเชิงบวกด้วยท่าที่เชิญชวนเมื่อเด็ก ๆ ได้ฟังหนังสือเล่มนี้แล้ว มักอยากเล่นเลียนแบบตัวละคร คุณครูหรือผู้ปกครองจึงควรใช้โอกาสนี้ช่วยพัฒนาศักยภาพเด็กผ่านกิจกรรมสนุกสำหรับเด็ก เช่น วาดภาพ เล่นขายของ ดังตัวอย่างที่น่าเสนอนี้

กิจกรรมวาดภาพ

การวาดภาพหรือระบายสีเป็นกิจกรรมที่เด็ก ๆ ค่อนข้าง และเมื่อผู้ปกครองชวนเด็ก ๆ พูดคุยต่อไปถึงภาพที่วาด เปิดโอกาสให้เด็กบอกเล่าความคิด เพื่อส่งเสริมทักษะการสื่อสารให้แก่เด็ก ๆ

ขั้นตอน

- เตรียมกระดาษ สีไม้หรือสีเทียน
- ชวนเด็ก ๆ วาดภาพที่อยากวาด
- ผู้ปกครองชวนเด็กเล่าถึงสิ่งที่วาด
- ผู้ปกครองวาดภาพและเล่าเรื่องที่วาด ชวนเด็กพูดคุย

กิจกรรมเล่นขายของ

การเล่นขายของเป็นกิจกรรมที่ช่วยพัฒนาทักษะหลายด้านแก่เด็ก โดยเฉพาะทักษะทางร่างกาย ด้วยการใช้มือหยิบ ถือ หรือจับสิ่งของ ทั้งยังช่วยกระตุ้นความคิดแก้ปัญหา ส่งเสริมทักษะการสื่อสาร และยังเป็นกิจกรรมที่เด็กชอบ เพราะอยากเลียนแบบการทำงานของผู้ใหญ่

ขั้นตอน

- เตรียมอุปกรณ์หรือภาชนะที่ไม่แตกหักง่าย
- ชวนเด็ก ๆ เล่นกลางแจ้ง
- ใช้ใบไม้ ดิน น้ำ แทนส่วนผสมของจริง
- กระตุ้นให้เด็ก ๆ พูดคุยขณะเล่นขายของ

โภชนาการเด็กอายุ ๑-๓ ปี

สูงดีสมส่วน

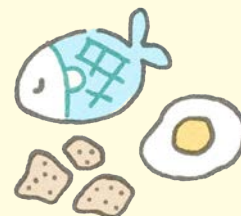


กรมอนามัย
สํานักโภชนาการ



ดื่มนม สูงดี

กินนมแม่ เสริมด้วยนมรสจืดทุกวัน
วันละ ๒ แก้ว (๑ แก้ว ขนาด ๒๐๐ ซีซี)

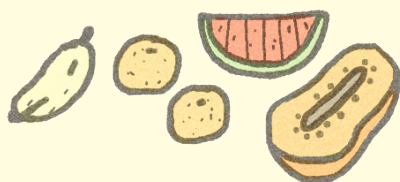


กิน ปลา ตับ ไข่ สมองดี

กินปลา มื้อละ ๑ ช้อนกินข้าว
อย่างน้อยสัปดาห์ละ ๓ ครั้ง
กินตับ มื้อละ ๑ ช้อนกินข้าว
สัปดาห์ละ ๑-๒ ครั้ง
กินไข่ วันละ ๑ ฟอง

กินผัก ผลไม้ ผิพรรณพ่องใส ขับถ่ายดี กินผักผลไม้ทุกมื้อ

กินผัก มื้อละ ๒ ช้อนกินข้าว
กินผลไม้ มื้อละ ๑ ส่วน



ผลไม้ ๑ ส่วน เท่ากับ
กล้วยน้ำว้า ๑ ผล
ส้มเขียวหวาน ๒ ผลกลาง
แตงโม ๖ ชิ้น พอดีคำ
มะละกอ ๖ ชิ้น พอดีคำ



เสริมให้เด็กสูงดีสมส่วน

กินยาน้ำเสริมธาตุเหล็ก สัปดาห์ละ ๑ ครั้ง
วิ่งเล่นทุกวัน ลดพฤติกรรม นั่งๆ นอนๆ
แปรงฟัน เช้าและก่อนนอนทุกวัน
นอนหลับ ๑๐-๑๔ ชั่วโมงต่อวัน



วัคซีนตามแผนงานสร้างเสริมภูมิคุ้มกันโรคของกระทรวงสาธารณสุข ปี ๒๕๖๔

แรกเกิด

ฉีดวัคซีนป้องกันโรคตับอักเสบบี (HB) ๑ เข็ม

ฉีดวัคซีนป้องกันโรควัณโรค (BCG) ๑ เข็ม



๒ เดือน

ฉีดวัคซีนรวมป้องกันโรคคอตีบ-บาดทะยัก-ไอกรน-

ตับอักเสบบี-ฮิบ (DTP+HB+Hib) เข็มที่ ๑

หยอดวัคซีนโปลิโอ (OPV) และวัคซีนโรต้า (Rota) ครั้งที่ ๑

๔ เดือน

ฉีดวัคซีนรวมป้องกันโรคคอตีบ-บาดทะยัก-ไอกรน-

ตับอักเสบบี-ฮิบ (DTP+HB+Hib) เข็มที่ ๒

หยอดวัคซีนโปลิโอ (OPV) และวัคซีนโรต้า (Rota) ครั้งที่ ๒

ฉีดวัคซีนโปลิโอ (IPV) ๑ เข็ม



๖ เดือน

ฉีดวัคซีนรวมป้องกันโรคคอตีบ-บาดทะยัก-ไอกรน-

ตับอักเสบบี-ฮิบ (DTP+HB+Hib) เข็มที่ ๓

หยอดวัคซีนโปลิโอ (OPV) และวัคซีนโรต้า (Rota) ครั้งที่ ๓

๙ เดือน

ฉีดวัคซีนรวมป้องกันโรคหัด-คางทูม-

หัดเยอรมัน (MMR) เข็มที่ ๑

๑ ปี

ฉีดวัคซีนป้องกันโรคไข้มองอักเสบเจ็

ชนิดเชื้อเป็นอ่อนฤทธิ์ (LAJE) เข็มที่ ๑



๑ ปี ๖ เดือน

ฉีดวัคซีนรวมป้องกันโรคคอตีบ-บาดทะยัก-ไอกรน (DTP) เข็มที่ ๔

หยอดวัคซีนโปลิโอ (OPV) ครั้งที่ ๔

ฉีดวัคซีนรวมป้องกันโรคหัด-คางทูม-หัดเยอรมัน (MMR) เข็มที่ ๒



๒ ปี ๖ เดือน

ฉีดวัคซีนป้องกันโรคไข้มองอักเสบ

เจ็ชนิดเชื้อเป็นอ่อนฤทธิ์ (LAJE) เข็มที่ ๒

๔ ปี

ฉีดวัคซีนรวมป้องกันโรคคอตีบ-

บาดทะยัก-ไอกรน (DTP) เข็มที่ ๕

หยอดวัคซีนโปลิโอ (OPV) ครั้งที่ ๕

นักเรียน ป.๑

(ตรวจสอบ/เก็บตกวัคซีน)

เฉพาะบางรายที่รับวัคซีนไม่ได้ครบตามเกณฑ์

ฉีดวัคซีนรวมป้องกันโรคหัด-คางทูม-หัดเยอรมัน (MMR)

ฉีดวัคซีนป้องกันโรคตับอักเสบบี (HB)

ฉีดวัคซีนป้องกันโรคไข้มองอักเสบเจ็ชนิดเชื้อเป็นอ่อนฤทธิ์ (LAJE)

ฉีดวัคซีนโปลิโอ (IPV)

ฉีดวัคซีนรวมป้องกันโรคคอตีบ-บาดทะยัก (dt)

ฉีดวัคซีนป้องกันโรควัณโรค (BCG)

หยอดวัคซีนโปลิโอ (OPV)

นักเรียน(หญิง) ป.๕

ฉีดวัคซีนป้องกันมะเร็งปากมดลูก

จากเชื้อเอชพีวี (HPV) เข็มที่ ๑ และ ๒

นักเรียน ป.๖

ฉีดวัคซีนรวมป้องกันโรคคอตีบ-บาดทะยัก (dt)





อดัม ซาหัดัม แวยูไซ๊ะ เค้าโครงเรื่อง

การศึกษา

ปริญญาตรี คณะเศรษฐศาสตร์ มหาวิทยาลัยอิลการ์ มุสลิม ประเทศอินเดีย
มัธยมศึกษาปีที่ ๔-๖ โรงเรียนศาสนูปถัมภ์ จังหวัดปัตตานี

เยาวชนแลกเปลี่ยน :

๒๐๒๑

ตัวแทนผู้นำเยาวชนไทย International Visitors Leadership Program (IVLP)
หัวข้อ NGO Management จัดโดยกระทรวงการต่างประเทศสหรัฐ

๒๐๑๗-๑๘

ตัวแทนเยาวชนไทย แลกเปลี่ยนโครงการ “ความหวังและความฝัน”
เพื่อเตรียมพร้อมรับมือภัยพิบัติและแก้ไขปัญหาสิ่งแวดล้อม HANDs – (Hope and Dreams)
for Disaster and Environment Education + Creativity Project
ที่ประเทศอินโดนีเซีย ประเทศฟิลิปปินส์ และประเทศญี่ปุ่น

๒๐๑๗

ตัวแทนเยาวชนไทย แลกเปลี่ยนโครงการ One Young World ประเทศโคลัมเบีย

๒๐๑๕

ตัวแทนเยาวชนไทย แลกเปลี่ยนโครงการ YSEALI (Young South East Asian
Leaders Initiative) United for Peace ประเทศฟิลิปปินส์
และตัวแทนเยาวชนไทยร่วมสังเกตการณ์ One Young World Summit
ประเทศไทย



ระพีพรรณ พัฒนาเวช

เขียนคำ

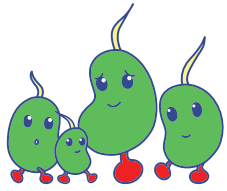
กรรมการมูลนิธิสร้างเสริมวัฒนธรรมการอ่าน
บรรณาธิการอิสระ
จัดกิจกรรมเพื่อส่งเสริมการพัฒนาหนังสือเด็ก
และรณรงค์การใช้หนังสือเพื่อการพัฒนาเด็ก
ตั้งแต่ปี พ.ศ. ๒๕๓๗ จนถึงปัจจุบัน



Sawanee Draw

ภาพ

จบปริญญาตรี สาขาวิชาออกแบบบัณฑิตศิลป์
มหาวิทยาลัยศิลปากร
ปริญญาโท สาขาวิชา Children's Book
Illustration ที่ Cambridge School of Art



คำจากใจ

ลูกเหริยาง

สมาคมเด็กและเยาวชนเพื่อสันติภาพชายแดนใต้ (กลุ่มลูกเหริยาง)

หนังสือภาพเรื่อง “อะหมัดน่ารัก” สมาคมเด็กและเยาวชนเพื่อสันติภาพชายแดนใต้ (กลุ่มลูกเหริยาง) ได้จัดพิมพ์ขึ้นมาโดยได้รับการสนับสนุนจาก คุณแม่แต้ว จิรยง อนุমানราชธน และ คุณพ่อหมี ชนันต์ ชาญชัยณรงค์ ซึ่งเป็นผู้อุปการะสนับสนุน การดำเนินงานด้านเด็กเยาวชนของสมาคมฯ เสมอมา เนื้อเรื่องและภาพ ได้รับการพัฒนาเพื่อให้เหมาะสมกับการสื่อสารในรูปแบบหนังสือภาพ (Picture Book) จากแผนงานสร้างเสริมวัฒนธรรมการอ่าน สสส. รวมทั้งการเผยแพร่สู่สาธารณะทาง www.happyreading.in.th

ลูกเหริยางตระหนักถึงคุณค่าและศักยภาพในการพัฒนาเด็กในพื้นที่ชายแดนใต้ ให้มีพัฒนาการที่สมวัย IQ ดี มีความสุขจากการอ่าน การสร้างเด็กไทยฉลาด สุขภาพดี ต้องเริ่มตั้งแต่ในครรภ์มารดา เน้นย้ำใน ๒ ปีแรก หรือ ๑,๐๐๐ วันแรกของชีวิต ซึ่งเป็นช่วงเวลาทองที่สำคัญในการสร้างสมอง ด้วย กิน กอด เล่น เล่า นอน ฝ้าดูฟัง และวัคซีน ช่วยเด็กไทย มีพัฒนาการดี พร้อมเติบโตสมวัย จึงได้ผลิตหนังสือ นิทานภาพ ๒ ภาษา ส่งต่อหนังสือนิทานเพื่อกระจายให้ทั่วถึงกลุ่มเป้าหมาย และส่งมอบเป็นของขวัญแทนการ แก่สถานศึกษาและห้องสมุดในชุมชน เพื่อส่งต่อความรู้ ความรัก ความสุข ผ่านนิทานเรื่องนี้

จากประสบการณ์ทำงานขับเคลื่อนการส่งเสริมพัฒนาการอ่านในเด็กพื้นที่ชายแดนภาคใต้ ตาม พันธกิจสมาคมฯ ด้านการดำเนินงานประเด็นส่งเสริม พัฒนา สมาคมฯ มุ่งเน้นการส่งเสริมปลูกฝังนิสัย รักการอ่าน การอ่านในวิถีชีวิตเพื่อพัฒนาเด็ก อันเป็นต้นทุนสำคัญของการพัฒนาเด็กและเยาวชน



ลูกเหรียญจึงได้พัฒนาหนังสือนิทาน ๒ ภาษา ชื่อเรื่อง “อะหมัดน่ารัก” หวังให้เด็ก ๆ และ ผู้ปกครองเด็กที่ได้อ่าน มีความรู้ความเข้าใจ สถานปัญหาและวิธีการรับมือเรื่องฟัน โภชนาการ ในเด็ก เด็กติดโทรศัพท์ และการรับวัคซีนในพื้นที่ ชายแดนภาคใต้ผ่านหนังสือนิทานเล่มนี้ เพื่อ สร้างองค์ความรู้ ความเข้าใจและสร้างเสริมนิสัย รักการอ่านให้กับเด็ก โดยเนื้อหาตัวละครและ สถานที่มีความใกล้เคียงกับชีวิตจริงของเด็ก ในพื้นที่จังหวัดชายแดนภาคใต้ ทำให้เด็ก ๆ เข้าถึง เนื้อเรื่องได้ง่ายขึ้น สามารถเรียนรู้และนำกลับไป ปฏิบัติในชีวิตประจำวันได้

ขอขอบคุณคุณชาห์ดัม แวญโซ๊ะ ผู้รับผิดชอบ โครงการลูกเหรียญ อ่านยกกำลังสุข ชวนมาเล่น มากิน มาอ่าน มานอน มาเฝ้าดูแลกันถะบนเส้นทางชีวิตวิถีใหม่ที่ยะลา ผู้เขียนเค้าโครง เรื่องนี้ด้วยความตั้งใจ ขอขอบคุณ คุณระพีพรรณ พัฒนาเวช ที่พัฒนาเนื้อเรื่องเรียบเรียงภาษา ออกมาได้สวยงามเข้าใจง่าย และขอบคุณ คุณ Sawanee Draw ได้เติมเต็มจินตนาการ ด้วยภาพในหนังสือภาพเล่มนี้อย่างเต็มศักยภาพ ขอขอบคุณศูนย์อนามัยที่ ๑๒ ยะลา และแผนงาน สร้างเสริมวัฒนธรรมการอ่าน สำนักกองทุน สนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) รวมถึงผู้มีส่วนร่วมสร้างสรรค์ทุกท่าน

สมาคมเด็กและเยาวชนเพื่อสันติภาพ ชายแดนใต้ (กลุ่มลูกเหรียญ) หวังว่า หนังสือภาพ เล่มนี้จะเป็นส่วนหนึ่งของกิจกรรมการเรียนรู้ การสร้างเสริมความเข้าใจด้วยกิจกรรมการอ่าน ในสถานศึกษา ชุมชน และครอบครัว ส่งเสริม สายสัมพันธ์ความรักที่ส่งต่อถึงกัน เพื่อให้เด็ก ชายแดนภาคใต้มีพัฒนาการที่สมวัยมากขึ้น



วรรณนก เปาะอิเตตาอะ
(คุณแม่ชมพู)

นายกสมาคมเด็กและเยาวชนเพื่อ
สันติภาพชายแดนใต้ (กลุ่มลูกเหรียญ)



สแกนดูคลิปวิดีโอ
อะหมัดน่ารัก



คุย สร้าง สุข

เพื่อการอ่านสร้างสุข

ชีวิตเล็กๆ ว่าจะเติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่มีสุขภาพแข็งแรง มีคุณภาพชีวิตที่สมบูรณ์ฐานเริ่มต้นจากครอบครัว สำคัญมาก โดยเฉพาะช่วงปฐมวัย (๐-๖ ปี) ที่สามารถ กำหนดอนาคตกว่า ๘๐ % ของชีวิตมนุษย์ในวัยเติบโต

ผู้เป็นแม่ ต้องเตรียมความพร้อมตั้งแต่ก่อนตั้งครรภ์ ด้วยคุณภาพของอาหารการกินธาตุเหล็ก และกรดโฟลิก

เมื่อหนูน้อยลืมตาดูโลก ช่วงเวลามหัศจรรย์ ๑,๐๐๐ วันแรกของชีวิต ต้องส่งสมกกิจวัตรประจำวัน จากการ กิน นอน กอด อ่าน เล่า เผ่าดูฟัน และวัคซีนสำคัญ ๆ เพื่อเป็นเกราะป้องกัน ลดความเสี่ยงโรคร้ายต่าง ๆ

เมื่อโลกของลูกโตขึ้น การฝึกวินัยเชิงบวก การหนุนเสริมทักษะชีวิตที่จำเป็น โดยเฉพาะความฉลาดรู้ด้านสื่อ เพื่อก้าวสู่โลกดิจิทัล ยิ่งเป็นเรื่องที่ไม่ควรละเลย

ขอขอบคุณ ชาหัดม วนยูไซะ คนต้นเรื่อง ผู้ริเริ่ม และจุดประกายส่งต่อแรงบันดาลใจถึงครูแต้ว: ระนิพรรณ พัฒนาเวช และ Sawanee Draw ได้ออกแบบสร้างสรรค์ แนวทางให้พ่อแม่และผู้แวดล้อมเด็กได้วางฐานชีวิตเด็ก ๆ อย่างมีสุขภาวะรอบด้านด้วยนิทานเล่มนี้ รวมถึงขอขอบคุณอาจารย์ชัยกร แสงกระจ่าง ศิลปินแห่งชาติที่ให้ความกรุณาแนะนำงานเขียนด้วยค่ะ

สุดใจ พรหมเกิด

ผู้จัดการแผนงานสร้างเสริมวัฒนธรรมการอ่าน สสส.



อะหมัดน่ารัก

เค้าโครงเรื่อง อัดม ชาหัดม วนยูไซะ

เขียนคำ ระนิพรรณ พัฒนาเวช

ภาพ Sawanee Draw

แปล วนมายิ ปารามัล

บรรณาธิการ ระนิพรรณ พัฒนาเวช, สุดใจ พรหมเกิด

ที่ปรึกษา ชัยกร แสงกระจ่าง

ผู้ช่วยบรรณาธิการ ลีวัลย์ เรืองสุรัตน์

คณะทำงานขับเคลื่อนยุทธศาสตร์สร้างเสริมวัฒนธรรมการอ่าน

หทัยรัตน์ พันดาวงษ์, ลีวัลย์ เรืองสุรัตน์, ชัยวัฒน์ คงคาลิหมิน

สิริภรณ์ ชาวหน้าไม้, นิตยา หอมหวาน, อัสริ บาเกอร์, ธัญญ์ ทองชุม

นิศาตร์น อานาจอนันต์, จันทิมา อินจร, ปารุฒม์ สุวรรณภูมิชัย

ออกแบบและจัดหน้า สวนีย์ พรวิศาวิภาณุกุล

พิมพ์ครั้งที่ ๑ : มกราคม ๒๕๖๕ จำนวน ๓,๐๐๐ เล่ม

จัดพิมพ์และเผยแพร่ : มูลนิธิสร้างเสริมวัฒนธรรมการอ่าน

พิมพ์ที่ : บริษัท ธรรมสาร จำกัด โทรศัพท์ : ๐ ๒๔๕๔ ๔๕๓๔

ISBN : 978-616-0279-22-9

แผนงานสร้างเสริมวัฒนธรรมการอ่าน

บริหารงานโดย “มูลนิธิสร้างเสริมวัฒนธรรมการอ่าน” ได้รับการสนับสนุนจาก สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) ดำเนินงานด้านประสานกลไก นโยบาย และปัจจัยขยายผล จากทั้งภาครัฐ ภาคประชาสังคมและภาคเอกชน ให้เอื้อต่อการสร้างเสริมพฤติกรรมและวัฒนธรรมการอ่านให้เข้าถึงเด็ก เยาวชน และครอบครัว โดยเฉพาะกลุ่มที่ขาดโอกาสในการเข้าถึงหนังสือ

ร่วมสนับสนุนการขับเคลื่อนนโยบาย โครงการและกิจกรรม เพื่อสร้างเสริมวัฒนธรรมการอ่านสู่สังคมสุขภาวะ ได้แก่

มูลนิธิสร้างเสริมวัฒนธรรมการอ่าน

๔๒๔ หมู่บ้านเงาไม้ ขอยเจริญสนิทวงศ์ ๖๗ แขวง ๓

ถนนเจริญสนิทวงศ์ แขวงบางพลัด เขตบางพลัด กรุงเทพฯ ๑๐๗๐๐

โทร : ๐ ๒๔๒๔ ๔๖๑๖

โทรสาร : ๐ ๒๔๔๑ ๑๔๗๗

E-mail : happy2reading@gmail.com

Website : www.happyreading.in.th

http://www.facebook.com/HappyReadingNews

(อ่านยกกำลังสุข)



อ่านหนังสือให้ลูกฟัง
สร้างศักยภาพแห่งการเรียนรู้ตลอดชีวิต



สามารถดาวน์โหลด
หนังสือเดินทางสร้างสุขเพื่อเด็กปฐมวัย ได้ที่
www.happyreading.in.th

