



จุลสาร

ปีที่ ๑๒ ฉบับที่ ๖ ประจำปี ๒๕๖๑
<http://chumchon.cdd.go.th/>

ส่งเสริมการเรียนรู้ ของชุมชน

แอ่งเล็ก เชื้อคอิน “ข้าวน้อยบ้านชีทวน”
ชุมชนท่องเที่ยว OTOP นวัตวิถีสู่การพัฒนาอย่างยั่งยืน

พช.นิวส์ หน้า ๒



หน้า
๓

Check In ชุมชน
โครงการสร้างพลังชุมชน
สร้างสังคมคุณธรรม
สร้างชุมชนเข้มแข็ง :
วิถี พช. วิถีธรรม



หน้า
๖

รอบรู้ พช.
อัตลักษณ์ชุมชน
สร้างแบรนด์ ทรงคุณค่า
ก่อเกิดรายได้สู่..ชุมชน



หน้า
๔-๕

พัฒนา คือ สร้างสรรค์
ติดต่อทางปัญญา
รากฐานการพัฒนาอย่างยั่งยืน



หน้า
๘

เคล็ดลับสู่ความสุข
๘ วิธี ดับกลิ่นปาก
แบบเร่งด่วน ขจัดปากเหม็น
เน้นความมั่นใจให้เต็มสิบ !



หน้า
๗

เติมพลังชุมชน
สวัสดีวันจันทร์
อังคาร... ถึงอาทิตย์





แอ่งเล็ก เชื้อคอน “ข้าวน้อยบ้านชีทวน” ชุมชนท่องเที่ยว OTOP นวัตวิถี สู่การพัฒนาอย่างยั่งยืน

พลเอก ประยุทธ์ จันทร์โอชา นายกรัฐมนตรี พร้อมด้วยคณะรัฐมนตรี ลงพื้นที่เยี่ยมชมการดำเนินโครงการชุมชนท่องเที่ยว OTOP นวัตวิถี แหล่งท่องเที่ยวข้าวน้อยบ้านชีทวน ตำบลชีทวน อำเภอบึงสามพัน จังหวัดอุบลราชธานี โดยมีนายอภิชาติ ไชยกุล เกษตรจังหวัดอุบลราชธานี และเจ้าหน้าที่ของกรมการพัฒนาชุมชนให้การต้อนรับ ซึ่งโครงการชุมชนท่องเที่ยว OTOP นวัตวิถี เป็นส่วนหนึ่งของโครงการไทยนิยม ยั่งยืน ด้วยแนวคิด “ร่วมสุข ร่วมวิถี ร่วมสมัย” ในการลงพื้นที่การประชุมคณะรัฐมนตรี อย่างเป็นทางการนอกสถานที่ จังหวัดอุบลราชธานี การพัฒนาหมู่บ้านตามแนวทางนี้จะช่วยก่อให้เกิดชุมชนท่องเที่ยว หรือที่เรียก “แอ่งเล็ก เชื้อคอน” การสร้างระบบบริหารและผู้ประกอบการชุมชนท่องเที่ยว การสร้างรายได้และความสุขภายในชุมชนจากสินค้าและบริการ เกิดโอกาสจากการเชื่อมโยงของชุมชนกับชุมชน เกิดธุรกิจผลิตภัณฑ์สินค้าชุมชนและการบริการ มีนักท่องเที่ยวเข้ามาเยือนชม คนในชุมชนมีรายได้ มีความสุข และกลับสู่ชุมชน ทำให้ชุมชนสู่ความ “มีเงิน ศรีสุข”

โครงการนี้จะช่วยกระตุ้นเศรษฐกิจฐานรากด้วยองค์ความรู้ระดับท้องถิ่น ที่กรมการพัฒนาชุมชนร่วมกับชาวบ้านและคนในชุมชนนำมาปรับใช้ให้เข้ากับพฤติกรรมของนักท่องเที่ยว ทั้งนี้โครงการจะทำให้ชุมชนทั่วประเทศได้นำเสนอความเป็นพื้นที่เมือง ใช้เสน่ห์ ภูมิปัญญา วิถีชีวิต วัฒนธรรมของท้องถิ่นสู่ความเป็นสากลได้ เพราะเชื่อมั่นว่าอัตลักษณ์ของท้องถิ่นนั้นขายได้และมีความหลากหลาย แม้จะเป็นชุมชนที่เต็มไปด้วยผืนนา แต่สามารถสร้างบรรยากาศที่แตกต่างกันด้วยขนบธรรมเนียมประเพณีและสินค้าที่แตกต่างกัน ขึ้นอยู่กับว่านักท่องเที่ยวจะเลือกว่าต้องการแบบไหน

สำหรับบ้านชีทวน แอ่งเล็ก เชื้อคอน บนเส้นทางชุมชนท่องเที่ยว OTOP นวัตวิถี จังหวัดอุบลราชธานี ซึ่งมีข้าวน้อย หรือที่เรียกว่า “ข้าวน้อยบ้านชีทวน” คำว่า ข้าว ภาษาอีสาน หมายความว่า สะพาน ข้าวน้อยบ้านชีทวน ก็คือสะพานเล็กของบ้านชีทวน ซึ่งใช้สัญจรไปมาระหว่างหมู่ที่ ๑ บ้านชีทวน และหมู่ที่ ๗ บ้านหนองแคน เกิดจากความร่วมมือร่วมใจกันของชาวบ้าน เนื่องจากในอดีตการเดินทาง ไป - มา มีความยากลำบาก ชาวบ้านจึงร่วมมือกันสร้างข้าวน้อยขึ้นเพื่อความสะดวก โดยพื้นที่ที่สร้างเป็นเขตต่อกันระหว่างหนองใหญ่ กับ หนองผกบั้ง ซึ่งเป็นชื่อเรียกแอ่งน้ำ โดยสร้างตามแนวเขตติดต่อक्रमคันทนาเดิม ต่อมาปี พ.ศ. ๒๕๕๘ - ๒๕๕๙ มีกลุ่มชาวบ้านได้ก่อสร้างเพิ่มเติมจากจุดเดิม ยาวไปจนถึงวัดศรีธาตุเจริญสุข ระยะทาง ๑๓๐ เมตร เป็นระยะทางยาว ๔๐๑.๕๐ เมตร ช่วงที่น้ำท่องเที่ยว คือ เดือนมิถุนายน - พฤศจิกายน เพราะเป็นช่วงหน้าท้นน้ำและช่วงข้าวออกรวง ทิศนัยภาพจะเขียวชอุ่มสวยงามมาก ๆ

บ้านชีทวน ยังเป็นหมู่บ้านเก่าแก่มากกว่า ๒๐๐ ปี เป็นหมู่บ้านที่มีวัดสำคัญทางประวัติศาสตร์พุทธศิลปะโบราณให้ได้ชม ในการดำเนินการขับเคลื่อนตามโครงการชุมชนท่องเที่ยว OTOP นวัตวิถี



กรมการพัฒนาชุมชนได้ให้ความรู้และช่วยส่งเสริมสนับสนุน พัฒนาต่อยอดผลิตภัณฑ์ของชุมชน เพื่อให้ นักท่องเที่ยวได้เลือกซื้อ อาทิ ผ้าลายปลาอีตีด ผ้าตาแหล่ เครื่องประดับชุมชนชุมชนชูปทอง กรอบกระจกรูป ข้าวตอกกลั่น ถั่วลิสงคั่วทราย โดยเฉพาะร้านฟาร์มอี๊ก ป.อุบล เจ้าของหมุยอ OTOP ๕ ดาวของจังหวัด นับว่าเป็นการพัฒนาเพิ่มมูลค่าและสร้างรายได้ให้กับชุมชน

อีกหนึ่งความสำเร็จของกระบวนการพัฒนาชุมชน ที่สามารถตอบโจทย์การพัฒนาอย่างยั่งยืน โครงการชุมชนท่องเที่ยว OTOP นวัตวิถี โดย กรมการพัฒนาชุมชนเป็นการนำความคิดสร้างสรรค์ ไปผสมผสานกับธรรมชาติ ประวัติศาสตร์และวัฒนธรรมท้องถิ่นให้เข้ากับธุรกิจท่องเที่ยว เพื่อสร้างอาชีพ สร้างรายได้ ช่วยกระตุ้นเศรษฐกิจท้องถิ่นให้เกิดความเข้มแข็ง สนับสนุนนโยบายของรัฐบาลในการลดความเหลื่อมล้ำของสังคมเพราะชาวบ้านได้บริหารจัดการและให้บริการนักท่องเที่ยวด้วยตนเอง สอดคล้องกับเป้าหมายของการสร้างอาชีพในชุมชนอย่างแท้จริงและยั่งยืน

ภาพประกอบจาก :
<http://www.thaigov.go.th/gallery/contents>



ในแต่ละท้องถิ่นย่อมจะมีความรู้ที่ใช้ในการจัดการกับอุปสรรคของชีวิต ความรู้ที่มีนำมาจัดกิจกรรมด้านต่าง ๆ เช่น ในการผลิตของครอบครัว ด้านใช้ชีวิตอยู่ร่วมกันในชุมชน เป็นความเชื่อ ค่านิยม วัฒนธรรม ซึ่งเมื่อสถานการณ์เปลี่ยนไป การปรับปรุงความรู้และ

แนวทางปฏิบัติจะปรับตัวเป็นพลวัต (Dynamic) และ มีอยู่ตลอดเวลา สำหรับผู้ที่มีการทบทวนประสบการณ์จากสิ่งที่ได้ทำผ่านไปแล้ว ว่าทำอะไร เพื่ออะไร ทำอย่างไร ผลที่เกิดขึ้นดีหรือไม่อย่างไร มีสาเหตุจากสิ่งใดที่ทำให้มีผลเช่นนั้น และจะต้องทำอะไร อย่างไร ให้เกิดผลที่ดีกว่า มีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น

ความมั่นใจ ในวิธีการปฏิบัติที่สำเร็จและค้นพบด้วยตัวเอง ความกล้าหาญ ในการอธิบายขยายผล หากสามารถเขียนเป็นเอกสารได้ยิ่งดี “ไม่จำเป็นต้องเหมือนใคร เพราะใครไม่ได้ทำเหมือนเรา เราทำแล้วมันดีจริง ๆ” และพร้อมที่จะจัดการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ จากผู้ประสบความสำเร็จในงาน

เดียวกัน เพื่อยืนยันความถูกต้องในความรู้นั้น สถานที่ที่เหมาะสมในการถ่ายทอดความรู้ อาจเป็นสถานที่ที่ใช้สอนให้ผู้เรียนปฏิบัติจริง เฉพาะเรื่อง จากผู้มีประสบการณ์ หรือสถานที่ส่วนกลางของหมู่บ้าน เป็นศูนย์เรียนรู้ที่จัดไว้สำหรับผู้สนใจจำนวนมาก ถ่ายทอดได้หลายวิชา ขึ้นอยู่กับความพร้อมของคนทำงานและการบริหารจัดการ

หากเจ้าหน้าที่ผู้สนับสนุน ได้ส่งเสริมหลักการจัดการความรู้แก่ผู้มีประสบการณ์ ได้นำความรู้ที่อยู่ในตัวเขามาใช้งาน เพื่อตัวเองและผู้คนที่ไม่รู้ได้รับรู้ผ่านช่องทางสื่อสารต่าง ๆ เป็นการอนุรักษ์ภูมิปัญญาและสานต่อปรับปรุงยุคที่ใช้ให้คงไว้ยาวนาน

โครงการ สร้างพลังชุมชน สร้างสังคมคุณธรรม สร้างชุมชนเข้มแข็ง : วิถี พช. วิถีธรรม

จากพระธรรม คำสั่งสอนของพระพุทธเจ้า
“หลักศีลธรรมสำหรับชาวพุทธที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้า
ได้ทรงประทานสั่งสอนไว้มากมายหลายระดับ
ทั้งที่เหมาะสมกับการดำรงชีวิตประจำวัน
และระดับที่สูงขึ้นไปหากพุทธศาสนิกชน
ทุกคนล้วนแต่ตั้งมั่นอยู่ในคำสั่งสอนของท่าน
ย่อมบังเกิดความสงบสุขในการดำเนินชีวิต
และในสังคมที่เราอาศัยอยู่อย่างแน่นอน
แต่ปัญหาที่เกิดขึ้นในปัจจุบันนี้ล้วนแล้วแต่
มาจากการที่ คนเราไม่ตั้งมั่นอยู่ในธรรมนั้นเอง”

(บทความจาก : <http://www.salatham.com/do-donts/1whatis.htm>)

จากสภาพเศรษฐกิจและสังคมไทยในปัจจุบัน

ที่มีความเปลี่ยนแปลงตามสถานการณ์โลกอยู่ตลอดเวลา ทำให้ประชาชนส่วนใหญ่มุ่งเน้นหรือให้ความสำคัญทางด้านวัตถุเป็นส่วนใหญ่ ดังนั้น การพัฒนาทางด้านจิตใจให้สอดคล้องกับวิถีชีวิตของคนในสังคมไทย ที่มีศาสนาเป็นเครื่องยึดเหนี่ยวจิตใจจึงควรมีการจัดกิจกรรมให้เห็นความสำคัญและดำรงสืบเนื่องต่อไป กรมการพัฒนาชุมชนในฐานะที่เป็นหน่วยงานหลักในการสร้างรากฐานความเข้มแข็งในชุมชน โดยมีเจ้าหน้าที่พัฒนาชุมชนร่วมกับอาสาสมัครชุมชน ในการทำหน้าที่ส่งเสริม สนับสนุน และพัฒนาให้สามารถพึ่งพาตนเองบนความพอเพียงได้อย่างมีความสุข โดยเฉพาะการพัฒนาคนด้วยการส่งเสริมให้บุคลากรในสังกัด ตลอดจนผู้นำ กลุ่ม องค์กร และเครือข่าย ปฏิบัติหน้าที่ด้วยความซื่อสัตย์ สุจริต มีคุณธรรม จริยธรรม ระหว่างเดือนกรกฎาคม – ตุลาคม ๒๕๖๑ ช่วงเทศกาลเข้าพรรษา จึงนับเป็นโอกาสอันดีของเจ้าหน้าที่พัฒนาชุมชนที่จะได้ร่วมกับผู้นำ กลุ่ม องค์กร และเครือข่าย ในการประกอบศาสนกิจร่วมกัน ประพฤติ ปฏิบัติตนเป็นแบบอย่างที่ดี โดยได้กำหนดดำเนินโครงการสร้างพลังชุมชน สร้างสังคมคุณธรรม สร้างชุมชนเข้มแข็ง : วิถี พช. วิถีธรรม

สำหรับการดำเนินงานโครงการดังกล่าวถือเป็น

ความร่วมมือจากทุกภาคส่วน กรมการพัฒนาชุมชนได้มอบหมายให้พัฒนาการจังหวัด/พัฒนาการอำเภอ ในการทำหน้าที่ เช้ากราบนมัสการเจ้าคณะจังหวัด/เจ้าคณะอำเภอ เพื่อชี้แจงแนวทางการดำเนินงานโครงการฯ รวมถึงประชาสัมพันธ์เชิญชวน ขอความร่วมมือส่วนราชการต่าง ๆ ในการดำเนินกิจกรรมตามโครงการฯ ร่วมกัน ตลอดจนมอบหมายเจ้าหน้าที่พัฒนาชุมชนร่วมกับผู้นำอาสาพัฒนาชุมชน (ผู้นำ อช.) ประสานอาสาสมัครต่าง ๆ และประชาชน ร่วมปฏิบัติศาสนกิจในวันธรรมสวนะ หรือวันสำคัญของแต่ละศาสนา โดยหมุนเวียนให้ครบในแต่ละตำบล อาทิเช่น การทำบุญตักบาตร สวดมนต์ ฟังธรรมเทศนา กิจกรรมสาธิตประเพณีต่าง ๆ เป็นต้น นอกจากนี้ เจ้าหน้าที่พัฒนาชุมชนและทีมอาสาสมัครชุมชนยังสามารถใช้โอกาสนี้ในการแนะนำตัว เพื่อพบปะ พูดคุย แลกเปลี่ยนความคิดเห็น และรับฟังคำแนะนำกับประชาชนในพื้นที่ที่เข้าร่วมกิจกรรม ถือเป็นการใช้คุณธรรมนำการพัฒนาภายใต้พื้นฐานความเชื่อที่ว่า “หากเจ้าหน้าที่พัฒนาชุมชนของเรา หรือผู้นำ กลุ่ม องค์กร และเครือข่าย มีรากฐานทางจริยธรรม จรรยาที่ดีงามแล้ว จะเป็นการสร้างภูมิคุ้มกันจากภายในที่ดียิ่งขึ้น ที่จะส่งผลให้ปฏิบัติหน้าที่ตามที่ได้รับมอบหมายได้อย่างถูกต้อง เป็นธรรม และเกิดประโยชน์สูงสุดต่อประเทศชาติของเรา นำพาให้เกิดหมู่บ้าน/ชุมชนที่มีคุณธรรม จริยธรรม มีความรัก ความสามัคคี มีการช่วยเหลือเกื้อกูลซึ่งกันและกัน เกิดชุมชนที่เข้มแข็ง พึ่งพาตนเองได้และสามารถขับเคลื่อนประเทศชาติไปข้างหน้าสู่สังคมคุณธรรมที่มีความเข้มแข็งอย่างยั่งยืน”

สอบถามรายละเอียดโครงการฯ หรือข้อมูลเพิ่มเติมได้ที่ สำนักงานพัฒนาชุมชนจังหวัด/อำเภอ หรือที่สำนักเสริมสร้างความเข้มแข็งชุมชน กรมการพัฒนาชุมชน หรือทางเว็บไซต์ <http://www.chumchon.cdd.go.th>

พัฒนา คือ สร้างสรรค์

สำนักเสริมสร้างความเข้มแข็งชุมชน
กรมการพัฒนาชุมชน



ติดต่ออาจารย์ รากฐานการพัฒนาอย่างยั่งยืน

โรงเรียนภูมิปัญญาท้องถิ่น อ.กบินทร์บุรี จ.ปราจีนบุรี คือ หนึ่งในเครื่องมือสำคัญของกรมการพัฒนาชุมชนในการสร้างอาชีพ เพื่อเพิ่มรายได้ให้กับชุมชน ด้วยความรู้ทางภูมิปัญญาในท้องถิ่นซึ่งเป็นมรดกทางสังคมที่ได้จากการเรียนรู้ เป็นทรัพย์สินทางปัญญาด้านอาชีพ ที่มีคุณค่าอย่างยิ่งของชุมชน

โรงเรียนภูมิปัญญาท้องถิ่น อ.กบินทร์บุรี จ.ปราจีนบุรี เกิดขึ้นเพื่อขับเคลื่อนการพัฒนาคุณภาพชีวิตและเศรษฐกิจชุมชน ด้วยความรู้ทางภูมิปัญญาจากปราชญ์และครูภูมิปัญญาท้องถิ่น เพื่อนำมาต่อยอดเป็นอาชีพให้กับคนในชุมชน โดยการรวบรวมปราชญ์ในท้องถิ่น มีการนำไปศึกษาดูงานเพิ่มเติม จากนั้นจึงมาสรุปเป็นรูปแบบหลักสูตรในการเรียนการสอน

หลักสูตรการเรียนการสอน จะเน้นผู้เรียนเป็นศูนย์กลาง โดยมีเทคนิคการสอนที่มอบโอกาสให้ผู้เรียนได้คิด วิเคราะห์ ตามหลัก เหตุผลและใช้หลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงในการแก้ปัญหาและการพัฒนาตนเอง





จุดเด่น

เปิดสอน ภูมิปัญญาด้านเกษตรกรรม

โดยการนำความรู้ความสามารถในการผสมผสานองค์ความรู้ ทักษะและเทคนิคด้านเกษตรกับเทคโนโลยี โดยการพัฒนา บนพื้นฐานคุณค่าดั้งเดิม ซึ่งคนสามารถพึ่งพาตนเองในสถานการณ์ ต่าง ๆ ได้ เช่น ทำการเกษตรแบบผสมผสาน

เปิดสอน ภูมิปัญญาด้านการจัดการทรัพยากร ธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม

โดยการนำความรู้และความสามารถในการจัดการทรัพยากร ธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม ทั้งการอนุรักษ์ พัฒนาและใช้ประโยชน์ จากคุณค่าของทรัพยากรธรรมชาติอย่างสมดุลและยั่งยืน



ฝึกอาชีพให้ฟรี ที่ใคร ๆ ก็เรียนได้

ในการเรียนการสอน จะไม่มีการเก็บค่าเล่าเรียน มีเพียงรายได้ จากค่าอาหารที่ผู้เรียนซื้อ และจากสินค้าที่ขายในโรงเรียน



วิทยาเขตของโรงเรียน
คือ บ้านของปราชญ์
และครูภูมิปัญญาในด้านต่าง ๆ
ซึ่งในการเรียน

ผู้เรียนจะได้เรียนทั้งภาคทฤษฎีและปฏิบัติ
พร้อมกันที่บ้านของครู



सानใจ सानสัมพันธ์ ชุมชน



การดำเนินงานของโรงเรียนภูมิปัญญาท้องถิ่น ช่วยสร้าง ความรู้รักสามัคคี เพราะเป็นแหล่งรวมของผู้รู้ในภูมิปัญญาท้องถิ่น เจ้าหน้าที่กรมการพัฒนาชุมชน รวมทั้งเครือข่ายในชุมชนที่มาร่วมกัน ด้วยจิตอาสาในการบริหารจัดการโรงเรียน



อาจกล่าวได้ว่า

โรงเรียนภูมิปัญญาท้องถิ่น
โดยกรมการพัฒนาชุมชน

คือ แนวคิดและการดำเนินงานเพื่อ
เปลี่ยน **ภูมิปัญญาท้องถิ่น** ให้เป็นทุนทางปัญญา
เปลี่ยน **ทุนทางปัญญา** เป็นโอกาสในการเรียนรู้
เปลี่ยน **โอกาสแห่งการเรียนรู้** เป็นอาชีพ
เปลี่ยน **อาชีพ** เป็นรายได้ที่ดีมีมั่นคง

เพราะ....เราเชื่อมั่นว่า
ภูมิปัญญาท้องถิ่น คือ รากแก้วที่สำคัญให้ท้องถิ่นนั้น
เปลี่ยนสู่การพัฒนาอย่างยั่งยืน



อัตลักษณ์ชุมชนสร้างแบรนด์ ทรงคุณค่า ก่อเกิดรายได้สู่..ชุมชน



บ้านห้วยเอียน ตำบลหลายขาว อำเภอยางชุมน้อย จังหวัดศรีสะเกษ เป็นชนเผ่า “ขมุ” ที่ใช้ “เหล้า” ในการประกอบประเพณีของชนเผ่า ชาวบ้านที่เป็นคนรักสงบ มักจะสังสรรค์กันอย่างเรียบง่าย จึงทำให้บ้านห้วยเอียนเป็นหมู่บ้านทำเหล้า หรือสุราหมักอินทรีย์ ที่มีแอลกอฮอล์ต่ำ รสชาติกลมกล่อม กลิ่นหอมชวนดื่ม ซึ่งเดิมเหล้าทำด้วยไหขนาดใหญ่ ทานหลายคน ปัญหาเกิดจากเมื่อมีการส่งเสริมสัมมาชีพในหมู่บ้าน ก็มีการทำเหล้าออกขาย แต่ด้วยให้ที่ที่มีขนาดใหญ่ จึงขายยาก ขายไม่ได้ ไม่ดึงดูดใจผู้ซื้อ นายพิรพงศ์ ยวนตา อาสาพัฒนาชุมชน สำนักงานพัฒนาชุมชนอำเภอยางชุมน้อย จังหวัดศรีสะเกษ ลงพื้นที่ทำงานได้ทำการศึกษาผลิตภัณฑ์เหล้า บ้านห้วยเอียน ด้วยการเก็บข้อมูลและร่วมหาทางออกด้วยการ “ดึงอัตลักษณ์ สร้างแบรนด์เด่น เน้นคุณค่า” มีรูปแบบกิจกรรม จัดเวทีระดมความคิด ดึงอัตลักษณ์เพื่อสร้างแบรนด์โดยชุมชน และภาคีการพัฒนา มีขั้นตอนคือ

๑) ชุมชนเตรียมพร้อม

แกนนำและครัวเรือนต้องเข้าใจ และเปิดใจรับการเรียนรู้เรื่องใหม่ โดยแกนนำร่วมกับสำนักงานพัฒนาชุมชน (พช.) จัดเวทีก่อนหน้าอย่างน้อย ๑ - ๒ ครั้ง เพื่อวางแผนกิจกรรม

๒) ประสานหน่วยงานภาคีที่เกี่ยวข้อง

เช่น เครือข่ายองค์การปกครองส่วนท้องถิ่น หน่วยงานสาธารณสุข กศน. การท่องเที่ยว สรรพสามิต และอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้อง โดยจะแนบกำหนดการ มีการโทรประสานแนวทางเบื้องต้นว่าหน่วยงานจะมาไหม จะมาทำอะไร ในเวที เพื่อชี้แจงเป้าหมายของกิจกรรม

๓) ประสานวิทยากรจากหน่วยงานที่มีความถนัดทั้งด้านองค์ความรู้ และการถ่ายทอด

เพื่อบอกให้ทราบถึงพื้นฐานของชาวบ้านที่เป็นชนเผ่า มีรับรู้ได้แค่ไหน ควรใช้ภาษาง่าย ๆ ในการพูดคุย และชี้ให้เห็นว่าชาวบ้านต้องการอะไรกันร่วมเวที โดยวิทยากรอาจมาจากสถาบันการศึกษา หรือเอกชน ที่เกี่ยวข้องโดยตรงกับการออกแบบสร้างแบรนด์สินค้า และการตลาด

๔) การถอดองค์ความรู้

สำนักงานพัฒนาชุมชนวางแผนร่วมกับวิทยากรในการถอดองค์ความรู้ ประสบการณ์ ภูมิปัญญาที่เกี่ยวข้องกับผลิตภัณฑ์ โดยใช้กรอบแนวคิด “วิถีของดี ของดี มีที่นี้ที่เดียว” และมีการตั้งโจทย์ไว้ก่อนพูดคุยกับชาวบ้าน ด้วยการซักถาม เช่น “ช่วยเล่าให้ฟังได้ไหม อ..ของเรามีอะไรที่ อื่นไม่มี” ซึ่งเป็นโจทย์ที่ พช. ต้องคุยกับวิทยากรไว้ก่อน เพื่อไม่ให้หลงประเด็นในการจัดเวที และช่วยกระชับเวลา

๕) จัดเวทีระดมความคิด

(๑) เล่าถึงปัญหา คือ “โหใหญ่..ขายยาก” โยงเป้าหมายเพื่อจุดใจผู้เข้าร่วมในการพัฒนาร่วมกันว่า ความสำคัญคือเราจะต้องเกิดแบรนด์ใหม่ของชุมชน และจะเป็น “อ...แห่งแรกของภาคเหนือ” ซึ่งมีแต่ภาคอีสานเท่านั้นที่ทำได้ ใช้คำว่า “ที่สุด” “ที่แรก” “ที่สุดในโลก” เพราะในประเทศอื่น ๆ เขาไม่ทำกัน คนมาเที่ยว “มาถึงศรีสะเกษ..ต้องหิ้วกลับบ้าน” เป็นการวางเป้าหมายร่วมกันก่อนการจัดเวที

(๒) วิทยากรแลกเปลี่ยนให้มุมมอง การสร้างแบรนด์ชื่อทางการตลาด สินค้าเชิงคุณภาพ ใช้อัตลักษณ์สร้างแบรนด์ คือเราจะขายความเป็นอัตลักษณ์วัฒนธรรม เน้นคุณค่า เน้นเรื่องเล่า โดยมีการใช้สื่อเปรียบเทียบให้เห็น ซึ่งในวันจัดเวทีเราต้องนำเสนอสื่อเปรียบเทียบ เช่น ชนเผ่านี้ทำเรื่องนี้ไม่คิดว่าจะขายได้ เช่น น้ำพริกอาข่า ทำไมเขาขายได้ เราเป็นคนเผ่าทำไมเราทำได้ เรามีพื้นฐานเหมือนกันเพื่อทำให้เห็นชัดขึ้นก่อนที่จะกระตุ้นให้เขาช่วยคิดแบรนด์ออกมา

(๓) กิจกรรมถ่ายทอดองค์ความรู้มีปัญญา การที่พูดคุยกับวิทยากรก่อนจัดประชุม ว่าจะกระตุ้นให้ผู้ร่วมเวทีหรือชาวบ้านถ่ายทอดความรู้ออกมา เช่น ว่าช่วยเราหน่อยได้ไหม ว่าทำไมของเรามาไม่เหมือนที่อื่น โดยใช้กรอบแนวคิด “วิถีของดี ของดี มีที่นี้ที่เดียว”

(๔) Workshop ออกแบบแบรนด์ และการสื่อความหมายผลิตภัณฑ์ ระหว่างกิจกรรมพอชาวบ้านเล่าเรื่อง ส่วนราชการ ภาคี และชาวบ้านจะช่วยกันออกแบบโลโก้และให้ความหมายของผลิตภัณฑ์ ระหว่างกิจกรรมวิทยากรและเจ้าหน้าที่พช.จะกระตุ้นและให้กำลังใจ เช่น “ยังช่วยกันคิดหน่อยสิ” “แบบนี้ได้ไหม” “เราควรจะใส่อะไรอีกในแบรนด์ดี” กระตุ้นความคิดตลอดเวลา เพื่อให้เกิดชิ้นงานที่ดีที่สุด โดยแต่ละจุดในโลโก้มีการให้ความหมายทั้งหมด ซึ่งปัจจุบันใช้รูปคุณยายที่ยังมีอายุอยู่และมีอาชีพทำ โดยหมวกที่ยายสวมอยู่มีผ้าคาดเป็นสีประจำชนเผ่า ยายถอดไหเหล้า และมีหลอดไม้ไผ่ เพื่อบ่งบอกว่าไม่ดื่มเป็นไม้ที่เข้าบ้าน ไหมที่ทำเป็นดิน คือที่เราเค็ดมา

(๕) นำเสนอโลโก้และชื่อแบรนด์สินค้า พร้อมอธิบายความหมาย วิทยากร และเจ้าหน้าที่ พช. ร่วมกันให้คำแนะนำ

(๖) ใหวัดชิ้นงานที่ดีที่สุด โดยใหวัดจากการที่ทุก ๆ คนร่วมกันออกแบบ ชี้แจงการนำไปทดลองใช้ และประเมินการตลาด

๖) การพัฒนาสู่การนำไปใช้งานและประเมินผลการตลาด

(๑) การนำเข้าสู่กระบวนการออกแบบโลโก้ โดยจากเวทีจะได้แค่แบบร่างออกมา จากนั้นสำนักงานพัฒนาชุมชนก็จะประสานภาคีเครือข่ายที่พร้อม เช่น สถานศึกษา กลุ่มงานสารสนเทศจังหวัด จ้างเอกชน เป็นต้น เพื่อนำภาพร่างไปออกแบบในระบบกราฟิก เพื่อให้ได้ภาพที่ใกล้เคียงที่สุด

(๒) ทดสอบผลิตภัณฑ์ โดยนำแบบที่ออกไปทำสติ๊กเกอร์ ติดโหล ทดลองขายโดยนำไปออกงานต่าง ๆ มีงานที่ไหนให้เขาไปขายอย่างต่อเนื่อง

(๓) ประเมินผลความพึงพอใจ โดยใช้แบบสอบถาม/แบบประเมินแบบประจักษ์ให้เหมาะสมกับแต่ละพื้นที่ว่าใช้ได้ไหม แลเอาไปขายมีคนเดินเข้ามาในบูธไหม เป็นต้น

(๔) กลุ่มวิเคราะห์ผลการใช้แบรนด์ จากการประเมินรูปแบบต่าง ๆ โดยมีการกำหนดระยะเวลา เป็นจำนวนครั้งตามความเหมาะสม

(๕) เมื่อแบรนด์สินค้าผ่านการทดลองใช้ ทดลองตลาดเรียบร้อยแล้ว จนไปสู่การวิเคราะห์ผลจากการทดลองขายเป็นอย่างดี ถ้ามีการปรับปรุงก็ทำให้ออกมาดีที่สุด

(๖) ที่ประชุมขอมติการใช้งานจริงและจัดลิขสิทธิ์

(๗) เผยแพร่ประชาสัมพันธ์ “แบรนด์” ทุกช่องทาง อาทิเช่น การสร้างแลนด์มาร์ค จุดเช็คอินรูปแบบการทางสติ๊กเกอร์ เพื่อติดรถ ทำแผ่นพับอย่างง่ายประชาสัมพันธ์ตามร้านค้าและจุดท่องเที่ยว การสร้างพื้นที่ในสังคมออนไลน์อย่างต่อเนื่อง การสร้างการ์ตูนสัญลักษณ์ (Mascot) ตามความเหมาะสม ออกแบบบุตตามอัตลักษณ์สินค้าและชุมชน เช่น เวลาออกบูธ หรือออกไปขายให้เป็นตัวเองให้มากที่สุด เช่น การแต่งกายของชนเผ่า ออกแบบบุตให้มีแบรนด์ติดมองเห็นชัดเจน เพื่อให้เห็นว่าเป็นที่เดียวที่สุด

ซึ่งผลที่ได้จากการทำการตลาดด้วยกระบวนการสร้างแบรนด์ ทำให้ปัจจุบันเหล้าเป็นสินค้าโอท็อปจังหวัดศรีสะเกษ มีรสชาติหอมหวานอร่อย และยังมีประโยชน์เพราะใส่สมุนไพรด้วย และปัจจุบันต้องสั่งจองล่วงหน้าถึงเป็นเดือนจึงจะได้รับประทาน ส่งผลให้ชาวบ้านในชุมชนเข้าร่วมมาเป็นสมาชิกกลุ่ม ส่งเสริมรายได้ให้ชุมชนอย่างยั่งยืน และชาวบ้านยังบอกว่า “เมื่อได้สัมผัสรสชาติเหล้าถือว่าได้สัมผัสรสชาติแห่งชาตินี้” “ขมุ” อันสงบ สงาม”

สวัสดีวันจันทร์ อังคาร... ถึง อาทิตย์

ตั้งแต่ผู้เฒ่า ผู้แก่ทั้งหลายเริ่มเล่น Social Media กันเป็น ทุกเช้าสังคมไทย จะมีการสวัสดีด้วยรูปภาพดอกไม้ในโลกออนไลน์กันจนกลายเป็นประเพณีไปแล้ว บางคนก็อาจคิดว่ามันน่าเบื่อ น่ารำคาญ ที่มีแต่สติ๊กเกอร์ดอกไม้ หมา แมว วุ่นไปวันมา แบบนี้ทุกวัน แต่สาเหตุหนึ่งก็มาจากเทคโนโลยีการสื่อสารและสมาร์โฟนที่พัฒนา ขึ้นด้วย ที่ทำให้การสื่อสารยุคใหม่นี้ ไม่ใช่การโทรคุยกันอีกต่อไป แต่กลับกลายเป็น การพิมพ์ คุยกันผ่านแอปพลิเคชัน Chat ที่ปัจจุบันมีมากมายแทน

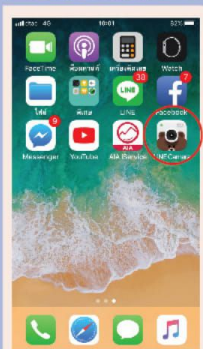


แน่นอนว่ายุคนี้คงไม่มีใครไม่รู้จักแอปพลิเคชันที่ใช้ติดต่อสื่อสารที่มีชื่อว่า line อย่างแน่นอน ด้วยวิธีใช้ที่สะดวกง่ายดาย ต่อให้เป็นเด็กหรือผู้ใหญ่ก็สามารถใช้งานได้ อย่างคล่องแคล่ว จึงทำให้เราเห็นสติ๊กเกอร์แบบนี้นักจนกลายเป็นภาพชินตา

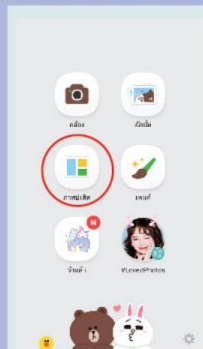
ผู้เขียนมีโอกาสอยู่ในกลุ่มไลน์ที่มีผู้สูงวัย ที่อยู่ในชุมชนมากมายชอบส่งรูปภาพ กิจกรรม วิดีโอชีวิต ผลผลิตทางการเกษตร แหล่งท่องเที่ยวในชุมชนหรือแม้กระทั่งความรู้ต่าง ๆ ที่น่าสนใจ แต่กลับไม่มีรายละเอียดที่อธิบายเรื่องราวหรือแคปชั่นที่โดนใจชวนให้น่าอ่านเลย แรกๆ ก็เกิดความสงสัยว่ามันคือภาพกิจกรรมอะไร (มีความอยากรู้อยากเห็น) แต่หลัง ๆ ก็กลายเป็นความเบื่อไป (เพราะไม่เข้าใจ)

เอาเป็นว่า ฉบับนี้มีไอเดียใหม่มาเสนอ (สว.)ทั้งหลายจ้า แทนที่จะส่งสติ๊กเกอร์ แบบเดิม ๆ ที่ชอบก๊อปก็จากคนโน้นคนนี้ ลองมาทำสติ๊กเกอร์กันเองดีกว่าโดยใช้รูปภาพ จากผลิตภัณฑ์ชุมชน แหล่งท่องเที่ยว ผลผลิต การแปรรูปฯ มาประยุกต์ใช้กัน แถมยัง เป็นการส่งต่อความรู้ ที่ทำให้เกิดความสนุกสนาน น่าสนใจ มากกว่าแบบเดิม ๆแน่นอน คราวนี้รับรองว่าการส่งสติ๊กเกอร์ในทุก ๆ เข้า จะมีแต่คนคอยติดตามว่าวันนี้คุณจะส่งอะไร มาให้ดู (ขนาดนั้นเลยทีเดียว) บ่นมานานแล้ว เจ็บคอ เริ่มเลยดีกว่า

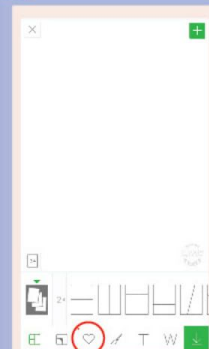
โดย Workshop นี้ เราจะใช้งานผ่าน Line camera กัน (ใครยังไม่โหลดก่อนจะชะ)



๑. เมื่อโหลดแอปพลิเคชัน มาแล้ว จะปรากฏที่หน้าจอ และเปิดแอปขึ้นมา



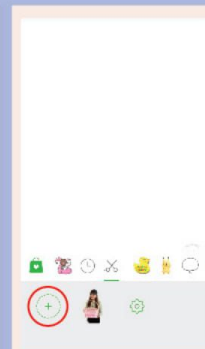
๒. จะปรากฏหน้าต่าง แอปพลิเคชัน ๓. และที่ไอคอน ภาพปะติด



๔. จะปรากฏหน้าต่างแบบนี้ ๕. และที่ไอคอนรูปหัวใจ



๖. และที่ไอคอนรูปกรรไกร



๗. จะปรากฏหน้าต่างนี้ ๘. และรูปวงกลมเส้นประ ที่มีเครื่องหมายบวก



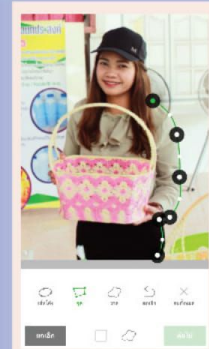
๙. จะปรากฏหน้าต่างนี้ เลือกภาพที่ต้องการ จากอัลบั้ม



๑๐. ปรากฏรูปภาพที่ต้องการ ๑๑. และที่ไอคอน



๑๒. จะปรากฏหน้าต่างนี้ ๑๓. และที่ไอคอน จุด



๑๔. และรูปภาพจะมีจุด ขึ้นมา เป็นการได้สัดส่วนส่วน ที่ต้องการ โดยแตะที่รูป จนกระทั่งมาจนจุดแรก



๑๕. จะปรากฏเหลือแต่ นางแบบที่ต้องการ จากนั้น เลือกรูปภาพมาเป็นฉากหลัง กันเลย โดยแตะที่ไอคอน แล้วเลือกไอคอนพื้นหลัง



๑๖. จะปรากฏภาพ Background หลังนางแบบแล้ว มีเทคนิค แนะนำว่าภาพที่นำมาใส่ นั้นสามารถที่รูปร่างไว้ เป็นการเลือกให้รูปภาพนั้น ขึ้นมาด้านบนได้



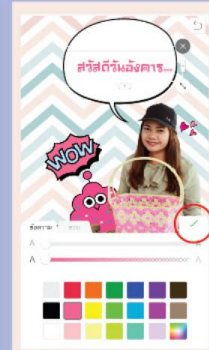
๑๗. เมื่อแต่งรูปเสร็จ ตามต้องการแล้ว ก็มาใส่ ตัวหนังสือกัน และที่ไอคอน T แล้วพิมพ์ข้อความที่ต้องการ ลงไป



๑๘. เมื่อได้ข้อความที่ต้องการแล้ว ให้แตะที่ ต่อไป



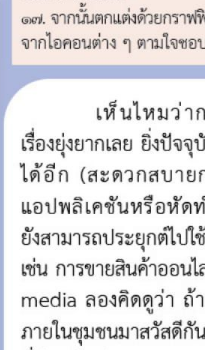
๒๐. จะปรากฏหน้าต่าง ให้แตะเลือกรูปแบบตัวอักษร ที่ต้องการ



๒๑. จะปรากฏข้อความขึ้นมา บนรูปภาพ และที่เครื่องหมายถูก หากต้องการเขียนเพิ่มเติม ก็สามารถแตะที่ไอคอน T เหมือนเดิมแล้วพิมพ์ข้อความ ลงไปเหมือนเดิม



๒๒. เมื่อตกแต่งเสร็จแล้ว และที่ปุ่ม Save เป็นอันเสร็จเรียบร้อย เพียงเท่านี้เราก็ได้สติ๊กเกอร์ น่ารัก ๆ ใช้แล้ว



๒๓. จากนั้นตกแต่งด้วยกราฟฟิค จากไอคอนต่าง ๆ ตามใจชอบ

เห็นไหมว่าการสร้างสติ๊กเกอร์นั้นไม่ใช่ เรื่องยุ่งยากเลย ยิ่งปัจจุบันสามารถใช้งานผ่านสมาร์โฟน ได้อีก (สะดวกสบายกว่าสมัยก่อนเยอะ) ลองเล่น แอปพลิเคชันหรือหัดทำไปเรื่อย ๆ เมื่อชำนาญแล้ว ยังสามารถประยุกต์ไปใช้ช่วยเหลือชุมชนได้อีกหลายด้าน เช่น การขายสินค้าออนไลน์ ขยายการท่องเที่ยวผ่าน social media ลองคิดดูว่า ถ้าเราทำสติ๊กเกอร์โดยใช้เรื่องราว ภายในชุมชนมาสร้างสติ๊กเกอร์แทน ความรู้ ผลิตภัณฑ์ อาชีพ ที่น่าสนใจต่าง ๆ มากมาย จะถูกส่งต่อให้เกิดการเรียนรู้ และน่าสนใจมากแค่ไหน

เคล็ดลับ ความสุข

5 วิธี ดับกลิ่นปาก แบบเร่งด่วน

ขจัดปากเหม็น เน้นความมั่นใจให้เต็มสิบ !



กลิ่นปากเป็นอีกเรื่องที่เราต้องให้ความใส่ใจกันมากเป็นพิเศษ เพราะคงไม่
อยากให้คนที่เราคุยด้วยต้องเบือนหน้าหนีด้วยกลิ่นอันไม่พึงประสงค์ที่ออกมาจาก
ปากของเราทันหรือไหมคะ แต่ก็ต้องยอมรับว่าเราไม่สามารถเอาใจใส่กลิ่นปาก
กันได้ตลอดเวลา ยิ่งถ้าเราต้องออกไปข้างนอก จะให้ไปแปรงฟันหรือบ้วนน้ำยา
บ้วนปากใหม่อีกรอบก็คงจะไม่สะดวก ฉบับนี้เราขอแนะนำเสนอวิธีดับกลิ่นปาก
แบบเร่งด่วน ที่ช่วยบรรเทาปัญหากลิ่นปากได้แม้อยู่ในสถานการณ์ที่ไม่เอื้ออำนวย
ตัวช่วยดี ๆ เพื่อเสริมความมั่นใจให้คุณค่ะ

๑. เลี่ยงอาหารและเครื่องดื่มที่มีน้ำตาลสูง

หากคุณรู้ตัวว่าตัวเองกำลังจะต้องเข้าไปอยู่ในสถานการณ์ที่ต้อง
พบปะผู้คน แต่ไม่มั่นใจในเรื่องกลิ่นปาก ทางที่ดีที่สุดคืองดของหวานทุกชนิด
เพราะเจ้าของหวานทุกชนิดที่รสชาติถูกปาก เมื่อรับประทานเข้าไปแล้ว และไม่มี
การแปรงฟัน น้ำตาลก็จะแปรสภาพและสร้างกลิ่นเหม็น ๆ พร้อมทั้งความรู้สึก
เปรี้ยว ๆ ในปาก ดังนั้นไม่อยากถูกเบือนหน้าหนีเพราะกลิ่นปาก ของหวานเนีย
อย่าแตะเลยดีที่สุด

๒. ดื่มน้ำเปล่า

ในเมื่อเราอยู่ในสถานการณ์ที่ไม่สามารถแปรงฟันหรือบ้วนปากได้
อย่าเพิ่งสิ้นหวังค่ะ เพราะการดื่มน้ำเปล่าจะช่วยชะล้างเศษอาหาร รวมทั้ง
เชื้อแบคทีเรียบางส่วนให้ลไปในกระเพาะอาหาร ทำให้กลิ่นปากลดลง จะเป็น
น้ำอุ่น หรือน้ำเย็นก็ได้ตามสะดวก หยิบมาดื่มสักแก้ว รับรองว่ากลิ่นปากลดลง
แน่นอน

๓. ดื่มน้ำชา

หากคุณกำลังอยู่ในที่ประชุม และคุณจำเป็นต้องพูดต่อหน้าคนมาก ๆ
แต่ก็รู้สึกว่าการกลิ่นปากยังไม่โอเคเท่าไร ลองหันมาดื่มชาอุ่น ๆ นอกจาก
จะสามารถช่วยให้ผ่อนคลายแล้วยังช่วยขจัดเชื้อแบคทีเรียได้ด้วย เพราะในใบชา
โดยเฉพาะชาดำและชาเขียว มีสารโพลีฟีนอลที่มีฤทธิ์ช่วยยับยั้งการเจริญเติบโต
ของเชื้อแบคทีเรีย แต่ขอย้ำนะควรวินิจฉัยใช้ไม่ได้กับชาเขียวบรรจุขวดที่มีวางขาย
ทั่วไป เพราะชาเหล่านั้นมีน้ำตาลสูง ไม่เพียงแต่จะไม่ช่วยดับกลิ่นปากแต่จะเพิ่ม
กลิ่นปากให้แทน แบบนั้นคงไม่ดีแน่ จริงไหมคะ

๔. ดื่มน้ำกาแฟ

ใครที่ไม่ชอบดื่มชา จะเลือกดื่มกาแฟเพื่อดับกลิ่นปากแบบเร่งด่วน
ก็ไม่ผิดนะ เพราะมีการศึกษาจากมหาวิทยาลัย Tel Aviv พบว่าการดื่ม
กาแฟดำ สามารถช่วยฆ่าเชื้อแบคทีเรียในช่องปากและลดปัญหากลิ่นปากได้
แต่ทั้งนี้ก็ต้องระมัดระวังผลข้างเคียงด้วย เนื่องจากกาแฟอาจทำให้เกิดภาวะ
ขาดน้ำ ซึ่งก่อให้เกิดกลิ่นปากได้เช่นกัน

๕. เคี้ยวหมากฝรั่ง

วิธีดับกลิ่นปากสุดเบสิกที่ไม่ว่าจะเป็นเมื่อไร คนก็เลือกใช้วิธีนี้เพื่อดับ
กลิ่นปากกันแบบเร่งด่วน สาเหตุที่หมากฝรั่งช่วยดับกลิ่นปากได้แบบทันใจสุด ๆ
ก็เป็นเพราะเมื่อเราเคี้ยวหมากฝรั่ง ภายในปากของเราจะหลั่งน้ำลายออกมา
มากขึ้น และป้องกันไม่ให้แบคทีเรียในช่องปากของเราส่งกลิ่นออกมา อีกทั้งยัง
ช่วยขจัดเศษอาหารที่ติดอยู่ตามซอกฟันให้ออกไปได้ด้วย แต่ขอบอกไว้ก่อนนะคะ
ว่าหมากฝรั่งที่เคี้ยว อย่าเคี้ยวนานเกิน ๒๐ นาที เพราะนอกจากรสชาติจะหมด
ไปแล้วบรรดาเศษอาหารและเชื้อแบคทีเรียที่อยู่ในหมากฝรั่งอาจจะกลายเป็น
ตัวการเกิดกลิ่นปากแทน

๖. ดื่มนมสักแก้ว

สำหรับใครที่ทานกระเทียมมาแล้วอยากจจะรีบดับกลิ่นปากแบบฉับไวละก็
ทานมาดื่มนมเลยคะ เพราะไขมันจากนมสามารถช่วยทำให้สารกำมะถันในกระเทียม
มีความเป็นกลาง จึงทำให้กลิ่นกระเทียมในลมหายใจลดลงได้ แต่ต้องเลือกนม
แบบธรรมดานะคะ เพราะนมแบบพร่องมันเนยไขมันจะน้อยหรืออาจไม่มี
ไขมันเลย ซึ่งอาจจะทำให้วิธีนี้ไม่ได้ผล

๗. ทานแอปเปิล

ผลไม้มากคุณค่าอย่างแอปเปิลเองก็มีประโยชน์ดับกลิ่นปากแบบฉับพลัน
เช่นกัน แค่เพียงหยิบแอปเปิลมารับประทาน สารในแอปเปิลก็จะก่อให้เกิดปฏิกิริยา
ลูกโซ่ทางเคมีออกมาดับกลิ่นปากที่เหม็นได้ แถมยังช่วยทำให้หอมห้อยด้วย

๘. เคี้ยวมะนาว

แม้มะนาวจะมีรสชาติที่เปรี้ยวจัดจนบางคนอาจทนไม่ไหว แต่กรดที่อยู่ใน
มะนาวนั้นสามารถดับกลิ่นปากแบบเฉพาะกิจได้เป็นอย่างดี แค่มองหามะนาว
ชิ้นเล็ก ๆ หรือนำมะนาวมาผ่าบาง ๆ เคี้ยวเล่นจนหมดรสชาติ รับรองว่ากลิ่นปาก
ไม่มารบกวนแน่นอน

การที่กลิ่นปากจะหมดไปได้นั้น ไม่ได้ขึ้นอยู่กับวิธีแก้ที่ปลายเหตุเท่านั้น
แต่ยังควรกลับไปแก้ไขที่ต้นเหตุ นั่นก็คือสุขภาพและสุขอนามัยของช่องปาก
รวมถึงอาหารที่เรารับประทานด้วย หากยังคงแปรงฟันไม่สะอาด ปล่อยให้ฟันผุ
ลุบหรือและดื่มเหล้าเป็นประจำ หรือรับประทานอาหารที่มีกลิ่นแรงอยู่เสมอ ๆ
ไม่ว่าวิธีใดกลิ่นปากก็ไม่มีวันหายไปอย่างแน่นอน

ขอบคุณข้อมูลจาก : huffingtonpost.com
greatist.com

นางกมลณี วงศ์สว่าง นักวิชาการพัฒนาชุมชนชำนาญการ

วัตถุประสงค์

๑. เพื่อใช้เป็นสื่อกลางในการส่งเสริมกระบวนการเรียนรู้และการมีส่วนร่วมของชุมชน
๒. เพื่อเป็นการขยายช่องทางสื่อ โดยใช้ชุมชนเป็นห้องเรียนและวิถีชีวิตในชุมชนเป็นแบบฝึกหัด
๓. เพื่อเป็นการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ประสบการณ์

คณะที่ปรึกษา

นายอภิชาติ โตดิลกเวชช์ อธิบดีกรมการพัฒนาชุมชน
นายทวีป บุตรโพธิ์ รองอธิบดีกรมการพัฒนาชุมชน
นายสมหวัง พ่วงบางโพ รองอธิบดีกรมการพัฒนาชุมชน
นายโชคชัย แก้วป่อง รองอธิบดีกรมการพัฒนาชุมชน
นายอุทัย ทองเดช ผู้อำนวยการสำนักเสริมสร้างความเข้มแข็งชุมชน

ที่ปรึกษาคณะทำงาน

ผอ.กลุ่มงานฯ ทุกกลุ่มและหัวหน้าฝ่ายอำนวยการ สำนักเสริมสร้างความเข้มแข็งชุมชน

บรรณาธิการ

นายรังสรรค์ หัสสนาวิน ผู้อำนวยการกลุ่มงานส่งเสริมการเรียนรู้ชุมชน

กองบรรณาธิการ

นางสาวพวงเพชร	ทิพย์ทอง	นายฉัตริน	สุวรรณหงษ์
นางสาวชนิษฐา	ปิ่นกระจ่าย	นางสาวอรรพรม	เพียรราชบุรี
นางสาวจันทนา	ตั้งศักดิ์เจริญสุข	นางสาวจิตราหนู	เกียรติดิษฐ์
นางสมทิติ	ปุ่นจิตรัฐ	นางสาวสุติมา	ภูมิแก้ว
นายไพรัตน์	จงรักษา	นางสาวลดา	นพรัตน์
นายอนันต์	เลิศแสง	นายอรรถวิทย์	สุนทรพานิชกิจ
นางสาววิลาสินี	สุดสาร	นายภาณุมาศ	ตรีสุวรรณ
นางกมลณี	วงศ์สว่าง	นางสาวปรีชรา	อำมาลี
นางสาวฉายาลักษณ์	แก้วศรีพจน์	นางสาวจิรภัทร	ทองมาก

สนับสนุนภาพถ่าย กองประชาสัมพันธ์ กรมการพัฒนาชุมชน

สถานที่ติดต่อ

กลุ่มงานส่งเสริมการเรียนรู้ชุมชน สำนักเสริมสร้างความเข้มแข็งชุมชน กรมการพัฒนาชุมชน
ศูนย์ราชการเฉลิมพระเกียรติ ๘๐ พรรษา ๕ ธันวาคม ๒๕๕๐ อาคารรัฐประศาสนภักดี ชั้น ๕ ถนนแจ้งวัฒนะ
แขวงทุ่งสองห้อง เขตหลักสี่ กรุงเทพฯ ๑๐๒๑๐