



Kick off โครงการจิตอาสาเพื่อการพัฒนาลำน้ำกับชีวิต บนวิถีแห่งความพอเพียง เพื่อประโยชน์และความสุขของประชาชน

เพื่อเฉลิมพระเกียรติสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว เนื่องในโอกาสวันเฉลิมพระชนมพรรษา วันที่ ๒๘ กรกฎาคม ๒๕๖๑ และสร้างความเข้มแข็งให้สังคมไทยด้วยพลังของจิตอาสา
▶ พช.นิวส์ หน้า ๒



จุลสาร ปีที่ ๑๒ ฉบับที่ ๕ ประจำปี ๒๕๖๑
<http://chumchon.cdd.go.th/>

ส่งเสริมการเรียนรู้ ของชุมชน

- เติมพลังชุมชน



หน้า ๓

เคล็ดลับ สร้างสรรค์
Presentation
ให้การทำงาน
ประสบผลสำเร็จ
- พัฒนา คือ สร้างสรรค์



หน้า ๔-๕

การพัฒนา
เศรษฐกิจฐานราก...
ด้วยภูมิปัญญาท้องถิ่น
- รอบรู้ พช.



หน้า ๖

โครงการ
ขยับใจ...ให้ตรงกัน
- Check In ชุมชน



หน้า ๗

ศอช.ต.นางัว
สูตรสำเร็จการพัฒนา
โดยภาคประชาชน
- เคล็ดลับสู่ความสุข



หน้า ๘

"อุจจาระตกค้าง"
สาเหตุสารพัด
ปัญหาสุขภาพ
ที่คุณคาดไม่ถึง





จิตอาสาเพื่อการพัฒนาลำน้ำกับชีวิต บนวิถีแห่งความพอเพียง เพื่อประโยชน์และความสุขของประชาชน

พลเอก ประยุทธ์ จันทร์โอชา นายกรัฐมนตรี เป็นประธานในการเปิดโครงการจิตอาสาเพื่อการพัฒนา ลำน้ำกับชีวิต บนวิถีแห่งความพอเพียง เพื่อประโยชน์ และความสุขของประชาชน โดยมีนายอภิชาติ โตดิลกเวชช์ อธิบดีกรมการพัฒนาชุมชน ร่วมลงนาม ในบันทึกข้อตกลงการปฏิบัติงานร่วมกันกับอีก ๒๑ หน่วยงาน ประกอบด้วย สำนักงานทรัพยากรน้ำ แห่งชาติ สำนักงานคณะกรรมการการอาชีวศึกษา สำนักงานคณะกรรมการวิจัยแห่งชาติ หน่วยบัญชาการ ทหารพัฒนา กรมธนารักษ์ กรมชลประทาน กรมเจ้าท่า กรมทรัพยากรน้ำ กรมป่าไม้ กรมอุทยานแห่งชาติ สัตว์ป่าและพันธุ์พืช กรมการปกครอง กรมที่ดิน กรมการพัฒนาชุมชน กรมโยธาธิการและผังเมือง กรมส่งเสริมการปกครองท้องถิ่น สำนักงานพัฒนา วิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีแห่งชาติ สภาอุตสาหกรรม แห่งประเทศไทย สภาหอการค้าแห่งประเทศไทย สมาคมองค์การบริหารส่วนจังหวัดแห่งประเทศไทย สมาคมสันนิบาตเทศบาลแห่งประเทศไทย และสมาคมองค์การบริหารส่วนตำบลแห่งประเทศไทย ในการสนับสนุน เครื่องมือ อุปกรณ์ องค์ความรู้ต่าง ๆ และสร้างความร่วมมือภาคเอกชน ประชาชนให้เข้ามา มีส่วนร่วมติดตามความก้าวหน้าและร่วมกันแก้ไขปัญหา ที่เกิดขึ้นในพื้นที่

โครงการนี้รัฐบาลจัดทำขึ้นด้วยสำนึกใน พระมหากรุณาธิคุณที่สมเด็จพระเจ้าอยู่หัวทรงห่วงใย ประชาชน และมีพระราชประสงค์ที่จะสืบสานรักษา และต่อยอดโครงการอันเนื่องมาจากพระราชดำริของ พระบาทสมเด็จพระปรมินทรมหาภูมิพลอดุลยเดช บรมนาถบพิตร ที่ได้ทรงพระกรุณาโปรดเกล้า โปรดกระหม่อมให้หน่วยราชการในพระองค์ร่วมกับ ส่วนราชการที่เกี่ยวข้องและทุกภาคส่วน ร่วมแรง ร่วมใจในการบำเพ็ญประโยชน์ บรรเทาความเดือดร้อน แก่ปัญหาลำน้ำ ทั้งนี้เพราะวิถีชีวิตของคนไทยผูกพัน กับสายน้ำ แต่ปัจจุบันสายน้ำเสื่อมโทรม ขาดการดูแล รักษา การร่วมแรงร่วมใจในการฟื้นฟูพัฒนาลำน้ำ ให้กลับมาใช้ประโยชน์ สวยงาม ไม่เป็นสาเหตุของ ปัญหา เพื่อให้เป็นลำน้ำกับชีวิตบนวิถีแห่งความ พอเพียง เพื่อประโยชน์และความสุขของประชาชน ตลอดไป

ประชาชนในพื้นที่ที่มีลำน้ำหรือแหล่งน้ำ มีส่วนในโครงการนี้ได้รับการพัฒนาฝีมือ จัดกลุ่ม อาชีพในการแปรรูปพืชจากแหล่งน้ำ พร้อมทั้ง ช่วยดูแลรักษาลำน้ำให้อยู่ในสภาพที่ดีและมีรายได้ โดยมีเจ้าหน้าที่พัฒนาชุมชน สำนักงานพัฒนาชุมชน อำเภอ พร้อมให้การสนับสนุนคำปรึกษา แนะนำ



ในการบริหารจัดการให้ความรู้ด้านการจัดการบัญชี กองทุนการเงินของกลุ่ม พัฒนารูปแบบผลิตภัณฑ์ พัฒนาผลิตภัณฑ์ รับผิดชอบการจัดตั้งกลุ่มอาชีพ ตามแนวทางของโครงการฯ เพื่อขอรับงบประมาณ เงินอุดหนุนที่สำนักงานขับเคลื่อนการพัฒนาตาม ปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง สำนักนายกรัฐมนตรี ต่อไป โดยมีหน่วยงานในความร่วมมือช่วยดำเนินการ ทุกด้าน

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



บก.บอกคุณ

“ผู้รู้” “ปราชญ์” “ภูมิปัญญา” คือ คนที่มีพื้นความรู้ ความเชื่อ มีความสามารถในการคิดและทักษะการกระทำ ในการดำเนินชีวิตอยู่ในพื้นที่นั้น ๆ โดยใช้สติปัญญาสั่งสมความรู้อย่างแพร่หลาย ผสมผสานความกลมกลืนระหว่างศาสนา สภาพภูมิอากาศ สภาพแวดล้อม การประกอบอาชีพ โดยใช้ความรู้ที่ได้จากประสบการณ์ผ่านกระบวนการเรียนรู้ สังเกต คิด วิเคราะห์ เลือกรสร ปรุงแต่ง พัฒนา จนเกิดปัญญาและตกผลึกเป็นองค์ความรู้ที่มีลักษณะความเด่นชัดในหลายด้าน เช่น ด้านเกษตรกรรม ด้านอุตสาหกรรม และหัตถกรรม ด้านการแพทย์แผนไทย ด้านการจัดการทรัพยากรและสิ่งแวดล้อม ด้านกองทุนและธุรกิจชุมชน ด้านศิลปกรรม ด้านภาษาและวรรณกรรม ด้านปรัชญา ศาสนา และประเพณี ด้านโภชนาการ วัฒนธรรม พัฒนาการทางประวัติศาสตร์ เอกลักษณ์ และภูมิปัญญา อาจเป็นที่มาขององค์ความรู้ที่อภิมหาขึ้นใหม่ที่จะช่วยในการเรียนรู้ การแก้ปัญหา การจัดการ และการปรับตัวในการดำเนินชีวิต ของคนเรา หากมีการสืบค้นหาทำความเข้าใจ นำมาใช้ก็จะเกิดการยอมรับ ถ่ายทอด และพัฒนาไปสู่คนรุ่นต่อไปได้

การส่งเสริมให้ “ผู้รู้” “ปราชญ์” “ภูมิปัญญา” เพื่อถ่ายทอดความเชี่ยวชาญในการดำเนินชีวิตและทักษะในวิชาชีพเฉพาะทางผ่านช่องทางการถ่ายทอด ความรู้ต่าง ๆ เช่น ศูนย์เรียนรู้ จุดเรียนรู้ ในฐานะครูที่มีประสบการณ์สั่ง ปรับเปลี่ยนวิถีชีวิตคน “ผู้ให้โอกาส” ต้องสร้างพลังใจและฝีมือการสอน “ครูผู้ให้” ต้องเสียสละและอดทนแต่สุดท้าย ความสุขที่ได้รับจากการได้เปลี่ยนชีวิตคน...ให้เป็นคนสำคัญของสังคม จะดีกว่าไหม...

เคล็ดลับ สร้างสรรค์ Presentation ให้การทำงาน ประสบผลสำเร็จ

หลาย ๆ คนมักมองว่าการสื่อสารนำเสนอผลงานหรือสร้างความเข้าใจ เป็นเรื่องง่าย ๆ เลยไม่เห็นความสำคัญหรือใส่ใจมากเท่าไร ทั้งที่ความเป็นจริงแล้ว การสื่อสารที่ให้น่าสนใจและสร้างการรับรู้ ความเปลี่ยนแปลงตาม วัตถุประสงค์ของผู้นำเสนอให้ประสบความสำเร็จนั้นก็ไม่ใช่เรื่องง่ายเลย

พวกเราเคยเจอเหตุการณ์ที่หัวหน้าบอกว่าจะมีการประชุมของ ผู้บริหารใหญ่ เพื่อนำเสนอผลการดำเนินงานหรือพิจารณาโครงการต่าง ๆ

**เตรียมตัว
รวบรวมเนื้อหาข้อมูล
เพื่อชี้แจงในที่ประชุมด้วยนะ**
(การทำ Slide Presentation)

แล้วคุณก็นึกในใจว่า...



อย่าเพิ่งกลัวครับ ฉบับนี้มีเทคนิคง่าย ๆ ที่จะทำให้ (Presentation) นั้นมีความสวยงาม เก๋ไก๋ มาแนะนำให้กับพี่น้อง **พัฒนากร ยุค ๔.๐** ยุคที่ เน้นการสื่อสารให้กลุ่มเป้าหมายเกิดความเข้าใจ คล้อยตามในเวลาอันรวดเร็ว นั้นมีความจำเป็นอย่างยิ่งในปัจจุบัน เพราะเวลานั้นมีค่า ยุคที่ผู้คนมีความเร่งรีบ (ต้องประชุมอีกหลายที่) เทคนิคการนำเสนอแบบ Infographic จึงตอบโจทย์ ได้เป็นอย่างดี เพราะเป็นการนำข้อมูลหรือความรู้มาสรุปเป็นรูปภาพ เพื่อให้ เข้าใจง่ายในเวลาอันรวดเร็ว (เหตุผลเพราะมนุษย์ชอบและจดจำรูปภาพ ได้มากกว่าตัวอักษร) แล้วช่วงหลัง ๒-๓ ปีที่ผ่านมาพวกเราเคยได้ยินคำนี้ กันบ่อยขึ้น ความจริงแล้วคำนี้มาจากคำว่า Information (ข้อมูล) + Graphic (รูป) นั่นเอง

มาดูเทคนิค เคล็ดลับต่าง ๆ ที่สร้างสรรค์ Presentation ให้มัน กระแทกใจ เพิ่มประสิทธิภาพด้านการสื่อสารให้การทำงานประสบผลสำเร็จ กันเลย

ตัวหนังสือเยอะเกินไป ตัวหนังสือเยอะเกินไป ตัวหนังสือเยอะเกินไป ตัวหนังสือเยอะเกินไป ตัวหนังสือเยอะเกินไป ตัวหนังสือเยอะเกินไป ตัวหนังสือเยอะเกินไป ตัวหนังสือเยอะเกินไป ตัวหนังสือเยอะเกินไป ตัวหนังสือเยอะเกินไป

ตัวหนังสือเยอะเกินไป

ตัวหนังสือเยอะเกินไป ตัวหนังสือเยอะเกินไป ตัวหนังสือเยอะเกินไป ตัวหนังสือเยอะเกินไป ตัวหนังสือเยอะเกินไป ตัวหนังสือเยอะเกินไป ตัวหนังสือเยอะเกินไป ตัวหนังสือเยอะเกินไป ตัวหนังสือเยอะเกินไป ตัวหนังสือเยอะเกินไป

๑. ไม่ควรใส่ตัวหนังสือให้เยอะเกินไปหรือใส่รายละเอียดมาก ๆ จนตัวอักษรเล็กกระจิด



๒. อย่าใช้สีส้นมากเกินไป จนทำให้ชิ้นงานกลายเป็นลิเก ไม่ควร ใช้สีเกิน ๒-๓ สีในชิ้นงานและที่สำคัญควรใช้โทนร้อนหรือเย็น ในสัดส่วน ๘๐ : ๒๐



๓. อย่างลัวที่จะเลียนแบบ หยิบไอเดียต่าง ๆ ที่น่าสนใจจาก อินเทอร์เน็ตมาผสมผสาน ปรับเปลี่ยนให้เข้ากับเนื้อหาของเรา

อันเป็น Font ที่นักออกแบบ หลายคน นิยมใช้ เช่น

What is
Pracharath Rak Samakkee?

Quark •
Supermarket •
Superspace •
Leelawadee •

๔. การใช้ Font ที่ดีให้เหมาะสมกับชิ้นงาน แต่มีข้อแนะนำว่า ถ้าเลือกใช้ Font ที่ไม่มีหัวเหมาะสมสำหรับหัวข้อใหญ่มากกว่า ส่วน Font ที่มี หัวนั้น เหมาะที่จะใช้อธิบายรายละเอียดของหัวข้อใหญ่



๕. พยายามเลือกรูปภาพที่คมชัด สื่อความหมาย เพราะจะทำให้ การเสนอผลงานสามารถสื่อสารถึงกลุ่มเป้าหมายได้อย่างมีประสิทธิภาพ และยังช่วยสร้างสรรค์เนื้อหาให้ดีขึ้นด้วย ดังสุภาษิตจีนที่บอกไว้ว่า ภาพหนึ่ง ภาพบอกได้มากกว่าคำพูดหมื่นคำ ฉะนั้นจึงควรเปลี่ยนข้อความให้เป็น รูปภาพแทน

การนำเสนอที่ดีและมีประสิทธิภาพนั้น นอกเหนือจากเทคนิค การออกแบบที่กล่าวมาแล้วนั้น ยังมีปัจจัยอื่นที่เกี่ยวข้องอีกมาก โดยเฉพาะ ลักษณะของกลุ่มเป้าหมายไม่ว่าจะเป็น อายุ ทัศนคติ ลักษณะนิสัย เป็นต้น ผู้นำเสนองานที่ดีควรวิเคราะห์กลุ่มเป้าหมายด้วย ซึ่งเชื่อได้เลยว่าเมื่อนำ ผลการวิเคราะห์มาใช้ร่วมกับเทคนิคเคล็ดลับแล้วนั้น จะทำให้การนำเสนอ ครั้งต่อไปประสบความสำเร็จและจะไม่มีคนหลับอย่างแน่นอน

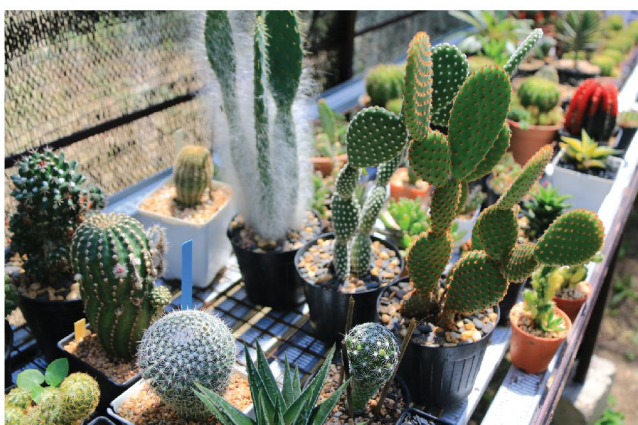
ฉบับหน้าลองมาออกแบบงานกราฟฟิกที่นำไปช่วยเหลือชุมชนหรือนำไปประยุกต์ใช้ในการทำงานกัน เช่น เคยไหมบางครั้งเราต้องการแค่นี้ แต่ดันมีพื้นที่ที่ไม่ต้องการจะทำไง ?

พัฒนา คือ
สร้างสรรค์

สำนักเสริมสร้างความเข้มแข็งชุมชน
กรมการพัฒนาชุมชน



การพัฒนา เศรษฐกิจฐานราก... ด้วยภูมิปัญญาท้องถิ่น



ภูมิปัญญา

หมายถึง การสั่งสมประสบการณ์จากอดีตของท้องถิ่นนั้น ๆ แล้วพัฒนาความรู้นั้นเพื่อใช้ประกอบการดำรงชีวิตให้มีความเป็นอยู่ที่ดีขึ้น และเป็นเครื่องมือในการสร้างสังคมให้ดำรงอยู่ร่วมกันได้อย่างมีความสุข ภูมิปัญญาเป็นทั้งศาสตร์และศิลป์ เป็นกลวิธีหรือเทคนิคในการนำเอา ความรู้มาใช้งานได้อย่างมีประสิทธิภาพ

โรงเรียนภูมิปัญญาท้องถิ่น อ.นาดี จ.ปราจีนบุรี

หนึ่งในกระบวนการจัดการความรู้สู่ชุมชนเข้มแข็งตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง ด้วยการเชิดชูคุณค่าของภูมิปัญญาท้องถิ่น เพื่อเพิ่มทางเลือกในการดำรงชีวิตแบบวิถีพอเพียง เสริมทักษะชีวิตให้ผู้คน ขยายช่องทางการทำมาหากิน สร้างเศรษฐกิจชุมชนที่ยั่งยืน

จาก
ศูนย์เรียนรู้สู่

โรงเรียนภูมิปัญญาท้องถิ่น

ก่อนที่จะมาเป็นโรงเรียนภูมิปัญญาท้องถิ่น อ.นาดี จ.ปราจีนบุรี ที่นี่เคยเป็นศูนย์เรียนรู้และขับเคลื่อนปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง ต่อมาสำนักงานพัฒนาชุมชนอำเภอนาดี จังหวัดปราจีนบุรี มีแนวคิดในการพัฒนา ภูมิปัญญาท้องถิ่น ให้มีศักยภาพสามารถถ่ายทอดและนำไปต่อยอดได้ จึงได้คัดเลือกเป็นโรงเรียนภูมิปัญญาท้องถิ่น เพื่อสร้างเครือข่ายและบูรณาการ ภูมิปัญญาท้องถิ่นที่มีอยู่



ขยายช่องทางการทำมาหากิน สร้างเศรษฐกิจชุมชน ที่ยั่งยืน

ภูมิสังคม ผสาน ภูมิปัญญา สู่การพัฒนา อย่างยั่งยืน

ความรู้ คือ หนึ่งในเงื่อนไขสำคัญของการพัฒนาตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง สำหรับความรู้ที่โรงเรียนแห่งนี้มุ่งสอนคือ ความรู้ด้านการพัฒนาตามภูมิสังคม

ภูมิสังคม เป็นรากเหง้าที่แท้จริงของภูมิประเทศและผู้คนทั้งทางด้านภูมิศาสตร์ สิ่งแวดล้อม ชีวภาพ วิถีชีวิต ประเพณี ขนบธรรมเนียมและวัฒนธรรม เป็นพื้นฐานสำคัญที่ช่วยให้การพัฒนามีความยืดหยุ่นและสอดคล้องกับความเป็นจริงในทุกด้าน ไม่ใช่เพียงแค่เครื่องมือหรือวิธีการพัฒนาสำเร็จรูป ที่มุ่งเน้นแต่ทฤษฎีจากตำรา ซึ่งอาจไม่สอดคล้องกับสภาพพื้นที่ และความต้องการที่แท้จริงของชุมชน แม้คำว่าภูมิสังคมจะเป็นเพียงคำสั้น ๆ ไม่กี่พยางค์ แต่การจะเข้าใจ เข้าถึง และพัฒนาตามนิยามได้อย่างถ่องแท้ ต้องอาศัยการเข้าไปในพื้นที่จริง เพื่อศึกษาข้อมูลรายละเอียดอย่างรอบด้าน

ในโรงเรียนภูมิปัญญาท้องถิ่นแห่งนี้ จะมีห้องเรียน และสื่อการสอนที่แสดงถึงความรู้ของภูมิปัญญาท้องถิ่น คือ สมุนไพร รวมทั้งวิธีการเลี้ยงปลาตามธรรมชาติในแบบต่าง ๆ

สร้างทักษะชีวิต ดำรงชีวิตแบบ วิถีพอเพียง

นอกจากสื่อการเรียนที่มีชีวิต ได้แก่ พืชสมุนไพรและพันธุ์ปลาต่าง ๆ แล้ว ครูของโรงเรียนแห่งนี้ยังเคยประสบปัญหา และแก้ปัญหาได้สำเร็จด้วยหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง ซึ่งทำให้สามารถถ่ายทอดความรู้ที่เต็มไปด้วยประสบการณ์ รวมทั้งชี้ให้เห็นเหตุและผลได้อย่างถูกต้อง ความพิเศษของโรงเรียนแห่งนี้ คือ ผู้เรียนสามารถเข้าเรียนได้ไม่จำกัดอายุ เรียนได้ตั้งแต่เด็กอนุบาลจนถึงสูงวัย มาเรียนเมื่อไรก็ได้ เพราะไม่มีวันหยุด ขอเพียงมีศรัทธาในหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง และมีความเชื่อมั่นในภูมิปัญญาและสติปัญญาของตนเอง

วันนี้ โรงเรียนภูมิปัญญาท้องถิ่น ได้กลายเป็นแหล่งรวมของภูมิปัญญาท้องถิ่น ซึ่งเป็นแนวทางนำไปสู่การปรับตัวของชุมชน สามารถช่วยพัฒนาเศรษฐกิจแบบพึ่งตนเองของชุมชน องค์ความรู้ที่ได้จากโรงเรียนภูมิปัญญาท้องถิ่น จะช่วยให้เกิดกระบวนการพัฒนาอย่างยั่งยืน เพราะได้ช่วยเพิ่มความสมดุลระหว่างธรรมชาติ สิ่งแวดล้อมกับประชาชน อาทิ ก้อนบำบัดน้ำเสียที่เรียกว่า ระเบิดจุลินทรีย์ น้ำหมักจุลินทรีย์ และสมุนไพรไล่แมลง

ด้วยความเคารพในศักยภาพทางธรรมชาติ และปฏิเสธการใช้สารเคมี จึงผลิตน้ำหมักจุลินทรีย์และสมุนไพรไล่แมลง เพื่อสร้างพืชผักและผลไม้ปลอดภัยให้กับผู้บริโภค “จุลินทรีย์ เป็นองค์ประกอบสำคัญสำหรับการคงอยู่ของสภาพแวดล้อมของโลกทำให้น้ำที่ย่อยสลายสารอินทรีย์ที่ตายแล้วให้กลายเป็นสารสำคัญที่เป็นประโยชน์สำหรับการเจริญเติบโตของพืช”



ทั้งนี้การเรียนการสอน ยังนำแนวคิดการดำรงชีวิตแบบวิถีพอเพียงมาผสานกับภูมิปัญญาท้องถิ่น ด้วยการสอนปลูกพืชสมุนไพรและแปรรูปสมุนไพรหรือพืชผักต่าง ๆ เพื่อเก็บไว้ใช้หรือขายนอกฤดูกาล ทำให้ชุมชนท้องถิ่นพึ่งตนเองทางเศรษฐกิจได้ ที่สำคัญยังเป็นการสร้างสินค้าคุณภาพไว้จำหน่าย เพื่อสร้างรายได้เพิ่มขึ้น อาทิ ผลิตภัณฑ์จากผักข้าว ตะไคร้หอมและสมุนไพรต่าง ๆ

“เพราะความเชื่อมั่นในคุณค่าของผลิตผลจากธรรมชาติและภูมิปัญญาของชาวบ้านทำให้เกิดการแปรรูป “ผักข้าว” พืชผักพื้นบ้านที่มีเบต้าแคโรทีนและไลโคปีนสูง ช่วยต่อต้านอนุมูลอิสระและสร้างภูมิคุ้มกันให้กับร่างกาย”

ขยับใจให้ตรงกัน



โครงการ “ขยับใจ...ให้ตรงกัน” เป็นกิจกรรมที่ คุณสุวรรณ แต่งบุญงาม อาสาพัฒนา (อสพ.) จังหวัดสงขลา ลงไปดำเนินการในพื้นที่ แล้วประสบผลสำเร็จสร้างความภาคภูมิใจให้กับตัว อสพ. เอง เกิดจากเดิมผู้นำชุมชนในพื้นที่ ๑ อสพ. รับผิดชอบเป็นผู้นำที่เป็นผู้ช่วยมาตลอด ต่อมาได้ผู้นำชุมชนคนใหม่เป็นผู้หญิง จึงทำให้คนในชุมชนขาดความเชื่อถือในความสามารถของผู้นำ เวลาเชิญประชุมประจำเดือนหมู่บ้าน ก็จะมีชาวบ้านกลุ่มเดิม ๆ ที่เคยเข้าประชุม ทำให้คนในชุมชนส่วนใหญ่ไม่เข้าร่วมการประชุม อสพ. ที่ทำโครงการเป็นคนในพื้นที่ จะมีคนที่รู้จักในชุมชนมาเล่าถึงปัญหาต่าง ๆ ให้ฟังซึ่งในช่วงปีแรก ๆ ที่ลงไปปฏิบัติงานจะได้ยินปัญหาอยู่เนือง ๆ และปัญหาที่เก็บสะสมมานาน ตัวของ อสพ. จึงคิดอยากแก้ปัญหา เพื่อให้การขับเคลื่อนงานในชุมชนเป็นไปอย่างราบรื่น และประสบผลสำเร็จ ดังนั้น อสพ. เก็บข้อมูลเริ่มเก็บข้อมูลในพื้นที่ มีการชักถามเพิ่มเติม จดบันทึกและถอดบทเรียนในการประชุมประจำเดือนหมู่บ้านดังนั้นโครงการ “ขยับใจ...ให้ตรงกัน” จัดทำขึ้นมาเพื่อสร้างการยอมรับในตัวผู้นำชุมชน รวมถึงการสร้างทัศนคติของตัวผู้นำเอง โดยมีแนวทางในการดำเนินงานดังนี้... เป้าหมาย เพื่อ ๑) พัฒนาศักยภาพของตัวผู้นำ ๒) เพื่อความเป็นอยู่ที่ดีขึ้นของชุมชน ๓) เพื่อให้ชุมชนเข้มแข็ง มั่งคั่ง ยั่งยืน โดยมีวิสัยทัศน์คือ “สร้างผู้นำ ทำให้ดูอยู่ให้เป็นกลาง สร้างความตระหนัก ผลักดันสู่ความมั่นคง ยั่งยืน” ซึ่งผลที่คาดว่าจะได้รับคือ ๑) เกิดการยอมรับซึ่งกันและกันระหว่างผู้นำและคนในชุมชนเอง ๒) หมู่บ้านมีการพัฒนาไปในทิศทางที่ดีขึ้นตามลำดับ ๓) ผู้นำชุมชน ประชาชน และหน่วยงานภาคีภาครัฐมีการขับเคลื่อนการพัฒนาไปในทิศทางเดียวกัน

“ภารกิจ พิชิตใจ” มีขั้นตอนในการดำเนินกิจกรรม ดังนี้

๑) ศึกษาชุมชน การศึกษาครั้งนี้ เพื่อจัดเก็บข้อมูล ทั้งข้อมูลทั่วไป ปัญหาของชุมชน ด้วยวิธีการและเครื่องมือดังต่อไปนี้ ๑) โครงสร้างพื้นฐานและสภาพเศรษฐกิจโดยใช้ข้อมูลจาก จปฐ./กช.๒ค และการเข้าร่วมประชุมในเวทีหมู่บ้านประจำเดือน ๒) ผู้นำและประชาชน มีการพูดคุย สอบถาม มีการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ทัศนคติแนวคิดของผู้นำ และประชาชน ยกตัวอย่าง เช่น มีการสอบถามประชาชน เรื่องการจัดเก็บ จปฐ. ในปีที่ผ่านมาเป็นอย่างไรบ้าง ประชาชนจะบอกว่าไม่ได้มีการจัดเก็บจริง ข้อมูลไม่ตรงกับความจริง ผู้นำนั่งเขียนเอง เป็นการขัดแย้งในชุมชนที่สะสมไปเรื่อย ๆ ๓) กลุ่มองค์กรต่าง ๆ ในชุมชน เราต้องลงไปดำเนินการกับกลุ่มด้วย และตามไปสนับสนุนเพื่อเก็บรวบรวมข้อมูลในเรื่องของการดำเนินงานการร่วมมือของสมาชิกในกลุ่ม ๔) กติกาหมู่บ้าน เราต้องลงไปศึกษาว่ากติกาของหมู่บ้านที่มีนั้น ประชาชนมีส่วนร่วมในการคิดหรือไม่ และสอดคล้องกับบริบทของชุมชน และสถานการณ์ปัจจุบันของชุมชนหรือไม่

๒) การเข้าร่วมประชุมกับชุมชนบ่อย ๆ เพื่อสังเกตการณ์การมีส่วนร่วมของคนในชุมชน มีการแบ่งพรรคแบ่งพวกหรือเปล่า ประชาชนมีความสนใจในกิจกรรมนั้น ๆ ไหม การมีส่วนร่วมในการตัดสินใจทำกิจกรรมประชาชนมีส่วนร่วมหรือเปล่า และบทบาทของผู้นำเอง ทั้งผู้ใหญ่บ้านหรือผู้ช่วยผู้ใหญ่บ้านมีการเข้าร่วมกิจกรรมมากน้อยแค่ไหน สามารถชักจูงใจให้คนในชุมชนร่วมมือทำกิจกรรมได้เพียงใด

๓) สนับสนุนการตรวจเยี่ยม การจัดเก็บข้อมูลปัญหาในกลุ่ม ๑) กลุ่มอาชีพ ดูการดำเนินการของกลุ่ม เช่น กลุ่มอาชีพทำน้ายาล้างจาน มีจำนวนสมาชิก ๒๐ คน ร่วมทำกิจกรรมเพียง ๑๕ คน อีก ๕ คน ไม่เคยเข้าร่วมกิจกรรมเลย หาสาเหตุของการไม่เข้าร่วม โดยสอบถามถึงกติกา การปันผลของคณะกรรมการและสมาชิก และอื่น ๆ โดยการถอดเป็นข้อ ๆ ๒) ปราชญ์ชุมชน สอบถามถึงบทบาทในชุมชน เช่น มีหน่วยงานภายนอกสนับสนุนการทำน้ายาล้างจาน โดยใช้วิทยากรจากภายนอกชุมชน โดยที่ตัวปราชญ์มีความรู้การทำน้ายาล้างจานอยู่แล้ว ทำไมถึงไม่เลือกปราชญ์ในชุมชนเป็นวิทยากร ปัญหาอยู่ที่ตัวปราชญ์หรือตัวผู้นำ หรือหน่วยงานภายนอกกำหนดเอง โดยถอดบทเรียนเป็นข้อ ๆ

๔) วิเคราะห์ปัญหาความขัดแย้ง นำการเก็บข้อมูลข้อที่ ๑-๓ มาวิเคราะห์ โดยควรแยกปัญหาเป็นกลุ่มดังนี้ ๑) ระหว่างกลุ่มองค์กรด้วยกัน เช่น กลุ่มเงินทุนในชุมชน ได้มีการสนับสนุนเงินทุนแก่กลุ่มอาชีพในชุมชนหรือไม่ ถ้าไม่สนับสนุนปัญหาคืออะไร ถอดบทเรียนเป็นข้อ ๆ ๒) ผู้นำกับประชาชน เช่น เวลาการประชุมกับหน่วยงานภายนอก ถ้าตัวผู้ใหญ่ติดภารกิจ สามารถมอบผู้ช่วยผู้ใหญ่บ้านคนใดคนหนึ่งทำหน้าที่หรือไม่ เพราะเหตุใด ถอดบทเรียนเป็นข้อ ๆ ๓) ระหว่างชุมชนกับหน่วยงานภาครัฐ เช่น การจัดเวทีไทยนิยมฯ ผู้นำและประชาชนให้ความร่วมมืออย่างพร้อมเพียงหรือไม่ จำนวนถึงเป้าหมายหรือไม่ หน่วยงานภาครัฐมีการดำเนินงานที่ตอบสนองความต้องการของประชาชนหรือไม่ อย่างไร

๕) ร่วมมือกับภาคีเครือข่ายสร้างความรู้ ความเข้าใจ ความตระหนัก เนื่องจากตัว อสพ. เองเป็นเด็กที่เกิดและโตในชุมชน จึงทำให้ประชาชนไม่เชื่อถือในความสามารถ จึงได้เชิญภาคีเข้าร่วมประชุมเพื่อร่วมแก้ปัญหา เมื่อทราบปัญหาในชุมชนที่ผ่านการจัดการความรู้แล้ว ก็มีการบูรณาการร่วมกันกับหน่วยงานราชการที่เกี่ยวข้อง เช่น หน่วยงานปกครอง เกษตร กศน. ปราชญ์ชุมชน เป็นต้น เพื่อหาวิธีการ แนวทางแก้ปัญหา

๖) แผนกิจกรรมกระชั้นมิตร โดยเน้นกิจกรรมที่ทุกคนในหมู่บ้านมีส่วนร่วม ได้ทำกิจกรรมการแข่งขันกีฬาต้านยาเสพติด การส่งเสริมประเพณี และวัฒนธรรม เพื่อหล่อหลอมและรวมใจของคนในชุมชน

๗) สนับสนุนต่อยอดกิจกรรม ค้นหาอัตลักษณ์ของชุมชน สร้างความโดดเด่นเพื่อสร้างเครือข่าย/ แกนนำ/ ทีม เช่น การแข่งขันกีฬาต้านยาเสพติดในหมู่บ้าน มีการส่งเสริมผลักดันให้มีการแข่งขันกีฬาในระดับตำบล และอำเภอตามลำดับ กลุ่มอาชีพที่เกิดจากการใช้ทรัพยากรในชุมชน ให้ความรู้ ใช้ภูมิปัญญาของคนในชุมชน ช่วยกันผลักดันสินค้าชุมชนสู่มาตรฐาน

๘) จัดทำแผนชุมชนกับหน่วยงานองค์การปกครองส่วนท้องถิ่น (อปท.) และภาคีทุกภาคส่วน มีเวทีประชาคมเพื่อค้นหาความต้องการ โดยทุกคนทุกหน่วยงาน มีการร่วมคิดร่วมทำ ร่วมดำเนินการ และร่วมรับผลประโยชน์ มีการติดตามประเมินผล เพื่อการทำงานที่มีประสิทธิภาพเกิดประสิทธิผลเป็นรูปธรรม เพื่อผลลัพธ์ “ชุมชนมั่นคง มั่งคั่ง และยั่งยืน”

ซึ่งผลจากความสำเร็จของโครงการ “ขยับใจ...ให้ตรงกัน” นี้ เป็นการนำข้อมูลมาใช้ในการแก้ปัญหาของชุมชน เปรียบได้กับ “หนังสือดีกว่าจะตีพิมพ์ ก็ต้องมีข้อมูลอ้างอิงจากหลาย ๆ ที่ฉันใด ภารกิจพิชิตใจ ก็ต้องการข้อมูลจากหลาย ๆ ที่แหล่งฉันนั้น” ..นั่นเอง





บทความโดย :
นางสาวกัญญกิด์ สันรา หัวหน้าฝ่ายอำนวยการ
นางสาวจันทนา ตั้งศักดิ์เจริญสุข นักวิชาการพัฒนาชุมชนชำนาญการ

ศอช.ต.นาจัว สูตรสำเร็จ การพัฒนา โดยภาคประชาชน



“มอบให้ ด้วยความภาคภูมิใจ รับด้วยความเต็มใจ”

คือ สโลแกนที่คณะกรรมการศูนย์ประสานงานองค์การชุมชน (ศอช.ต.) นางัว อำเภอนาหว้า จังหวัดนครพนม มีความมุ่งมั่นในการทำงานเพื่อแก้ไขปัญหาของประชาชนในตำบลให้ทุกคนได้มีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น ด้วยการมอบผลการพัฒนาด้วยความภูมิใจ และประชาชนรับผลการพัฒนาด้วยความเต็มใจ

ศอช.ต.นาจัว เป็นองค์กรที่เป็นศูนย์กลางในการประสานการทำงานระหว่างองค์กรต่าง ๆ ที่มีอยู่ในชุมชน ผนึกกำลังร่วมกันในการแก้ไขปัญหาของชุมชนในรูปแบบของเครือข่ายองค์กรภาคประชาชน โดยเน้นกระบวนการมีส่วนร่วมของประชาชน ศอช.ต.นาจัว มีตัวแทนจากทุกหมู่บ้านและทุกองค์กรในตำบล เช่น ตัวแทนจากกรรมการหมู่บ้าน อบต. อสม. องค์กรสตรี กลุ่มอาชีพ ฯลฯ โดยทำงานในรูปแบบของคณะกรรมการ ที่นำโดย **นายเตียง โกษาแสง** ทำหน้าที่ **ประธานกรรมการศูนย์ประสานงานองค์การชุมชนตำบลนาจัว** ศอช.ต.นาจัว มีรูปแบบการทำงานที่เข้าถึงชุมชน มีการทำงานเป็นทีม แต่แยกบทบาทหน้าที่กันอย่างชัดเจน หนุนเสริมการทำงานด้วยกันและกัน ซึ่งกรรมการทุกคนจะร่วมกันลงพื้นที่เพื่อรับฟังปัญหาของชาวบ้านถึงครัวเรือน เมื่อรับฟังปัญหาแล้ว ก็จะมีการนำปัญหามาวิเคราะห์ จัดทำแผน เพื่อหาแนวทางในการแก้ไขปัญหา แยกเป็นโครงการที่ประชาชนสามารถแก้ไขด้วยตัวเอง โครงการที่ต้องทำร่วมกับหน่วยงานของรัฐ และโครงการที่ต้องใช้งบประมาณที่รัฐต้องดำเนินการเพื่อแก้ไขปัญหาให้ทั้งหมด นอกจากนี้ ศอช.ต.นาจัว ยังให้ความสำคัญกับงานยุทธศาสตร์จังหวัดและงานนโยบายของรัฐบาล ควบคู่กับการทำงานเพื่อแก้ไขปัญหาพื้นฐานของชุมชน และ ศอช.ต. แห่งนี้ไม่เคยละเลยหรือละทิ้งปัญหาของประชาชนให้ผ่านพ้นไปโดยไม่ได้รับการแก้ไข โดยได้มีการนำปัญหาที่ไม่ได้รับการแก้ไขในปีปัจจุบันไปบรรจุในแผนของทุก ๆ ปี จนกว่าปัญหานั้นจะได้รับการแก้ไข การที่ ศอช.ต.นาจัว มีรูปแบบการทำงานเหมือนองค์กรกลางที่ครอบคลุมองค์กรอื่น ๆ ไว้ภายใต้ ศอช.ต.นาจัว ซึ่งกรรมการทุกคนมีบทบาทหน้าที่ที่หลากหลาย (สวมหมวกหลายใบ) สิ่งนี้กรรมการชุดนี้เห็นว่าเป็นผลดีที่ทำให้การทำงานสามารถบูรณาการแก้ไขปัญหาทุกเรื่องได้อย่างเป็นเอกภาพ

จากการทำงานที่เป็นระบบ มีความมุ่งมั่น เสียสละ ทดมเท เพื่อให้ปัญหาของประชาชนในชุมชนได้รับการแก้ไขบรรเทาความเดือดร้อนให้ทันต่อสถานการณ์ จึงทำให้ ศอช.ต.นาจัว เป็นองค์กรดีเด่นที่ได้รับรางวัล ศอช.ต. ดีเด่นประจำปี ๒๕๖๐ และได้รับรางวัลมากมายจากหน่วยงานอื่น ๆ และมีงบประมาณจากหน่วยงานต่าง ๆ ให้การสนับสนุนอย่างต่อเนื่อง ซึ่งหน่วยงานต่าง ๆ ที่ให้การสนับสนุนเล็งเห็นว่างบประมาณที่จัดสรรให้กับ ศอช.ต.นาจัว จะเกิดความคุ้มค่าในการใช้งบประมาณเพื่อแก้ไขปัญหาของประชาชนได้อย่างแท้จริง

ความประทับใจที่เกิดขึ้นจากการพูดคุยกับ นายเตียง โกษาแสง ชายร่างใหญ่ เสียงดังฟังชัดผู้ทำหน้าที่ประธานกรรมการศูนย์ประสานงานองค์การชุมชน (ศอช.ต.) นาจัว คือคำกล่าวที่ว่า **“ปัจจุบันได้ทำงานอาสาสมัคร ๘๐ เปอร์เซ็นต์ และทำงานส่วนตัว ๒๐ เปอร์เซ็นต์”** แต่ไม่ได้มีความรู้สึกว่าเป็นภาระ กลับมีความสุขกับการทำงานเพื่อให้



“ทุ่มเทอยู่ดีมีสุข”

*** ศูนย์ประสานงานองค์การชุมชน (ศอช.) :
Community Organization Network Center (CON Center)
เป็นองค์กรภาคประชาชนที่จัดตั้งขึ้นโดยระเบียบกระทรวงมหาดไทย
ว่าด้วยการดำเนินงานศูนย์ประสานงานองค์การชุมชน พ.ศ. ๒๕๕๑

เปลี่ยน สู่ความสุข

"อุจจาระตกค้าง" สาเหตุสารพัด ปัญหาสุขภาพ ที่คุณคาดไม่ถึง

ใคร ๆ ก็ทราบดีว่าเรื่องของการขับถ่าย ถึงจะเป็นเรื่องเล็กน้อย ไม่เป็นอันตรายถึงชีวิต แต่แท้ที่จริงแล้ว การขับถ่ายเป็นจุดเริ่มต้นของสุขภาพ จะสุขภาพดี หรือมีโรคภัยไข้เจ็บต่าง ๆ ก็สามารถเริ่มต้นสังเกตได้จาก การขับถ่ายนี่แหละค่ะ

อุจจาระตกค้าง หมายถึง การที่เราขับถ่ายอุจจาระออกไปไม่หมด หากค้างอยู่ตามผนังลำไส้นาน ๆ อุจจาระจะติดแน่น ไม่หลุดออกไปง่าย ๆ ถึงแม้จะมีอุจจาระลื่นใหม่ออกมาดันของเก่า แต่อุจจาระที่ ติดแน่นอาจจะไม่หมดออกไปจากลำไส้ด้วย หากอุจจาระลื่นใหม่เหลวกว่า ก็แทรกตัวออกไปทาง ทวารหนักก่อน อุจจาระที่ตกค้างอยู่ก็จะค้างอยู่อย่างนั้น ซึ่งส่งผลเสียต่อร่างกายอย่างที่คาดไม่ถึง เลยทีเดียว

ใครที่มีความเสี่ยงที่จะมีอุจจาระตกค้าง

- เคี้ยวอาหารไม่ละเอียด
- ทานอาหารที่มีกากใยน้อย
- มีพยาธิ หรือเชื้อรา ที่ทำให้กากดูดซึมผิดปกติ
- ไม่ถ่ายอุจจาระเวลา ๕.๐๐ - ๗.๐๐ น.
- เด็กเล็กที่หลังค่อม ไม่ได้อุ้มพาดบ่า หรือกลิ้งตัวไปมาให้ให้ลำไส้บีบตัว

อาจทำให้อุจจาระตกค้าง แข็งจนบาดเจ็บแผลได้

- คนที่ผ่าตัดบ่อย จนลำไส้เป็นพังผืด มีซอกหลืบให้อุจจาระไปตกค้างอยู่
- คนที่ไม่ค่อยได้ออกกำลังกาย ทานอาหารแล้วนั่งนิ่ง หรือนอนโดยไม่ได้ออกกำลังกาย

ช่วยตัวให้ลำไส้ช่วยบีบตัว

- กลั้นอุจจาระบ่อย ๆ เช่น คนที่ทำงานเป็นกะ หรือมีประชุม รีบเร่ง ทำงานส่งตามระยะเวลาที่เร่งรัด

- คนที่มีลำไส้ยาวกว่าคนปกติ ยิ่งลำไส้ยาว ก็ยิ่งต้องใช้เวลา

ลำเลียงอุจจาระนานขึ้น และสามารถตกค้างระหว่างทางได้

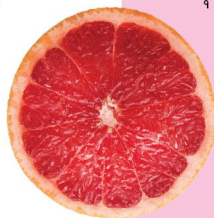
อันตรายจากอาการอุจจาระตกค้าง

หากอุจจาระตกค้างมากยิ่งขึ้น จนไปกดทับเส้นเลือดต่าง ๆ ใน กระเพาะอาหาร และกดทับกระดูกสันหลัง อาจทำให้เกิดความผิดปกติต่อ ร่างกายได้ เช่น

- ปวดท้อง ท้องอืด ท้องเฟ้อ ท้องผูกเรื้อรัง
- ปวดเมื่อยตามร่างกาย เช่น ปวดหลัง ปวดขา ปวดกล้ามเนื้อไหล่

และสะสม

- เวียนหัว อ่อนเพลีย
- นอนไม่หลับ
- ผิวเป็นฝ้า
- มีอาการปวดหัวไมเกรน



นอกจากนี้ยังมีวิธีตรวจหาอุจจาระตกค้างในลำไส้ได้ด้วยตัวเองมาฝาก ด้วยค่ะ คลำบริเวณท้องด้านซ้ายล่าง ระดับใต้สะดือเล็กน้อย ใช้นิ้วมือลองกด ๆ ลงไปลึก ๆ คลำหาท่อนยาว ๆ ในลำไส้ ยิ่งคนผอมจะยิ่งคลำเจอได้ง่ายกว่าคนเจ้าเนื้อ หากกดไม่ถึง หรือกดหาไม่เจอ ลองนอนหงาย เข้มว่พุง แล้วคลำ ๆ กด ๆ หาอีกครั้ง

วิธีป้องกันไม่ให้มีอุจจาระตกค้าง

๑. พยายามขับถ่ายให้เป็นเวลา ตื่นเช้ามาขับถ่าย ให้ได้บ่อย ๆ ในช่วงเวลา ๕.๐๐- ๗.๐๐ น. ซึ่งเป็นช่วงเวลา ที่ดีที่สุด

๒. ทานอาหารที่มีกากใยมากๆ เช่น ผัก ผลไม้ต่าง ๆ

๓. ดื่มน้ำมาก ๆ เพื่อช่วยให้อุจจาระอ่อนนุ่มลง

๔. อย่ากลั้นอุจจาระ เมื่อปวดให้รีบถ่ายทันที

๕. หลังทานอาหาร ขยับร่างกายเล็กน้อย ให้ลำไส้ได้บีบตัว แล้วยัง ช่วยให้กระเพาะอาหารย่อยอาหารได้ง่ายขึ้น เพื่อการขับถ่ายที่คล่องขึ้น

๖. ใครที่มีปัญหาเรื่องการขับถ่าย สามารถเลือกทานอาหารที่ช่วยเรื่องการ ขับถ่ายได้ เช่น นม โยเกิร์ต ผลไม้รสเปรี้ยว ลูกพรุน น้ำส้ม น้ำมะนาว เป็นต้น

เรื่องของการขับถ่ายอาจเป็นเรื่องน่าอายหากจะพูดคุยกับคนทั่วไป แต่เป็นเรื่องสำคัญที่ส่งผลกระทบต่อระบบร่างกายภายใน ซึ่งอาจทำให้มีปัญหา ในการดำเนินชีวิตในอนาคตได้ เพราะฉะนั้นกันไว้ดีกว่าแก้ นะคะอย่าให้อุจจาระ ตกค้างมากจนถึงขั้นต้องปรึกษาแพทย์จริงจังจะดีกว่า



ขอบคุณข้อมูลจาก : www.sanook.com/health/๒๙๓๑/
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

ผ.อ.กลุ่มงานฯ ทุกกลุ่มและหัวหน้าฝ่ายอำนวยการ สำนักเสริมสร้างความเข้มแข็งชุมชน

บรรณาธิการ

นายรังสรรค์ หังสนาวิน ผู้อำนวยการกลุ่มงานส่งเสริมการเรียนรู้ชุมชน

กองบรรณาธิการ

นางสาวพวงเพชร	ทิพย์ทอง	นายฉัตริน	สุวรรณหงส์
นางสาวชนิษฐา	ปิ่นกระจ่าย	นางสาวอรรณพ	เพียรราษฎร์
นางสาวจันทนา	ตั้งศักดิ์เจริญสุข	นางสาวจิตรานุช	เกียรติอดิสร
นางสมพิศ	ปูนจตุรัส	นางสาวชุดมา	ภูมิแก้ว
นายไพรัตน์	จงรักษา	นางสาวลดา	นพรัตน์
นายอนันต์	เลิศแสง	นายอรรถวิทย์	สุนทรพานิชกิจ
นางสาววิลาสินี	สุดสาร	นายภาณุมาศ	ตรีสุวรรณ
นางกมลณี	วงศ์สว่าง	นางสาวปรีศรา	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