แปลงผักนุ้ย ๆ

มหัศจรรย์การเรียนรู้พืชผักพื้นบ้าน

โครงการแปลงผักนุ้ย ๆ ปี 3 : มหัศจรรย์พืชพื้นบ้านผักพื้นถิ่น ต.ตลิ่งชัน อ.เหนือคลอง จ.กระบี่

เกาะเล็ก ๆ ตั้งอยู่ในพื้นที่จังหวัดกระบี่ที่เป็นจังหวัดท่องเที่ยวสำคัญของภาคใต้ จากอาชีพดั้งเดิมที่คนในชุมชนเคยเป็นคนทำประมง และทำการเกษตรก็เปลี่ยนอาชีพไปทำงานด้านการท่องเที่ยว และในภาคอุตสาหกรรม ความเป็นชุมชนดั้งเดิมจึงค่อย ๆ เลือนหายไปพร้อมกับการเปลี่ยนแปลง และในปี 2547 เกิดสึนามิ เกาะแห่งนี้ได้รับผลกระทบคลื่นยักษ์กวาดทรัพยากรธรรมชาติท้องถิ่นและพืชพันธุ์ดั้งเดิมสูญหายไปเกือบหมดจนแทบไม่เหลือต้นทุนธรรมชาติดั้งเดิม ทำให้ความมั่นคงทางอาหารของชุมชนลดลง ประกอบกับสถานการณ์การระบาดของเชื้อไวรัสโควิด 19 ที่มีการประกาศล็อกดาวน์ แหล่งงานที่เป็นพื้นที่ท่องเที่ยวปิด คนในชุมชนจำนวนไม่น้อยที่เป็นลูกจ้างตามสถานบริการเหล่านี้ขาดรายได้ ส่งผลกระทบถึงสภาพความเป็นอยู่ในครัวเรือน ขณะที่ความมั่นคงทางอาหารภายในชุมชนก็ไม่มีดังเช่นในอดีต

ภายใต้สถานการณ์เช่นนี้ ครูจินดาหรา ตาวัน คนรุ่นใหม่ในเครือข่าย Feel Trip จึงได้ริเริ่มเส้นทางการเรียนรู้ในชุมชนของตนเอง ใช้แปลงผักขับเคลื่อนออกแบบการเรียนรู้ที่นำไปสู่การจัดการแก้ไขปัญหาความมั่นคงทางอาหารของชุมชน ทำให้เกิดการต่อยอดให้เยาวชนรุ่นใหม่ได้รู้จักพืชพันธุ์ท้องถิ่น และร่วมกันอนุรักษ์ความเป็นอัตลักษณ์ของชุมชนในมิติอื่น ๆ

สร้างห้องเรียนสีเขียวต้นแบบ

โครงการแปลงผักนุ้ย ๆ เริ่มต้นจากคำถามของเด็ก ๆ ว่าในสถานการณ์การระบาดของเชื้อไวรัสโควิด 19 ช่วงล็อกดาวน์นี้ชุมชนของเราจะหาอาหารได้จากที่ไหน ประกอบกับสถิติที่เด็ก ๆ มีภาวะทุพโภชนาการจากการที่ชุมชนไม่ตระหนักถึงความสำคัญของโภชนาการที่ส่งผลต่อการเติบโตของเด็ก เพื่อแก้ปัญหานี้จึงคิดสร้างพื้นที่สีเขียวเล็ก ๆ ในชุมชนเพื่อให้เป็นพื้นที่เรียนรู้และเป็นพื้นที่ผลิตอาหารที่มีคุณภาพสำหรับเด็ก ๆ

เริ่มต้นด้วยการนำตัวแทนชุมชนบ้านปากหราและคลองยวน รวมถึงเด็ก ๆ ไปศึกษาดูงานแปลงผักออร์แกนิกเพื่อสร้างแรงบันดาลใจ แล้วกลับมาประชุมวางแผนปลูกผัก เริ่มสร้างพื้นที่สีเขียวจากพื้นที่รกร้างในชุมชน โดยมีครู เด็ก ๆ และคนในชุมชน 2 หมู่บ้านคือ บ้านปากหรา และบ้านคลองยวนมาช่วยกันจัดการพื้นที่ ทำแปลง ขนดิน แล้วให้เด็ก ๆ เริ่มก่อร่างสร้างแปลงปลูกผัก รวมกลุ่มมาสังเกตการเติบโตของผักที่ตัวเองปลูก มีความเป็นเจ้าของ จดบันทึกการเติบโตของผัก ได้เรียนรู้ด้วยการลงมือทำตั้งแต่การปลูกจนกระทั่งเก็บเกี่ยวผลผลิต

แปลงผักนุ้ย ๆ จึงเริ่มต้นขึ้นในปี 2563 เป็นการสร้างห้องเรียนสีเขียวให้กับเด็ก ๆ ได้นำเด็ก ๆ มาเยียวยาความรู้สึกจากเหตุการณ์โรคระบาดด้วยการมาทำกิจกรรมสร้างการเรียนรู้ ปลูกผักด้วยกัน เพื่อให้เด็ก ๆ ได้ทักษะ ความรู้ในการปลูกผักและสามารถกลับไปปลูกผักกินเองที่บ้านได้ และขยับขยายมาสู่ปีที่ 2 ด้วยการปลูกทุกอย่างที่กินได้และกินไม่ได้ เป็นการปลูกผักและปลูกไม้ประดับเพิ่มเข้ามา เพื่อสร้างความรู้สึกที่ดีต่อสิ่งแวดล้อม ธรรมชาติ ส่งเสริมให้เด็ก ๆ ใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ และสร้างรายได้จากการเพาะพันธุ์ต้นไม้ขาย

แปลงผักนุ้ย ๆ ขยายสู่ชุมชน

จากพื้นที่ต้นแบบยกระดับต่อยอดสู่การเปิดพื้นที่สีเขียวในระดับครัวเรือน เกิดแปลงผักที่ขยายจากแปลงผักนำร่องไปสู่ครัวเรือนของเด็ก ๆ สมาชิก แปลงผักนุ้ย ๆ ส่วนกลางยังคงเป็นพื้นที่ที่ทุกคนเข้ามาใช้ประโยชน์ได้ ใครผ่านไปมาสามารถเข้ามาเก็บผักไปทำอาหารได้ ผลผลิตที่ได้ส่วนหนึ่งโรงเรียนรับซื้อนำไปทำอาหารกลางวัน เพื่อให้เด็ก ๆ ได้อาหารที่มีคุณภาพจากแปลงผักออร์แกนิกที่มีความปลอดภัยเพาะปลูกแบบไม่ใช้สารเคมี

เมื่อผักในแปลงเติบโตเด็ก ๆ จะเก็บเกี่ยวผลผลิตไปกระจายต่อ นำไปทำอาหารที่บ้าน จัดกิจกรรมทำอาหารจากผักที่ตัวเองปลูก มีการส่งเสริมให้เด็ก ๆ สมาชิกกลับไปปลูกผักที่บ้านของตนเอง เกิดผักสวนครัวกระจายไปทั่วชุมชน และขยายไปสู่การขยายพันธุ์ปลูกไม้ประดับ รายได้จากผลผลิตทั้งหมดนำมาเป็นเงินกองทุนเฉลี่ยแบ่งกันเป็นรายได้เล็ก ๆ น้อยๆ ที่จำนวนเงินไม่มาก แต่เป็นความภาคภูมิใจของเด็ก ๆ ทุกคน

พิพิธภัณฑ์เมล็ดพันธุ์พื้นบ้าน

ในปีต่อมายกระดับไปสำรวจค้นหาว่าในชุมชนมีพืชพันธุ์อะไรบ้าง เพื่อเรียนรู้การอนุรักษ์เมล็ดพันธุ์พื้นบ้าน ทำกิจกรรมที่สร้างคุณค่าให้กับชุมชนโดยการมาร่วมกันค้นหาและอนุรักษ์เมล็ดพันธุ์พื้นบ้านและพืชพื้นถิ่น ทำให้เด็ก ๆ ได้รู้จักพืชที่มีเฉพาะของทางภาคใต้ เพื่อสร้างจิตสำนึกรักและเห็นคุณค่าของชุมชนบ้านเกิด

เด็ก ๆ พบว่ามีบ้านที่ยังมีถั่วท้ายล่อ ต้นคว่ำตายหงายเป็น หรือพืชพันธุ์หายากอื่นๆ ที่หลงเหลือหลังจากสึนามิ จึงได้จัดทำพิพิธภัณฑ์เมล็ดพันธุ์พื้นถิ่นเพื่อเก็บรักษาและขยายพันธุ์พืชในท้องถิ่น เกิดการจัดเก็บชุดความรู้เรื่องพืชพันธุ์มาไว้ในพิพิธภัณฑ์ท้องถิ่นเล็ก ๆ ที่รวบรวมเมล็ดพันธุ์ที่หายากเอาไว้ ภายในพิพิธภัณฑ์เล่าเรื่องราวว่าวันหนึ่งสึนามิได้พัดพาทุกอย่างหายไป แต่วันนี้มีการจัดเก็บและขยายเมล็ดพันธุ์พื้นบ้านเหล่านั้นให้ฟื้นคืนมา จากเมล็ดพันธุ์ถั่วท้ายล่อที่หายพร้อมสึนามิ เด็ก ๆ นำมาขยายพันธุ์เป็นแหล่งเพาะเมล็ดพันธุ์ถั่วท้ายล่อจนมีการปลูกถั่วท้ายล่อทั้งชุมชนแล้ว เด็ก ๆ สามารถเล่าได้ว่าถั่วท้ายล่อและพืชพันธุ์นานาชนิดนั้นมีความหมายต่อชุมชนอย่างไร

จากแปลงผักสู่ผลิตภัณฑ์อาหาร

จากการออกสำรวจค้นหาเมล็ดพืชพันธุ์นำไปสู่การค้นพบองค์ความรู้ภูมิปัญญาของชุมชนอื่น ๆ จนสามารถทำแผนที่แหล่งเรียนรู้ในชุมชน เช่น การทำเม็ดมะม่วงหิมพานต์โบราณคั่วด้วยถ่าน การทำแหปู การทำเรือหัวโพง และการแปรรูปปลา เป็นต้น แล้วนำสิ่งที่ค้นพบมาคิดสร้างสรรค์เป็นผลิตภัณฑ์หลายชนิดออกจำหน่าย เช่น ถั่วยาโรยคั่ว ผลผลิตจากถั่วท้ายล่อ น้ำพริกปลาต้าหมัน ปลาสามสหาย (ปลาตากแดดแดดเดียว ปลาหวาน ปลาแห้ง) จากแปลงผักเล็ก ๆ ขยับมาสู่การสร้างรายได้มีการแปรรูปอาหารทะเล เพื่อสร้างมูลค่าเพิ่มให้กับชาวประมงที่ได้ปลาเล็กปลาน้อยมาแล้วขายไม่ได้ราคา มีการจัดทำกลุ่ม FB ตลาดนัดซื้อขายตำบลตลิ่งชัน ขายสินค้าขณะที่ตลาดสดปิดช่วงโควิด เกิดพื้นที่สื่อสารเพจบนเฟซบุ๊ก ทำงานสื่อสารเรื่องราวของแปลงผักและผลิตภัณฑ์อาหารแปรรูปอย่างต่อเนื่อง

เชฟนุ้ย ๆ ออกแบบเมนูท้องถิ่น

เมื่อได้ลงพื้นที่สำรวจชุมชนมากขึ้น กลับพบผู้คนมีความเสี่ยงต่อการเกิดโรคต่าง ๆ รวมทั้งยังมีเด็ก ๆ ได้รับสารอาหารไม่เพียงพอต่อวัน พบว่าเด็ก ๆ ที่นี่มีภาวะทุพโภชนาการสูง แม้จะมีพืชพันธุ์อาหารอุดมสมบูรณ์ดี แต่เด็ก ๆ กลับไม่ได้รับคุณค่าทางอาหารครบ 5 หมู่ จึงได้ออกแบบกระบวนการเพื่อส่งเสริมให้เด็กได้กินอาหารที่ครบถ้วน ได้ร่วมกันทำกิจกรรมเชฟนุ้ย ๆ ที่จะมาร่วมให้ความรู้และสร้างเมนูอาหารเพื่อสุขภาพจากวัตถุดิบที่มีในท้องถิ่น เพื่อกระตุ้นให้ผู้คนตระหนักถึงการรับประทานอาหารเพื่อสุขภาพ การออกกำลังกาย และการปลูกผัก สามารถนำวัตถุดิบพืชผักที่ปลูกเองมาปรุงอาหารรับประทานในครอบครัว สร้างความมั่นคงทางอาหาร และสร้างชุมชนสุขภาวะให้เกิดขึ้น

โดยโรงเรียนได้ร่วมกับชุมชน รพ.สต. และ อบต. ทำโครงการเชฟนุ้ย ๆ ให้เด็กทุกคนที่เป็นสมาชิกโครงการแปลงผักนุ้ย ๆ กลายร่างเป็นเชฟนำความรู้ที่มีไปสู่การออกแบบสร้างสรรค์เมนูจากอาหารท้องถิ่นที่สะท้อนวัฒนธรรมอาหารของชุมชน และเป็นเมนูที่มีคุณค่าทางโภชนาการด้วย เด็ก ๆ ได้ช่วยกันออกแบบเมนูใหม่หลายเมนู เช่น ข้าวยำเจ็ดสีที่ออกแบบให้มีส่วนผสมของพืชจากธรรมชาติหลากสีในท้องถิ่น พืชแต่ละสีในข้าวยำนี้บอกถึงคุณค่าของจ.กระบี่ และคุณค่าของชุมชนบ้านเหนือคลองได้ และสุดท้ายเด็ก ๆ ลองนำเมนูใหม่ไปขายในตลาดชุมชนให้ผู้ใหญ่ได้ลองชิม

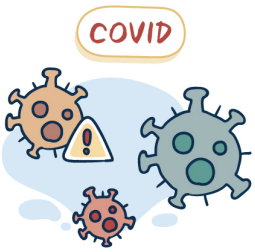
พัฒนาแปลงผักสู่ระบบอาหารชุมชน

จากแปลงผักนุ้ย ๆ นำไปสู่ระบบการจัดการที่มีการเก็บผักจากแปลงส่วนกลาง และแปลงผักในครัวเรือนไปขายในตลาดชุมชนที่โรงเรียนด้วยกันทุกวันศุกร์ และการเปิดตลาดนัดชุมชนออนไลน์ พัฒนาแปลงผักนุ้ย ๆ ให้เป็นศูนย์การเรียนรู้เกษตรแบบออร์แกนิกระยะยาวที่ยั่งยืน เกิดความเปลี่ยนแปลงในชุมชน ครัวเรือน และโรงเรียน มีแปลงผักออร์แกนิกตัวอย่างเกิดขึ้นกระจายทั่วชุมชน ไม่ได้มีเพียงแค่แปลงผัก แต่ยังมีสิ่งสำคัญที่เกิดขึ้นกับเด็ก ๆ ระหว่างที่ดูแลพืชผักและพัฒนาผลิตภัณฑ์ต่าง ๆ เด็ก ๆ ได้เติบโต พัฒนาความรู้และความคิดไปพร้อมกับพืชผักที่เจริญงอกงาม

แปลงผักนุ้ย ๆ
มหัศจรรย์การเรียนรู้พืชผักพื้นบ้าน

โครงการแปลงผักนุ้ย ๆ ปี 3 : มหัศจรรย์พืชพื้นบ้านผักพื้นถิ่น ต.ตลิ่งชัน อ.เหนือคลอง จ.กระบี่

เกาะที่แสนสงบสุข ผู้คนทำมาหากินในพื้นที่ประมง



สึนามิ

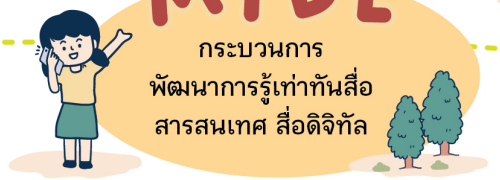
รายได้ขาดหาย ทรัพยากรถูกทำลาย
เด็ก ๆ มีปัญหาด้านโภชนาการ

จากสถานการณ์เช่นนี้
เราจะทำอย่างไร ?

แต่ด้วยสภาพทางกายภาพเป็นเกาะ
สถานการณ์แพร่ระบาดโควิด 19 และภัยพิบัติ
สึนามิได้พัดพา "ความมั่นคงทางอาหาร" ให้หายไป

"การสร้างพื้นที่สีเขียว
คือคำตอบ"

MIDL
กระบวนการ
พัฒนาการรู้เท่าทันสื่อ
สารสนเทศ สื่อดิจิทัล



1. Access : การเข้าถึงข้อมูล

ตัวแทนชุมชนและเด็ก ๆ สำรวจแปลงผักออร์แกนิก
ค้นหาพืชพรรณท้องถิ่น อาชีพดั้งเดิม
และกลับมาประชุมวางแผนเพื่อเริ่มสร้างพื้นที่สีเขียว
จากพื้นที่รกร้างในชุมชน

2. Analyze: การวิเคราะห์รากเหง้าของปัญหา

จากการดำเนินโครงการในปีที่ 1,2 ทำให้เกิดแปลงผักของชุมชน
คนในชุมชนสามารถนำผลผลิตไปรับประทานในครัวเรือนได้
เด็ก ๆ ยังคงเข้ามาดูแปลงบำรุงผักให้เติบโตอย่างต่อเนื่อง
แต่จากการทำโครงการยังพบปัญหา
ของคนในชุมชน ที่มีความเสี่ยงต่อโรคต่าง ๆ
เด็ก ๆ ได้รับสารอาหารไม่เพียงพอ
จึงต้องออกแบบกระบวนการ "เชฟนุ้ย"
มาสร้างความรู้ เมนู กิจกรรมสุขภาพ

3. Create : การสื่อสารข้อมูล

ร่วมกับโรงเรียน ชุมชน รพ.สต. อบต.
สร้างสรรค์สร้างเมนูอาหารท้องถิ่น
สะท้อนวัฒนธรรมอาหารของชุมชน
และเด็ก ๆ ทุกคนได้ทดลองเป็นเชฟ
ทดลองทำอาหารเมนูใหม่ ๆ
และนำไปทดลองขาย HEALTHY MENU

4. Reflect & Act : สะท้อนกลับการสื่อสาร

จากการทำโครงการ
เพื่อเสริมสร้างการเรียนรู้ชุมชน
อนุรักษ์เมล็ดพันธุ์ท้องถิ่น สร้างกระบวนการ
เพื่อพัฒนาความสัมพันธ์ของชุมชน
ทำให้เกิดระบบการจัดการที่มีการเก็บผัก
จากแปลงส่วนกลาง แปลงผักในครัวเรือน
ไปขายที่ตลาดทุกวันศุกร์
เปิดตลาดชุมชนออนไลน์

สสย
สสส