

หลักสูตรฝึกอบรม : โครงการพัฒนาสังคมและชุมชน เรื่องการส่งเสริมการใช้สมุนไพรในครัวเรือน
ศูนย์ส่งเสริมการเรียนรู้ระดับอำเภอคลองขลุง ประจำปีงบประมาณ 2569 กลุ่มที่ 1
จำนวน 5 ชั่วโมง

ความเป็นมา

การจัด ส่งเสริม สนับสนุนการเรียนรู้เพื่อการพัฒนาตนเอง ด้านการพัฒนาสังคมและชุมชน เป็นการจัดการกระบวนการสร้างและกระตุ้นให้บุคคล กลุ่มบุคคลเกิดจิตสำนึก จิตสาธารณะช่วยเหลือซึ่งกันและกัน ตระหนักและเห็นความสำคัญในการพัฒนาสังคมและชุมชนอย่างยั่งยืน ตลอดจนการเรียนรู้ การใช้เทคโนโลยีที่เหมาะสม เน้นการจัดการเรียนรู้โดยใช้ชุมชนเป็นฐาน ในการสร้างและวางรากฐานความรู้ ความดี และความสามารถทุก ๆ ด้าน ตามพระบรมราโชบายด้านการศึกษา ในหลวงรัชกาลที่ 10 มุ่งสร้างพื้นฐานให้กับผู้เรียน 4 ด้าน ได้แก่ 1) มีทัศนคติที่ถูกต้องต่อบ้านเมือง 2) มีพื้นฐานชีวิตที่มั่นคง มีคุณธรรม 3) มีงานทำ มีอาชีพ และ 4) เป็นพลเมืองดี ซึ่งสอดคล้องกับพระราชบัญญัติส่งเสริมการเรียนรู้ พ.ศ. 2566 มาตรา 5 “เพื่อพัฒนาบุคคลให้มีความสมบูรณ์ทั้งร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคมและสติปัญญา ความเป็นจริงแล้วพืชสมุนไพรเป็นสิ่งที่อยู่คู่คนไทยมานับพันปีแต่เมื่อการแพทย์แผนปัจจุบันเริ่มเข้ามามีบทบาทในบ้านเรา ทำให้สรรพคุณและคุณค่าของสมุนไพรไทยอันเป็นที่เรียกได้ว่า “ภูมิปัญญาไทยโบราณ” ก็เริ่มถูกบดบังลงไปเรื่อย ๆ และถูกทอดทิ้งไปในที่สุด แต่คนส่วนใหญ่ก็พอรู้กันบ้างแล้วว่าสมุนไพรไทยเป็นสิ่งที่มีความค่าใช้ประโยชน์ได้จริง และใช้ได้กว้างขวางแต่เป็นเพราะเราใช้วิธีการรักษาโรคแผนใหม่มานานมากจนวิชาการแพทย์แผนโบราณที่มีสมุนไพรเป็นยาหลักถูกลืมจนต่อไม่ติด ทำให้เยาวชนรุ่นหลัง ๆ รู้จักสมุนไพรไทยได้น้อยมากและแทบจะไม่รู้จักเลยทั้ง ๆ ที่สมุนไพรเหล่านั้นอยู่ใกล้ ๆ ตัวเรานั่นเอง

ศูนย์ส่งเสริมการเรียนรู้ระดับอำเภอคลองขลุง ได้ตระหนักถึงความสำคัญของการพัฒนาประชาชนให้มีประสิทธิภาพ จึงจัดทำโครงการพัฒนาสังคมและชุมชน เรื่องการส่งเสริมการใช้สมุนไพรในครัวเรือน ศูนย์ส่งเสริมการเรียนรู้ระดับอำเภอคลองขลุง ประจำปีงบประมาณ 2569 เพื่อเป็นการส่งเสริมให้ประชาชนในชุมชน รู้จักและใช้สมุนไพรในครัวเรือน สามารถนำความรู้ความเข้าใจในเรื่องสมุนไพรในท้องถิ่นในการดูแลสุขภาพได้อย่างถูกต้อง และสามารถเผยแพร่ให้ความรู้แก่ผู้อื่นได้

หลักการของหลักสูตร

1. เป็นหลักสูตรที่เน้นบูรณาการเนื้อหาสาระภาคทฤษฎีควบคู่ไปกับการฝึกปฏิบัติจริง ผู้เข้าร่วมโครงการสามารถนำความรู้และทักษะไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน
2. เป็นหลักสูตรที่มีโครงสร้างยืดหยุ่น ด้านเวลาเรียน การจัดการเรียนรู้โดยเน้นบูรณาการเนื้อหาให้สอดคล้องกับวิถีชีวิต ความแตกต่างของบุคคลและชุมชน

จุดมุ่งหมาย

ผู้เข้าร่วมโครงการมีความรู้ เรื่องการส่งเสริมการใช้สมุนไพรในครัวเรือน ศูนย์ส่งเสริมการเรียนรู้ระดับอำเภอคลองขลุง ประจำปีงบประมาณ 2569 สามารถนำไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันของตนเองได้

เป้าหมาย

ประชาชนทั่วไปที่อยู่ในกลุ่มวัยแรงงาน กลุ่มผู้พิการ หรือกลุ่มเป้าหมายตามนโยบายของรัฐบาล เช่น กลุ่มผู้สูงอายุ กลุ่มเยาวชนนอกระบบ และผู้ถือบัตรสวัสดิการแห่งรัฐ ฯลฯ

ระยะเวลา วันที่ 2 มีนาคม 2569 จำนวน 5 ชั่วโมง ทฤษฎี 2 ชั่วโมง ภาคปฏิบัติ 3 ชั่วโมง

โครงสร้างหลักสูตร

ที่	เรื่อง	จุดประสงค์การเรียนรู้	เนื้อหา	การจัดกระบวนการเรียนรู้	จำนวนชั่วโมง	
					ทฤษฎี	ปฏิบัติ
1	สมุนไพรไทย	1 ผู้เข้าร่วมโครงการมีทักษะความรู้เรื่องสมุนไพร พื้นบ้าน	1. สมุนไพรไทย	1. วิทยากรอธิบายสมุนไพรไทยที่นำมาใช้ในชีวิตประจำวัน	30 นาที	
.2	เรื่องสรรพคุณของสมุนไพร	1. ผู้เข้าร่วมโครงการมีทักษะความรู้เรื่องสรรพคุณสมุนไพรไทย	1 สรรพคุณสมุนไพร 2. การวางแผนการใช้สมุนไพรในแต่ละชนิด	1. วิทยากรอธิบายประเภทของสมุนไพรในแต่ละชนิด 2. วิทยากรและผู้เข้าร่วมโครงการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ในการจดบันทึกสรรพคุณของสมุนไพร	30 นาที	1 ชั่วโมง
2.	เรื่องการทำน้ำสมุนไพร ป้องกันโรคความ	1. เพื่อให้เรียนมีความรู้และทักษะในการใช้สมุนไพรเพื่อ	วิธีการทำน้ำสมุนไพร การทำน้ำ	1. วิทยากรบรรยายเรื่องการทำน้ำ	30 นาที	1 ชั่วโมง

ที่	เรื่อง	จุดประสงค์การเรียนรู้	เนื้อหา	การจัดกระบวนการเรียนรู้	จำนวนชั่วโมง	
					ทฤษฎี	ปฏิบัติ
	ดันโลหิตสูง เบาหวานและไขมัน ในเลือดสูง	ป้องกันโรค เช่น โรคเบาหวาน ความ ดันโลหิตสูง และ ไขมันในเลือดสูง	กระเจี๊ยบ	กระเจี๊ยบ 2. ผู้เข้าร่วม โครงการลงมือ ปฏิบัติจริง 3. ผู้เข้าร่วม โครงการร่วมกัน สรุปเกี่ยวกับ สมุนไพรไทย		
4.	การทำน้ำขิง	1. เพื่อให้เรียนมี ความรู้และทักษะใน การทำน้ำขิง	วิธีการทำน้ำขิง	วิทยากรสาธิตการ ทำน้ำขิง และให้ผู้เข้าร่วม โครงการลงมือ ปฏิบัติ	30 นาที	1 ชั่วโมง

สื่อการเรียนรู้

1. ใบความรู้เรื่องสรรพคุณสมุนไพรไทย
2. อินเทอร์เน็ต
3. วัสดุฝึกอบรม

การวัดผลประเมินผล

1. การประเมินความรู้ภาคทฤษฎีระหว่างเรียนและจบหลักสูตร
2. การประเมินผลงานระหว่างเรียนจากการปฏิบัติ ได้ผลงานที่มีคุณภาพ

เกณฑ์การจบหลักสูตร

1. มีผลการประเมินตลอดหลักสูตร ไม่น้อยกว่าร้อยละ 80

หมายเหตุ หน่วยจัดการเรียนรู้สามารถปรับเปลี่ยนได้ตามความเหมาะสม

แบบเขียนโครงการฝึกอบรม

1. ชื่อโครงการ : โครงการพัฒนาสังคมและชุมชน เรื่องการส่งเสริมการใช้สมุนไพรในครัวเรือน
ศูนย์ส่งเสริมการเรียนรู้ระดับอำเภอคลองขลุง ประจำปีงบประมาณ 2569

2. ความสอดคล้องกับนโยบาย

จุดเน้นการดำเนินงาน ของกรมส่งเสริมการเรียนรู้ ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. 2569

1. ปฏิรูปการเรียนรู้สู่ระบบที่ยืดหยุ่น เชื่อมโยง และไร้รอยต่อ

1.1 ยกระดับการจัดการเรียนรู้ 3 รูปแบบ ให้มีคุณภาพสูงและตอบโจทย์ชีวิตจริง ส่งเสริมการเรียนรู้ที่ยืดหยุ่น มีทางเลือกสำหรับทุกคน และเชื่อมโยงการเรียนรู้ทุกรูปแบบอย่างไร้รอยต่อ

3. ส่งเสริมการเรียนรู้เพื่อพัฒนาทักษะแห่งอนาคต สู่การเป็นพลเมืองที่เข้มแข็งและมีคุณภาพ

3.2 มุ่งสร้างพื้นฐานให้ประชาชนพร้อมรับมือ กับการเปลี่ยนแปลงของสังคมและโลกการทำงาน เช่น ทักษะการสื่อสารและการทำงานร่วมกัน ทักษะการเรียนรู้ตลอดชีวิต และการปรับตัว ทักษะด้านวัฒนธรรมและความคิดสร้างสรรค์

6.ขยายโอกาสการเรียนรู้ ให้ครอบคลุมทุกกลุ่มเป้าหมาย

6.3 ส่งเสริมการเรียนรู้ระหว่างวัย และการเตรียมความพร้อมสู่สังคมสูงวัยอย่างมีคุณภาพ

3. หลักการและเหตุผล

การจัด ส่งเสริม สนับสนุนการเรียนรู้เพื่อการพัฒนาตนเอง ด้านการพัฒนาสังคมและชุมชน เป็นการจัด กระบวนการสร้างและกระตุ้นให้บุคคล กลุ่มบุคคล เกิดจิตสำนึก จิตสาธารณะช่วยเหลือ ซึ่งกันและกัน ตระหนักและเห็นความสำคัญในการพัฒนาสังคมและชุมชนอย่างยั่งยืน ตลอดจนการเรียนรู้ การใช้เทคโนโลยีที่เหมาะสม เน้นการจัดการเรียนรู้โดยใช้ชุมชนเป็นฐาน ในการสร้างและวางรากฐานความรู้ ความดี และความสามารถทุก ๆ ด้าน ตามพระบรมราโชบายด้านการศึกษา ในหลวงรัชกาลที่ 10 มุ่งสร้างพื้นฐาน ให้กับ ผู้เรียน 4 ด้าน ได้แก่ 1) มีทัศนคติที่ถูกต้องต่อบ้านเมือง 2) มีพื้นฐานชีวิตที่มั่นคง มีคุณธรรม 3) มีงานทำ มีอาชีพ และ 4) เป็นพลเมืองดี ซึ่งสอดคล้องกับพระราชบัญญัติส่งเสริมการเรียนรู้ พ.ศ. 2566 มาตรา 5 “เพื่อ พัฒนาบุคคลให้มีความสมบูรณ์ทั้งร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคมและสติปัญญา ความเป็นจริงแล้วพืชสมุนไพร เป็นสิ่งที่อยู่คู่คนไทยมานับพันปีแต่เมื่อการแพทย์แผนปัจจุบันเริ่มเข้ามามีบทบาทในบ้านเรา ทำให้สรรพคุณ และคุณค่าของสมุนไพรไทยอันเป็นที่เรียกได้ว่า “ภูมิปัญญาไทยโบราณ” ก็เริ่มถูกบดบังลงไปเรื่อย ๆ และถูก ทอดทิ้งไปในที่สุด แต่คนส่วนใหญ่ก็พอรู้กันบ้างแล้วว่าสมุนไพรไทยเป็นสิ่งที่มีความค่าใช้ประโยชน์ได้จริง และ ใช้ได้อย่างกว้างขวางแต่เป็นเพราะเราใช้วิธีการรักษาโรคแผนใหม่มานานมากจนวิชาการแพทย์แผนโบราณที่มี

สมุนไพรเป็นยาหลักถูกลืมจนต่อไม่ติด ทำให้เยาวชนรุ่นหลัง ๆ รู้จักสมุนไพรไทยได้น้อยมากและแทบจะไม่รู้จักเลย ทั้ง ๆ ที่สมุนไพรเหล่านั้นอยู่ใกล้ ๆ ตัวเรานี่เอง

ศูนย์ส่งเสริมการเรียนรู้ระดับอำเภอคลองขลุง ได้ตระหนักถึงความสำคัญของการพัฒนาประชาชนให้มีประสิทธิภาพ จึงจัดทำโครงการพัฒนาสังคมและชุมชน เรื่องการส่งเสริมการใช้สมุนไพรในครัวเรือน

ศูนย์ส่งเสริมการเรียนรู้ระดับอำเภอคลองขลุง ประจำปีงบประมาณ 2569 เพื่อเป็นการส่งเสริมให้ประชาชนในชุมชน รู้จักและใช้สมุนไพรในครัวเรือน สามารถนำความรู้ความเข้าใจในเรื่องสมุนไพรในท้องถิ่นในการดูแลสุขภาพได้อย่างถูกต้อง และสามารถเผยแพร่ให้ความรู้แก่ผู้อื่นได้

4. วัตถุประสงค์

- 4.1 เพื่อให้ประชาชนมีความรู้ความเข้าใจในเรื่องสรรพคุณสมุนไพรในครัวเรือน
- 4.2 เพื่อให้ประชาชนรู้จักและใช้สมุนไพรในครัวเรือน ในการรักษาโรคเบื้องต้น
- 4.3 เพื่อให้ประชาชนสามารถนำความรู้ความเข้าใจในเรื่องสมุนไพรในท้องถิ่นในการดูแลสุขภาพมาปรับใช้ในการดำเนินชีวิตได้อย่างถูกต้อง

5. กลุ่มเป้าหมาย

เชิงปริมาณ

ประชาชนตำบลวังไทร ตำบลแม่ลาด ตำบลวังบัว จำนวน 6 คน

เชิงคุณภาพ

ผู้เข้ารับการฝึกอบรม มีความรู้ความเข้าใจในการใช้สมุนไพรในครัวเรือน สามารถนำความรู้ความเข้าใจในเรื่องสมุนไพรในท้องถิ่นมาใช้ในการดูแลสุขภาพได้อย่างถูกต้อง และสามารถเผยแพร่ให้ความรู้แก่ผู้อื่นได้

6. วิธีการดำเนินการ

กิจกรรมหลัก	วัตถุประสงค์	กลุ่มเป้าหมาย	เป้าหมาย	พื้นที่ดำเนินการ	ระยะเวลา	งบประมาณ
1. ขั้นวางแผน (Plan) 1.1 สํารวจกลุ่มเป้าหมายและความต้องการ	เพื่อสํารวจและรวบรวมข้อมูลในการจัดกิจกรรม	บุคลากร สกร.ระดับอำเภอ คลองขลุง	15 คน	สกร.ระดับอำเภอ คลองขลุง	ก.พ. 2569	-
1.2 รวบรวมและวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อจัดกระบวนการเรียนรู้ให้ตรงตามศักยภาพความต้องการของกลุ่มเป้าหมาย	เพื่อวางแผนการปฏิบัติงานตามโครงการ	บุคลากร สกร.ระดับอำเภอ คลองขลุง	15 คน	สกร.ระดับอำเภอ คลองขลุง	ก.พ. 2569	-
1.3 ประชุมวางแผนการปฏิบัติงาน - จัดทำโครงการและขออนุมัติโครงการ - เตรียมสื่อเอกสาร และวัสดุที่ใช้ในโครงการ	ทำเอกสารขออนุมัติโครงการ	บุคลากร สกร.ระดับอำเภอ คลองขลุง	15 คน	สกร.ระดับอำเภอ คลองขลุง	ก.พ. 2569	ทำเอกสารขออนุมัติโครงการ
2. ขั้นดำเนินการ (Do)	เพื่อสามารถดำเนินการตามโครงการได้	ประชาชนทั่วไป	15 คน	ณ บ้านอ่างทอง ตำบลวังไทร	2 มีนาคม 2569	2,300

<p>ดำเนินการจัด โครงการพัฒนา สังคมและชุมชน เรื่องการส่งเสริม การใช้สมุนไพรใน ครัวเรือน ศูนย์ ส่งเสริมการ เรียนรู้ระดับ อำเภอคลองขลุง ประจำปี งบประมาณ 2569</p>				อำเภอคลองขลุง จังหวัดกำแพงเพชร		
<p>3) นิเทศ ติดตาม การจัดกิจกรรมราย ไตรมาสและ ประชาสัมพันธ์ เผยแพร่การ ดำเนินงาน (Check)</p>	<p>เพื่อสรุปผลการ ดำเนินงานตาม โครงการ</p>	ประชาชนทั่วไป	15 คน		มีนาคม 2569	-
<p>4. ขั้นปรับปรุง แก้ไข(Action) ขั้นปรับปรุงแก้ไข (Action) 4.1 ประชุม คณะกรรมการเพื่อ สรุปผลการ ดำเนินงาน 4.2 นำผลการ ดำเนินโครงการไป ปรับปรุงและ พัฒนา</p>	<p>- เพื่อให้ทราบ ข้อเท็จจริงจากผล การดำเนินงาน ของผู้เข้าร่วม โครงการ - เพื่อรายงาน ปัญหา อุปสรรคที่ อาจเกิดขึ้น ระหว่างการ ดำเนินงาน - เพื่อปรับปรุง แก้ไขการจัด กิจกรรม</p>	บุคลากร สกร.ระดับอำเภอ คลองขลุง	15 คน	สกร.ระดับอำเภอ คลองขลุง	มีนาคม 2569	-

<p>4.1 วิเคราะห์ ข้อมูลจากแบบ ประเมินความพึง พอใจของ ผู้เข้าร่วม โครงการ</p> <p>4.2 ประชุม คณะทำงานเพื่อ รับทราบผลการ ดำเนินงานที่ผ่าน ในการจัดกิจกรรม</p> <p>4.3 นำปัญหา อุปสรรค ข้อเสนอแนะในกา การจัดกิจกรรมมา เป็นแนวทางในการ วางแผนในการจัด กิจกรรมครั้งต่อไป</p>					
---	--	--	--	--	--

7. วงเงินงบประมาณทั้งโครงการ

โดยการเบิกจ่ายงบประมาณปี พ.ศ. 2569 แผนงานยุทธศาสตร์พัฒนาคุณภาพการศึกษาและการเรียนรู้ ผลผลิตผู้รับบริการการเรียนรู้เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิต กิจกรรมการเรียนรู้เพื่อพัฒนาตนเอง งบดำเนินงาน เพื่อเป็น ค่าใช้จ่ายจัดการเรียนรู้เพื่อพัฒนาตนเอง รหัสงบประมาณ 20334332005002000000 รหัสกิจกรรมหลัก 20334690003200000 แหล่งของเงิน 6911200 รวมเป็นเงิน 2,300 บาท (สองพันสามร้อยบาทถ้วน) รายละเอียด ดังนี้

- | | |
|--|--------------------|
| 1. ค่าอาหารกลางวัน (6 คน x 1 มื้อ x 50 บาท) | เป็นเงิน 300 บาท |
| 2. ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม (จำนวน 6 คน x 25 บาท x 2 มื้อ) | เป็นเงิน 300 บาท |
| 3. ค่าวิทยากร (1 คน x 200 บาท x 5 ชั่วโมง) | เป็นเงิน 1,000 บาท |
| 4. ค่าวัสดุ | เป็นเงิน 700 บาท |

8. แผนการใช้จ่ายงบประมาณ

กิจกรรมหลัก	ไตรมาส 1 (ต.ค.-ธ.ค.68)	ไตรมาส 2 (ม.ค.-มี.ค.69)	ไตรมาส 3 (เม.ย.-มิ.ย.69)	ไตรมาส 4 (ก.ค.-ก.ย.69)	หมายเหตุ
ดำเนินการจัดกิจกรรมตามแผน โครงการพัฒนาสังคมและชุมชน เรื่องการ ส่งเสริมการใช้สมุนไพรในครัวเรือน ศูนย์ ส่งเสริมการเรียนรู้ระดับอำเภอคลองขลุง ประจำปีงบประมาณ 2569	-	2,300	-	-	

9. ผู้รับผิดชอบโครงการ

นางสาวอาทิตย์ยาพร ศรทอง ครูศูนย์การเรียนรู้

10. เครือข่าย

- 10.1 แหล่งเรียนรู้ / ภูมิปัญญาชาวบ้าน
- 10.2 องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น
- 10.3 ผู้ใหญ่บ้านทุกหมู่บ้าน
- 10.4 กลุ่มสตรี

11. โครงการที่เกี่ยวข้อง

- 11.1 โครงการส่งเสริมและสนับสนุนการจัดการศึกษาร่วมกับภาคีเครือข่าย
- 11.2 โครงการจัดการเรียนรู้เพื่อพัฒนาสังคมและชุมชน
- 11.3 โครงการศูนย์ฝึกอาชีพชุมชน

12. ผลลัพธ์

- ผู้เข้าร่วมโครงการอบรมร้อยละ 80 ได้รับการส่งเสริมการใช้สมุนไพรในครัวเรือน
- ผู้เข้าร่วมโครงการอบรมร้อยละ 80 มีทักษะการใช้พืชสมุนไพรพื้นบ้านอย่างถูกต้อง

13. ดัชนีชี้วัดผลสำเร็จของโครงการ

ตัวชี้วัดผลผลิต

- ผู้เข้าร่วมโครงการ ร้อยละ 80 มีความพึงพอใจในการจัดกิจกรรม ระดับดีขึ้นไป

ตัวชี้วัดผลลัพธ์

- ผู้เข้าร่วมโครงการอบรมร้อยละ 80 ได้รับความรู้ในการใช้พืชสมุนไพรได้อย่างถูกต้อง
- ผู้เข้าร่วมโครงการอบรมร้อยละ 80 มีทักษะการใช้สมุนไพรพื้นบ้านได้อย่างถูกต้อง

14. การติดตามและการประเมินผลโครงการ

1. แบบประเมินความพึงพอใจ
2. การสังเกต

กำหนดการ

โครงการพัฒนาสังคมและชุมชน เรื่องการส่งเสริมการใช้สมุนไพรในครัวเรือน
ศูนย์ส่งเสริมการเรียนรู้ระดับอำเภอคลองขลุง ประจำปีงบประมาณ 2569

วันที่ 2 มีนาคม 2569

กลุ่มที่ 1 ตำบลวังไทร ตำบลแม่ลาด ตำบลวังบัว

ณ บ้านอ่างทอง ตำบลวังไทร อำเภอคลองขลุง จังหวัดกำแพงเพชร

วันที่ 2 มีนาคม 2569

- | | |
|-----------------------|--|
| เวลา 08.00 – 08.30 น. | - ลงทะเบียนผู้เข้าร่วมกิจกรรม |
| เวลา 08.30 – 09.00 น. | - พิธีเปิดและบรรยายพิเศษ โดย นางสาวโยทยา ปู่ณรัตน์ ตำแหน่ง ครู
รักษาการในตำแหน่ง ผอ.สกร.ระดับอำเภอคลองขลุง |
| เวลา 09.00 – 10.30 น. | - อบรมให้ความรู้ เรื่องสรรพคุณของสมุนไพร
โดย วิทยากร นางเจียมจิตร เสาวสุทธิ แพทย์แผนไทยตำบลวังไทร |
| เวลา 10.30 – 10.45 น. | พักรับประทานอาหารว่าง (ช่วงเช้า) |
| เวลา 10.45 – 12.00 น. | - อบรมให้ความรู้ เรื่องสมุนไพร
เช่น โรคเบาหวาน ความดันโลหิตสูง และไขมันในเลือดสูง
โดย วิทยากร นางเจียมจิตร เสาวสุทธิ แพทย์แผนไทยตำบลวังไทร |
| เวลา 12.00 – 13.00 น. | พักรับประทานอาหารกลางวัน |
| เวลา 13.00 – 14.30 น. | - อบรมให้ความรู้เรื่องการทำน้ำสมุนไพร
โดย วิทยากร นางเจียมจิตร เสาวสุทธิ แพทย์แผนไทยตำบลวังไทร |
| เวลา 14.30 – 14.45 น. | พักรับประทานอาหารว่าง (ช่วงบ่าย) |
| เวลา 14.45 – 16.00 น. | - อบรมให้ความรู้เรื่องวิธีการเก็บรักษาและวิธีการต้มน้ำสมุนไพร
โดย วิทยากร นางเจียมจิตร เสาวสุทธิ แพทย์แผนไทยตำบลวังไทร |
| เวลา 16.00 – 16.30 น. | - สรุปความรู้และกิจกรรมถาม/ตอบ
เดินทางกลับ อำเภอคลองขลุง |

หมายเหตุ

- เวลา 10.30 – 10.45 น. พักรับประทานอาหารว่างและเครื่องดื่ม
- กำหนดการอาจมีการเปลี่ยนแปลงได้ตามความเหมาะสม