

โครงการส่งเสริมสุขภาพจิตในกลุ่มผู้สูงอายุและประชาชนทั่วไป

เพื่อลดภาวะการอยู่ติดบ้าน ด้วยศาสนบำบัด

หลักการและเหตุผล

ด้วยชุมชนบ้านท่าล้อ ม.3 ตำบลสะพานไม้แก่น ซึ่งปัจจุบันมีประชากร ประมาณ 220 คน ครัวเรือน และเป็นชุมชนที่มี 2 วัฒนธรรม

ภายหลังจากโรคระบาด โควิด -19 ได้荼เลาเบาบางไปตามลำดับคงเหลือไว้แต่ความสูญเสีย ความเครียด และความทรงจำที่เลวร้ายสำหรับผู้ที่ได้รับผลกระทบจากโรคร้ายดังกล่าว ทางศูนย์ การเรียนอัลกุรอานหลักสูตรกึ่งออาติบ้านท่าล้อ ได้เล็งเห็นผลกระทบดังกล่าว จึงได้จัดทำโครงการ ส่งเสริมสุขภาพจิตในกลุ่มผู้สูงอายุและประชาชนทั่วไป เพื่อลดภาวะการอยู่ติดบ้าน ด้วยศาสน บำบัด เพื่อให้ประชาชนมีสุขภาพกายและสุขภาพจิตที่ดี อันจะส่งผลให้มีสุขภาพแข็งแรง มี ภูมิคุ้มกันต่อโรค ไม่เจ็บป่วยง่าย

วัตถุประสงค์

1. เพื่อเพิ่มกิจกรรม ลดภาวะการอยู่ติดบ้านของผู้สูงอายุ
2. เพื่อให้เกิดสุขภาพและสุขภาพใจที่ดีขึ้นโดยใช้ศาสนบำบัด

เป้าหมายเชิงปริมาณ

1. ผู้สูงอายุและประชาชนทั่วไปหมู่ที่ 3 จำนวน 60 คน

เป้าหมายเชิงคุณภาพ

1. ผู้สูงอายุและประชาชนทั่วไปได้แสดงศักยภาพในส่งเสริมสุขภาพตนเอง ครอบครัวและ

ชุมชน

งบประมาณ

ขอรับการสนับสนุนงบประมาณ จากกองทุนหลักประกันสุขภาพองค์การบริหารส่วนตำบล สะพานไม้แก่น จำนวน 28,584. บาท (สองหมื่นแปดพันห้าร้อยแปดสิบบาทถ้วน)

ระยะเวลาดำเนินโครงการ

มกราคม – มีนาคม ค.ศ. 2566

สถานที่ดำเนินงาน

หมู่ที่ 3 บ้านท่าล้อ ตำบลสะพานไม้แก่น อำเภोजะนะ จังหวัดสงขลา

วิธีการดำเนินโครงการ / กิจกรรม / ขั้นตอนสรุป

1. จัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพ จำนวน 2 วัน

1.1 ประชุมวางแผน แบ่งหน้าที่รับผิดชอบ

1.2 จัดทำเอกสารประกอบการอบรม

1.3 ประชาสัมพันธ์โครงการ

กิจกรรม

1. ให้ความรู้เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพตนเอง โดยใช้หลัก 3 อ. (อาหาร อารมณ์ ออกกำลังกาย)

1.1 ส่งเสริมให้ประชาชนและผู้สูงอายุ มีการออกกำลังกายที่ถูกต้องตามช่วงวัย

1.2 ส่งเสริมสุขภาพจิต โดยใช้หลักการศาสนบำบัด

1.3 ส่งเสริมการรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ เหมาะสมกับวัย

ขั้นตอนสรุป

1 ประเมินโครงการ

2 สรุปโครงการ

3 ข้อเสนอแนะ/แนวทางการแก้ไข

ผลที่คาดว่าจะได้รับ

1. ได้ลดภาวะการอยู่ติดบ้านของผู้สูงอายุ

2. ผู้สูงอายุและประชาชนทั่วไป ได้มีกิจกรรมร่วมกัน

3. ประชาชนทั่วไปและผู้สูงอายุ ได้รู้จักการดูแลสุขภาพตามหลัก 3 อ.

สรุปมติชอบโครงการ

(.....) ผู้เขียนโครงการ
(นายมหำหมัดไรรานาน ทรนศิลา)

ตำแหน่งประธานศูนย์การเรียนรู้อัลกุรอานหลักสูตรที่รออาดี

(.....) ผู้เสนอโครงการ
(นายธีรวัฒน์ สมจิตร)

ตำแหน่งรองประธานศูนย์ฯ

(.....) ผู้เห็นชอบโครงการ
(นายอาลาวี หมิ่นเส้น)

ตำแหน่งกรรมการและเลขานุการศูนย์ฯ

(.....) ผู้เห็นชอบโครงการ
(นายอาหมาด เก็มเหล็ก)

ตำแหน่งกรรมการบริหารศูนย์ฯ

(.....) ผู้เห็นชอบโครงการ
(นายอภิญา ปานสัน)

ตำแหน่งกรรมการบริหารศูนย์ฯ

ประมาณการค่าใช้จ่าย

1.ค่าวิทยากร (2 วัน)

จำนวน 11 ชั่วโมง ชั่วโมงละ 600 บาท = 6,600 บาท

2.ค่าอาหารกลางวัน (2 วัน)

มื้อละ 50 บาท จำนวน 60 คน 2 วัน = 6,000 บาท

3.อาหารว่างและเครื่องดื่ม (2 วัน เช้า - บ่าย)

มื้อละ 25 บาท จำนวน 60 คน 4 มื้อ = 6,000.บาท

4.ค่าป้ายไวนิล ขนาด 3 X 3 เมตร ตร.ม.ละ 150บาท = 1,350.บาท

5.เอกสาร/คู่มือการอบรม

5.1 กระเป๋าผ้าใบละ 29. บาท x 60 ใบ 1,740.บาท

5.2 เอกสารประกอบการอบรม 70บาท x 60 ชุด 4,200.บาท

5.3 กระดาษเอ4 2 รีมๆละ 167 บาท 334.บาท

5.4 ปากกา/ดินสอ/ยางลบ 18 บาท x 60 ชุด 1,080.บาท

5.5 กระดานไวท์บอร์ด ขนาด 3 เมตร ยาว 2.5 เมตร 550.บาท

5.6 ปากกาไวท์บอร์ด 10 ด้ามๆละ 23 บาท 230.บาท

5.7 จัดทำสรุปโครงการ/เข้าเล่ม 2 ชุดๆละ 250.บาท 500.บาท

รวมค่าใช้จ่ายตลอดโครงการ 28.584.บาท

กำหนดการอบรม

ครั้งที่ 1 วันที่.....

08.00 -08.30	ผู้เข้าร่วมกิจกรรมลงทะเบียน
08.30 - 09.00	พิธีเปิด
09.00 - 12.00	วิทยากรบรรยายให้ความรู้ หลัก 3 อ (วิทยากรจาก รพ.สต.)
12.00 -13.00	พักรับประทานอาหารกลางวัน/ละหมาด
13.00 - 15.30	กิจกรรมเสริมสร้างสุขภาพทางกาย (วิทยากร)

ครั้งที่ 2 วันที่.....

09.00 - 12.00	วิทยากรบรรยายให้ความรู้ การบำบัดสุขภาวะทางจิต
12.00 - 13.00	รับประทานอาหารกลางวัน/ละหมาด
13.00 - 15.30	กิจกรรมเสริมสร้างสุขภาพจิตโดยใช้หลักศาสนาบำบัด
15.30 - 16.00	ถอดบทเรียนจากการอบรม และข้อเสนอแนะ เสร็จสิ้นโครงการ

หมายเหตุ รับประทานอาหารว่างและเครื่องดื่ม เวลา 10.30 น. และ เวลา 14.30 น.

ข้อที่ ๒ : ผลการพิจารณาแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม (สำหรับเจ้าหน้าที่ อปท. ที่ได้รับมอบหมายลงรายละเอียด)

ตามมติการประชุมคณะกรรมการกองทุนหลักประกันสุขภาพองค์การบริหารส่วนตำบลสะพานไม้แก่น
ครั้งที่ ...๔... /๒๕๖๕ เมื่อวันที่๑๕ กันยายน ๒๕๖๕..... ผลการพิจารณาแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม ดังนี้

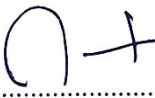
✓ อนุมัติ งบประมาณ เพื่อสนับสนุนแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม (โครงการส่งเสริมสุขภาพจิตในกลุ่ม
ผู้สูงอายุและประชาชนทั่วไป เพื่อลดภาวะการอยู่ติดบ้านด้วยศาสนบำบัด) เป็นเงินทั้งสิ้น จำนวน ๒๘,๕๘๔ บาท
เพราะ ตรงตามหลักเกณฑ์ วัตถุประสงค์กองทุนฯ

ไม่อนุมัติ งบประมาณ เพื่อสนับสนุนแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม

เพราะ.....

หมายเหตุเพิ่มเติม (ถ้ามี).....

ให้รายงานผลความสำเร็จของแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม ตามแบบฟอร์ม (ส่วนที่ ๓)
ภายในวันที่ 30 ก.ย. 66

ลงชื่อ..... ผู้อนุมัติโครงการ

(นายสมโชค แถ้วแก้ว)

ประธานกองทุนหลักประกันสุขภาพองค์การบริหารส่วนตำบลสะพานไม้แก่น

วันที่-เดือน-พ.ศ. 15 ก.ย. 65