

กำหนดการอบรมโครงการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ
วันที่ ๑๘-๑๙ กันยายน ๒๕๖๐
ณ.โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านสวนโหนด

วันที่ ๑๘ กันยายน ๒๕๖๐

- ๐๘.๐๐-๐๘.๓๐ น. ลงทะเบียน(คณะผู้จัด)
- ๐๘.๓๐-๑๐.๓๐ น. อาหารกับผู้สูงอายุ(คุณพะยอม ชูเรือง)
- ๑๐.๓๐-๑๐.๔๕ น. รับประทานอาหารว่าง
- ๑๐.๔๕-๑๒.๐๐ น. โรคเรื้อรังในผู้สูงอายุ(คุณพะยอม ชูเรือง)
- ๑๒.๐๐-๑๓.๐๐ น. พักรับประทานอาหาร
- ๑๓.๐๐-๑๕.๐๐ น. สุขภาพฟันในผู้สูงอายุ(คุณพะยอม ชูเรือง)
- ๑๕.๐๐-๑๕.๑๕ น. รับประทานอาหารว่าง
- ๑๕.๑๕-๑๖.๓๐ น. ธรรมะกับผู้สูงอายุ(คุณคุณพะยอม ชูเรือง)

วันที่ ๑๙ กันยายน ๒๕๖๐

- ๐๘.๐๐-๐๘.๓๐ น. กิจกรรมสันทนาการ(คณะวิทยากร)
- ๐๘.๓๐-๑๐.๓๐ น. สุขภาพจิตกับผู้สูงอายุ(บุญยา แก้วขุนทอง)
- ๑๐.๓๐-๑๐.๔๕ น. รับประทานอาหารว่าง
- ๑๐.๔๕-๑๒.๐๐ น. การออกกำลังกายกับผู้สูงอายุ(บุญยา แก้วขุนทอง)
- ๑๒.๐๐-๑๓.๐๐ น. พักรับประทานอาหาร
- ๑๓.๐๐-๑๕.๐๐ น. สาธิตการออกกำลังกาย(คุณบุญยา แก้วขุนทอง)
- ๑๕.๐๐-๑๕.๑๕ น. รับประทานอาหารว่าง
- ๑๕.๑๕-๑๖.๓๐ น. กิจกรรมแลกเปลี่ยนเรียนรู้(คณะวิทยากร)