

ภาพกิจกรรมตามกำหนดการ

โครงการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุด้วยการแพทย์แผนไทย ประจำปี ๒๕๖๔

ระหว่างวันที่ ๒๘ - ๒๙ กันยายน ๒๕๖๔

ณ อาคารศูนย์พัฒนาคุณภาพชีวิตและส่งเสริมอาชีพผู้สูงอายุตำบลท่าเรือ อำเภอท่าแพ จังหวัดสตูล

\*\*\*\*\*



วันที่ ๒๘ กันยายน ๒๕๖๔

ตรวจวัดอุณหภูมิก่อนเข้าร่วมโครงการ



ลงทะเบียนเข้าร่วมโครงการ



/บรรยาย

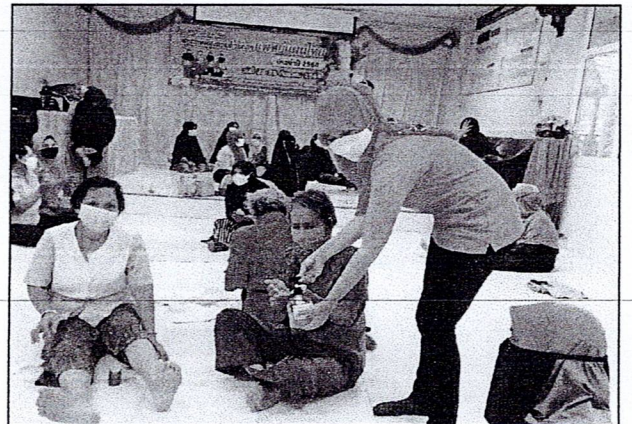
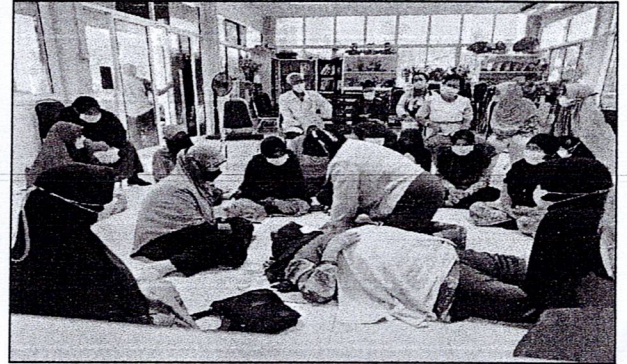


บรรยาย การเตรียมความพร้อมก่อนเรียน  
หัวข้อ การเรียนรู้แพทย์แผนไทยเกี่ยวกับสรีระร่างกายมนุษย์ (ชาย-หญิง) สุขศึกษาเรื่องการบริหาร  
อวัยวะในร่างกาย เพื่อคลายกล้ามเนื้อ





หัวข้อ ความรู้การประยุกต์ใช้ ประโยชน์ที่ได้รับ พร้อมสาธิตการใช้ท่าฤาษีดัดตน ๑๕ ท่าหลัก เพื่อปรับสมดุลโครงสร้างร่างกายทุกส่วน



/หัวข้อ...



หัวข้อ ความรู้เกี่ยวกับการใช้ท่านวด คอ บ่า ไหล่ ประโยชน์ที่ได้รับพร้อมสาธิต เพื่อบรรเทาอาการปวดเมื่อย กระตุ้นการไหลเวียนของเลือดและผ่อนคลายกล้ามเนื้อที่ตึงเครียด

