

แบบเสนอแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม กองทุนหลักประกันสุขภาพระดับท้องถิ่น อบต.นาเกต #16949891

ชื่อขอเสนอแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม... ชุมชนสร้างพลังเพื่อสุขภาพโดยการออกกำลังกาย

ชื่อประธานกรรมการกองทุนหลักประกันสุขภาพระดับท้องถิ่น อบต.นาเกต... ศิริไพพร

ด้วย หน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มคน(ระบุชื่อ)... ชุมชนบ้านนาเกต หมู่ที่ 1

วัตถุประสงค์จะทำแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม... ชุมชนสร้างพลังเพื่อสุขภาพโดยการออกกำลังกาย

ในงบประมาณประมาณ 2560

โดยขอรับการสนับสนุนงบประมาณจากกองทุนหลักประกันสุขภาพระดับท้องถิ่น อบต.นาเกต

จำนวน 20,300 บาท โดยมีรายละเอียดแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม ดังนี้

ตาม 1. รายละเอียดแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม (สำหรับผู้เสนอแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม ลงรายละเอียด)

วัตถุประสงค์

ทำให้มีประชากรหมู่บ้านมีความรู้เกี่ยวกับออกกำลังกายด้วยวิธีที่ถูกต้องเพราะการออกกำลังกายที่ถูกต้องแข็งแรงไม่เกิดจากโรคภัยไข้เจ็บ การออกกำลังกายทำให้มีสุขภาพที่ดี ทั้ง กายและใจเป็นสิ่งที่ปราศจากโรคภัยไข้เจ็บจากทุกๆ คน ทอดตกใจมีความสมัครใจออกกำลังกายแบบจิตอาสาแล้ว การออกกำลังกายที่สม่ำเสมอในท่ามกลางแพทย์เมื่อบังคับฝึกฝนการออกกำลังกายให้มีความรู้ที่ดียิ่งส่งผลให้ร่างกายมีอายุยืนยาวหลังจากสามารถฝึกฝนท่าออกกำลังกายในปริมาณเท่าไรจึงทำให้รู้สึกดีทั้งกายและใจ

การออกกำลังกายทำได้หลากหลายกิจกรรม สามารถทำได้จากสถานที่ต่างๆ คือ ธรรมชาติในป่าเขาน้ำตก ตามแรงลมตามถนนตามอ้อมที่วิ่งออกกำลังกายเพื่อทำให้ร่างกายเกิดความแข็งแรง อายุยืนยาวสุขภาพดี