

โครงการผู้สูงวัย สุขภาพดี “ไม่ล้ม ไม่ลืม ไม่ซึมเศร้า กินข้าวอร่อย”
หมู่ที่ ๑,๔,๖ ตำบลบางเป่า อำเภอกันตัง จังหวัดตรัง
วันที่ ๒๒ สิงหาคม ๒๕๖๖
เวลา ๐๘.๓๐-๑๖.๓๐ น. ณ ห้องประชุมเอื้ออาทร โรงพยาบาลกันตัง

ลงทะเบียน



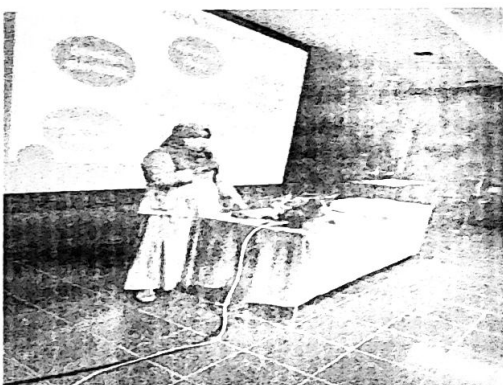
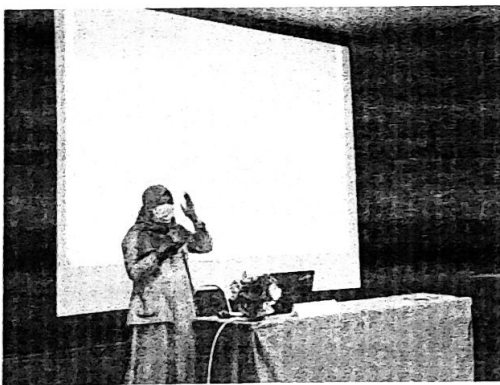
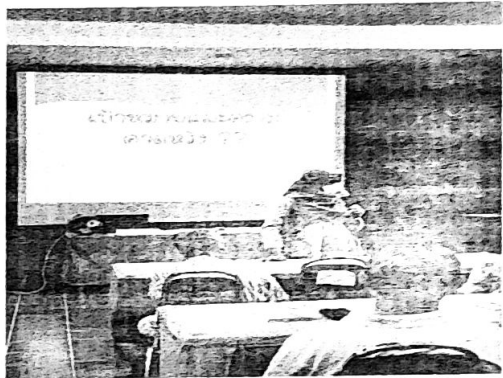
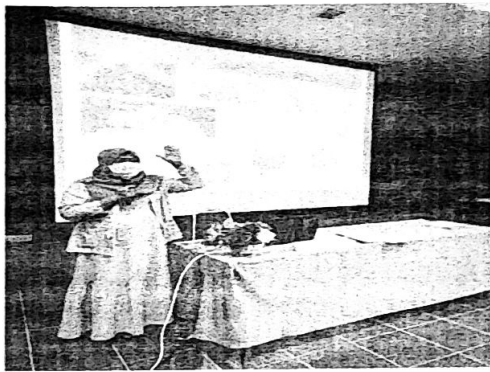
พิธีเปิดโครงการ



พิธีเปิดโครงการ



กิจกรรมบรรยายให้ความรู้เรื่อง การส่งเสริมสุขภาพจิต (1 ชั่วโมง)
วิทยากรภายใน(ภาครัฐ) น.ส.ฮามีดะห์ เจ็ง ตำแหน่ง นักจิตวิทยาปฏิบัติการ



กิจกรรมบรรยายให้ความรู้เรื่อง เรื่องโภชนาการที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุ (1 ชั่วโมง)
วิทยากรภายใน(ภาครัฐ) น.ส.เอื้องไพร พรหมจิตร ตำแหน่ง นักวิชาการสาธารณสุขปฏิบัติการ



กิจกรรมบรรยายให้ความรู้เรื่อง เรื่องการดูแลสุขภาพช่องปากและฟันและตรวจสุขภาพช่องปาก (1 ชั่วโมง)
วิทยากรภายใน(ภาครัฐ) ทพญ.ศกฉลวรรณ ศรีธรรมมานุวัฒน์ ตำแหน่ง ทันตแพทย์ชำนาญการ

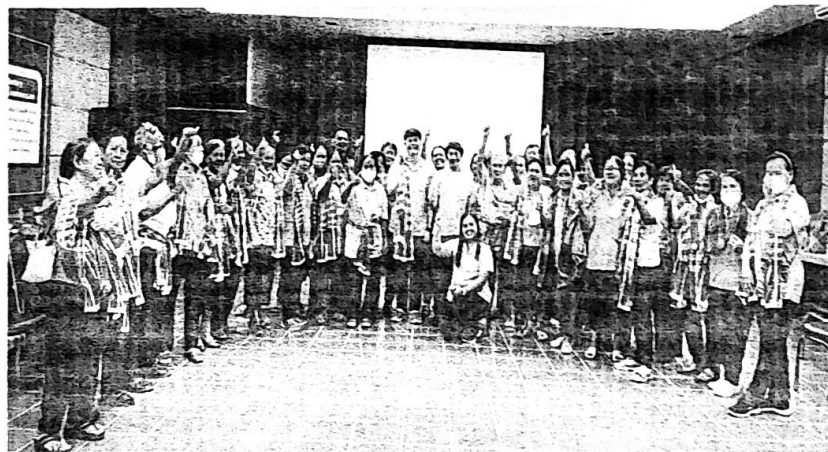


กิจกรรมบรรยายให้ความรู้เรื่อง การป้องกันและรักษาข้อเข่าเสื่อมและการป้องกันพลัดตกหกล้ม (2 ชั่วโมง)
วิทยากรภายใน(ภาครัฐ) นายศรัณย์ สลิลปราโมทย์ ตำแหน่ง นักกายภาพบำบัด



ฝึกปฏิบัติ การออกกำลังกายผ้าขาวม้า (1 ชั่วโมง)

วิทยากรภายใน(ภาครัฐ) นายศรันย์ สลิลปราโมทย์ ตำแหน่ง นักกายภาพบำบัด



ฝึกปฏิบัติ การออกกำลังกายผ้าขาวม้า (ต่อ)

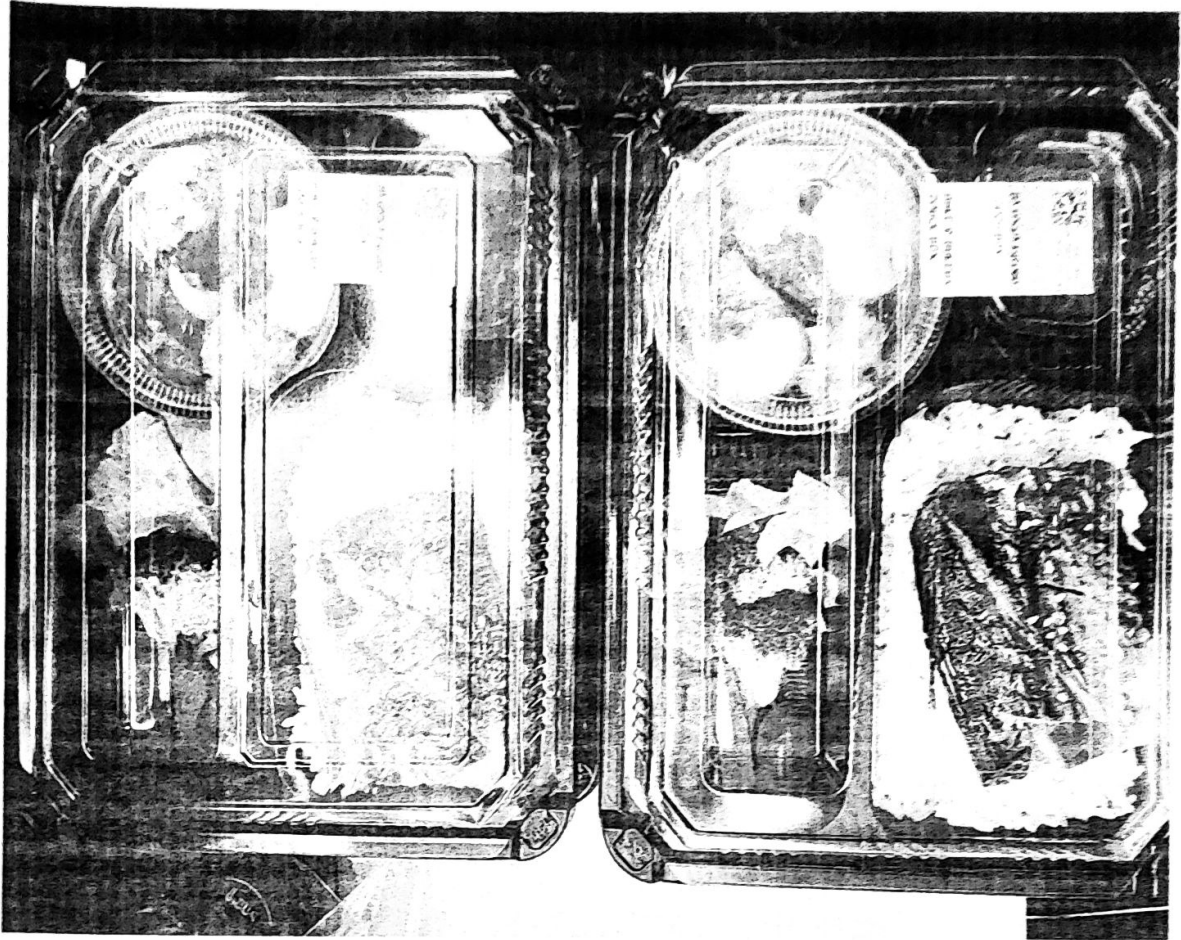
วิทยากรภายใน(ภาครัฐ) นายศรัณย์ สลิลปราโมทย์ ตำแหน่ง นักกายภาพบำบัด



อาหารว่างและเครื่องดื่ม(มือเช้า)



อาหารเที่ยง



อาหารว่างและเครื่องดื่ม (มือบาย)

