

## สรุปการดำเนินงาน

โครงการส่งเสริมสุขภาพจิตในกลุ่มผู้สูงอายุและประชาชนทั่วไปเพื่อลดภาวะ  
การอยู่ติดบ้าน ด้วยศาสนบำบัด ประจำปีงบประมาณ 2566

### วัตถุประสงค์

1. เพื่อเพิ่มกิจกรรม ลดภาวะการอยู่ติดบ้านของผู้สูงอายุ
2. เพื่อให้เกิดสุขภาพและสุขภาพใจที่ดีขึ้นโดยใช้ศาสนบำบัด

### กลุ่มเป้าหมาย

1. ผู้สูงอายุและประชาชนทั่วไปหมู่ที่ 3 จำนวน 60 คน

### สรุปการใช้งบประมาณ

งบประมาณที่ได้รับจัดสรร	จำนวน	๒๘,๕๘๔	บาท	
งบประมาณที่ใช้จริง	จำนวน	๒๘,๕๘๔	บาท	ดังรายการ
- ค่าป้ายไวนิล		เป็นเงิน ๑,๓๕๐	บาท	
- ค่าอาหารเบรก ๔ เบรก		เป็นเงิน ๖,๐๐๐	บาท	
- ค่าอาหาร ๒ มื้อ		เป็นเงิน ๖,๐๐๐	บาท	
- ค่าวัสดุโครงการ จำนวน ๘ รายการ		เป็นเงิน ๔,๔๓๔	บาท	
- ค่าวิทยากร		เป็นเงิน ๖,๖๐๐	บาท	
- ค่าเอกสารประกอบการอบรม		เป็นเงิน ๔,๒๐๐	บาท	

รวมทั้งสิ้น จำนวน ๒๘,๕๘๔ บาท คงเหลือ ๐ บาท

### กิจกรรมที่ได้ดำเนินการ

จากการดำเนินงานกิจกรรม เมื่อวันที่ 21 - 22 มกราคม 2566 ณ ศูนย์การเรียนรู้อัลกุรอาน  
หลักสุตกรืออาตีบ้านท่าล้อ หมู่ 3 พบว่ามีกลุ่มเป้าหมายเข้าร่วมกิจกรรม จำนวน 80 คน

1. ดำเนินการให้ความรู้ เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพตนเอง โดยใช้หลัก 3 อ. (อาหาร อารมณ์  
ออกกำลังกาย) วิทยากรในการให้ความรู้ คือ นางสาวอารีสา ชื่อสกุล พันธุ์สะ  
จากหน่วยงาน รพสต.ท่าหมอไพร
2. กิจกรรมเสริมสร้างสุขภาพทางกาย การเรียนรู้ การออกกำลังกายสำหรับผู้สูงอายุ  
วิทยากรในการให้ความรู้ คือชื่อ นายอัมร์ ชื่อสกุล มะแตหะ
3. กิจกรรมการให้ความรู้ การบำบัดสุขภาพทางจิต  
วิทยากรในการให้ความรู้ คือชื่อ นายมุฮัมหมัด ชื่อสกุล ยูโซะ

4. กิจกรรมเสริมสร้างสุขภาพจิตโดยใช้หลักศาสนาบำบัด  
วิทยากรในการให้ความรู้ คือ ชื่อนายเจชะลอมหลี ชื่อสกุล ด่าโอะ

**ผลที่คาดว่าจะได้รับ**

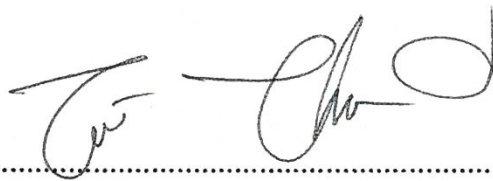
ผู้สูงอายุและประชาชน ที่เข้าร่วมโครงการ ได้เรียนรู้การดูแลสุขภาพ ทั้งสุขภาพกายและสุขภาพจิต รวมถึงได้ลดภาวะการณ้อยู่ติดบ้านของผู้สูงอายุ ให้ผู้สูงอายุได้มีการออกมาทำกิจกรรมร่วมกันในชุมชน จึงสรุปได้ว่าการดำเนินโครงการในครั้งนั้บรรลุเป้าหมายตามวัตถุประสงค์ทุกประการ

**ปัญหาอุปสรรคในการดำเนินโครงการ**

สถานที่มีความคับแคบเนื่องจากผู้เข้าร่วมอบรมให้ความสนใจเกินจากเป้าหมายที่วางไว้ เดิมเป้าหมาย ๖๐ คน แต่ผู้เข้าร่วม ๘๒ คน

**แนวทางการพัฒนาหรือแนวทางการปรับปรุงงาน**

อยากให้มีการสนับสนุนจากทุกภาคส่วนและมีการต่อยอดต่อไป

ลงชื่อ.....

(นายธีรวัฒน์ สมจิตร)

ผู้รายงาน/เสนอโครงการ

ลงชื่อ.....

(นายมหำหมัดโรนาน ทรนศิลา)

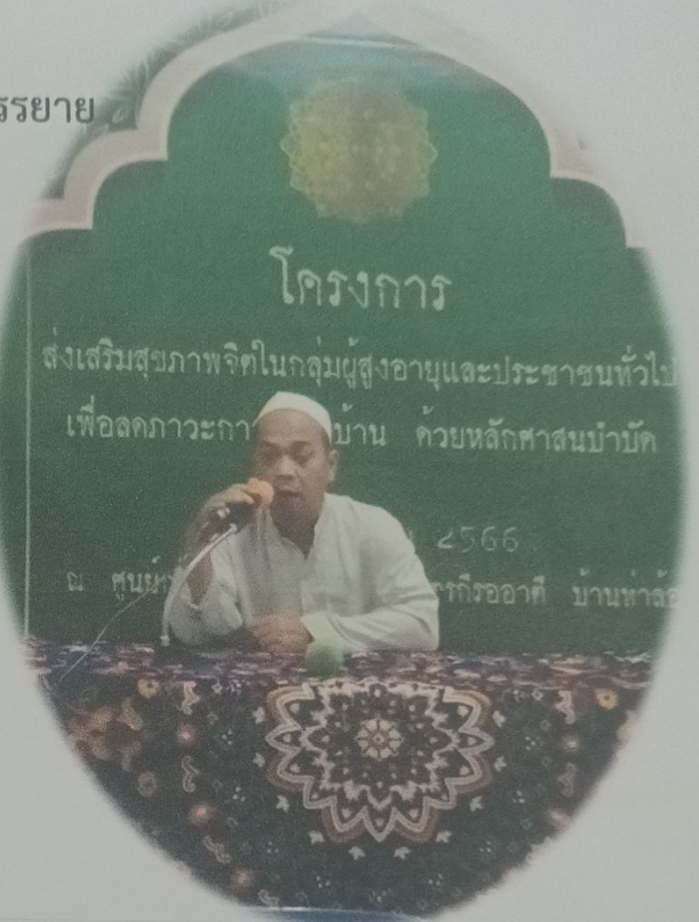
ประธานศูนย์การเรียนรู้อัลกุรอานหลักสุตกรือออาตีบ้านท่าล้อ

ผู้รับผิดชอบโครงการ



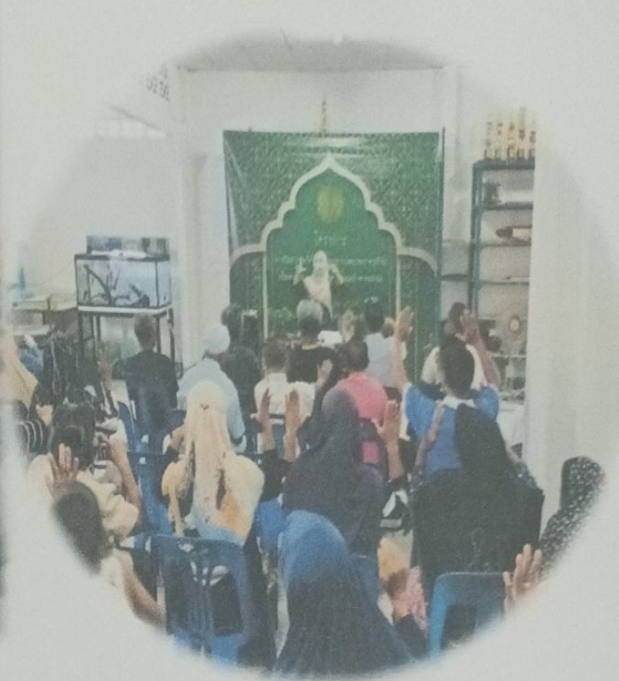
ภาคผนวก

วิทยากรบรรยาย





## 2. ทำการออกกำลังกายสำหรับผู้สูงอายุ





### 3. กิจกรรมให้ความรู้สุขภาพด้วยหลักศาสนาบำบัด





4.กิจกรรมเสริมสร้างสุขภาพทางกายตามหลัก 2 ส.





# 5.กิจกรรมเสริมสร้างสุขภาพด้วยหลักศาสนาบำบัด









ภาคผนวก

วิทยาการบรรยาย





ภาคผนวก





ภาคผนวก





ภาคผนวก

ประชุมถอดบทเรียนหลังเสร็จสิ้นโครงการ

