

แนวทางการปฏิบัติการได้มาซึ่งข้อมูลการบริหารศูนย์เรียนรู้ผู้สูงอายุ

ขั้นตอนการได้มาซึ่งข้อมูลในเรื่องของกระบวนการจัดการศูนย์เรียนรู้ผู้สูงอายุ การดูแลสุขภาพผู้สูงอายุ และเรื่องของกิจกรรมนันทนาการ มีวิธีการและขั้นตอนดังต่อไปนี้

ขั้นตอนการค้นหาข้อมูล มีดังนี้

๑. ขั้นกำหนดหัวข้อ เพื่อจะได้ค้นหาข้อมูลได้ถูกต้อง ซึ่งหัวข้อที่เราจะหาข้อมูลนั้น คือ กระบวนการจัดการศูนย์เรียนรู้ผู้สูงอายุ การดูแลสุขภาพผู้สูงอายุ และเรื่องของกิจกรรมนันทนาการ
๒. ขั้นค้นหาข้อมูล สามารถค้นหาข้อมูลจากแหล่งต่างๆ ที่เชื่อถือได้ และเป็นแหล่งข้อมูลที่ต้องการ เช่น การค้นหาข้อมูลจากโครงการของปีก่อนๆ กิจกรรมต่างๆ ที่ศูนย์เรียนรู้ผู้สูงอายุได้ดำเนินการในช่วงเวลาที่ผ่านไป ผ่านแผนงาน แผนกิจกรรม โครงการต่างๆ
๓. ขั้นเลือกแหล่งข้อมูล เลือกแหล่งข้อมูลที่สามารถค้นหาข้อมูลเจอได้ ทั้งจากแหล่งที่เป็นข้อมูลเอกสาร และจากการสัมภาษณ์เชิงลึกจากสมาชิกชมรมศูนย์เรียนรู้ผู้สูงอายุ
๔. ขั้นการค้นหาและรวบรวมข้อมูล สามารถค้นหาสอบถาม การสัมภาษณ์เชิงลึกจากผู้รู้ซึ่งก็คือ ประธานคณะกรรมการ และสมาชิกของศูนย์เรียนรู้ผู้สูงอายุ หรือเอกสารที่มีความเชื่อถือได้ ผ่านโครงการ และการแผนการกิจกรรมต่างๆ ที่ทางศูนย์ได้ดำเนินการในช่วงเวลาที่ผ่านไป และจากการสังเกต การเข้าไปมีส่วนร่วมในศูนย์เรียนรู้ผู้สูงอายุ จากนั้นจะสามารถรวบรวมข้อมูลต่างๆ เพื่อประมวลผลข้อมูล และจัดบันทึกข้อมูลได้
๕. ขั้นพิจารณาและสรุป เป็นขั้นตอนสุดท้ายของการค้นหาข้อมูล เมื่อเรานำข้อมูลที่ค้นหาได้แล้ว และทำการรวบรวมจัดบันทึก เราก็ต้องนำข้อมูลนั้นมาพิจารณา เปรียบเทียบข้อมูลและสรุปประเด็นที่เราต้องการค้นหา ตามหัวข้อที่เรากำหนด จากนั้นจึงจะจำเสนอข้อมูลได้

แบบเสนอแผนงาน/โครงการเพื่อขอรับการสนับสนุนงบประมาณ

กองทุนหลักประกันสุขภาพ เทศบาลเมืองสุโขทัย

หน่วยงานราชการ ภาคประชาชน โปรตุเกส. ชมรมผู้สูงอายุโรงพยาบาลสุโขทัย

ลำดับ	แผนงาน/โครงการ/กิจกรรม	วัตถุประสงค์	กลุ่มเป้าหมาย	รายละเอียดงบประมาณ	ระยะเวลาดำเนินการ	ผู้รับผิดชอบโครงการ	เบอร์โทรศัพท์
๑	โครงการส่งเสริมสุขภาพจิตผู้สูงอายุ (วันผู้สูงอายุ) กิจกรรม - บรรยายให้ความรู้เรื่องผู้สูงวัยกับโรคเรื้อรัง - ตรวจคัดกรองสุขภาพเบื้องต้น อาทิ ชั่งน้ำหนัก วัดความดัน , ตรวจระดับน้ำตาลในเลือด - ตรวจคัดกรองสุขภาพจิต ,ภาวะซึมเศร้า - ตรวจคัดกรองภาวะสมองเสื่อม - พิธีรดน้ำดำหัวผู้สูงอายุ	๑. เพื่อส่งเสริมความรู้ด้านสุขภาพให้ผู้สูงอายุ เอาใจใส่ในการดูแลสุขภาพของตนเองตามความเหมาะสม ๒ เพื่อให้ผู้สูงอายุมีการทำกิจกรรม พบปะแลกเปลี่ยนความคิดเห็นและช่วยเหลือซึ่งกันและกันในด้านสุขภาพร่างกาย และจิตใจ ๓. เพื่อให้ผู้สูงอายุมีความตระหนักว่าตนเองมีคุณค่าและมีประโยชน์ต่อสังคม	ผู้สูงอายุในเขตเทศบาลเมืองสุโขทัย-ลก และผู้สนใจ จำนวน ๔๕๐ คน	- ค่าอาหารกลางวัน จำนวน ๔๕๐ คน X ๕๐ บาท เป็นเงิน ๒๒,๕๐๐ บาท - ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม จำนวน ๔๕๐คนX๒๕ บาทX๒มื้อ เป็นเงิน ๒๒,๕๐๐ บาท - ค่าดอกไม้ (สำหรับจัดพิธีรดน้ำดำหัว) เป็นเงิน ๓,๐๐๐ บาท - ค่าตอบแทนดนตรีไทย เป็นเงิน ๒,๕๐๐ บาท - ค่าตกแต่งสถานที่ เป็นเงิน ๑,๕๐๐ บาท รวมเป็นเงินทั้งสิ้น ๕๒,๐๐๐ บาท	เมษายน	คุณปรุจจิต บุญยรัตน์ ประธานชมรมผู้สูงอายุ โรงพยาบาลสุโขทัย-ลก	๐๘๖-๙๖๔๘๘๘๙๑

แบบเสนอแผนงาน/โครงการเพื่อขอรับการสนับสนุนงบประมาณ

กองทุนหลักประกันสุขภาพ เทศบาลเมืองสุโขทัย

หน่วยงานราชการ

ภาคประชาชน

โปรดระบุ. ชมรมผู้สูงอายุโรงพยาบาลสุโขทัย

ลำดับ	แผนงาน/โครงการ/กิจกรรม	วัตถุประสงค์	กลุ่มเป้าหมาย	รายละเอียดงบประมาณ	ระยะเวลาดำเนินการ	ผู้รับผิดชอบโครงการ	เบอร์โทรศัพท์
๒	โครงการอบรมให้ความรู้การดูแล สุขภาพผู้สูงอายุจากโรค Geriatric Syndrome (โรคที่พบบ่อยในผู้สูงอายุ) - ตรวจคัดกรองสุขภาพเบื้องต้น - ให้ความรู้การดูแลสุขภาพจาก โรคที่พบบ่อย - การฝึกปฏิบัติในการดูแลและเฝ้า ระวังสุขภาพจากโรคที่พบบ่อย	๑. เพื่อให้ผู้สูงอายุมีความรู้ในการ ดูแลสุขภาพจากโรคที่พบบ่อย ๒. เพื่อให้สมาชิกชมรมผู้สูงอายุ ได้รับการฝึกปฏิบัติในการดูแลและ เฝ้าระวังสุขภาพจากโรคที่พบบ่อย ๓. เพื่อกระตุ้นให้ผู้สูงอายุมีความ ตระหนักในการดูแลสุขภาพของ ตนเอง	สมาชิกชมรม ผู้สูงอายุโรงพยาบาล สุโขทัย-ลก แบ่งเป็น จำนวน๑๐๐ คน	- ค่าอาหารกลางวัน จำนวน ๑๐๐ คน X ๕๐ บาท เป็นเงิน ๕,๐๐๐ บาท - ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม จำนวน ๑๐๐คนX๒๕บาทX๒มือ เป็นเงิน ๕,๐๐๐ บาท -ค่าวิทยากร ๑คนX๓๐๐X๓ ชม. เป็นเงิน ๙๐๐ บาท รวมเป็นเงินทั้งสิ้น ๑๐,๙๐๐ บาท	กรกฎาคม	คุณปรุ่งจิต บุญยรัตน์ ประธานชมรมผู้สูงอายุ โรงพยาบาลสุโขทัย-ลก	๐๘๖-๙๖๔๘๘๘๙๑

แบบเสนอแผนงาน/โครงการเพื่อขอรับการสนับสนุนงบประมาณ

กองทุนหลักประกันสุขภาพ เทศบาลเมืองสุโขทัย

หน่วยงานราชการ

ภาคประชาชน

โปรดระบุ: ศูนย์เรียนรู้ผู้สูงอายุเทศบาลสุโขทัย

ลำดับ	แผนงาน/โครงการ/กิจกรรม	วัตถุประสงค์	กลุ่มเป้าหมาย	รายละเอียดงบประมาณ	ระยะเวลาดำเนินการ	ผู้รับผิดชอบโครงการ	เบอร์โทรศัพท์
๑	โครงการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ แบบบูรณาการ กิจกรรม ๑. กิจกรรมตรวจสุขภาพสมาชิกศูนย์ เรียนรู้ผู้สูงอายุปีละ ๑ ครั้ง ๒. จัดกิจกรรมทางศาสนาเดือน ละ ๑ ครั้ง - ศาสนาพุทธ ฟังเทศน์ - ศาสนาอิสลามเรียนคำภีร์ อัลกุรอาน ๓. ส่งเสริมการออกกำลังกาย (ไม้พลอง ยางยืด โยคะ กิจกรรมเข้า จังหวะ) เดือนละ ๒ ครั้ง รวม ๑๖ ครั้ง ๔. อบรมการดูแลสุขภาพและการ บำบัดโรค แบบแผนไทย ปีละ ๑ ครั้ง ๕. กิจกรรมป้องกัน ฟื้นฟูโรค สมองเสื่อมในผู้สูงอายุ ในผู้สูงอายุ ปีละ ๑ ครั้ง ๖. กิจกรรมการดูแลสุขภาพช่องปาก ในผู้สูงอายุ ปีละ ๑ ครั้ง	๑. เพื่อให้ความรู้ด้านสุขภาพแก่ ผู้สูงอายุ ๒. เพื่อให้ผู้สูงอายุดูแลสุขภาพและ แก้ปัญหาด้านสุขภาพด้วยตนเอง ๓. เพื่อให้ผู้สูงอายุได้มีการพบปะ และแลกเปลี่ยนประสบการณ์ ๔. เพื่อให้การดำเนินงานของศูนย์ เรียนรู้ผู้สูงอายุเทศบาลเมือง สุโขทัยมีความต่อเนื่อง และยั่งยืน	ผู้สูงอายุเทศบาล เมืองสุโขทัย จำนวน ๑๐๐คน	๑.กิจกรรมตรวจสุขภาพสมาชิก ศูนย์เรียนรู้ผู้สูงอายุ ปีละ ๑ ครั้ง -ค่าอาหารกลางวัน จำนวน ๑๐๐คนx๕๐บาทx๑ มื้อ เป็นเงิน ๕,๐๐๐ บาท -ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม จำนวน ๑๐๐ คนx๒๕บาทx๒มื้อ เป็นเงิน ๕,๐๐๐ บาท -ค่าวัสดุอุปกรณ์ เป็นเงิน ๑,๐๐๐ บาท รวมเป็นเงิน ๑๑,๐๐๐ บาท ๒.กิจกรรมทางศาสนาเดือนละ ๑ ครั้ง ๒.๑ กิจกรรมศาสนาอิสลาม - ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม จำนวน ๕๐ คน x๒๕ บาทx๘ครั้ง เป็นเงิน ๑๐,๐๐๐ บาท - ค่าวิทยากรสอนคัมภีร์อัลกุรอาน จำนวน ๓ ชม.x๓๐๐บาทx๘ ครั้ง เป็นเงิน ๗,๒๐๐ บาท	กรกฎาคม	คุณปรุจจิต บุญยรัตน์ ประธานชมรมผู้สูงอายุ โรงพยาบาลสุโขทัย	๐๘๖-๙๖๔๘๘๘๙๑

แบบเสนอแผนงาน/โครงการเพื่อขอรับการสนับสนุนงบประมาณ

กองทุนหลักประกันสุขภาพ เทศบาลเมืองสุโขทัย

หน่วยงานราชการ



ภาคประชาชน

โปรดระบุ: ศูนย์เรียนรู้ผู้สูงอายุเทศบาลสุโขทัย

ลำดับ	แผนงาน/โครงการ/กิจกรรม	วัตถุประสงค์	กลุ่มเป้าหมาย	รายละเอียดงบประมาณ	ระยะเวลาดำเนินการ	ผู้รับผิดชอบโครงการ	เบอร์โทรศัพท์	
				๒.๒ กิจกรรมศาสนาพุทธ - ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม จำนวน ๕๐ คนx๒๕ บาทx๘ ครั้ง เป็นเงิน ๑๐,๐๐๐ บาท - ค่าตอบแทนวิทยากรสอน ศาสนาพุทธ จำนวน ๓ ชม.x๓๐๐ บาทx๘ ครั้ง เป็นเงิน ๗,๒๐๐ บาท -ค่าวัสดุอุปกรณ์ เป็นเงิน ๑,๐๐๐ บาท รวมเป็นเงิน ๓๕,๔๐๐ บาท				

แบบเสนอแผนงาน/โครงการเพื่อขอรับการสนับสนุนงบประมาณ

กองทุนหลักประกันสุขภาพ เทศบาลเมืองสุโขทัย

หน่วยงานราชการ

ภาคประชาชน

โปรดระบุ: ศูนย์เรียนรู้ผู้สูงอายุเทศบาลสุโขทัย

ลำดับ	แผนงาน/โครงการ/กิจกรรม	วัตถุประสงค์	กลุ่มเป้าหมาย	รายละเอียดงบประมาณ	ระยะเวลาดำเนินการ	ผู้รับผิดชอบโครงการ	เบอร์โทรศัพท์
				๓.กิจกรรมส่งเสริมการออกกำลังกาย (ไม้พลอง,ยางยืด,โยคะ, กิจกรรมเข้าจังหวะ) เดือนละ ๒ ครั้ง - ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม จำนวน ๕๐ คนx๒๕บาทx๑๖ครั้ง เป็นเงิน ๒๐,๐๐๐ บาท - ค่าวิทยากร จำนวน ๑ คนx๓๐๐บาทx๑๖ชม. เป็นเงิน ๔,๘๐๐ บาท - ค่าวัสดุอุปกรณ์ เป็นเงิน ๒,๐๐๐ บาท รวมเป็นเงิน ๒๖,๘๐๐ บาท ๔.กิจกรรมอบรมแกนนำ บำบัดโรคด้วยแผนไทย ปีละ ๑ ครั้ง - ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม จำนวน ๕๐ คนx๒๕ บาทx๒ มื้อ เป็นเงิน ๒,๕๐๐ บาท - ค่าอาหารกลางวัน จำนวน ๕๐ คนx๕๐ บาทx๑ มื้อ เป็นเงิน ๒,๕๐๐ บาท			

แบบเสนอแผนงาน/โครงการเพื่อขอรับการสนับสนุนงบประมาณ

กองทุนหลักประกันสุขภาพ เทศบาลเมืองสุโขทัย

หน่วยงานราชการ

ภาคประชาชน

โปรดระบุ: ศูนย์เรียนรู้ผู้สูงอายุเทศบาลสุโขทัย

ลำดับ	แผนงาน/โครงการ/กิจกรรม	วัตถุประสงค์	กลุ่มเป้าหมาย	รายละเอียดงบประมาณ	ระยะเวลาดำเนินการ	ผู้รับผิดชอบโครงการ	เบอร์โทรศัพท์
				- ค่าวิทยากร (แพทย์แผนไทย) จำนวน ๓๐๐ บาทx๖ ชม.x๒ คน เป็นเงิน ๓,๖๐๐ บาท - ค่าวัสดุอุปกรณ์ เป็นเงิน ๒,๐๐๐ บาท รวมเป็นเงิน ๑๐,๖๐๐ บาท ๕. กิจกรรมป้องกันฟื้นฟูโรค สมองเสื่อมในผู้สูงอายุ ปีละ ๑ ครั้ง - ค่าอาหารกลางวัน จำนวน ๕๐ คนx๕๐ บาทx๑ มื้อ เป็นเงิน ๒,๕๐๐ บาท - ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม จำนวน ๕๐คนx๒๕บาทx๒ มื้อ เป็นเงิน ๒,๕๐๐ บาท - ค่าวิทยากร จำนวน ๒ คนx๓๐๐ บาทx๔ ชม. เป็นเงิน ๒,๔๐๐ บาท - ค่าวัสดุอุปกรณ์ เป็นเงิน ๒,๐๐๐ บาท รวมเป็นเงิน ๙,๔๐๐ บาท			

แบบเสนอแผนงาน/โครงการเพื่อขอรับการสนับสนุนงบประมาณ

กองทุนหลักประกันสุขภาพ เทศบาลเมืองสุโขทัย

หน่วยงานราชการ

ภาคประชาชน

โปรดระบุ: ศูนย์เรียนรู้ผู้สูงอายุเทศบาลสุโขทัย

ลำดับ	แผนงาน/โครงการ/กิจกรรม	วัตถุประสงค์	กลุ่มเป้าหมาย	รายละเอียดงบประมาณ	ระยะเวลาดำเนินการ	ผู้รับผิดชอบโครงการ	เบอร์โทรศัพท์	
				๖. กิจกรรมการดูแลสุขภาพ ช่องปากในผู้สูงอายุ ปีละ ๑ ครั้ง - ค่าอาหารกลางวัน จำนวน ๕๐ คนx๕๐ บาทx๑ มื้อ เป็นเงิน ๒,๕๐๐ บาท - ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม จำนวน๕๐คนx ๒๕บาทx๒ มื้อ เป็นเงิน ๒,๕๐๐ บาท - ค่าวิทยากร จำนวน ๒ คน ๓๐๐ บาท ๔ ชม. เป็นเงิน ๒,๔๐๐ บาท - ค่าวัสดุอุปกรณ์ เป็นเงิน ๒,๐๐๐ บาท รวมเป็นเงิน ๙,๔๐๐ บาท รวมเป็นเงินทั้งสิ้น ๑๐๒,๖๐๐ บาท				๐๘๖-๙๖๔๘๘๘๙๑

แผนกิจกรรมชมรมผู้สูงอายุโรงพยาบาลสุโขทัย

กิจกรรม	ต.ค.	พ.ย.	ธ.ค.	ม.ค.	ก.พ.	มี.ค.	เม.ย.	พ.ค.	มิ.ย.	ก.ค.	ส.ค.	ก.ย.	ผู้รับผิดชอบ
<p>๑. การตรวจสุขภาพ</p> <p>- การคัดกรองสุขภาพสมาชิกชมรมผู้สูงอายุรายใหม่ (ซึ่งน้ำหนัก, วัดส่วนสูง, ดัชนีมวลกาย, วัดความดันโลหิต, ตรวจเบาหวาน, ตรวจฟัน, คัดกรองตา, สุขภาพจิตและให้คำแนะนำด้านสุขภาพ)</p>		✓		✓		✓		✓		✓		✓	งานสังคมสงเคราะห์, PCU, ทันตกรรม, คลินิกตา, จิตเวช,
<p>๒. โครงการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการดูแลสุขภาพของสมาชิกชมรมผู้สูงอายุ</p> <p>- ให้ความรู้การดูแลสุขภาพแก่สมาชิกชมรมที่ป่วยด้วยโรคความดัน/เบาหวาน</p> <p>, - คัดกรองสุขภาพเบื้องต้น เช่น ตรวจวัดความดันเจาะหาน้ำตาลในเลือด ตรวจฟัน ตรวจคัดกรองตา คัดกรองสุขภาพจิต ภาวะสมองเสื่อม ฯลฯ</p>									✓	✓			งานสังคมสงเคราะห์, PCU, โภชนาการ, กายภาพบำบัด, ทันตกรรม, แพทย์แผนไทย, จิตเวช
<p>๓. กิจกรรมสาธารณประโยชน์</p> <p>- พัฒนาศาสนสถาน สถานที่สาธารณฯ</p> <p>- รณรงค์ใช้เลือดออก (กำจัดลูกน้ำ ยุงลาย)</p>												✓ ✓	ชมรมผู้สูงอายุ

แผนกิจกรรมชมรมผู้สูงอายุโรงพยาบาลสุโขทัย

กิจกรรม	ต.ค.	พ.ย.	ธ.ค.	ม.ค.	ก.พ.	มี.ค.	เม.ย.	พ.ค.	มิ.ย.	ก.ค.	ส.ค.	ก.ย.	ผู้รับผิดชอบ
<p>๔. กิจกรรมทางศาสนา ประเพณีและวัฒนธรรม</p> <ul style="list-style-type: none"> - การทำบุญเลี้ยงพระในระหว่างพรรษา - ประเพณีชักพระ - งานวันผู้สูงอายุ - งานวันสงกรานต์ - งานการทำบุญวันสารทไทย - งานเมอลิต - งานการกวนขนมอาชูรอ - งานวันตรุษอิดีลฟีตรีและ ตรุษอิดีลฮัจญ์ 										✓	✓	✓	ชมรมผู้สูงอายุ
<p>๕. กิจกรรมเพื่อสมาชิก</p> <ul style="list-style-type: none"> - เยี่ยมสมาชิกที่เจ็บป่วย - การฃาปนกิจศพสมาชิกที่ได้ถึงแก่กรรม - ประชุมสามัญประจำปีสมาชิกชมรมผู้สูงอายุ - เยี่ยมสมาชิกชมรมติดบ้านติดเตียง 	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	ชมรมผู้สูงอายุ ชมรมผู้สูงอายุ ชมรมผู้สูงอายุ ชมรมผู้สูงอายุ, ทีมสุขภาพจากรพ.

แบบเสนอแผนงาน/โครงการเพื่อขอรับการสนับสนุนงบประมาณ

กองทุนหลักประกันสุขภาพ เทศบาลเมืองสุโขทัย-ลก

หน่วยงานราชการ ภาคประชาชน โปรตุระบุ. กลุ่มผู้สูงอายุศูนย์เรียนรู้ผู้สูงอายุเทศบาลสุโขทัย-ลก

ลำดับ	แผนงาน/โครงการ/กิจกรรม	วัตถุประสงค์	กลุ่มเป้าหมาย	รายละเอียดงบประมาณ	ระยะเวลาดำเนินการ	ผู้รับผิดชอบโครงการ
๑	โครงการเยี่ยมบ้านพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ เทศบาลเมืองสุโขทัย-ลก	๑. เพื่อพัฒนาและยกระดับระบบบริการฟื้นฟูคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ๒. เพื่อพัฒนาระบบบริการที่บ้านหรือในชุมชน ทำให้ผู้สูงอายุได้รับการเยี่ยมบ้าน ๓. เพื่อพัฒนาระบบฐานข้อมูลให้สามารถจัดบริการให้กับผู้สูงอายุได้อย่างทั่วถึงครอบคลุม	ผู้สูงอายุ ในเขตเทศบาลเมืองสุโขทัย-ลก จำนวน ๕๐ คน	เยี่ยมและอุปกรณ์ทางการแพทย์) ๑. เครื่องดูดเสมหะ ๒. เบาะลมไฟฟ้า ๓. รถเข็นพับได้ ๔. ไม่ทำสามขา	เมษายน-สิงหาคม	ศูนย์เรียนรู้ผู้สูงอายุ เทศบาลเมืองสุโขทัย-ลก

เบอร์โทรศัพท์

๐๘๖-๙๖๔๘๘๙๙๑

แผนกิจกรรมศูนย์เรียนรู้ผู้สูงอายุ

กิจกรรม	ตค.	พย.	ธค.	มค.	กพ.
๑.ประชุมรวบรวมข้อมูลรับสมัครสมาชิก	/	/	/		
๒.กิจกรรมอบรมความรู้และคัดกรองสุขภาพสมาชิก				/	
๓.กิจกรรมพัฒนาจิตทางศาสนาพุทธ				/	/
๔.กิจกรรมส่งเสริมการออกกำลังกาย					
- ไม้พลอง				/	
- ยางยืด					/
- โยคะ					
- กิจกรรมเข้าจังหวะ					
๕.กิจกรรมส่งเสริมสุขภาพแบบองค์รวมโดยแผนไทย					
๖.กิจกรรมการปรับสมดุลกายพิชิตโรค					/
๗.กิจกรรมการดูแลสุขภาพในช่องปาก					
๘.สรุปผลการดำเนินโครงการ					

มีค.	เมย.	พค.	มิย.	กค.	สค.	กย.
/	/	/	/	/	/	
		/				
			/			
/				/		
	/				/	
			/			
		/				
						/