“...วันนี้ต้องแสดงความร่วมมือขั้นต้น ปลุกพลังที่ชัดเจน
ทั้งภาครัฐ ภาคเอกชน ภาคประชาชน โดยเฉพาะชุมชนท้องถิ่น ที่ขับเคลื่อน
ระบบเศรษฐกิจฐานราก ซึ่งเป็นหน้าที่ของรัฐที่จะต้องทำให้คนทุกระดับมีความสุข
มีความพึงพอใจในสิ่งที่ตัวเองมีอยู่ เหมือนแนวทางที่พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวฯ
เคยมีพระราชดำรัสเรื่องปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง ทั้งจะต้องมีความรู้คู่คุณธรรม
ซึ่งคุณธรรมของผู้ที่มาบริหารบ้านเมืองคือธรรมาภิบาล มีศีลธรรม แค่สังคมทำตามศีล 5
ให้ครบ ก็สามารถสร้างความสุขได้แล้ว ดังนั้น สิ่งที่จะต้องทำในวันนี้ ผมขอใช้คำว่า
เราจะต้องเจริญเติบโต มีความเข้มแข็งไปด้วยกัน ทั้งเศรษฐกิจระดับบน เศรษฐกิจข้ามชาติ
รวมไปถึงชุมชนฐานราก คือพวกท่านที่อยู่ ณ ที่นี้ ทั้งในหมู่บ้าน ตำบล อำเภอ จังหวัด จนถึง
ภูมิภาค ทั้งหมดนี้รวมกันเป็นโครงสร้างที่ทำให้ทุกคนในประเทศนี้ ตลอดจนในประชาคมโลก
มีความเข้มแข็ง ...วันนี้เราต้องทำประชานิยมให้เป็นประชารัฐให้ได้ ด้วยสองมือ
พลังสมอง พลังความคิดของคนในท้องถิ่น ให้ข้าราชการเป็นเพียงผู้หนุนเสริม
เป็นเข็มทิศให้...”

- พลเอกประยุทธ์ จันทร์โอชา นายกรัฐมนตรี -

สสส
สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ

เครือข่ายร่วมสร้างชุมชนท้องถิ่นน่าอยู่

ประชารัฐ

วิถีชุมชน สร้างเศรษฐกิจฐานราก :

ผักสวนครัว

12 ประเด็นสร้างสรรค์เพื่อการพัฒนาเศรษฐกิจฐานรากอย่างยั่งยืน

สสส
สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ
เครือข่ายร่วมสร้างชุมชนท้องถิ่นน่าอยู่
ประชารัฐ

คำนำ

ภายหลังจากที่ **พล.อ.ประยุทธ์ จันทร์โอชา** นายกรัฐมนตรี และหัวหน้าคณะรักษาความสงบแห่งชาติ หรือ คสช. เป็นประธานเปิดงาน และมอบแนวนโยบายการสานพลังประชารัฐ เพื่อเศรษฐกิจฐานราก ไป เมื่อวันที่ 20 กันยายน 2558 ณ อิมแพ็ค เมืองทองธานี นับเป็นการประกาศยุทธศาสตร์ทางเศรษฐกิจ โดยใช้ชุมชนฐานราก หรือชุมชนท้องถิ่นเป็นกลไกสำคัญในการขับเคลื่อน ทางสำนักงานกองทุนสนับสนุน การสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) โดยสำนักสนับสนุนสุขภาวะชุมชน (สำนัก 3) ในฐานะองค์กรที่ทำงาน ร่วมกับองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นทั่วประเทศจึงได้ตอบรับ เพื่อจะเป็นแรงหนึ่งในการสนับสนุน และ ส่งเสริมกระบวนการสร้างเศรษฐกิจภายในชุมชนท้องถิ่นให้มีความเข้มแข็ง และยั่งยืนสืบไป

ทั้งนี้ สำนักสนับสนุนสุขภาวะชุมชนได้มีแนวนโยบายสาธารณะ 7+1 เป็นตัวขับเคลื่อน การทำงานชุมชนท้องถิ่น อันประกอบด้วยนโยบายสาธารณะด้านการบริหารจัดการแบบมีส่วนร่วม นโยบายสาธารณะด้านการจัดสวัสดิการสังคมโดยชุมชน นโยบายสาธารณะด้านเกษตรกรรมยั่งยืน นโยบายสาธารณะด้านการจัดการทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม นโยบายสาธารณะด้านการเรียนรู้ ของเด็กและเยาวชน นโยบายสาธารณะด้านการดูแลสุขภาพชุมชน นโยบายสาธารณะด้านการจัดการ ภัยพิบัติ และ +1 คือการลงทุนด้านสุขภาพโดยชุมชน ซึ่งทางสำนักสนับสนุนสุขภาวะชุมชน ตลอดจน เครือข่ายร่วมสร้างชุมชนท้องถิ่นน่าอยู่ จึงได้ปรับกระบวนทัศน์ โดยนำรูปธรรมภายใต้นโยบายสาธารณะ เหล่านี้ มาต่อยอดเป็น 12 ประเด็นขับเคลื่อนเศรษฐกิจชุมชน อันได้แก่ 1) ผ้าพื้นเมือง 2) ข้าวและ โรงสีชุมชน 3) ผักสวนครัว 4) ท่องเที่ยวชุมชน 5) ส่งเสริมอาชีพ 6) ตลาดชุมชน 7) บริการสุขภาพชุมชน 8) จัดการน้ำ 9) ป่าชุมชน 10) จัดการขยะ 11) องค์กรการเงิน และ 12) ศูนย์เรียนรู้ โดยทั้งหมดนี้ ได้มีการเปิดตัวกับองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น ภายใต้ขบวนเครือข่ายร่วมสร้างชุมชนท้องถิ่นน่าอยู่ ไประดับหนึ่งแล้ว

สำหรับหนังสือ **'วิถีชุมชน สร้างเศรษฐกิจฐานราก : ผักสวนครัว'** เป็นการรวบรวมพื้นที่สีเขียว จากชุมชนท้องถิ่น ซึ่งแสดงผลลัพธ์ให้เห็นเป็นประจักษ์แก่สายตาว่าทุกชุมชน ทุกหมู่บ้าน ทุกครัวเรือน สามารถสร้างอาหารได้ ไม่ว่าจะมีบริบทพื้นที่แบบใดก็ตาม ด้วยสิ่งนี้ถือเป็นรากเหง้าแห่งวิถีการดำรงชีวิต หากแต่ช่วงหนึ่งได้หลงลืมไป ด้วยกระแสของโลกใหม่ที่ผลักดันให้ผู้คนหันไปปลูกพืชเชิงเดี่ยว ผลิตใน ปริมาณมาก เพื่อจำหน่าย มิใช่เพื่ออาหารดำรงชีพดังเช่นแต่ก่อน

หากแต่กาลเวลาผ่านไป การปลูกพืชเชิงเดี่ยวก็ได้ส่งผลร้ายให้เห็น ในช่วงยามที่การผลิตใน ปริมาณมากไม่ได้ผลดังที่หวัง ผู้คนจำนวนหนึ่งล้มลง ปัญหาหนี้สินตามติดประชิดตัว ซ้ำร้ายยังพกพา โรคร้ายอันเนื่องมาจากการใช้สารเคมี กระทั่งเมื่อลืมตาตื่นและพบว่าทุกอย่างยังไม่สาย หลายแห่งจึงเริ่ม หวนกลับสู่วิถีทางแห่งบรรพบุรุษ ปลูกในสิ่งที่กิน กินในสิ่งที่ปลูก จำหน่ายหรือไม่แล้วแต่ความพึงใจ แต่ อย่างน้อยในยามยาก ครัวเรือนสามารถลดรายจ่ายบางส่วนจากการมีอาหารปลอดภัยภายในบ้าน ทั้งค่าใช้จ่ายในการผลิต ค่าใช้จ่ายในการดูแลสุขภาพ ค่าใช้จ่ายในการซื้อหาอาหาร

ดูเหมือนไม่มีอะไรมาก แต่แก่นความเรียบง่ายอย่างนี้แหละที่สำคัญ และหลงลืมกันไปในช่วงครั้ง บางตอน กระทั่งเมื่อตั้งลำหันทิศได้ ความยั่งยืนจึงก่อเกิดตามมา และนี่ก็คือเรื่องราวเล็กๆ ที่ดูเหมือน ไม่มีอะไรมาก

เครือข่ายร่วมสร้างชุมชนท้องถิ่นน่าอยู่

สารบัญ

รูปธรรมจาก **ภาคเหนือตอนบน** | 3

รูปธรรมจาก **ภาคเหนือตอนล่าง** | 10

รูปธรรมจาก **ภาคอีสาน** | 18

รูปธรรมจาก **ภาคกลางตะวันออก** | 26

รูปธรรมจาก **ภาคกลางตะวันตก** | 28

รูปธรรมจาก **ภาคใต้ตอนบน** | 29

รูปธรรมจาก **ภาคใต้ตอนล่าง** | 30

วิถีชุมชน สร้างเศรษฐกิจฐานราก : ผักสวนครัว

บรรณาธิการอำนวยการ

สมพร ใช้บางยาง | ดวงพร เฮงบุณยพันธ์ | ขนิษฐา นันทบุตร

บรรณาธิการ

ขยัน วิพรหมชัย | พีรพงษ์ บุญสวัสดิ์กุลชัย | ธัญญา แสงอุบล | พิทักษ์พงษ์ ป้อมปราณี | นิลภา จิระรัตนวรรณะ | ทัศนีย์ วีระกันต์ | กฤตพจน พงศ์ถิรประสิทธิ์ | สุทธิโชค จรรยาอังกูร | นิศาชล บุบผา | เบญจยามาศ พิลายนต์ | ขวัญสุดา บุญทศ | สมปรารถนา ดาผา | ศรินรัตน์ จันทพิมพ์ | อัมราภรณ์ ภู่ระย้า | อรุณณี ใจเที่ยง | กรัณย์พิชญ์ โคตรประทุม | วโรชา ศรีเจริญ | กมนทรรศน์ แม่นธนู

กองบรรณาธิการ

ศวภ.ล้านนา | ศวภ.เหนือตอนล่าง | ศวภ.อีสาน | ศวภ.กลางตะวันออก | ศวภ.กลางตะวันตก | ศวภ.ใต้บน | ศวภ.ใต้ล่าง

ศิลปกรรม พรทิวา ไวยครุฑธา

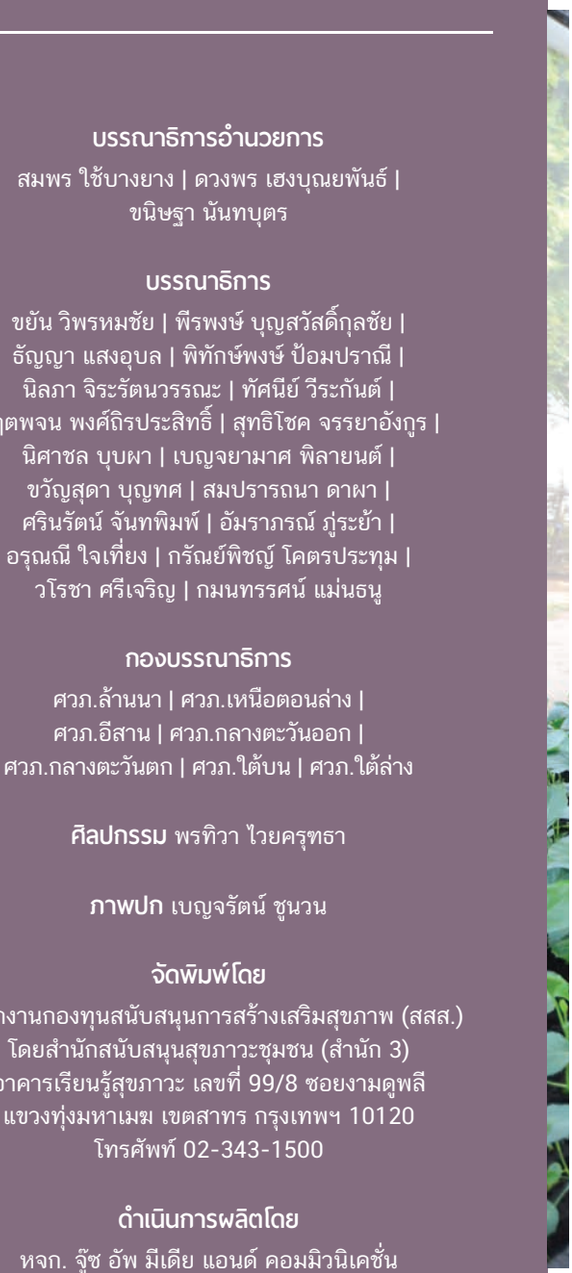
ภาพปก เบญจรัตน์ ชูนวน

จัดพิมพ์โดย

สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.)
โดยสำนักสนับสนุนสุขภาวะชุมชน (สำนัก 3)
อาคารเรียนรู้สุขภาวะ เลขที่ 99/8 ซอยงามดูพลี
แขวงทุ่งมหาเมฆ เขตสาทร กรุงเทพฯ 10120
โทรศัพท์ 02-343-1500

ดำเนินการผลิตโดย

หจก. จู๊ซ อัพ มีเดีย แอนด์ คอมมิวนิเคชั่น
เลขที่ 7 ซอยรามคำแหง 44 แยก 2 ถนนรามคำแหง
แขวงหัวหมาก เขตบางกะปิ กรุงเทพฯ 10240



รูปธรรมจาก
ภาคเหนือตอนบน

กลุ่มปุ๋ยอินทรีย์บ้านนางแลใน

เทศบาลตำบลนางแล อำเภอเมือง จังหวัดเชียงราย

กลุ่มปุ๋ยอินทรีย์บ้านนางแลใน มี **ยุวดี เชื้อเมืองพาน** เป็นประธานกลุ่ม เริ่มจุดประกายขึ้นจากโครงการพักชำระหนี้ของรัฐบาล ที่มีการนำกลุ่มคนซึ่งขอพักชำระหนี้มาเข้าร่วมอบรมและทำกิจกรรมต่างๆ ในโครงการ หนึ่งในกิจกรรมที่ได้รับอบรมก็คือการทำปุ๋ยหมักชีวภาพ ด้วยเหตุนี้ คนในชุมชนจึงได้ริเริ่มจัดตั้งกลุ่มปุ๋ยอินทรีย์ขึ้น โดยมีเป้าหมายในการสร้างความสัมพันธ์ภายในหมู่บ้าน และผลิตปุ๋ยอินทรีย์ไว้ใช้ เพื่อช่วยลดต้นทุนรายจ่ายของเกษตรกรหมู่บ้านนางแลใน โดยยึดแนวคิดเศรษฐกิจพอเพียงเป็นหลัก เน้นให้ประชาชนพึ่งพาตนเอง

กลุ่มมีสมาชิกรวม 27 ครัวเรือน เริ่มดำเนินการระดมทุนจากสมาชิกในกลุ่มเพื่อนำไปซื้อวัสดุอุปกรณ์ที่ไม่สามารถหาได้ในท้องถิ่นมาผลิตปุ๋ย การบริหารจัดการเน้นการช่วยกันทำ โดยปุ๋ยที่ผลิตได้จะแบ่งให้สมาชิกไปใช้ในแปลงเกษตร ซึ่งเป็นการช่วยลดต้นทุน ที่เหลือจึงนำไปจำหน่ายเพื่อสร้างรายได้

การรวมกลุ่มกันผลิตปุ๋ยอินทรีย์เพื่อใช้เองในชุมชน ช่วยลดรายจ่าย ลดต้นทุนในการเกษตร และยังเกิดผลดีในแง่ระบบนิเวศของชุมชน เพราะช่วยลดการใช้สารเคมีในการทำการเกษตร และลดสารพิษตกค้างในธรรมชาติ

กลุ่มมีเงินทุนหมุนเวียนจนถึงปัจจุบันอยู่ประมาณ 70,000 บาท เพื่อนำมาเป็นทุนในการดำเนินกิจกรรมต่างๆ ของกลุ่มและสร้างเครือข่ายหมอดินต่อไป

กลุ่มเกษตรปลอดสารพิษ บ้านป่างิ้ว

องค์การบริหารส่วนตำบลรอบเวียง อำเภอเมือง จังหวัดเชียงราย

เนื่องจากสภาพพื้นที่บริเวณหาดเชียงราย มีพื้นที่สาธารณะบริเวณกว้าง แต่ด้วยสภาพดินที่มีลักษณะเป็นดินปนทราย ไม่สามารถใช้ประโยชน์ได้ องค์การบริหารส่วนตำบลรอบเวียงจึงเกิดแนวคิดที่จะใช้ประโยชน์จากพื้นที่สาธารณะแห่งนี้ และได้ประสานงานไปยังเกษตรอำเภอผู้ดูแลตำบลรอบเวียง ให้ช่วยเป็นที่ปรึกษาในการฟื้นฟูและปรับปรุงพื้นดิน พร้อมทั้งเปิดโอกาสให้เกษตรกรที่สนใจได้เข้ามามีส่วนร่วม และเป็นกำลังขับเคลื่อนหลัก โดยได้มีการจัดสรรพื้นที่แปลงละ 1 งาน เพื่อดำเนินกิจกรรมศูนย์เกษตรปลอดสารพิษ โดยในช่วงแรกเป็นการรวมกลุ่มของเกษตรกรบ้านหนองด่านหมู่ที่ 1 ต่อมาศูนย์เกษตรปลอดสารพิษได้รับคัดเลือกจากโครงการสนับสนุนวิสาหกิจชุมชน ในการสนับสนุนเงินกู้วิสาหกิจชุมชนแบบไม่มีดอกเบี้ย จึงได้ทำการขยายศูนย์ โดยเปิดรับเกษตรกรจากพื้นที่บ้านป่างิ้วทั้งหมู่ที่ 4 และ หมู่ที่ 7 เพิ่มเติม

การดำเนินการของกลุ่มเน้นการทำงานร่วมกันภายใต้ข้อตกลงของกลุ่ม มีการคัดเลือกประธานกลุ่ม และคณะกรรมการฝ่ายต่างๆ เพื่อมาทำหน้าที่ มีการปรึกษาหารือร่วมกันในทุกเรื่อง ทั้งเรื่องการควบคุมบัญชี การช่วยเหลือและดูแลสมาชิกกลุ่ม การนำผลผลิตสู่ตลาด ไปจนถึงอัตราและสัดส่วนการปันผล

การรวมกลุ่มจัดตั้งกลุ่มเกษตรปลอดสารพิษ บ้านป่างิ้ว ช่วยให้สมาชิกมีพืชผักปลอดภัยไว้บริโภคในครัวเรือน และยังช่วยสร้างรายได้เสริมให้กับสมาชิก ช่วยให้สมาชิกกลุ่มสามารถพึ่งพาตนเองได้อย่างเข้มแข็ง

กลุ่มปลูกพืชผักสวนครัว

เทศบาลตำบลวังหงส์ อำเภอเมืองแพร่ จังหวัดแพร่

เทศบาลตำบลวังหงส์ได้เข้าร่วมโครงการตำบลสุขภาวะกับสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ เมื่อปี 2557 โดยเริ่มมีการส่งเสริมให้ประชาชนในตำบลวังหงส์มีสุขภาวะที่ดีจากการบริโภคอาหารที่ปลอดภัย มีความมั่นคงทางอาหารอย่างยั่งยืน มีความรู้ ความเข้าใจในการเลือกบริโภคอาหารในปริมาณที่เหมาะสม และมุ่งให้มีการจัดการเกษตรที่ให้ความสำคัญในการปรับปรุงบำรุงดิน ลดการใช้ปัจจัยการผลิตจากภายนอก ลดการใช้สารเคมี

เจริญ อินทราวุธ นายกเทศมนตรีตำบลวังหงส์ จึงได้มีแนวคิดในการสนับสนุนให้ครัวเรือนต่างๆ ในชุมชนปลูกพืชผักปลอดสารพิษไว้บริโภคกันเอง โดยได้จัดสรรงบประมาณส่วนหนึ่งในการสนับสนุนเมล็ดพันธุ์พืชผักสวนครัวเพื่อแจกจ่ายให้กับประชาชนในพื้นที่

สำหรับการดำเนินงาน มีการรวมกลุ่มเกษตรกรในการจัดตั้งกลุ่มปลูกพืชผักสวนครัว พร้อมทั้งมีการจัดตั้งคณะกรรมการดำเนินงาน โดยทุกครัวเรือนจะได้รับเมล็ดพันธุ์พืชผักสวนครัวเพื่อนำไปปลูก และมีการรณรงค์ให้ปลูกโดยลดการใช้สารเคมี นอกจากนี้ ยังมีการจัดตั้งตลาดสดสีเขียวเพื่อให้ประชาชนนำผลผลิตที่เหลือจากการบริโภคมาจำหน่ายเป็นรายได้เสริม

ผลลัพธ์จากการจัดตั้งแหล่งเรียนรู้กลุ่มปลูกพืชผักสวนครัวที่เห็นได้ชัดเจนคือ ประชาชนมีความรู้เกี่ยวกับการทำการเกษตรแบบปลอดสารพิษมากขึ้น สามารถผลิตปุ๋ยชีวภาพและปุ๋ยอินทรย์เพื่อใช้ในครัวเรือน อันจะเป็นบันไดขั้นต้นของการพัฒนาการเกษตรแบบยั่งยืนในชุมชนต่อไป

กลุ่มผู้ปลูกพืชผักสวนครัวปลอดสารเพื่อสุขภาพ

เทศบาลตำบลวังเจ้า อำเภอวังเจ้า จังหวัดตาก

กลุ่มผู้ปลูกพืชผักสวนครัวปลอดสารเพื่อสุขภาพเป็นการรวมตัวกันของคนในชุมชนวังเจ้า โดยมีจุดประสงค์ในการปลูกผักสวนครัวปลอดสารพิษไว้บริโภคในครัวเรือน เพื่อช่วยลดรายจ่ายและส่งเสริมด้านสุขภาพอนามัย เพราะพืชผักที่ไปซื้อมาบริโภคส่วนมากมีสารเคมีตกค้าง เป็นอันตรายต่อร่างกาย นอกจากนี้พืชผักที่เหลือจากการบริโภค ยังสามารถนำไปแปรรูปเพื่อเก็บไว้บริโภคในภายหลัง หรือนำไปจำหน่ายเพื่อสร้างรายได้เสริมให้กับครัวเรือนได้อีกด้วย

การดำเนินการของกลุ่มมีการจัดตั้งประชาคม เน้นการทำงานร่วมกันเป็นกลุ่ม มีการจัดตั้งคณะกรรมการเพื่อกำกับดูแล และมีการอบรมส่งเสริมการใช้ภูมิปัญญาท้องถิ่นด้านชีวภาพให้กับสมาชิก นอกจากนี้ยังมีการจัดตั้งกองทุนสวัสดิการชุมชนเพื่อส่งเสริมการออมของสมาชิก และจัดสวัสดิการช่วยเหลือให้แก่สมาชิกที่ประสบความเดือดร้อน

การจัดตั้งกลุ่มผู้ปลูกพืชผักสวนครัวปลอดสารเพื่อสุขภาพ ทำให้ประชาชนในเขตเทศบาลเกิดความสามัคคี มีการรวมกลุ่มกันเพื่อแก้ไขปัญหา มีการแบ่งปันความรู้และภูมิปัญญาระหว่างคนในชุมชน และยังช่วยส่งเสริมให้ประชาชนในเขตเทศบาลมีสุขภาพที่ดีขึ้นด้วย

เกษตรผสมผสานห้วยช้าง

องค์การบริหารส่วนตำบลบัวใหญ่ อำเภอนาน้อย จังหวัดน่าน

เกษตรผสมผสานห้วยช้างเกิดจากการรวมกลุ่มกันของเกษตรกรในหมู่ที่ 8 ตำบลบัวใหญ่ ที่มีแนวคิดในการให้ความสำคัญกับการดูแลและปรับปรุงสภาพดิน โดยกลุ่มจะมีแนวทางในการใช้ปุ๋ยหมักชีวภาพ และปลูกหญ้าแฝกเพื่อบำรุงดิน ปรับสภาพดินในพื้นที่ไร่นา นอกจากนี้กลุ่มยังเน้นการทำการเกษตรแบบผสมผสานที่มีการเพาะปลูกพืชหลายชนิดอยู่ในพื้นที่เดียวกัน ภายใต้การเกื้อกูลประโยชน์ต่อกันอย่างมีประสิทธิภาพสูงสุด โดยอาศัยหลักการการอยู่ร่วมกันระหว่างพืชและสิ่งแวดล้อม

แหล่งเรียนรู้เกษตรผสมผสานห้วยช้าง มีวิธีการดำเนินงานที่เน้นการสร้างการมีส่วนร่วมของคนในชุมชน กล่าวคือ ให้สมาชิกและประชาชนในชุมชนได้มามีส่วนร่วมในการทำกิจกรรมด้านเกษตรกรรมแบบผสมผสาน มีการทำปุ๋ยหมักร่วมกัน นอกจากนี้ยังมีการแลกเปลี่ยนเรียนรู้เทคนิค วิธีการ และเพิ่มพูนทักษะให้กับสมาชิกกลุ่ม โดยส่งเสริมให้สมาชิกเข้าร่วมอบรม ศึกษาดูงานจากหลากหลายหน่วยงาน

กลุ่มเกษตรผสมผสานห้วยช้างช่วยให้สมาชิกเกษตรกรสามารถลดค่าใช้จ่ายในการทำการเกษตรลง เพราะไม่ต้องซื้อปุ๋ยเคมีมาใช้ แต่ใช้ปุ๋ยหมักที่ผลิตจากวัตถุดิบธรรมชาติในท้องถิ่นแทน ซึ่งสามารถช่วยลดค่าใช้จ่ายลงได้ถึงประมาณ 3,000 บาทต่อคนต่อเดือนทีเดียว

กลุ่มเกษตรผสมผสานรุ้งลัดดา บ้านปงหนึ่ง หมู่ที่ 9

องค์การบริหารส่วนตำบลเจดีย์ชัย อำเภอปัว จังหวัดน่าน

กลุ่มเกษตรผสมผสานรุ้งลัดดาเกิดจากแนวคิดของ **ลัดดา ตนภู** ที่เห็นปัญหาของเกษตรเคมี จึงได้ตัดสินใจปรับเปลี่ยนกระบวนการผลิต หันมาทำเกษตรกรรมแบบผสมผสานตามแนวทางปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง โดยเริ่มทำการเกษตรแบบผสมผสาน บนพื้นที่ประมาณ 5 ไร่ของตน เน้นการเพาะเห็ดนางฟ้าเป็นหลัก ปลูกพืชผักสวนครัว ไม้ผล เลี้ยงไก่ไข่ประกอบ

การทำเกษตรผสมผสานนี้ประสบความสำเร็จด้วยดี จนเป็นที่ประจักษ์แก่ชาวบ้านในชุมชน เพราะสร้างรายได้ให้กับลัดดาและสมาชิกกลุ่ม จึงเกิดการถ่ายทอดและต่อยอดความรู้ด้านการทำเกษตรผสมผสาน ให้แก่เพื่อนบ้านและผู้ที่สนใจ

ผลลัพธ์ที่เห็นได้ชัดเจน จากการดำเนินการ คือเกษตรกรสามารถพึ่งตนเอง มีรายได้ที่แน่นอน มีพืชผักสมุนไพร และเนื้อสัตว์ไว้บริโภคเอง ผลผลิตส่วนที่เหลือสามารถนำไปจำหน่ายเพื่อเก็บเงินไว้เป็นค่าใช้จ่ายครัวเรือน และยังช่วยให้เกษตรกรมีสุขภาพร่างกายที่แข็งแรง เนื่องจากได้บริโภคพืชผักและสัตว์ที่ปลอดภัยอย่างต่อเนื่อง

ศูนย์สาธิตการปลูกผักปลอดสารพิษ

องค์การบริหารส่วนตำบลแม่ขะนิง อำเภอเวียงสา จังหวัดน่าน

ตำบลแม่ขะนิง อำเภอเวียงสา จังหวัดน่าน มีสภาพพื้นที่เป็นภูเขาสูง อาชีพหลักของประชาชนในพื้นที่คือการทำเกษตรกรรม โดยมีนาและข้าวโพดเป็นหลัก หากว่าปัจจุบันมีการบุกรุกพื้นที่ป่าเพิ่มมากขึ้นเพื่อทำไร่ข้าวโพด เพราะข้าวโพดที่ปลูกในพื้นที่จะมีบริษัทมารับซื้อโดยบริษัทได้กำหนดให้ใช้สารเคมีตามช่วงระยะของการปลูก เพื่อให้ได้ผลผลิตที่ตรงตามคุณภาพของบริษัท ดังนั้นเกษตรกรจึงมีความจำเป็นที่ต้องใช้สารเคมี ซึ่งก่อให้เกิดผลกระทบอื่นๆ ตามมาทั้งด้านสิ่งแวดล้อม ทำให้ดินเสื่อมคุณภาพ หน้าดินพังทลาย เกิดภัยพิบัติโคลนถล่มในหลายพื้นที่ ด้านสุขภาพ เกษตรกรในพื้นที่ป่วยเป็นโรคผิวหนัง โรคภูมิแพ้ และสารพิษตกค้างในกระแสเลือด เนื่องจากเกษตรกรมีการป้องกันสารเคมีที่ยังไม่ถูกวิธี รวมทั้งไม่ปฏิบัติตามคำแนะนำการใช้สารเคมี และกำจัดภาชนะบรรจุสารเคมีไม่ถูกต้อง ทำให้ส่งผลกระทบต่อสิ่งแวดล้อมและสุขภาพ

จากปัญหาดังกล่าว ชมรมอาสาสมัครสาธารณสุขตำบลแม่ขะนิง หน่วยงานสาธารณสุขระดับตำบลทุกแห่งในพื้นที่ และกองทุนหลักประกันสุขภาพตำบลแม่ขะนิง จึงมีแนวคิดในการจัดตั้งศูนย์สาธิตการปลูกผักปลอดสารพิษ เพื่อให้ความรู้กับเกษตรกรและประชาชนในตำบลแม่ขะนิง ถึงอันตรายของสารเคมี รวมถึงส่งเสริมให้มีการทำการเกษตรแบบปลอดสาร ซึ่งเป็นการทำการเกษตรที่ยั่งยืนกว่า

ศูนย์สาธิตการปลูกผักปลอดสารพิษทำหน้าที่เป็นแหล่งเรียนรู้ ดำเนินงาน และจัดกิจกรรมโดยมุ่งหมายในการสร้างการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ ในด้านสุขภาพ ด้านการทำเกษตรปลอดสาร และช่วยรับผลผลิตจากการทำเกษตรปลอดสารไปจัดจำหน่าย อันจะเป็นการขับเคลื่อนพื้นที่แม่ขะนิงไปสู่สุขภาวะและสิ่งแวดล้อมที่ดีขึ้น

กลุ่มผักปลอดสารพิษบ้านสวนหอม หมู่ที่ 3

องค์การบริหารส่วนตำบลผาสิงห์ อำเภอเมืองน่าน จังหวัดน่าน

เนื่องจากประชาชนในพื้นที่บ้านสวนหอม มีอาชีพปลูกผักสวนครัวเป็นอาชีพหลักอยู่แล้ว โดยปลูกทั้ง ผักคะน้า ผักกวางตุ้ง ผักบุ้ง ผักกาดขาว ฯลฯ เพื่อบริโภคในครัวเรือนและจำหน่าย ต่อมากรมส่งเสริมการเกษตรเข้ามาให้ความรู้เกี่ยวกับการปลูกผักปลอดสารพิษ ประชาชนในพื้นที่บ้านสวนหอม จึงได้รวมกลุ่มกันจัดตั้ง “โรงเรียนเกษตรกรผักในพระราชดำริ บ้านสวนหอม” เพื่อปลูกผักปลอดสารพิษ โดยภายในกลุ่มมีการแลกเปลี่ยนเรียนรู้กัน และมีการจัดอบรมเกี่ยวกับเทคนิควิธีการปลูกผักแบบใหม่ เช่น การปลูกผักกางมุ้ง การทำปุ๋ยหมัก รวมถึงมีการไปดูงานที่พื้นที่เครือข่ายอื่นๆ

การดำเนินงานของกลุ่ม จะมีการเลือกตั้งคณะกรรมการกลุ่มเพื่อบริหารงานจัดการภายในกลุ่ม มีการจัดทำบัญชีรายรับ รายจ่าย เพื่อให้การดำเนินงานเป็นไปด้วยความโปร่งใส มีการประชุมปรึกษาหารือกันทุกเดือน เพื่อเป็นการพูดคุยและแลกเปลี่ยนความรู้ร่วมกันเรื่องผักปลอดสารพิษ

ผลผลิตที่ได้จะนำไปจำหน่ายในตลาดและโรงพยาบาล สร้างรายได้และอาชีพให้กับคนในชุมชน นอกจากนี้การรวมกลุ่มกันยังช่วยให้เกิดความรักและความสามัคคีกันมากขึ้นระหว่างประชาชนในพื้นที่อีกด้วย

กลุ่มปลูกผักปลอดสารพิษ

องค์การบริหารส่วนตำบลบ้านดง อำเภอแม่เมาะ จังหวัดลำปาง

เดิมหมู่บ้านหัวฝายและหัวฝายหล่ายทุ่งไม่มีพื้นที่ทำการเกษตรและไม่มีแหล่งน้ำที่ใช้ในการเกษตร ในปี 2550 อดีตผู้ใหญ่บ้าน **ออน อู่เจิน** และ **มูล พรมวัง** จึงได้ริเริ่มจัดตั้งกลุ่มเกษตรขึ้น โดยใช้งบประมาณจากโครงการ SML ของหมู่บ้าน การรวมกลุ่มเกิดจากสมาชิกที่มาจากทั้งหมู่บ้านหัวฝาย และหมู่บ้านหัวฝายหล่ายทุ่ง ที่มีความสนใจที่จะทำการเกษตรร่วมกัน ทางกลุ่มได้ทำเรื่องขอใช้พื้นที่ของการไฟฟ้าฝ่ายผลิตแห่งประเทศไทย(แม่เมาะ) เพื่อใช้ในการทำเกษตรของกลุ่ม โดยทาง กฟผ. ได้อนุญาตให้ใช้พื้นที่ ทั้งยังช่วยสนับสนุนงบประมาณในการปรับหน้าดิน และจัดทำเครื่องสูบน้ำจากเขื่อนแม่ขามเพื่อใช้ในการเกษตร

จุดมุ่งหมายของกลุ่มปลูกผักปลอดสารพิษคือ การทำการเกษตรปลอดสารพิษโดยใช้สารสกัดชีวภาพ ส่งเสริมให้ชาวบ้านเกิดการพึ่งพาตนเองสร้างการมีส่วนร่วมของคนในชุมชน สร้างอาชีพและรายได้ให้กับชาวบ้าน รวมถึงส่งเสริมการออมเงิน โดยมีการบริหารจัดการในรูปแบบคณะกรรมการ ปัจจุบัน สมาชิกกลุ่มผักปลอดสารพิษมีจำนวน 35 ครัวเรือน ผลผลิตที่ได้จะส่งไปจำหน่ายในตลาดนัดชุมชน สนามกอล์ฟ ของ กฟผ. และบางส่วนมีผู้มารับซื้อที่แปลงเกษตรโดยตรง

การรวมกลุ่มปลูกผักปลอดสารพิษช่วยสร้างรายได้ให้กับสมาชิกเป็นการสร้างงาน ทำให้คนในชุมชนไม่ต้องอพยพไปทำงานต่างถิ่น ทั้งยังช่วยให้คนในชุมชนมีผักปลอดสารพิษไว้บริโภค และช่วยรักษาสิ่งแวดล้อมชุมชนด้วย

กลุ่ม 84 ครัวเรือนเศรษฐกิจพอเพียงตำบลอุโมงค์

เทศบาลตำบลอุโมงค์ อำเภอเมือง จังหวัดลำพูน

เทศบาลตำบลอุโมงค์เปิดโครงการดำเนินชีวิตตามแนวเศรษฐกิจพอเพียงในปี 2552 โดยต้องการครัวเรือนตั้งต้น 84 ครัวเรือน โครงการต่อเนื่อง 3 ปี ครบสมบูรณ์ในปี 2554 เพื่อถวายเป็นพระราชกุศลแด่องค์พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว ซึ่งมีพระชนมายุครบ 84 พรรษาในปีนั้น จึงเป็นที่มาของการรวมกลุ่มครัวเรือนที่มีความสนใจในการดำเนินชีวิตตามแนวเศรษฐกิจพอเพียง และสมัครใจเข้าร่วมเป็นสมาชิก

แนวคิดหลักของกลุ่มคือ ส่งเสริมให้แต่ละครัวเรือนสามารถพึ่งตนเองได้ เน้นการพัฒนาครัวเรือนเชิงคุณภาพอย่างมีคุณธรรม โดยกลุ่มจะมีการจัดฝึกอบรมด้านการทำเกษตรธรรมชาติและการดำเนินชีวิตตามแนวเศรษฐกิจพอเพียงให้กับสมาชิก และขยายเครือข่ายสมาชิกในหมู่บ้านต่างๆ โดยมีองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นแกนนำชุมชน หน่วยงานทั้งภายในและนอกพื้นที่ช่วยสนับสนุนด้านงบประมาณ

เกณฑ์หลักของกลุ่มครัวเรือนเศรษฐกิจพอเพียง ประกอบด้วยการทำความดีในครัวเรือน 7 ประการ ได้แก่ 1) เพิ่มพื้นที่สีเขียวในพื้นที่ทำกินของตนตามแนวคิด ‘ย้ายป่ามาอยู่บ้าน’ ตามแนวพระราชดำริพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวฯ และใช้เกษตรอินทรีย์เป็นแนวทางในการทำงานด้านการเกษตร การประมงและการปศุสัตว์ 2) เข้ารวมกลุ่มกับสมาชิกครัวเรือนอื่นเพื่อแลกเปลี่ยนเรียนรู้ แก้ไขปัญหาและช่วยเหลือซึ่งกันและกัน 3) ลดรายจ่าย เพิ่มรายได้ โดยใช้หลักพึ่งตนเองตามปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง 4) จัดทำบัญชีครัวเรือนเพื่อให้ทราบข้อมูลรายรับ-รายจ่าย 5) คัดแยกขยะโดยนำของอินทรีย์มาเป็นปุ๋ยหมักในครัวเรือน 6) ประหยัดพลังงานทั้งไฟฟ้า ประปา และโทรศัพท์ 7) จัดครัวเรือนให้สะอาด ร่มรื่น ถูกสุขอนามัย

การจัดตั้งกลุ่มครัวเรือนเศรษฐกิจพอเพียง ก่อให้เกิดผลดีต่อชุมชนในหลายมิติ ทั้งช่วยให้ประชาชนมีรายได้ ลดรายจ่าย ช่วยส่งเสริมด้านสุขภาพอนามัย ช่วยปรับปรุงสิ่งแวดล้อมชุมชน และช่วยสร้างความสามัคคีของคนในชุมชน อันจะนำไปสู่การพัฒนาชุมชนอย่างยั่งยืนต่อไป

กลุ่มเกษตรปลอดภัยสร้างรายได้สู่ชุมชน บ้านชัยสถาน หมู่ที่ 10

เทศบาลตำบลอุโมงค์ อำเภอเมือง จังหวัดลำพูน

สภาวะการขาดทุนจากการปลูกพืชผัก เนื่องจากต้นทุนสารเคมีที่ใช้ในการทำการเกษตรมีราคาสูง ประกอบกับผลผลิตที่มีราคาตกต่ำ เป็นสาเหตุหลักที่ทำให้กลุ่มเกษตรกรชุมชนบ้านชัยสถาน หมู่ที่ 10 ตำบลอุโมงค์ มีแนวคิดที่จะทำการเกษตรปลอดสารขึ้น เพื่อเป็นทางเลือกให้กับผู้บริโภค นอกจากนี้การรวมกลุ่มการผลิตกัน ยังก่อให้เกิดความเข้มแข็งในการผลิต และทำให้กลุ่มมีอำนาจต่อรองในการกำหนดราคามากขึ้น รวมทั้งสามารถกำหนดทิศทางในการเก็บเกี่ยวผลผลิตได้

การรวมกลุ่มของกลุ่มเกษตรกรชุมชนบ้านชัยสถาน ก่อให้เกิดการช่วยเหลือ และแลกเปลี่ยนเรียนรู้ระหว่างกันของกลุ่มผู้ปลูกพืชผักปลอดสารพิษในพื้นที่ มีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการปลูกผักที่ใช้สารเคมี มาเป็นการใช้สารอินทรีย์ หรือปุ๋ยชีวภาพแทน โดยในระยะแรกค่อนข้างประสบปัญหา เนื่องจากศัตรูพืชมีความคงทนต่อการใช้ยามานาน ประกอบกับพื้นดินค่อนข้างเสื่อมโทรม แต่ทางเจ้าหน้าที่ได้เข้ามาแนะนำวิธีการ ประกอบกับทางกลุ่มได้ไปแลกเปลี่ยนเรียนรู้ในพื้นที่อื่นๆ จึงสามารถปลูกผักปลอดสารพิษได้สำเร็จ

การรวมกลุ่มเกษตรปลอดภัย บ้านชัยสถาน ช่วยสร้างรายได้ให้กับสมาชิกกลุ่มถึงครอบครัวละ 20,000- 50,000 บาท ทำให้สมาชิกมีความเป็นอยู่ที่ดีขึ้น นอกจากนี้ การปลูกผักปลอดสารพิษยังส่งผลดีต่อสุขภาพผู้บริโภค ที่จะมีพืชผักปลอดภัยไว้รับประทาน และส่งผลดีต่อสุขภาพเกษตรกรที่ไม่ต้องรับสารพิษจากสารเคมีอีกด้วย

ที่ว่างสร้างอาหาร

เทศบาลตำบลแม่แรง อำเภอป่าซาง จังหวัดลำพูน

ชาวยองเป็นประชากรส่วนใหญ่ในตำบลแม่แรง มีวิถีชีวิตอยู่กับธรรมชาติ รับประทานผักและปลาเป็นอาหารหลัก โดยมากจะปลูกพืชผักสวนครัวไว้ใกล้อ่างน้ำประจำบ้านและรอบบริเวณบ้าน ทั้งผักกาด กะเพรา ต้นหอม พริก ข่า ตะไคร้ นับได้ประมาณครึ่งหนึ่งของครัวเรือนในตำบลแม่แรง

สายสุภาพ มณีกรรณ์ วิทยากรแหล่งเรียนรู้ที่ว่างสร้างอาหาร ย้อนความให้ฟังว่า ในปี 2549 เทศบาลตำบลแม่แรงมีโครงการ ‘บ้านน่าอยู่ ชุมชนน่ามอง’ ซึ่งสนับสนุนให้เกิดการขยายการปลูกพืชผักสวนครัวทั่วทั้งตำบล เพื่อให้ประชาชนได้บริโภคผักปลอดสารเคมี และลดรายจ่าย ผ่านการทำประชาคม แบ่งปันพันธุ์ผัก และให้ชาวบ้านนำวัสดุเหลือใช้ เช่น ยางรถยนต์ ตะกร้าเก่า มาทำกระถางปลูกผัก

วันนี้ พื้นที่ว่างรอบบ้านทุกหลังคาเรือนในตำบลแม่แรง ถูกเติมเต็มด้วยพืชผักสวนครัว พืชผักที่ปลูกแล้วเหลือจากการบริโภคในครัวเรือน ชาวบ้านจะนำไปจำหน่าย หรือแบ่งไปประกอบอาหารเมื่อมีงานบุญต่าง ๆ เป็นการร่วมแรงแบ่งปันกันในชุมชน

นับเป็นการประยุกต์พื้นที่ว่างมาสร้างแหล่งอาหารได้อย่างลงตัว สอดคล้องกับวิถีดั้งเดิมของชุมชน

ตำบลทาทุ่งหลวงมุ่งสู่ชุมชนผักสวนครัวรั้วกินได้

เทศบาลตำบลทาทุ่งหลวง อำเภอแม่ทา จังหวัดลำพูน

ปัจจุบันการทำการเกษตรล้วนแล้วแต่มีสารเคมี ยาฆ่าแมลง ยากำจัดศัตรูพืช อยู่ในกระบวนการผลิตทั้งสิ้น ทำให้ประชาชนตกอยู่ในภาวะเสี่ยง ทั้งจากการประกอบอาชีพ และจากการบริโภค ผลการสุ่มตรวจหาสารเคมีกำจัดศัตรูพืชในเลือดเกษตรกรโดยการเจาะเลือดประชาชนในพื้นที่ตำบลทาทุ่งหลวงในปี 2557 พบว่าประชาชนในพื้นที่จำนวนมากอยู่ในภาวะเสี่ยงและไม่ปลอดภัย จากสถานการณ์และปัญหาดังกล่าว ทางเทศบาลตำบลทาทุ่งหลวง จึงได้มีการส่งเสริมให้ชุมชนปลูกผักสวนครัวรั้วกินได้ เพื่อกระตุ้นให้ประชาชนตระหนักถึงปัญหา และมีผักปลอดภัยไว้บริโภคในครัวเรือน

จากการดำเนินการโครงการ ทางเทศบาลได้รณรงค์ให้ครัวเรือนกว่า 1,780 ครัวเรือน ปลูกผักสวนครัวเพื่อบริโภคเองภายในครัวเรือน โดยผักที่เหลือจากการบริโภคสามารถนำไปแลกเปลี่ยนหรือจำหน่ายได้ นอกจากนี้ยังมีการจัดตลาดนัดผักสีเขียว เพื่อเป็นพื้นที่ให้ประชาชนนำผักสวนครัวที่ปลูกมาจำหน่าย สร้างรายได้สู่ชุมชนและครัวเรือน

ผลจากการจัดทำโครงการ ช่วยให้คนในพื้นที่มีอาหารปลอดภัยไว้บริโภค ช่วยลดรายจ่าย สร้างรายได้เสริม และยังช่วยลดการใช้สารเคมี ซึ่งจะช่วยพัฒนาคุณภาพชีวิตของชุมชนในระยะยาว

กลุ่มปลูกพืชอินทรีย์หมู่ที่ 14

องค์การบริหารส่วนตำบลนาทราย อำเภอสา จังหวัดน่าน

กลุ่มปลูกพืชอินทรีย์หมู่ที่ 14 ตำบลนาทราย เกิดขึ้นตามนโยบายการส่งเสริมการปลูกผักอินทรีย์ของศูนย์พัฒนาโครงการหลวงพระบาทห้วยต้ม ที่ต้องการส่งเสริมอาชีพด้านการเกษตรให้กับประชาชนในเขตพระบาทห้วยต้ม ที่ผ่านมาเกษตรกรในพื้นที่โครงการหลวงส่วนใหญ่ทำการเกษตรโดยใช้สารเคมี จึงต้องประสบกับปัญหาผลกระทบจากการใช้สารเคมี ทั้งปัญหาดินเสื่อม สารพิษตกค้างในผลผลิต และกระจายตัวในสิ่งแวดล้อม ยิ่งในปัจจุบันกระแสการบริโภคพืชผักและสินค้าเพื่อสุขภาพมีมากขึ้นเรื่อย ๆ

กลุ่มมีแปลงปลูกผักอินทรีย์อยู่บนเนื้อที่ประมาณ 16 ไร่ มีวิธีการดำเนินงานที่ชัดเจน โดยมีการประชุมวางแผนงานให้สอดประสานกับงบประมาณและยอดการสั่งซื้อผัก ในขั้นตอนการปลูก ดูแล และเก็บเกี่ยว จะมีเจ้าหน้าที่คอยดูแลควบคุมให้อยู่ในมาตรฐานการปฏิบัติของการทำเกษตรอินทรีย์ โดยผลผลิตที่ได้จะนำออกจำหน่าย ณ ศูนย์พัฒนาโครงการหลวงพระบาทห้วยต้ม

ผลจากการจัดตั้งกลุ่มปลูกพืชอินทรีย์หมู่ 14 ช่วยให้สมาชิกกลุ่มมีรายได้เลี้ยงครอบครัว มีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น นอกจากนี้ สมาชิกกลุ่มยังมีบทบาทในการถ่ายทอดองค์ความรู้ ด้านการปลูกพืชอินทรีย์ การปรับปรุงสภาพดิน การแปรรูปวัสดุธรรมชาติเป็นปุ๋ยชีวภาพ การลดการใช้สารเคมีในกระบวนการผลิต รวมถึงมีส่วนในการกระตุ้นให้คนในชุมชนหันมาบริโภคผลิตผลทางการเกษตรอย่างปลอดภัยมากยิ่งขึ้นด้วย

แปลงสาธิตผักไฮโดรโปนิกส์ปลอดสารพิษ

องค์การบริหารส่วนตำบลป่าสัก อำเภอเมือง จังหวัดลำพูน

จากข้อมูลในพื้นที่พบว่าเกษตรกรในตำบลป่าสักส่วนใหญ่ทำการเกษตรโดยใช้สารเคมีทางการเกษตรเป็นจำนวนมาก และจากการลงพื้นที่เพื่อสอบถามความคิดเห็นของประชาชน พบว่าประชาชนส่วนใหญ่ทราบถึงผลเสียจากการใช้สารเคมีแต่ไม่ทราบถึงแนวทางการทำเกษตรรูปแบบใหม่ๆ ที่ไม่ต้องพึ่งพาสารเคมี องค์การบริหารส่วนตำบลป่าสักจึงได้จัดทำโครงการแปลงสาธิตจุดเรียนรู้การปลูกพืชไร้ดินระบบไฮโดรโปนิกส์ (Hydroponics) ขึ้น การปลูกพืชไฮโดรโปนิกส์ คือการปลูกพืชโดยไม่ใช้ดิน แต่ใช้น้ำที่มีธาตุอาหารพืชละลายอยู่ ทำให้ได้พืชผักที่สะอาด ไม่ปนเปื้อนกับสารเคมีต่างๆ ในดิน และประหยัดพื้นที่ในการเพาะปลูก โดยการจัดทำแปลงสาธิตนั้น มีวัตถุประสงค์หลักเพื่อนำเสนอวิธีการใหม่ในการปลูกผักปลอดสารพิษให้กับประชาชนในพื้นที่ เป็นการรักษาสุขภาพ เพิ่มรายได้ ลดค่าใช้จ่ายอย่างง่าย

องค์การบริหารส่วนตำบลป่าสัก ได้เชิญวิทยากรผู้มีความรู้ความเชี่ยวชาญเกี่ยวกับการปลูกพืชไร้ดินในระบบไฮโดรโปนิกส์ ซึ่งเป็นเทคโนโลยีรูปแบบใหม่ มาให้ความรู้ในภาคทฤษฎี และได้จัดฝึกประสบการณ์ในภาคปฏิบัติให้กับประชาชนในพื้นที่ ซึ่งเป็นการส่งเสริมภูมิปัญญาใหม่ภายใต้ทักษะเดิม

จากการจัดทำโครงการแปลงสาธิต ช่วยให้ประชาชนในพื้นที่ได้เรียนรู้เทคโนโลยีการทำการเกษตรแบบใหม่ ซึ่งจะนำไปสู่การลดการใช้สารเคมีในพื้นที่ นอกจากนี้ ผลผลิตที่ได้ยังช่วยลดรายจ่ายของประชาชน ทำให้ไม่ต้องไปซื้อผักมาบริโภค และผักที่เหลือยังสามารถนำไปจำหน่ายเพื่อสร้างรายได้ให้กับครัวเรือนอีกด้วย

ผักสวนครัวบ้านร้องขุด

องค์การบริหารส่วนตำบลแม่ก๊า อำเภอสันป่าตอง จังหวัดเชียงใหม่

กลุ่มผักสวนครัวบ้านร้องขุดเกิดขึ้นเมื่อปี 2553 เพื่อสานต่อโครงการสายใยรักแห่งครอบครัวฯ โดยมีสมาชิกจำนวน 30 ครอบครัว และได้ขยายผลการทำปุ๋ยหมักเพื่อเป็นปัจจัยการผลิตผักปลอดสารพิษ จนรวมกลุ่มและจดทะเบียนเป็นวิสาหกิจชุมชนเกษตรอินทรีย์บ้านร้องขุด โดยมี อบต. แม่ก๊า สนับสนุนงบประมาณการทำปุ๋ยหมัก 10,000 บาท

ในราวปี 2554 อบต.แม่ก๊า ได้เข้าร่วมเครือข่ายพืชอาหารปลอดภัยจังหวัดเชียงใหม่ ซึ่งกลุ่มวิสาหกิจชุมชนเกษตรอินทรีย์บ้านร้องขุดก็ได้เข้าร่วมเป็นเครือข่ายด้วย โดยเน้นกิจกรรมการปลูกผักปลอดสารพิษ การผลิตปุ๋ยหมัก ปุ๋ยน้ำชีวภาพ สารสกัดสมุนไพร การตลาดพืชอาหารปลอดภัย ซึ่งเวลานั้นก็เริ่มมีคนให้ความสนใจและเข้ามาดูงานในพื้นที่อย่างต่อเนื่อง เครือข่ายพืชอาหารปลอดภัยจึงเริ่มขยายภาคีไปยังหมู่บ้านต่างๆ จนมีสมาชิก 50 ครัวเรือน

ต่อมาในปี 2557 กลุ่มได้ร่วมกับโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านทรายมูล จัดอบรมโครงการส่งเสริมการปลูกผักปลอดสารพิษ (เกษตรกรปลอดโรค ผู้บริโภคปลอดภัย สมุนไพรล้างพิษ กายจิตผ่องใส) ให้กับกลุ่มเกษตรกร กลุ่มแม่บ้าน โดยมีกลุ่มเป้าหมายที่มีปัญหาด้านสารพิษตกค้างในเลือด ขณะเดียวกันยังร่วมมือกับสถานบริการวิชาการ คณะวิศวกรรมและอุตสาหกรรม มหาวิทยาลัยแม่โจ้ ดำเนินโครงการผลิตปุ๋ยอินทรีย์แบบไม่พลิกกลับกองเพื่อเป็นปัจจัยการผลิตผักอินทรีย์ และมีการขยายผลพร้อมกับอบรมอย่างต่อเนื่องจนถึงรุ่นที่ 7 แล้ว

ล่าสุด อบต.แม่ก๊า ได้เสนอแผนงานโครงการส่งเสริมและเฝ้าระวังอาหารปลอดภัยตำบลแม่ก๊าต่อ สสส. โดยมีกิจกรรมใหม่ๆ เกิดขึ้น อาทิการปลูกผักปลอดสารพิษ การใช้สารสกัดจากธรรมชาติในการผลิตพืชผัก การตรวจวิเคราะห์หาสารพิษตกค้างทั้งในพืชและในตัวของเกษตรกรเอง เพื่อมุ่งสู่การผลิตพืชอาหารปลอดภัย รวมไปถึงจัดตั้งศูนย์เฝ้าระวังอาหารปลอดภัย

รูปธรรมจาก
ภาคเหนือตอนล่าง

สวนผักคนเมือง

องค์การบริหารส่วนตำบลสมอแข อำเภอเมือง จังหวัดพิษณุโลก

พื้นที่หมู่ที่ 7 หมู่บ้านพงศธร-ชินลาภ เป็นพื้นที่ที่มีความเป็นเมืองสูง ที่ดินส่วนใหญ่เป็นที่จัดสรรแบ่งขายเพื่อปลูกบ้าน คนในหมู่บ้านล้วนเป็นคนต่างถิ่นที่ย้ายเข้ามาอาศัย แต่เชื่อหรือไม่ว่า ภายในชุมชนเมืองแห่งนี้ อุดมไปด้วยผักสวนครัวที่ปลูกอยู่ตามริมรั้ว และพื้นที่ว่างที่ไม่ได้ใช้ประโยชน์ของหมู่บ้าน มีการทำบ่อเลี้ยงปลาเลี้ยงกบ ชาวบ้านสามารถเก็บกิน แลกเปลี่ยนกันได้ด้วยความเอื้อเฟื้อ

ร.อ.อุบล พุทธรักษ์ เป็นอดีตกำนันตำบลสมอแข เพิ่งเกษียณอายุในปี 2557 หลังอยู่ในตำแหน่งมานานกว่าทศวรรษ อดีตของกำนันเป็นทหารผ่านศึก วาจาคำพูดตรงไปตรงมาไม่อ้อมค้อม อดีตกำนันผู้นี้เป็นนักพัฒนาตัวยง เป็นที่นับถือของลูกบ้านตำบลสมอแข และเห็นอย่างนี้ เขาเป็นนักปลูกต้นไม้

ตั้งแต่ย้ายเข้ามาอยู่ในบ้านพงศธร-ชินลาภ ในราวปี 2544 ผู้กองอุบลเริ่มปลูกพืชผักสวนครัวในบริเวณบ้านของตัวเอง ริมรั้วซึ่งส่วนใหญ่จะเห็นนิยมปลูกดอกเข็มหรือไม้ประดับอื่นๆ แต่กลับเลือกปลูกผักกินได้แทน ผักเหล่านี้แบ่งปันให้กับเพื่อนบ้าน

“บ้านที่ทยอยเข้ามาปลูก ส่วนใหญ่รู้จักกัน ก็มาขอผักไปทำกิน พอขอบ่อยๆ เข้า เลยเพาะพันธุ์แจกให้เอาไปปลูกที่บ้าน บางบ้านไม่มีความรู้ก็ปลูกให้” อดีตกำนันเล่าด้วยรอยยิ้ม

หากการส่งเสริมให้ลูกบ้านเริ่มปลูกผักสวนครัว รั้วกินได้อย่างจริงจัง เกิดขึ้นในช่วงที่เขาดำรงตำแหน่งผู้อำนวยการโรงเรียนแก้จนตามเศรษฐกิจพอเพียงศูนย์ชุมชน เขต 6 ช่วงระหว่างปี 2550 -2552 โดยนำปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวฯ มาปรับใช้ พร้อมทั้งชักชวนเพื่อนบ้านในชุมชน ให้ใช้พื้นที่ว่างเปล่า

ภายในบริเวณบ้าน ริมรั้วบ้าน และพื้นที่รกร้างว่างเปล่าภายในหมู่บ้านมาใช้ประโยชน์

“เราขออนุญาตจากเจ้าของพื้นที่ๆ ในส่วนที่ไม่มีเจ้าของก็อาศัยช่วยกันดูแล ปลูกทั้งผักผลไม้ แต่ส่วนใหญ่จะเป็นผัก ทั้ง ตะไคร้ โหระพา กะเพรา ข่า มะกรูด ถั่วฝักยาว มะเขือ พริก มะนาว ชะอม กระถิน กับอีกหลายอย่าง ผลไม้จะมีกล้วยเป็นหลัก นอกจากนี้ยังเลี้ยงปลา เลี้ยงกบ”

กว่าจะผ่านมาจนถึงวันนี้ ไม่ใช่เรื่องง่ายเลย กับการรวมผู้คนจากต่างทิศต่างถิ่นให้เป็นกลุ่มก้อน จนมองเห็นเป้าหมายเดียวกัน เพื่อสร้างชุมชนเมืองให้น่าอยู่ และเป็นแบบอย่าง โดยแต่ละเดือนจะมีการรวมตัวกันที่บ้านคณะกรรมการ มีการทำอาหารจากผักที่ปลูกไว้ ปลา กบ ที่เลี้ยงไว้

“สิ่งที่เกิดขึ้นที่บ้านหมู่ที่ 7 นี้ การันตีว่าทำได้จริง ไม่ต้องเขียนนโยบายที่สวยงาม ทำรูปธรรมให้เกิดกับชุมชน ผู้คนบ้านนี้หลากหลายที่มา ไม่มีใครมีอาชีพเกษตรกร แต่วันนี้แทบทุกบ้านปลูกผักริมรั้วทั้งนั้น”

พืชผักสวนครัวริมรั้ว หรือตามพื้นที่สาธารณะในพื้นที่บ้านหมู่ที่ 7 นั้น ชาวบ้านสามารถเก็บกินได้ ในส่วนของปลา กบ จะมีการจำกัดตัว แบ่งกันรับประทานในชุมชน

ใครผ่านมาบ้านพงศธร-ชินลาภ จะเห็นว่าทุกบ้านมีผักสวนครัวติดบ้าน ตามรั้ว หรือริมทาง ทั้งหมดล้วนกินได้ เป็นซูเปอร์มาร์เก็ตที่แจกผักฟรีตลอดฤดูกาล ขอแค่ความร่วมมือในการดูแล นอกจากจะช่วยให้บ้านน่ามองแล้ว ยังช่วยลดรายจ่าย ที่สำคัญยังเป็นการแสดงให้เห็นว่า ชุมชนเมืองก็สามารถประยุกต์ปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้กับตัวได้

ปัจจุบัน แม้อุบลจะไม่ใช่กำนันแล้ว แต่ผู้คนยังเรียกกำนันติดปาก ด้วยความสามารถระดับนี้ จึงไม่แปลกที่เขาจะได้เป็นประธานสภาเกษตรจังหวัดพิษณุโลก กระนั้นในยามว่างก็ยังคงขลุกอยู่ในพื้นที่หลังบ้านกับพืชผักสวนครัว บ่อเลี้ยงปลา ทั้งยังมีเป็ด ห่าน ไก่งวง ไก่ไข่ เป็นความสุขที่เรียบง่ายและลงตัว

แคริมทาง ความงามที่กินได้

องค์การบริหารส่วนตำบลสมอแข อำเภอเมือง จังหวัดพิษณุโลก

บริเวณริมทางบ้านหนองตอ หมู่ที่ 1 ถึงบ้านเนินมะคึก หมู่ที่ 6 นั้น เป็นถนนที่มีคนนอกใช้สัญจรผ่านจำนวนมาก ด้วยบรรยากาศริมทุ่งนาโปร่งตาชวนเพลินใจหรืออย่างไรไม่ทราบได้ ผู้ใช้รถส่วนมากถึงโยนขยะออกนอกตัวรถ มาตกเรี่ยราดริมทางติดท้องนา ปัญหานี้เป็นเรื่องราวระดับตำบล ถึงที่ประชุม อบต.สมอแข กันเลยทีเดียว

ไพโรจน์ พวงทอง นักวิชาการเกษตรประจำองค์การบริหารส่วนตำบลสมอแข เล่าที่มาให้ฟัง ก่อนเสริมต่อไปว่า ปัญหาเข้าที่ประชุม อบต. ทุกฝ่ายร่วมหารือกันว่าจะแก้ปัญหาขยะอย่างไร เพราะสิ้นเปลืองงบประมาณในการจัดเก็บ รวมถึงเป็นทัศนียภาพที่ไม่น่ามองด้วย เพราะเป็นพื้นที่เจ้าของปัญหา ใครผ่านมาไม่รู้ เขาก็โทษพื้นที่อยู่แล้ว

ที่ประชุมเห็นชอบให้มีการปลูกต้นไม้ริมทาง แต่ด้วยความที่เป็นไหล่ทางลาดชัน การปลูกต้นไม้ใหญ่ทำไม่ได้ ต้องเป็นไม้ยืนต้นขนาดเล็ก จึงเห็นชอบให้ปลูกต้นแค ด้วยลำต้นไม่ใหญ่นัก โตเร็ว ดูแลง่าย ไม่มีกิ่งก้านมาเป็นปัญหากวนใจในภายหลังอีก ที่สำคัญยังสามารถเก็บดอกแคไปรับประทานได้ด้วย

ชาวบ้านจากบ้านหนองตอและบ้านเนินมะคึกจึงร่วมด้วยช่วยกัน คนละไม้คนละมือคนละแรงสองแรง เนรมิตริมทางให้ประดับประดาไปด้วยต้นแค

จากเดือนตุลาคม 2554 จนตอนนี้ก็ผ่านไป 3 ปีพอดี ต้นแคริมทางยังคงอยู่ และไม่มีขยะให้เห็นรกตาอีกแล้ว จะมีก็แต่ดอกแคที่บานอยู่เต็มต้น สงสัยคนที่นี่คงกินดอกแคกันจนเบื่อแล้ว

ชีวิตดี๊ดี มีพืชผักปลอดสาร

เทศบาลเมืองวังชมภู อำเภอเมือง จังหวัดเพชรบูรณ์

ชุมชนที่ 2 ชุมชนทรัพย์ชมภูยังคงเป็นชุมชนเกษตรกรรม คนที่นี่ยึดอาชีพทำไร่ ทำนา ปลูกข้าวโพด พืชผักสวนครัว แต่ถ้าหากใครได้ผ่านไปมา จะเห็นว่าชุมชนแห่งนี้ปลูกผักสวนครัวอย่างเป็นล่ำเป็นสัน โดยเฉพาะชะอม ซึ่งเป็นพืชที่ปลูกง่าย สามารถปลูกแทรกในป่ามะขาม มะม่วง ไร่นาสวนผสมได้ เก็บยอดได้ตลอดปี แต่ต้องคอยแต่งกิ่งใบ ตัดกิ่งยาวออก เพื่อให้แตกกิ่งออกมาใหม่ ที่สำคัญที่นี่มีตลาดรองรับผลผลิต

“ฝนตกเก็บชะอมไปขาย สมัยสิบปีก่อนขายกำละบาท เจ็ดกำห้าบาท มีแม่ค้ามารับไปขายที่ตลาดบ้านวังชมภู ทั้งขายปลีก ขายส่ง ได้เงินให้ลูกไปโรงเรียนก็ดีใจแล้ว” **เนตรนภา เนตรแสงสี** สมาชิกกลุ่มพืชผักปลอดสารพิษ ย้อนความให้ฟัง

กระทั่งสำนักงานเกษตรอำเภอเข้ามาส่งเสริมให้เกิดการรวมกลุ่มเป็นกลุ่มแม่บ้านเกษตรกรทรัพย์ชมภู ชุมชนที่ 2 มี **พิชญาพัฒน์ เป็งแก้ว** เป็นประธานกลุ่ม ได้รับการสนับสนุนให้ทำเกษตรแบบปลอดสารพิษ โดยทางเกษตรอำเภอมาให้ความรู้เรื่องการทำปุ๋ยหมักและสนับสนุนให้ส่งพืชผักเข้าประกวดตามเวทีต่างๆ เพื่อกระตุ้นให้กลุ่มเกษตรกรเกิดการพัฒนาตนเอง

นับแต่นั้นมา ภายในกลุ่มก็ทำปุ๋ยหมักและฮอร์โมนไข่ไว้แบ่งกันใช้ในกลุ่มด้วย เพราะฉีดพืชผักแล้วไม่เป็นอันตรายต่อร่างกาย อย่างฮอร์โมนไข่ที่ใช้บำรุงลำต้นและรากให้แข็งแรง บำรุงดิน แก้รากเน่าและแก้พืชเหี่ยวนั้น ทำจากลูกแป้งข้าวหมากบดละเอียด ไข่ไก่ทั้งเปลือก นมเปรี้ยว น้ำซาวข้าว กากน้ำตาล หมักรวมกันไว้ ใช้ฉีดพืชอาทิตย์ละสองครั้ง ในสัดส่วน 5 ช้อนต่อน้ำ 20 ลิตร

ส่วนปุ๋ยหมัก หรือฮอร์โมนน้ำหมักจากพืช ช่วยเร่งยอด ทำให้ผักเขียว ทำจากซากอินทรีย์ทั้งหลาย นำมาใส่กากน้ำตาล เพิ่มแคลเซียมจากกระดูกสัตว์ หมักจนหนอนขึ้น ใช้ในสัดส่วน 5 ช้อนต่อน้ำ 20 ลิตรเช่นเดียวกัน ถ้ามีแมลงก็เอาสารไล่แมลงไปใส่ด้วย สารนี้จะไล่แมลงออกไป ไม่เป็นพิษภัยต่อธรรมชาติ

กระทั่งประมาณปี 2550 อบต.วังชมภู มาติดต่อว่าห้างสรรพสินค้าแห่งหนึ่งอยากได้พืชผักปลอดสาร แม่บ้านในชุมชนที่ 2 ที่รวมกลุ่มกันอยู่แล้วประมาณ 20 ครัวเรือน จึงสบโอกาส และเลือกส่งชะอมตามโควตา โดยเก็บจากแปลงของแต่ละครัวเรือนมารวมกันไว้แบ่งกันส่ง โดยมีทางกลุ่มคอยประสานตรวจสอบยอดชะอมของแต่ละบ้านให้ครบตามจำนวนที่ห้างสรรพสินค้านั้นต้องการในแต่ละวัน

จากเมื่อก่อนชะอมเป็นรายได้เสริม จึงกลายเป็นรายได้หลักไป โดยปริยาย “การมีกลุ่มทำให้เราสามารถเก็บส่งได้รอบละ 500 กิโลกรัมตามออเดอร์ที่ขอมา วันเว้นวัน ส่วนพืชผักสวนครัวอื่นๆ เช่น มะเขือ กะเพรา ก็ยังส่งขายที่ตลาดชุมชนอยู่” **อัมพร เนตรแสงสี** สมาชิกกลุ่มฯ อธิบาย

กระนั้นในแต่ละฤดูกาลจะเก็บชะอมได้ไม่เท่ากัน อย่างปีนี้แล้งก็เก็บได้ไม่ค่อยครบตามออเดอร์ แต่จะได้ราคาดีเพราะขาดตลาด และเนื่องจากต้องเก็บชะอมปริมาณมาก เจ้าของสวนจึงมีการจ้างงานคนในชุมชนเก็บ เป็นการกระจายรายได้ภายในชุมชนอีกทางหนึ่ง

นอกจากนี้ กลุ่มแม่บ้านเกษตรฯ ยังได้ส่งต่อองค์ความรู้สู่ชุมชนอื่นๆ อย่างอำเภอน้ำหนาว หล่มสัก และบึงสามพัน ด้วยการเป็นวิทยากรนอกสถานที่ ตามเรือนจำ ค่ายทหาร และวิทยาลัยเทคนิค หรือบางครั้งก็มีครูพาเด็กนักเรียนมาเรียนถึงที่

วิถีเกษตรของกลุ่มพืชผักปลอดสารพิษ สร้างรายได้ที่พอเพียงในครัวเรือนไปพร้อมๆ กับความสุขสบายใจ สมาชิกคนหนึ่งสะท้อนว่า “ทำเกษตรมันมีความสุข อิสระเสรี...”

กลุ่มผักสวนครัวพัฒนาระบบเศรษฐกิจชุมชน

องค์การบริหารส่วนตำบลซับสมบูรณ์ อำเภอวิเชียรบุรี จังหวัดเพชรบูรณ์

จากข้อมูลการทำวิจัยชุมชน (RECAP) และระบบข้อมูลตำบล (TCNAP) ของพื้นที่ตำบลซับสมบูรณ์พบว่า มีประชากรที่เข้าตรวจคัดกรองความเสี่ยงด้านสารเคมีตกค้างในร่างกาย จำนวน 470 คน โดยร้อยละ 25.32 หรือ 119 คน อยู่ในระดับมีความเสี่ยง รองลงมาร้อยละ 8.09 หรือ 38 คน มีสารพิษตกค้างในร่างกายระดับไม่ปลอดภัย จากปัญหาเหล่านี้ทำให้ชุมชนต้องกลับมาร่วมกันคิดหาทางแก้ปัญหาต่างๆ ที่เกิดขึ้น จนเกิดแนวคิดที่จะเริ่มแก้ไขปัญหาจากต้นเหตุ ซึ่งก็คือการที่ประชาชนลดการใช้สารเคมีในการทำเกษตรลง พร้อมจัดตั้งแหล่งเรียนรู้ต่างๆ ซึ่งกลุ่มผักสวนครัวพัฒนาระบบเศรษฐกิจชุมชนก็เป็นหนึ่งในนั้น โดยกลุ่มฯ มีวัตถุประสงค์ในการส่งเสริมให้คนในชุมชนปลูกผักสวนครัวปลอดสารพิษไว้เพื่อรับประทานกันเองในครัวเรือน และยังมีการนำเมล็ดพันธุ์ผักไปแจกตามบ้านต่างๆ อีกด้วย

การจัดตั้งกลุ่มผักสวนครัวฯ ช่วยพัฒนาสุขภาพของคนในชุมชน สร้างความตื่นตัวในการลดการใช้สารเคมีในการเกษตร ทั้งยังช่วยให้คนในชุมชนมีผักปลอดภัยไว้บริโภคตลอดเวลา

ความยั่งยืนของ กาญจน์ พิศคำ

องค์การบริหารส่วนตำบลสมอโคน อำเภอบ้านตาก จังหวัดตาก

อายุไม่ใช่อุปสรรคของการเรียนรู้ หากเปิดใจมองสิ่งต่างๆ รอบตัว ประมวลจากประสบการณ์ที่ผ่านมาในชีวิต ไม่ว่าจะวัยใดก็ไม่มีคำว่าสายไป เพราะกว่า **กาญจน์ พิศคำ** ชายสูงวัยแห่งบ้านชัยมงคล หมู่ที่ 9 จะมีชีวิตที่มีความสุขอย่างทุกวันนี้ ก็ต้องผ่านอะไรมามาก

กาญจน์ ย้ายมาอยู่หมู่ที่ 9 ตั้งแต่อายุ 29 เริ่มต้นทำไร่ แต่ความที่ต้องรอน้ำฟ้า ประกอบกับต้นทุนการผลิตสูง เรี่ยวแรงที่ลงไปสูญเปล่า บางปีสาหัสขนาดเข้าเนื้อ ขาดทุนตั้งแต่ยังไม่ทันออกขาย ต้องระเห็จไปรับจ้างก่อสร้างอยู่ช่วงหนึ่ง

ขวบวัยที่ 38 กาญจน์พลิกฟื้นที่ดินของตัวเองอีกครั้ง โดยกลับมาปลูกแคนตาลูป ซึ่งประสบความสำเร็จ รายได้ดี หากแต่ในช่วงเวลานั้น ที่พืชผลงาม เป็นเพราะการใช้ปุ๋ยเคมี ตกไร่ละ 3 กระสอบ แต่เมื่อพิจารณากับเม็ดเงินที่ได้มา ก็นับว่าคุ้มค่า

ช่วงเวลานั้น กาญจน์มีเงินเก็บเรือนแสน แต่พอทำไปนานเข้า ปุ๋ยจากเดิมที่ใช้ 3 กระสอบ ขยับมาเป็น 10 กระสอบ ผลผลิตกับต้นทุนเริ่มสวนทางกัน ดินเริ่มแห้งเกาะกันเป็นแผ่นๆ หยิบจับเหมือนเป็นก้อนอิฐติดมือ กระทั่งปีหนึ่งเคราะห์ซ้ำ มีเพลี้ยลงจัดการปลูกแคนตาลูปถึงการสิ้นสุด จากเดิมมีเงินเก็บกลายว่าเป็นหนี้ 70,000 บาท

หลังจากเป็นหนี้ กาญจน์เริ่มพิจารณาถึงเส้นทางการทำเกษตรกรรมที่ผ่านมา หันมาปลูกพืชกินเอง แต่ยังใช้เคมี ใช้ยาฆ่าแมลงอยู่ กระทั่งปี 2546 กาญจน์สมัครเข้าร่วมโครงการหมอดินอาสา ได้มีโอกาสไปดูงาน ฟังวิทยากร เกิดความคิดความตั้งใจใหม่

“ลุงก็เริ่มเปลี่ยนความคิด สิ่งที่เขาพูดมันดี เราก็เริ่มเอากลับมาทำเอง โดยเริ่มลดเคมีลง ปลูกพืชผักสวนครัว เหลือไปขาย เริ่มทำปุ๋ยหมัก ปุ๋ยน้ำ สารไล่แมลงเอง ทำแล้วมันเห็นผลกับตัวเลย เมื่อก่อนหลังมีปัญหา ต้องไปผ่า แต่พอเริ่มลดเคมี ลดยาฆ่าแมลง สุขภาพดีขึ้น” กาญจน์เล่าด้วยรอยยิ้ม

กาญจน์ เริ่มปรับมาทำเกษตรอินทรีย์ทีละน้อยอย่างค่อยเป็นค่อยไป จนกระทั่งปี 2550 ไร่ของกาญจน์ก็ปราศจากเคมีทั้งหมด หันมาใช้เพียงปุ๋ยหมักที่ทำเอง โดยใช้ขี้วัว ซากพืช อินทรีย์ที่ย่อยสลายได้มากองรวมกันจากนั้นเอาขี้วัวปิดทับ ราดด้วยหัวเชื้อ พด.1 ผสมน้ำ โดยกาญจน์จะไม่มีการกลับกองปุ๋ย คอยดูเมื่อย่อยสลายรวมเป็นเนื้อเดียวก็เอาไปใช้ได้ แล้วยังทำสารไล่แมลงโดยใช้ตะไคร้หอม ข่า มะกรูด ไพล กุยช่าย หมักใส่ถัง ใส่กากน้ำตาล และสารเร่ง พด.7 เพียงคืนเดียวก็เอาไปฉีดพ่นได้

ช่วงเวลาที่กาญจน์เริ่มปรับเปลี่ยนวิถีการทำเกษตรของตัวเองนั้น **วินัย ภู่นวล** และ**ทวีชัย สังคะพัน** เพื่อนบ้านก็กำลังประสบปัญหาได้เริ่มสนใจในการทำเกษตรผสมผสาน โดยมีกาญจน์คอยให้คำแนะนำกับบุคคลทั้งสอง ทั้งเรื่องของการเลี้ยงไก่ เลี้ยงปลา ทำปุ๋ยหมัก และการทำน้ำหมักชีวภาพ กระทั่งทั้งวินัยและทวีชัยได้เกิดความคิดให้ชาวบ้านหมู่ที่ 9 และพื้นที่ใกล้เคียงที่สนใจในการเกษตรเข้าเป็นกลุ่มสมาชิก เพื่อเป็นการแลกเปลี่ยนความรู้ในเรื่องการทำเกษตรของกันและกัน

ปัจจุบัน กาญจน์มีสวนครัวในไร่ รวมถึงทำไร่ข้าวโพด ดินเริ่มฟื้น ผักเริ่มดี มีเหลือจากการกินเองก็ลองเอาไปขายในตลาด แม้จะประสบปัญหาว่าขายไม่ได้แต่โชคดี มีคนของทางเกษตรอำเภอรู้จักช่วยแนะนำผักของกาญจน์ว่าเป็นผักปลอดสาร ก็เริ่มขายได้ จนช่วงหลังไม่ต้องขนไปขายเอง แต่จะมีแม่ค้ามารับถึงบ้าน

“สังขารเริ่มไม่ไหว ต้องลดการทำลง พออยู่พอกิน พอทำไหวตอนนี้ก็มีข้าวโพด 2 ไร่ กุยช่าย 2 งาน ลำไย 1 ไร่ มะพร้าว กล้วย และสระน้ำ บนพื้นที่ 2 ไร่ สวนครัว 2 ไร่ ทั้งยังลองลงข้าวนาโยนไว้ 3 ไร่ แต่ปีนี้แล้ง คงไม่ได้ผลผลิต” กาญจน์ยังเต็มไปด้วยรอยยิ้ม

นอกจากรางวัลชีวิตในบั้นปลายแล้ว กาญจน์ยังได้รับรางวัลแห่งความภาคภูมิใจ เมื่อได้รางวัลรองชนะเลิศดีเด่นระดับประเทศ ในการประกวดหมอดินอาสา สาขาการพัฒนาที่ดินตามแนวทางเกษตรพอเพียงประจำปี 2551 และรางวัลชนะเลิศหมอดินอาสาดีเด่น สำนักงานพัฒนาที่ดินเขต 9

กลุ่มผักปลอดภัย

เทศบาลตำบลศิลาดาน อำเภอมโนรมย์ จังหวัดชัยนาท

ในพื้นที่เทศบาลตำบลศิลาดานนั้นมีการปลูกผักสวนครัวเป็นจำนวนมาก เพื่อลดต้นทุนการผลิต และเป็นการพึ่งพาตนเอง โดยใช้ทุนทางสังคมที่มีอยู่เป็นตัวจัดการและแก้ไขปัญหา เช่น ศูนย์การเรียนรู้การปลูกผักลอยน้ำเพื่อแก้ไขปัญหาของพื้นที่ในภาวะที่ถูกน้ำท่วม การทำผักปลอดภัย ช่วยลดปัญหาเรื่องการใช้สารเคมี บางกรณีกลายเป็นนวัตกรรมและเป็นที่ยอมรับเป็นแหล่งเรียนรู้ของคนภายในชุมชนและภายนอกชุมชน เช่น ศูนย์ถ่ายทอดเทคโนโลยี ปุ๋ยอินทรีย์ชีวภาพ

อย่างกลุ่มผักปลอดภัย หมู่ที่ 3 ก็ถือเป็นตัวอย่างที่ชัดเจน เนื่องจากเป็นกลุ่มที่เริ่มต้นด้วยการปลูกผักไว้รับประทานกันเองในครอบครัว โดยใช้น้ำหมักชีวภาพรด ส่วนผลผลิตที่เหลือนำมาจำหน่ายในหมู่บ้านและขายส่งตลาดในตำบล เพื่อให้ประชาชนได้รับประทานผักที่ดีต่อสุขภาพ ที่สำคัญเนื่องจากผักเหล่านี้ปลูกหมุนเวียนได้ตลอดทั้งปี จึงทำให้ชาวบ้านสามารถทำเป็นอาชีพเสริมโดยเฉพาะในช่วงที่ว่างเว้นจากการทำเกษตรกรรมได้อีกด้วย

และเพื่อสร้างความยั่งยืนและต่อยอดความรู้ให้แก่สมาชิก จึงมีความพยายามเชื่อมโยงกับภาคีต่างๆ ในพื้นที่ เช่น เกษตรอำเภอ กลุ่มปุ๋ยหมักชีวภาพ ซึ่งจะคอยให้แนวทางความรู้ การดูแลรักษาพืชผักอย่างถูกวิธีและปลอดภัย นอกจากนั้นยังมีการแลกเปลี่ยนเรียนรู้นอกพื้นที่ ทำให้สามารถนำสินค้าเข้าร่วมจำหน่ายตลาดชุมชนในพื้นที่ต่างๆ ได้

กลุ่มเกษตรผสมผสาน หมู่ที่ 9

องค์การบริหารส่วนตำบลช่องสาริกา อำเภอพัฒนานิคม จังหวัดลพบุรี

เกษตรผสมผสาน เป็นวิธีทำการเกษตรที่มีการเพาะปลูกหรือเลี้ยงสัตว์หลายๆ ชนิดบนพื้นที่เดียวกัน มีการนำเศษวัสดุเหลือใช้จากการผลิตหนึ่งมาใช้ให้เป็นประโยชน์ในอีกการผลิตหนึ่งอย่างครบวงจร โดยทั่วไปการผลิตแบบนี้มักเป็นรูปแบบการเกษตรประเภททำเพื่อพอกินพอใช้ ทำโดยสมาชิกในครัวเรือน พอมีเหลือจึงขาย ซึ่งการเกษตรแบบนี้จัดว่าเป็นการเกษตรแบบดั้งเดิม

ปัจจุบันเกษตรกรในพื้นที่ตำบลช่องสาริกา ประกอบอาชีพปลูกมันสำปะหลัง และทำไร่ข้าวโพดเป็นส่วนใหญ่ มีการปลูกผักเป็นอาชีพเสริม ด้วยเหตุนี้ กลุ่มเกษตรกร หมู่ที่ 9 ได้รวมตัวกันจัดตั้งกลุ่มเกษตรผสมผสานขึ้นโดยอาศัยเวลาว่างจากการประกอบอาชีพหลักเพื่อมาปลูกผักปลอดสารพิษไว้บริโภค นับเป็นการลดรายจ่ายในครัวเรือน และมุ่งเน้นให้คนในชุมชนมีสุขภาพร่างกายที่แข็งแรง

สำหรับการดำเนินงานกลุ่ม มีการรวบรวมสมาชิกกลุ่ม เพื่อส่งเสริมแนะแนวทางการผลิตพืชผักแบบเกษตรกรผสมผสาน ทั้งยังมีสำนักงานเกษตรอำเภอมาร่วมให้ความรู้ โดยให้เกษตรกรเป็นผู้กำหนดแผนการผลิตของตนเอง ซึ่งแผนการผลิตของเกษตรกรจะปรับเปลี่ยนจากการปลูกพืชไร่ชนิดใดชนิดหนึ่ง มาทำเป็นการเกษตรแบบผสมผสานที่ปลูกทั้งไม้ผล ไม้ยืนต้น ไม้ดอก ไม้ประดับ รวมถึงทำการเลี้ยงสัตว์และการประมง โดยคำนึงถึงความสอดคล้องกับทรัพยากรของพื้นที่เป็นหลัก การทำเกษตรผสมผสานจะช่วยลดความเสี่ยงจากสภาพดินฟ้าอากาศ และปัญหาราคาผลผลิตไม่แน่นอน รวมไปถึงช่วยลดต้นทุนการผลิต ซึ่งจะเป็นการแก้ไขปัญหาการเกษตรในระยะยาวอย่างยั่งยืน

กลุ่มปลูกผักปลอดสารพิษ

องค์การบริหารส่วนตำบลแม่ลาด อำเภอคลองขลุง จังหวัดกำแพงเพชร

ประชาชนในตำบลแม่ลาดส่วนใหญ่ ประกอบอาชีพทำการเกษตร เช่น ทำนา ทำสวนปลูกพืชผัก ผลไม้ เนื่องจากพื้นที่มีความอุดมสมบูรณ์ทางน้ำ มีสถานีสูบน้ำด้วยไฟฟ้า จำนวน 4 สถานี ทำให้สามารถทำการเกษตรได้ตลอดทั้งปี โดยปกติพื้นที่ตำบลแม่ลาดเป็นแหล่งปลูกพืชผัก ผลไม้หลากหลายชนิด นอกจากนี้เป็นแหล่งปลูกกระชายที่สำคัญ แต่ข้อจำกัดของชาวบ้านคือขายของไม่เป็น ไม่มีการรวมกลุ่มกันขาย วิถีชีวิตของคนตำบลแม่ลาดจึงเป็นแบบปลูกอยู่ ปลูกกิน เหลือจากกินก็แจกจ่ายเพื่อนบ้าน ไม่รู้จะไปขายใคร เพราะทุกบ้านก็มีผลผลิตเหมือนกัน

จากสภาพปัญหาดังกล่าว ทำให้คนในชุมชนได้รวมกันก่อตั้งกลุ่มปลูกผักปลอดสารพิษ โดยเบื้องต้นได้คัดเลือกสมาชิกจาก 6 หมู่บ้านในตำบล หมู่บ้านละ 10 คน เพื่อไปร่วมแลกเปลี่ยนเรียนรู้การปลูกผักในพื้นที่ต่างอำเภอ เพื่อเสริมสร้างความรู้ด้านการตลาด และทำให้ตำบลแม่ลาดกลายเป็นแหล่งอาหารที่ปลอดภัยของคนทั้งในและนอกชุมชน รวมทั้งรองรับการเข้าสู่ประชาคมอาเซียน ที่จะมีขึ้นในวันที่ 31 ธันวาคม 2558

สำหรับการดำเนินงานของกลุ่มฯ มีการตั้งคณะกรรมการขึ้นมาบริหารจัดการ มีการรวมกลุ่มกันผลิต ควบคุมคุณภาพการผลิต และรวมกลุ่มกันขาย นอกจากนี้ กลุ่มฯ ยังสนับสนุนให้สมาชิกมีการพัฒนาและต่อยอดทักษะ ผ่านการไปแลกเปลี่ยนเรียนรู้กับพื้นที่เครือข่ายอื่นๆ ซึ่งเป็นการช่วยเชื่อมโยงความสัมพันธ์กับเครือข่ายอื่นๆ อีกด้วย ผลจากการจัดตั้งกลุ่มฯ ช่วยให้สมาชิกมีรายได้เพิ่มขึ้นจากการขายพืชผักปลอดสารพิษ ลดปัญหาการอพยพแรงงานออกนอกพื้นที่ ทำให้คนในชุมชนอยู่กันอย่างพร้อมหน้าพร้อมตา นอกจากนี้ การไม่ใช้สารเคมีในการปลูกผักปลอดสารพิษ ยังทำให้ไม่เกิดสารเคมีตกค้างในพื้นที่การผลิต ซึ่งจะส่งผลดีต่อสิ่งแวดล้อมในระยะยาว

กลุ่มปลูกผักปลอดสารพิษในพื้นที่จำกัด

องค์การบริหารส่วนตำบลท่าข้าม อำเภอชนแดน จังหวัดเพชรบูรณ์

กลุ่มปลูกผักปลอดสารพิษในพื้นที่จำกัด เริ่มต้นจากการที่ **สมยศ สีปิ่น** ซึ่งเคยเป็นเกษตรกรที่ใช้สารเคมีจนเป็นหนี้เป็นสิน และยังประสบอุบัติเหตุกลายเป็นคนพิการเดินไม่ได้ จนแทบรู้สึกสิ้นหวังในชีวิต แต่แล้ววันนี้เขาก็ได้ค้นพบพระธรรมซึ่งเปลี่ยนแปลงชีวิตเขาให้กลับมามีพลังกลับมาประกอบอาชีพอีกครั้ง แต่ครั้งนี้แตกต่างจากเดิม เพราะจากบทเรียนครั้งก่อน ทำให้เขาหันไปสนใจเรื่องผักปลอดสารพิษแทน จนมีความรู้แตกฉานและสามารถปลดหนี้ทั้งหมดได้

ต่อมาสมยศมีโอกาสได้รู้จัก **ประสาน จรรยารักษ์** นายกองค์การบริหารส่วนตำบลท่าข้าม ทำให้ได้พูดคุยถึงแนวคิดและการทำงานประสานเลยชักชวนให้เขามาเป็นวิทยากรในศูนย์เรียนรู้เศรษฐกิจพอเพียงที่ตำบลท่าข้าม และได้พัฒนากลุ่มปลูกผักปลอดสารพิษในพื้นที่จำกัดขึ้นในปี 2554 โดยได้บูรณาการการปลูกผักปลอดสารพิษให้เข้ากับบริบทพื้นที่ ซึ่งเป็นกึ่งชนบทกึ่งเมือง ไม่ค่อยมีพื้นที่ปลูกพืชเท่าใดนัก เขาจึงคิดค้นวิธีปลูกผักในภาชนะต่างๆ เช่น กระป๋อง ขวดน้ำพลาสติก กระบะโฟม ฯลฯ

ผลที่ได้จากการจัดตั้งกลุ่มฯ ช่วยให้ประชาชนในพื้นที่ตำบลท่าข้าม มีแหล่งอาหารปลอดภัยและสามารถผลิตอาหารปลอดภัยได้ด้วยตนเอง ซึ่งเป็นการลดค่าใช้จ่ายและช่วยสร้างรายได้เสริมจากการเพาะปลูก ช่วยพัฒนาคุณภาพชีวิตของประชาชนในพื้นที่อีกด้วย

กลุ่มปลูกผักสวนครัวตำบลพันเสา

เทศบาลตำบลพันเสา อำเภอบางระกำ จังหวัดพิษณุโลก

เกษตรกรในพื้นที่ตำบลพันเสา ส่วนใหญ่ปลูกพืชล้มลุก อายุสั้น เช่น ข้าว เป็นหลัก แต่เนื่องด้วยปัญหาสภาพอากาศ และสถานการณ์ทางเศรษฐกิจ ทำให้เกษตรกรประสบปัญหาราคาผลผลิตตกต่ำไม่คงที่ เกษตรกรในพื้นที่เริ่มมีหนี้สิน ทำให้หลายบ้านหันมาปลูกผักสวนครัวไว้รับประทานเองภายในครัวเรือน เพื่อเป็นการลดค่าใช้จ่ายภายในครอบครัว และยังเป็นการดีต่อสุขภาพ

ด้วยเหตุนี้ เทศบาลตำบลพันเสาจึงได้เริ่มเข้าไปมีบทบาทในการให้ความรู้ด้านการปลูกผักปลอดสารพิษ โดยจัดตั้งศูนย์เรียนรู้ชุมชนเศรษฐกิจพอเพียงชุมชน หมู่ที่ 3 บ้านพันเสาขึ้น โดยในช่วงเริ่มแรกสมาชิกส่วนใหญ่เป็นคนในเขตพื้นที่หมู่ที่ 3 ซึ่งเป็นเครือญาติ พี่น้อง บ้านใกล้เรือนเคียงกัน มีแบ่งบันผลผลิตในการบริโภค และจัดตั้งกลุ่มแบบง่ายๆ ต่อมาเมื่อกลุ่มเริ่มมีความเข้มแข็งมากขึ้น สมาชิกเริ่มสามารถกำหนดทิศทางของกลุ่มได้ ก็เริ่มมีการวางแผนการผลิตร่วมกัน และปรับโครงสร้างของกลุ่มให้มีความชัดเจนมากยิ่งขึ้น จนปัจจุบันกลุ่มฯ มีสมาชิกทั้งหมด 16 ราย

จากการจัดตั้งกลุ่มช่วยให้สมาชิกมีรายได้เพิ่มขึ้นประมาณ 4,000 - 6,000 บาทต่อคนต่อเดือน ช่วยลดรายจ่ายในครัวเรือน ทั้งยังช่วยสร้างงานให้กับคนในพื้นที่ ตลอดจนก่อให้เกิดความร่วมแรง ร่วมใจ ยิ่งกระชับความสามัคคีในชุมชนให้แน่นแฟ้นยิ่งขึ้น

บ้านต้นแบบเศรษฐกิจพอเพียง

องค์การบริหารส่วนตำบลสมอแข อำเภอเมือง จังหวัดพิษณุโลก

บ้านลาดบัวขาว หมู่ที่ 2 นั้น เป็นหมู่บ้านที่มีความเป็นชนบทมากที่สุดในตำบลสมอแข ที่นี่ไม่มีแม้กระทั่งร้านอาหาร ร้านค้าชำในหมู่บ้านก็น้อยจนนับนิ้วจากมือข้างเดียวได้สบาย ข้าวของในร้านก็ไม่พร้อมสรรพ ชาวบ้านที่นี่จึงแก้ปัญหาด้วยการทำซูเปอร์มาร์เก็ตในบ้านเสียเลย

คงกล่าวเกินจริงไปสักหน่อย แต่ที่นี่ก็อยู่กันแบบพอเพียงจริงๆ โดย **สมัย แตงโต** ชาวบ้านลาดบัวขาว ย้อนความให้ฟังว่า บ้านต้นแบบเศรษฐกิจพอเพียงนี้ เกิดขึ้นราวปี 2553 ในช่วงนั้น จ.ส.อ.ชอบ แตงโต เป็นผู้ใหญ่บ้าน ขณะที่สมัยเอง เป็นสมาชิก อบต. หมู่ที่ 2 ซึ่งเป็นแกนนำในการทำบ้านต้นแบบเศรษฐกิจพอเพียง โดยเน้นการทำเพื่อบริโภคในครัวเรือน เหลือจึงนำไปขาย

“วันหนึ่งมีทหารกองพลพัฒนาที่ 3 เข้ามาช่วยส่งเสริมและพัฒนาบ้านหมู่ที่ 2 ให้เป็นหมู่บ้านเศรษฐกิจพอเพียง เขาช่วยสอนพวกเราชาวบ้านให้เริ่มเลี้ยงกบ เลี้ยงปลาในบ่อหิน รวมถึงปลูกผัก ทำปุ๋ย โดยมีงบประมาณสนับสนุนจาก อบต.สมอแข อีก 10,000 บาท เพื่อมาซื้อพันธุ์ปลา ซื้อผ้าพลาสติก วัสดุอุปกรณ์ที่จำเป็น เริ่มต้นนำร่อง 10 ครัวเรือน ก่อนขยายออกไปทั้งหมู่บ้าน” สมัยเล่า

ด้วยความที่ผลผลิตของแต่ละบ้านล้วนปราศจากสารเคมี หรือสารพิษอื่นใดเจือปน ชาวบ้านจึงไม่เพียงได้บริโภคผักที่มีคุณภาพดี ไร้สารพิษตกค้างเจือปน ยังเป็นอีกช่องทางหนึ่งที่ช่วยสร้างรายได้ให้กับครอบครัว

“เมื่อถึงวันพฤหัสบดีที่มีตลาดสีเขียวของชุมชน ฉันจะรวบรวมผักปลอดสารของชาวบ้านในหมู่บ้านเพื่อไปวางขายที่ตลาด มีผักแทบทุกอย่าง อย่างบ้านฉันเองปลูกมะเขือ พริก แล้วก็อีกหลายอย่าง แต่ที่เป็นรายได้ก็คือการเลี้ยงกบ เลี้ยงปลา แล้วยังปั่นพริกแกงขายด้วย อยู่แบบเรียบง่าย ไม่เร่งรีบอะไร” สมัยทิ้งท้าย

กลุ่มผลิตปุ๋ยอินทรีย์ชีวภาพ

องค์การบริหารส่วนตำบลลานดอกไม้ตก อำเภอโกสัมพีนคร จังหวัดกำแพงเพชร

ประชาชนส่วนใหญ่ในตำบลลานดอกไม้ตก ประกอบอาชีพทำไร่ทำนา ทว่าปัจจุบันต้นทุนในการผลิตสูงขึ้น จากราคาปุ๋ยและสารเคมีทำให้เกษตรกรมีหนี้สินเพิ่มมากขึ้น ดังนั้น เพื่อเป็นการช่วยเหลือเกษตรกร องค์การบริหารส่วนตำบลลานดอกไม้ตกจึงได้ส่งเสริมให้ความรู้ในการทำปุ๋ยอินทรีย์ชีวภาพแก่เกษตรกร มีการสอนการทำน้ำส้มควันไม้ การทำน้ำหมักชีวภาพ ตลอดจนให้คำแนะนำเรื่องการวางแผนการปลูกพืช การเก็บเกี่ยวและการวางแผนการตลาด เพื่อช่วยลดต้นทุนการผลิตและให้ประชาชนในตำบลมีรายได้เพิ่มขึ้น

การจัดตั้งกลุ่มฯ เริ่มจากการรวมตัวกันของคนในชุมชน โดยแกนนำที่มีองค์ความรู้เฉพาะด้าน และผู้แทนเกษตรตำบล ร่วมกันจัดตั้งเป็นกลุ่มศูนย์การเรียนรู้เกษตรตำบล เพื่อลดต้นทุนการผลิต โดยเน้นการใช้วัสดุธรรมชาติในท้องถิ่นมาผลิตเป็นปุ๋ยอินทรีย์ชีวภาพ และสารฆ่าแมลงจากวัตถุดิบธรรมชาติ นอกจากนี้ กลุ่มฯ ยังมีการจัดทำแปลงสาธิตการทำนาโยน เพื่อลดต้นทุนการผลิต และยังเปิดอบรมให้กับผู้ที่สนใจ รวมไปถึงเปิดให้คนจากแหล่งเรียนรู้ในพื้นที่อื่นๆ เข้ามาศึกษาดูงาน

จากการจัดตั้งกลุ่มผลิตปุ๋ยอินทรีย์ชีวภาพ ช่วยให้เกษตรกรในพื้นที่สามารถลดต้นทุนการผลิตลงได้ สร้างงาน สร้างอาชีพให้กับคนในชุมชน เชื่อมความสัมพันธ์ของสมาชิก และยังเป็นการอนุรักษ์ภูมิปัญญาในการนำใช้ทรัพยากรภายในพื้นที่อย่างคุ้มค่า

แหล่งเรียนรู้การปลูกผักปลอดสารพิษในพื้นที่จำกัด

องค์การบริหารส่วนตำบลหลักด่าน อำเภอน้ำหนาว จังหวัดเพชรบูรณ์

แหล่งเรียนรู้การปลูกผักปลอดสารพิษในพื้นที่จำกัด หมู่ที่ 1 - 7 จัดตั้งขึ้นประมาณปี 2556 โดยมีวัตถุประสงค์ในการส่งเสริมให้ประชาชนในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลหลักด่านปลูกผักสวนครัวไว้เพื่อรับประทานเองหรือจำหน่าย ภายใต้แนวคิดการลดรายจ่ายและเพิ่มรายได้ โดยใช้หลักเศรษฐกิจพอเพียงเป็นแนวทางทั้งในเรื่องของทฤษฎีและการปฏิบัติ เน้นการปลูกพืชผักโดยไม่ใช้สารเคมี เพื่อเป็นการรักษาสุขภาพของคนในชุมชน เนื่องจากปัจจุบันมีการใช้สารเคมีในการเพาะปลูกเพื่อจำหน่ายสูงมากซึ่งจะส่งผลต่อระบบภายในของร่างกาย ทำให้เกิดอาการเจ็บป่วย

การปลูกผักของกลุ่มฯ เน้นการปลูกผักสวนครัวที่มีอายุสั้นเก็บเกี่ยวผลผลิตเร็วและดูแลรักษาไม่ยุ่งยาก เช่น ผักชี ต้นหอม คะน้า ผักบุ้งจีน กะเพรา โหระพา แมงลัก พริก มะเขือ ถั่วฝักยาว มะเขือเทศ ฯลฯ รวมถึงมีการชักชวนผู้ที่สนใจเข้าร่วมโดยการประชาสัมพันธ์ และจัดเวทีประชาคม มีการจัดโครงการหน้าบ้านน่ามอง หลังบ้านน่าชม เพื่อกระตุ้นให้คนในชุมชนหันมาสนใจปลูกผักปลอดสารพิษในครัวเรือนกันมากขึ้น

จากการจัดตั้งแหล่งเรียนรู้การปลูกผักปลอดสารพิษในพื้นที่จำกัดของพื้นที่ตำบลหลักด่าน ทำให้ประชาชนในพื้นที่มีพืชผักปลอดภัยไว้บริโภคในครัวเรือน ส่งเสริมให้ประชาชนมีสุขภาพดี ทั้งยังช่วยพัฒนาสิ่งแวดล้อมจากการลดการใช้สารเคมีอีกด้วย

รูปธรรมจาก
ภาคอีสาน

‘บ้านป่าโมงใหญ่ หมู่ที่ 10’ หมู่บ้านจัดการตนเอง

องค์การบริหารส่วนตำบลป่าโมง อำเภอเดชอุดม จังหวัดอุบลราชธานี

เมื่อก่อนนี้ ชาวบ้านหมู่ 10 มักหาซื้อของกินตามตลาด **กำนัน วินัย พันธ์คำ** จึงเกิดความคิดที่จะให้คนในหมู่บ้านปลูกในสิ่งที่อยากกิน เพื่อที่ว่าจะได้กินในสิ่งที่ตัวเองปลูก โดยใช้พื้นที่บริเวณบ้านของแต่ละคน ปลูกพืชผักสวนครัว รวมถึงผลไม้เล็กๆ น้อยๆ ให้มีกินกันภายในครัวเรือน เหลือแบ่งปันเพื่อนบ้าน หรือนำออกไปขาย

หมู่ที่ 10 แยกตัวออกจากหมู่ที่ 1 ในราวปี 2543 เวลานั้น วินัย ขึ้นเป็นผู้ใหญ่บ้าน โดยบ้านป่าโมงใหญ่ หมู่ที่ 10 นี้เป็นหมู่บ้านขนาดเล็ก มี 90 ครอบครัว ประชากรราว 418 คน ความที่พื้นฐานประชากรไม่ได้ร่ำรวย จึงอยากส่งเสริมให้ประชากรมีรายได้เพิ่มขึ้น ผ่านการลดรายจ่ายในครัวเรือน

“ผมอยากให้เรามีตู้เย็นข้างบ้าน พยาบาลใกล้ตัว ทุกครัวเรือนมีปุ๋ยใช้ เริ่มจากส่งเสริมให้คนปลูกพืชผักสวนครัว สมุนไพร โดยเฉพาะในช่วงหลังฤดูเก็บเกี่ยว ช่วงนี้อากาศกำลังดี ดินดี ผักจะงาม โดยแต่ละบ้านจะใช้ที่ว่างรอบบ้าน เริ่มแรกมีการแจกเมล็ดพันธุ์ แต่เวลานี้ไม่ต้องแล้ว ขอกันเอา มีอยู่ทั่วหมู่บ้าน ” กำนันวินัยเล่า

หากลองเดินชมบริเวณบ้านหมู่ที่ 10 จะเห็นเลยว่า แต่ละบ้านจะปลูกสวนครัวแซมกับไม้ประดับ เป็นการปลูกพืชในพื้นที่ที่จำกัด หลายบ้านนำเอาของเหลือใช้อย่างยางเก่า มาตัดดัดแปลงทำเป็นกระถาง ปลูกผักสวนครัว เพื่อกินกันเองในครัวเรือน ที่นี่ไม่หวง ชาวบ้านสามารถแลกกันกินแลกกันใช้ ส่วนที่เหลือกินก็แบ่งไปขายที่ตลาดนัดชุมชน

สายันต์ สาธุวงศ์ ชาวบ้านหมู่ที่ 10 เสริมว่า ผักของบ้านหมู่ที่ 10 นี้เป็นผักปลอดสารเคมี ด้วยที่นี่สอนให้แต่ละบ้านทำปุ๋ยชีวภาพใช้เอง โดยนำเศษอาหารที่เหลือ เศษใบไม้ มาหมัก ขยายหัวเชื้อจุลินทรีย์ EM นำมาฉีดพ่น ผักที่ผลิตจากบริเวณบ้านนี้ ผู้บริโภคสามารถมั่นใจได้ว่า สะอาดปราศจากเคมีจริงๆ ด้วยพื้นฐานของการปลูกนั้น เป็นการปลูกเพื่อกิน ไม่ใช่เพื่อความร่ำรวย

นอกจากผักสวนครัว รั้วกินได้แล้ว ที่นี่ยังมีการส่งเสริมกลุ่มอาชีพ เช่น การแปรรูปอาหาร อย่างการทำปลาร้า หรือการจัดทำโต๊ะจีน โดยใช้วัตถุดิบที่มีอยู่ในพื้นที่ เพราะนอกเหนือจากการปลูกผักแล้ว ในหมู่บ้านยังมีการเลี้ยงไก่พื้นเมือง เลี้ยงกบ เลี้ยงวัว เลี้ยงปลา ทั้งยังมีฟาร์มนกกระทาในหมู่บ้าน ที่สำคัญยังมีระบบกลุ่มสวัสดิการ อาทิ กลุ่มธนาคารข้าว เพื่อให้คนกู้ยืมกิน หรือนำไปทำพันธุ์ มีแหล่งเงินทุนภายในหมู่บ้าน เพื่อให้กู้ยืมไปใช้ในยามขัดสน หรือนำไปสร้างอาชีพ เรียกว่าสร้างวงจรเศรษฐกิจภายในหมู่บ้าน

จากความร่วมแรงร่วมใจของชาวบ้านหมู่ที่ 10 ที่สุดก็ได้รางวัลแห่งความภาคภูมิใจ เมื่อได้รางวัลชนะเลิศหมู่บ้านเศรษฐกิจพอเพียงระดับตำบลในปี 2553 ก่อนที่ปีต่อมา จะได้รับรางวัลหมู่บ้านต้นแบบเศรษฐกิจพอเพียงดีเด่น ระดับจังหวัด

กำนันวินัย เสริมว่า ที่ทำมาทั้งหมดนั้นก็เพื่อให้ครัวเรือนมีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น แล้วที่นี่ยังมีการประชุมประชาคมหมู่บ้านทุกเดือน มีคนเข้าร่วมคิดเป็นร้อยละ 85 ของจำนวนประชากร ปัญหาแต่ละอย่างสามารถจัดการได้ง่าย ด้วยระบบครอบครัวที่เกื้อกูลกัน

“ใครมาที่นี่จะเห็นว่ารอบบ้านเราสะอาดสะอ้าน เพราะคนที่นี่จะช่วยกันดูแลรักษาสิ่งแวดล้อม ภูมิทัศน์ต่างๆ ในพื้นที่ เน้นสร้างการมีส่วนร่วมของประชาชน ด้วยพื้นฐานหลายๆ ด้านที่ไม่ได้เพียบพร้อมนัก แต่เราก็ช่วยกันสร้างสิ่งดีๆ ขึ้นมาทดแทน อย่างพอเพียงและพอดี” กำนันวินัยสรุป

ความสุขของหล่า นะมิรัมย์

องค์การบริหารส่วนตำบลศรีณรงค์ อำเภอชุมพลบุรี จังหวัดสุรินทร์

แปลงนาของ **หล่า นะมิรัมย์** อยู่ริมถนนทางเข้าหมู่บ้านหมู่ที่ 2 หรือบ้านเบง ริมรั้วปลูกผักสวนครัวอย่างกระถิน พริก มะเขือเทศ ภายในที่นามีเพิงที่ประกอบด้วยคอกควาย ยุ้งฟาง ด้านหลังเป็นบ่อเลี้ยงปลา มีลงมะพร้าว กล้วย ตรงขอบบ่อ ที่ติดกับคอกควายนั้นมีแปลงผักสวนครัวขนาดย่อม มีทั้งซุ้มบวบทำจากไม้ไผ่ที่ปลูกใช้เองเป็นอุโมงค์สีเขียวให้ผลผลิต กระเถิบไปหน่อยเป็นแปลงที่หาได้ทั้งกะเพรา โหระพา ตะไคร้ มะเขือเทศ มะนาว ใบแมงลัก ข่า ทั้งยังมีผลไม้อย่าง มะม่วง มะละกอ กล้วย แก้วมังกร น้อยหน่า ซึ่งล้วนแล้วแต่เป็นแหล่งอาหารในครัวเรือน และรายได้เสริม

รายได้หลักของ หล่า มาจากการเลี้ยงควาย และการทำนา ซึ่งทั้งนาและสวนครัวของเกษตรกรคนนี้ไม่มีสารเคมี ลำพังเอาขี้ควายมาใช้ทำปุ๋ยหมักก็แทบจะใช้ไม่ทันแล้ว ในยามเย็นที่ข้าวกำลังขึ้นรวงของเดือนตุลาคม หล่าจะพาควายออกไปเดินในทุ่งนา ก่อนต้อนกลับเข้าคอกยามที่แสงตะวันอ่อนแรงลง

แรกเริ่มนั้นไม่มีแปลงผักหรือบ่อเลี้ยงปลาอย่างที่เห็น มีเพียงทุ่งนาเต็มพื้นที่ กระทั่งมีหมอดินอาสาที่รู้จักกันนำโครงการขุดสระฟรีมาแนะนำ ดินที่ได้จากการขุดก็นำมาถมที่นาส่วนหนึ่ง กลายเป็นพื้นที่ปลูกผักสวนครัวอย่างทุกวันนี้

เมื่อมีพื้นที่ก็เริ่มต้นปลูกพืชสวนครัวดังที่เห็น ประกอบกับการเลี้ยงปลาดุก ปลาช่อน จนหล่าแทบไม่ต้องออกจากบ้านก็มีกิน

นอกจากนี้ การเกษตรของหล่ายังเป็นเกษตรอินทรีย์ นอกเหนือจากปุ๋ยขี้ควายแล้ว ยังทำน้ำหมักจากสมุนไพรไว้ฉีดพ่นแมลง โดยส่วนผสมที่ใช้ก็มาจากในที่สวนของตัวเอง ทั้งบอระเพ็ด ฟ้าทะลายโจร ตะไคร้

เห็นเรียบง่ายแบบนี้ แต่หล่าก็มีรายได้จุนเจือครอบครัวไม่ได้ขาด เฉพาะควายพ่อพันธุ์แม่พันธุ์นั้น ก็มีราคาถึง 50,000 – 70,000 บาท กับข้าวในนา และผักปลาในสวนในบ่อ ซึ่งทั้งหมดล้วนขายได้เปลี่ยนเป็นเงินมาหล่อเลี้ยงครอบครัว มีก็ซื้อ ไม่มีก็ไม่ซื้อ ไม่เป็นหนี้ หลักการใช้ชีวิตของหล่าเป็นแบบนี้

นี่ยังไม่นับรวมอาชีพคนขับรถส่งน้ำดื่ม ซึ่งหล่าจะรับจ้างส่งในช่วงเช้า ได้เงินเหลือใช้ในแต่ละวัน ก่อนกลับเข้าที่นาที่สวน ปลูกผัก เลี้ยงปลา พาควายออกไปเดินเล่น เรียบง่ายแบบนี้ เป็นความพอเพียงที่คนรู้จักใช้ชีวิตพอใจ

การเริ่มต้นใหม่ของ สายสุนีย์ รวมรัมย์

องค์การบริหารส่วนตำบลศรีณรงค์ อำเภอชุมพลบุรี จังหวัดสุรินทร์

ด้วยความเป็นห่วงลูกที่กำลังจะเข้าสู่วัยรุ่น กับความเหนื่อยจากการเดินทาง และชีวิตในกรุงเทพมหานคร **สายสุนีย์ รวมรัมย์** เลือกที่จะกลับบ้านเพื่อดูแลลูกอย่างเต็มที่

นี่ก็เป็นเวลากว่า 3 ปีแล้วที่ได้กลับมาอยู่บ้าน มีความเปลี่ยนแปลงเกิดขึ้นมากมาย จากจุดเริ่มต้นที่คาดหวังเพียงรายได้เข้าบ้านวันละ 100-200 บาท เพื่อมาจุนเจือครอบครัว วันนี้สายสุนีย์ไปไกลเกินที่หวัง มีรายได้ตามเป้า ได้อยู่กับครอบครัว และได้สร้างการเปลี่ยนแปลงในบ้านหมู่ที่ 2 หรือบ้านเบง ด้วยการเป็นบ้านต้นแบบเศรษฐกิจพอเพียง

สายสุนีย์ เริ่มต้นด้วยการขายมาลัย เนื่องจากเห็นญาติที่อำเภอพยัคฆภูมิพิสัย จังหวัดมหาสารคาม เลยอยากลองทำ แต่เพื่อเป็นการประหยัดต้นทุน สายสุนีย์จึงเริ่มต้นทำตั้งแต่การปลูกดอกไม้ โดยเลือกดอกพุดที่มีต้นทุนต่ำ และดูแลง่ายกว่าดอกมะลิ ซื้อมาต้นละ 25 บาท มาปลูกในบริเวณบ้านเพื่อนำมาร้อยเป็นมาลัยขาย

จากต้นพุดสู่การขยับขยาย เริ่มมีการขุดบ่อเลี้ยงปลา ทำเล้าเป็ดเล้าไก่ รวมถึงเลี้ยงหมู ทั้งหมูบ้าน และหมูป่า นอกจากนี้ยังปลูกข้าวโดยไม่ใช้สารเคมี ด้วยมีมูลหมู ขี้เป็ดขี้ไก่ที่มีอยู่ในบริเวณบ้านตักเก็บใส่ถุง เอาไว้รอฤดูกาลทำนาครั้งใหม่มาถึง นำปุ๋ยจากมูลสัตว์เหล่านี้ผสมดินไถกลบ แล้วหว่านเมล็ดพันธุ์ต่อไป ขณะที่สารไล่ศัตรูพืช ก็ได้น้ำหมักที่ทำจากหอยเชอรี่มาทำใช้ ฉีดไล่ศัตรูข้าว

เมื่อเดินผ่านดงต้นพุดเข้ามา จะเห็นนาข้าวของสายสุนีย์อยู่ทางด้านหลัง กำลังเขียวสวย รอปลายเดือนคงเก็บเกี่ยวได้ เห็นหลังคารถสีแดง ซึ่งสายสุนีย์ใช้ทำเป็นตู้ฟักไข่ อาศัยความร้อนจากดวงอาทิตย์ นับเป็นความคิดที่เข้าท่าและน่าสนใจ ไก่ไข่ รวมทั้งเป็ดวิ่งเล่นอยู่ในเล้า ขณะที่หมูป่าก็เพิ่งออกลูกครอกใหม่มาน่ารักน่าชัง มีบ่อน้ำที่ทั้งใช้เลี้ยงปลาและใช้ในการเกษตร เป็นภาพสร้างสรรค์หนทางของการยังชีพตัวเองที่น่าชื่นชม

จากจุดเริ่มต้นจนวันนี้ รายได้จากครัวเรือนจึงมาจากหลากหลายทางทั้งข้าว ปลา หมู ผักสวนครัว รวมถึงมาลัยที่ร้อยให้พ่อบ้านเอาไปขาย รวมไปถึงการเป็นแม่ครัวที่โรงเรียนบ้านเบงท่าลาดอีกอย่างหนึ่ง

การตัดสินใจกลับบ้านของสายสุนีย์นั้นนับเป็นจุดเริ่มต้นสำคัญชีวิตที่ได้อยู่พร้อมหน้ากับครอบครัว กับผืนดินที่คุ้นเคยนับเป็นความสุขที่ไม่ต้องลำบากลำบนแสวงหา เพียงแค่ไม่หยุดนิ่ง หยิบจับอะไรในบ้านทำก็อยู่ได้

ความสำเร็จของสายสุนีย์ ทำให้เกิดการต่อยอดภายในหมู่บ้าน โดย สำเภา ช่อทอง ผู้ใหญ่บ้านหมู่ที่ 2 บ้านเบง ได้พยายามผลักดันให้เกิดหมู่บ้านเศรษฐกิจพอเพียงต้นแบบ โดยผลักดันขยายผลเป็น 30 บ้าน และมีความตั้งใจจะทำให้ได้ทั้งหมู่บ้าน ซึ่งตัวสำเภาออกอาการเขินเล็กน้อย ด้วยที่บ้านทำรับเหมา ไม่มีพื้นที่ทำกิน แต่ก็ตั้งใจไว้ว่าจะหาพื้นที่มาทำให้ได้อย่างที่ลูกบ้านทำบ้าง

ผักปลอดสารพิษตำบลทุ่งสว่าง บ้านโคกล่าม หมู่ที่ 7

องค์การบริหารส่วนตำบลทุ่งสว่าง อำเภอประทาย จังหวัดนครราชสีมา

ชาวบ้านโคกล่าม หมู่ที่ 7 เป็นหมู่บ้านที่มีอาชีพหลักคือการทำนาและปลูกผักตลอดทั้งปี เนื่องจากชาวบ้านได้เข้าร่วมโครงการจัดสรรที่ดินของรัฐเพื่อแก้ไขปัญหาความยากจน เมื่อประมาณปี 2550 โดยประชาชน 140 ราย ได้รับการจัดสรรที่ดินสาธารณประโยชน์ (หนองน้ำเลี้ยงสัตว์สาธารณประโยชน์) เนื้อที่ 22 ไร่ 3 งาน 52 ตารางวา เพื่อทำการเกษตร

ต่อมาเมื่อปี 2556 องค์การบริหารส่วนตำบลทุ่งสว่าง ได้รับการสนับสนุนงบประมาณจากกรมทรัพยากรน้ำภาค 5 ในการดำเนินการขุดแก้มลิง เนื้อที่ 97 ไร่ 3 งาน 72 ตารางวา ซึ่งพื้นที่แก้มลิงดังกล่าวติดกับที่ดินสาธารณประโยชน์พอดี ฉะนั้นแก้มลิงนี้จึงกลายเป็นแหล่งน้ำที่สำคัญของตำบลทุ่งสว่าง และเนื่องจากองค์การบริหารส่วนตำบลทุ่งสว่างเล็งเห็นถึงช่องทางในการเพิ่มรายได้แก่ชาวบ้าน จึงส่งเสริมให้เกิดกลุ่มปลูกผักบ้านโคกล่าม หมู่ที่ 7 ขึ้น พร้อมอุดหนุนในการหาเมล็ดพันธุ์ผัก เพื่อให้กลุ่มได้ลดต้นทุนในการซื้อวัตถุดิบ โดยมีเงื่อนไขว่าจะต้องปลูกผักแบบไม่ใช้สารเคมีเท่านั้น เพราะนอกจากจะเป็นประโยชน์แก่ตัวเกษตรกรเองแล้ว ผู้บริโภคส่วนใหญ่ก็หันมาบริโภคผักปลอดสารพิษเพื่อสุขภาพของตนเองมากขึ้นเรื่อยๆ

ถนนอาหาร

องค์การบริหารส่วนตำบลบ้านหยวก อำเภอน้ำโสม จังหวัดอุดรธานี

ตำบลบ้านหยวกเป็นชุมชนเกษตรกรรม ส่วนใหญ่ทำสวนยางพารา ทำไร่มันสำปะหลัง และไร่อ้อย ทำให้ประชาชนไม่มีเวลาในการดูแลสุขภาพอนามัยของตนเอง รับประทานอาหารไม่ถูกสุขลักษณะ มีปัญหาด้านสุขภาพโดยเฉพาะโรคเรื้อรัง อย่างโรคเบาหวาน โรคความดันโลหิตสูง ซึ่งมีจำนวนมากขึ้นทุกปี จากการศึกษาพบว่าสาเหตุหนึ่งมาจากการรับประทานอาหาร เพราะหลายคนนิยมซื้ออาหารสำเร็จรูปมารับประทานเพื่อความสะดวกและรวดเร็ว

เพื่อแก้ปัญหาจึงเกิดการสนับสนุนการทำเกษตรยั่งยืน อาหารปลอดภัย โดยคัดเลือกครัวเรือนต้นแบบ 30 ครัวเรือน เพื่อร่วมโครงการขับเคลื่อนระบบเกษตรกรรมยั่งยืนสู่อาหารเพื่อสุขภาวะในพื้นที่องค์การบริหารส่วนตำบลบ้านหยวก จากนั้นก็มีการอบรมครัวเรือนต้นแบบ พาไปศึกษาดูงาน จนนำไปสู่นวัตกรรมถนนอาหาร ด้วยการให้ชาวบ้านร่วมกันปลูกต้นไม้เป็นอาหารสองข้างทาง ระยะทาง 2 กิโลเมตร ประกอบด้วยต้นกล้วย 400 ต้น ต้นขี้เหล็ก 100 ต้น และต้นสะเดา 50 ต้น โดยให้ร่วมกันดูแล ร่วมกันรับประโยชน์ นอกจากนี้ยังมีนวัตกรรมธรรมนูญสุขภาพ เพื่อใช้ขับเคลื่อนเกษตรกรรมยั่งยืน อาหารปลอดภัย โดยอาศัยความร่วมมือจากทุกภาคส่วน เพื่อสร้างความมั่นคงทางอาหารอย่างแท้จริง

ปลูกผักปลอดสารพิษ

เทศบาลตำบลเปือยน้อย อำเภอเปือยน้อย จังหวัดขอนแก่น

ในปัจจุบันสังคมเกิดการเปลี่ยนแปลงไปมาก คนส่วนใหญ่ใช้เวลาไปกับการทำมาหากินตามกระแสโลกาภิวัตน์ ทำให้พฤติกรรมการใช้ชีวิตไม่เหมือนเดิม โดยเฉพาะเวลาจับจ่ายซื้ออาหารจากตลาดมาบริโภค เกือบทั้งหมดไม่รู้เลยว่าในอาหารเหล่านั้นมีแหล่งที่มาจากไหน ขั้นตอนการผลิตเป็นอย่างไร ทำให้เสี่ยงต่อสารพิษที่ตกค้างในอาหารอย่างมาก ประกอบกับภาวะปัจจุบันประชาชนนิยมปลูกพืชผักเพื่อให้ได้ผักที่สวยงามได้ปริมาณที่มากๆ ทันต่อความต้องการของผู้บริโภค จึงหันมาใช้สารเคมีกันส่วนใหญ่ โดยไม่คำนึงถึงความปลอดภัยของผู้บริโภคเป็นหลัก

จากเหตุผลทั้งหมดนี้ ทำให้เทศบาลตำบลเปือยน้อย ต้องจัดหาแหล่งอาหารที่มีคุณภาพปลอดภัยเพื่อเป็นครัวของชุมชนท้องถิ่น โดยใช้ที่สาธารณะของชุมชนในการปลูก ผลจากการดำเนินงาน ทำให้ประชาชนได้บริโภคผักที่ปลอดสารพิษ กลายเป็นหมู่บ้านปลูกผักปลอดสารพิษ และยังขยายแนวร่วมกลุ่มผู้ปลูกผักปลอดสารพิษทั้งในพื้นที่และนอกพื้นที่ ที่สำคัญยังส่งผลดีต่อสภาพแวดล้อมในพื้นที่อีกด้วย

ผักสวนครัว

องค์การบริหารส่วนตำบลกระแชง อำเภอกันทรลักษ์ จังหวัดศรีสะเกษ

จากแนวคิดตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง องค์การบริหารส่วนตำบลกระแชงจึงจัดสรรพื้นที่ของตัวเอง 1 ใน 4 ส่วน สำหรับปลูกไม้ผล ไม้ยืนต้น พืชผัก พืชไร่ พืชสมุนไพร เพื่อใช้เป็นอาหารประจำวัน หากเหลือบริโภคก็นำไปจำหน่าย โดยการปลูกพืชนี้ปลูกด้วยกันหลายชนิด และเลือกปลูกพืชยืนต้นเสริมเข้าไปด้วย เพราะการดูแลรักษาในระยะหลังจะลดน้อยลง มีผลผลิตทยอยออกตลอดปี ที่สำคัญพืชยืนต้น ยังให้ความร่มเย็นและชุ่มชื้นกับที่อยู่อาศัยและสิ่งแวดล้อมด้วย

การดำเนินกิจกรรมการปลูกผักสวนครัวในช่วงแรกมีเสียงคัดค้านอยู่บ้าง เนื่องจากประชาชนยังไม่เห็นประโยชน์ที่เป็นรูปธรรมชัดเจน และมองความไม่เห็นความเชื่อมโยงว่าจะช่วยเรื่องเศรษฐกิจอย่างไร องค์การบริหารส่วนตำบลกระแชงจึงต้องศึกษาหาข้อมูลจากชุมชนต้นแบบที่ประสบผลสำเร็จและเป็นที่ยอมรับในหลายๆ พื้นที่ เพื่อเป็นแรงจูงใจในการดำเนินงาน ซึ่งผลที่ได้รับก็ถือว่าคุ้มค่า เพราะสามารถลดค่าใช้จ่ายในส่วนของอาหารที่ใช้บริโภคในครัวเรือนได้

ที่สำคัญการทำแปลงผัก ก็เหมือนเป็นกิจกรรมที่ทำให้คนในชุมชนได้มีโอกาสมารวมตัวกัน เนื่องจากแทบไม่มีกิจกรรมอะไรร่วมกันเลย แต่พอมีแปลงผัก จากคนที่เคยเห็นหน้ากัน แต่ไม่คุ้นเคยกันก็ได้มีโอกาสพูดคุยกันมากขึ้น เรียกได้ว่าแปลงผักเป็นจุดศูนย์รวมที่ช่วยก่อให้เกิดความร่วมมืออื่นๆ ตามมา

นอกจากนี้ ชุมชนยังได้แปรรูปผลผลิตเป็นผลิตภัณฑ์หลากหลายชนิด อาทิ แชมพูสมุนไพร น้ำยาล้างจาน น้ำยาซักผ้า พร้อมทั้งพัฒนาไปสู่ร้านค้าชุมชน ขายสินค้าที่ผลิตขึ้นให้กับคนชุมชนภายนอกในราคาถูก นับเป็นการกระตุ้นเศรษฐกิจชุมชนอย่างบูรณาการ

การปลูกผักปลอดสารพิษ บ้านชัยเจริญ

เทศบาลตำบลคำบง อำเภอบ้านผือ จังหวัดอุดรธานี

เนื่องจากที่ผ่านมาเกษตรกรบ้านชัยเจริญ หมู่ที่ 4 ได้ใช้สารเคมีและปุ๋ยเคมีจำนวนมาก ทำให้ดินเสื่อมคุณภาพ และมีสารเคมีตกค้างในผลผลิตทางการเกษตร ส่งผลเสียต่อสุขภาพของตัวเกษตรกรเองและผู้บริโภค จึงเกิดแนวคิดเรื่องการส่งเสริมให้เกษตรกรรู้จักการปรับปรุงบำรุงดิน การผลิตปุ๋ยอินทรีย์ การผลิตสารป้องกันศัตรูพืชเพื่อลดต้นทุนการผลิต และวิธีลดสารเคมีที่ตกค้างในผัก ที่สำคัญยังเป็นการเพิ่มมูลค่าของผลผลิตทางการเกษตร ทำให้ชาวบ้านมีอาชีพเสริมตลอดทั้งปี มีรายได้ดูแลครอบครัวอย่างพอเพียง ขณะเดียวกันยังขยายผลไปสู่การร่วมงานกับเทศบาลตำบลคำบง ในการรณรงค์ส่งเสริมประชาสัมพันธ์การดำเนินงานของกลุ่มให้เป็นที่รู้จักอย่างกว้างขวาง

ผลจากการดำเนินงาน อย่างแรกคือชาวบ้านมีรายได้เสริมจากลดการใช้สารเคมีทางการเกษตร มีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น สุขภาพดีขึ้น ที่สำคัญยังมีการต่อยอดด้วยการใช้วัตถุดิบที่เกิดจากธรรมชาติอื่นๆ เช่น สมุนไพรกำจัดแมลงต่างๆ ปุ๋ยจากมูลไส้เดือน น้ำหมักมูลไส้เดือน ที่เกิดจากการเลี้ยงไส้เดือนดินจากเศษขยะอินทรีย์ เป็นต้น ซึ่งสารเหล่านี้ไม่สร้างผลเสียต่อสิ่งแวดล้อม และไม่ก่อให้เกิดปัญหาสารเคมีตกค้างในดินและพืชผักอีกด้วย

กลุ่มเกษตรก้าวหน้าบ้านหนองนางวงษ์

องค์การบริหารส่วนตำบลยางคำ อำเภอหนองเรือ จังหวัดขอนแก่น

ประชากรบ้านหนองนางวงษ์ส่วนใหญ่มีอาชีพทำนา แต่เพราะขาดแคลนน้ำ ทำให้ผลผลิตไม่ดีเท่าที่ควร ดังนั้น ชาวบ้านจึงหันมาสร้างอาชีพเสริม เริ่มจากการปลูกผักในที่นาหลังการเก็บเกี่ยว และยังเป็นการนำเวลาว่างมาก่อให้เกิดประโยชน์ กลายเป็นการทำเกษตรผสมผสาน โดยเน้นการปลูกผักปลอดสาร ทั้งถั่วฝักยาว มะละกอ มะเขือ รวมไปถึงเลี้ยงปลา ไก่ ซึ่งสามารถทำได้ตลอดปี และยังเป็นอาชีพเสริมที่ยั่งยืนให้กับครอบครัวได้อีกด้วย

สำหรับการดำเนินงานนั้น มีการแบ่งหน้าที่ความรับผิดชอบ และจัดเวรในแต่ละวันอย่างชัดเจน เช่นสมาชิกคนนี้มีหน้าที่จัดหาตลาดเพื่อจำหน่ายผลิตภัณฑ์ ส่วนอีกคนมีหน้าที่รดน้ำพืชผัก นอกจากนี้ยังมีการศึกษาดูงานจากพื้นที่ต่างๆ โดยเปิดโอกาสให้ทุกภาคส่วนมีส่วนร่วม ผลที่ได้รับคือชาวบ้านมีรายได้มากขึ้น เกิดความสามัคคีในชุมชน เพราะชาวบ้านได้พูดคุยได้ระดมสมอง และยังเป็นการใช้พื้นที่รกร้างให้เกิดประโยชน์สูงสุด

กลุ่มปลูกผักชะอมดงเมือง

เทศบาลตำบลลำพาน อำเภอเมือง จังหวัดกาฬสินธุ์

กลุ่มปลูกผักชะอมดงเมือง เกิดขึ้นจากการที่ชาวบ้านดงเมืองที่ต้องการปลูกผักไว้รับประทาน เพื่อเป็นการลดรายจ่ายของครัวเรือนลง โดยปลูกผักชะอมบนพื้นดินด้วยการยกร่อง และมักจะปลูกบริเวณเรือกสวนไร่นาใกล้แหล่งน้ำ เนื่องจากผักชนิดนี้เป็นพืชที่ต้องการน้ำมากจึงจะเจริญงอกงามได้ดี แต่การเพาะปลูกดังกล่าวไม่ค่อยประสบผลสำเร็จเท่าที่ควร เพราะพื้นที่ใกล้แหล่งน้ำมีไม่มากนัก อีกทั้งยังถูกรบกวนด้วยแมลงศัตรูพืช ชาวบ้านจึงช่วยกันคิดหาวิธีการที่แก้ไขปัญหานี้ หลังจากทดลองอยู่พักใหญ่ จึงทราบว่าการปลูกผักในพื้นดินระดับต่ำ ช่วยแก้ไขปัญหาลมพัดพาความชื้นจากแปลงผัก และทำให้ประหยัดน้ำได้ ขณะเดียวกันชาวบ้านยังพบอีกว่าผักชะอมบ้านดงเมืองที่นำส่งขายสร้างรายได้ให้แก่ราษฎรมากมาย จึงได้รวมกลุ่มเพื่อพัฒนาแนวทางการปลูกและจำหน่าย เพื่อให้เป็นพืชผักที่มีคุณภาพ ปลอดสารพิษ

สำหรับกระบวนการพัฒนา เริ่มจากปลูกผักชะอม จำนวน 110 ไร่ จากครอบครัวสมาชิกและชาวบ้าน 133 ครัวเรือน มีการจัดตั้งกลุ่มออมทรัพย์เพื่อการผลิตให้เกิดประโยชน์กับสมาชิกของชุมชนอย่างพอเพียง และร่วมกันดูแลรักษาเพิ่มผลผลิตพืชผักของตนเองให้งอกงาม เกิดทักษะในการประกอบอาชีพอย่างยั่งยืน โดยมีเป้าหมายเพื่อมุ่งสู่การเป็นหมู่บ้านสีเขียวขึ้น

โครงการกระจายชุมชนสู่ไร่นา

องค์การบริหารส่วนตำบลสายนาวัง อำเภอนาคู จังหวัดกาฬสินธุ์

ปัจจุบันประชากรในตำบลสายนาวังมีเพิ่มขึ้น ทำให้เกิดการขยายตัวของบ้านเรือน และทำให้พื้นที่ว่างน้อยลง ผู้บริหารองค์การบริหารส่วนตำบลสายนาวัง จึงกำหนดนโยบายกระจายชุมชนสู่ไร่นาตามวิถีชีวิตเศรษฐกิจพอเพียง เพื่อเป็นการลดความหนาแน่นของการตั้งบ้านเรือนของประชาชนลง ทั้งยังเป็นการลดรายจ่ายและเพิ่มรายได้ให้แก่ประชาชน โดยมีการจัดทำโครงการอบรมเรียนรู้สู่การปฏิบัติตามนโยบายกระจายชุมชนสู่ไร่นาตามวิถีชีวิตเศรษฐกิจพอเพียงขึ้น ทำให้มีพื้นที่เพียงพอสำหรับปลูกพืชประเภทพืชสมุนไพร เครื่องเทศ และพืชล้มลุกต่างๆ ไว้ บริโภค เช่น ขิง ข่า ตะไคร้ กระชาย โหระพา มะนาว และมะกรูด ถือเป็นการลดค่าใช้จ่ายภายในครอบครัวลง และเมื่อเหลือกินก็ขายสามารถสร้างรายได้ให้แก่ครอบครัวอีกทางหนึ่ง

สำหรับแปลงต้นแบบเศรษฐกิจพอเพียงนี้ ครั้งแรกมีอยู่ 1 แปลง แต่ภายหลังเริ่มขยายตัวเรื่อยๆ จนปัจจุบันมี 15 แปลงแล้ว ขณะเดียวกันยังเน้นการพึ่งพาตนเอง โดยส่งเสริมให้ชาวบ้านทำปุ๋ยใช้เอง เช่น ปุ๋ยอินทรีย์ น้ำหมักชีวภาพ และการเลี้ยงสัตว์เพื่อนำมูลสัตว์มาทำเป็นปุ๋ยเพื่อใช้ในการทำการเกษตร พร้อมกันนั้นยังมีการต่อยอดด้านการตลาด ด้วยการให้แม่ค้ามารับซื้อเพื่อจำหน่ายต่ออีกทอดหนึ่ง ถือว่าเป็นการสร้างรายได้ที่มั่นคงแก่ประชาชนในพื้นที่

หมู่บ้านปลูกผัก

เทศบาลตำบลสำโรงพลัน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ

ประชาชนในตำบลสำโรงพลัน ส่วนใหญ่ประกอบอาชีพเกษตรกรรม ซึ่งการทำนาตามฤดูกาลเพียงอย่างเดียวทำให้เกิดผลผลิตและรายได้ไม่เพียงพอต่อการดำรงชีพ จึงได้รวมตัวกันปลูกผักเพื่อไว้บริโภค เนื่องจากในตำบลมีการเจาะน้ำบาดาลเกือบทุกครัวเรือนอยู่แล้ว โดยมีสมาชิกจำนวน 55 ครัวเรือน หรือคิดเป็นร้อยละ 90 ของหมู่บ้าน

สำหรับแนวทางการจัดการกลุ่ม เริ่มจากการเลือกประธานกลุ่มและตำแหน่งต่าง ๆ ภายในกลุ่มโดยกำหนดหน้าที่ของตำแหน่งไว้ชัดเจน เพื่อการประสานงาน และบริหารจัดการที่คล่องตัวและมีประสิทธิภาพ มีการสร้างข้อตกลงของกลุ่ม คือต้องปลูกผักที่ปลอดสารพิษเท่านั้น ใช้วัตถุดิบจากธรรมชาติ ที่สำคัญสมาชิกจะต้องบริจาคเงินสมทบเข้ากองทุนของกลุ่ม ไว้สำหรับเป็นเงินทุนหมุนเวียนและช่วยเหลืองานสาธารณประโยชน์ต่าง ๆ

ผลจากการทำกิจกรรมนี้ คือประชาชนมีผักสะอาดไว้บริโภค เป็นการเพิ่มพื้นที่สีเขียวให้แก่ชุมชน และยังต่อยอดไปสู่การเป็นแหล่งท่องเที่ยวเชิงเกษตร เป็นที่ดึงดูดสนใจต่อคนทั่วไป และที่สำคัญยังส่งผลต่อสุขภาวะที่ดีของประชาชนอีกด้วย

กลุ่มผักสวนครัว

องค์การบริหารส่วนตำบลหนองจิก อำเภอบรบือ จังหวัดมหาสารคาม

บ้านเหล่าโพธิ์ หมู่ที่ 5 บ้านสว่าง หมู่ที่ 12 เป็นหมู่บ้านปลูกผักสวนครัว ด้วยแต่เดิมเกษตรกรที่นี่ใช้สารเคมีป้องกันและกำจัดแมลงในปริมาณที่มาก เพื่อให้ได้ผักที่สวยงามตามความต้องการของตลาด เพื่อเป็นการแก้ปัญหา และลดรายจ่ายในการผลิตลงเกษตรกรทั้ง 2 หมู่บ้านจึงเปลี่ยนไปทำปุ๋ยอินทรีย์ โดยใช้วัตถุดิบในชุมชนมาทำ อาทิ สมุนไพรจำพวกสะเดา บอระเพ็ด ซึ่งสามารถนำมาทำสารไล่แมลงได้ ซึ่งนอกจากจะประหยัดแล้ว ยังทำให้สภาพดินดีขึ้นอีกด้วย

นอกจากนี้ยังมีการส่งเสริมให้สมาชิกเข้าถึงแหล่งเงินกู้ยืมเพื่อนำมาใช้ประกอบอาชีพอีกด้วย โดยมีคณะกรรมการซึ่งมีวาระการดำรงตำแหน่ง 1 ปี เป็นผู้อนุมัติ

สำหรับผลลัพธ์ของการทำกิจกรรมนี้ก็มีหลายอย่างด้วยกัน ตั้งแต่ทำให้ระบบนิเวศมีความสมดุล ได้ผลผลิตที่ดี มีคุณภาพ ขณะที่ชุมชนเองก็มีความใส่ใจเรื่องสุขภาพมากขึ้น หันมาใช้ปุ๋ยชีวภาพ ลดการใช้สารเคมี เพื่อคงความสมบูรณ์ของดิน

วันนี้ ทั้งสองหมู่บ้านกลายเป็นแหล่งเรียนรู้ในการปลูกผักปลอดสารพิษ ตามหลักของเศรษฐกิจแบบพอเพียง มีคนในและนอกพื้นที่เข้ามาศึกษาดูงานอยู่ไม่ขาด ส่งผลให้พื้นที่นี้กลายเป็นแหล่งท่องเที่ยวประจำชุมชน ถือเป็นการบูรณาการระบบต่าง ๆ ทั้งเกษตรกรรม เศรษฐกิจ และการท่องเที่ยวเข้าไว้ด้วยกันอย่างลงตัว

กลุ่มปลูกผักปลอดสารพิษ

องค์การบริหารส่วนตำบลหนองบัวสันตุ อำเภอยางสีสุราช จังหวัดมหาสารคาม

กลุ่มปลูกผักปลอดสารพิษ เริ่มต้นจากการที่ชุมชนมีที่สาธารณประโยชน์ จำนวน 21ไร่ ซึ่งเป็นที่ว่างเปล่า ประกอบกับประชาชนหลายคนอยู่ในสภาวะว่างงาน **กิตติ สาทองขาว** กำนันตำบลหนองบัวสันตุ ซึ่งเคยไปศึกษาดูงานในพื้นที่จังหวัดบุรีรัมย์ และจังหวัดสุรินทร์เมื่อปี 2556 เห็นว่าที่นั่นปลูกผักสวนครัวแล้วได้ผลผลิตดี มีรายได้มากขึ้น จึงนำกลับมาส่งเสริมในพื้นที่ของตนเองบ้าง โดยเริ่มจากการรวมกลุ่มกันของสมาชิกจำนวน 42 คน จากนั้นก็นำพื้นที่รกร้างมาแบ่งให้สมาชิกคนละ 2 งาน แล้วก็แจกเมล็ดพันธุ์พืชให้ประชาชนนำไปปลูก

ผลที่ได้คือเกิดกลุ่มปลูกผักที่แข็งแรงขึ้นมา โดยทุกคนต่างช่วยเหลือซึ่งกันและกัน พร้อมกันนั้นยังร่วมกันหาตลาด โดยประชาสัมพันธ์ให้พ่อค้าแม่ค้านำผักปลอดสารพิษไปขาย ส่วนวิธีการขายชาวบ้านจะรวมกลุ่มขายพร้อมกันหมด ทำให้สามารถต่อรองราคาตลาดได้ และถ้าเกิดปัญหาภาวะราคาผักปลอดสารพิษตกต่ำ หรือได้ผลผลิตไม่เต็มที่ สมาชิกในกลุ่มก็รวมตัวกันส่งขายตามยอดสั่ง หรือส่งตามร้านค้าทั่วไป ทั้งยังมีการออมเงินในกลุ่มเดือนละ 100 บาทต่อคน เพื่อจะได้มีแหล่งเงินทุนหมุนเวียนสำรองให้กับสมาชิกในกลุ่มกู้ยืมได้ในยามจำเป็น

นอกจากนี้ยังมีการพัฒนาระบบชลประทาน โดยมีการนำถังประปามาต่อระบบน้ำจากหนองรูแข้ เป็นระยะทาง 2 กิโลเมตร เพื่อเข้าสู่พื้นที่ปลูกผักปลอดสารหน้าโรงเรียนบ้านหนองรูแข้ ซึ่งส่งผลให้แปลงผักมีความอุดมสมบูรณ์ และมีความสะอาดปลอดภัย สามารถหล่อเลี้ยงคนในชุมชนได้ต่อไป

หมู่บ้านปลูกผัก

องค์การบริหารส่วนตำบลกุงสวรรค์ อำเภอโกสุมพิสัย จังหวัดมหาสารคาม

บ้านเหล่าโพธิ์ หมู่ที่ 5 ตำบลหนองกุงสวรรค์ มีจุดเด่นด้านการขับเคลื่อนผ่านเวทีประชาคม นับเป็นเครื่องมือที่หมู่บ้านใช้ในการพัฒนากิจกรรมต่างๆ การปลูกผักใช้ในครัวเรือนก็เป็นมติผ่านออกมาจากเวทีหมู่บ้าน โดยประชาคมลงมติให้มีการปลูกผักในทุกครัวเรือน ซึ่งหมู่บ้านสนับสนุนให้ใช้ปุ๋ยอินทรีย์ และน้ำหมักชีวภาพ เพื่อลดปริมาณการใช้สารพิษ

กลุ่มผักปลอดสารพิษเริ่มดำเนินการมาตั้งแต่ปี 2532 เป็นการรวมกลุ่มทำงาน โดยมุ่งเน้นให้สมาชิกเปลี่ยนแปลงการปลูกผักแบบใช้เคมีมาเป็นระบบเกษตรอินทรีย์ ทั้งสร้างความหลากหลายในระบบการผลิต ซึ่งการรวมกลุ่มทำให้เกิดการพึ่งพาตนเองทั้งในด้านปัจจัยการผลิต และสร้างความเข้มแข็ง

สมาชิกจำนวน 139 ครอบครัว เมื่อได้ผลผลิตแล้ว บางส่วนนำผักไปขายตามตลาด ในยามมีงาน ตัวแทนกลุ่มจะรวบรวมผลผลิตออกไปขายตามงานต่างๆ

กลุ่มมีการเลือกตั้งกรรมการบริหารทุก 1 ปี และแบ่งหน้าที่รับผิดชอบงานในแต่ละฝ่าย เช่น ฝ่ายการเงินบัญชี ฝ่ายจัดการเพาะปลูก และมีกองทุนหมุนเวียนสนับสนุนการผลิตของสมาชิก ซึ่งมีการกำหนดจุดประสงค์ ระเบียบการกู้ยืมชัดเจน และในแต่ละเดือนจะมีการประชุมกรรมการบริหาร หรือตามวาระโอกาสต่างๆ ที่จำเป็น

นอกจากนี้กลุ่มยังสนับสนุนให้สมาชิกได้เพิ่มเติมความรู้ด้านวิชาการต่างๆ โดยมีกิจกรรมด้านการศึกษาวิจัยร่วมกับหน่วยงานภายนอกอย่างต่อเนื่อง

พืชผักสวนครัวรั้วกินได้

องค์การบริหารส่วนตำบลเม็กดำ อำเภอพยัคฆภูมิพิสัย จังหวัดมหาสารคาม

กลุ่มพืชผักสวนครัวรั้วกินได้ ตำบลเม็กดำ เกิดขึ้นจากการส่งเสริมของ อบต.เม็กดำ ที่ต้องการให้ประชาชนในพื้นที่ใช้ปุ๋ยอินทรีย์และน้ำหมักชีวภาพในการเกษตร เพื่อลดปริมาณสารพิษซึ่งส่งผลกระทบต่อชีวิตของประชาชน และเพื่อเป็นการลดรายจ่ายในครัวเรือนลงด้วย

ปัจจุบันพืชที่ชาวบ้านนิยมปลูกมีตั้งแต่ กะเพรา โหระพา อัญชัน เดือย บัวบก ผักบุ้งไทย พริกขี้หนู มะเขือเทศ มะนาว ฟักทอง มะกรูด มะขาม มะเขือแค ใบชะพลู ขิง ข่า ตะไคร้ ตำลึง ถั่วแดง ส้มเขียวหวาน กล้วย มะม่วง ฝรั่ง มังคุด ขนุน มะละกอ และชมพู่ ซึ่งล้วนแต่เป็นการส่งเสริมให้เกิดระบบเศรษฐกิจชุมชมเข้มแข็งและยั่งยืนทั้งสิ้น

เมื่อมีผลผลิตมาก ชุมชนจึงรวมตัวกันนำพืชผักผลไม้ไปขายในตลาดหลัก ซึ่งจะมีกลุ่มพ่อค้ามารับซื้อ โดยเฉพาะพืชสมุนไพรเพื่อนำไปผลิตเป็นยาสมุนไพร ส่วนผักสวนครัวนั้นจะขายกันภายในชุมชน เน้นราคาถูก เพื่อให้ทุกคนได้กินผักที่ปลอดสารพิษ

สำหรับรูปแบบการบริหารกลุ่ม จะมีการเลือกตั้งกรรมการทุก 1 ปี มีการแบ่งหน้าที่รับผิดชอบงาน แต่ละฝ่าย เช่น ฝ่ายการเงินบัญชี ฝ่ายจัดการเพาะปลูก และมีกองทุนหมุนเวียนสนับสนุนการผลิตของสมาชิก ซึ่งมีการกำหนดจุดประสงค์และระเบียบการกู้ยืมอย่างชัดเจน นอกจากนี้ ยังมีกิจกรรมด้านการศึกษาวิจัยร่วมกับหน่วยงานภายนอก เช่น การพัฒนาพันธุ์พืช การพัฒนาปุ๋ยหมักชีวภาพ เพื่อลดต้นทุนการผลิตให้น้อยลง ถือเป็นการเรียนรู้และใช้ชีวิตตามครรลองวิถีเศรษฐกิจพอเพียงอย่างแท้จริง

รูปธรรมจาก
ภาคกลางตะวันออก

เกษตรสร้างสุข
เทศบาลเมืองวังน้ำเย็น อำเภอวังน้ำเย็น จังหวัดสระแก้ว

ภายในหมู่บ้านวังจำปี หมู่ที่ 6 ตำบลวังน้ำเย็น มีพื้นที่สาธารณประโยชน์อยู่จำนวนหนึ่ง ทางผู้นำชุมชนบริหารจัดการพื้นที่โดยให้ชาวบ้านที่ไม่มีพื้นที่ทำกินเป็นของตัวเอง ได้เข้ามาทำเกษตรเลี้ยงชีพ

ณัฐกิตต์ วันชูเสริม ผู้ใหญ่บ้านหมู่ที่ 6 เล่าให้ฟังว่า ประชากรที่อาศัยอยู่ในหมู่บ้านวังจำปีมีประมาณ 930 คน โดยมี 8-9 ครัวเรือนที่ไม่มีพื้นที่ทำกิน จึงให้ใช้พื้นที่สาธารณประโยชน์

“ชาวบ้านส่วนใหญ่เลือกปลูกผักสวนครัวบนพื้นที่รกร้าง โดยเราให้พวกเขาทำตลอดปี มีพืชอย่างถั่วฝักยาว ชะอม กับอื่นๆ ที่ขายได้ช่วยเลี้ยงปากเลี้ยงท้อง โดยแรกๆ เราเปิดให้จับจองตามสัดส่วนตามความเห็นชอบของที่ประชุม ดูกำลังดูแรงของคนที่ทำ ดูว่าเขาทำอะไรด้วย มีการเก็บค่าเช่าเล็กน้อย จ่ายให้กันในการประชุมประจำเดือน โดยพื้นที่เรามีอยู่ไม่เกิน 9 ไร่ มีบ่อหนึ่งบ่อ” ผู้ใหญ่บ้านหมู่ที่ 6 เล่า

ยายหล่ำ คุ้มเมือง เป็นชาวบ้านที่อาศัยพื้นที่สาธารณประโยชน์ทำกิน ยายหล่ำเล่าว่า ตนปลูกผักสวนครัว นำไปขายให้กับผู้ปกครองที่มารับบุตรหลานที่โรงเรียนเทศบาลมิตรสัมพันธ์วิทยา โดยเป็นผักปลอดสารเคมี ราคาถูก อาทิ ผักกาด พริก มะเขือเทศ ผักชี และยังมีแหล่งขายอีกที่คือตลาดนัดข้างโรงพยาบาลวังน้ำเย็น ซึ่งจะมีในวันอาทิตย์ วันอังคาร และวันพฤหัสบดี นอกจากขายผักแล้ว ยายหล่ำยังเช่าที่นาทำนาตามฤดูกาลด้วย

นอกเหนือจากให้เช่าพื้นที่สาธารณประโยชน์ในราคาถูกแล้ว ในบ่อน้ำของหมู่บ้านยังมีการนำปลามาปล่อย เพื่อจัดกิจกรรมแข่งขันจับปลา โดยทางหมู่บ้านจะขายบัตรใบละ 100 บาท เป็นกิจกรรมระดมทุน และสานสัมพันธ์คนในชุมชน

กลุ่มผักอินทรีย์บ้านทาม

องค์การบริหารส่วนตำบลบ้านทาม อำเภอศรีมหาโพธิ จังหวัดปราจีนบุรี

กลุ่มผักอินทรีย์บ้านทาม ก่อตั้งขึ้นจากการรวมตัวกันของกลุ่มผู้รักสุขภาพในชุมชน นำโดย **ดาวรุ่ง บุญนาค** โดยมีวัตถุประสงค์หลักในการส่งเสริมให้คนในชุมชนปลูกผักปลอดสารพิษไว้รับประทานเองในครัวเรือน ซึ่งจะส่งผลดีต่อสุขภาพ เพราะผักที่ปลูกเองผู้บริโภคจะสามารถแน่ใจได้ว่าสะอาด ปลอดภัย ไม่มีสารพิษตกค้าง นอกจากจะส่งผลดีต่อสุขภาพแล้ว การปลูกผักไว้รับประทานเองในครัวเรือนยังช่วยประหยัดค่าใช้จ่าย ทำให้ไม่ต้องไปซื้อหาผัก และหากเหลือจากการบริโภค ยังสามารถนำไปขายสร้างรายได้เสริมอีกด้วย

การดำเนินงานของกลุ่มผักอินทรีย์บ้านทามเน้นการทำงานร่วมกันแบบมีส่วนร่วม ให้สมาชิกมีส่วนร่วมคิด ร่วมทำ ร่วมรับประโยชน์ ร่วมเป็นเจ้าของ มีการสร้างข้อตกลงที่แน่ชัด และมีการจัดการทรัพยากรและเงินอย่างมีประสิทธิภาพ ผลจากการรวมกลุ่มฯ ช่วยให้สมาชิกมีวินัยมากขึ้น มีจิตสำนึก สามารถพึ่งตนเองและดำเนินชีวิตตามแนวทางวิถีเศรษฐกิจพอเพียง

กลุ่มผู้สูงอายุปลูกผักบ้านทาม

องค์การบริหารส่วนตำบลบ้านทาม อำเภอศรีมหาโพธิ จังหวัดปราจีนบุรี

กลุ่มผู้สูงอายุปลูกผักตำบลบ้านทาม มี **ชลภัส บางไผ่** เป็นผู้นำและวิทยากรหลัก รวมกลุ่มกันโดยมีเป้าหมายเพื่อรณรงค์ให้คนในชุมชนบ้านทาม โดยเฉพาะอย่างยิ่งกลุ่มผู้สูงอายุและกลุ่มผู้ป่วยเรื้อรังหันมาปลูกผักปลอดสารพิษเพื่อรับประทานในครัวเรือน เพราะคนกลุ่มนี้ต้องระวังเรื่องสุขภาพ และเลือกรับประทานอาหารเป็นพิเศษ เนื่องจากอยู่ในภาวะเสี่ยงต่อโรคความดันโลหิตสูงและโรคเบาหวาน การรับประทานผักจะช่วยส่งเสริมสุขภาพทำให้อาการไม่กำเริบ ทว่าผักที่ไปซื้อมาบริโภคมักมีสารพิษตกค้าง ไม่สดสะอาด และไม่เป็นผลดีต่อสุขภาพเท่าที่ควร การปลูกผักเองในครัวเรือนจะช่วยรับประกันว่าจะได้ผักปลอดภัยไว้บริโภค และช่วยประหยัดค่าใช้จ่าย

ผลจากการดำเนินงานของกลุ่มฯ นอกจากจะช่วยให้กลุ่มผู้สูงอายุและผู้ป่วยเรื้อรังได้มีผักปลอดภัยไว้รับประทานเพื่อส่งเสริมสุขภาพแล้ว ยังช่วยให้กลุ่มผู้สูงอายุและกลุ่มผู้ป่วยเรื้อรังได้ออกกำลังกายจากการปลูกผักสวนครัว มีสุขภาพจิตที่แช่มชื่นขึ้น ซึ่งจะช่วยส่งเสริมสุขภาพอย่างครบถ้วนในทุกมิติ

รูปธรรมจาก
ภาคกลางตะวันตก

บ้านพอเพียง

องค์การบริหารส่วนตำบลท่างาม อำเภออินทร์บุรี จังหวัดสิงห์บุรี

ชีวิตของเกษตรกรผู้หนึ่งเริ่มต้น เพราะวิกฤตน้ำท่วมเมื่อปี 2538 เวลานั้นนับเป็นน้ำท่วมครั้งใหญ่ในพื้นที่ตำบลท่างาม ประกอบกับอาชีพรับจ้างที่ทำอยู่ก็ถูกโกง สูญเงินและเสียกำลังใจ เมื่อน้ำเริ่มลดระดับ เห็นพื้นดินโล่งโถง จึงเป็นจุดเริ่มต้นใหม่ในชีวิตของ **ณรงค์ วิมา** เกษตรกรแห่งบ้านบางเล็ก หมู่ที่ 4 แห่งนี้

เมื่อน้ำลดจนเห็นผืนดินโล่งชุ่ม ณรงค์จึงหันมาปลูกผักสวนครัวเริ่มที่ชะอมซึ่งเวลานั้นให้ราคาดี จึงกลายเป็นทั้งแหล่งอาหารและรายได้ให้กับครอบครัววิมา ปีถัดมาเกิดน้ำท่วมซ้ำอีกครั้ง ณรงค์ยังคงยึดชะอมเป็นพืชหลักที่ปลูกหลังน้ำลด โดยปลูกมากกว่าเดิมไปขายที่ตลาดอินทร์บุรี ผลลัพธ์ยังคงน่าพอใจ ทว่าใน 2 ปีถัดมาน้ำยังท่วมต่อเนื่องอีก กับทั้งการปลูกชะอมเริ่มมีปัญหา ด้วยมีคนปลูกกันมาก ทำให้ไปตัดราคากันที่ตลาด ณรงค์จึงเริ่มที่จะปลูกผักอื่นๆ อาทิ ผักกวางตุ้ง ผักบุ้ง และผักคะน้าผสมด้วย

หลังประสบปัญหาน้ำท่วมต่อเนื่องกันหลายปี ณรงค์เริ่มปรับตัวได้ เกิดความชำนาญ เขาเล่าว่าระหว่างที่น้ำท่วมจะนำเรือออกจับปลา ซึ่งโดนกระแสน้ำพามาจากหลายที่ ถือเป็นรายได้อย่างดี เมื่อน้ำเริ่มทรงตัว จึงเพาะกล้าผักบนถาดลอย (โฟม) แล้วผูกติดไว้ตามต้นไม้ เมื่อน้ำลด ผักเหล่านี้ก็เติบโตจึงนำลงดิน ใช้เวลาไม่นานก็สามารถเก็บเกี่ยวผลผลิตไปขายได้ สอดรับกับตลาดที่ยังคงขาดแคลนผัก อันเนื่องมาจากน้ำท่วม

“ผมเริ่มปรับตัวเข้ากับปัญหา เรียนรู้ไป ผักที่ปลูกก็เน้นผักที่ตัวเองกินก่อน เหลือจึงขาย หลังน้ำลดทุกครั้งผมจะปลูกพืชโตเร็วและอยู่กับดินโคลนได้ดี ผักบุ้ง 15 วันก็ตัดขายได้ ผักกวางตุ้ง ผักคะน้า อย่างละ 1 เดือน พอดินเริ่มหมาดก็นำชะอมที่เพาะไว้มาลงตามร่องชะอมเอาดอกดาวเรืองมาผสม เวลารดน้ำชะอม ดาวเรืองก็ได้น้ำไปด้วย ความที่พื้นที่ของผมเป็นสี่เหลี่ยมด้านไม่เท่า ก็ต้องจัดระเบียบพื้นที่ หมุนเวียนพืชกันไป เพื่อรักษาธาตุอาหารในดิน”

กาลต่อมา ณงรค์มีความต้องการที่จะทำปุ๋ยหมักใช้เองในครัวเรือน จึงสมัครเข้าโครงการหมอดินอาสา เพื่อเก็บเกี่ยวความรู้มาทำใช้ในครัวเรือน ได้สูตรปุ๋ยหมักกองแห้ง ปุ๋มหมักน้ำ รวมถึงปุ๋ยรักษาโรคเชื้อรา นับเป็นการลดรายจ่ายในครัวเรือน

นอกจากปลูกผักไว้กินในครัวเรือน แล้วนำออกขายส่วนหนึ่งแล้ว ณรงค์ยังทำพันธุ์ผักจำหน่าย อาทิ กิ่งพันธุ์มะนาว กล้าชมจันทร์ เป็นต้น เท่านั้นยังไม่พอ ณรงค์และคู่ชีวิตยังทำน้ำยาล้างจานใช้เองในครัวเรือน เลี้ยงไก่ มีทำเตาเผาถ่านจากอิฐทนไฟ เพื่อทำถ่านผลไม้ แล้วยังมีน้ำส้มควันไม้ ไว้ใช้ฆ่าเชื้อราในดิน

“ตำบลท่างามนับว่าเป็นพื้นที่ที่ประสบปัญหาน้ำท่วมซ้ำซากเกิดขึ้นจนคุ้นชิน ผมบอกกับตัวเองเลยว่า ถ้าน้ำท่วม ก็เริ่มใหม่ แต่เริ่มใหม่ ต้องดีขึ้น เพราะผมเริ่มมีประสบการณ์ เริ่มมีการเตรียมความพร้อมทุกอย่าง เพื่อให้ผมและครอบครัวสามารถใช้ชีวิตอยู่กับน้ำได้ เหมือนไม่มีอะไรเกิดขึ้น”

ด้วยความมุ่งมั่นตั้งใจ ทำให้ณรงค์ได้รับรางวัลที่ 3 ของประเทศในปี 2555 จากการร่วมส่งผลงานประกวดปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง นอกจากนี้ ยังได้รับรางวัลความคิดสร้างสรรค์ ประเภทชุมชนทั่วไป สาขาผู้ดำเนินโครงงานพลังงานชุมชนเพื่อชุมชน โครงการประกวดผลงานพลังงานชุมชนเพื่อชุมชน จากคณะกรรมาธิการการพลังงาน วุฒิสภา ประจำปี 2556 และล่าสุดในปี 2557 นี้ ณรงค์ยังได้รับรางวัลปราชญ์เกษตรของแผ่นดิน ประจำจังหวัดสิงห์บุรี สาขาปราชญ์เกษตรเศรษฐกิจพอเพียง จากสำนักงานเกษตรจังหวัดสิงห์บุรี

เวลานี้ ณรงค์ยังได้พัฒนาบ้านของตนเองให้เป็นแหล่งเรียนรู้และสร้างเครือข่าย โดยใช้สื่อสังคมออนไลน์อย่างเฟซบุ๊ก (Narong Ta-ngam Wima) ในการแลกเปลี่ยนความคิดเห็น แบ่งปันพันธุ์พืช และให้ความช่วยเหลือเรื่องการทำการเกษตร และดำเนินชีวิตตามแนวปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงแก่ผู้ที่สนใจ...

รูปธรรมจาก
ภาคใต้ตอนบน

กลุ่มวิสาหกิจชุมชนมารวย
องค์การบริหารส่วนตำบลแม่นางขาว อำเภอคุระบุรี จังหวัดพังงา

เพราะชาวบ้านส่วนใหญ่มีอาชีพทำสวนยางพาราเป็นรายได้หลัก เมื่อถึงฤดูฝนชาวบ้านก็ต้องหาอาชีพอื่นทำเพื่อสร้างรายได้ให้กับครอบครัว จึงมีการส่งเสริมให้ประชาชนทำการเกษตรปลูกพืชปลูกผักในพื้นที่ของตนเอง จากนั้นก็นำผลผลิตที่ได้มาจำหน่ายเป็นการสร้างรายได้เล็กๆ น้อยๆ ให้แก่ครอบครัว

นอกจากนี้ ยังร่วมกับหน่วยงานของรัฐในทำกิจกรรมต่างๆ เพื่อสนับสนุนการปลูกผัก เช่น กรมทรัพยากรน้ำเข้ามาช่วยสร้างแหล่งน้ำเพื่อใช้ในการเกษตร และการอุปโภคบริโภค พัฒนาชุมชน เกษตรอำเภอให้คำปรึกษาในการทำเกษตรปลอดภัย และเมื่อได้ความรู้ก็มีการนำไปถ่ายทอดแก่ชุมชนข้างเคียง เพื่อให้เกิดการบูรณาการเชื่อมโยงกันทุกพื้นที่

สวนผักชุมชนคนหูยานบ้านน่าอยู่สู่สุขภาวะ
เทศบาลตำบลนาท่อม อำเภอเมือง จังหวัดพัทลุง

ก่อนปี 2554 ข้อมูลทางสุขภาพจากอนามัยตำบลนาท่อม ซึ่งมีการสุ่มตรวจเลือด พบประชาชนมีสารตกค้างในร่างกาย มากถึงร้อยละ 97 เสี่ยงต่อการเป็นโรคภัยไข้เจ็บมากมาย เพื่อแก้ปัญหาจึงมีผู้ริเริ่มปลูกผักในครัวเรือนบ้าง ในพื้นที่สาธารณะอื่นบ้าง โดยผักที่ปลูกก็มีประมาณ 20 ชนิด เมื่อผักในแปลงชุมชนเติบโตขึ้น ก็เริ่มมีการขยายกิจกรรมออกไปตามพื้นที่อื่นๆ ของชุมชน โดยมีการจับมือกับกลุ่มกิจกรรมอื่นๆ เพื่อนำผลผลิตที่ได้ไปแปรรูป

จึงอาจกล่าวได้ว่า สวนผักชุมชนคนหูยานฯ มีส่วนช่วยแก้ปัญหาและสร้างความสมดุลให้เกิดขึ้นในพื้นที่ และยังเป็นการตัดตอนปัญหาที่อาจจะเกิดขึ้นไม่ว่าจะเป็นวิกฤตอาหารปลอดภัย ปัญหาสุขภาพ ปัญหาด้านสิ่งแวดล้อมของชุมชน ที่สำคัญกิจกรรมนี้ยังเป็นตัวเชื่อมความสัมพันธ์ของคนในชุมชนอีกด้วย

คอนโดสลัดและแปลงสาธิต
เทศบาลกะปาง อำเภอทุ่งสง จังหวัดนครศรีธรรมราช

โครงการคอนโดสลัดและแปลงสาธิต เป็นการนำปุ๋ยดินอินทรีย์มาเป็นส่วนสำคัญในการเพาะปลูก ผลลัพธ์ที่ได้คือ ผักที่ปลูกมีรสชาติดี เป็นที่ต้องการของผู้บริโภค เพราะผ่านการผลิตที่ไร้สารเคมีโดยแท้จริง และยังเป็นการผลักดันให้คนในชุมชนรู้จักการพึ่งพาตนเอง สร้างรายได้เสริม มีความเข้มแข็งอันเกิดจากการทำงานร่วมกัน ตลอดจนรู้จักแสดงความคิดเห็นเพื่อให้การพัฒนาโครงการเป็นไปในทิศทางเดียวกัน

รูปธรรมจาก
ภาคใต้ตอนล่าง

เยาวชน...ต้นอ่อนทานตะวัน

เทศบาลตำบลรือเสาะ อำเภอรือเสาะ จังหวัดนราธิวาส

ที่โรงเรียนวัดราษฎร์สโมสร (ไพโรจน์วิทยา) หมู่ที่ 2 ตำบลรือเสาะ บ่มเพาะเยาวชนด้วยการให้พวกเขาเพาะต้นอ่อนทานตะวัน ผลผลิตที่เข้าสู่สายพานอาหารหลากหลายเมนู ทั้งไข่เจียวต้นอ่อนทานตะวัน แกงจืด ผัดน้ำมันหอย ชุบแป้งทอด หรือจะรับประทานสดๆ ก็อร่อยเหมือนกัน จนกลายเป็นสินค้าขายดีที่ผู้ปกครองช่วยกันอุดหนุน

นวลละออ อุยยามวงศ์ ครูกลุ่มสาระการงานพื้นฐานอาชีพ เล่าว่า กิจกรรมนี้เกิดขึ้นเมื่อปี 2557 จากแนวคิดของ **การัณย์ ศรัทธาทิพย์กุล** ผู้อำนวยการโรงเรียน ที่อยากเห็นกิจกรรมที่น้อมนำปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวฯ มาใช้ให้เห็นผล จึงริเริ่มทำ โดยมีทานตะวันที่โดดเด่นขึ้นมา

“ต้นอ่อนทานตะวันปลูกง่าย กินง่าย เด็กๆ ชอบ โดยเมล็ดพันธุ์สั่งมาจากเพื่อนที่กรุงเทพฯ ทางครูเปิดโอกาสให้เด็กทุกชั้นมาดูวิธีการทำ แต่ที่ให้ทำจริงมีตั้งแต่ ป.4-6 ซึ่งอยู่ในชมรมเศรษฐกิจพอเพียง ครั้งหนึ่งมีเด็กเข้าร่วม 15 คน ทางครูจะถามก่อนว่ามีใครอยากทำ ปรากฏว่ายกมือกันเต็ม เราเลยเลือก ป.6 ก่อนเป็นหลัก เพราะเดี๋ยวก็จบแล้ว” ครูนวลละอออ่า

ด.ช.ดีซัน มะดารี นักเรียนชั้น ป.6 และ **ด.ญ.สุชานันท์ สุริยงค์** นักเรียนชั้น ป.5 ช่วยกันเล่าถึงข้อดีของดอกทานตะวันว่ามีประโยชน์หลายอย่าง ตั้งแต่คุณค่าทางอาหาร มีโปรตีนสูงกว่าถั่วเหลือง มีวิตามิน A และ E ช่วยบำรุงสายตา วิตามิน B1 , B6 และโอเมกา 3-6-9 ช่วยบำรุงเซลล์สมอง ป้องกันสมองเสื่อม ทั้งยังมีธาตุเหล็กสูง รักษาภาวะโรคโลหิตจาง ที่สำคัญยังช่วยชะลอวัยได้อีกด้วย

ส่วนวิธีเพาะต้นอ่อนทานตะวันนั้น ต้องใช้วัสดุอุปกรณ์ดังนี้ เมล็ดทานตะวัน 1 กิโลกรัม ดินปลูกขุยมะพร้าว 1 กระสอบ ขนาด 5 กิโลกรัม ตะกร้าพลาสติกทรงสี่เหลี่ยม ขนาด 4 นิ้ว X 5 นิ้ว ถุงพลาสติกสีดำทึบแสง และบัวรดน้ำ

“ลำดับแรกให้นำเมล็ดทานตะวันมาแช่น้ำทิ้งไว้ประมาณ 1 คืน หรือราว 8-12 ชั่วโมง จากนั้นนำดินขุยมะพร้าวใส่ตะกร้า หนาประมาณ 1-2 เซนติเมตร นำเมล็ดทานตะวันที่แช่น้ำแล้วมาโรยบนดินขุยมะพร้าว พยายามอย่าให้เมล็ดซ้อนกัน ทำตะกร้าใหม่ให้เหมือน แล้วซ้อนตะกร้าเป็นชั้นๆ ใช้บัวรดน้ำให้ชุ่ม แล้วใช้ถุงดำคลุมไม่ให้โดนแดดเป็นเวลา 24 ชั่วโมง เมื่อครบให้เปิดถุงดำออก นำตะกร้าต้นที่เริ่มงอกออกไปวางในห้องที่ไม่มีแสง แต่ต้องมีการระบายอากาศที่ดี โดยวางซ้อนแบบคอนโดเช่นเดิม พร้อมกับรดน้ำเช้า-เย็นทุกวัน จนถึงวันที่ 4 เว้นแต่วันที่ฝนตกให้รดช่วงเย็นอย่างเดียว ไม่เช่นนั้นอาจขึ้นราได้ พอถึงวันที่ 5 นำตะกร้าต้นอ่อนมาวางในห้องที่มีแสงปกติ และสามารถตัดต้นอ่อนทานตะวันขายได้” ด.ญ.สุชานันท์ สาธยาย

ทั้งนี้เมล็ดทานตะวัน 1 กิโลกรัม สามารถนำมาเพาะได้ถึง 12 ตะกร้า ผลผลิตต่อตะกร้าหนึ่งสามารถใส่ได้ 3 ถุงเล็ก โดยผลผลิตที่ได้จะแบ่งออก 2 ส่วน คือนำมาประกอบอาหารกลางวันที่โรงเรียน ส่วนที่เหลือนำไปจำหน่าย ซึ่งมีทั้งแบบบรรจุถุงเล็ก 130 กรัม และถุงใหญ่ 300 กรัม ราคา 20 และ 50 บาทตามลำดับ นอกจากนี้ยังขายแบบเมล็ดสำเร็จรูปถุงละ 20 บาท โดยขายกันที่โรงเรียนวัดราษฎร์สโมสร (ไพโรจน์วิทยา) ช่วงหลังเลิกเรียน ส่วนวันเสาร์-อาทิตย์ มีนำไปฝากขายที่โรงพยาบาลรือเสาะ

“เราเคยพาเด็กไปออกงานมหกรรมแข่งขันงานเกษตรที่จัดโดยสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษานราธิวาสด้วย” ครูนวลละออกล่าวด้วยความภูมิใจ

การปลูกต้นอ่อนทานตะวันรอบหนึ่งใช้ต้นทุนประมาณ 300 บาทหลักๆ เป็นค่าดินกับค่าถุงพลาสติก ขายได้กำไรเฉลี่ย 200 บาท รายได้ส่วนหนึ่งนำไปซื้อเมล็ดมาเพาะพันธุ์ต่อ อีกส่วนหนึ่งนำกลับมาพัฒนาโรงเรียน เช่น การทาสีโต๊ะเก้าอี้ใหม่ นอกจากนั้นมีการแบ่งรายได้เล็กๆ น้อยๆ ให้แก่นักเรียนที่เป็นคนทำด้วย

เกษตรพอเพียง บ้านบลูกา

องค์การบริหารส่วนตำบลตะปอเยาะ อำเภอยี่งอ จังหวัดนราธิวาส

บ้านพักหลังย่อมๆ รายล้อมไปด้วยพืชผัก พืชสวนมากมาย สัตว์ปีกหลายสิบชีวิต ทั้งเป็ดทั้งไก่ออกมาต้อนรับขับสู้ทันทีที่ย่างกรายเข้ามาหน้าประตู

เกษตรกรมือฉมัง **อาแว หูสูตู** ซึ่งปัจจุบันควบตำแหน่งประธานอาสาสมัครเกษตรกร ตำบลตะปอเยาะ เล่าว่าเมื่อปี 2553 ชาวบ้านที่นี่มีปัญหาเรื่องรายได้กันเยอะ ด้วยความที่อยากจะช่วยเพิ่มรายได้และลดค่าใช้จ่ายในครัวเรือนลง จึงริเริ่มโครงการเกษตรพอเพียง เพื่อให้ชาวบ้านมีงานทำ โดยการทำงานเน้นไปที่ 3 เรื่องใหญ่ๆ คือ ด้านประมง ด้านปศุสัตว์ และด้านเกษตร

“เรามีการปลูกพืชทุกอย่างที่เรากิน ทั้งพริก แตงโม ข้าวโพด ข้าวปาล์ม ลองกอง ยางพารา แล้วก็เลี้ยงปลาดุก ปลานิล ปลาตะเพียน นอกนั้นก็เลี้ยงไก่ 12 ตัว เลี้ยงเป็ดเทศบ้าง ทำอยู่คนเดียว เพื่อให้ชาวบ้านรู้ว่ามันดีอย่างไร แต่วัวเราไม่เลี้ยง เพราะถ้าเลี้ยงแล้วไปไหนไม่ได้ ต้องดูแลตลอด ต่อมาทางเกษตรอำเภอก็เข้ามาเสนอโครงการให้ช่วย โดยเขาให้ผมทำหน้าที่คล้ายๆ เป็นต้นแบบ และคอยประชาสัมพันธ์ข่าวคราวต่างๆ อย่างเช่น เดือนนี้จะมีโครงการอะไรบ้าง เราก็ไปกระจายข่าวที่มัสยิด”

การยื่นมือของหน่วยงานรัฐ ทำให้ผู้อาวุโสกลายเป็นศูนย์กลางของการช่วยเหลือผู้ยากไร้ ทั้งปุ๋ย ทั้งพืชพันธุ์หลายชนิด รวมไปถึงพันธุ์ไก่ ถูกแจกจ่ายไปยังเกษตรกรสวนยางที่ต้องเผชิญกับราคาผลผลิตตกต่ำ รวมไปถึงเพื่อนบ้านที่คุ้นเคยกัน

“เราต้องการให้เขาใช้ชีวิตตามวิถีเศรษฐกิจพอเพียง ทำเองใช้เอง ถ้าเหลือใช้ สามารถนำไปขายได้ เพิ่มรายได้ให้แก่ครัวเรือน ที่สำคัญการทำงานของเราเน้นการรวมกลุ่ม ทำพร้อมกันเป็นเครือข่าย อย่างล่าสุดที่ลงไปทำคือแตงโม ซึ่งตอนนี้ชาวบ้านหลายคนเริ่มทำแล้ว โดยผมเข้าไปเป็นวิทยากร แต่ถ้าจะทำเองคนเดียวก็ไม่เป็นไร เราส่งเสริมเหมือนกัน” ผู้อาวุโสแห่งหมู่ที่ 4 บ้านบลูกาสนอกล่าว

ปัจจุบันมีชาวบ้านจากทุกหมู่บ้านเข้ามาขอความช่วยเหลือกับอาแว ซึ่งเขาก็ยินดีช่วยเหลือทุกรายไป บางครั้งเขายังเป็นตัวกลางในการพาเกษตรกรในพื้นที่ไปดูงานที่ศูนย์ศึกษาการพัฒนาพิกุลทองอันเนื่องมาจากพระราชดำริ จังหวัดนราธิวาส ไปดูการปลูกพืชสวนต่างๆ ให้เกษตรกรเหล่านั้นเกิดแรงบันดาลใจที่จะกลับมาพัฒนาพื้นที่ของตนเอง เพื่อความยั่งยืนของชีวิต

“ผมคิดว่าเป็นหน้าที่ของเราที่ต้องช่วยเหลือชาวบ้าน อย่างล่าสุดผมไปเป็นวิทยากรที่โรงเรียนบ้านบลูกาสนอ ไปสอนให้เขาเห็นความสำคัญของการพึ่งพาตัวเอง” เกษตรกรตัวอย่างกล่าวย้ำก่อนจบการสนทนา

โรงเรียนบ้านบลูกาสนอ

องค์การบริหารส่วนตำบลตะปอเยาะ อำเภอยี่งอ จังหวัดนราธิวาส

เดินเข้าไปในโรงเรียนบ้านบลูกาสนอ หมู่ที่ 4 จะพบความร่มรื่นที่รับประทานได้ เพราะที่นี่ให้เด็กนักเรียนทำเกษตรกรรม ปลูกผักหลายสิบแปลง เรียงรายรอท่าให้ดูแลรดน้ำ ยังไม่ทันที่ภาพความคิดจะเปลี่ยน น้องๆ ก็เดินหยอกล้อกันมา ในมือถือบัวรดน้ำ ก่อนเดินลงไปตักน้ำที่บ่อขุดข้างแปลงผัก ซึ่งในบ่อนี้มีปลาหลากหลายชนิดรอเก็บเป็นอาหารกลางวัน

ภาพที่เห็นนี้ เกิดขึ้นจากความสมัครสมานสามัคคีของบรรดาครูและนักเรียนที่อยากให้โรงเรียนของพวกเขากลายเป็นศูนย์เรียนรู้ด้านเศรษฐกิจพอเพียง ซึ่งความมุ่งหวังดังกล่าวไม่ได้ไกลเกินเอื้อมแล้ว ทั้งยังไม่ได้ตอบโจทย์ด้านการเกษตรเท่านั้น แต่ยังตอบโจทย์การใช้ชีวิตให้มีคุณค่า โดยพึ่งพาตนเองให้มากที่สุด

นิอูมา ดือราแม รองผู้อำนวยการโรงเรียนบ้านบลูกาสนอ เล่าว่า โครงการนี้เริ่มต้นมาจากทางจังหวัดนราธิวาสได้จัดงบประมาณมาให้ตั้งแต่ปี 2555 เพื่อทำโครงการเกี่ยวกับอาหารกลางวันของนักเรียน ซึ่งจะมีการอบรมทั้งครูและนักเรียน โดยครู 2 คน คือตัวเขากับ **เล็ก แมะเต๊ะ** หัวหน้าผู้รับผิดชอบโครงการคนปัจจุบัน กับยุวเกษตรกรอีก 15 คน ไปดูงานที่ศูนย์ศึกษาการพัฒนาพิกุลทองอันเนื่องมาจากพระราชดำริ จังหวัดนราธิวาส เป็นเวลา 2 วัน ซึ่งได้แนวทางและแรงบันดาลใจกลับมาทำที่โรงเรียน

พออบรมเสร็จครู 2 คนก็แยกไปอบรมต่อที่โครงการลูกพระดาบสสมุทรปราการตามพระราชดำริ อีก 12 วัน ได้ความรู้เรื่องปลูกผักเพาะเห็ด จัดการกับระบบชลประทาน ซึ่งสามารถมาปรับใช้กับโรงเรียนได้เป็นอย่างดี

“หลังกลับมาเราปรับแปลงเกษตรเดิมของเรา เพราะเราทำสำหรับเรียนอย่างเดียว จึงทำโครงการของบประมาณไปที่จังหวัดได้มา 200,000 บาท มาปรับปรุงบ่อปลา เพราะมันเป็นบ่อเก่าแล้ว มีแต่น้ำเสีย ส่วนพวกแปลงผักก็ซื้อพันธุ์พืชมาลง หลังจากนั้นเราก็ได้งบสนับสนุนเรื่อยมาปีละ 40,000 บาท” นิอูมา เล่า

ส่วนการแบ่งหน้าที่ในการทำงาน รองผู้อำนวยการบอกว่า เรื่องช่วงอายุเป็นสิ่งสำคัญ หากเป็นเด็กเล็ก ป.1-3 จะให้ดูแลเรื่องง่ายๆ ไปก่อน เช่น รดน้ำใส่ปุ๋ยสมุนไพร ช่วยเหลืองานรุ่นพี่ตามกำลัง ส่วนเด็กโต ป.4-6 เป็นผู้รับผิดชอบหลัก ตั้งแต่ดูแลแปลงผัก บ่อปลา เพราะสิ่งนี้อยู่ในหลักสูตรวิชาเรื่องเศรษฐกิจพอเพียง โดยแบ่งความรับผิดชอบ 3-4 คนต่อแปลง ซึ่งจะมีครูเป็นผู้ดูแลช่วยเหลือด้านอุปกรณ์ ส่วนพวกพันธุ์พืช มีเกษตรอำเภอ ประมงอำเภอมาช่วยจัดการ อย่างล่าสุดก็เอาพันธุ์ปลาดุก ปลาไน ปลานิล มาให้ ส่วนปลาหมอเทศ โรงเรียนกำลังดำเนินการขอรับสนับสนุนอยู่ โดยปลาที่เลี้ยงนี้ไม่ได้ขาย เพราะตั้งใจใช้สำหรับอาหารกลางวันของนักเรียน

ส่วนพวกผัก พืชสมุนไพรนี้ ขายได้ กินเองด้วย โดยที่นี่จะมีสหกรณ์เล็กๆ ซึ่งเกิดขึ้นจากการรวมเงินของเด็กและครูคนละ 10 บาท จำหน่ายผักสดๆ ทุกวัน ตั้งแต่เวลา 15.10-15.40 น. ทั้งผักบุ้ง แตงกวา ผักยาว คะน้า หัวหอม เห็ดนางฟ้าภูฐาน โดยเงินที่ได้ก็นำกลับมาหมุนเวียนใช้ทำกิจกรรม เป็นค่าน้ำ ค่าไฟ ค่าใช้จ่ายจิปาถะ

ล่าสุดทางรองผู้อำนวยการยังแอบเกริ่นๆ มาว่า นอกจากพืชสวนครัวแล้ว จะเริ่มส่งเสริมให้ปลูกไม้ยืนต้นบ้าง ทั้งมะนาว มะละกอ เพื่อให้เด็กได้ฝึกกิจกรรมที่หลากหลาย และสามารถนำผลผลิตไปต่อยอดได้

จากความตั้งใจจริงของคณะครูและนักเรียน 254 คน จึงไม่น่าแปลกใจเลยว่าทำไมเมื่อปี 2557 โรงเรียนบ้านบลูกาสนอ ถึงได้รับการยกย่องให้เป็นโรงเรียนดีเด่นด้านโครงการพัฒนาและขยายผลโครงการอันเนื่องมาจากพระราชดำริ ระดับอำเภอ เพราะการบูรณาการเรื่องวิถีชีวิตอย่างลงตัว คือปัจจัยสำคัญที่ทำให้นักเรียนที่นี่เติบโตอย่างมีคุณภาพ และรู้จักพึ่งพาตนเอง

ครัวเรือนต้นแบบเศรษฐกิจพอเพียง

องค์การบริหารส่วนตำบลห้วยกระทิง อำเภอกรงปินัง จังหวัดยะลา

ครัวเรือนต้นแบบเศรษฐกิจพอเพียง เป็นแนวคิดของ **มะซอรี มาฮะ** ที่ต้องการสร้างรายได้แก่เยาวชน และส่งเสริมให้ทุกคนใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ สามารถพึ่งพาตนเองได้ โดยเฉพาะด้านเศรษฐกิจพอเพียง จึงชักชวนเด็กๆ ให้ปลูกผักสวนครัวเพื่อรับประทานในครัวเรือน และเมื่อเหลือก็แบ่งไปจำหน่ายหรือแบ่งปันแก่ครัวเรือนอื่นๆ ถือเป็นการใช้ชีวิตตามวิถีเศรษฐกิจพอเพียงอย่างแท้จริง