

แบบเสนอโครงการ  
เพื่อขอรับการสนับสนุนงบประมาณกองทุนหลักประกันสุขภาพองค์การบริหารส่วนตำบลสะตาวา

๑. ชื่อโครงการ/กิจกรรม	โครงการส่งเสริมสุขภาพกายสุขภาพใจ เสริมคุณค่าฮัจย์ ปี ๒๕๖๖
๒. รหัสโครงการ	L303๕ -- ๖๖ -- ๐๑ -- ๐๐๓
๓. ความสอดคล้องกับแผนงาน	<input type="checkbox"/> แผนงานอาหารและโภชนาการ <input type="checkbox"/> แผนงานกิจกรรมทางกาย <input type="checkbox"/> แผนงานเหล่า <input type="checkbox"/> แผนงานบุหรี <input type="checkbox"/> แผนงานสารเสพติด <input type="checkbox"/> แผนงานโรคเรื้อรัง <input type="checkbox"/> แผนงานอุบัติเหตุ <input type="checkbox"/> แผนงานอนามัยแม่และเด็ก <input type="checkbox"/> แผนงานเด็ก เยาวชน ครอบครัว <input type="checkbox"/> แผนงานผู้สูงอายุ <input type="checkbox"/> แผนงานสิ่งแวดล้อม <input type="checkbox"/> แผนงานเผชิญภัยพิบัติและโรคระบาด <input type="checkbox"/> แผนงานกลุ่มประชาชนทั่วไปที่มีความเสี่ยง <input type="checkbox"/> แผนงานการบริหารจัดการกองทุนสุขภาพตำบล <input type="checkbox"/> แผนงานคนพิการ <input type="checkbox"/> แผนงานแรงงานนอกระบบ
๔. หน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มคน ที่รับผิดชอบโครงการ	โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลสะตาวา
๕. ชื่อผู้รับผิดชอบโครงการ	นางสาวรอปีอะห์ หะยีแวงสะแลแม
๖. ระยะเวลาดำเนินโครงการ	ตั้งแต่วันที่...๑๕...เดือน...พฤษภาคม.....พ.ศ....๒๕๖๖... ถึง วันที่...๓๐...เดือน...กรกฎาคม.....พ.ศ....๒๕๖๖....
๗. พื้นที่ดำเนินการ	ห้องประชุมโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลสะตาวา
๘. งบประมาณ	จำนวน..... ๒๘,๓๕๐.....บาท
๙. พี่เลี้ยงโครงการ	.....นางสุนิสา เจ๊ะอุบง.....
๑๐. วันที่อนุมัติ	..... 10 พ.ค. 2566 ..... (เจ้าหน้าที่บันทึก)
๑๑ กำหนดวันส่งรายงาน	..... 30 ก.ย. 2566 ..... (เจ้าหน้าที่บันทึก)

## ๑๒. หลักการและเหตุผล (ระบุที่มาของการทำโครงการ)

ในช่วงเดือน พฤษภาคม ๒๕๖๖ เป็นช่วงเวลาของ การเดินทางไปประกอบพิธีฮัจย์ที่เมืองเมกกะ ประเทศซาอุดีอาระเบียของมุสลิมจากทั่วโลก การเตรียมความพร้อมในการเดินทางของผู้แสวงบุญต้องมีความมากกว่าการเตรียมตัวเดินทางทั่วไป ประกอบกับผู้แสวงบุญต้องเผชิญกับภัยพิบัติของโรคโควิด ๑๙ ด้วย เช่น การเตรียมความพร้อมเกี่ยวกับเอกสารการเดินทาง ต้องมีสมุดเหลืองแสดงการฉีดวัคซีน สมุดสุขภาพและบันทึกการรักษาพยาบาล การเตรียมยาที่ใช้ประจำตัวการเตรียมด้านความรู้เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพระหว่างอยู่ในประเทศซาอุดีอาระเบีย การเดินทางไปประกอบพิธีฮัจย์ที่เมืองเมกกะ ประเทศซาอุดีอาระเบียของผู้ที่นับถือศาสนาอิสลามนั้นทุกคนที่มีความสามารถทางร่างกายมีทรัพย์สินเพียงพอและมีการเดินทางไปกลับที่ปลอดภัย จะต้องปฏิบัติครั้งหนึ่งในชีวิต การไปประกอบพิธีฮัจย์ จึงเป็นการศาสนกิจภาคบังคับ ที่ต้องอาศัยพลังกำลังและสมรรถนะทางร่างกายที่พร้อม โดยที่การไปประกอบพิธีฮัจย์มีจุดมุ่งหมายเพื่อไปประกอบศาสนกิจให้ได้มากที่สุด ดีที่สุดเพื่อจะได้ฮัจย์ที่สมบูรณ์ ดังนั้นการที่มีสุขภาพดีก็เพื่อให้สามารถใช้ชีวิตได้อย่างปกติสุขและไปประกอบศาสนกิจได้ครบถ้วนสมบูรณ์และกลับมาได้โดยสวัสดิภาพ จึงมีความจำเป็นที่ต้องเตรียมร่างกายและจิตใจให้แข็งแรง

การบำเพ็ญฮัจย์เป็นรูกุนหนึ่งของรูกุนอิสลาม ซึ่ง มุสลิมทุกคนที่มีความสามารถจำเป็นต้องเดินทางไปทำพิธีฮัจญ์ ณ นครเมกกะฮ์ ประเทศซาอุดีอาระเบีย ในปี ๒๕๖๖ ประชาชนในตำบลสะดาวา มีการลงทะเบียนประสงค์ไปประกอบพิธีฮัจย์ จำนวน ๔๕ คน ซึ่งมีผู้มีโรคประจำตัว จำนวน ๑๑ คน คิดเป็นร้อยละ ๒๔.๔๔ มีภาวะเสี่ยงโรคเรื้อรังจำนวน ๑๐ คน คิดเป็นร้อยละ ๒๒.๒๒ นับว่าสูงมากและเสี่ยงต่อการเกิดภาวะแทรกซ้อนในขณะที่อยู่ต่างประเทศ ประกอบกับผู้แสวงบุญทั้ง ๔๕ คนอยู่ในช่วงอายุ ระหว่าง ๕๐ – ๗๙ ปี เป็นกลุ่มอายุที่มีสภาพร่างกายที่เริ่มถดถอย ซึ่งมีความเสี่ยงต่อการมีสุขภาพกาย และสุขภาพจิตที่ไม่ดีได้ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลสะดาวา เล็งเห็นถึงความสำคัญ ในการเตรียมตัวด้านร่างกายและจิตใจ รวมถึง รายละเอียดในการปฏิบัติอย่างถูกต้องตามหลักการศาสนา เพื่อให้เกิดประสิทธิผลอย่างสูงสุด ต่อพี่น้องมุสลิมชาวสะดาวา ที่จะเดินทางไปประกอบพิธีฮัจย์ทุกๆ ท่าน จึงได้จัดทำโครงการส่งเสริมสุขภาพกายสุขภาพใจ เสริมคุณค่าฮัจย์ ปี ๒๕๖๖ ขึ้น

## ๑๓. วัตถุประสงค์/เป้าหมาย

วัตถุประสงค์	ตัวชี้วัดความสำเร็จ	เป้าหมาย
๑. เพื่อให้ผู้แสวงบุญ(ฮุดญาต) ทราบถึงสถานะสุขภาพของตนเองให้สามารถปฏิบัติตัวได้ถูกต้อง	ร้อยละ ๑๐๐ ของผู้แสวงบุญ(ฮุดญาต) ได้รับการตรวจคัดกรองประเมินสภาวะสุขภาพ	๔๕ คน
๒. เพื่อให้ผู้แสวงบุญ(ฮุดญาต)มีความรู้ความเข้าใจในการปฏิบัติตัว ก่อน ขณะ และหลังกลับจากการประกอบพิธีฮัจย์	ร้อยละ ๙๐ ของผู้แสวงบุญ(ฮุดญาต)มีความรู้ความเข้าใจในการการปฏิบัติตัว ก่อน ขณะ และหลังจากไปประกอบพิธีฮัจย์	๔๕ คน
๓. เพื่อให้ผู้แสวงบุญ(ฮุดญาต)มีความรู้ความเข้าใจในการปฏิบัติ ศาสนกิจการประกอบพิธีฮัจย์ อย่างถูกต้อง สมบูรณ์	ร้อยละ ๙๐ ของแสวงบุญ(ฮุดญาต)มีความรู้ความเข้าใจในการปฏิบัติ ศาสนกิจการประกอบพิธีฮัจย์อย่างถูกต้อง สมบูรณ์	๔๕ คน
๔. ผู้แสวงบุญ(ฮุดญาต)ได้รับการประเมินภาวะสุขภาพหลังกลับจากการประกอบพิธีฮัจย์	ร้อยละ ๑๐๐ ของผู้แสวงบุญ(ฮุดญาต) เข้าร่วมเวทีแลกเปลี่ยนเรียนรู้ และได้รับการตรวจประเมินภาวะสุขภาพหลังกลับจากการประกอบพิธีฮัจย์	๔๕ คน

๑๕. กิจกรรม (รวมถึงกิจกรรมสำคัญที่ทำให้บรรลุวัตถุประสงค์และเป้าหมาย แต่ไม่จำเป็นต้องใช้งบประมาณหรือมีงบอื่นอยู่แล้ว)			
ชื่อกิจกรรม	กลุ่มเป้าหมาย (จำนวนคน)	งบประมาณ	ระบุวัน/ ช่วงเวลา
๑. ตรวจคัดกรองประเมินสภาวะสุขภาพ ของผู้แสวงบุญ(ศุดญาติ)	๔๕ คน		๘ เม.ย.๖๖
๒. อบรมให้ความรู้เรื่องการดูแลสุขภาพ ของผู้แสวงบุญ(ศุดญาติ)	๔๕ คน	- ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม ๓๐ บาท x ๒ มื้อ x ๔๕ คน เป็นเงิน ๒,๗๐๐ บาท - ค่าอาหารกลางวัน ๗๐ บาท x ๔๕ คน เป็นเงิน ๓,๑๕๐ บาท - ค่าวิทยากร ๖๐๐ บาท x ๖ ชั่วโมง เป็นเงิน ๓,๖๐๐ บาท	๑๘ พ.ค.๖๖
๓. อบรมเตรียมความพร้อมด้วยการ ส่งเสริมสุขภาพจิต เสริมพลังใจ	๔๕ คน	- ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม ๓๐ บาท x ๒ มื้อ x ๔๕ คน เป็นเงิน ๒,๗๐๐ บาท - ค่าอาหารกลางวัน ๗๐ บาท x ๔๕ คน เป็นเงิน ๓,๑๕๐ บาท - ค่าวิทยากร ๖๐๐ บาท x ๖ ชั่วโมง เป็นเงิน ๓,๖๐๐ บาท	๑๙ พ.ค.๖๖
๔. เวทีแลกเปลี่ยนเรียนรู้ และตรวจ ประเมินสภาวะสุขภาพหลังกลับจากการ ประกอบพิธีฮัจย์	๔๕ คน	- ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม ๓๐ บาท x ๒ มื้อ x ๔๕ คน เป็นเงิน ๒,๗๐๐ บาท - ค่าอาหารกลางวัน ๗๐ บาท x ๔๕ คน เป็นเงิน ๓,๑๕๐ บาท - ค่าวิทยากร ๖๐๐ บาท x ๖ ชั่วโมง เป็นเงิน ๓,๖๐๐ บาท	๕ ส.ค.๖๖
* ถัวเฉลี่ยค่าใช้จ่ายทุกรายการ		รวมเป็นเงินทั้งสิ้น..... ๒๘,๓๕๐.....บาท	
๑๖. ผลที่คาดว่าจะได้รับ ผู้แสวงบุญ(ศุดญาติ) มีความพร้อมด้านร่างกายจิตใจและสามารถปฏิบัติตัวในการดูแลสุขภาพกายสุขภาพใจ ในขณะที่มีความรู้ด้านพิธีการทางศาสนา ที่จะสามารถประกอบพิธีฮัจย์ ได้อย่างครบถ้วนสมบูรณ์ ไม่เกิดปัญหาทางสุขภาพ และสามารถถ่ายทอดแก่ ชนรุ่นหลังต่อไปได้			

## ๑๗. สรุปแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม

(ผู้เสนอฯ ลงรายละเอียด โดยในแต่ละข้อย่อยให้เลือกเพียง ๑ รายการที่เป็นรายการหลักสำหรับใช้ในการจำแนกประเภทเท่านั้น เพื่อให้เจ้าหน้าที่ อปท. บันทึกข้อมูลลงโปรแกรมกองทุนฯ เมื่อได้รับอนุมัติแล้ว)



- ๑๗.๔.๒.๒ การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- ๑๗.๔.๒.๓ การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
- ๑๗.๔.๒.๔ การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- ๑๗.๔.๒.๕ การส่งเสริมพัฒนาการตามวัย/กระบวนการเรียนรู้/ความฉลาดทางปัญญาและอารมณ์
- ๑๗.๔.๒.๖ การส่งเสริมการได้รับวัคซีนป้องกันโรคตามวัย
- ๑๗.๔.๒.๗ การส่งเสริมสุขภาพช่องปาก
- ๑๗.๔.๒.๘ อื่นๆ (ระบุ) .....
- ๑๗.๔.๓ กลุ่มเด็กวัยเรียนและเยาวชน
  - ๑๗.๔.๓.๑ การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
  - ๑๗.๔.๓.๒ การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
  - ๑๗.๔.๓.๓ การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
  - ๑๗.๔.๓.๔ การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
  - ๑๗.๔.๓.๕ การส่งเสริมพัฒนาการตามวัย/กระบวนการเรียนรู้/ความฉลาดทางปัญญาและอารมณ์
  - ๑๗.๔.๓.๖ การส่งเสริมการได้รับวัคซีนป้องกันโรคตามวัย
  - ๑๗.๔.๓.๗ การป้องกันและลดปัญหาด้านเพศสัมพันธ์/การตั้งครภไม่พร้อม
  - ๑๗.๔.๓.๘ การป้องกันและลดปัญหาด้านสารเสพติด/ยาสูบ/เครื่องดื่มแอลกอฮอล์
  - ๑๗.๔.๓.๙ อื่นๆ (ระบุ) .....
- ๑๗.๔.๔ กลุ่มวัยทำงาน
  - ๑๗.๔.๔.๑ การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
  - ๑๗.๔.๔.๒ การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
  - ๑๗.๔.๔.๓ การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
  - ๑๗.๔.๔.๔ การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
  - ๑๗.๔.๔.๕ การส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพในกลุ่มวัยทำงานและการปรับเปลี่ยนสิ่งแวดล้อมในการทำงาน
  - ๑๗.๔.๔.๖ การส่งเสริมการดูแลสุขภาพจิตแก่กลุ่มวัยทำงาน
  - ๑๗.๔.๔.๗ การป้องกันและลดปัญหาด้านเพศสัมพันธ์/การตั้งครภไม่พร้อม
  - ๑๗.๔.๔.๘ การป้องกันและลดปัญหาด้านสารเสพติด/ยาสูบ/เครื่องดื่มแอลกอฮอล์
  - ๑๗.๔.๔.๙ อื่นๆ (ระบุ) .....
- ๑๗.๔.๕.๑ กลุ่มผู้สูงอายุ
  - ๑๗.๔.๕.๑.๑ การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
  - ๑๗.๔.๕.๑.๒ การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
  - ๑๗.๔.๕.๑.๓ การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
  - ๑๗.๔.๕.๑.๔ การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
  - ๑๗.๔.๕.๑.๕ การส่งเสริมพัฒนาทักษะทางกายและใจ
  - ๑๗.๔.๕.๑.๖ การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะซึมเศร้า
  - ๑๗.๔.๕.๑.๗ การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะข้อเข่าเสื่อม
  - ๑๗.๔.๕.๑.๘ อื่นๆ (ระบุ) .....

- ๑๗.๔.๕.๒ กลุ่มผู้ป่วยโรคเรื้อรัง
- ๑๗.๔.๕.๒.๑ การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
  - ๑๗.๔.๕.๒.๒ การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
  - ๑๗.๔.๕.๒.๓ การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
  - ๑๗.๔.๕.๒.๔ การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
  - ๑๗.๔.๕.๒.๕ การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูง
  - ๑๗.๔.๕.๒.๖ การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคหัวใจ
  - ๑๗.๔.๕.๒.๗ การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคหลอดเลือดสมอง
  - ๑๗.๔.๕.๒.๘ การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคมะเร็ง
  - ๑๗.๔.๕.๒.๙ อื่นๆ (ระบุ) .....
- ๑๗.๔.๖ กลุ่มคนพิการและทุพพลภาพ
- ๑๗.๔.๖.๑ การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
  - ๑๗.๔.๖.๒ การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
  - ๑๗.๔.๖.๓ การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
  - ๑๗.๔.๖.๔ การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
  - ๑๗.๔.๖.๕ การส่งเสริมพัฒนาทักษะทางกายและใจ
  - ๑๗.๔.๖.๖ การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะซึมเศร้า
  - ๑๗.๔.๖.๗ การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะข้อเข่าเสื่อม
  - ๑๗.๔.๖.๘ อื่นๆ (ระบุ) .....
- ๑๗.๔.๗ กลุ่มประชาชนทั่วไปที่มีภาวะเสี่ยง
- ๑๗.๔.๗.๑ การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
  - ๑๗.๔.๗.๒ การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
  - ๑๗.๔.๗.๓ การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
  - ๑๗.๔.๗.๔ การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
  - ๑๗.๔.๗.๕ การส่งเสริมการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมและสิ่งแวดล้อมที่มีผลกระทบต่อสุขภาพ
  - ๑๗.๔.๗.๖ อื่นๆ (ระบุ) .....
- ๑๗.๔.๘ สำหรับการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ ๑๐(๔)]
- ๑๒.๗.๘.๑ อื่นๆ (ระบุ) .....

ลงชื่อ ..... ผู้เสนอโครงการ

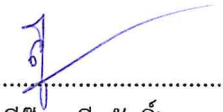
(.....นางสดนิสา เจ๊ะอุบง.....)


ตำแหน่ง ....ผอ.รพ.สต.สะตาวา....

วันที่-เดือน-พ.ศ. .... 10 พ.ค. 2566 .....

เห็นชอบ

อนุมัติ

ลงชื่อ .....  


ลงชื่อ.....  


(นางสารีปิยะ ศรีสวัสดิ์)

(นายสิทธิชัย เจะอุบง)

ปลัดองค์การบริหารส่วนตำบลสะตาวา

นายกองค์การบริหารส่วนตำบลสะตาวา

(เลขานุการกองทุนฯ)

(ประธานกรรมการกองทุนฯ)

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

ตามมติการประชุมคณะกรรมการกองทุนหลักประกันสุขภาพ.....ณท. ส.๓๖๑  
ครั้งที่ ๒ / ๒๕๖๖ เมื่อวันที่ 10 พ.ค. 2566 ผลการพิจารณาแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม ...โครงการ  
ส่งเสริมสุขภาพกายสุขภาพใจ เสริมคุณค่าอัจฉริยะ ปี ๒๕๖๖...ดังนี้

อนุมัติงบประมาณ เพื่อสนับสนุนแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม จำนวน ..... ๒๘,๓๕๐..... บาท  
เพราะ .....

ไม่อนุมัติงบประมาณ เพื่อสนับสนุนแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม  
เพราะ .....

หมายเหตุเพิ่มเติม (ถ้ามี) .....

ให้รายงานผลความสำเร็จของแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม ตามแบบฟอร์ม (ส่วนที่ ๓) ภายในวันที่  
30 ก.ย. 2566

ลงชื่อ .....  
(นายสิทธิชัย เจะอบง)  
ตำแหน่ง นายกองค์การบริหารส่วนตำบลสะเดา  
วันที่-เดือน-พ.ศ. 10 พ.ค. 2566

กำหนดการประชุมวางแผนการปฏิบัติงานในโครงการส่งเสริมสุขภาพกายสุขภาพใจ เสริมคุณค่าฮัจย์ ปี ๒๕๖๖  
 ห้องประชุมโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลสะดาว อำเภอยะรัง จังหวัดปัตตานี  
 วันที่ ๑๘ - ๑๙ พฤษภาคม ๒๕๖๖

**กิจกรรมอบรม** ให้ความรู้เรื่องการดูแลสุขภาพของผู้แสวงบุญ(ฮัจญ์)

วันที่ ๑๘ พฤษภาคม ๒๕๖๖

- ๐๘.๐๐ น. - ๐๘.๓๐ น. ลงทะเบียนผู้เข้าร่วมกิจกรรม
- ๐๘.๓๐ น. - ๐๙.๐๐ น. พิธีเปิด โดย ผอ.รพ.สต.สะดาว
- ๐๙.๐๐ น. - ๑๒.๐๐ น. โรคเรื้อรังกับการเดินทางไปแสวงบุญ  
 โดย วิทยากร...นางปัสยะห์ ยานยา...  
 พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ
- ๑๓.๐๐ น. - ๑๖.๐๐ น. การดูแลรักษาสุขภาพ ก่อนเดินทาง ขณะพำนักในมัสกฮ และหลังเดินทางกลับจาก  
 ประกอบพิธีฮัจย์  
 โดย วิทยากร...นางสาวแวซ้าซีเยะ ปารามัล...  
 พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ
- ๑๖.๐๐ น. - ๑๖.๑๐ น. ปิดการอบรม โดย ผอ.รพ.สต.สะดาว

**กิจกรรมอบรม** ให้ความรู้เรื่องการปฏิบัติศาสนกิจการประกอบพิธีฮัจย์ อย่างถูกต้องสมบูรณ์แก่ของผู้แสวงบุญ(ฮัจญ์)

วันที่ ๑๙ พฤษภาคม ๒๕๖๖

- ๐๘.๐๐ น. - ๐๙.๓๐ น. ลงทะเบียนผู้เข้าร่วมกิจกรรม
- ๐๙.๐๐ น. - ๑๒.๐๐ น. กิจกรรมสนทนาและการฝึกปฏิบัติสร้างสมาธิ  
 บรรยาย "สุขภาพจิตและสัญญาณเตือนการเกิดความเครียดกังวล"  
 บรรยาย "การประเมินสุขภาพจิตตนเองและการดูแลจิตใจตนเองขณะไปประกอบพิธีฮัจญ์"  
 ชักถามข้อสงสัย เสนอแนะข้อคิดเห็น และสรุป.....  
 โดย วิทยากร....นส.อัลอัสมา เจะอุบง....  
 นักจิตวิทยาชำนาญการ โรงพยาบาลยะรัง
- ๑๓.๐๐ น. - ๑๖.๐๐ น. เสริมพลังใจ เตรียมความพร้อมด้วยการปฏิบัติศาสนกิจฮัจย์  
 โดย วิทยากร....อาจารย์ก้อเซ็ง ดอนิ....  
 อาจารย์ประจำสถาบันศึกษาปอเนาะแสงธรรมวิทยา
- ๑๖.๐๐ น. - ๑๖.๑๐ น. ปิดการอบรม โดย ผอ.รพ.สต.สะดาว

**หมายเหตุ** : พักรับประทานอาหารว่างและเครื่องดื่มเวลา ๑๐.๓๐ น. และ ๑๔.๓๐ น.  
 พักรับประทานอาหารกลางวันเวลา ๑๒.๐๐ น.



กิจกรรมอบรม. เวทีแลกเปลี่ยนเรียนรู้ และตรวจประเมินภาวะสุขภาพหลังกลับจากการประกอบพิธีฮัจย์  
วันที่ ๕ สิงหาคม ๒๕๖๖

- |                     |   |
|---------------------|---|
| ๐๘.๐๐ น. - ๐๘.๓๐ น. | ลงทะเบียนผู้เข้าร่วมกิจกรรม   |
| ๐๘.๓๐ น. - ๐๙.๐๐ น. | พิธีเปิด โดย ผอ.รพ.สต.สะดาวา  |
| ๐๙.๐๐ น. - ๑๒.๐๐ น. | ตรวจคัดกรองและประเมินโรคเรื้อรังผู้เดินทางกลับจากแสวงบุญและการปฏิบัติตัวลด<br>ความเสี่ยงโรคเรื้อรัง กับการป้องกันภาวะแทรกซ้อน<br>โดย วิทยากร...นางปัสยะห์ ยานยา...<br>พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ |
| ๑๓.๐๐ น. - ๑๖.๐๐ น. | การดูแลรักษาสุขภาพ กับการป้องกันโรคติดต่อ หลังเดินทางกลับจาก<br>ประกอบพิธีฮัจย์<br>โดย วิทยากร...นางสาวแว้งชี่ยะ ปารามัล...<br>พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ  |
| ๑๖.๐๐ น. - ๑๖.๓๐ น. | ปิดการอบรม โดย ผอ.รพ.สต.สะดาวา  |