

# โครงการอาหารกลางวัน เพื่อเด็กในชนบท มูลนิธิเด็ก

## กิจกรรมของโครงการ

### "ให้ความรู้คู่ความคิด สู่การผลิตแหล่งอาหาร"



มื้ออร่อย "น้ำพริกผักต้ม"

### "เสริมความรู้ด้านโภชนาการ"

การจัดกระบวนการเรียนรู้ เพื่อให้ความรู้ด้านโภชนาการกับเด็กนักเรียน โดยใช้สื่อที่หลากหลายมีความสำคัญอย่างมาก เพราะจะทำให้เด็กเกิดความสนใจ เกิดความเข้าใจและจดจำ ความรู้ที่ได้รับได้ง่ายขึ้น เช่น การใช้ "ศิลปะ เส้น สี แสง" เข้ามาจัดทำสื่อ ก็จะช่วยให้ความรู้สามารถเข้าถึงตัวเด็กได้ง่ายขึ้น การรับรู้ของเด็กก็เกิดความรวดเร็วมากขึ้น



ผักกูด

### "ห้องเรียนธรรมชาติ"

การเรียนรู้จากการปฏิบัติ เป็นกระบวนการเรียนรู้อีกแนวทางหนึ่งที่จะทำให้เด็กได้เข้าใจและเพิ่มทักษะให้อยู่คู่กับเด็กตลอดไป การที่เด็กได้ร่วมกันคิดวางแผนในการสร้างแหล่งอาหารขึ้นมาด้วยตนเอง โดยมีครูเป็นที่ปรึกษา โดยเน้นฝึกที่เป็นพืชที่บ้านที่มีคุณค่าทางโภชนาการและสามารถหาได้ง่าย เช่น ผักกูด รวมทั้งมีการสร้างแหล่งทดแทนอาหารประเภทโปรตีนจากพืช ได้แก่ ถั่วเหลือง งา

แปลงผักที่เขาปลูกเอง กินเองได้กลายเป็น "ห้องเรียนธรรมชาติ" ซึ่งเด็กจะได้รับการศึกษาและเรียนรู้การใช้ชีวิตที่ไม่เบียดเบียนธรรมชาติ แต่เน้นการพึ่งตนเอง และอยู่ร่วมกับธรรมชาติได้อย่างมีความสุข



รอยยิ้มของเด็ก

### "อ้อมกอด ชีวิตมีสุข"

เด็กที่อยู่ในวัยเรียนซึ่งเป็นวัยกำลังกิน เพื่อเป็นการเสริมสร้างระบบร่างกายให้เจริญเติบโตแข็งแรง จึงจำเป็นต้องได้รับสารอาหารครบทุกหมู่และเพียงพอทั้งร่างกาย การสนับสนุนและส่งเสริมให้โรงเรียนจัดอาหารกลางวัน ที่มีคุณภาพและถูกสุขลักษณะ เป็นสิ่งจำเป็นที่เด็กทุกคนควรจะได้กิน อ้อมอย่างมีคุณค่า โดยเฉพาะในกลุ่มเด็กที่อยู่ห่างไกล ครอบครัวมีฐานะยากจน กลุ่มเด็ก รอยตะเข็บชายแดน กลุ่มเด็กไร้รัฐ ไร้สัญชาติ

"เด็กนักเรียนในชนบทมักจะอ้อมอร่อยกับอาหารมื้อกลางวันในโรงเรียนที่คุณครูจัดเตรียมไว้ให้เสมอ เพราะถือได้ว่าเป็นอาหารมื้อพิเศษที่ครอบครัวไม่ค่อยมีโอกาสได้ทำให้ลืมนอนจึงไม่แปลกใจนักที่จะเห็นแววตาของเด็กน้อยจดจ่อกับอาหาร "

การสนับสนุนอาหารกลางวันในโรงเรียนให้มีคุณภาพทางโภชนาการและเพียงพอสำหรับเด็กควบคู่ไปกับการส่งเสริมให้เด็กเรียนรู้การบริโภคอาหารที่มีคุณค่าและสร้างแหล่งอาหารในชุมชนท้องถิ่นเก็บไว้บริโภคอย่างต่อเนื่องเป็นกิจกรรมที่ "โครงการอาหารกลางวันเพื่อเด็กในชนบท" ดำเนินการให้ความช่วยเหลือและสนับสนุนให้เกิดการเติบโตอย่างสมบูรณ์แก่เด็กทุกคนในทุรกันดาร

## รวมภาพกิจกรรมในโครงการ



ขอให้พวกเราทานอาหารกินแบบนี้ตลอดไป



เด็กกับงานศิลปะ สร้างจินตนาการ

๒๐ พฤษภาคม ๒๕๕๒

คณะกรรมการมูลนิธิเด็ก

- |                               |                             |
|-------------------------------|-----------------------------|
| ที่ปรึกษาอาวุโส               | ศ.นพ.เสม พริงพวงแก้ว        |
| ประธานกรรมการ                 | ศ.นพ.ประเวศ วะสี            |
| รองประธานกรรมการคนที่ ๑       | คุณหญิงอัมพร มีสุข          |
| รองประธานกรรมการคนที่ ๒       | นายสรรพลสิทธิ์ คุ้มประพันธ์ |
| กรรมการและเหรัญญิก            | ศ.นพ.อารี วัลยะเสวี         |
| กรรมการและประธานกรรมการบริหาร | นายโสภณ สุภาพงษ์            |
| กรรมการและเลขาธิการ           | นายพิภพ ธงไชย               |
| กรรมการ                       | รศ.ดร.ประจักษ์ คุปรัตน์     |
| กรรมการ                       | นพ.สันต์ สิงห์ศักดิ์        |

## ร่วมสนับสนุนอาหารกลางวันเพื่อเด็กในชนบท

ข้าพเจ้า.....  
ที่อยู่.....

โทรศัพท์..... โทรสาร.....

ขอบริจาคเงินจำนวน

- ( ) ๒๐๐ บาท                      ( ) ๓๐๐ บาท  
( ) ๔๐๐ บาท                      ( ) ๕๐๐ บาท                      ( ) ..... บาท

บริจาคผ่านทาง

- **เช็ค** สั่งจ่าย **มูลนิธิเด็ก**
- **ธนาคัด** ในนาม **มูลนิธิเด็ก** สั่งจ่าย **ปณ.กระทุ่มล้ม ๗๓๒๒๐**
- **โอนเงิน** เข้าบัญชี **ออมทรัพย์** ในนาม **มูลนิธิเด็ก** ที่ธนาคาร ดังต่อไปนี้

ธนาคาร	สาขา	เลขที่บัญชี
○ กรุงเทพ	หนองแขม	236-0-30989-8
○ กรุงเทพ	เพชรเกษม๙๑ (อ้อมน้อย)	732-1-25298-1
○ กรุงเทพศรีอยุธยา	หนองแขม	308-1-13382-8
○ กสิกรไทย	พุทธมณฑลสาย ๔	261-2-84481-2
○ ทหารไทย	เพชรเกษม-หนองแขม	197-2-06608-6
○ ไทยพาณิชย์	เพชรเกษมซอย ๑๑๔	115-2-14733-0
○ ยูโอบี (ไทย)	สำนักสาทร	047-2-23331-1

การบริจาคโดย**โอนเงินผ่านธนาคาร** กรุณาส่ง **สำเนาการโอนเงิน** พร้อม **ชื่อ – ที่อยู่** กลับไปยัง **มูลนิธิเด็ก** ทาง**โทรสาร** หมายเลข **๐-๒๕๑๔-๐๓๖๙** หรือ **โทรแจ้งที่ ๐-๒๕๑๔-๑๔๘๑ ถึง ๗** เพื่อมูลนิธิเด็กจะได้จัดส่งใบเสร็จรับเงินถึงท่านโดยเร็ว

มูลนิธิเด็ก ก่อตั้ง พ.ศ.๒๕๒๒ เป็นมูลนิธิที่ได้รับการยกเว้นภาษีจากกระทรวงการคลัง ท่านสามารถนำจำนวนเงินที่บริจาคไปหักค่าใช้จ่ายลดหย่อนภาษีประจำปีได้



มูลนิธิเด็ก

มูลนิธิเด็ก

FOUNDATION FOR CHILDREN



เลขที่ ๙๔/๒๔ หมู่ ๖ ซอยกระทุ่มล้ม ๑๘ ถนนพุทธมณฑลสาย ๔ ตำบลกระทุ่มล้ม อำเภอสามพราน จังหวัดนครปฐม ๗๓๒๒๐

โทรศัพท์ ๐-๒๕๑๔-๑๔๘๑ ถึง ๗

โทรสาร ๐-๒๕๑๔-๐๓๖๙

E-mail: children@ffc.or.th

Homepage: <http://www.ffc.or.th>