



ปีที่ ๑๑ ฉบับที่ ๙ ประจำปี ๒๕๖๐
www.chumchon.cdd.go.th

จุลสารส่งเสริม

การเรียนรู้ของ ชุมชน

สำหรับผู้นำชุมชน องค์การชุมชนและเครือข่ายองค์กรชุมชน
เพื่อเสริมสร้างความเข้มแข็งชุมชน



พช. โซโม่เดลธุรกิจแบรนด์ "ผลจันท์" ของบริษัท ประชาวีรรุกิจสามัคคีจันทบุรี (วิสาหกิจเพื่อสังคม) จำกัด แก่คณะรัฐมนตรี พลเอก ประยุทธ์ จันทร์โอชา นายกรัฐมนตรี นำคณะรัฐมนตรีลงพื้นที่ติดตามงานตามนโยบายรัฐบาล พร้อมเยี่ยมชมนิทรรศการผลการดำเนินงานของบริษัทฯ ในขับเคลื่อนการพัฒนาเศรษฐกิจฐานรากและประชารัฐตามแนวยุทธศาสตร์ความเข้มแข็งของประเทศที่เน้นความมั่นคง มั่งคั่งและยั่งยืน พร้อมสร้างรายได้และเสริมความเข้มแข็งให้กับผลิตภัณฑ์ชุมชน เมื่อวันที่ ๗ มิถุนายน ๒๕๖๐ ณ บริเวณงาน "มหานครผลไม้ FRUITPITAL FAIR ๒๐๑๗" องค์การบริหารส่วนจังหวัดจันทบุรี

หน้า ๒



ข่าวผู้บริหาร

หน้า ๓



เติมพลังชุมชน

Startup Thailand :
สร้างโอกาสใหม่
ด้วยวิสาหกิจเริ่มต้น

หน้า ๔-๕



สเกิปพิเศษ

ก้าวอย่าง...การพัฒนา
เศรษฐกิจฐานรากและประชารัฐ
จังหวัดปราจีนบุรี

หน้า ๖



ริ้วบ้าน พช.

สติ...
พลิกวิกฤตชีวิต

หน้า ๗



เชิดอินชุมชน

"ถอดรหัสแม่กำปอง"

หน้า ๘



นานาสาระน่ารู้

อาหาร
ส่งผลต่อสมองอย่างไร

นักบริหารงานพัฒนาชุมชน (นบพ.) ในยุคปัจจุบัน



นายอภิชาติ ไคลิกเวชช์ อธิบดีกรมการพัฒนาชุมชน เป็นประธานเปิดการอบรมและมอบวุฒิบัตร แก่ข้าราชการกรมการพัฒนาชุมชน ที่ผ่านการฝึกอบรมหลักสูตรนักบริหารงานพัฒนาชุมชน (นบพ.รุ่นที่ ๔) จำนวน ๑๐๐ คน โดยมี นายรุ่งเกียรติ พลเยี่ยม ผู้อำนวยการสถาบันการพัฒนาชุมชน กล่าวรายงาน โอกาสนี้ อธิบดีฯ ได้มอบแนวทางการทำงานให้สอดคล้องกับการจัดสรรงบประมาณรูปแบบใหม่ ปรับระบบการทำงานให้มีกระตือรือร้นชวนบ้านให้พร้อมเสมอ มีแผนงานโครงการไว้ในมือ นอกจากนี้ ได้มอบแนวทางการฝึกอบรม ด้วยวิธีการเรียนรู้เชิงประสบการณ์ (Experiential Learning) เป็นอีกหลักสูตรหนึ่ง ที่เสริมสร้างสมรรถนะทางการบริหารให้แก่บุคลากรในระดับชำนาญการ เพื่อก้าวสู่การเป็นพัฒนาการอำเภอชำนาญการ และพัฒนาการอำเภอชำนาญการพิเศษ ตามเส้นทางความก้าวหน้าในสายอาชีพ เมื่อวันที่ ๑๖ มิถุนายน ๒๕๖๐ ณ วิทยาลัยการพัฒนาชุมชน อ.บางละมุง จ.ชลบุรี



พช.กับโครงการชุมชนต้นแบบเพื่อการพัฒนาอย่างยั่งยืน (ตะโบกวิน - บันเตียเมียนเจอ) ที่ประเทศกัมพูชา

นายทวีป บุตรโพธิ์ รองอธิบดีกรมการพัฒนาชุมชน เป็นประธานในพิธีเปิดการประชุมเชิงปฏิบัติการ มอบนโยบายและแนวทางการดำเนินงานในโครงการชุมชนต้นแบบเพื่อการพัฒนาอย่างยั่งยืน (ตะโบกวิน-บันเตียเมียนเจอ) ระชาอาณาจักรกัมพูชา แก่คณะทำงานฝ่ายไทยและกัมพูชา ซึ่งเป็นความร่วมมือระหว่างกรมการพัฒนาชุมชน กระทรวงมหาดไทย และกรมความร่วมมือระหว่างประเทศ กระทรวงการต่างประเทศ ถือเป็นโครงการต่อเนื่องมาจากความร่วมมือในการดำเนินงานพัฒนาชุมชนในประเทศกัมพูชา เป็นหนึ่งใน ๓ โครงการ ๓ พื้นที่ เขตชายแดนไทย - กัมพูชา ตั้งแต่ พ.ศ.๒๕๔๙ เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตของชาวกัมพูชาตามหลักการพัฒนาชุมชนบนพื้นฐานของแนวคิดปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง อันนำไปสู่ความอยู่ดี มีสุขของประชาชนชาวกัมพูชา รวมไปถึงการสร้างชุมชนที่เข้มแข็งที่สามารถใช้เป็นต้นแบบของการพัฒนาอย่างยั่งยืนได้ และเป็นการช่วยเสริมสร้างภาพลักษณ์ที่ดีของไทยในหมู่ประชาชนชาวกัมพูชาในเขตพื้นที่ชายแดนไทย - กัมพูชา เมื่อวันที่ ๑๙ มิถุนายน ๒๕๖๐ ณ ห้องประชุมฟูลมูน ศูนย์ศึกษาและพัฒนาชุมชนนครนายก จ.นครนายก



พช.จัดอบรมเพิ่มพูนทักษะในการทำงานด้านการเงินและบัญชี ปี ๒๕๖๐



นายณรงค์ ปุทธิริรักษ์ รองอธิบดีกรมการพัฒนาชุมชน เป็นประธานพิธีเปิดงานโครงการประชุมเชิงปฏิบัติการเพิ่มพูนทักษะในการดำเนินงานด้านการเงินและบัญชี กองทุนพัฒนาบทบาทสตรี ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๐ และบรรยายพิเศษเรื่อง “การขับเคลื่อนงานกองทุนพัฒนาบทบาทสตรีให้มีประสิทธิภาพ” โดยมี นายปริชา กิตติสติกุล ผู้อำนวยการสำนักงานกองทุนพัฒนาบทบาทสตรี กล่าวรายงาน วัตถุประสงค์เพื่อสร้างความรู้ความเข้าใจด้านการเงิน การบัญชี กฎหมาย ระเบียบข้อบังคับ ที่เกี่ยวข้อง กลุ่มเป้าหมายประกอบด้วย เจ้าหน้าที่การเงินและบัญชี ของสำนักงานพัฒนาชุมชนจังหวัด เจ้าหน้าที่การเงินและบัญชีของกองทุนพัฒนาบทบาทสตรีจังหวัด และเจ้าหน้าที่ส่วนกลาง จำนวน ๘๓ คน เมื่อวันที่ ๓ กรกฎาคม ๒๕๖๐ ณ โรงแรม มิวราเคิล แกรนด์ คอนเวนชั่น เขตหลักสี่ กรุงเทพมหานคร



การคิด “กับดัก” คือ การเข้าไปติดในเครื่องมือคิดกับหรือข้อ อาวเกิดจาก ไม่เคยรู้จัก ไม่เคยเฝ้ารอบคอบ เข้าใจผิดผลอลาดไม่ระมัดระวัง จึงติดกับดัก มองในแง่ดี ก็ยึดถือว่าตก “หลุมพราง” ที่เป็นข้อที่กล่าวไว้ หรือเล่ห์กล อุบาย ที่ทำให้ติดไม่กิน เสียหาย เสียใจ พลาดโอกาส การฝึกเพื่อรอบรู้ รอบคอบ คัดออก การการณได้ รู้เท่าทัน ถึงแม้รู้ช้าย่อมดีกว่ายักคิด ไม่ออกอากาศข้อมูล แต่ไม่ยอมคิดก็จะน่าสงสาร

“กับดักรายได้ปานกลาง” คือ เหตุการณ์ที่เราผลิตโดยการนำทรัพยากร ภูมิปัญญา วัฒนธรรม มาแปรรูป เพิ่มมูลค่า ด้วยความสามารถของคนและผู้บริหารในกลุ่ม ได้สินค้าที่ได้อากค่าแรง และสินค้าหรือบริการออกขาย มีรายได้เป็นก้นบาฬอ ในส่วนนี้ ระยะเวลาผ่านไปตลาดมีการแข่งขันมากขึ้น ชัยชนะมากขึ้น สินค้าเราขายไม่ได้ แต่ด้วยวิธีการผลิตแบบเดิม แม้จะใช้ทรัพยากรและกำลังคนมากขึ้น แต่รายได้เท่าเดิม ไม่สามารถขยายฐานการผลิตได้

การ “สร้างมูลค่า” ต้องใช้ “นวัตกรรม” คือ การคิด หาวิธีการ ลด ปรับ เพิ่ม หรือหาเครื่องมือ “เทคโนโลยี” หรือวิทยาการใหม่ เพื่อปรับปรุงการผลิตให้มี “ประสิทธิภาพ” มากขึ้น คือ ใช้แรงงาน ทรัพยากร และเวลาน้อยลง แต่ได้ผลิตภัณฑ์คุณภาพ ปริมาณมากขึ้น การ “เข้าถึงลูกค้า” (Access) เราขายมันให้เร็วขึ้น มากขึ้น เข้าใจผู้ซื้อ “ออกแบบ” ให้สินค้าตรงการใช้งาน เช่น ปรับเปลี่ยนรูปแบบใช้งานได้หลายหน้าที่ (multifunction) นำมาใช้ซ้ำได้ (reuse) แปรสภาพใหม่ (recycle) รวมกับการนำวัสดุเหลือใช้มาสร้างสรรค์ให้เป็นสินค้าใหม่ (upcycling) ไม่สร้างมลภาวะ รวมทั้งการสร้างการตลาดเชิงสังคม (social marketing) เพื่อสร้างภาพลักษณ์ที่ดีต่อสินค้า

“การผลิตพันกับดัก” จึงเป็นการปรับเปลี่ยนระบบคิด เพื่อพร้อมต่อการปรับเปลี่ยนระบบการผลิต และการใช้ชีวิตที่มีหลักการ “เครื่องมือกับสินทรัพย์” เป็นเครื่องมือช่วยให้ความคิด ความฝันเป็นจริงเท่านั้น





เติมพลัง ชุมชน

STARTUP^{4.0}
THAILAND

ดร. สุวิทย์ เมษินทรีย์

Startup Thailand : สร้างโอกาสใหม่ ด้วยวิสาหกิจเริ่มต้น

สวัสดีคุณผู้อ่านทุกท่าน จุลสารส่งเสริมการเรียนรู้ของชุมชน คอลัมน์เติมพลังชุมชนฉบับนี้ จะนำผู้อ่านทุกท่านร่วมเรียนรู้เกี่ยวกับนโยบายของรัฐบาลที่มุ่งเน้นการปรับโครงสร้างระบบเศรษฐกิจของประเทศ โดยการส่งเสริมการใช้ทรัพยากรของประเทศในการผลิตสินค้าและบริการ ก่อให้เกิดการสร้างมูลค่าเพิ่ม การจ้างงานในท้องถิ่น การกระจายรายได้สู่ภูมิภาค และอุตสาหกรรมรูปแบบใหม่ เพื่อเป็นกลไกในการขับเคลื่อนประเทศ นั่นคือ นโยบาย Startup Thailand

“Startup เป็นกระบวนการที่คนละเรื่องกับ SME เป็นคนอีกเจนเนอเรชั่น ที่กล้าลองผิด ลองถูก ไม่อมืองอเท้าร้องขอ คนพวกนี้อาจไม่มีเงิน แต่มีไอเดีย ถ้าแล้วก็ต้องมีการเปลี่ยนแปลง”

จากคำกล่าวของ ดร.สุวิทย์ เมษินทรีย์ รัฐมนตรีช่วยว่าการกระทรวงพาณิชย์ ที่กล่าวถึงนโยบายสำคัญของรัฐบาลในการส่งเสริมการพัฒนาแบบ “3S” ได้แก่ Startup, SME และ Social Enterprise ซึ่งขับเคลื่อนภายใต้คณะกรรมการสานพลังประชารัฐ ที่มุ่งการยกระดับคุณภาพอุตสาหกรรมเดิมและสร้างอุตสาหกรรมใหม่

Startup (สตาร์ทอัพ) หรือวิสาหกิจเริ่มต้น คือ การสร้างและพัฒนาธุรกิจสมัยใหม่โดยนำเทคโนโลยีและนวัตกรรมเข้ามาเป็นส่วนสำคัญในกระบวนการสร้างและพัฒนาธุรกิจนั้น ๆ ส่งผลให้วงจรการดำเนินงานธุรกิจ เกิดผลการพัฒนามาตรการ “R-S-E” กล่าวคือ ธุรกิจสามารถทำซ้ำ/ผลิตซ้ำ (Repeatable) สินค้า ผลิตภัณฑ์ และ/หรือบริการสู่กลุ่มเป้าหมาย เกิดการขยายตลาด (Scalable) เพื่อสร้างมูลค่าเพิ่ม และเติบโตได้อย่างก้าวกระโดด (Exponential Growth) โดยไม่จำเป็นต้องใช้เงินลงทุนในปริมาณมาก สิ่งนี้จะกลายเป็นกลไกสำคัญขับเคลื่อนเศรษฐกิจของประเทศไทย

คุณผู้อ่านอาจจะทราบแล้วว่า ในปัจจุบัน Startup (สตาร์ทอัพ) หรือวิสาหกิจเริ่มต้น ที่เราพบเห็นและได้มีส่วนเกี่ยวข้องในชีวิตประจำวัน คือ ธุรกิจที่ผูกโยงกับเทคโนโลยี โดยเฉพาะอย่างยิ่ง เทคโนโลยีแบบแอปพลิเคชัน (Application) บนโทรศัพท์มือถือของเรา อาทิ การทำธุรกิจ (ขายสินค้าออนไลน์) ผ่าน Facebook, Line และ Instagram, การให้บริการด้านขนส่งสาธารณะผ่านแอปพลิเคชัน Grab Taxi, Uber หรือ การให้บริการด้านการแนะนำร้านอาหารผ่านแอปพลิเคชัน Wongnai เป็นต้น จะเห็นได้ว่า Startup (สตาร์ทอัพ) หรือวิสาหกิจเริ่มต้นเหล่านี้สามารถขยายตัวเพิ่มรายได้อย่างรวดเร็วแบบก้าวกระโดด และสามารถขยายตลาด/สร้างการเติบโตทั้งภายในและต่างประเทศได้ โดยใช้เทคโนโลยีสมัยใหม่ซึ่งเป็นส่วนสำคัญในการสร้างและพัฒนาธุรกิจ



ทั้งนี้ แนวทางการพัฒนาและส่งเสริม Startup (สตาร์ทอัพ) หรือวิสาหกิจเริ่มต้น สามารถแบ่งการพัฒนาได้เป็น 3 ประการสำคัญ กล่าวคือ

(๑) **การสร้างแรงบันดาลใจและเติมพลังความรู้** เป็นกระบวนการสร้างการรับรู้ ตระหนักและสร้างแรงบันดาลใจแก่คนรุ่นใหม่ให้เข้ามามีส่วนร่วมขับเคลื่อนอุตสาหกรรม ธุรกิจและเทคโนโลยีใหม่ โดยจัดกิจกรรมเสริมองค์ความรู้อย่างเป็นระบบ เพื่อพัฒนาศักยภาพของผู้ประกอบการและจิตวิญญาณความเป็นผู้ประกอบการ

(๒) **การปลูกฝังแนวความคิดธุรกิจเชิงสร้างสรรค์และการถ่ายทอดเทคโนโลยี** โดยจัดกิจกรรมและกลไกสนับสนุน เพื่อให้วิสาหกิจเริ่มต้นสามารถเปลี่ยนความคิดสร้างสรรค์ให้กลายเป็นธุรกิจรูปแบบใหม่ และสามารถขยายตลาดและสร้างการเติบโตของธุรกิจได้ในภายหน้า ทั้งนี้ วิสาหกิจเริ่มต้น หรือธุรกิจใหม่บางประเภท จำเป็นต้องได้รับการถ่ายทอดเทคโนโลยีจากแหล่งความรู้ต่าง ๆ เช่น มหาวิทยาลัย ศูนย์วิจัยแห่งชาติ เป็นต้น เพื่อสนับสนุนการขับเคลื่อนกระบวนการให้ประสบความสำเร็จ

(๓) **การก่อตั้งวิสาหกิจเริ่มต้น (Startup) และเร่งการเติบโต** กล่าวคือการสร้างกลไกสนับสนุนสำหรับผู้ที่จะเริ่มก่อตั้งธุรกิจ ให้สามารถพัฒนาผลิตภัณฑ์หรือบริการเพื่อนำเสนอเข้าสู่ระบบตลาด รวมถึง การนำกลยุทธ์การตลาดมาประยุกต์ใช้เพื่อขยายตลาดและเพิ่มรายได้ อาทิ การจัดประชุม/จัดนิทรรศการนานาชาติ การเชื่อมโยงเครือข่ายธุรกิจ เป็นต้น

จุลสารส่งเสริมการเรียนรู้ของชุมชน คอลัมน์เติมพลังชุมชนฉบับหน้า ผู้เขียนจะได้สรุปสาระสำคัญของ Startup (สตาร์ทอัพ) หรือวิสาหกิจเริ่มต้นที่โดดเด่นและน่าจับตามองในหลากหลายประเภท เพื่อเป็นข้อมูลสนับสนุนคุณผู้อ่านหากท่านสนใจที่จะเริ่มต้นสร้างโอกาสและพัฒนาธุรกิจรูปแบบใหม่ด้วยตัวท่านเอง ... วันนี้ ผู้เขียนขออำลาคุณผู้อ่านทุกท่านเพียงเท่านี้ พบกันใหม่ฉบับหน้า... สวัสดีครับ

นายอำเภอ นามวงศ์ | นักวิชาการพัฒนาชุมชนปฏิบัติการ

แหล่งข้อมูลอ้างอิง

<http://www.bangkokbiznews.com/news/detail/๖๘๖๔๑๐>

http://www.planning.kmutnb.ac.th/data/report_Nayoby_bo.pdf

http://www.psu.ac.th/pdf/detail_startup.pdf

<https://techsauce.co/country/thailand/how-government-supports-startup-๒๐๑๖/>

ที่มาของภาพ

ดร. สุวิทย์ เมษินทรีย์ https://www.matichonweekly.com/featured/article_๒๓๒๔๒๑

<http://thaimebdc.org/๒๐๑๗/๐๗/๑๐/google-launches-thai-boot-camp-for-startups/>

<https://www.youtube.com/watch?v=toolpBmPrA>

<https://tech.mthai.com/tips-technic/๕๑๐๓๖.html>

<th.linkedin.com>

ความสำเร็จในการส่งเสริมและพัฒนาเศรษฐกิจฐานรากของจังหวัดปราจีนบุรี เป็นการประสานพลังความร่วมมือ ความรู้เชิงวิชาการ ทักษะในการบริหาร และประสบการณ์ ภูมิปัญญาท้องถิ่น โดยมีความตั้งใจจริงในการพัฒนา ผลปรากฏชัดเจนในความสำเร็จของการพัฒนากิจกรรมด้านอาชีพต่างๆ ของจังหวัด ดังนี้

ก้าวทางการพัฒนาเศรษฐกิจฐานราก และประชาธิฐ ...จังหวัดปราจีนบุรี



๑. กิจกรรมด้านการแปรรูป

วิสาหกิจชุมชนแปรรูปเสื่อกกบ้านบางพลวง หมู่ที่ ๑ ต.บางพลวง อ.บ้านสร้าง จ.ปราจีนบุรี ได้ดำเนินการแปรรูปผลิตภัณฑ์จากต้นกกเป็นสินค้าออกจำหน่ายมายาวนาน

“ให้อุรักษ์ภูมิปัญญานี้ไว้ อย่าให้สูญหาย”

พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว รัชกาลที่ ๙ ทรงรับสั่งกับพ่อของดิฉัน

คุณชุม ยะประดิษฐ์ ประธานกลุ่มวิสาหกิจชุมชนแปรรูปเสื่อกกบ้านบางพลวง กล่าวพร้อมน้ำตาแห่งความปลื้มปิติ ถึงที่มาแห่งความตั้งใจในการสืบสานภูมิปัญญา “แปรรูปเสื่อกก” ได้เล่าให้ฟังว่า สมาชิกของกลุ่มฯ มีทั้งคนในชุมชนบ้านบางพลวงและผู้ว่างงานที่ทางจังหวัดจัดส่งมาให้ทำงานกับทางกลุ่มฯ อย่างต่อเนื่อง

“ผลิตภัณฑ์ล่าสุด ได้ผลิตเป็นแฟ้มเอกสารใช้ในการประชุมของคณะรัฐมนตรี ในชุดปัจจุบัน” คุณชุม ยะประดิษฐ์ กล่าวชื่นชมในผลงานของกลุ่มฯ และอธิบายถึงการทำงานของกลุ่มฯ ว่า

“วิธีการบริหารจัดการภายในกลุ่มฯ จะแบ่งความรับผิดชอบเป็นแผนกต่างๆ เช่น แผนกปลูกต้นกก ทำเส้นทอเสื่อกกจากต้นกก ย้อมสีเส้นกก พร้อมมีการประสานงานหน่วยงานภายนอก ในการจัดหาช่องทางการจำหน่าย และการออกแบบคิดค้นพัฒนา รูปแบบผลิตภัณฑ์ใหม่ๆ ด้านรูปแบบบรรจุภัณฑ์ โดยมีสถาบันการศึกษาช่วยเพิ่มเติมความรู้และเทคนิคการผลิต ทั้งนี้กลุ่มฯ ได้จัดให้มีการศึกษาดูงานที่ต่างประเทศ เพื่อเพิ่มพูนความรู้ใหม่ด้วย”



๒. กิจกรรมด้านการท่องเที่ยวโดยชุมชน

“สินค้าเด่น” ของหมู่บ้าน OTOP เพื่อการท่องเที่ยวบ้านท้ายดง หมู่ที่ ๔ ต.ดงกระทงยาม อ.ศรีมหาโพธิ์ จ.ปราจีนบุรี คือ เอกลักษณ์เฉพาะและวัฒนธรรมที่โดดเด่นของทุกหมู่บ้านในตำบลดงกระทงยาม ที่มีวิถีชีวิตที่ผสมผสานผู้คน ๔ เชื้อชาติ ได้แก่ ไทย ลาว จีน และพวน ประกอบกับสภาพแวดล้อมของตำบลและหมู่บ้านที่เป็นธรรมชาติ มีความเกื้อกูล เอื้ออารีต่อกัน ซึ่งเป็นเสน่ห์ที่ช่วยดึงดูดนักท่องเที่ยวจากต่างถิ่นจำนวนมากให้มาเก็บเกี่ยวประสบการณ์ล้ำค่า ทั้งนี้ยังมีผลิตภัณฑ์เด่น เช่น ผลิตภัณฑ์ข้าวไรซ์เบอร์รี่ ภูมิปัญญาการทำตะกร้อ ตะแกรง ภูมิปัญญาการทำขนมมะโดนของไทพวน นอกจากนี้ ยังมีกิจกรรมการพัฒนาโฮมสเตย์ และตลาดน้ำ ๔ ภาษา เพื่อให้เป็นศูนย์กลางการจำหน่ายสินค้าและผลิตภัณฑ์ของชุมชน เป็นต้น



๓. กิจกรรมด้านการเกษตร

กลุ่มปลูกทุเรียนบ้านหนองจาง หมู่ที่ ๘ ต.ดงขี้เหล็ก อ.เมืองฯ จ.ปราจีนบุรี มีจุดเริ่มต้นจากการรวมกลุ่มตามโครงการปรับปรุงคุณภาพไม้ผล ตามความร่วมมือระหว่างประเทศไทย-เยอรมนี เพื่อควบคุมการใช้สารเคมีในการทำเกษตร รวมถึงการพัฒนาองค์ความรู้ด้านการบำรุงและขยายพันธุ์ไม้ การดำเนินกิจกรรมของกลุ่มฯ ที่ผ่านมา ได้รับการสนับสนุนจากจังหวัดเรื่องการประชาสัมพันธ์ผ่านเทศกาลต่างๆ เช่น กิจกรรมงานวันดอกทุเรียนบาน เทศกาลปั่นไปกินไป ผลไม้ปราจีนบุรี กิจกรรมสินค้าเกษตรกรรมของจังหวัด เปิดโอกาสให้มีการซื้อขายทุเรียนกับกลุ่มฯ โดยตรง เป็นการสร้างความเชื่อมั่นแก่ลูกค้าได้ว่าได้ทุเรียนของแท้ เป็นต้น



ทิวทัศน์การพัฒนาเศรษฐกิจฐานรากและประชารัฐจังหวัดปราจีนบุรี



เป็นด้านต่างๆ ในหลายสาขา เพื่อร่วมส่งเสริม สนับสนุนการพัฒนาเศรษฐกิจฐานรากให้ก้าวหน้า ซึ่งมีปัจจัยที่พึงพิจารณา ๔ ประการ กล่าวคือ

๑. บริหารทัพหน้า คือ การสร้างความเข้าใจแนวทางการบริหารการพัฒนาเศรษฐกิจฐานราก และประชารัฐ แก่ผู้บริหารระดับสูงของจังหวัด คุณอุทัย ทองเดช พัฒนาการจังหวัดปราจีนบุรี กล่าวว่า

“ถ้าหัวหน้าใจ งานจึงจะสำเร็จ... เราต้องนำเรียนและอธิบายให้ท่านผู้ว่าฯ เข้าใจงาน ต้องวางแผนในแต่ละ ขั้นตอน และมอบหมายงานจากแผนงานให้หน่วยงานรับผิดชอบอย่างชัดเจน” ดังนั้น การบริหารทัพหน้า จึงสำคัญ ต่อการขับเคลื่อนงานตั้งแต่เริ่มต้น และผลคือ บรรลุความสำเร็จตามเป้าหมาย

๒. เสริมอัตราภาคี คือ การแสวงหา เครือข่ายภาคีการพัฒนา

คุณอุทัย ทองเดช กล่าวว่า “คสป. เป็นเจ้าภาพหลัก ได้วิเคราะห์ข้อมูลศักยภาพของสภาพปัญหา และ ความต้องการกำหนดแผนงานและโครงการประสาน เครือข่ายภาคีการพัฒนา ทั้งภาครัฐ ภาคเอกชน และภาคประชาสังคม สนับสนุนด้านงบประมาณให้แก่ กลุ่มเป้าหมาย ตามความต้องการกลุ่มและสอดคล้อง กับภารกิจของหน่วยงานนั้นๆ”



ในการส่งเสริม และสนับสนุนได้ทันที เป็นการบูรณาการที่สมบูรณ์ คุณฉลองรัฐ ทองใบรวม ผู้แทนภาคประชาสังคม กล่าวแสดงจุดยืนว่า “จุดหมายท้ายที่สุด นั่นคือ การคืนกำไรสู่สังคม” โดยช่วยเหลือกลุ่มเป้าหมายให้มีโอกาส และมีช่องทางในการจำหน่ายสินค้าและผลิตภัณฑ์ชุมชนที่เพิ่มมากขึ้น ผ่านการประชาสัมพันธ์ทั้งในระดับอำเภอ และระดับจังหวัด ซึ่ง “ถ้าทำได้จริง ก็จะช่วยเหลือพี่น้องเราได้มาก”

ในขณะที่ คุณแดง ปิ่นแก้ว กรรมการบริษัท ยินดีกับการเป็นส่วนหนึ่งของเครือข่ายภาคีการพัฒนา ได้ร่วมสร้างสรรค์เศรษฐกิจชุมชนให้เจริญก้าวหน้า แต่ยังพบว่า “ประชาชนบางคนยังไม่รู้จักบริษัทฯ” จึงเป็นหน้าที่สำคัญ ในการสร้างความเข้าใจในการดำเนินงานของบริษัทฯ และภาพลักษณ์ที่ดีแก่สาธารณะ

๓. ทำให้ “ดี-ดัง-เด่น” คือ การบริหารการดำเนินงานให้มีประสิทธิภาพ ให้เป็นที่รู้จักอย่างแพร่หลาย

ประเด็นการบริหารการดำเนินงานให้มีประสิทธิภาพ สามารถอธิบายตัวอย่าง การดำเนินงานได้ ดังนี้

๓.๑ “ดี” คือ การดำเนินงานตามระบบ/ขั้นตอน ซึ่ง คุณปรีดา จันทผล นักวิชาการพัฒนาชุมชนชำนาญการ สำนักงานพัฒนาชุมชนจังหวัดปราจีนบุรี กล่าวถึง ระบบการขับเคลื่อนงานว่า เริ่มจากการประชุมคณะกรรมการ คสป. การประชาสัมพันธ์ ผู้ถือหุ้นบริษัทฯ การเลือกกรรมการผู้จัดการบริษัทฯ และจัดทำแผนปฏิบัติการขับเคลื่อน บริษัทฯ การวิเคราะห์ชุมชนและกลุ่มเป้าหมายการพัฒนา เพื่อนำผลการวิเคราะห์เข้าที่ประชุม คสป. ทุกเดือน พร้อมแสวงหา ความช่วยเหลือและความร่วมมือจากทุกหน่วยงาน เพื่อดำเนินการพัฒนาของกลุ่มเป้าหมายฯ ตามแผนปฏิบัติการ

๓.๒ “ดัง” กล่าวคือ การณรงค์/ประชาสัมพันธ์ ตัวอย่างการดำเนินกิจกรรมเชิงประชาสัมพันธ์หลากหลาย เผยแพร่ผ่านรายการโทรทัศน์และสื่อต่างๆ รวมถึงการวางแผนพัฒนาหมู่บ้านวัฒนธรรมเพื่อการท่องเที่ยว (ชมวิถีชีวิต ไทย-พวน) และจัดทำโครงการ ๑ อำเภอ ๑ โรงเรียนภูมิปัญญา



๓.๓ “เด่น” กล่าวคือ การดำเนินงานพัฒนา ซึ่งคำนึงปัจจัยด้านบริบทและความสอดคล้องของ พื้นที่และกลุ่มเป้าหมาย คุณพลอยนภัส เรืองแสงศิลป์ กรรมการผู้จัดการบริษัทฯ กล่าวว่า

“สินค้าแต่ละประเภท มีฤดูกาลของมัน ต้องเข้าใจว่าชุมชนแต่ละแห่งมีเอกลักษณ์แตกต่าง หลากหลาย และต้องศึกษาตลาดในแต่ละช่วงเวลานั้นๆ ด้วย” สิ่งนี้จึงเป็นโจทย์สำคัญของบริษัทฯ ที่จะต้อง ค้นหาเรื่องราว (Story) ของชุมชน และกำหนดทิศทางการพัฒนา (Development Position) ของกลุ่มเป้าหมาย และสินค้าผลิตภัณฑ์ชุมชนนั้นๆ ให้ได้ ซึ่ง คุณโรจน์สิน รัตนเสวคนธ์ กรรมการบริษัทฯ กล่าวสนับสนุน แนวคิดฯว่า “การแข่งขันทางการตลาดในปัจจุบัน จะต้อง ชูสินค้าที่สื่อถึงอัตลักษณ์ของท้องถิ่น ผสานกับนวัตกรรม ใหม่ ซึ่งจะช่วยสร้างแบรนด์ (Brand) ของสินค้าให้มี มูลค่าเพิ่มสูงขึ้น”

๔. มุ่งเน้นคุณค่าชาวปราจีน คือ การส่งเสริมให้ประชาชนชาวปราจีนบุรี มีโอกาสพัฒนา และยกระดับรายได้ โดยเข้าถึงและใช้ประโยชน์ จากทรัพยากรในท้องถิ่นของตนเอง ทั้งนี้ จากการวิเคราะห์ ข้อมูลชุมชนพบว่า เกษตรกรยังไม่รู้จักการใช้พื้นที่ ให้สมประโยชน์ ขาดการนำเทคโนโลยีมาใช้ในการผลิต การแก้ไขปัญหาดังกล่าวจึงเป็นภารกิจหลักที่ คสป. และ บริษัทฯ ต้องให้ความสำคัญเป็นอย่างมาก คุณพลอยนภัส เรืองแสงศิลป์ ได้เสนอทางปฏิบัติไว้ว่า

๑. ต้องดำเนินการปรับเปลี่ยนทัศนคติ คือ ส่งเสริมให้กลุ่มเป้าหมาย ปรับเปลี่ยนทัศนคติ มีแนวความคิดเข้าใจปรัชญาการประกอบการ ดำเนินการ เชิงกลยุทธ์จากเดิมที่ดำเนินการผลิตแบบ “ทำมาหากิน” ให้เปลี่ยนทัศนคติความคิด เป็น “ทำมาค้าขาย” โดยใช้ เทคโนโลยีสมัยใหม่มาปรับใช้ในกระบวนการผลิต

๒. ต้องวิเคราะห์บริบทของผลิตภัณฑ์ สินค้าและการตลาด คือ วิเคราะห์ศักยภาพของ กลุ่มเป้าหมาย ทั้ง กลุ่มเกษตร กลุ่มแปรรูป และกลุ่มท่องเที่ยว โดยชุมชน เกี่ยวกับสินค้า อัตลักษณ์ที่โดดเด่น ให้สัมพันธ์ กับความต้องการของลูกค้าและช่องทางการตลาด เพื่อการจัดจำหน่าย รวมถึงการพิจารณาให้ได้ผลิตภัณฑ์ใด สมควรส่งเสริม หรือมีปัญหาจะต้องปรับปรุงในทันที

การประสานสัมพันธ์ทั้งบุคคล กลุ่มคน ด้วย การแลกเปลี่ยนความรู้ ประสบการณ์ ฝึกฝนความเชี่ยวชาญ ทั้งการปรับเปลี่ยนภูมิปัญญาใช้สร้างมูลค่า การบริหารงาน ที่มีประสิทธิภาพ จึงสามารถสร้างผลงานที่มีประสิทธิผลได้



เรียบเรียงโดย :

นายอำเภอ	มาพวง	นักวิชาการพัฒนาชุมชนปฏิบัติการ
นางสาวชุติมา	ภูมิแก้ว	นักวิชาการพัฒนาชุมชนปฏิบัติการ
นางสาวปริศรา	อำมาลี	เจ้าพนักงานโสตทัศนศึกษาชำนาญงาน

ขอขอบคุณ :
สำนักงานพัฒนาชุมชนจังหวัดปราจีนบุรี
บริษัท ประชาธิปไตยสามัคคีปราจีนบุรี (วิสาหกิจเพื่อสังคม) จำกัด



สติ...พลังชีวิตรอด

สติ...คือสิ่งที่ช่วยให้เราแก้ปัญหาเฉพาะหน้าในเหตุการณ์ต่าง ๆ ให้ผ่านไปด้วยดี สามารถวิเคราะห์ความรู้ที่ได้ศึกษา อ่านหรือฟังจากผู้อื่นนำมาปรับใช้ในยามคับขัน เมื่อเวลาเราตั้งใจทำหรืออ่านอะไรด้วยจิตใจจดจ่อ ทำให้เราสามารถเก็บข้อมูลจากการอ่านหรือฟัง ได้มากกว่าเวลาเราจิตใจสโลงลอยหรือเรียกว่าไม่มีสติ

จากเหตุการณ์เมื่อวันที่ ๑๕ พฤษภาคม ๒๕๖๐ เวลาประมาณ ๑๒.๓๐ น. มีน้อง นักวิชาการพัฒนาชุมชน จากสำนักพัฒนาทุนและองค์กรการเงินชุมชน กรมการพัฒนาชุมชน ได้มีการโพสต์ข้อความลงในเฟซบุ๊กของตัวเองว่า ตัวเองติดอยู่ในลิฟต์ที่พักอาศัยและติดอยู่คนเดียว นานกว่า ๕๐ นาที ตอนที่ออกมาได้น้องคนนั้นแทบไม่มีแรงเนื่องจากอากาศในลิฟต์มีน้อยมาก แต่จากการสอบถามข้อมูลน้อง และคนใกล้เคียงได้ตอบเป็นเสียงเดียวกันว่า น้องมีสติดีมาก และสามารถควบคุมสถานการณ์ได้ดี ผู้เขียนต้องขอขอบคุณข้อมูลน้อง ที่ไม่คิดจะปิดบัง ซึ่งเป็นประสบการณ์ของตัวเองโดยตรง มาถ่ายทอด ย้ำเตือน ทุก ๆ คนที่ใช้ลิฟต์ให้มีสติเมื่อเกิดเหตุการณ์ที่ไม่คาดฝันขึ้น

เหตุการณ์เมื่อองค์ต้อยอยู่ในลิฟต์ สิ่งแรกที่ต้องทำคือการตั้ง “สติ” ไม่กลัวร้องไห้อะไร
ซึ่งมันแก้ปัญหาอะไรไม่ได้ ตั้งสติตนเองหาวิธีการเอาตัวรอดจากเหตุการณ์ครั้งนี้ให้ได้
รีบโทรแจ้งเจ้าหน้าที่ที่รับผิดชอบ ทำใจเย็น ๆ รอความช่วยเหลือ ช่วงแรกระบบไฟฟ้า
ภายในลิฟต์ และพัดลมแอร์ยังทำงานอยู่ เวลาผ่านไป ๒๐ นาที ระบบไฟฟ้าถูกตัดลง
น้องรีบโทรหานิติบุคคลของอาคารอีกครั้ง ระหว่างรอการช่วยเหลือ น้องคนนี้ได้โพสต์ข้อความ
ลงในเฟสบุ๊คตนเอง เล่าเหตุการณ์ที่กำลังติดอยู่ในลิฟต์ เมื่อใครมีไอเดียดี ๆ เข้ามาแสดง
ความคิดเห็น เพื่อเป็นทางออกจากวิกฤติให้ได้ ในส่วนของนิติบุคคลได้ส่งคนมาช่วย
เวลาผ่านไปอีก ๑๕ นาที ยังได้ยินแค่เสียงจذبประตู่ข้างนอก เสียงบุคคลร้องตะโกนเรียก
ข้างใน “ไหวไหมพี่! ขอเบอร์หน่อย” น้องตอบคำถามเท่าที่จำเป็น ผ่านไปอีก ๓๐ นาที
อากาศเริ่มหมด ซึ่งระบบแอร์ภายในลิฟต์ช่วยชีวิตได้ดับลง เสียงข้างนอกเริ่มวุ่นวาย แม้บ้าน
นิติบุคคล ต่างส่งเสียง ร้องเรียก แต่น้องก็ไม่ตอบเพราะต้องการประหยัดพลังงานในร่างกาย
เอาไว้ เวลาผ่านไปประมาณ ๔๕ นาที มีแสงสว่างจากรูเล็ก ๆ ให้หายใจได้ โดยนิติบุคคล
ได้ใช้ไขควงอันเล็ก ๆ จดประตู่ข้างไว้ จากนั้นน้องเขียนข้อความลงในกระดาษแล้วสอด
ออกไปให้นิติบุคคล “โทรเรียก ๑๖๖๙” สถาบันการแพทย์ฉุกเฉินแห่งชาติ (สพฉ.)
ต่อมาช่างลิฟต์ ได้มาถึง และช่วยน้องออกจากลิฟต์ได้ ซึ่งน้องมีอาการหมดเรี่ยวหมดแรง
ขณะนั้นรถพยาบาลได้มาถึง เพื่อคอยปฐมพยาบาลเบื้องต้นแล้ว ทำให้น้องคนนี้ได้ผ่านเหตุการณ์
ติดในลิฟต์ไปด้วยความปลอดภัย

ข้อดี...ของตัวน้องก็สามารถผ่านเหตุการณ์ติดในลิฟต์
นานเป็นชั่วโมงนี้คือ

๑. มีพื้นฐานและประสบการณ์ เรียนจบด้านสาธารณสุขศาสตร์
๒. เป็นคนออกกําลังกายสม่ำเสมอ โดยเฉพาะการว่ายน้ำ การฝึกโยคะในน้ำ ชอบฝึกดำน้ำเพื่อให้อยู่ในใต้น้ำได้นานๆ ฝึกความอดทนของปอด ทำให้ทนต่อภาวะการขาดออกซิเจนได้นานกว่าคนทั่วไป และชอบว่ายน้ำตอนกลางคืน จึงเคยชินกับความมืดที่แทบๆ
๓. ให้ความสนใจและอ่านข้อความ ประกาศ คำแนะนำ การปฏิบัติตนเองเมื่อเกิดเหตุการณ์ต่าง ๆ ขึ้น เช่น เวลาติดลิฟต์จะต้องปฏิบัติตนเองอย่างไร เมื่อเกิดภัยน้ำท่วม เป็นต้น
๔. ใช้โลก Social ให้เป็นประโยชน์ เช่น เฟสบุ๊ค Line ในยามที่เกิดเหตุการณ์คับขัน เพื่อติดต่อขอความช่วยเหลือเมื่อเกิดเหตุการณ์ขึ้น
๕. โชคดีที่อยู่ในลิฟท์คนเดียว ไม่มีใครแย่งอากาศหายใจ และใช้การติดต่อสื่อสารด้วยวิธีการเขียนมากกว่าพูด ทำให้ร่างกายสูญเสียพลังงานน้อย
๖. โชคดีอีกอย่างคือ “ยังไม่ถึงเวลาตาย”

ข้อปฏิบัติ...เมื่อเกิดเหตุการณ์ติดอยู่ในลิฟต์คนเดียว

๑. ควรตั้งสติ แล้วค่อย ๆ เรียงลำดับเหตุการณ์ต่าง ๆ
๒. ติดต่อนิติบุคคลของสถานที่ไหนเรียกโรงพยาบาล หากนิติบุคคล
ไม่มีความชำนาญ ขาดทักษะการฝึกฝนเตรียมความพร้อมที่จะช่วยเหลือ
ควรเรียกกู้ยืมมาช่วย เพราะถ้ากรณีนี้เป็นเด็ก คนท้องหรือคนชรา คนที่
ไม่ค่อยออกกำลังกาย อาจเสียชีวิตได้
๓. สัญญาณโทรศัพท์ จะแรงที่สุดเมื่อขึ้นใกล้ประตู internet
สำคัญมาก ปกติในลิฟต์จะไม่ค่อยมีสัญญาณภายในอาคารหรือในลิฟต์
อาจต้องติด WIFI ไว้ เพื่อช่วยแก้ปัญหาการติดต่อสื่อสาร
๔. ในลิฟต์ควรมีถังออกซิเจน ที่มีการตรวจสอบสม่ำเสมอ
พร้อมวิธีการใช้งานที่เข้าใจง่าย มีข้อปฏิบัติเมื่อลิฟต์ค้าง มีการติดสติ๊กเกอร์
หมายเลขโทรศัพท์ที่สำคัญในการขอความช่วยเหลือ
๕. ควรฝึกอบรมเจ้าหน้าที่ หรือนิติบุคคลของอาคาร พร้อมให้
การช่วยเหลือในรูปแบบต่าง ๆ เป็นประจำ
๖. ควรมีการซ่อมบำรุงลิฟต์อย่างถูกวิธีโดยช่างผู้เชี่ยวชาญ
เพื่อลดการเกิดอุบัติเหตุจากการใช้งานและสามารถยืดอายุการใช้งาน
เหตุการณ์ต่าง ๆ ทั้งดีและร้าย สามารถผ่านเข้ามาในชีวิตของเรา
ได้ตลอดเวลา ทั้งตอนอยู่คนเดียวหรืออยู่หลายคน แต่ถ้าหากทำเองมีสติ
กับทุก ๆ เหตุการณ์ ได้ฝึกตนเองให้มีสติและสัมผัสปัญญะอยู่กับตัวตลอด
หรือที่เรียกว่า "มีสติสัมผัสปัญญะ คือ การรู้สึกตัวอยู่เสมอ ทั้งในขณะคิด
ขณะพูด และในขณะกระทำสิ่งใด ๆ ด้วยความระลึกในขณะนั้นว่า
สิ่งใดควรทำ สิ่งใดไม่ควรทำ โดยมีไหวพริบ และการกระทำมีวินัย
อยู่ภายใต้ความประมาท" หากเกิดเหตุการณ์ แม้จะอยู่หลาย ๆ คน แต่หาก
เรามีสติมากกว่าคนอื่น เราก็จะผ่านทุก ๆ เหตุการณ์นั้นไปได้ด้วยดี

 ศูนย์วิทยุปลอดดีเทล (24 ชม.) เฉพาะทางสาธารณสุข, กู้ภัย, ช่วยเหลือประชาชน, อีอาร์ปกติ เบอร์โทร: 022264444, 022264445, 022264446, 022264447, 022264448	 ศูนย์บริการทางการแพทย์ ให้บริการช่วยเหลือในสภาวะฉุกเฉิน การ รักษา ปรึกษาทางไกลกรณีต่าง ๆ , อีอาร์ปกติ เบอร์โทร: 027510951, 027510952, 027510953	 หน่วยแพทย์กู้ชีพ กทม. ให้บริการช่วยเหลือฉุกเฉินเกี่ยวกับข้อ ไข, ไม่ติดต่อการ เบอร์โทร: 1555
 ศูนย์แม่เรือน รับแจ้งอุบัติเหตุและโจรปล้นภายใน กรุงเทพมหานคร เบอร์โทร: 1669	 ศูนย์บริการรถเข็น ให้บริการรถเข็น เบอร์โทร: 1646	 หน่วยกู้ชีพ วิถี พญาไท ศูนย์บริการรถเข็นและรถพยาบาล พ่วงอู่ชีวิตร วิถีพญาไท เบอร์โทร: 1554
 หมออาสา (รับแจ้งฉุกเฉิน) ให้บริการพญาไท ในเขตภาคใต้, อีอาร์ปกติ เบอร์โทร: 027494636	 หมออาสา จส.100 ให้บริการช่วยเหลือในสภาวะฉุกเฉิน เบอร์โทร: 027494636	 สามตวนันท์รัก การให้บริการรถเข็นทางการแพทย์ เบอร์โทร: 1784
 ศูนย์รับแจ้งอุบัติเหตุ รับแจ้งอุบัติเหตุ ศูนย์บริการภาคตะวันออกเฉียง เหนือติดต่อการ เบอร์โทร: 1691	 ศูนย์วิทยุยกทรง แจ้งอุบัติเหตุฉุกเฉิน, อีอาร์ปกติ เบอร์โทร: 024517228, 024517229	 ศูนย์วิทยุยามรา ให้บริการรถเข็นและรถพยาบาล พ่วงอู่ชีวิตร, อีอาร์ปกติ เบอร์โทร: 023546999

“กอดรหัส” แม่กำปอง



นายประดิษฐ์ ถมมา
ผู้ใหญ่บ้าน บ้านแม่กำปอง

เยือนกาแฟ
แม่กำปอง

สถานที่ติดต่อบ้านแม่กำปอง
โฮมสเตย์
Contact Information

“ชุมชนเข้มแข็ง”ร่วมมือร่วมใจ“ยั่งยืน”

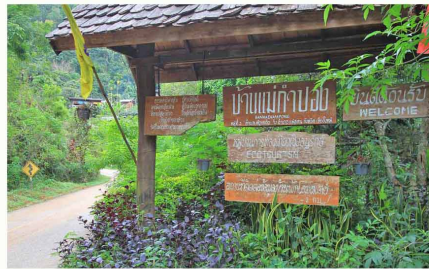
เรื่องเล่าจากชุมชนฉบับนี้ จะนำผู้อ่าน
ทุกท่านเดินทางสู่ภาคเหนือไปรู้จักหมู่บ้านที่ประสบ
ผลสำเร็จในการสร้างชุมชนให้เข้มแข็ง เศรษฐกิจ
ฐานรากมั่นคง มาดูสิว่าเขามีกลไกเกิดกลับ
อย่างไรที่ทำให้ประสบผลสำเร็จได้

“ความเข้มแข็งของคนในหมู่บ้านเป็นสิ่งสำคัญ
ถ้าคนในชุมชนช่วยกันคิด ช่วยกันรับผิดชอบร่วมกัน
การพัฒนาชุมชนก็จะเป็นไปในทิศทางเดียวกัน และเกิด
ความเข้มแข็งอย่างยั่งยืน” นี่เป็นคำพูดจาก นายประดิษฐ์
ถมมา ผู้ใหญ่บ้าน บ้านแม่กำปอง ตำบลห้วยแก้ว
อำเภอแม่ออน จังหวัดเชียงใหม่ ถึง “หัวใจสำคัญการเป็น
ชุมชนเข้มแข็ง” ซึ่งที่บ้านแม่กำปองแห่งนี้ นอกจากจะเป็น
หมู่บ้านโอท็อปเพื่อการท่องเที่ยวแล้ว ก็ยังเป็นกรณีศึกษา
ให้กับหลาย ๆ พื้นที่ ในการขับเคลื่อนตามแผนนโยบาย
พระราชารัฐ นำทรัพยากรท้องถิ่นมาพัฒนาเพื่อต่อยอด
“สร้างรายได้ - สร้างมูลค่าเพิ่ม” ให้กับชุมชน

จากคำบอกเล่าของ นายประดิษฐ์ ถมมา
ผู้ใหญ่บ้าน บ้านแม่กำปอง มีจำนวนครัวเรือนทั้งหมด ประมาณ
๑๓๔ หลังคาเรือน โดยที่ตั้งของหมู่บ้านแห่งนี้ ตั้งอยู่ท่ามกลาง
ขุนเขา จึงทำให้มีทรัพยากรธรรมชาติ ทั้งทรัพยากรด้านน้ำ
และป่าไม้ที่อุดมสมบูรณ์ที่สุดอีกแห่งหนึ่งในพื้นที่ภาคเหนือ
โดยชาวบ้านที่นี่มีวิถีชีวิตที่เรียบง่าย และมีความเป็นเอกลักษณ์
เฉพาะที่ต่อมาได้กลายเป็น “เสน่ห์ดึงดูดใจ” ให้ผู้คนภายนอก
อยากที่จะเข้าไปสัมผัสบรรยากาศที่บ้านแม่กำปองแห่งนี้
จนหมู่บ้านกลายเป็นแหล่งท่องเที่ยวสำคัญ มีนักท่องเที่ยว
แวะเวียนเข้าไปไม่ขาดสาย

อย่างไรก็ตาม กว่าจะกลายเป็น “หมู่บ้านแม่กำปอง”
ที่เป็นแหล่งท่องเที่ยวที่ขึ้นชื่อนั้น ในอดีตพื้นที่นี้เคยมีวิกฤติ
ไม่แตกต่างจากชุมชนแห่งอื่น ๆ โดยเคยประสบปัญหาจากการ
“เผาป่าเพื่อทำไร่เลื่อนลอย” จนทำให้ทรัพยากรธรรมชาติ
ร่อยหรอลงไป แต่ต่อมาชาวบ้านได้หันกลับมา ให้ความสำคัญ
เรื่องของกรอนุรักษ์ป่าไม้ และเกิดความหวงแหนผืนป่า
มากขึ้น หลังจากได้นำ “แนวคิดการท่องเที่ยวโดยชุมชน”
เข้ามาใช้ โดยชาวบ้านต่างก็พอใจที่ตนเองมีรายได้เพิ่มขึ้น
จากเรื่องนี้ ซึ่งกล่าวได้ว่า “ทำ ๑ แต่ได้ ๒” เพราะนอกจาก
จะมีรายได้แล้ว ทรัพยากรป่าไม้ที่มีคุณค่าก็ไม่ถูกทำลายด้วย

“สมัยรุ่นปู่ ย่า ตา ยาย ชาวบ้านแม่กำปองจะทำ
ไร่เลื่อนลอยเป็นหลัก ซึ่งวิถีทำเกษตรแบบนี้จะต้องเผาป่า



เพื่อเอาพื้นที่มาเพาะปลูก จนเมื่อ ๒๐ ปีที่แล้ว ชาวบ้านเริ่ม
ตระหนักถึงผลเสียในเรื่องนี้ จึงเลิกเผาป่า เลิกทำไร่เลื่อนลอย
โดยหันมาทำอาชีพเก็บใบเมี่ยงหรือใบชา และปลูกกาแฟ
เป็นอาชีพหลักแทน” ผู้ใหญ่ประดิษฐ์ได้กล่าว

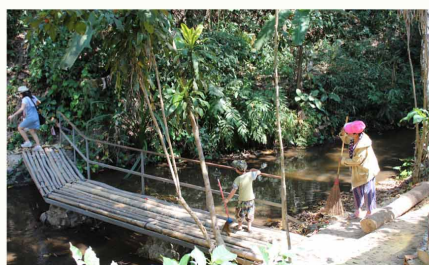
พร้อมกับกล่าวอีกว่า เรื่องป่าไม้นั้น หลังจากเลิก
ทำไร่เลื่อนลอยแล้ว ก็มีการรณรงค์เพื่อสร้างความเข้าใจ
กับชาวบ้านให้รู้ถึง “ความสำคัญของป่าไม้” ว่า หมู่บ้าน
แม่กำปองจะอยู่ได้ก็ต้องมีป่า เพราะน้ำที่ใสสะอาดนั้นก็
เกิดจากป่าไม้ที่อุดมสมบูรณ์ ถ้าไม่มีป่า ก็ไม่มีน้ำใช้สมบูรณ์
ดังนั้น ทุกคนในหมู่บ้านจะต้องช่วยกันดูแลในเรื่องนี้
จนกลายเป็น “ชุมชนนักอนุรักษ์” โดยไม่รู้ตัว

ผู้ใหญ่ประดิษฐ์ กล่าวอีกว่า หลังจากนำเรื่อง
“การท่องเที่ยวโดยชุมชน” มาใช้ขับเคลื่อน ชาวบ้านก็ยิ่งเห็น
ความสำคัญของทรัพยากรป่าไม้เพิ่มมากขึ้น โดยชาวบ้าน
ค้นพบว่า “ป่าไม้วิถีชีวิต และวัฒนธรรม” คือ “สินค้าแรกเกิด”
ของชุมชนแม่กำปองแห่งนี้ ที่สามารถนำไปประกอบ
กับการทำงานเชิงอนุรักษ์ได้ ซึ่งที่ผ่านมาพิสูจน์แล้วว่าได้ผลจริง
เพราะไม่เพียงช่วยรักษาทรัพยากรธรรมชาติ แต่ยังทำให้ชุมชน
มีรายได้อีกด้วย จนหลายคนปลดหนี้สินได้จากเรื่องนี้



ปัจจุบันบ้านแม่กำปอง ถูกยกเป็น “หมู่บ้านท่องเที่ยว
เชิงอนุรักษ์” ภายใต้โครงการพระราชารัฐ ซึ่งเป็นส่วนหนึ่ง
ของกลุ่มงานการท่องเที่ยวโดยชุมชน โดยมีบริษัท ประชารัฐ
รักสามัคคีเชียงใหม่ (วิสาหกิจเพื่อสังคม) จำกัด เข้าไปช่วย
วางแผนทางในเรื่องนี้ให้ ทั้งจัดหาทุนจากภาครัฐและเอกชน
เพื่อสนับสนุนการปรับปรุงศูนย์เรียนรู้และขับเคลื่อนปรัชญา
ของเศรษฐกิจพอเพียงให้มีอุปกรณ์อำนวยความสะดวก
เพิ่มขึ้น ปรับปรุงภูมิทัศน์ให้มีความเป็นเอกลักษณ์ สอดคล้อง
กับวิถีชีวิตดั้งเดิมของชุมชนอันจะนำมาซึ่งการสร้างรายได้
ให้กับชุมชน

ทั้งนี้ ผลจากการดำเนินงาน ภายใต้การขับเคลื่อน
โดยโครงการฯ ทำให้บ้านแม่กำปองเกิดการพัฒนาด้าน
จนได้รับรางวัลมากมาย อาทิ รางวัลชนะเลิศหมู่บ้านเศรษฐกิจ
พอเพียง “อยู่เย็น เป็นสุข” รางวัลศูนย์เรียนรู้ชุมชนดีเด่น
ระดับจังหวัด ปี ๒๕๕๘ จากโครงการขยายผลหมู่บ้าน
เศรษฐกิจพอเพียงต้นแบบ กระทรวงมหาดไทย และปี ๒๕๖๐ นี้
ก็ได้เข้าร่วมโครงการยุทธศาสตร์ การขับเคลื่อนงานของ
กรมการพัฒนาชุมชน โดยมีการจัดตั้งสถาบันการจัดการ
เงินทุนชุมชน และโครงการส่งเสริมการสร้างสัมมาชีพชุมชน
ระดับหมู่บ้านขึ้น ซึ่งจะยิ่ง “เสริมความมั่นคงให้ชุมชน” แห่งนี้
“บ้านแม่กำปอง” ถูกยกเป็น “กรณีศึกษาชุมชนเข้มแข็ง”
โดยท่านอธิบดีกรมการพัฒนาชุมชน (นายอภิชาติ โตดิลกเวชช์)
ได้ระบุไว้ว่า บ้านแม่กำปอง เป็นอีกหนึ่งพื้นที่ที่กรณีศึกษา
ของการเป็นหมู่บ้านพอเพียงที่มีความเข้มแข็ง โดยจุดเด่น
ของที่นี่ นอกจากมีทรัพยากร ท้องถิ่นที่สมบูรณ์และมีการ
จัดการที่ดีแล้ว เบื้องหลังความสำเร็จที่สำคัญอยู่ที่
“ความร่วมมือร่วมใจของคนในชุมชน” ที่ทำให้เกิดการ
พัฒนาอย่างต่อเนื่อง จนกลายเป็น “พื้นที่ต้นแบบพระราชารัฐ”
...ขอเพียงมีการ “ร่วมมือ - ร่วมใจ” ความสำเร็จเกิดขึ้นได้
แม่กำปอง ถือเป็นอีกหนึ่งตัวอย่าง



ขอบคุณเนื้อหาจาก : หนังสือพิมพ์เดลินิวส์ ฉบับวันที่ ๒๕ มีนาคม ๒๕๖๐ (กรอบซ้าย) : คอลัมน์ : สกู๊ปหน้า ๑
ขอบคุณภาพจาก : <http://bg.pantip.com/bluep/topic/E๑๐๘๕๒๙๖๖/E๑๐๘๕๒๙๖๖.html>

อาหาร ส่งผลต่อสมองอย่างไร



บางคนบอกว่า “ทานน้ำตาลแล้วอารมณ์ดี” บ้างก็ว่า “ต้องดื่มกาแฟก่อนสมองถึงจะตื่นทำงานได้” “ดื่มเครื่องดื่มชูกำลังแล้วทำให้คิด” หรือบางคนจำเป็นต้องดื่มนมอุ่น ๆ ทุกคืนจะได้นอนหลับฝันดี...ถ้าอย่างนั้นอาหารและเครื่องดื่มส่งผลต่อสมองของแต่ละคนอย่างไรกันนะ?

นอกเหนือจากพลังงานและสารอาหารที่จำเป็นในแต่ละวัน มันมีอะไรมากกว่าสารอาหาร ๕ หมู่ ที่ส่งผลกระทบต่อสมองของเราหรือไม่ สมองของเราประกอบไปด้วยไขมันเป็นส่วนใหญ่ หากทำการรีดน้ำออกจากสมอง จะได้อัตราส่วนของไขมัน โปรตีน กรดอะมิโน น้ำตาล และสารอาหารอื่น ๆ ตามลำดับ อย่างไรก็ตาม แม้ส่วนประกอบของสมองแต่ละส่วนไม่ได้ส่งผลกระทบต่อการทำงานของสมอง การพัฒนาของสมอง หรืออารมณ์โดยเฉพาะ แต่สารอาหารแต่ละอย่างที่สมองของเราได้รับกลับส่งผลต่อการทำงานของสมองและการพัฒนาของสมอง เช่น ความรู้สึกบางอย่างหลังจากทานอาหารกลางวัน หรือการตื่นตัวยามดึกหลังจากทานอาหารเย็นมื้อใหญ่ที่ไม่คุ้นเคยเป็นต้น

กรดไขมันบางชนิดอย่าง โอเมก้า ๓ ซึ่งพบได้ในปลาทะเล ถั่ว หรือธัญพืช มีความสำคัญต่อการสร้างและรักษาโครงสร้างของเยื่อหุ้มเซลล์ แต่ไขมันอื่น ๆ อย่างไขมันทรานส์ หรือไขมันอิ่มตัวชนิดอื่นไม่เป็นประโยชน์ต่อร่างกายนักหากได้รับเป็นประจำ ดังนั้นความเชื่อแบบเหมารวมหรือความเข้าใจผิดเกี่ยวกับการงดอาหารจำพวกไขมันจึงเป็นสิ่งที่ผิด

นอกจากความเชื่อเรื่องการงดไขมันจะส่งผลต่อการทำงานของสมองแล้ว ความเชื่อเรื่องการรับประทานอาหารจำพวกแป้ง หรือคาร์โบไฮเดรตก็เช่นกัน พลังงานหลักของสมองได้มาจากน้ำตาลซึ่งเป็นหน่วยเล็ก ๆ ของแป้งหรือคาร์โบไฮเดรต การงดหรือลดรับประทานแป้งในขณะที่คุณจำเป็นต้องใช้สมองในการคิดหรือทำงานจึงเป็นเรื่องที่ขัดแย้งกันอย่างมาก เพราะสมองต้องการพลังงาน แต่คุณไปจำกัดมันไว้ในทางกลับกันเมื่อเราทานของหวานหรือจิบน้ำหวานขณะทำงาน จะช่วยให้สมองแล่น หรือแม้แต่การดื่มเครื่องดื่มชูกำลังล้วนแต่ส่งผลกระทบต่อสมองในด้านบวกอย่างที่คุณรู้สึกได้จริง

สมองของเราไม่ได้ทำงานโดยสารอาหารเพียงอย่างเดียวอย่างใดอย่างหนึ่ง พวกมันต้องการสมดุลในสมอง และนั่นเป็นสิ่งที่ทำให้เราจำเป็นต้องกินอาหารที่หลากหลาย และได้สารอาหารที่ครบถ้วนทุกหมู่ที่จำเป็น เพื่อให้เกิดความสมดุลของสัญญาณประสาท อารมณ์ การพัฒนา และการทำงานของทั้งสมอง และอวัยวะสำคัญต่าง ๆ ของร่างกาย เช่นสารต้านอนุมูลอิสระ ซึ่งได้จากผักและผลไม้ก็จำเป็นต่อการทำงานของสมอง แม้ว่ามันจะไม่ได้ส่งผลต่ออารมณ์หรือกระตุ้นการทำงานของสมองใดส่วนหนึ่งอย่างจริงจัง แต่มันมีหน้าที่เสมือนเกราะป้องกันไม่ให้เซลล์สมองเสื่อมหรือตายจากรังสีหรืออนุมูลอิสระอื่น ๆ ที่จะเข้ามาทำลายเซลล์

แม้ว่าขนาดหรือมวลของสมอง มีอัตราส่วนต่อร่างกายน้อยมากเพียงแค่ ๒% แต่ความต้องการพลังงาน และสารอาหารของมันก็คิดเป็น ๒๐% ของสิ่งที่เรากินเข้าไป ซึ่งมากกว่าส่วนอื่น ๆ ของร่างกาย อาหารแต่ละคำ การเลือกอาหารและปริมาณอาหารที่คุณกินในแต่ละวัน จึงส่งผลโดยตรงต่อปริมาณพลังงานที่สมองจะได้รับการทำงาน ป้องกัน พัฒนาการของสมองประสิทธิภาพและประสิทธิภาพของมัน จึงมาจากการกระทำของคุณโดยตรง ดังนั้นจงคิดให้ถี่ คิดให้ถี่ถ้วนก่อนที่จะเลือกหยิบอะไรเข้าปาก



สำนักเสริมสร้างความเข้มแข็งชุมชน กรมการพัฒนาชุมชน

วัตถุประสงค์

๑. เพื่อใช้เป็นสื่อกลางในการส่งเสริมกระบวนการเรียนรู้และการมีส่วนร่วมของชุมชน
๒. เพื่อเป็นการขยายช่องทางสื่อ โดยใช้ชุมชนเป็นห้องเรียนและวิถีชีวิตในชุมชนเป็นแบบฝึกหัด
๓. เพื่อเป็นการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ประสบการณ์

สถานที่ติดต่อ

กลุ่มงานส่งเสริมการเรียนรู้ชุมชน
สำนักเสริมสร้างความเข้มแข็งชุมชน กรมการพัฒนาชุมชน
ศูนย์ราชการเฉลิมพระเกียรติ ๘๐ พรรษา ๕ ธันวาคม ๒๕๕๐
อาคารรัฐประศาสนภักดี ชั้น ๕ ถนนแจ้งวัฒนะ แขวงทุ่งสองห้อง เขตหลักสี่ กรุงเทพฯ ๑๐๒๐๐
โทรศัพท์/โทรสาร ๐๒ ๑๔๑ ๖๑๓๑, ๐๒ ๑๔๓ ๘๙๑๓

คณะที่ปรึกษา

นายอภิชาติ โตดิลกเวชช์	อธิบดีกรมการพัฒนาชุมชน
นายอรรถวิษฐ์ สัมพันธ์รัตน์	รองอธิบดีกรมการพัฒนาชุมชน
นายทวีป บุตรโพธิ์	รองอธิบดีกรมการพัฒนาชุมชน
นายณรงค์ บุญศิริรักษ์	รองอธิบดีกรมการพัฒนาชุมชน
นายโชคชัย แก้วป่อง	ผอ.สำนักเสริมสร้างความเข้มแข็งชุมชน

กองบรรณาธิการ

นางระเบียบ จินดา	นางรัตนา ทรัพย์ทอง
นางสาวชนิษฐา ปันกระจาย	นางสาวพิมพ์ชนา พิชชาพันธ์โกลิน
นางสาววิลรัตน์ เดชบุญญา	

นางสมพิศ ปูนจิตรัฐ	นางสาวฉายาลักษณ์ แก้วศรีพจน์
นางกมลณี วงศ์สว่าง	นายไพรัตน์ จงรัชชา

ที่ปรึกษาคณะทำงาน

ผอ.กลุ่มงานฯ ทุกกลุ่มและหัวหน้าฝ่ายอำนวยการ
ของสำนักเสริมสร้างความเข้มแข็งชุมชน

บรรณาธิการ

นายรังสรรค์ หังสนาวิน ผอ.กองส่งเสริมการเรียนรู้ชุมชน

นายอนันต์ เลิศแสง	นางสาวลดา นพรัตน์
นายศุภฤกษ์ แสนแก้ว	นายอรรถวิทย์ สุนทรพานิชกิจ
นายอำเภอ มาพวง	นายภาณุมาศ ตริสุวรรณ
นางสาวชุติมา ภูมิแก้ว	นางสาวปริศรา อามาลี

สนับสนุนภาพถ่ายโดย : กองประชาสัมพันธ์ กรมการพัฒนาชุมชน