

An aerial photograph of terraced rice fields, showing the characteristic curved, wavy patterns of the terraces. The fields are a vibrant green color. Overlaid on the image is a yellow horizontal banner in the upper middle section, and a blue square below it containing the white number '1'.

ກ່ອນທີ່ທ່ານຈະເລີ່ມຕົ້ນ

1

• ພຶດອາຫານສັດ - ສາມາດຕອບສະຫນອງຫລາຍ • ທາງເລືອກໃຫ້ແກ່ຊາວກະສິກອນ

ຊາວກະສິກອນ ຕາມປະເພນີແລ້ວ ຈະນຳໃຊ້ອາຫານສັດ ທີ່ມີຢູ່ຕາມທຳມະຊາດ ເປັນແຫລ່ງອາຫານ ສັດທີ່ສຳຄັນ, ແຕ່ກໍຈະຖືກນຳໃຊ້ເປັນພຽງອາຫານໃຫ້ແກ່ສັດເທົ່ານັ້ນ ໂດຍບໍ່ມີຜົນປະ ໂຫຍດອື່ນໃດອີກ ສຳລັບຊາວກະສິກອນ. ອາຫານເຫລົ່ານີ້ລວມມີ ເສດເຫຼືອຈາກການປູກຝັງ ແລະ ພືດ ອື່ນ ໆ ເຊັ່ນ ຫຍ້າ, ຖົ່ວ ແລະ ຕົ້ນໄມ້ພຸ່ມ ແລະ ໃບໄມ້. ແຕ່ມາຮອດປະຈຸບັນ, ຍ້ອນ ວ່າຈຳນວນສັດ ແລະ ເນື້ອທີ່ປູກຝັງໄດ້ ເພີ່ມຂຶ້ນອັນໄດ້ເຮັດໃຫ້ອາຫານສັດ ທີ່ມີຢູ່ຢ່າງຫລວງຫລາຍ ນັ້ນໄດ້ ຫລຸດລົງຢ່າງໄວ. ຈາກຜົນດັ່ງກ່າວນີ້, ຊາວກະສິກອນຈຳເປັນຕ້ອງໄດ້ ໃຊ້ເວລາເຂົ້າໃນການລ້ຽງສັດຫລາຍ ຂຶ້ນອີກ, ໂດຍທີ່ຕ້ອງນຳສັດໄປລ້ຽງ ຢູ່ເນື້ອທີ່ ໆ ໄກອອກໄປ ຫລືບໍ່ກໍໄປຊອກຕັດຫຍ້າຢູ່ ໄກຈາກບ້ານອີກ. ສະນັ້ນ ຊາວກະສິກອນທີ່ປະສົບກັບ ບັນຫາດັ່ງກ່າວນັ້ນ ບາງເທື່ອຕ້ອງໄດ້ຫລຸດຈຳນວນສັດ ທີ່ມີຢູ່ລົງ ຫລື ຕ້ອງໄດ້ໄປຊອກຫາແຫລ່ງອາຫານ ຢູ່ບ່ອນອື່ນ ໆ. ດັ່ງນັ້ນ, ຕໍ່ບັນຫາດັ່ງກ່າວນີ້ ການປູກພືດອາຫານສັດ ເພື່ອເປັນອາຫານເສີມ ແມ່ນເປັນອີກ ທາງເລືອກນຶ່ງ ໃນການແກ້ໄຂບັນຫາ.

ການປູກພືດອາຫານສັດ ສຳລັບຊາວກະສິກອນສ່ວນໃຫຍ່ແລ້ວ ຖືວ່າເປັນສິ່ງໃຫມ່ ຊຶ່ງມັນຈະບໍ່ຄືກັບການ ປູກ ຫລື ສຶກສາພັນເຂົ້າສາຍພັນຕ່າງ ໆ. ເພາະຊາວກະສິກອນສ່ວນໃຫຍ່ ໃນອາຊີຕາເວັນອອກສ່ຽງໃຕ້ ແມ່ນບໍ່ເຄີຍປູກພືດອາຫານສັດ ໃຫ້ແກ່ສັດລ້ຽງຂອງຕົນເອງມາກ່ອນເລີຍ. ສະນັ້ນ, ໃນເວລາທີ່ແນະນຳພືດ ອາຫານສັດໃຫ້ຊາວກະສິກອນ, ເຂົາເຈົ້າມັກຈະຖາມວ່າ 'ພືດອາຫານສັດຊະນິດຕ່າງ ໆນີ້ ຈະເກີດ ໄດ້ດີໃນ ຟາມຂອງເຂົາເຈົ້າບໍ່ ? ຫລື ສັດກິນບໍ່?' ເພື່ອໃຫ້ໄດ້ຄຳຕອບ ຕໍ່ຄຳຖາມດັ່ງກ່າວ ຊາວກະສິກອນມັກ ຈະທົດລອງປູກພືດອາຫານ ສັດເຫລົ່ານີ້ ໃກ້ ໆ ກັບເຮືອນ, ຈົນກ່ວາເຂົາເຈົ້າຈະຮຽນຮູ້ເຖິງຜົນປະໂຫຍດຕົວຈິງສຳ ລັບນຳໃຊ້ເປັນອາຫານສັດແລ້ວ ເຂົາເຈົ້າຈຶ່ງຈະຊອກຫາວິທີການຂະຫຍາຍ ແລະປະສົມປະ ສານເຂົ້າ ກັບການຜະລິດ ຂອງ ເຂົາເຈົ້າເອງ. ຜ່ານມາຊາວກະສິກອນບາງຄົນ ແມ່ນ ປູກພືດອາຫານສັດສຳ ລັບເປັນ ອາຫານສັດສະເພາະຢ່າງດຽວ ເຊັ່ນ ປູກເປັນໜານໄວ້ ຕັດໃຫ້ກິນ, ແຕ່ບາງຄົນພັດປູກດ້ວຍວິທີການຕ່າງ ໆ ທີ່ສາມາດໃຫ້ຜົນປະໂຫຍດອື່ນ ໆ



ສັດກຳລັງກິນຈາກການຫາກິນໃນສິ່ງຫຍ້າທຳມະຊາດ ເພື່ອກິນແຫລ່ງ ຢູ່ ເຊບຳກູ, ອິນໂດເນເຊຍ, ພາຍໃຕ້ໂຍ ຈິມ ໂຮມ



ອີກ ເຊັ່ນ ການປູກເປັນແຖວຕັດຕາມຄວາມຄ້ອຍຊັ້ນ
ທີ່ສາມາດນຳໃຊ້ທັງເປັນອາຫານສັດ ແລະ ຫລຸດຜ່ອນການເຊາະເຈື່ອນ.

ຂະບວນການເຮັດວຽກຮ່ວມກັບຊາວກະສິກອນ ໃນການປະສົມປະສານເຕັກໂນໂລຊີ
ພືດອາຫານສັດ ເຂົ້າ ໃນລະບົບການຜະລິດ ຂອງ ເຂົາເຈົ້ານີ້
ແມ່ນໄດ້ບັນຍາຍເປັນລາຍລະອຽດ ໃນປື້ມອີກຫົວໜຶ່ງ ໃນຊຸດດຽວ ກັນນີ້ ຄື
“ການພັດທະນາທາງເລືອກດ້ານກະສິກຳຮ່ວມກັບຊາວກະສິກອນ-
ວິທີການເຮັດວຽກແບບມີ ສ່ວນຮ່ວມ ເພື່ອເຮັດໃຫ້ຖືກຕ້ອງແຕ່ຫົວທີ”
ປື້ມຫົວໜຶ່ງແມ່ນຈະໄດ້ເຫັນໜັກໃສ່ ໃນເລື່ອງ ຫລື ບັນຫາ ທີ່ ຊາວກະສິກອນ
ພົບພໍ້ ໃນລະບົບການຜະລິດ ເຂດພູດອຍທີ່ມີການລົງທຶນໃສ່ໜ້ອຍ.ການຂຽນປື້ມຫົວ
ນີ້ ແມ່ນ ສະເພາະ ສຳລັບພະນັກງານສົ່ງເສີມ ຜູ້ ທີ່ຈະນຳເອົາຂໍ້ມູນເຫລົ່ານີ້ແລະແນວ
ພັນທີ່ຈຳເປັນເພື່ອໄປຕອບສະໜອງໃຫ້ແກ່ຊາວກະສິກອນ ເພື່ອໄປພັດທະນາທາງ
ເລືອກດ້ານພືດອາຫານສັດໃນການຜະລິດ ຂອງເຂົາເຈົ້າເອງ. ປື້ມແນະນຳສະບັບນີ້ຈະບໍ່
ໄດ້ຄວບຄຸມທັງໝົດ ກ່ຽວກັບເຕັກນິກທັງໝົດໃນການປູກຝັງ ແລະ ການຜະລິດເມັດ
ພັນ,ແຕ່ມີເປົ້າ ຫມາຍ ພຽງແຕ່ຕອບສະໜອງທາງດ້ານຂໍ້ມູນ, ວິທີການ ແລະແນວ
ຄວາມຄິດ ທີ່ສາມາດຊ່ວຍເຂົາເຈົ້າໄດ້ ໃນການເລີ່ມຕົ້ນ ແລະ ເຂົ້າໃຈຕໍ່ບັນຫາ
ຫລື ສະພາບອັນໃໝ່ ທີ່ ອາດເກີດຂຶ້ນ.



ພືດອາຫານສັດສາມາດຕອບສະໜອງຄຸນນະໂຫຍດໃຫ້ແກ່ຊາວກະສິກອນ, (ພາຍໂດຍ ນາຫານ ວັດແຊນ)

ພືດອາຫານສັດ ຈະຊ່ວຍຊາວກະສິກອນໄດ້ແນວໃດ?

ບັນຫາສຳຄັນ ທີ່ ພືດອາຫານສັດສາມາດຊ່ວຍແກ້ໄຂໄດ້ ມີຄື:

ການຂາດແຄນອາຫານສັດທົ່ວໄປ

ມີພືດອາຫານສັດຫລາຍຊະນິດ ທີ່ສາມາດປູກເພື່ອຕອບສະໜອງ ອາຫານເສີມໃຫ້ແກ່ສັດລ້ຽງ ຕະ ລອດປີ. ໂດຍທົ່ວໄປພືດອາຫານສັດເຫລົ່ານີ້ຈະປູກເປັນໜານສຳລັບຕັດໃຫ້ກິນ ໃກ້ ໆ ກັບຄອກສັດ ແຕ່ໃນຕົວຈິງແລ້ວ ແມ່ນມີຫລາຍວິທີການ ໃນການປູກພືດອາຫານສັດ ທີ່ຈະສາມາດຊ່ວຍໃນການ ເພີ່ມແຫລ່ງອາຫານສັດຂຶ້ນອີກ.

ການຂາດແຄນອາຫານສັດໃນລະດູແລ້ງ

ໂດຍປົກກະຕິ ບັນຫາໃຫຍ່ໃນການລ້ຽງສັດ ໃນລະດູແລ້ງ ບໍ່ແມ່ນການຂາດແຄນອາຫານແຕ່ມັນ ແມ່ນຄຸນນະພາບຂອງອາຫານຕ່ຳ. ດັ່ງນັ້ນ, ເພື່ອປັບປຸງການນຳໃຊ້ອາຫານທີ່ມີຄຸນນະພາບຕ່ຳນີ້ ແມ່ນສາມາດເຮັດໄດ້ ໂດຍການໃຫ້ອາຫານເສີມທີ່ມີທາດໂປຼຕີນ(ຊີ້ນ) ສູງ ໂດຍສະເພາະ ແມ່ນໃບ ໄມ້ອາຫານສັດຕະກຸນຖົ່ວ.

ແຮງງານບໍ່ພຽງພໍໃນການໃຫ້ອາຫານສັດ

ການປູກພືດອາຫານສັດ ສາມາດ ເຮັດໃຫ້ການຊອກຫາອາຫານງ່າຍຂຶ້ນ ໂດຍສະເພາະໃນໄລຍະ ແຮງງານບໍ່ພຽງພໍ. ວິທີການທີ່ດີທີ່ສຸດແມ່ນການປູກເປັນໜານໃກ້ກັບຄອກສັດ ສຳລັບໄວ້ຕັດໃຫ້ ກິນ.

ຄວາມອຸດົມສົມບູນ ຂອງ ດິນປູກຝັງລຸດລົງ

ການປູກພືດອາຫານສັດ ຊ່ວຍໃຫ້ຊາວກະສິກອນສາມາດຄັງສັດໄວ້ໃນຄອກໄດ້ດີນ, ຊຶ່ງມັນກໍຈະເຮັດໃຫ້ສາມາດເກັບທ້ອນຝຸ່ນຄອກໄດ້ງ່າຍຂຶ້ນ. ຝຸ່ນຄອກດັ່ງກ່າວສາມາດນຳໄປໃສ່ເຄື່ອງປູກຂອງຝັງ ເພື່ອ ເພີ່ມຜົນຜະລິດ. ນອກຈາກນັ້ນ, ຍັງມີການນຳໃຊ້ຖິ່ວອາຫານສັດໃນລະບົບການປູກຝັງ, ຍົກຕົວຢ່າງ ການປັບປຸງປ່າ ເລົ່າ, ການຕອບສະ ໜອງທາດ ໂນໂຕຼເຈນ ສຳລັບການປັບປຸງດິນ ທັງສາມາດນຳໃຊ້ເປັນອາຫານເສີມໃຫ້ແກ່ສັດໄດ້ດ້ວຍ. ຫຍ້າອາຫານສັດ ກໍສາມາດປັບປຸງຄວາມອຸດົມສົມບູນໄດ້ ໂດຍການເພີ່ມ ທາດອະນົງຄະທາດ.



ສວນຫຍ້າໃກ້ເຮືອນສຳລັບຕັດໃຫ້ສັດກິນ, (ພາຍໂດຍ ເວີນເນີ ສະເຕີອ)

ການເຊາະເຈືອນ ຂອງ ດິນ

ມີຫລາຍວິທີການປູກພືດອາຫານສັດ ເພື່ອຢຸດເຊົາການເຊາະເຈືອນ ຂອງ ດິນ ເຊັ່ນການປູກເປັນ ແລວຕັດ ແລະ ປູກເປັນພືດຄຸມດິນ.

ວັດສະພິດໃນເນື້ອທີ່ປູກຝັງ ເພີດລົ້ມລຸກ ແລະ ຕົ້ນໄມ້

ມີຖິ່ນອາຫານສັດຫລາຍຊະນິດ ທີ່ສາມາດນຳໄປປູກເປັນພືດປົກຄຸມໄດ້ດີ ໃນເນື້ອທີ່ປູກຝັງ ຂອງ ພືດລົ້ມລຸກ ແລະ ສວນຕົ້ນໄມ້ເພື່ອຄວບຄຸມວັດສະພິດ ແລະ ປັບປຸງດິນ.

ການປ້ອງກັນສັດຈາກຂະໂມຍ ແລະ ການບາດເຈັບ

ສັດທີ່ຫາກິນ ຢູ່ ໂກຈາກບ້ານ ແມ່ນມີຄວາມສ່ຽງສູງ ຕໍ່ການຖືກລັກ ແລະ ການບາດເຈັບ. ຖ້າປູກ ພືດອາຫານສັດໄວ້ໃກ້ເຮືອນ ຈະຊ່ວຍໃຫ້ສາມາດຮັກສາສັດໄດ້ດີກ່ວາ.

ສັດເຂົ້າທຳລາຍເຄື່ອງປູກຂອງຝັງ

ການລ້ຽງສັດແບບປະປ່ອຍ ແມ່ນ ເປັນບັນຫາໃຫຍ່ສຳລັບ ຊາວກະສິກອນ ໃນເຂດພູດອຍ ຂອງອາຊີອາຄະເນ. ເພາະສັດລ້ຽງດັ່ງກ່າວມັກຈະເຂົ້າທຳລາຍເຄື່ອງປູກ ຂອງ ຊາວກະສິກອນເອງ. ດັ່ງນັ້ນການ ປູກພືດ ອາຫານສັດແມ່ນເປັນທາງ ເລືອກອີກທາງ



ນຶ່ງຂອງຊາວກະສິກອນໃນການຄວບຄຸມສັດໃຫ້ໄດ້ດີກ່ວາເພາະວ່າຈະຫາອາຫານໄດ້ງ່າຍຂຶ້ນ. ການເຮັດຮົ່ວຊີວະ ພາບກໍສາມາດນຳໃຊ້ຫມາຍຂອບເຂດ ເນື້ອທີ່ການຜະລິດ ແລະ ປ້ອງກັນການເຂົ້າທຳລາຍເຄື່ອງປູກຈາກສັດໄດ້ດ້ວຍ. ຕົ້ນໄມ້ອາຫານ

ສັດຕະ ກຸນຖິ່ວ ສາມາດປູກເປັນຮົ່ວຊີວະພາບໄດ້ແລະຍັງສາມາດຕອບສະໜອງ ຄຸນ ປະໂຫຍດອື່ນ ໆ ໄດ້ອີກດ້ວຍ ເຊັ່ນ: ອາຫານທີ່ມີ ທາດຊີ້ນສູງ (ໂປຼຕີນ) ແລະ ນຳໃຊ້ ເຮັດພືນໄດ້.



ພືດອາຫານສັດສາມາດປູກເພື່ອປ້ອງກັນການເຊາະເຈືອນໄດ້. (ພາບໂດຍ ເວີນເມີ ສະເຕີອ)



ການປູກພືດອາຫານສັດສາມາດຊ່ວຍຫຼຸດຜ່ອນແຮງງານ. (ພາບໂດຍ ຈິມໄຮມ)

ເຖິງແນວໃດກໍຕາມ, ຊາວກະສິກອນ ຍັງຈະນຳໃຊ້ ແຫລ່ງອາຫານສັດທີ່ມີຢູ່ຕາມທຳມະ
ຊາດ ເຊັ່ນ ທົ່ງຫຍ້າທຳມະຊາດ, ເສດເຫລືອຈາກການປູກຝັງ ແລະ ອື່ນ ໆ ເປັນແຫລ່ງອາ
ຫານສຳຄັນສຳລັບສັດລ້ຽງ ຂອງ ເຂົາເຈົ້າ. ວ່າງບໍ່ດົນມານີ້, ບົດບາດຂອງ
ພືດອາຫານສັດ ແມ່ນເປັນພຽງອາຫານເສີມ ໃສ່ ກັບອາຫານ ທີ່
ມີຢູ່ຕາມທຳມະຊາດເທົ່ານັ້ນ. ແຕ່ຫາກຊາວກະສິກອນເຂົ້າໃຈ ເຖິງຜົນປະໂຫຍດ ຂອງ
ການປູກພືດອາ ຫານສັດ, ບາງທີອາດມີຊາວກະສິກອນຫລາຍຄົນ
ຫັນມານຳໃຊ້ພືດອາຫານສັດ ໃນການພັດທະນາ ຫລື ປັບປຸງ ການລ້ຽງສັດຂຶ້ນ ເຊັ່ນ
ການຫັນມາລ້ຽງງົວນົມ ໃນລະດັບຄອບຄົວ ຫລື ການທອມງົວ.