

โครงการสวนสมุนไพรไทยต้านภัยโควิด

หมู่ที่ ๖ ตำบลเจ๊ะบิลัง อำเภอเมือง จังหวัดสตูล

แบบเสนอแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม กองทุนหลักประกันสุขภาพตำบลเจ๊ะบิลัง

เรื่อง ขอเสนอ โครงการสวนสมุนไพรไทยต้านภัยโควิด

เรียน ประธานกรรมการกองทุนหลักประกันสุขภาพตำบลเจ๊ะบิลัง

ด้วย ชมรม อ.ส.ม. รพ.สต.บ้านปาเต๊ะ ร่วมกับ กลุ่มภาคีเครือข่าย เจ้าหน้าที่ รพ.สต.บ้านปาเต๊ะ และผู้เกี่ยวข้องมีความประสงค์จัดทำ โครงการสวนสมุนไพรไทยต้านภัยโควิด

โดยขอรับการสนับสนุนงบประมาณจากกองทุนหลักประกันสุขภาพตำบลเจ๊ะบิลัง เป็นเงิน ๒๒,๐๐๐ - บาท (เงินสองหมื่นสองพันบาทถ้วน)

โดยมีรายละเอียดแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม ดังนี้

ส่วนที่ ๑ : รายละเอียดแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม (สำหรับผู้เสนอแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม ลงรายละเอียด)

๒..ความสอดคล้องกับแผนงาน

แผนงานส่งเสริม ป้องกัน แก้ปัญหา ในสถานการณ์โควิด-๑๙

๓ .หลักการและเหตุผล

สมุนไพรเป็นอีกทางเลือกหนึ่งที่อยู่คู่กับคนไทย เป็นภูมิปัญญาอันล้ำค่าของประเทศไทยมานาน บางอย่างก็ใช้ปรุงเป็นอาหาร บางอย่างก็ใช้ปรุงเป็นยา บางอย่างก็ปรุงเป็นสารเคมี เครื่องสำอาง ขึ้นอยู่กับวิธีการกระบวนการผลิตและวัตถุประสงค์ของการใช้ หรือเจ้าของกิจการ สมุนไพรสามารถรักษา ส่งเสริม ป้องกันได้หลายโรค แต่ในที่นี่จะกล่าวถึงวิธีการนำสมุนไพรมาผลิตเป็นยาที่ใช้เองในชุมชน และภายในแบบง่ายๆ โดยเริ่มตั้งแต่การคัดสรรสมุนไพรมาปลูก การเตรียมดิน การดูแลรักษา การเก็บ การอบ การนำมารับประทานโดยวิธีแบบชาวบ้าน การนำมาผลิตเป็นยา ซึ่งสมุนไพรที่กล่าวนำมาข้างต้นนี้ คือฟ้าทะลายโจร ซึ่งเป็นสมุนไพรที่มีคุณประโยชน์มากมาย โดยเฉพาะการใช้รักษาอาการ ไอ เจ็บคอ ไข้ ระบบทางเดินหายใจ ฯลฯ

ปัจจุบันได้เกิดโรคระบาดไวรัสโคโรนา (โควิด ๑๙) มาเป็นเวลากว่า ๒ ปี ซึ่งเป็นโรคที่อันตราย เชื้อแพร่ไปติดต่อกับคนข้างเคียงได้ง่าย ปัจจุบันมีผู้ติดเชื้อทั่วโลกกว่า ซึ่งเมื่อเป็นแล้วต้องได้รับการรักษา ผู้สัมผัสใกล้ชิดก็มีความเสี่ยงต่อการติดเชื้อ ทำให้เกิดความเสียหายต่อมนุษย์ เสียหายต่อเศรษฐกิจ ทำให้ธุรกิจการค้าเกิดการติดขัด ไม่สามารถส่งออกกระหว่างประเทศได้ ทำให้ประเทศขาดรายได้มหาศาล ประเทศไทยเองประชาชนก็ได้รับความเดือดร้อน มีผู้เสียชีวิตหลายพันคน ผู้ติดแล้วรักษาหายก็ทำให้ร่างกายทรุดโทรม เช่นเดียวกันกับหลายๆประเทศที่กำลังเผชิญกับปัญหานี้อยู่ แต่โรคระบาดนี้เมื่อเกิดขึ้นแล้วรัฐบาล กระทรวงสาธารณสุขก็ต้องหาแนวทางป้องกัน หาวิธีการมารักษา โดยการให้ประชากรได้รับการฉีดวัคซีนเพื่อป้องกัน ประชากรไม่ให้ติดเชื้อ ที่ติดเชื้อก็ต้องได้รับยาในการรักษา และต้องใช้มาตรการป้องกันอย่างเคร่งครัด ยาที่ใช้ในการรักษาก็มีราคาแพงมาก ประชากรผู้ติดเชื้อก็พยายามหายมารับประทาน บางรายไม่สามารถเข้าถึงยาได้ก็ต้องเก็บหาสมุนไพรมาต้มดื่มรับประทาน แต่ยาสมุนไพรบางชนิดที่ประชาชนเข้าถึงได้ง่ายสามารถช่วยในการบรรเทาอาการได้ก็คือฟ้าทะลายโจร ซึ่งได้ผ่านการทำวิจัยและยอมรับ ฟ้าทะลายโจรช่วยในการยับยั้งเชื้อโควิด ๑๙ ได้ และยังแก้อาการ ไอ เจ็บคอได้ โดยเป็นที่ยอมรับของหลักวิชาการ ประชาชนสามารถพามาหา รับประทานได้

ในการนี้ ชมรมอสม. รพ.สต.บ้านป่าเต๊ะ ภาคีเครือข่าย ที่รับผิดชอบให้บริการด้านสุขภาพได้
เล็งเห็นความสำคัญของสมุนไพรฟ้าทะลายโจรจึงได้จัดทำโครงการสมุนไพรไทยต้านภัยโควิดขึ้น.

๔.วัตถุประสงค์

๑. เพื่อให้ประชาชนรู้จักพืชสมุนไพรฟ้าทะลายโจร รู้ถึงประโยชน์สรรพคุณทางยา
๒. เพื่อนำสมุนไพรฟ้าทะลายโจรมาใช้รับประทานเบื้องต้น เองได้โดยวิธีการต่างๆที่ถูกต้อง
๓. เพื่อให้กลุ่มเป้าหมายรู้วิธีการขั้นตอนการปลูกฟ้าทะลายโจร
๔. เพื่อให้กลุ่มเป้าหมายรู้วิธีการขั้นตอนการเก็บฟ้าทะลายโจรมาทำเป็นยา

๕.กลุ่มเป้าหมาย

อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน (อสม.) และภาคีเครือข่ายจำนวน ๗๐ คน

๖.ระยะเวลาดำเนินการ

เมษา - สิงหาคม ๒๕๖๕

๗.วิธีดำเนินงาน

- ๗.๑ เขียนโครงการ/เสนอโครงการ
- ๗.๒ นัดกลุ่มเป้าหมายประชุมชี้แจง
- ๗.๓ นัดอบรม/
- ๗.๔ นัดลงปฏิบัติเตรียมพื้นที่แปลงปลูกฟ้าทะลายโจร/ ลงมือปลูก
- ๗.๕ ช่วยกันดูแลรักษา เก็บตัวยา

๘.ผลการดำเนินงานที่คาดหวัง

- ๘.๑ อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน (อสม.) ภาคีเครือข่าย รพ.สต.ป่าเต๊ะ รู้จักฟ้าทะลาย
โจร
- ๘.๒ อสม.รู้จักสรรพคุณ และประโยชน์ฟ้าทะลายโจร นำมาทำเป็นยา วิธีการใช้
- ๘.๓ อสม.ภาคีเครือข่าย รู้วิธีการปลูกฟ้าทะลายโจร
- ๘.๔ อสม.ภาคีเครือข่ายรู้วิธีการเก็บพืชสมุนไพร

๙.งบประมาณ

จำนวนเงิน ๒๒,๐๐๐ บาท (เงินสองหมื่นสองพันบาทถ้วน) โดยมีรายรายละเอียดค่าใช้จ่าย
ดังนี้

- ๖.๑ ค่าวิทยากรสอนทฤษฎีและสอนปฏิบัติ ๑ คนๆละ ๖ ชั่วโมงๆละ ๒๐๐ บาท เป็นเงิน ๑,๒๐๐
บาท
- ๖.๒ ค่าวิทยากรสอนปฏิบัติในแปลงปลูก๑ คน ๖ ชั่วโมงๆละ ๒๐๐ บาท เป็นเงิน ๑,๒๐๐ บาท
- ๖.๒ ค่าอาหารกลางวันจำนวน ๒ วัน จำนวน ๗๐ คนละ ๒ มื้อละ ๕๐ บาท เป็นเงิน ๗,๐๐๐ บาท
- ๖.๓ ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม จำนวน ๒ วัน จำนวน ๗๐ คนๆละ ๔ มื้อๆละ ๒๕ บาท เป็นเงิน
๗,๐๐๐ บาท
- ๖.๔ ค่าต้นฟ้าทะลายโจร ๗๒๐ ต้นๆละ ๕ บาท เป็นเงิน ๓,๖๐๐ บาท

๖.๕ ค่าไถ่แปลงปรับพื้นที่ ๑,๖๐๐ บาท

๖.๖ ค่าป้ายไว้นิลโครงการ ๔๐๐ บาท รวม

รวมเป็นเงินทั้งสิ้น ๒๒,๐๐๐ บาท (เงินสองหมื่นสองพันบาทถ้วน)

๑๐. สรุปแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม

๑๐.๑ หน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มคน ที่รับผิดชอบโครงการ (ตามประกาศคณะกรรมการหลักประกันฯ พ.ศ. ๒๕๖๑ ข้อ ๑๐)

ชื่อหน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มคน

- ๑๐.๑.๑ หน่วยบริการหรือสถานบริการสาธารณสุข เช่น รพ.สต.
- ๑๐.๑.๒ หน่วยงานสาธารณสุขอื่นของ อปท. เช่น กองสาธารณสุขของเทศบาล
- ๑๐.๑.๓ หน่วยงานสาธารณสุขอื่นของรัฐ เช่น สสอ.
- ๑๐.๑.๔ หน่วยงานอื่นๆ ที่ไม่ใช่หน่วยงานสาธารณสุข เช่น โรงเรียน
- ๑๐.๑.๕ กลุ่มหรือองค์กรประชาชน

๑๐.๒ ประเภทการสนับสนุน (ตามประกาศคณะกรรมการหลักประกันฯ พ.ศ. ๒๕๖๑ ข้อ ๑๐)

- ๑๐.๒.๑ สนับสนุนและส่งเสริมการจัดบริการสาธารณสุขของหน่วยบริการ/สถานบริการ/หน่วยงานสาธารณสุข
[ข้อ ๑๐(๑)]
- ๑๐.๒.๒ สนับสนุนการจัดกระบวนการหรือกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพ และการป้องกันโรคของกลุ่มหรือองค์กร

ประชาชน/หน่วยงานอื่น [ข้อ ๑๐(๒)]

- ๑๐.๒.๓ สนับสนุนและส่งเสริมการจัดบริการสาธารณสุขของ ศูนย์เด็กเล็ก/ผู้สูงอายุ/คนพิการ [ข้อ ๑๐(๓)]
- ๑๐.๒.๔ สนับสนุนการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ ๑๐(๔)]
- ๑๐.๒.๕ สนับสนุนกรณีเกิดโรคระบาดหรือภัยพิบัติ [ข้อ ๑๐ (๕)]

๑๐.๓ กลุ่มเป้าหมายหลัก (ตามแนบท้ายประกาศคณะกรรมการส่งเสริมสุขภาพและป้องกันโรคฯ พ.ศ. ๒๕๕๗)

- ๑๐.๓.๑ กลุ่มหญิงตั้งครรภ์และหญิงหลังคลอด
- ๑๐.๓.๒ กลุ่มเด็กเล็กและเด็กก่อนวัยเรียน
- ๑๐.๓.๓ กลุ่มเด็กวัยเรียนและเยาวชน
- ๑๐.๓.๔ กลุ่มวัยทำงาน
- ๑๐.๓.๕.๑ กลุ่มผู้สูงอายุ

- ๑๐.๓.๕.๒ กลุ่มผู้ป่วยโรคเรื้อรัง
- ๑๐.๓.๖ กลุ่มคนพิการและทุพพลภาพ
- ๑๐.๓.๗ กลุ่มประชาชนทั่วไปที่มีภาวะเสี่ยง
- ๑๐.๓.๘ สำหรับการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ ๑๐(๔)]

๑๐.๔ กิจกรรมหลักตามกลุ่มเป้าหมายหลัก

๑๐.๔.๑ กลุ่มหญิงตั้งครรภ์และหญิงหลังคลอด

- ๑๐.๔.๑.๑ การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
- ๑๐.๔.๑.๒ การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- ๑๐.๔.๑.๓ การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพก่อนคลอดและหลังคลอด
- ๑๐.๔.๑.๔ การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- ๑๐.๔.๑.๕ การส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่
- ๑๐.๔.๑.๖ การคัดกรองและดูแลรักษาแม่เรื้อรังปากมดลูกและมะเร็งเต้านม
- ๑๐.๔.๑.๗ การส่งเสริมสุขภาพช่องปาก
- ๑๐.๔.๑.๘ อื่นๆ (ระบุ)

๑๐.๔.๒ กลุ่มเด็กเล็กและเด็กก่อนวัยเรียน

- ๑๐.๔.๒.๑ การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
- ๑๐.๔.๒.๒ การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- ๑๐.๔.๒.๓ การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
- ๑๐.๔.๒.๔ การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- ๑๐.๔.๒.๕ การส่งเสริมพัฒนาการตามวัย/กระบวนการเรียนรู้/ความฉลาดทางปัญญา

และอารมณ์

- ๑๐.๔.๒.๖ การส่งเสริมการได้รับวัคซีนป้องกันโรคตามวัย
- ๑๐.๔.๒.๗ การส่งเสริมสุขภาพช่องปาก
- ๑๐.๔.๒.๘ อื่นๆ (ระบุ)

๑๐.๔.๓ กลุ่มเด็กวัยเรียนและเยาวชน

- ๑๐.๔.๓.๑ การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
- ๑๐.๔.๓.๒ การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- ๑๐.๔.๓.๓ การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
- ๑๐.๔.๓.๔ การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- ๑๐.๔.๓.๕ การส่งเสริมพัฒนาการตามวัย/กระบวนการเรียนรู้/ความฉลาดทางปัญญาและ

อารมณ์

- ๑๐.๔.๓.๖ การส่งเสริมการได้รับวัคซีนป้องกันโรคตามวัย
- ๑๐.๔.๓.๗ การป้องกันและลดปัญหาด้านเพศสัมพันธ์/การตั้งครรภ์ไม่พร้อม

- ๑๐.๔.๓.๘ การป้องกันและลดปัญหาด้านสารเสพติด/ยาสูบ/เครื่องดื่มแอลกอฮอล์
- ๑๐.๔.๓.๙ อื่นๆ (ระบุ)
- ๑๐.๔.๔ กลุ่มวัยทำงาน
 - ๑๐.๔.๔.๑ การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
 - ๑๐.๔.๔.๒ การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
 - ๑๐.๔.๔.๓ การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
 - ๑๐.๔.๔.๔ การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
 - ๑๐.๔.๔.๕ การส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพในกลุ่มวัยทำงานและการปรับเปลี่ยนสิ่งแวดล้อมในการทำงาน
 - ๑๐.๔.๔.๖ การส่งเสริมการดูแลสุขภาพจิตแก่กลุ่มวัยทำงาน
 - ๑๐.๔.๔.๗ การป้องกันและลดปัญหาด้านเพศสัมพันธ์/การตั้งครรภ์ไม่พร้อม
 - ๑๐.๔.๔.๘ การป้องกันและลดปัญหาด้านสารเสพติด/ยาสูบ/เครื่องดื่มแอลกอฮอล์
 - ๑๐.๔.๔.๙ อื่นๆ (ระบุ)
- ๑๐.๔.๕.๑ กลุ่มผู้สูงอายุ
 - ๑๐.๔.๕.๑.๑ การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
 - ๑๐.๔.๕.๑.๒ การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
 - ๑๐.๔.๕.๑.๓ การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
 - ๑๐.๔.๕.๑.๔ การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
 - ๑๐.๔.๕.๑.๕ การส่งเสริมพัฒนาทักษะทางกายและใจ
- ๑๐.๔.๕.๑.๖ การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะซึมเศร้า
 - ๑๐.๔.๕.๑.๗ การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะข้อเข่าเสื่อม
 - ๑๐.๔.๕.๑.๘ อื่นๆ (ระบุ)
- ๑๐.๔.๕.๒ กลุ่มผู้ป่วยโรคเรื้อรัง
 - ๑๐.๔.๕.๒.๑ การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
 - ๑๐.๔.๕.๒.๒ การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
 - ๑๐.๔.๕.๒.๓ การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
 - ๑๐.๔.๕.๒.๔ การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
 - ๑๐.๔.๕.๒.๕ การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูง
 - ๑๐.๔.๕.๒.๖ การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคหัวใจ
 - ๑๐.๔.๕.๒.๗ การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคหลอดเลือดสมอง
 - ๑๐.๔.๕.๒.๘ การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคมะเร็ง
 - ๑๐.๔.๕.๒.๙ อื่นๆ (ระบุ)

๑๐.๔.๖ กลุ่มคนพิการและทุพพลภาพ

- ๑๐.๔.๖.๑ การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
- ๑๐.๔.๖.๒ การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- ๑๐.๔.๖.๓ การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
- ๑๐.๔.๖.๔ การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- ๑๐.๔.๖.๕ การส่งเสริมพัฒนาทักษะทางกายและใจ
- ๑๐.๔.๖.๖ การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะซึมเศร้า
- ๑๐.๔.๖.๗ การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะข้อเข่าเสื่อม
- ๑๐.๔.๖.๘ อื่นๆ (ระบุ)

๑๐.๔.๗ กลุ่มประชาชนทั่วไปที่มีภาวะเสี่ยง

- ๑๐.๔.๗.๑ การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
- ๑๐.๔.๗.๒ การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- ๑๐.๔.๗.๓ การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
- ๑๐.๔.๗.๔ การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- ๑๐.๔.๗.๕ การส่งเสริมการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมและสิ่งแวดล้อมที่มีผลกระทบต่อ

สุขภาพ

- ๑๐.๔.๗.๖ อื่นๆ (ระบุ)

๑๐.๔.๘ สำหรับการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ ๑๐(๔)]

- ๑๐.๔.๘.๑ อื่นๆ (ระบุ)

ผู้เสนอแผนงาน/โครงการ/กิจกรรมลงชื่อ เจริญทอง

(นางสาวเข็มทอง บุตรวงษ์.)

ตำแหน่ง .ประธานชมรม อสม. รพ.สต.บ้านป่าเต๊ะ

กำหนดการตารางโครงการสวนสมุนไพรไทยต้านภัยโควิด

ชมรม อสม.รพ.สต.ป่าเต็ง หมู่ ๖ ตำบลเจ๊ะบิลัง อำเภอเมือง จังหวัดสตูล

วันที่ ๑. อบรมภาคทฤษฎี

- เวลา ๐๘.๓๐ - ๐๙.๐๐ น. ลงทะเบียนเข้าอบรม
- เวลา ๐๙.๐๐ - ๑๐.๐๐ น. มารูจักพืชสมุนไพรฟ้าทะลายโจร และสรรพคุณทางยา
- เวลา ๑๐.๐๐ - ๑๐.๓๐ น. ส่วนที่ใช้ทำยา
- เวลา ๑๐.๓๐ - ๑๐.๔๕ น. พักรับประทานอาหารว่าง
- เวลา ๑๐.๔๕ - ๑๒.๐๐ น. การเก็บฟ้าทะลายโจร/ การรับประทานฟ้าทะลายโจรแบบวิถีชาวบ้าน
- เวลา ๑๒.๐๐ - ๑๓.๐๐ น. พักรับประทานอาหารกลางวัน
- เวลา ๑๓.๐๐ - ๑๔.๐๐ น. ขั้นตอนการนำสมุนไพรฟ้าทะลายโจรมาผลิตเป็นยาแบบต่างๆ
- เวลา ๑๔.๐๐ - ๑๔.๓๐ น. การเพาะเมล็ดพันธุ์ฟ้าทะลายโจร
- เวลา ๑๔.๓๐ - ๑๔.๔๕ น. รับประทานอาหารว่าง
- เวลา ๑๔.๔๕ - ๑๖.๐๐ น. การเตรียมแปลงดินปลูกฟ้าทะลายโจร การปลูก การดูแลรักษา

วันที่ ๒ ภาคปฏิบัติ ในแปลงดิน

- เวลา ๐๘.๓๐ - ๐๙.๓๐ น. ลงทะเบียน ฟังการชี้แจงก่อนลงปฏิบัติ
- เวลา ๐๙.๓๐ - ๑๐.๓๐ น. ปฏิบัติลงเตรียมแปลงดินปลูกฟ้าทะลายโจร
- เวลา ๑๐.๓๐ - ๑๐.๔๕ น. พักรับประทานอาหารว่าง
- เวลา ๑๐.๔๕ - ๑๒.๐๐ น. ปฏิบัติลงทำแปลงปลูกฟ้าทะลายโจร (ต่อ)
- เวลา ๑๒.๐๐ - ๑๓.๐๐ น. พักรับประทานอาหารกลางวัน
- เวลา ๑๓.๐๐ - ๑๔.๓๐ น. ปฏิบัติลงทำแปลงปลูกฟ้าทะลายโจร
- เวลา ๑๔.๓๐ - ๑๔.๔๕ น. พักรับประทานอาหารว่าง
- เวลา ๑๔.๔๕ - ๑๕.๓๐ น. ปฏิบัติลงทำแปลงปลูกฟ้าทะลายโจร (ต่อ)
- เวลา ๑๕.๓๐ - ๑๖.๐๐ น. รับฟัง ร่วมกันสรุป