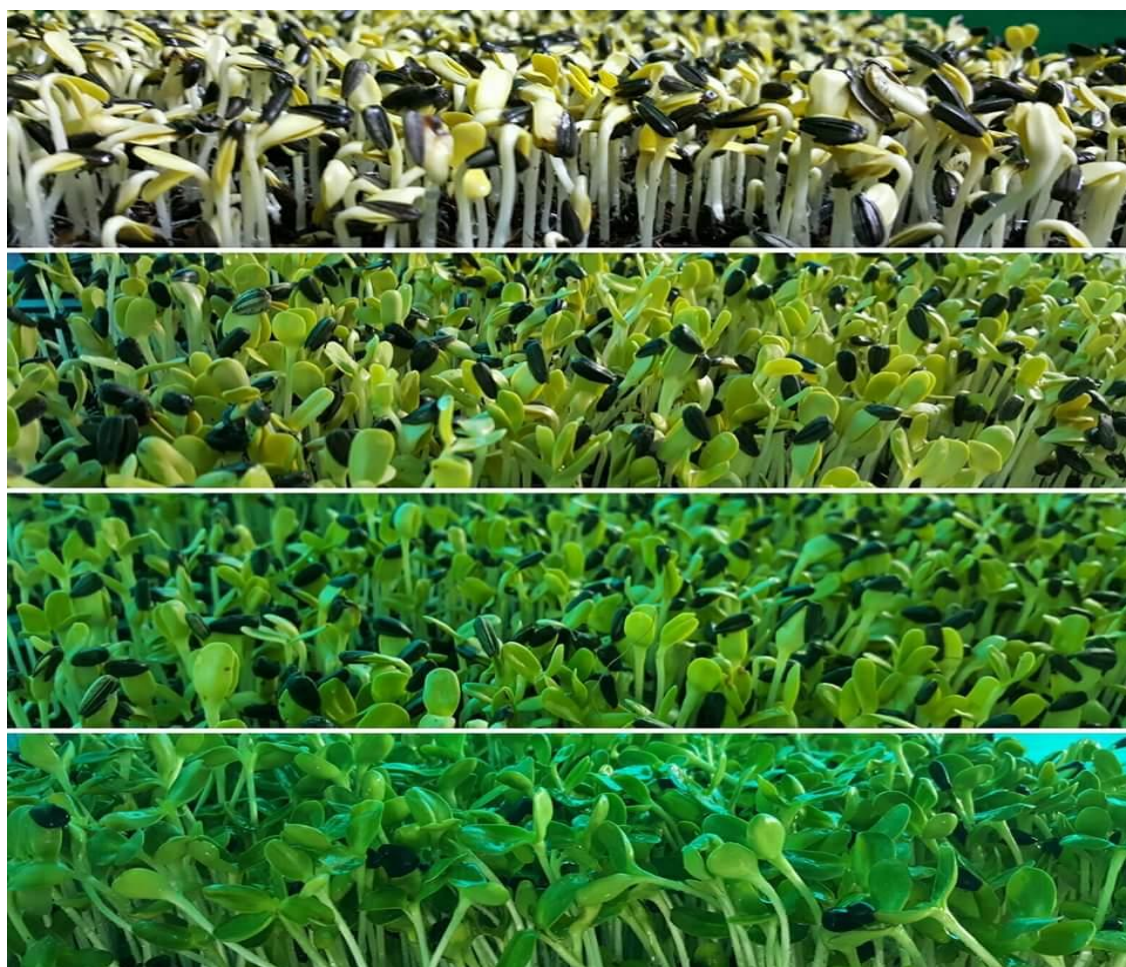


การเพาะต้นอ่อนพืชออร์แกนิก

กล่องความรู้กินได้ Knowledge Box Set



ผู้จัดทำ นางจิตราภรณ์ เทวะนา

ศูนย์การศึกษานอกระบบและ

การศึกษาตามอัธยาศัยอำเภอเมืองลำปาง

โครงการศูนย์ความรู้กินได้ @สำนักงานบริหารและพัฒนาองค์ความรู้

ที่อยู่ 69/18-19 อาคารชุดมิว บิลดิง ชั้น 18-19 ถ.วิภาวดีรังสิต แขวงสามเสนใน เขตพญาไท กรุงเทพฯ 10400

เว็บไซต์: <http://www.okmd.or.th>



การเพาะต้นอ่อนพืชออร์แกนิก

กล่องความรู้กินได้ Knowledge Box Set



กล่องความรู้กินได้ คือ บริการความรู้แบบ One Stop Service ที่จัดไว้ให้บริการประชาชน โดยการคัดสรรสื่อความรู้ประเภทต่างๆ (หนังสือ รูปภาพ สื่อมัลติมีเดีย ตัวอย่าง และแหล่งค้นคว้าอ้างอิง) มาจัดรวบรวมไว้ในกล่องเพื่ออำนวยความสะดวกให้แก่ผู้ใช้ และเป็นแนวทางให้ผู้สนใจได้เริ่มต้นศึกษาหาความรู้เพื่อการทำมาหากินได้ง่ายๆ

คำแนะนำในการใช้บริการกล่องความรู้กินได้



กล่องความรู้กินได้มีไว้สำหรับให้บริการภายในห้องสมุดเท่านั้น หากต้องการยืมหนังสือหรือสื่อมัลติมีเดียอื่นๆ ที่อยู่ภายในกล่อง กรุณาติดต่อเคาน์เตอร์บริการ

"ร่วมแบ่งปันความรู้ ด้วยการใช้สื่ออย่างระมัดระวัง"



โครงการศูนย์ความรู้กินได้ @สำนักงานบริหารและพัฒนาองค์ความรู้

ที่อยู่ 69/18-19 อาคารชุดมิว บิล딩 ชั้น 18-19 ถ.วิภาวดีรังสิต แขวงสามเสนใน เขตพญาไท กรุงเทพฯ 10400

เว็บไซต์: <http://www.okmd.or.th>

ชุดความรู้ทำมาหากิน การเพาะต้นอ่อนพืชออร์แกนิก

ส่วนที่ 1 :

ต้นอ่อนพืชออร์แกนิก...คืออะไร



โครงการศูนย์ความรู้กินได้ @สำนักงานบริหารและพัฒนาองค์ความรู้

ที่อยู่ 69/18-19 อาคารชุดมิว บิล딩 ชั้น 18-19 ถ.วิภาวดีรังสิต แขวงสามเสนใน เขตพญาไท กรุงเทพฯ 10400

เว็บไซต์: <http://www.okmd.or.th>

ชุดความรู้ทำมาหากิน

การเพาะต้นอ่อนพีชอร์แกนิก

1.1 ความสำคัญของอาชีพ

- เป็นอาชีพที่สร้างรายได้ในระยะเวลาอันสั้น
- เป็นอาชีพที่ใช้ต้นทุนในการผลิตต่ำ และใช้พื้นที่น้อย
- เป็นอาชีพที่ทำได้ด้วยตนเอง สามารถทำเพื่อบริโภคในครัวเรือนและจำหน่ายได้
- เป็นอาชีพที่เป็นได้ทั้งอาชีพหลักและอาชีพเสริม
- เป็นผลผลิตที่คนรักสุขภาพต้องการ
- มีคุณสมบัติโยชน์ รับประทานง่าย

ชุดความรู้ทำมาหากิน

การเพาะต้นอ่อนพืชออร์แกนิก

1.2 กลุ่มเป้าหมายของชุดความรู้ทำมาหากิน

- บุคคลทั่วไปที่สนใจทำเป็นอาชีพหลัก
- บุคคลทั่วไปที่สนใจทำเป็นอาชีพเสริมเพื่อสร้างรายได้
- กลุ่มเยาวชนที่ต้องการใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์
- กลุ่มผู้สูงอายุที่ต้องการหากิจกรรมที่สามารถสร้างรายได้ในระยะเวลาอันสั้น และสามารถดำเนินการได้ด้วยตนเอง

ชุดความรู้ทำมาหากิน

การเพาะต้นอ่อนพีชอร์แกนิก

1.3 ประโยชน์ที่จะเกิดขึ้น

- ประโยชน์ต่อคนในพื้นที่

- เกิดรายได้ต่อคนในพื้นที่ สามารถนำไปประกอบอาชีพหลัก หรืออาชีพเสริม ทำให้มีรายได้เพิ่มขึ้น สำหรับตนเอง หรือกลุ่มบุคคล เช่น เยาวชน หรือผู้สูงอายุ เป็นต้น
- เป็นทางเลือกใหม่สำหรับผู้รักสุขภาพ ที่จะมีอาหารที่มีประโยชน์ สะอาด และปลอดภัย ไว้บริโภคในครัวเรือน และสามารถจำหน่ายได้เมื่อผลผลิตมากเกินความต้องการ



ชุดความรู้ทำมาหากิน

การเพาะต้นอ่อนพีชออร์แกนิก

1.3 ประโยชน์ที่จะเกิดขึ้น(ต่อ)

-ประโยชน์ต่อหน่วยงาน

- ห้องสมุดประชาชนจังหวัดลำปาง กศน. อำเภอเมืองลำปาง ได้มีโอกาสส่งเสริมให้คนในชุมชนเกิดรายได้ และได้ร่วมถ่ายทอดความรู้สู่ชุมชน

-ประโยชน์ต่อผู้จัดทำองค์ความรู้

- ได้รับความรู้ที่เป็นประโยชน์ต่อตนเอง อีกทั้งยังสามารถถ่ายทอดสู่ผู้อื่น เพื่อเป็นแนวทางการประกอบอาชีพได้



ชุดความรู้ทำมาหากิน

การเพาะต้นอ่อนพีชอร์แกนิก

1.3 ประโยชน์ที่จะเกิดขึ้น(ต่อ)

- ประโยชน์ต่อผู้บริโภค

สรรพคุณของต้นอ่อนทานตะวัน

ต้นอ่อนทานตะวัน เป็นอาหารที่มีประโยชน์ต่อร่างกายอย่างมาก เพราะมีสารชนิดหนึ่งที่มีชื่อเรียกว่า **GABA(gamma aminobutyric acid)** ซึ่งมีคุณสมบัติในการช่วยป้องกันโรคมากมายหลายชนิด อาทิเช่น โรคมะเร็ง โรคเบาหวาน ช่วยในการควบคุมน้ำหนัก บำรุงเซลล์สมอง ป้องกันการเกิดโรคอัลไซเมอร์ ช่วยบำรุงผิวพรรณ สายตา ชะลอความแก่ชรา และในปริมาณ $\frac{1}{4}$ ถ้วย ต้นอ่อนทานตะวันมีปริมาณไขมันสูงถึง 16 กรัม ไขมันอิ่มตัว 2 กรัม ไขมันไม่อิ่มตัวเชิงซ้อน 8 กรัม ไขมันไม่อิ่มตัวเชิงเดี่ยว 6 กรัม คาร์โบไฮเดรต 6 กรัม ไฟเบอร์ 2 กรัม และโปรตีน 6 กรัม ซึ่งไขมันที่อยู่ในต้นอ่อนทานตะวันนี้ล้วนแต่เป็นไขมันชนิดที่ดีและมีประโยชน์ต่อร่างกาย ช่วยควบคุมระดับคอเลสเตอรอลในเลือดได้อีกด้วย



ชุดความรู้ทำมาหากิน

การเพาะต้นอ่อนฟิชฮอร์แกนิก

1.3 ประโยชน์ที่จะเกิดขึ้น

- ประโยชน์ต่อผู้บริโภค

สรรพคุณของต้นอ่อนผักบุ้ง

ผักบุ้งมีสรรพคุณเป็นยาเย็นในแง่ของการเป็นพืชสมุนไพร แต่ในทางคุณภาพของพืชผัก ผักบุ้ง 100 กรัมจะให้พลังงาน 22 กิโลแคลอรี และประกอบด้วยเส้นใย วิตามินและแร่ธาตุอื่น ๆ อีกด้วย เช่น วิตามินเอ วิตามินซี วิตามินบี 1 วิตามินบี 2 วิตามินบี 3 ธาตุแคลเซียม ธาตุฟอสฟอรัส ธาตุเหล็ก เป็นต้น ผักบุ้งไทยนั้นจะมีวิตามินซีสูงและสรรพคุณทางยามากกว่าผักบุ้งจีน แต่จะมีแคลเซียมและ เบต้าแคโรทีน (วิตามินเอที่ช่วยบำรุงสายตา) น้อยกว่าผักบุ้งจีน หากรับประทานสด ๆ ได้ จะทำให้คุณค่าของวิตามิน และแร่ธาตุเหล่านี้ไม่เสียไปกับความร้อนอีกด้วย



ชุดความรู้ทำมาหากิน

การเพาะต้นอ่อนพีชอร์แกนิก

1.3 ประโยชน์ที่จะเกิดขึ้น

- ประโยชน์ต่อผู้บริโภค

สรรพคุณของต้นอ่อนถั่วลันเตาหรือถั่วเหมียว

ต้นอ่อนถั่วลันเตาหรือถั่วเหมียว มีรสหวานกรอบ อุดมด้วยสารอาหาร ช่วยบำรุงสายตา ตับ หัวใจ และจัดว่าเป็นแหล่งโปรตีนชั้นดี รวมถึงวิตามินบีและวิตามินซีสูงอีกด้วย อีกทั้งยังมีธาตุเหล็ก แคลเซียม ฟอสฟอรัส และสารเลซิติน ที่ช่วยการทำงานของระบบประสาทและสมอง ช่วยบำรุงสายตา ตับ หัวใจ รวมถึงมีกากอาหาร ซึ่งช่วยเรื่องระบบขับถ่าย ได้เป็นอย่างดี เนื่องจากถั่วเหมียวนั้นมีเส้นใยมาก

ชุดความรู้ทำมาหากิน

การเพาะต้นอ่อนพืชออร์แกนิก

1.4 ขั้นตอนการจัดทำชุดความรู้ทำมาหากิน

1. วิเคราะห์ความต้องการอาชีพ วิเคราะห์แหล่งเรียนรู้ โอกาส ความเป็นไปได้ ในการประกอบอาชีพ ในจังหวัด ลำปาง
2. คัดเลือกอาชีพ “เพาะต้นอ่อนพืชออร์แกนิก”
3. รวบรวมความรู้ แหล่งเรียนรู้
4. ประมวลและเรียบเรียงเนื้อหาความรู้
5. ตรวจสอบความถูกต้องสมบูรณ์ของเนื้อหา
6. เผยแพร่ความรู้ จัดกิจกรรมเผยแพร่ความรู้
7. จัดกิจกรรมแลกเปลี่ยนเรียนรู้
8. ปรับปรุงความรู้และเผยแพร่ต่อไป



ชุดความรู้ทำมาหากิน

การเพาะต้นอ่อนพีชอร์แกนิก

ส่วนที่ 2 : เช็กความพร้อมก่อนประกอบอาชีพ



ลัลล้า!
บบ



www.facebook.com/sibbil
https://twitter.com/Sibbil_



โครงการศูนย์ความรู้กินได้ @สำนักงานบริหารและพัฒนาองค์ความรู้

ที่อยู่ 69/18-19 อาคารชุดมิว บิลดิง ชั้น 18-19 ถ.วิภาวดีรังสิต แขวงสามเสนใน เขตพญาไท กรุงเทพฯ 10400

เว็บไซต์: <http://www.okmd.or.th>

Infographic

การเพาะ ต้นอ่อนทานตะวัน ออร์แกนิก



วัสดุ อุปกรณ์



เมล็ดพันธุ์เพาะต้นอ่อน วัสดุเพาะ ถาดเพาะ ขี้นปลูก กระบอกฉีดน้ำ มีด

ขั้นตอนการเพาะ



แช่เมล็ด 12 ชั่วโมง
พ่นผ้าเปียก 12 ชั่วโมง โรยเมล็ดบนวัสดุเพาะ แล้วโรยวัสดุเพาะ
ชั้นบน ๆ รดน้ำแล้วปิดฝาดังนี้ 2 วัน คอยถ่ายเทอาหารแล้ว 1 วัน ราวลิ้นในลิ้นไม้ไดโนเสาร์
รดน้ำ เช้า-เย็น 3-4 วัน เก็บใส่โถใส่ดินอ่อนได้กินและ
เล่น ๆ ประมาณ 2 ชม.

ปัจจัยสู่ ความสำเร็จ

ความสะอาด สดใหม่ ปลอดภัยจากสารเคมี
ความชำนาญ และการเอาใจใส่

การลงทุน

วัตถุดิบ-อุปกรณ์ ลงทุนครั้งแรกประมาณ 1,000 บาท
ค่าแรงคิดเป็น 100 บาท ต่อการเพาะ 1 ก.ก.
เมล็ดพันธุ์ 1 ก.ก. เพาะต้นอ่อนได้ 5-7 ก.ก.

การตลาด

- ร้านผักปลอดสารพิษ - ถนนคนเดิน
- FACEBOOK - ตลาดสด - ร้านอาหาร

ราคาขาย 200 g. 30 บาท 400 g. 50 บาท
1 kg. 120 บาท

ห้องสมุดประชาชนจังหวัดลำปาง
ศูนย์การศึกษาครอบครัวและเรียนรู้ตามวิถีชีวิตเมืองลำปาง
สำนักงานบริหารและพัฒนาองค์ความรู้ (องค์การมหาชน)



โครงการศูนย์ความรู้กินได้ @สำนักงานบริหารและพัฒนาองค์ความรู้

ที่อยู่ 69/18-19 อาคารชุดมिव บิลดิง ชั้น 18-19 ถ.วิภาวดีรังสิต แขวงสามเสนใน เขตพญาไท กรุงเทพฯ 10400

เว็บไซต์: <http://www.okmd.or.th>

Q & A ชุดความรู้ทำมาหากิน

การเพาะต้นอ่อนพืชออร์แกนิก

1. วัตถุประสงค์ - เพื่อสร้างรายได้/รายได้เสริม/ลดรายจ่ายสำหรับครัวเรือนหรือชุมชน - เพื่อใช้บริโภคในครัวเรือนและจำหน่าย - อยู่ในความนิยมตอบสนองความต้องการในการบริโภคอาหารอร่อยและปลอดภัย	2. ความรู้/ทักษะสำหรับการดำเนินการ - ความรู้พื้นฐานในการเพาะต้นอ่อน - ประโยชน์ สรรพคุณของต้นอ่อนผักบุ้ง ต้นอ่อนทานตะวัน และต้นอ่อนถั่วลันเตา (ได้เหมือนกัน) - แหล่งจำหน่ายเมล็ดพันธุ์ เครื่องปลูก อุปกรณ์ - การเพาะต้นอ่อน/การให้น้ำ/ความต้องการแสง/อายุการเก็บเกี่ยว - การออกแบบบรรจุภัณฑ์/การจำหน่าย - การประกอบอาหารจากต้นอ่อนพืช	3. เงินลงทุนเท่าไร/การจัดการเงิน - ลงทุนในครั้งแรกไม่เกิน 1,000 บาท (ต้นอ่อนทานตะวัน) - เมล็ดทานตะวัน ก.ก. 100 บาท - ค่าถาดเพาะ 10 อัน 450 บาท - แกลบดำปลูก 30 บาท - ชุยมะพร้าว 1 ถุง 30 บาท - กระบอกลดน้ำ 170 บาท - ช้อนปลูก 30 บาท - คัตเตอร์ 20 บาท - ถุงแก้วขนาด 8 x 12 นิ้ว 40 บาท - ค่าแรงคิด 100 บาทต่อการเพาะ 1 ก.ก.
4. การจัดการกำลังคน - สามารถทำได้ด้วยตนเอง หรือทำในครอบครัว - สามารถรวมกลุ่มเพื่อการผลิตและจำหน่ายได้	5. เครื่องมือ/อุปกรณ์/วัตถุดิบ - เมล็ดพันธุ์ผัก - กระบอกลดน้ำเมล็ดพันธุ์ - ผ้าขนหนูบ่มเมล็ดหรือการรองถาด - ถาดหรือตะกร้าเพาะเมล็ด - คัตเตอร์ - ช้อนปลูก - กระบอกลดน้ำ - ถุงแก้วขนาด 8 x 12 นิ้ว - วัสดุเพาะโดยการผสม แกลบดำ และ ชุยมะพร้าว ในอัตราส่วน 1 : 1	๖. การลงมือทำ - แช่เมล็ดพันธุ์ 12 ชั่วโมง - การบ่มเมล็ดพันธุ์ในผ้าชุบน้ำ 12 ชั่วโมง - การเพาะโดยใช้วัสดุปลูกรองพื้นโรยเมล็ดพันธุ์ระยะพอดีไม่ซ้อนเกยกันแต่ไม่ห่างจนเกินไปโรยวัสดุปลูกทับด้านบนบาง ๆ รดน้ำให้ชุ่ม - นำถาดเพาะวางซ้อนกันและหาสิ่งของที่น้ำหนักมากทับไว้ 2 วัน - วันที่ 3 นำถาดมาวางเรียงแล้วใช้ถาดเปล่าครอบเพื่อพร่างแสง - ให้น้ำเข้าเย็นโดยการรด/ฉีด ฝอย - เก็บเกี่ยวหลังเพาะเมล็ดได้ 6 – 10 วัน (แล้วแต่นิสัยของเมล็ดพันธุ์พืช เช่น ทานตะวัน 6 วัน ผักบุ้ง 8 – 10 วัน ถั่วลันเตา(ได้เหมือนกัน) 10 วัน - บรรจุในถุงแก้วเพื่อเพื่อจำหน่าย
๗. การตลาด - ขายปลีกตลาด - ร้านขายผักออร์แกนิก - ตลาดออร์แกนิกตลาดอาหารปลอดภัย - ขายส่งตลาด/ร้านค้า/ร้านอาหาร/สหกรณ์ - ขายออนไลน์	๘. ปัญหา/วิธีการตัดสินใจ/กระบวนการแก้ปัญหา - การเกิดการเน่าเสียแก่ไขโดยการควบคุมการให้น้ำและการระบายน้ำ - ทำความสะอาดถาดเพาะและฝั่งแดดจัดทุกครั้งหลังการเพาะเพื่อป้องกันเชื้อรา - การประชาสัมพันธ์ถึงคุณประโยชน์ สรรพคุณของต้นอ่อนพืช อยู่เสมอ - หมั่นเวียนเพาะเพื่อให้มีผลผลิตออกสู่ตลาดอย่างสม่ำเสมอ	๙. ปัจจัยสู่ความสำเร็จ - เป็นอาหารเพื่อสุขภาพมีประโยชน์ สะอาด ปลอดภัย - มีระยะเวลาการเก็บรักษาได้นาน - มีการรับรองพืชปลอดภัย พืชปลอดภัย - ผลผลิตที่มีคุณภาพสะอาด สด อยู่เสมอ - การผลิตอย่างต่อเนื่องมีผลผลิตออกสู่ตลาดอย่างสม่ำเสมอ มีการกำหนดราคาที่เหมาะสม
10. แนวคิดต่อยอด - ทำชุดปลูกสำเร็จรูปจำหน่ายสำหรับผู้ที่ต้องการเพาะต้นอ่อนเพื่อบริโภคในครัวเรือน - สอนการเพาะต้นอ่อนพืชและจำหน่ายเมล็ดพันธุ์ - จำหน่ายในรูปแบบของบรรจุภัณฑ์ที่น่าสนใจ เพื่อเป็นของขวัญ เช่น การเพาะต้นอ่อนในถาดเซรามิก กระถางดินเผา กระเช้า ตะกร้า		

ความรู้ที่ต้องมี/ทักษะที่ต้องใช้



- ความรู้พื้นฐานในการเพาะต้นอ่อนพืช เช่น ผักบุ้ง ทานตะวัน ถัวลันเตาหรือถั่วเหมียว
- ประโยชน์ สรรพคุณของต้นอ่อนผักบุ้ง ต้นอ่อนทานตะวัน และต้นอ่อนถัวลันเตาหรือถั่วเหมียว
- แหล่งจำหน่ายเมล็ดพันธุ์ เครื่องปลูก อุปกรณ์
- การเพาะต้นอ่อน/การให้น้ำ/ความต้องการแสง/อายุการเก็บเกี่ยว
- การออกแบบบรรจุภัณฑ์/การจำหน่าย
- การประกอบอาหารจากต้นอ่อนพืช

ชุดความรู้ทำมาหากิน

“การเพาะต้นอ่อนพืชออร์แกนิก”

do it

Illustration: Hans Ulrich Christ

ส่วนที่ 3 : ลงมือทำ



โครงการศูนย์ความรู้กินได้ @สำนักงานบริหารและพัฒนาองค์ความรู้

ที่อยู่ 69/18-19 อาคารชุดมิว บิล딩 ชั้น 18-19 ถ.วิภาวดีรังสิต แขวงสามเสนใน เขตพญาไท กรุงเทพฯ 10400

เว็บไซต์: <http://www.okmd.or.th>

ชุดความรู้ทำมาหากิน

“การเพาะต้นอ่อนพืชออร์แกนิก”

3.1 วัตถุดิบ



เมล็ดทานตะวัน



เมล็ดผักบุ้ง



เมล็ดถั่วลันเตา



เกลบดำ



ขุยมะพร้าว

ชุดความรู้ทำมาหากิน

“การเพาะต้นอ่อนพืชออร์แกนิก”

3.2 เครื่องมือ/อุปกรณ์



ถาดเพาะ



ตะกร้าเพาะ



มีดตัดต้นอ่อน



กระบอกฉีดน้ำ



ช้อนปลูก

ชุดความรู้ทำมาหากิน

“การเพาะต้นอ่อนพืชออร์แกนิก”

3.3 กระบวนการผลิต

การเพาะต้นอ่อนทานตะวัน

- เมล็ดพันธุ์...เมล็ดพันธุ์ที่นิยมใช้ในการเพาะต้นอ่อนนั้นมีเมล็ดพันธุ์ที่เป็นที่นิยม 3 ชนิด คือ

1. เมล็ดทานตะวันแบบดำจัมโบ้ เมล็ดจะออกกลมๆ เมื่อนำไปเพาะต้นอ่อนจะได้ต้นอ่อนที่อวบใหญ่ให้น้ำหนักมาก เหมาะสำหรับการนำไปปรุงสุกเนื่องจากมีค่อนข้างเหนียวกว่าเมล็ดพันธุ์ชนิดอื่น ๆ



ชุดความรู้ทำมาหากิน

“การเพาะต้นอ่อนพีชอร์แกนิก”

3.3 กระบวนการผลิต

การเพาะต้นอ่อนทานตะวัน(ต่อ)

2. เมล็ดทานตะวันแบบดำขนาดกลาง เมื่อเพาะแล้วจะให้ต้นอ่อนที่ใหญ่ อวบ แต่ใหญ่สู้เมล็ดทานตะวันสีดำจัมโบ้ไม่ได้



ชุดความรู้ทำมาหากิน

“การเพาะต้นอ่อนพืชออร์แกนิก”

3.3 กระบวนการผลิต

การเพาะต้นอ่อนทานตะวัน(ต่อ)

3. เมล็ดทานตะวันแบบลาย เมื่อนำมาเพาะเป็นทานตะวันงอกแล้วจะได้ต้นผอมเรียวยาว น้ำหนักน้อยผู้ผลิตไม่ชอบเพราะน้ำหนักเบา แต่ลูกค้าจะชอบเพราะให้รสชาติที่ดีกว่า และไม่เหนียว



ชุดความรู้ทำมาหากิน

“การเพาะต้นอ่อนพืชออร์แกนิก”

3.3 กระบวนการผลิต

การเพาะต้นอ่อนทานตะวัน(ต่อ)

- ถาดเพาะ ต้นอ่อนทานตะวันสามารถเพาะในอุปกรณ์เกือบทุกชนิด ทั้งถาดเพาะกล้า ตะกร้าพลาสติก แต่ปัจจุบันนิยมเพาะในถาดเพาะกล้า เพราะหาซื้อได้ง่าย ทนทาน ราคาถูก ทำความสะอาดง่าย และมีรูระบายน้ำ สามารถนำกลับมาใช้ใหม่ได้หลายครั้ง



ชุดความรู้ทำมาหากิน

“การเพาะต้นอ่อนพีชออร์แกนิก”

3.3 กระบวนการผลิต

การเพาะต้นอ่อนทานตะวัน(ต่อ)

- วัสดุเพาะ การเพาะต้นอ่อนออร์แกนิก จะใช้เพียง แกลบดำและขุยมะพร้าว ในอัตราส่วน 1:1 เป็นวัสดุเพาะ เนื่องจากจะไม่มีสารเคมีเจือปน โดยการผสมวัสดุปลูกอาจผสมบนพื้นสะอาดหรือในกะละมังใหญ่ ๆ ก็ได้



ชุดความรู้ทำมาหากิน

“การเพาะต้นอ่อนพืชออร์แกนิก”

3.3 กระบวนการผลิต

การเพาะต้นอ่อนทานตะวัน(ต่อ)

1. นำเมล็ดทานตะวันที่มีอายุไม่เกิน 6 เดือนแช่น้ำอย่างน้อย 12 ชั่วโมง จากนั้นนำมาบ่มด้วยวิธีใช้ผ้าชุบน้ำบิดให้หมาดห่อไว้อย่างน้อย 12 ชั่วโมง เพื่อให้รากงอกเร็วขึ้น เมื่อเปิดผ้าที่ห่อเพื่อบ่มเมล็ดจะพบว่ารากงอกออกมาเป็นเส้นสีขาว ๆ สามารถนำไปเพาะได้ทันที



ชุดความรู้ทำมาหากิน

“การเพาะต้นอ่อนพืชออร์แกนิก”

3.3 กระบวนการผลิต

การเพาะต้นอ่อนทานตะวัน(ต่อ)

2. นำวัสดุปลูกใส่ลงในถาดเพาะจนเกือบเต็ม เกือบให้เรียบเสมอกัน จากนั้นนำเมล็ดทานตะวันโรยให้ทั่ว โดยไม่ให้ถี่ซ้อนกันหรือห่างเกินไป แล้วนำวัสดุปลูกโรยทับ แล้วรดน้ำให้ชุ่ม โดย 1 ถาดเพาะจะใช้เมล็ดทานตะวันประมาณ 100 กรัม



ชุดความรู้ทำมาหากิน

“การเพาะต้นอ่อนฟิชออร์แกนิก”

3.3 กระบวนการผลิต

การเพาะต้นอ่อนทานตะวัน(ต่อ)

3. นำถาดที่เพาะทั้งหมดซ้อนกัน แล้วนำถาดเปล่าอีกใบมาปิดทับด้านบน และหาสิ่งของที่มีน้ำหนักกดทับไว้ นำไปวางไว้ในที่แดดส่องไม่ถึง 2 วัน เพื่อบังคับให้ต้นอ่อนมีขนาดสูงเท่า ๆ กัน



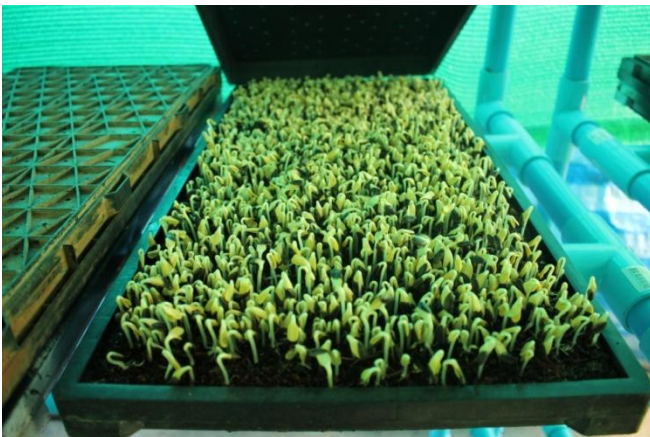
ชุดความรู้ทำมาหากิน

“การเพาะต้นอ่อนพืชออร์แกนิก”

3.3 กระบวนการผลิต

การเพาะต้นอ่อนทานตะวัน(ต่อ)

4. ในวันที่ 3 เมื่อเปิดฝาดอก จะเห็นต้นอ่อนเป็นสีเขียวอ่อน ให้นำถาดไปวางเรียงแล้วใช้ถาดเปล่าคว่ำแล้วครอบไว้เพื่อพรางแสง 1 วัน และให้รดน้ำเข้าเย็นระวังอย่าให้แฉะเกินไป สำหรับหน้าฝนอาจจะลดการให้น้ำลงเหลือเพียงวันละ 1 ครั้ง



ชุดความรู้ทำมาหากิน

“การเพาะต้นอ่อนพีชอร์แกนิก”

3.3 กระบวนการผลิต

การเพาะต้นอ่อนทานตะวัน(ต่อ)

5. รดน้ำเป็นปกติทุกวันจนถึงวันที่ 6 – 7 จะสามารถเก็บเกี่ยวได้

6. วิธีการเก็บเกี่ยว ใช้มือประคองต้นต้นอ่อนไปในทิศทางเดียวกันเบา ๆ แล้วใช้ใบมีดคม ๆ หรือคัตเตอร์ที่สะอาด กรีดไล่จากโคนต้นจากขอบเถาไปจนหมดเถา



ชุดความรู้ทำมาหากิน

“การเพาะต้นอ่อนพืชออร์แกนิก”

3.3 กระบวนการผลิต

การเพาะต้นอ่อนทานตะวัน(ต่อ)

7. การบรรจุเพื่อจำหน่าย ใช้ถุงจิบไซส์ขนาด 8 X12 นิ้ว บรรจุต้นอ่อนที่ทำความสะอาดแล้ว โดยจำหน่ายใน ราคาถุงละ 20 30 50 บาท และจำหน่ายกิโลกรัมละ 120 - 150 บาท



ชุดความรู้ทำมาหากิน

“การเพาะต้นอ่อนพืชออร์แกนิก”

3.3 กระบวนการผลิต

การเพาะต้นอ่อนผักบุ้ง

การเพาะต้นอ่อนผักบุ้ง นิยมใช้เมล็ดพันธุ์ผักบุ้งจีน เนื่องจากผักบุ้งจีนมีคุณค่าทางอาหารสูง ประกอบไปด้วยวิตามินและแร่ธาตุที่จำเป็นต่อร่างกาย โดยเฉพาะวิตามินเอซึ่งช่วยบำรุงสายตาได้เป็นอย่างดีมีปริมาณสูงถึง 9,550 หน่วยสากล ในส่วนที่

รับประทานสดได้ 100 กรัม หรือมีวิตามินเอสูงถึง 6,750 หน่วยสากล ในส่วนที่รับประทานได้เมื่อสุกแล้ว 100 กรัม นอกจากนี้ ยังมีแคลเซียม



ฟอสฟอรัส และวิตามินซีเป็นองค์ประกอบสำคัญอีกด้วย



โครงการศูนย์ความรู้กินได้ @สำนักงานบริหารและพัฒนาองค์ความรู้

ที่อยู่ 69/18-19 อาคารชุดมิว บิล딩 ชั้น 18-19 ถ.วิภาวดีรังสิต แขวงสามเสนใน เขตพญาไท กรุงเทพฯ 10400

เว็บไซต์: <http://www.okmd.or.th>

ชุดความรู้ทำมาหากิน

“การเพาะต้นอ่อนพีชอร์แกนิก”

3.3 กระบวนการผลิต

การเพาะต้นอ่อนผักบุ้ง(ต่อ)

ใช้ถาดและวัสดุเพาะเหมือนกับต้นอ่อนทานตะวัน และนำเมล็ดแช่น้ำ 12 ชั่วโมง แล้วนำมาบ่มในผ้าเปียก อีกอย่างน้อย 12 ชั่วโมง จึงนำมาโรยในถาดเพาะทับ แล้วเก็บไว้ในที่ร่ม 2 วัน จึงครอบฝาและเปิดในวันที่ 3 รดน้ำทุกวันและสามารถเก็บเกี่ยวในวันที่ 10 – 13



ชุดความรู้ทำมาหากิน

“การเพาะต้นอ่อนพืชออร์แกนิก”

3.3 กระบวนการผลิต

การเพาะต้นอ่อนผักบุ้ง(ต่อ)

1. ล้างเมล็ดผักบุ้งโดยคัดเลือกเมล็ดที่แตก เสีย ลอยน้ำทิ้งไป เนื่องจากเมล็ดพันธุ์ที่ลอยน้ำจะเป็นเมล็ดพันธุ์ที่ไม่สมบูรณ์ ไม่นิยมนำไปเพาะเป็นต้นอ่อน นำเมล็ดที่ล้างเรียบร้อยแล้ว ไปแช่น้ำไว้ประมาณ 12 ชั่วโมง เนื่องจากเมล็ดผักบุ้งจะมีเปลือกหนาและแข็ง



ชุดความรู้ทำมาหากิน

“การเพาะต้นอ่อนพืชออร์แกนิก”

3.3 กระบวนการผลิต

การเพาะต้นอ่อนผักบุ้ง(ต่อ)



2. นำเมล็ดที่แช่น้ำแล้วมาล้างน้ำสะอาดพักไว้ให้สะเด็ดน้ำ แล้วนำผ้าขนหนูไปชุบน้ำบิดให้หมาด เทเมล็ดพันธุ์ผักบุ้งลงไปในผ้าแล้วห่มเมล็ดไว้อย่างน้อย 12 ชั่วโมง สังเกตดูจะเห็นรากสีขาว ๆ เล็ก ๆ ยาวประมาณ 1 – 2 มิลลิเมตร งอกออกมา

ชุดความรู้ทำมาหากิน

“การเพาะต้นอ่อนพืชออร์แกนิก”

3.3 กระบวนการผลิต

การเพาะต้นอ่อนผักบุ้ง(ต่อ)



3. ใส่วัสดุปลูกลงในถาดเพาะ โรยเมล็ดโดยรักษา ระยะไม่ให้ห่าง หรือถี่เกินไป ระวังอย่าให้เมล็ดซ้อนทับ กัน ใช้วัสดุปลูกโรยทับบาง ๆ แล้วรดน้ำให้ชุ่ม

ชุดความรู้ทำมาหากิน

“การเพาะต้นอ่อนพีชอร์แกนิก”

3.3 กระบวนการผลิต

การเพาะต้นอ่อนผักบุ้ง(ต่อ)



4. นำถาดเพาะที่โรยเมล็ดและโรยวัสดุปลูกเรียบร้อยแล้ว ไปวางซ้อนกันใช้ถาดเปล่าทับด้านบนและหาของที่มีน้ำหนักมากกว่าทับไว้ เพื่อเป็นการบังคับให้ต้นอ่อนโตเท่า ๆ กัน แล้ววางไว้ให้พ้นแสงแดดเป็นเวลา 2 วัน โดยไม่ต้องรดน้ำ

ชุดความรู้ทำมาหากิน

“การเพาะต้นอ่อนพีชอร์แกนิก”

3.3 กระบวนการผลิต

การเพาะต้นอ่อนผักบุ้ง(ต่อ)



5. วันที่ 3 นำถาดเพาะวางเรียงในที่ร่มให้พื้นแสงแดด
แล้วนำถาดเปล่ามาครอบด้วยการคว่ำถาดเปล่าลงบน
ถาดเพาะ อีกหนึ่งวันโดยระวังเรื่องความชื้น หากวัสดุ
ปลูกแห้งให้รดน้ำโดยฉีดฝอยเบา ๆ

ชุดความรู้ทำมาหากิน

“การเพาะต้นอ่อนพืชออร์แกนิก”

3.3 กระบวนการผลิต

การเพาะต้นอ่อนผักบุ้ง(ต่อ)



6. วันที่ 4 เปิดฝาดรอปแล้วรดน้ำเช้า เย็น หากในฤดูฝน อากาศมีความชื้น ให้รดน้ำเฉพาะช่วงเย็น ระมัดระวังให้ขึ้นจนแฉะ

ชุดความรู้ทำมาหากิน

“การเพาะต้นอ่อนพืชออร์แกนิก”

3.3 กระบวนการผลิต

การเพาะต้นอ่อนผักบุ้ง(ต่อ)



7. วันที่ 5 – 10 ให้น้ำเช้า เย็น โดยระวังเรื่องความชื้น โดยมีให้ชื้น หรือแห้งจนเกินไป ในระยะนี้สามารถเก็บเกี่ยวได้ทุกวัน แล้วแต่ความต้องการของตลาด ต้นอ่อนที่อายุน้อยจะมีราคาแพงกว่าต้นอ่อนที่มีอายุมาก เนื่องจากขนาดและน้ำหนักที่น้อยกว่า

ชุดความรู้ทำมาหากิน

“การเพาะต้นอ่อนพืชออร์แกนิก”

3.3 กระบวนการผลิต

การเพาะต้นอ่อนผักบุ้ง(ต่อ)



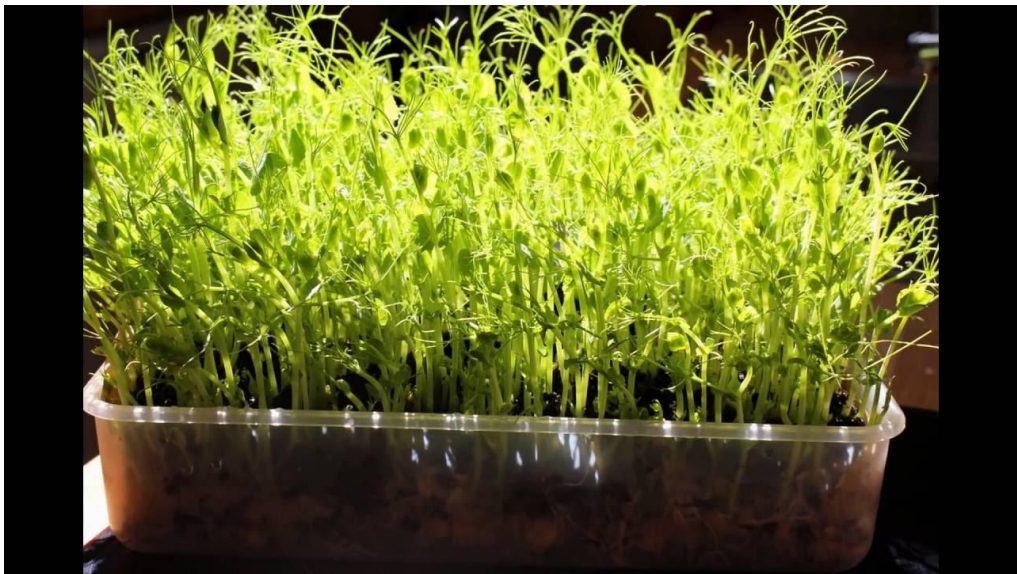
8. การเก็บเกี่ยว โดยใช้ใบมีดหรือคัตเตอร์ที่ใหม่ และคม ให้เปลี่ยนใบมีดทุกครั้ง เพื่อให้ต้นอ่อนไม่มีรอยชำ และจะจำหน่ายในราคา ก.ก. ละ 190 - 220 บาท

ชุดความรู้ทำมาหากิน

“การเพาะต้นอ่อนพืชออร์แกนิก”

3.3 กระบวนการผลิต

การเพาะต้นอ่อนถั่วลันเตาหรือถั่วเหมียว



ถั่วลันเตาสามารถนำมาเพาะได้เช่นเดียวกับเมล็ดทานตะวันหรือผักบุ้งโดยที่ต้นที่ออกนั้นเราเรียกว่าผักถั่วเหมียว ใช้เวลาเพาะประมาณ 10 วัน จึงจะเก็บเกี่ยวเพื่อบริโภคได้

ชุดความรู้ทำมาหากิน

“การเพาะต้นอ่อนพืชออร์แกนิก”

3.3 กระบวนการผลิต

การเพาะต้นอ่อนถั่วลันเตาหรือถั่วเหมียว(ต่อ)



1. นำเมล็ดไปแช่น้ำประมาณ 12 ชั่วโมงโดยก่อนแช่คัดเลือกเมล็ดที่เสียออกก่อนแล้วเอามาบ่มด้วยผ้าอึกอย่างน้อย 12 ชั่วโมง จะเห็นเมล็ดมีรากงอกออกมายาวประมาณ 1 - 2 มิลลิเมตร

ชุดความรู้ทำมาหากิน

“การเพาะต้นอ่อนพืชออร์แกนิก”

3.3 กระบวนการผลิต

การเพาะต้นอ่อนถั่วลันเตาหรือถั่วเหมียว(ต่อ)



2. เตรียมถาดเพาะ โดยใส่วัสดุปลูกปาดให้เรียบเสมอกัน จากนั้นโรยเมล็ดถั่วลันเตาที่มีรากงอกให้ทั่วถาดเพาะ ในหนึ่งถาดจะใช้เมล็ดถั่วลันเตาประมาณ 250 กรัม โรยทับด้วยวัสดุปลูกบาง ๆ รดน้ำให้ชุ่ม นำถาดเปล่ามาปิดทับไว้ 2 วันโดยไม่ต้องรดน้ำเพื่อให้ต้นโตเสมอกัน และต้องนำถาดเพาะไปไว้ในที่มืดที่มีอากาศถ่ายเทได้ดี

ชุดความรู้ทำมาหากิน

“การเพาะต้นอ่อนพืชออร์แกนิก”

3.3 กระบวนการผลิต

การเพาะต้นอ่อนถั่วงอกหรือถั้วเหมียว(ต่อ)



3. เมื่อครบ 2 วันเปิดถาดที่ครอบออก รดน้ำปกติวันละครึ่ง แต่ต้องอยู่ในที่มีดตลอดการปลูก โดยรดน้ำไปเรื่อย ๆ จนถึงวันที่ 10 จึงจะตัดได้ การตัดต้นอ่อนถั่วงอกหรือถั้วเหมียว นั้น จะใช้ใบมีด หรือ คัตเตอร์คม และใหม่ ตัดบริเวณเหนือตาล่างสุด 1-2 ตา ตัดจนหมดถาดแล้วนำถาดกลับไปรดน้ำวางไว้ในที่มีดอีก เนื่องมาจากถั้วเหมียวจะตัดได้ถึง 3 ครั้งต่อการเพาะครั้งเดียว

ชุดความรู้ทำมาหากิน

“การเพาะต้นอ่อนพืชออร์แกนิก”

3.3 กระบวนการผลิต

การเพาะต้นอ่อนถั่วลันเตาหรือถั่วเหมียว(ต่อ)



4. ถั่วเหมียวนั้นสามารถเก็บเกี่ยวได้ถึง 3 ครั้งโดยเมื่อตัดครั้งแรกจนหมดถาดให้นำถาดไปเก็บไว้ในที่มืดไม่ابلมเหมือนการปลูกครั้งแรกและรดน้ำวันละครั้งก็จะแตกตาออกยอดใหม่ครบกำหนด 10 วันก็สามารถตัดได้เหมือนการปลูกครั้งแรก นั่นคือตัดตรงตาล่างสุด ส่วนครั้งที่ 3 ตัดเมื่อครบ 10 วัน โดยต้นอ่อนถั่วลันเตาหรือถั่วเหมียวจะจำหน่ายในราคา ก.ก. ละ 150 บาท



โครงการศูนย์ความรู้กินได้ @สำนักงานบริหารและพัฒนาองค์ความรู้

ที่อยู่ 69/18-19 อาคารชุดมิว บิลดิง ชั้น 18-19 ถ.วิภาวดีรังสิต แขวงสามเสนใน เขตพญาไท กรุงเทพฯ 10400

เว็บไซต์: <http://www.okmd.or.th>

ชุดความรู้ทำมาหากิน

“การเพาะต้นอ่อนพืชออร์แกนิก”

-การจัดการกำลังคน

การเพาะต้นอ่อนพืชออร์แกนิก เป็นการผลิตที่สามารถทำได้ด้วยตนเอง ใช้เวลาในการดูแลเอาใจใส่น้อย และสามารถเก็บเกี่ยวได้ในระยะเวลาที่สั้น ให้ผลตอบแทนที่ดี แต่หากการรวมกลุ่มกันผลิตจะได้เปรียบในเรื่องของการดูแล การตลาดและต้นทุนเร็ว

-เคล็ดลับในกระบวนการผลิต

การเพาะต้นอ่อนเป็นงานที่จะต้องอาศัยใจรัก ต้องสังเกต เปรียบเทียบ ผลการเพาะต้นอ่อนของพืชแต่ละชนิด ว่าชนิดใดที่จะทำแล้วคุ้มค่า และให้ผลตอบแทนสูงที่สุด การหมั่นสังเกตถึงความชอบของพืชแต่ละชนิด ต่อ น้ำ อากาศ และแสงแดด ที่แตกต่างกัน จะทำให้อาชีพนี้ดำเนินต่อไปได้อย่างประสบผลสำเร็จ



ชุดความรู้ทำมาหากิน

“การเพาะต้นอ่อนฟิชอร์แกนิก”

3.3 การบริหารจัดการ

-การเงิน/การลงทุน

การเพาะต้นอ่อนฟิชอร์แกนิก ใช้เงินลงทุนน้อย เมื่อเทียบกับการประกอบอาชีพอื่น ๆ ระยะเวลาการเก็บเกี่ยวสั้นทำให้ได้ทุนคืนอย่างรวดเร็ว ในการผลิตครั้งแรก ใช้ทุนเพียงไม่เกิน 1,000 บาท (ต้นอ่อนทานตะวัน)

- เมล็ดทานตะวัน ก.ก. 100 บาท
- กระบอกลี้น้ำ 170 บาท
- ค่าถาดเพาะ 10 อัน 450 บาท
- ช้อนปลูก 30 บาท
- คัตเตอร์ 20 บาท



ชุดความรู้ทำมาหากิน

“การเพาะต้นอ่อนพืชออร์แกนิก”

3.3 การบริหารจัดการ

-การเงิน/การลงทุน(ต่อ)

- แกลบดำ 1 ถุง 30 บาท
- ขุยมะพร้าว 1 ถุง 30 บาท
- ถุงแก้วสำหรับบรรจุ ขนาด 8 X 12 นิ้ว 40 บาท
- สำหรับค่าแรงคิด 100 บาทต่อการเพาะ 1 ก.ก.
- การเพาะครั้งต่อไปสำหรับต้นอ่อนทานตะวันใช้ต้นทุนเพียง 260 บาทต่อ 1 ก.ก.
- การเพาะครั้งต่อไปสำหรับต้นอ่อนผักบุ้งใช้ต้นทุนเพียง 310 บาทต่อ 1 ก.ก.
- การเพาะครั้งต่อไปสำหรับต้นอ่อนถั่วลันเตาหรือถั่วเหมียว ใช้ต้นทุนเพียง 290 บาทต่อ 1 ก.ก.



ชุดความรู้ทำมาหากิน

“การเพาะต้นอ่อนพืชออร์แกนิก”

3.3 การบริหารจัดการ

-การตลาด

ต้นอ่อนพืชออร์แกนิก สามารถจำหน่ายได้ทั้งในรูปแบบของผักสด โดยจัดส่งตลาดสด ร้านขายผักปลอดสารพิษ ร้านอาหาร และการจำหน่ายทาง Facebook หรือ จำหน่ายเป็นอาหารสำเร็จรูปพร้อมรับประทาน



โครงการศูนย์ความรู้กินได้ @สำนักงานบริหารและพัฒนาองค์ความรู้

ที่อยู่ 69/18-19 อาคารชุดมิว บิล딩 ชั้น 18-19 ถ.วิภาวดีรังสิต แขวงสามเสนใน เขตพญาไท กรุงเทพฯ 10400

เว็บไซต์: <http://www.okmd.or.th>

ชุดความรู้ทำมาหากิน “การเพาะต้นอ่อนพืชออร์แกนิก”



ส่วนที่ 4 :

ทำอย่างไรให้ประสบความสำเร็จ



โครงการศูนย์ความรู้กินได้ @สำนักงานบริหารและพัฒนาองค์ความรู้

ที่อยู่ 69/18-19 อาคารชุดมิว บิล딩 ชั้น 18-19 ถ.วิภาวดีรังสิต แขวงสามเสนใน เขตพญาไท กรุงเทพฯ 10400

เว็บไซต์: <http://www.okmd.or.th>

ชุดความรู้ทำมาหากิน

“การเพาะต้นอ่อนพืชออร์แกนิก”

4.1 ปัญหาและแนวทางแก้ไข

ปัญหา

- ปัญหาเรื่องแมลงศัตรูพืช เช่น หอยทาก มด
- ปัญหาเรื่องเชื้อรา รากเน่า

แนวทางแก้ไข

1. จัดโรงเรือนหรือสถานที่ ที่เหมาะสมคือควบคุมแสงได้ มีอากาศถ่ายเทสะดวก ไม่อับชื้น
2. ควบคุมการให้น้ำไม่ให้แฉะเกินไป
3. ล้างทำความสะอาดเพาะและตากแดดจัดให้แห้ง หลังการใช้งานทุกครั้ง
4. ดูแลรักษาโรงเรือนให้สะอาด ไล่ ระบายอากาศได้ดีเสมอเพื่อป้องกันแมลงศัตรูพืชรบกวน



ชุดความรู้ทำมาหากิน

“การเพาะต้นอ่อนพืชออร์แกนิก”

4.2 ปัจจัยสู่ความสำเร็จ

- การดูแลรักษาผลผลิตให้ปราศจากจากสารเคมี
- การเอาใจใส่ดูแล ความเข้าใจในความต้องการของพืช เรื่องน้ำ และแสง
- ความรับผิดชอบ การตรงต่อเวลา
- การขอรับการรับรองมาตรฐานการผลิต GPA พืช และพืชอินทรีย์
- การกำหนดราคาที่เหมาะสม การบรรจุภัณฑ์ที่ดี



ชุดความรู้ทำมาหากิน

“การเพาะต้นอ่อนพืชออร์แกนิก”

4.3 แนวคิดใหม่ในการพัฒนาอาชีพ

1. จำหน่ายชุดปลูกสำเร็จรูปสำหรับผู้ที่ต้องการ
เพาะต้นอ่อนเพื่อบริโภคในครัวเรือน โดยจัดชุดเมล็ด
พันธุ์ วัสดุปลูก และวิธีปลูกในชุดเพาะ



โครงการศูนย์ความรู้กินได้ @สำนักงานบริหารและพัฒนาองค์ความรู้

ที่อยู่ 69/18-19 อาคารชุดมิว บิลติง ชั้น 18-19 ถ.วิภาวดีรังสิต แขวงสามเสนใน เขตพญาไท กรุงเทพฯ 10400

เว็บไซต์: <http://www.okmd.or.th>

ชุดความรู้ทำมาหากิน

“การเพาะต้นอ่อนพืชออร์แกนิก”

4.3 แนวคิดใหม่ในการพัฒนาอาชีพ(ต่อ)

2. สอนการเพาะต้นอ่อนทานตะวัน

3. จำหน่ายในรูปแบบของบรรจุภัณฑ์ที่น่าสนใจ เพื่อเป็นของขวัญ ในเทศกาลต่าง ๆ เช่น การเพาะต้นอ่อนในถาดเซรามิก กระถางดินเผา กระเช้า หรือตะกร้า เป็นต้น



แหล่งอ้างอิง

- **เจ้าของความรู้**



องค์ความรู้ การเพาะต้นอ่อนทานตะวัน
ชื่อ นายชัยรัตน์ เงินชุม
ที่อยู่ 176/5 ม.10 ต.ปงแสนทอง
อ.เมืองลำปาง จ.ลำปาง 52100
โทรศัพท์ 081 - 4695255



องค์ความรู้ การเพาะต้นอ่อนผักบุ้ง
ชื่อ นางจิตราภรณ์ เทวะนา
ที่อยู่ 437 ม.2 ต.ศาลา อ.เกาะคา
จ.ลำปาง 52130
โทรศัพท์ 085 – 7248676

Check List

สื่อประจำกล่องความรู้ก็ได้

การเพาะต้นอ่อน
พืชออร์แกนิก



แนะนำหนังสือและสื่อมัลติมีเดีย
จำนวน 3 รายการ

แนะนำแหล่งค้นคว้าเพิ่มเติม
จำนวน 7 รายการ



แนะนำแหล่งจำหน่ายวัตถุดิบ
จำนวน 2 รายการ

ตัวอย่างวัตถุดิบ / อุปกรณ์
จำนวน 8 รายการ



โครงการศูนย์ความรู้ก็ได้ @สำนักงานบริหารและพัฒนาองค์ความรู้

ที่อยู่ 69/18-19 อาคารชุดมิว บิล딩 ชั้น 18-19 ถ.วิภาวดีรังสิต แขวงสามเสนใน เขตพญาไท กรุงเทพฯ 10400

เว็บไซต์: <http://www.okmd.or.th>

หนังสือและสื่อมัลติมีเดีย

แนะนำสื่อสารสนเทศเพื่อใช้ในการศึกษา

ชื่อเรื่อง

ไฮไลท์ ★★★★★



กลยุทธ์การเพาะต้นอ่อนเมล็ดงอก : กองบรรณาธิการชุมทรัพย์เทวดา

ต้นอ่อนเมล็ดงอก สดุดยอดพืชสุขภาพ ตอบโจทย์อาหารสุขภาพทุกเพศทุกวัย
เพาะง่าย ขยายคล่อง ตรงกระแสคนรุ่นใหม่ขายผ่านโซเชียล ออนไลน์ ด้วยต้น
อ่อนเมล็ดงอกไร้สารพิษ ยอดขายกระฉูด รับทรัพย์ไม่อั้น ส่งขายเมล็ดพันธุ์ได้
ด้วย

หนังสือและสื่อมัลติมีเดียอื่นๆ



หนังสือคู่มือการเพาะต้นอ่อนทานตะวัน : โดย นายทรัพย์ เมล็ดพันธุ์เมืองแปดริ้ว
คู่มือการเพาะต้นอ่อนทานตะวัน โดยผู้มีประสบการณ์ตรง อ่านง่าย พร้อมภาพประกอบทุก
ขั้นตอน



ความรู้เบื้องต้น เกษตรอินทรีย์ : โดย วิฑูรย์ ปัญญากุล
เกษตรอินทรีย์ การเกษตรปลอดสารพิษสำหรับผู้รักสุขภาพทุกท่าน การเกษตรแบบใดจึงจะ
ตอบโจทย์ “เกษตรอินทรีย์” ได้อย่างชัดเจน ต้องหาคำตอบจากหนังสือเล่มนี้



โครงการศูนย์ความรู้กินได้ @สำนักงานบริหารและพัฒนาองค์ความรู้

ที่อยู่ 69/18-19 อาคารชุดมิว บิลดิง ชั้น 18-19 ถ.วิภาวดีรังสิต แขวงสามเสนใน เขตพญาไท กรุงเทพฯ 10400

เว็บไซต์: <http://www.okmd.or.th>

แหล่งค้นคว้าเพิ่มเติม

แนะนำเว็บไซต์ หน่วยงาน และพื้นที่เรียนรู้

“การเพาะต้นอ่อนพืชออร์แกนิก”

ไฮไลท์ ★★★★★



<https://www.facebook.com/chai.ng3?fref=ts>

ให้ข้อมูลและคำปรึกษาเรื่องการเพาะต้นอ่อน ทั้งเรื่องทฤษฎีและการปฏิบัติ

แหล่งค้นคว้าเพิ่มเติมอื่นๆ

นายทรัพย์. สอนเพาะต้นอ่อนทานตะวัน by นายทรัพย์. สืบค้นเมื่อ 22 สิงหาคม 2559. จาก <http://www.Facebook.com/สอนเพาะต้นอ่อนทานตะวัน-by-นายทรัพย์>

บ้านไร่ปลายฝัน. เมล็ดทานตะวันสลายกับสีดำต่างกันอย่างไร ?? สืบค้นเมื่อ 22 สิงหาคม 2559. จาก <https://www.facebook.com/BaanRaiPlaiFun/?fref=ts>

สำนักวิจัยและพัฒนาเกษตร เขต 1. ระบบรับรองมาตรฐานการผลิต **GPA** พืชและพืชอินทรีย์. สืบค้นเมื่อ 22 สิงหาคม 2559. จาก http://www.oard1.org/index.php?option=com_content&view=article&id=66&Itemid=16

มูลนิธิเกษตรกรรมยั่งยืน(ประเทศไทย). ออร์แกนิก (Organic Food) กับประโยชน์ 15 ข้อ. สืบค้นเมื่อ 26 สิงหาคม 2559. จาก <http://www.sathai.org/>

Account_code. (2557). เอาไว้หะหมียวมาฝากจ้า!!!!!! สืบค้นเมื่อ 22 สิงหาคม 2559. จาก <http://pantip.topic/32700263>

Kapook!. ต้นอ่อนทานตะวัน ประโยชน์อันน่าอัศจรรย์ที่ไม่ควรพลาดจากพืชตัวน้อย. สืบค้นเมื่อ 26 สิงหาคม 2559. จาก <http://health.kapook.com/view117063.html>



โครงการศูนย์ความรู้กินได้ @สำนักงานบริหารและพัฒนาองค์ความรู้

ที่อยู่ 69/18-19 อาคารชุดมิว บิลดิ้ง ชั้น 18-19 ถ.วิภาวดีรังสิต แขวงสามเสนใน เขตพญาไท กรุงเทพฯ 10400

เว็บไซต์: <http://www.okmd.or.th>

แหล่งจำหน่ายวัตถุดิบ และอุปกรณ์

การเพาะต้นอ่อนพืชออร์แกนิก



สินค้า เมล็ดพันธุ์พืช และ
อุปกรณ์การเพาะเมล็ด
ชื่อร้าน บอมการเกษตร
ข้อมูลติดต่อ -



สินค้า ถูบบรรจุต้นอ่อน
ชื่อร้าน รุ่งกิจ
ข้อมูลติดต่อ 054 - 218613

แผนการถ่ายทอดองค์ความรู้ และรูปแบบกิจกรรม

ครั้งที่ 1

ชื่อกิจกรรม : การฝึกอบรมเชิงปฏิบัติการต้นอ่อนทานตะวัน เพาะ
ง่ายรายได้งาม

รูปแบบกิจกรรม : การฝึกอบรมเชิงปฏิบัติการ

ระยะเวลาดำเนินการ : ฝึกอบรมประมาณ **2560**

สถานที่จัดกิจกรรม : ห้องสมุดประชาชนจังหวัดลำปาง

กลุ่มเป้าหมาย : นักศึกษา กศน. และประชาชนทั่วไป

ครั้งที่ 2

ชื่อกิจกรรม : การฝึกอบรมเชิงปฏิบัติการการเพาะต้นอ่อนทานตะวัน
สำหรับขยายผล

รูปแบบกิจกรรม : การฝึกอบรมเชิงปฏิบัติการ

ระยะเวลาดำเนินการ : ฝึกอบรมประมาณ **2560**

สถานที่จัดกิจกรรม : ห้องสมุดประชาชนจังหวัดลำปาง

กลุ่มเป้าหมาย : ครู กศน.ตำบล

