

งดเหล้าเข้าพรรษา ก่อนงด ต้องลดยังไ้

🕒 **นำเสนอเมื่อ** 26 ก.ค. 2558

งดเหล้าเข้าพรรษา ก่อนงด ต้องลดยังไ้



"งดเหล้าเข้าพรรษา" ก่อนงดต้อง **ลด** ยังไง

ฉบับ งดรอด งดครบ ตามแผน 5-6-7

5 สิ่งที่ต้องเลี่ยง



เพื่อนจจะเมึกดื่ม



สถานอโคจร



ขวดเหล้าที่คุ้นเคย



สนุกจรรณา



รึอย่างที่จะดื่มแบบเดิมๆ

6 ตัวช่วย อ่างเลี่ยงคึ้ม



อย่ากมีเวลา
กับครอบครัว



หมองูให้
งดคึ้ม



พุงงมีใ้เดินทวง
แต่เข้า



ไม่อย่ากคึ้มมด
กับคนกั้มีบือ



อยู่โนะช่วงเก็บเงิน
ออกทริบ



งดเหล้า
เข้าพรรษาอยู่

7 วัน ก่อนงด ต้องลดยังงั้

7 บอกกับตัวเองว่า "เข้าพรรษานี้จะงดให้ได้"

6 บอกคนในครอบครัว ออกกำลังและชอชคึ้มบึ้นตน

5 เก็บกวาดขวดเหล้าให้คึ้กลางหา

4 ลดการคึ้ม

1 **วันเข้าพรรษา**

1 วางแผนทาสังกรรมร่วมกับครอบครัวและชุมชน

2 ดื่มน้ำผลไม้รสเปรี้ยวเมื่ออยากคึ้ม

3 เพื่องการประโชคประสิธ 10 ประโชค

เพราะการงดเหล้าคึ้ต่อคุณและคนรอบข้าง 3 เดือนนี้เราขอเป็นอีกก้าสั่งใจหนึ่งให้คึ้น "งดเหล้าครบพรรษา"

ปรึกษาและสอบถามข้อมูลเพิ่มเติม: สายด่วนเลิกเหล้า โทร 1413 และโรงพยาบาลใกล้บ้านท่านทั่วประเทศ

