

รายงานผลการดำเนินงานโครงการอนุรักษ์พันธุกรรมพืชอันเนื่องมาจากพระราชดำริ

สมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี (อพ.สธ.)

ศูนย์ศึกษาและพัฒนาชุมชนลำปาง

กันยายน ๒๕๖๔

ขับเคลื่อนการขยายผลการน้อมนำแนวพระราชดำริของสมเด็จพระกนิษฐาธิราชเจ้า กรมสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี สร้างความมั่นคงทางอาหาร สู่ปฏิบัติการ ๙๐ วัน ปลูกผักสวนครัว เพื่อสร้างความมั่นคงทางอาหาร (รอบ ๒)

ปฏิบัติการ "Quick Win" 90 วัน **ปลูกผักสวนครัว** เพื่อความมั่นคงทางอาหาร

รายงานผลการปฏิบัติงาน ๙๐ วัน
น้อมนำแนวพระราชดำริ
"ปลูกผักสวนครัว เพื่อสร้างความมั่นคงทางอาหาร"

ผู้ดำเนินการ นางสาวศรัญญา ปาปลุก
ตำแหน่ง นักทรัพยากรบุคคลปฏิบัติการ **สังกัด** ศูนย์ศึกษาและพัฒนาชุมชนลำปาง

สถานที่ปลูก ๒๑๐/๒ ตำบลเวียงเหนือ อำเภอเมืองลำปาง จังหวัดลำปาง
พื้นที่ต้นแบบการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักทฤษฎีใหม่ ประยุกต์สู่ "โคก หนอง นา พช. ศพช.ลำปาง"

ชนิดผักสวนครัวที่ปลูก จำนวน ๑๐ ชนิด ดังนี้ ๑. มะเขือ ๒. กะหล่ำปลี ๓. มะเขือเทศ ๔. มะนาว ๕. พริก ๖. มะเขือ ๗. หัวหอม ๘. ตะไคร้ ๙. ผักชี ๑๐. ฝรั่ง

พืชผักสมุนไพร ที่ปลูกไว้บริโภคในช่วง COVID-๑๙ ระบาด จำนวน ๕ ชนิด ดังนี้ ๑. ฝรั่ง ๒. ข่า ๓. ฟักเตาใบ ๔. กระชาย ๕. กระเทียม

เมนูอาหารที่บริโภคเพื่อเพิ่มภูมิคุ้มกัน ด้านโรค COVID-๑๙ "น้ำสมุนไพรชงชา นำสิ่งธรรมชาติ" **สิ่งที่อยากบอก** "ดูแลสุขภาพ ห่างไกล COVID-๑๙ เสริมภูมิคุ้มกันด้วยพืชสมุนไพรในครัวเรือน"



Change for Good **อาหารปลอดภัย By ศพช.ลำปาง**
ศูนย์ศึกษาและพัฒนาชุมชนลำปาง
สถาบันการพัฒนาชุมชน กรมการพัฒนาชุมชน

ปฏิบัติการ "Quick Win" 90 วัน **ปลูกผักสวนครัว** เพื่อความมั่นคงทางอาหาร

ชื่อเจ้าเองแปลง นางกรรณิการ์ คำวิธา
ตำแหน่ง นักทรัพยากรบุคคลชำนาญการ
สังกัด ศูนย์ศึกษาและพัฒนาชุมชนลำปาง
พื้นที่ปลูก ๑๐๙/๑ ม.๕ ต.ปางแสนทอง อ.เมืองลำปาง จ.พิจิตร
พื้นที่ต้นแบบการพัฒนาคุณภาพชีวิต โคก หนอง นา พช. ศพช.ลำปาง

สิ่งที่อยากบอก พืชผัก สมุนไพร ปลอดภัย ไร้สารพิษ พืชดีโควิด-๑๙



ผักสวนครัวที่ปลูก
๑. ถั่วฝักยาว ๒. กะหล่ำปลี ๓. มะเขือเทศ ๔. มะนาว ๕. ตะไคร้
๖. พริก ๗. มะเขือเทศ ๘. มะเขือเทศ ๙. ฝรั่ง ๑๐. ตะไคร้

ผักสมุนไพรปลูกไว้บริโภค ช่วง COVID-๑๙ ระบาด
๑. ฝรั่ง ๒. ข่า ๓. ฟักเตาใบ ๔. กระชาย ๕. ฟักเตาใบ

เมนูสุขภาพ
๑. ยำตะไคร้ ๒. ผัดผักน้ำมันหอย ๓. ต้มยำ

Change for Good **อาหารปลอดภัย By ศพช.ลำปาง**
ศูนย์ศึกษาและพัฒนาชุมชนลำปาง
สถาบันการพัฒนาชุมชน กรมการพัฒนาชุมชน

ปฏิบัติการ "Quick Win" 90 วัน **ปลูกผักสวนครัว** เพื่อความมั่นคงทางอาหาร

ผู้ดำเนินการ (ชื่อ-สกุล) นางสาวฉัฐกานดา สัยคุณ
ตำแหน่ง นักทรัพยากรบุคคลปฏิบัติการ
ส่วนกลาง สำนัก/กอง/ศูนย์ฯ ศูนย์ศึกษาและพัฒนาชุมชนลำปาง

สถานที่ปลูก 83 ม.10 ต.ปางแสนทอง อ.เมือง จ.ลำปาง 52100

ชนิดผักสวนครัวที่ปลูก จำนวน 10 ชนิด 1. ตะไคร้ 2. กะหล่ำปลี 3. มะเขือเทศ 4. พริก 5. มะเขือเทศ 6. พริก 7. มะเขือเทศ 8. มะเขือเทศ 9. มะนาว 10. กระเทียมแดง

พืชผักสมุนไพร ที่ปลูกไว้บริโภคในช่วงโรค COVID-19 ระบาด จำนวน 3 ชนิด ดังนี้ 1. มะนาว 2. พริก 3. พริกขี้หนูเขียว

เมนูสุขภาพที่บริโภคเพื่อเพิ่มภูมิคุ้มกัน ด้าน COVID-19 "ส้มตำ" "ต้มยำ"
สิ่งที่อยากบอก "รักษาสุขภาพ ห่างไกลโควิด ด้วยการปลูกพืชผักสมุนไพรไทย"



Change for Good **อาหารปลอดภัย By ศพช.ลำปาง**
ศูนย์ศึกษาและพัฒนาชุมชนลำปาง
สถาบันการพัฒนาชุมชน กรมการพัฒนาชุมชน

รายงานผลการดำเนินงานโครงการอนุรักษ์พันธุกรรมพืชอันเนื่องมาจากพระราชดำริ

สมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี (อพ.สธ.)

ศูนย์ศึกษาและพัฒนาชุมชนลำปาง

กันยายน ๒๕๖๔

ขับเคลื่อนการฝึกอบรมหลักสูตรระยะสั้น “๑๐๘ อาชีพแก้จน พัฒนาคนทุกช่วงวัย” จัดกิจกรรม “การทำสลัดโรล และน้ำจิ้มซีฟู้ด” อาหารเพื่อสุขภาพ ทำง่าย ต่อยอดได้ สร้างรายได้ สร้างอาชีพ ในช่วง COVID-๑๙



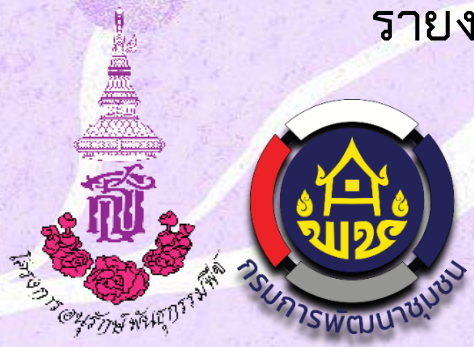
หลักสูตรระยะสั้น 108 อาชีพ
ศูนย์ศึกษาและพัฒนาชุมชนลำปาง

“สลัดโรล และ น้ำจิ้มซีฟู้ด”

วันที่ 2 กันยายน 2564 ศูนย์ศึกษาและพัฒนาชุมชนลำปาง ดำเนินกิจกรรมสร้างงาน สร้างอาชีพ หลักสูตรระยะสั้น 108 อาชีพ ให้กับบุคลากรภายนอก และเจ้าหน้าที่ศูนย์ฯ จำนวน 25 คน เรียนรู้กระบวนการทำ “สลัดโรล และ น้ำจิ้มซีฟู้ด” เมนูสุขภาพ ทำง่าย ต่อยอดได้ สร้างรายได้ สร้างอาชีพ ซึ่งผู้เข้าร่วมกิจกรรมสามารถนำเคล็ดลับการทำสลัดโรล และน้ำจิ้มซีฟู้ดเหล่านี้ ไปทดลองทำเองที่บ้าน และต่อยอดเป็นอาชีพเสริม เสริมรายได้ ในช่วง COVID-19 หรือ ทำให้คนในครอบครัวได้รับประทานเป็นอาหารว่างเพื่อสุขภาพ

จุดประกาย ลดรายจ่าย สร้างอาชีพ
ชีวิตมีความสุข @ ศพช.ลำปาง

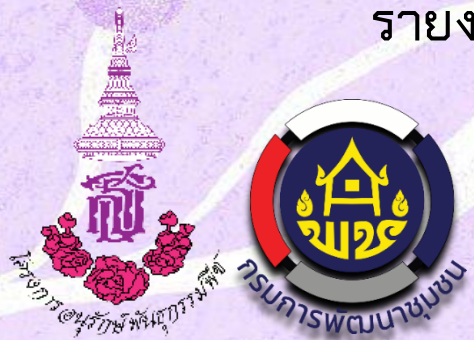




รายงานผลการดำเนินงานโครงการอนุรักษ์พันธุกรรมพืชอันเนื่องมาจากพระราชดำริ
สมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี (อพ.สธ.)
ศูนย์ศึกษาและพัฒนาชุมชนลำปาง
กันยายน ๒๕๖๔

ปลูกป่าต้นไม้พื้นถิ่น ในพื้นที่ต้นแบบการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักทฤษฎีใหม่ ประยุกต์สู่ “โคก หนอง นา พช.” ศพช.ลำปาง

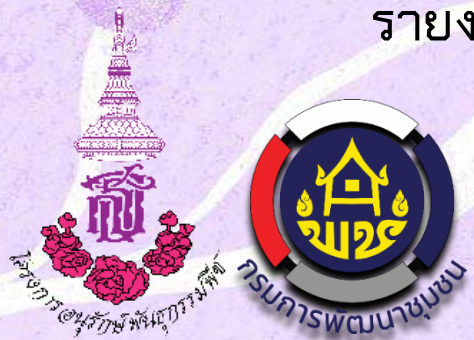




รายงานผลการดำเนินงานโครงการอนุรักษ์พันธุกรรมพืชอันเนื่องมาจากพระราชดำริ
สมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี (อพ.สธ.)
ศูนย์ศึกษาและพัฒนาชุมชนลำปาง
กันยายน ๒๕๖๔

การเพาะเมล็ดพันธุ์พืช เพื่อขยายพันธุ์พืชในพื้นที่ต้นแบบการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักทฤษฎีใหม่ ประยุกต์สู่ “โคก หนอง นา พช.” ศพช.ลำปาง





รายงานผลการดำเนินงานโครงการอนุรักษ์พันธุกรรมพืชอันเนื่องมาจากพระราชดำริ
สมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี (อพ.สธ.)
ศูนย์ศึกษาและพัฒนาชุมชนลำปาง
กันยายน ๒๕๖๔

ลงพิกัดจุดต้นไม้ บริเวณศูนย์ศึกษาและพัฒนาชุมชนลำปาง และพื้นที่ต้นแบบการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักทฤษฎีใหม่
ประยุกต์สู่ “โคก หนอง นา พช.” ศพช.ลำปาง ผ่านระบบดาวเทียม

