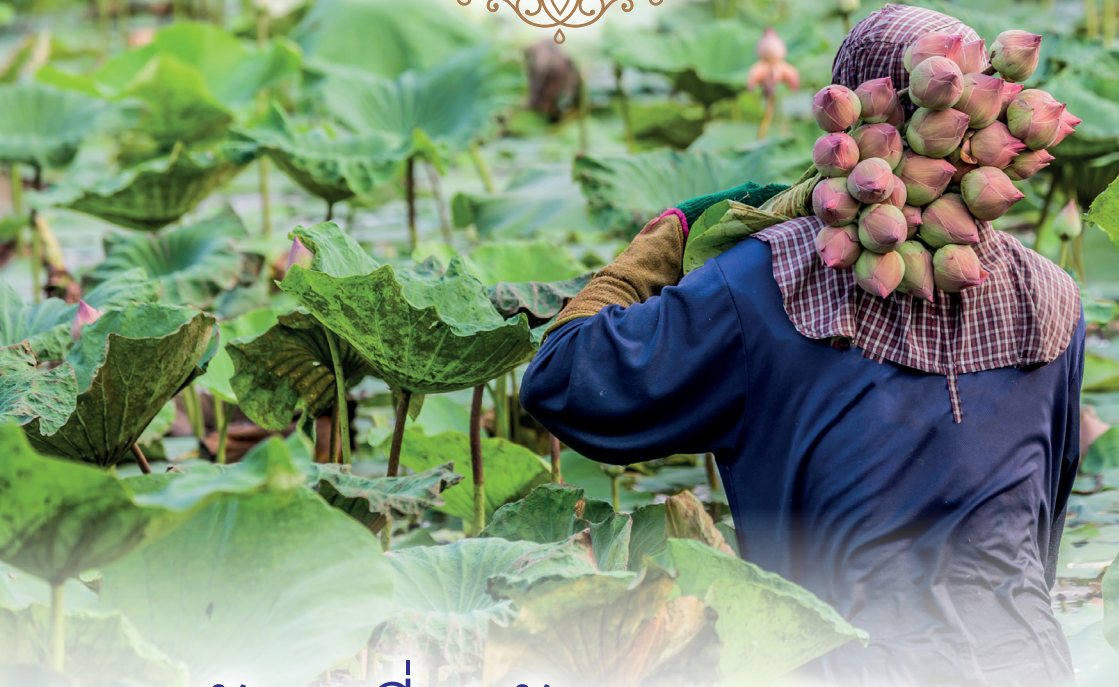




๕ ธันวาคม ตามรอยพระราชินี



วันพุธที่ 5 ธันวาคม 2561

เรียนรู้บ้านศาลาดิน คลองขุดแห่งศรัทธา
กับศาสตร์พระราชินี เพื่อความยั่งยืน



okmd



ISUZU



กำหนดการเดินทาง

วันพุธที่ 5 ธันวาคม 2561

07.00 น. พบกัน ณ จุดนัดพบ หน้า McDonald's ชั้น 1 อาคารอัมรินทร์พลาซ่า พบเจ้าหน้าที่อำนวยความสะดวก

07.45 น. นำคณะออกเดินทางไปยังบ้านศาลาดิน จังหวัดนครปฐม (ใช้เวลาในการเดินทาง 1.15 ชม.)

09.00 น. ถึง บ้านศาลาดิน พิพิธภัณฑสถานชาติ จัดการนำชุมชนตามแนวพระราชดำริ

09.15 น. เริ่มพิธีเปิดงาน โครงการ “หนังสือเดินทางตามรอยพระราชินี” กล่าวโดย รองศาสตราจารย์ นพ.สุริยเดว ทรีปาตี ผู้อำนวยการศูนย์คุณธรรม (องค์การมหาชน)

โครงการ “๕ ธันวาคม ตามรอยพระราชินี” กล่าวโดย **คุณปนัดดา**

เจณณวาสิน กรรมการรองผู้จัดการ บริษัท ตรีเพชรอีซูมูเซอส์ จำกัด

ชุมชนบ้านศาลาดิน 1 ใน 81 เส้นทางตามรอยพระราชินี กล่าวโดย **ดร.อภิชาติ ประเสริฐ** ผู้อำนวยการสำนักโครงการและจัดการความรู้ (OKMD) สำนักงานบริหารและพัฒนาองค์ความรู้ (องค์การมหาชน)

ภาพรวมเส้นทาง และฐานต่างๆ ในชุมชนบ้านศาลาดิน กล่าวโดย **คุณวันชัย สวัสดิ์แดง** ประธานกลุ่มวิสาหกิจ กลุ่มผู้ใช้น้ำบ้านศาลาดิน

10.00 น. พิธีมอบเสื้อ - ชุดหนังสือให้แก่โรงเรียนในชุมชน

- มูลนิธิธรรมดีมอบชุดหนังสือมรดกแห่งแผ่นดินให้แก่โรงเรียนบ้านคลองมหาสวัสดิ์ โรงเรียนบ้านคลองโยง และโรงเรียนวัดสุวรรณาราม พร้อมมอบชุดหนังสือและเสื้อให้แก่เด็กนักเรียน

• เด็กนักเรียนร่วมร้องเพลง
“พระราชานิพนธ์”

• เด็กนักเรียน และคณะร่วม
ร้องเพลงสรรเสริญพระบารมี

10.30 น. นำคณะล่องเรือไป
ปล่อยปลา ณ ท่าเรือวัดสุวรรณาราม
(ใช้เวลาในการล่องเรือ 10 นาที)

10.40 น. ถึง **วัดสุวรรณาราม**
เป็นวัดเก่าแก่ ตั้งแต่เริ่มมีการขุด
คลองมหาสวัสดิ์ โดย พระบาทสมเด็จพระ
พระจอมเกล้าเจ้าอยู่หัว รัชกาลที่ ๔
ทรงโปรดให้ขุดคลองมหาสวัสดิ์
เชื่อมต่อคลองบางกอกน้อยกับแม่น้ำ
นครชัยศรี

ดร.दनัย จันทร์เจ้าฉาย ประธาน
มูลนิธิธรรมดี **นำคณะแม่เมตตา**
ตั้งจิตอธิษฐาน ปล่อยปลาหน้าเขียง
จำนวน 1,999 กิโลกรัม ถวายเป็น
บารมีธรรมแด่ในหลวงรัชกาลที่ ๙
(บริเวณท่าเรือหน้าวัด)

11.10 น. นำคณะเดินข้าม
สะพานไปยังไร่นาสวนผสม (ใช้เวลา
ในการเดิน 5 นาที)

11.15 น. ถึง **ฐานกิจกรรมที่**
1. ไร่นาสวนผสม (ใช้เวลาในการทำ
กิจกรรม 1 ชม.) เรียนรู้วิถีชีวิตแบบ
ชาวสวนชาวไร่ผ่านการเยี่ยมชม และ
สูดอากาศบริสุทธิ์บนรถอีแต่น อีก
เอกลักษณ์หนึ่งของชาวสวนไทย

****ระหว่างทำกิจกรรมรับประทานผล
ไม้ตามฤดูกาล และเลี้ยงกบบัว****

12.15 น. นำคณะออกเดิน
ทางไปยังร้านอาหาร แซบนิว คริว
บ้านนา ศาลายา (เดินทางโดยรถตู้
ใช้เวลาในการเดินทาง 15 นาที)

12.30 น. รับประทานอาหาร
กลางวัน ณ ร้านอาหาร แซบนิว คริว
บ้านนา ศาลายา

13.30 น. นำคณะออกเดิน
ทางไปยังบ้านพักข่าว

13.40 น. ถึง ฐานกิจกรรมที่

2. บ้านพักข้าว (ใช้เวลาในการทำกิจกรรม 45 นาที)

เยี่ยมชมสวนพักข้าวอันร่มรื่นริมคลองมหาสวัสดิ์ ลิ้มลองชิมรสผลิตภัณฑ์จากพักข้าว อาทิ น้ำพักข้าว คุณก็พักข้าว หมี่กรอบพักข้าว พร้อมฟังเพลงแหล่งพื้นบ้านโดยปราชญ์ชาวบ้าน

**** ระหว่างทำกิจกรรม ชิมน้ำพักข้าว และน้ำอัญชันมะพร้าวอ่อน****

14.25 น. นำคณะล่องเรือไปยังนาบัวลุงแจ่ม (เวลาในการล่องเรือ 10 นาที)

14.35 น. ถึง ฐานกิจกรรมที่

3. นาบัวลุงแจ่ม (ใช้เวลาในการทำกิจกรรม 1.30 ชม.) พื้นที่ปลูกบัวลัดตบงกช สถานที่ที่ดอกบัวถูกเลือกเฟ้น และเก็บเกี่ยวในยามรุ่งสางเพื่อความเป็นที่สูงสุดในการบูชาพระตามความเชื่อของชาวพุทธ ท่ามกลางบรรยากาศศาลากลางน้ำบนนาบัวที่มีฝูงปลาใหญ่กำลังแหวกว่ายช่วยสร้างบรรยากาศอันร่มรื่นพร้อมลมพัดโชยเบาๆ ผสมผสานกับวิวทิวทัศน์ของนาบัวลัดตบงกช ลีชมพูกางมเต็ม ส่งกลิ่นไอความหอมเย็นช่วยให้ผ่อนคลายความเครียด

****ระหว่างทำกิจกรรม ดื่มน้ำเกสรดอกบัว เย็นชื่นใจ****



16.05 น. นำคณะล่องเรือไปยังบ้านข้าวตัง ศาลาติน **(เวลาในการล่องเรือ 10 นาที)**

16.15 น. ถึง **ฐานกิจกรรมที่ 4. บ้านข้าวตัง** (ใช้เวลาในการทำกิจกรรม 30 นาที)

การบูรณาการเพื่อการดำเนินชีวิตบนพื้นฐานของหลักเศรษฐกิจพอเพียง จนทำให้เกิดภูมิปัญญาไทยอันเลื่องชื่อ **“ข้าวตัง”** ที่ถูกพัฒนาอย่างไม่หยุดยั้งเพื่อสร้างสรรค์อัตลักษณ์ที่แตกต่างอย่างยั่งยืนในยุคโลกาภิวัตน์

****ระหว่างทำกิจกรรม
รับประทานอาหารข้าวตังสองหน้า****

16.45 น. นำคณะออกเดินทางกลับกรุงเทพฯ (อาคารอัมรินทร์พลาซ่า) (ใช้เวลาในการเดินทาง 1.15 ชม.)

18.00 น. ถึง กรุงเทพฯ (อาคารอัมรินทร์พลาซ่า) โดยสวัสดิภาพด้วยความประทับใจ

****โปรแกรมอาจมีการเปลี่ยนแปลง
ตามความเหมาะสม****





ชุมชนบ้านศาลาดิน

ชุมชนบ้านศาลาดิน หลังจากใน พ.ศ. 2403 เริ่มมีการขุดคลองมหาสวัสดิ์เสร็จสิ้น พระบาทสมเด็จพระจอมเกล้าเจ้าอยู่หัว ทรงมีพระราชประสงค์ให้ทำการสร้างศาลาเพื่อสาธารณประโยชน์ริมคลองขุดมหาสวัสดิ์ทุกระยะทาง 4 กิโลเมตร เป็นจำนวนทั้งหมด





7 ศาลา สำหรับศาลาหลังสุดท้าย ตั้งอยู่ในพื้นที่ของ หมู่ที่ 3 ตำบล มทาสวัสดิ์ เรียกกันว่าศาลาติน ด้วยเหตุ นี้จึงเป็นที่มาของชื่อ **“บ้านศาลาติน”** ในอดีตนั้นชาวบ้านมีอาชีพทำนา เพียงอย่างเดียวปีละครั้ง เป็นสาเหตุ ให้เกษตรกรยากจน ไม่มีที่ทำกิน เป็นของตัวเอง เมื่อพระบาทสมเด็จพระปรมินทรมหาภูมิพลอดุยเดช รัชกาลที่ ๙ ทรงทราบถึงปัญหา



ดังกล่าว จึงได้พระราชทานที่ดินส่วน พระองค์ให้กับเกษตรกร จำนวน 1,009 ไร่ เมื่อปี พ.ศ. 2518 โดยมี สำนักงานปฏิรูปที่ดินเป็นผู้ดูแลและ จัดรูปที่ดิน ให้เกษตรกรครอบครองละ 20 ไร่ โดยให้เกษตรกรเข้าทำกินได้ ในปี พ.ศ. 2520 พร้อมพระราชทาน การทำเกษตรผสมผสาน ส่งผล ให้คนภายในชุมชนบ้านศาลาติน มีความเป็นอยู่ที่ดีขึ้น



ไร่นาสวนผสม

เรียนรู้วิถีชีวิตแบบชาวสวน ชาวไร่ผ่านการเยี่ยมชมและสูดอากาศบริสุทธิ์บนรถอีแต่น อีกเอกลักษณ์หนึ่งของชาวสวนไทย พร้อมชมวิวทุ่งนาแบบ 360 องศา ที่จะทำให้คุณได้สัมผัสถึงกลิ่นไอของทุ่งนาได้อย่างใกล้ชิดและยังได้ลิ้มรสผลไม้สดจากสวนที่มีให้ทานมากมาย หลากหลายชนิดตลอดทั้งปี





กิจกรรม และสิ่งที่ได้เรียนรู้

- ได้เรียนรู้วิถีไทย และ ภูมิปัญญาชาวบ้าน จากการฟังบรรยายประวัติความเป็นมาของไร่นาสวนผสมโดยป้าแจ้ว (ปราชัญญาชาวบ้าน), วิทยากรจาก OKMD

- ได้เรียนรู้ศาสตร์พระราชารื่องความพอเพียง จากการลงมือทำขนมไทยพื้นบ้าน (ข้าวตุก)

- ได้เรียนรู้ศาสตร์พระราชารื่องแปลงเกษตรผสมผสาน ตามแนวทฤษฎีใหม่ จากการนั่งรถอีแต่นชมไร่นาสวนผสม

****ระหว่างทำกิจกรรมรับประทานผลไม้ตามฤดูกาล และเมี่ยงกลีบบัว****



บ้านฟักข้าว

“บ้านฟักข้าว ขนิษฐา” สถานที่แห่งนี้เป็นจุดบริการความรู้เกี่ยวกับการปลูกฟักข้าว และการแปรรูปฟักข้าว จนกลายเป็นอาชีพและจุดขายใหม่ของชุมชน นอกจากนี้จะได้เรียนรู้วิธีการทำน้ำฟักข้าวแสนอร่อย ยังได้ทราบข้อมูลการแปรรูปฟักข้าว

เป็นผลิตภัณฑ์อื่นๆ อีกด้วย เช่น หมี่กรอบจากฟักข้าว ซอสก้วยเตี้ยว เย็นตาโฟจากฟักข้าว เป็นต้น ผู้เข้าร่วมโครงการยังได้ลองชิมน้ำฟักข้าวเย็นๆ และน้ำอัญชันมะพร้าวอ่อน ซึ่งทางบ้านฟักข้าว ขนิษฐามีไว้ให้บริการสำหรับทุกๆ คน



กิจกรรม และสิ่งที่ได้เรียนรู้

- ได้เรียนรู้ศาสตร์พระราชารื่องรู้จักถนอมโลก และสิ่งแวดล้อมจากการฟังบรรยายประวัติความเป็นมาของบ้านฟักข้าว โดยคุณชนิษฐา (ปราชญ์ชาวบ้าน), วิทยากรจาก OKMD
- ได้เรียนรู้วิธีการปลูกฟักข้าวจากการชมการสาธิต และทดลองปลูกฟักข้าว

- ได้เรียนรู้ศาสตร์พระราชารื่องความพอเพียง จากการลงมือทำน้ำฟักข้าว
- ได้สัมผัสวิถีชีวิตชาวบ้านริมคลองมหาสวัสดิ์ ผ่านการฟังเพลงแหล่งพื้นบ้าน โดยป้าจิม ปราชญ์ชาวบ้าน

****ระหว่างทำกิจกรรม ดื่มน้ำฟักข้าว และน้ำอัญชันมะพร้าวอ่อน****

สูตรน้ำผักข้าว

สรรพคุณของลูกผักข้าว **ผักข้าว** มีทั้งวิตามินซี แคลเซียม เหล็ก ไฟเบอร์ และเบต้าแคโรทีนสูง จากรายงานผลการวิจัยพบว่า เยื่อหุ้มเมล็ด ผักข้าวมีสารต้านอนุมูลอิสระ ช่วยเสริมภูมิคุ้มกันให้ร่างกาย มีส่วนช่วยลดความเสี่ยงของการเกิดโรคหลอดเลือดในหัวใจ โรคมะเร็งต่อมลูกหมาก มะเร็งปอด และมะเร็งกระเพาะอาหารได้อีกด้วย

ส่วนผสม



- ลูกผักข้าวสุก 1 ลูก



- น้ำส้ม 1 ถ้วย



- น้ำเปล่า 5 ลิตร



- เกลือ 1 - 2 ช้อนชา



- น้ำตาล 2 ชีด

วิธีทำ



- ผ่าครึ่งกลางของลูก ใช้ช้อนตักเอาเยื่อสีแดงที่หุ้มเมล็ดมาใส่กระชอนที่เตรียมไว้ ใช้มือยีหรือขยำเพื่อให้เมือกของสีแดงออกจากเมล็ด ใช้กระชอนกรองไม่ให้เมล็ดหล่นลงไป



- เติมน้ำเปล่าลงในน้ำพักข้าวให้ได้จำนวน 5 ลิตร เสร็จแล้ว เติมน้ำส้มที่เตรียมไว้ 1 ถ้วยตวง และใส่เกลือ 1-2 ช้อนชา เติมน้ำตาลทราย 2 ชีด ต่อน้ำพักข้าว 5 ลิตร



- นำน้ำพักข้าวไปต้มให้สุก แล้วพักไว้ให้เย็น จากนั้นนำไปแช่ตู้เย็น ก่อนการรับประทาน



นาบัว

พื้นที่ปลูกบัวสัตตบงกช สถานที่ที่ดอกบัวถูกเลือกเฟ้นและเก็บเกี่ยวในยามรุ่งสางเพื่อความเป็นที่สูงสุดในการบูชาพระ ตามความเชื่อของชาวพุทธ ท่ามกลางบรรยากาศศาลากลางน้ำบนนาบัว ที่มีฝูงปลา น้อยใหญ่กำลังแหวกว่าย ช่วยสร้างบรรยากาศอันร่มรื่นพร้อมลมพัดโชยเบาๆ ผสมผสานกับวิวทิวทัศน์ของนาบัวสัตตบงกช ลีซมพวงมเด้นส่งกลิ่นไอความหอมเย็น ช่วยให้ผ่อนคลายความเครียด





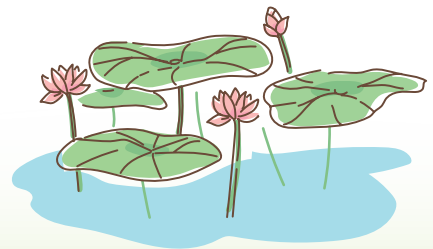
กิจกรรม และสิ่งที่ได้เรียนรู้

- ได้เรียนรู้แนวพระราชดำริ การทำการเกษตรแบบผสมผสาน จากการฟังบรรยาย โดยป้าตี๋ (ปราชญ์ชาวบ้าน), วิทยากรจาก OKMD
- ได้คิดวิเคราะห์ ฝึกสังเกต จากการชมสาธิตการเก็บดอกบัว
- ได้ลงมือทำ และเรียนรู้ การพับดอกบัวแบบต่างๆ จากป้าตี๋ เจ้าของนาบัวลุ่มแจ่ม

กิจกรรมพิเศษ

ถวายเป็นพระ
สวดมนต์ ปฏิบัติบูชา ถวายเป็นพระ
ราชกุศลแด่ในหลวงรัชกาลที่ ๙

****ระหว่างทำกิจกรรมดื่ม
น้ำเกสรดอกบัวเย็นชื่นใจ****





บ้านข้าวตัง

การบูรณาการเพื่อการดำเนินชีวิตบนพื้นฐานของหลักเศรษฐกิจพอเพียง จนทำให้เกิดภูมิปัญญาไทยอันเลื่องชื่อ “ข้าวตัง” ที่ถูกพัฒนาอย่างไม่หยุดยั้งเพื่อสร้างสรรค์อัตลักษณ์ที่แตกต่างอย่างยั่งยืนในยุคโลกาภิวัตน์ พร้อมแบ่งปันประสบการณ์การเรียนรู้กับจุดเรียนรู้

วิถีชุมชนที่จะทำให้คุณได้ย้อนไปในวันวานกับรูปแบบการดำเนินวิถีชีวิตริมคลองซุด ภายใต้การน้อมนำเอาแนวคิดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาประยุกต์ใช้หล่อเลี้ยงชุมชนบนพื้นที่ทำกินพระราชทาน พร้อมชมการบริหารจัดการน้ำอย่างมีประสิทธิภาพ



กิจกรรม และสิ่งที่ได้เรียนรู้

- ได้เรียนรู้ศาสตร์พระราชารื่องความพอเพียง จากการลงมือทำข้าวตังสด สอนโดย ตัวแทนชาวบ้านจากชุมชนบ้านศาลาดิน

- ได้เรียนรู้ศาสตร์พระราชารื่องความมีวินัย การเพียรพยายาม จากการฟังบรรยายเรื่องการบริหารจัดการน้ำ และการบำบัดน้ำเสียด้วยวิถีธรรมชาติ

- สรุปการเรียนรู้จากการเดินทางตามรอยพระราชารื่อง โดย วิทยากรจาก OKMD



****ระหว่างทำกิจกรรมรับประทาน**

ข้าวตังสองหน้า**

สูตรข้าวตัง บ้านศาลาดิน

ข้าวตังมีดี รู้หรือไม่? หากไม่รู้จะมาสาธยายให้ทราบกัน ข้าวตัง นอกจากทานเป็นของว่างแล้วยังเป็นของฝากได้ดีอีกด้วย เพราะข้าวตังที่ บ้านศาลาดิน ทำจากข้าวกล้องและข้าวไรซ์เบอร์รี่ มีคุณค่าประโยชน์ต่อสุขภาพของเราได้เป็นอย่างดี

ส่วนผสม



- ข้าวกล้องหอมมะลิ หรือข้าวไรซ์เบอร์รี่ 2 ถ้วยตวง



- รากผักชี 50 กรัม



- เกลือ 2 ช้อนโต๊ะ



- น้ำตาลปีบ 500 กรัม



- กระเทียม 100 กรัม



- พริกไทยป่น 2 ช้อนโต๊ะ



- น้ำตาลทราย 500 กรัม



- น้ำพริกเผา 100 กรัม



- น้ำเปล่า 2 ถ้วยตวง

วิธีทำ



• ปั้นข้าวสวยให้เป็นก้อนกลมๆ แล้วหวดให้เป็นเนื้อเดียวกัน แล้วนำแผ่นไม้มาทับให้แบน จากนั้นใช้แม่พิมพ์กดเป็นรูปต่างๆ เสร็จแล้วนำไปตากแดด 2 วัน



• เอาน้ำมันใส่กระทะ ตั้งไฟจนร้อน จากนั้นนำข้าวตังลงไปทอด พอสุก ตักใส่ในตะแกรงเพื่อให้สะเด็ดน้ำมันเสร็จแล้วทาน้ำปรงหรือโรยหมูหยองผสมงา ทานได้ทันที



• รากผักชี กระเทียม พริกไทยป่น นำไปปั่น จากนั้นใส่น้ำตาลปีบ น้ำตาลทราย เกลือ น้ำพริกเผา น้ำเปล่า นำทั้งหมดเคี่ยวให้เป็นเนื้อเดียวกันประมาณครึ่งชั่วโมง เราก็จะได้น้ำจิ้มรสเด็ด

แผนที่เส้นทางการเรียนรู้ ตามรอยพระราชำ



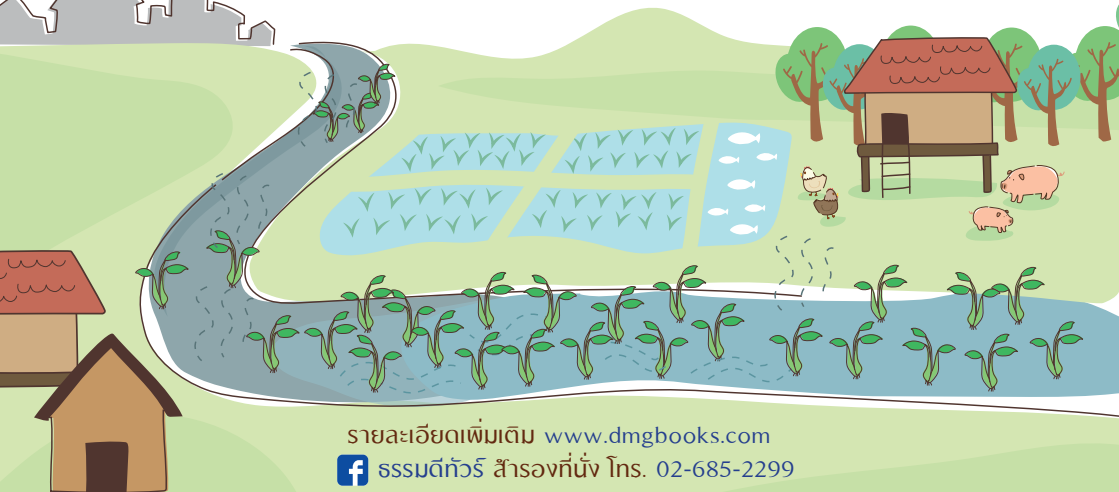
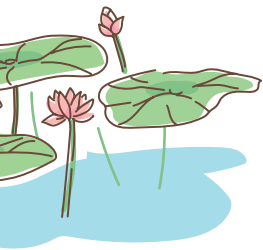
ตามรอยพระราชำ บ้านศาลาดิน นครปฐม

วันจันทร์ที่ 10 ธันวาคม 2561



ตามรอยพระราชำ ชลบุรี, จันทบุรี, สระแก้ว

วันศุกร์ที่ 18 - วันอาทิตย์ที่ 20 มกราคม 2562 (3 วัน 2 คืน)



รายละเอียดเพิ่มเติม www.dmgbooks.com

 ธรรมดีทัวริส สํารองที่นํง โทร. 02-685-2299