

FTM Student Activities

Chonburi Province Edutainment Trip

Friday 21st – Saturday 22nd August 2015

<http://www.chonburi.go.th/default.aspx>



Friday 21st August 2015

- 07.00 am - Depart from FTM
- 09.30 - 12.00 am - Knowledge Sharing by Chonburi Provincial Office of the Formal and Information Education
- Visit Mab Euang Agri-Nature Center “Bodhivijjalaya College” (King’s Project : The Philosophy of Sufficiency Economy), Ban Bueng District <http://www.agrinature.or.th/node/84> & Demonstration of Folk Handicraft by the elderly of Ban Nongmok, Narerk Subdistrict, Phanat Nikhom District



- 12.00 am – 13.00 pm - Lunch at Mab Euang Agri-Nature Center
- 03.00 pm - Arrive at Nang Rong Beach, Sattahip Naval Base <http://www.sattahibase.navy.mi.th/index.php/organization/index#>
- 05.00 pm - Beach Volleyball among FTM lecturers, staff and students
- 07.00 pm - Dinner at Nang Rong Beach
- 08.30 pm - Fresher’s Night (Hawaii style)



Saturday 22nd August 2015

- 07.00 am - Check out
- 07.30 am - Breakfast at Nang Rong Beach
- 08.15 am - Get on a bus
- 09.00 – 11.00 am - Visit HTMS Krabi <http://www.naval-technology.com/news/newsroyal-thai-navy-receives-htms-ang-thong/>
- 12.00 – 01.00 pm - Lunch at Charn Chol Restaurant
- 01.30 pm - Depart from Sattahip Naval Base
- 02.30 pm - Shopping at Nong Mon Market
- 05.00 pm - Arrive FTM



Dress code : Fri 20th, August – Violet/purple tone

: Sat 21st, August – Student Team Green T Shirt (Too short and rubber slippers not allow)

โปรแกรมทัศนศึกษา จังหวัดชลบุรี
วันที่ 21 – 22 สิงหาคม 2558
นักศึกษาหลังปริญญาหลักสูตรนานาชาติ
คณะเวชศาสตร์เขตร้อน มหาวิทยาลัยมหิดล

ศุกร์ที่ 21 สิงหาคม 2558

- 07.00 น. - ออกเดินทางจากคณะเวชศาสตร์เขตร้อน
- 09.30 น. – 12.00 น. - ศึกษาดูงานในความรับผิดชอบของสำนักงานส่งเสริมการศึกษานอกระบบและการศึกษาตามอัธยาศัย จังหวัดชลบุรี
- ศูนย์กสิกรรมธรรมชาติมาบเอื้อง อำเภอบ้านบึง จังหวัดชลบุรี
(กศน.อำเภอบ้านบึง : โครงการอันเนื่องมาจากพระราชดำริ “ทฤษฎีเศรษฐกิจพอเพียง” <http://www.agrinature.or.th/node/84>)
และ ชมการสาธิตจากกลุ่มจักสานแม่บ้านเกษตรบ้านหนองโมกข์ ตำบลนาเริก อำเภอพุนส์นิคม จังหวัดชลบุรี (กศน.อำเภอพุนส์นิคม : การถ่ายทอดภูมิปัญญาท้องถิ่นสาขาหัตถกรรมพื้นบ้านในกลุ่มผู้สูงอายุ)
- 12.00 – 13.00 น. - รับประทานอาหารกลางวันที่บ้าน ณ ศูนย์กสิกรรมธรรมชาติมาบเอื้อง โดย กศน.บ้านบึง
- 15.00 น. - เข้าที่พักบ้านรับรอง หาดนางรอง ฐานทัพเรือสัตหีบ
- 17.00 น. - การแข่งขันวอลเลย์บอลชายหาดระหว่าง อาจารย์ เจ้าหน้าที่ นักศึกษารุ่นพี่-รุ่นน้อง
- 19.00 น. - อาหารเย็น ณ ที่พัก หาดนางรอง
- 20.30 น. - กิจกรรมรับน้อง โดย นักศึกษา ปี 2 (โครงการรุ่นพี่พบรุ่นน้อง)

เสาร์ 22 สิงหาคม 2557

- 07.30 น. - อาหารเช้า ณ ที่พัก
- 09.00 – 11.00 น. - ทัศนศึกษาเรือหลวงกระบี่
- 12.00 – 13.00 น. - อาหารกลางวัน ที่ ร้านอาหารชาญชล
- 13.30 น. - เดินทางกลับคณะฯ (แวะตลาดหนองมน)
- 17.00 น. - ถึงคณะ

KING RAMA 9'S AGRICULTURAL NEW THEORY AT MABBEUANG NATURE FARMING
CENTER, BANBUENG DISTRICT, CHONBURI

แหล่งเรียนรู้ศูนย์ศึกษาดูงานธรรมชาติมาบเืองตามทฤษฎีใหม่ ของในหลวงฯ
Non-Formal Education school (Phothaley Mahawitchalai)



Concept : KING's Theory "Self-Sufficiency of Economy" ทำอะไรให้เหมาะสมกับฐานะของตัวเอง
9 Learning Bases (9 ฐานเรียนรู้)

① คนรักแม่ธรณี (Soil)

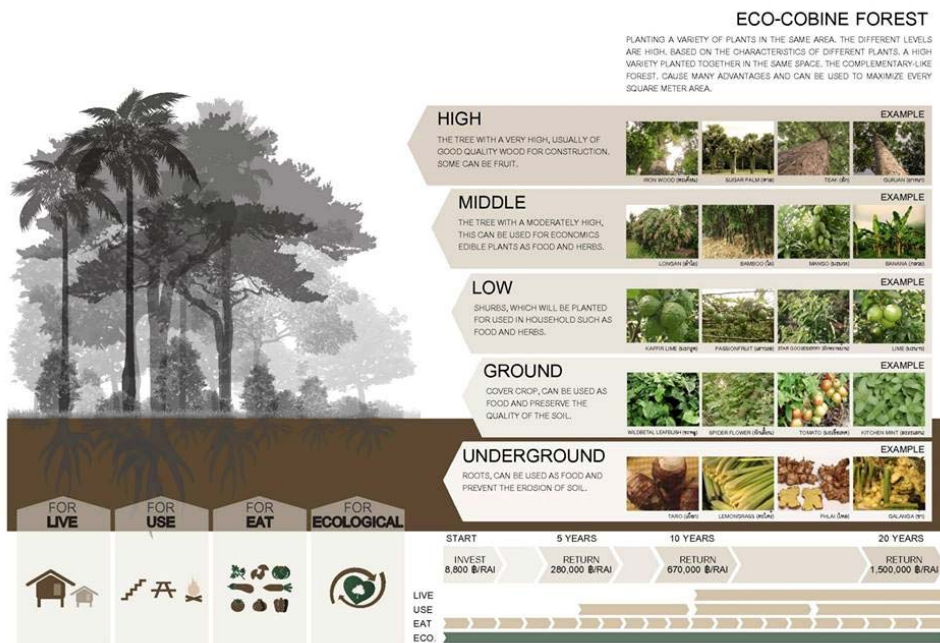
เลี้ยงดิน ให้ดิน เลี้ยงพืช Feed the soil and let the soil feed the plant

: Mix soil with organic fertilizer

② คนรักป่า (Forest)

ป่า 3 อย่างประโยชน์ 4 อย่าง 3 Types of Forest for 4 Use

: Grow 5 levels of plants



: Benefit – Edible / Habitat / Usable / Shading

③ คนรักน้ำ (Water)

จากฟ้าผ่า ลงภูผา ผ่านทุ่งนา - From sky to underground



④ คนรักแม่โพสพ (Rice)

นาข้าวอินทรีย์ ภูมิวิถีชาวนาไทย

: Organic Farm, rice field and agriculture product

⑤ คนเอาถ่าน (Charcoal)

ถ่านคุณภาพและน้ำส้มควันไม้ (Wood Vinegar) ผลิตภัณฑ์เพื่ออกสิกรรมธรรมชาติ

: Benefits of Wood Vinegar (<http://www.globalhealingcenter.com/benefits-of/wood-vinegar>)

⑥ คนมีไฟ (Energy)

ทางเลือก เพื่อพลังงานพอเพียง

: Biodiesel & Biogas

⑦ คนมีน้ำยา (Liquid)

น้ำยาเอนกประสงค์ ลดรายจ่ายในครัวเรือน

: Organic shampoo & Detergent

⑧ คนติดดิน (Clay House)

ปั้นดินให้เป็นบ้าน

: Clay brick

๙) คนรักสุขภาพ (Health)

วิถีสุขภาพพอเพียงของชาวกสิกรรมธรรมชาติ

กินข้าวเป็นหลัก กินผักเป็นยา กินปลาเป็นอาหาร

: น้ำคลอโรฟิลล์ (Chlorophyll Drink)

: Traditional Thai Massage – Herbal compress

Chlorophyll Drink

Use herbs which have cool effect such as

Tiliacora triandra 5-20 leaves,

Screw pine 1-2 leaves,

Gotu kola 0.5-1 handful,

3-5 angel grass,

Justicia Gangetica 0.5-1 handful,

water convolvulus 0.5- 1 handful,

Barleria lupulina 0.5-1 handful,

Boat-lily 3-5 leaves.



You can choose one herb or many herbs pound or blend together. Then, mix with water 1-3 glasses and strain it. Drink it 2-3 times a day (0.5-1 glass for each time)

Note: appropriate intensity drink will swallow smoothly, not irritate throat, recover sickness and boost energy. If you drink it less, it will not work with sickness. On the other hand, if you drink it too much, it will cause sickness. You will feel the prevention from your body if you do not drink it properly.



Techniques of Eating

1. Take chlorophyll drink half or full glass
2. Eat fruits. If it is sour fruit, and you do not have hyper-sensitive teeth with it, you should eat sour fruit before sweet fruit. In case, you have hyper-sensitive teeth with sour fruit, you should stop eating it, and eat a few sweet fruit instead
3. Eat fresh or boiled vegetable as salad
4. Eat rice or rice mixed with salt with other curries
5. Eat boiled nut with a little salt or sugar (do not boil it too soft)
6. Eat soup which is not strong flavor
7. Drink water when you feel thirsty, maybe after meal 1-2 hour
8. Take chlorophyll drink in the afternoon or evening. You should drink it after meal 1-2 hour or when you have empty stomach

9 Principles for Healthcare

1. Eat herbs for body equilibration
2. Rub your body by Guasa treatment
3. Detox
4. Soak your hand and foot in herbal water
5. Apply your skin with herbs which you are not allergic
6. Exercise properly
7. Eat food for body equilibration
8. Practice the dharma
9. Enough relaxation



Tiliacora triandra plant (ใบย่านาง)



Screw pine (ต้นเตย)



Beijing (Angel) Grass (*Murdannia loriformis*) หญ้าปักกิ่ง



Justicia Gangetica (Ganges Primrose, Ganges River asystacia, Chinese violet, Coromandel, Creeping foxglove, Baya, Yaya)
ย่าหย่า, บุษบาสาวาย, บุษบาริมทาง (กรุงเทพฯ);
ผักกูดเฒ่า (เชียงใหม่)



Gotu kola (ใบบัวบก)



water convolvulus (ผักนึ่ง)



Barleria lupulina (เสลดพังพอน)



Boat-lily (ว่านกาบหอย)

