**แบบเสนอแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม กองทุนหลักประกันสุขภาพ องค์การบริหารส่วนตำบลพร่อน**

เรื่อง ขอเสนอแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม

เรียน ประธานกรรมการกองทุนหลักประสุขภาพตำบลพร่อน

ด้วย หน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มคน (ระบุชื่อ) กลุ่มสตรีตำบลพร่อน มีความประสงค์จะจัดทำแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม โครงการส่งเสริมบริโภคผักปลอดสารพิษ พิชิตโรค ประจำปี 2563 โดยขอรับเงินสนับสนุนงบประมาณจากกองทุนหลักประกันสุขภาพตำบลพร่อน เป็นเงิน 9,980 บาท โดยมีรายละเอียดแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม ดังนี้

**ส่วนที่ 1 : รายละเอียดแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม (สำหรับผู้เสนอแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม ลงรายละเอียด)**

**1. หลักการและเหตุผล**

  เนื่องจากปัจจุบัน ผู้บริโภคจำนวนมากกินผักที่มีสารเคมีตกค้าง ผักเป็นแหล่งที่อุดมไปด้วยวิตามิน และแร่ธาตุต่างๆ ที่มีคุณประโยชน์ต่อร่างกายอีกทั้งให้พลังงานน้อย ลดอัตราการดูดซึมของน้ำตาล ทำให้ระดับน้ำตาลภายหลังกินอาหรลดลงอีกทั้งช่วยลดการดูดซึมไขมัน กระตุ้นลำไส้ให้ทำงานดีขึ้นทำให้ท้องไม่ผูก ป้องกันมะเร็งลำไส้และริดสีดวงทวารได้อีกด้วย ดังนั้น การรับประทานผักมากๆ หลายชนิดเป็นประจำ นอกจากจะทำให้ร่างกายแข็งแรงแล้ว ยังสามารถป้องกันโรคบางชนิดได้อีกด้วย แต่ในกระบวนการผลิตผักเพื่อให้ได้ผักที่สวยและเจริญงอกงามดีเป็นที่ต้องการของตลาดและผู้บริโภค สิ่งที่ขาดไม่ได้ที่จะทำให้ผักเหล่านี้ ก็คือ การใช้ปุ๋ยเคมี และการใช้สารเคมีในการกำจัดโรคและศัตรูพืช เนื่องจากสารเคมีใช้ง่าย สะดวก และให้ผลที่รวดเร็ว และนี่เองที่ทำให้ผู้บริโภคอย่างเราต้องเสี่ยงภัยกับการบริโภคที่อุดมไปด้วยสารพิษอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ เมื่อเรารับประทานพืชผักที่มีสารพิษปนเปื้อนเข้าไปมากๆ ก็จะทำให้เกิดอันตรายตามปริมาณความมากน้อยของสารพิษที่ได้รับเข้าไป

จากการตระหนักถึงบริโภคผักที่มีสารพิษตกค้างทำให้เกิดโรคตามมา ด้วยการส่งเสริมสุขภาพเพื่อให้ประชาชนมีสุขภาพที่ดี จึงได้จัดทำโครงการส่งเสริมบริโภคผักปลอดสารพิษ พิชิตโรค ประจำปี 2563 ในกลุ่ม กลุ่มสตรี และประชาชนหันไปกินผักพื้นบ้าน ผักพื้นบ้านของไทยมีอยู่มากมายหลายชนิด แต่ละชนิดล้วนมีรสชาติอร่อยมีคุณค่าทางอาหารสูง บางชนิดมีสรรพคุณทางยา ช่วยป้องกันโรคได้ดีอีกด้วย ผักพื้นบ้านเป็นผักที่แข็งแรง ไม่ค่อยมีโรคและแมลงรบกวน จึงไม่ต้องใช้สารเคมีในการปลูก การบริโภคผักพื้นบ้านจึงลดการเสี่ยงต่อสารเคมีได้มาก ผักพื้นบ้าน เช่น กระถิน กระเจี๊ยบ ขี้เหล็ก แค ตำลึง ผักหวานบ้าน เป็นต้น ผักดังกล่าว ล้วนเป็นผักที่มีประโยชน์และหารับประทานได้ไม่ยาก

**2. วัตถุประสงค์/ตัวชี้วัด**

1. เพื่อให้ประชาชนมีความรู้เข้าใจถึงพิษภัยของสารพิษที่เป็นอยู่ในพืชผักซึ่งอันตรายต่อสุขภาพ

2. เพื่อส่งเสริมให้ประชาชนได้ทำน้ำหมักปลอดสารพิษพิชิตโรคเพื่อสุขภาพของตนเองและครอบครัว

**3. เป้าหมาย**

- กลุ่มเกษตรกร/ ประชาชนทั่วไป ม.3 จำนวน 30 คน

**-2-**

**4. วิธีการดำเนินการ**

4.1 เสนอโครงการเพื่อขออนุมัติ

4.2 ประสานหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง เพื่อขอรับสนับสนุนวิทยากร

4.3 จัดอบรมให้ความรู้เกี่ยวกับกินผักปลอดสารพิษ เพื่อพิชิตโรคต่างๆ

4.4 สาธิตการทำน้ำหมักกำจัดศัตรูพืช

4.5 รายงานผลการดำเนินงานต่อกองทุนหลักประกันสุขภาพ อบต.พร่อน

**5. ระยะเวลาดำเนินการ**

มิถุนายน – กันยายน 2563

**6. สถานที่ดำเนินการ**

-อาคารอเนกประสงค์ ณ ศูนย์พัฒนาเด็กเล็กบ้านตาสา ม.3 ต.พร่อน อ.เมือง จ.ยะลา

**7. งบประมาณ**

ขอสนับสนุนงบประมาณจากกองทุนหลักประกันสุขภาพองค์การบริหารส่วนตำบลพร่อน จำนวนเงิน 9,980 บาท (เงินเก้าพันเก้าร้อยแปดสิบบาทถ้วน) โดยแบ่งเป็นรายละเอียดดังนี้

**กิจกรรมที่ 1 ให้ความรู้เกี่ยวกับบริโภคผักปลอดสารพิษ**

1.1 ค่าอาหารกลางวันและเครื่องดื่ม จำนวน 30 คน × 1 มื้อ 50 บาท × 1 วัน 1,500 บาท

1.2 ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม จำนวน 30 คน × 2 มื้อ × 30 บาท 1,800 บาท

1.3 ค่าวิทยากร จำนวน 6 ชั่วโมงๆละ 300 บาท × 1 วัน 1,800 บาท

4.4 ค่าป้ายโครงการ (ขนาด 1× 3 เมตร) 750 บาท

**รวมเงิน 5,850 บาท**

**กิจกรรมที่ 2 สาธิตการทำน้ำหมักปลอดสารเคมี**

2.1 เศษใบยาสูบสำหรับกำจัดและไล่แมลงศัตรูพืช จำนวน 25 ถุงละ 95 บาท 2,375 บาท

2.2 น้ำยาล้างจาน ขนาด 3,600 มล. จำนวน 9 ขวด 1,755 บาท

**รวมเป็นเงิน 9,980 บาท**

**หมายเหตุ ทุกรายการสามารถถัวเฉลี่ยได้**

**8. ผลที่คาดว่าจะได้รับ**

1. ประชาชนมีความรู้เข้าใจถึงพิษภัยของสารพิษที่เป็นอยู่ในพืชผักซึ่งอันตรายต่อสุขภาพ

2. ประชาชนสามารถทำน้ำหมักปลอดสารพิษพิชิตโรคเพื่อสุขภาพของตนเองและครอบครัว

**-3-**

**9. ผู้รับผิดชอบกองทุน**

1. กลุ่มสตรีตำบลพร่อน

2. กองทุนหลักประกันสุขภาพตำบลพร่อน ตำบลพร่อน อ.เมืองยะลา จังหวัดยะลา

ลงชื่อ..................................................................ผู้เสนอแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม

(นางนิตยา ดือเระ)

กลุ่มสตรีตำบลพร่อน

**กำหนดการ โครงการส่งเสริมบริโภคผักปลอดสารพิษ พิชิตโรค ประจำปี 2563**

**วัน 6 เดือน สิงหาคม 2563**

**ณ อาคารอเนกประสงค์ หมู่ที่ 3 ตำบลพร่อน อ.เมือง จ.ยะลา**

เวลา 08.30น.-09.00 น. ลงทะเบียน

09.00น.-10.00น. บรรยายให้ความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับการทำน้ำหมักปลอดสารพิษ

10.00น.-12.00น. บรรยายการส่งเสริมพึ่งตนเองด้านสุขภาพด้วยการปลูกผักปลอดสารพิษ

12.00น.-13.00น. พักรับประทานอาหารกลางวัน

13.00น.-16.00น. บรรยายการต้องใช้สารเคมีในการปลูก การบริโภคผักพื้นบ้านจึงลดการ

เสี่ยงต่อสารเคมีได้มาก

16.00น.-16.30น. สาธิตในการทำน้ำหมักชีวภาพ

พักรับประทานอาหารว่าง 10.00 – 10.15น. และเวลา 14.15 – 14.30 น.