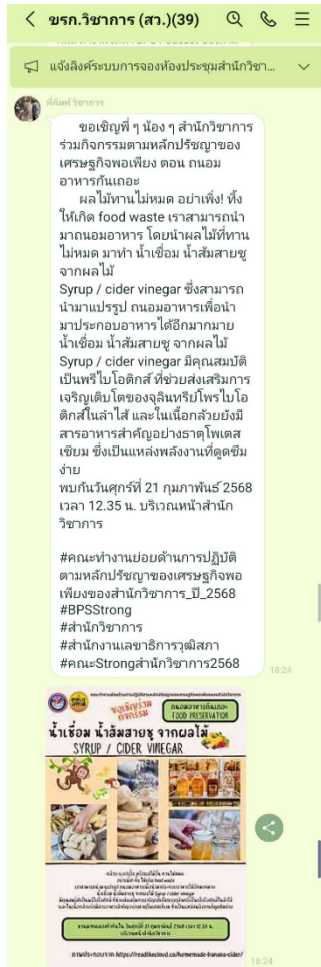


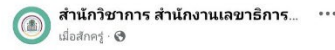
## ๒๑. การนำหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงมาประยุกต์ใช้ภายในสำนัก/กลุ่ม (๒๐ มี.ค. ๖๘)

เชิญชวนบุคลากรในสำนักวิชาการเข้าร่วมกิจกรรม (เผยแพร่ภายใน)

### ไลน์สำนักวิชาการ



### เฟซบุ๊กสำนักวิชาการ



ขอเชิญที่ ๆ น้อง ๆ สำนักวิชาการร่วมกิจกรรมตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง ตอน ถนอมอาหารกันเถอะ

ผลไม้ทานไม่หมด อย่าเพิ่ง! ทิ้ง ให้เกิด food waste เราสามารถนำมาทำมากนอมอาหาร โดยนำผลไม้ที่ทานไม่หมด มาทำ น้ำเชื่อม น้ำส้มสายชู จากผลไม้ Syrup / cider vinegar ซึ่งสามารถนำมาแปรรูปกนอมอาหารเพื่อนำมาประกอบอาหารได้อีกมากมาย น้ำเชื่อม น้ำส้มสายชู จากผลไม้ Syrup / cider vinegar มีคุณสมบัติเป็นพรีไบโอติกส์ ที่ช่วยส่งเสริมการเจริญเติบโตของจุลินทรีย์โปรไบโอติกส์ในลำไส้ และในเนื้อกล้วยยังมีสารอาหารสำคัญอย่างธาตุโพแทสเซียม ซึ่งเป็นแหล่งพลังงานที่ดูดซึมง่าย พบกันวันศุกร์ที่ 21 กุมภาพันธ์ 2568 เวลา 12.35 น. บริเวณหน้าสำนักวิชาการ

#คณะทำงานย่อยด้านการปฏิบัติตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงของสำนักวิชาการ\_ปี\_2568  
#BPSStrong  
#สำนักวิชาการ  
#สำนักงานเลขาธิการวุฒิสภา  
#คณะStrongสำนักวิชาการ2568



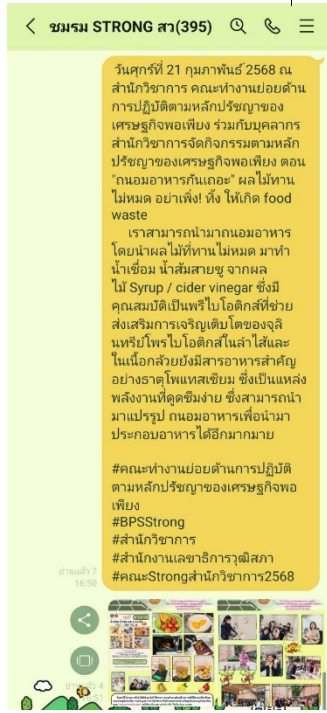


วันศุกร์ที่ 21 กุมภาพันธ์ 2568 ณ สำนักวิชาการ คณะทำงานย่อยด้านการปฏิบัติตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง ร่วมกับบุคลากรสำนักวิชาการจัดกิจกรรมตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง ตอน "ถนอมอาหารกันเถอะ" ผลไม้ทานไม่หมด อย่าเพิ่ง! ที่ทำให้เกิด food waste เราสามารถนำถนอมอาหาร โดยนำผลไม้ที่ทานไม่หมด มาทำ น้ำเชื่อม น้ำส้มสายชู จากผลไม้ Syrup / cider vinegar ซึ่งมีคุณสมบัติเป็นฟรีไบโอติกส์ที่ช่วยส่งเสริมการเจริญเติบโตของจุลินทรีย์โพรไบโอติกส์ในลำไส้และในเนื้อกล้วยยังมีสารอาหารสำคัญอย่างธาตุโพแทสเซียม ซึ่งเป็นแหล่งพลังงานที่ดูดซึมง่าย ซึ่งสามารถนำมาแปรรูป ถนอมอาหารเพื่อนำมาประกอบอาหารได้อีกมากมาย

### ไลน์สำนักวิชาการ



### ไลน์ชมรม STRONG สว



### เฟซบุ๊กสำนักวิชาการ



### เฟซบุ๊กคุณธรรม ข้าราชการ สว



### เฟซบุ๊ก Strong จัดพอเพียงด้านทุจริตข้าราชการ สว.



# หัวข้อการเผยแพร่กระบวนการถนอมอาหาร เพื่อเพิ่มการเรียนรู้ให้กับบุคลากรใน สำนักวิชาการ (เผยแพร่ภายใน)

## ไลน์สำนักวิชาการ

ชรก.วิชาการ (สว.) (39)

เงินสง ห้องสมุด

จากกิจกรรม วันศุกร์ที่ 21 กุมภาพันธ์ 2568 ณ สำนักวิชาการ คณะทำงานย่อยด้านการปฏิบัติตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง ร่วมกับบุคลากรสำนักวิชาการจัดกิจกรรมตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง ตอน "ถนอมอาหารกันเถอะ" ผลไม้ทานไม่หมด อย่าเพิ่ง! ทั้งให้เกิด food waste เราสามารถนำมาถนอมอาหาร โดยนำผลไม้ที่ทานไม่หมด มาทำ น้ำเชื่อม น้ำส้มสายชู จากผลไม้ Syrup / cider vinegar ซึ่งมีคุณสมบัติเป็นพรีไบโอติกส์ที่ช่วยส่งเสริมการเจริญเติบโตของจุลินทรีย์โพไบโอติกส์ในลำไส้และในเนื้อกล้วยยังมีสารอาหารสำคัญอย่างธาตุโพแทสเซียม ซึ่งเป็นแหล่งพลังงานที่ดูดซึมง่าย ซึ่งสามารถนำมาแปรรูป ถนอมอาหารเพื่อนำมาประกอบอาหารได้อีกมากมาย

#คณะทำงานย่อยด้านการปฏิบัติตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง  
#BPSStrong #สำนักวิชาการ  
#สำนักงานเลขาธิการวุฒิสภา  
#คณะStrongสำนักวิชาการ2568  
คณะทำงาน ได้จัดทำคลิปวิดีโอสำหรับเพื่อนๆ ได้เรียนรู้ร่วมกันค่ะ

15:49 น.

พอมเพียง 2568 (1).mp4  
โหลดไฟล์ได้ถึง 21 มี.ค. 15:49 น.  
ขนาดไฟล์ 35 MB

15:49 น.

## เฟซบุ๊กสำนักวิชาการ

สำนักวิชาการ สำนักงานเลขาธิการวุฒิสภา

จากกิจกรรม วันศุกร์ที่ 21 กุมภาพันธ์ 2568 ณ สำนักวิชาการ คณะทำงานย่อยด้านการปฏิบัติตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง ร่วมกับบุคลากรสำนักวิชาการจัดกิจกรรมตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง ตอน "ถนอมอาหารกันเถอะ" ผลไม้ทานไม่หมด อย่าเพิ่ง! ทั้งให้เกิด food waste เราสามารถนำมาถนอมอาหาร โดยนำผลไม้ที่ทานไม่หมด มาทำ น้ำเชื่อม น้ำส้มสายชู จากผลไม้ Syrup / cider vinegar ซึ่งมีคุณสมบัติเป็นพรีไบโอติกส์ที่ช่วยส่งเสริมการเจริญเติบโตของจุลินทรีย์โพไบโอติกส์ในลำไส้และในเนื้อกล้วยยังมีสารอาหารสำคัญอย่างธาตุโพแทสเซียม ซึ่งเป็นแหล่งพลังงานที่ดูดซึมง่าย ซึ่งสามารถนำมาแปรรูป ถนอมอาหารเพื่อนำมาประกอบอาหารได้อีกมากมาย

ทั้งนี้ คณะทำงาน ได้จัดทำคลิปวิดีโอสำหรับเพื่อนๆ ได้เรียนรู้ร่วมกันค่ะ

#คณะทำงานย่อยด้านการปฏิบัติตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง  
#BPSStrong  
#สำนักวิชาการ  
#สำนักงานเลขาธิการวุฒิสภา  
#คณะStrongสำนักวิชาการ2568



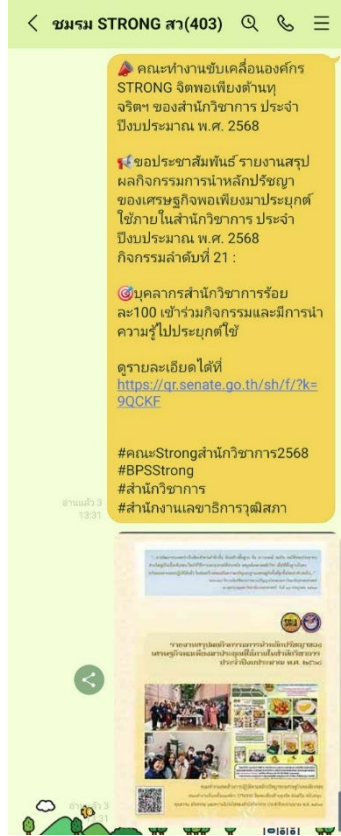
Pimpom Vorawang ยอดดู 3 ครั้ง

ถูกใจ แสดงความคิดเห็น ส่ง แชร์

ประชาสัมพันธ์ รายงานสรุปผลกิจกรรมการนำหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงมาประยุกต์ใช้ภายในสำนักวิชาการ ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. 2568 กิจกรรมลำดับที่ 21 : บุคลากรสำนักวิชาการร้อยละ100 เข้าร่วมกิจกรรมและมีการนำความรู้ไปประยุกต์ใช้  
**ไลน์สำนักวิชาการ**



**ไลน์ชมรม STRONG สว**



**เฟซบุ๊กสำนักวิชาการ**



**เฟซบุ๊กคุณธรรม ข้าราชการ สว**



**เฟซบุ๊ก Strong จิตพอเพียงด้านทุจริตข้าราชการ สว.**

