

แบบเสนอแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม กองทุนหลักประกันสุขภาพ เทศบาลนครสงขลา

เรื่อง ขอเสนอ โครงการพัฒนาคุณภาพชีวิตแบบองค์รวมศูนย์พัฒนาคุณภาพชีวิตและส่งเสริมอาชีพผู้สูงอายุ เทศบาลนครสงขลา

เรียน ประธานกรรมการกองทุนหลักประกันสุขภาพ เทศบาลนครสงขลา

ด้วย ศูนย์พัฒนาคุณภาพชีวิตและส่งเสริมอาชีพผู้สูงอายุ เทศบาลนครสงขลา มีความประสงค์จะจัดทำโครงการพัฒนาคุณภาพชีวิตแบบองค์รวมศูนย์พัฒนาคุณภาพชีวิตและส่งเสริมอาชีพผู้สูงอายุ เทศบาลนครสงขลา ในปีงบประมาณ ๒๕๖๗ โดยขอรับการสนับสนุนงบประมาณจากกองทุนหลักประกันสุขภาพ เป็นเงิน ๓๙,๗๐๐ บาท โดยมีรายละเอียด ดังนี้

ส่วนที่ ๑ : รายละเอียดแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม (สำหรับผู้เสนอฯ ลงรายละเอียด)

หลักการและเหตุผล

การพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุต้องทำให้ครบทั้ง ๕ มิติคือการสร้างเสริมสุขภาพกาย - จิต เศรษฐกิจ สังคม สิ่งแวดล้อม นันทนาการ และการใช้เทคโนโลยีด้านดิจิทัล เป็นสิ่งสำคัญที่จะทำให้ผู้สูงอายุได้รับการพัฒนาคุณภาพชีวิต ทำให้ผู้สูงอายุมีสุขภาพกาย สุขภาพจิตที่ดี มีรายได้อยู่ในสังคมอย่างมีศักดิ์ศรี มีความสุข ไม่เป็นภาระแก่ลูกหลาน

ศูนย์พัฒนาคุณภาพชีวิตและส่งเสริมอาชีพผู้สูงอายุ เทศบาลนครสงขลา เห็นความสำคัญในการพัฒนาคุณภาพชีวิตใน ๕ มิติ จึงจัดให้มีการอบรมส่งเสริมสุขภาพเชิงปฏิบัติการ เพื่อให้ความรู้แก่ผู้สูงอายุทั้ง ๕ มิติอันประกอบด้วย

- มิติที่ ๑ การสร้างเสริมสุขภาพกาย - จิต
- มิติที่ ๒ ด้านเศรษฐกิจ
- มิติที่ ๓ ด้านสังคมและสิ่งแวดล้อม
- มิติที่ ๔ นันทนาการ
- มิติที่ ๕ การใช้เทคโนโลยีดิจิทัล

๑.วัตถุประสงค์

- ๑. เพื่อให้ผู้สูงอายุมีสุขภาพกาย สุขภาพจิตที่ดี ฝึกการจำเป็นระบบ และสามารถร่วมทำงานเป็นหมู่คณะได้
- ๒. เพื่อส่งเสริมให้ผู้สูงอายุมีความรู้เรื่องอาหารและโภชนาที่ส่งผลต่อการมีสุขภาพที่ดี
- ๓. เพื่อให้ผู้สูงอายุก้าวทันเทคโนโลยีด้านดิจิทัล และสามารถนำความรู้ที่ได้มาปรับใช้เพื่อลดความวิตกกังวล ลดความเครียดได้
- ๔. เพื่อให้ผู้สูงอายุใช้ดนตรีบำบัด ฝึกสมอง ฝึกการจำ และมีการเคลื่อนไหวร่างกายด้วยเสียงเพลง ช่วยลดปัญหาโรคซึมเศร้าในผู้สูงอายุ

๒.ตัวชี้วัดความสำเร็จของโครงการ (ร้อยละ)

- ๑. ผู้สูงอายุที่เข้าร่วมอบรมร้อยละ ๘๐ ลดภาวะโรคซึมเศร้าได้
- ๒. ผู้สูงอายุที่เข้าร่วมโครงการสามารถทำอาหารเพื่อสุขภาพทานเองได้
- ๓. ผู้สูงอายุที่เข้าร่วมอบรมร้อยละ ๘๐ รู้เท่าทันเทคโนโลยี รู้เท่าทันมิจฉาชีพ ลดความวิตกกังวล
- ๔. ผู้สูงอายุที่เข้าร่วมอบรมร้อยละ ๘๐ ใช้ดนตรีบำบัด ห่างไกลจากโรค และอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข

๓.วิธีดำเนินการ

- ๑. ประชุมเตรียมการคณะกรรมการศูนย์พัฒนาคุณภาพชีวิตและส่งเสริมอาชีพผู้สูงอายุ เทศบาลนครสงขลา
- ๒. จัดทำโครงการเสนอกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลนครสงขลา
- ๓. ประสานวิทยากร

/ ๔.ประชาสัมพันธ์...

๔. ประชาสัมพันธ์โครงการ/พร้อมเปิดรับสมัครผู้สูงอายุในเขตเทศบาลนครสงขลา
๕. เตรียมจัดหาวัสดุอุปกรณ์สำหรับการใช้อบรม
๖. ติดตามประเมินผลตามตัวชี้วัดและสรุปผลโครงการและเผยแพร่ข้อมูล

ขั้นตอนดำเนินการ

๑. จัดอบรมเชิงปฏิบัติการ การพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในกิจกรรม ๕ มิติ

ขั้นสรุปผลและประเมินผล

ติดตามประเมินผลตามตัวชี้วัดและจัดทำรายงานสรุปผลการดำเนินงานตามโครงการ พร้อมจัดส่งรายงานผลการดำเนินงานให้คณะกรรมการกองทุนทราบเมื่อเสร็จสิ้นโครงการ
แผนการปฏิบัติงาน

๕.กลุ่มเป้าหมาย ผู้สูงอายุในเขตเทศบาลนครสงขลาจำนวน ๖๐ คน โดยแบ่งเป็น ๒ กิจกรรมๆ ละ ๓๐ คน

ลำดับ ที่	วิธีการ/ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม	ระยะเวลาดำเนินการ										
		พ.ย. ๖๖	ธ.ค. ๖๖	ม.ค. ๖๗	ก.พ. ๖๗	มี.ค. ๖๗	เม.ย. ๖๗	พ.ค. ๖๗	มิ.ย. ๖๗	ก.ค. ๖๗	ส.ค. ๖๗	ก.ย. ๖๗
๑.	จัดประชุมคณะกรรมการ			↔								
๒.	จัดทำโครงการเสนอกองทุนหลักประกัน สุขภาพฯ			↔								
๓.	ประสานวิทยากร				↔							
๔.	ประชาสัมพันธ์โครงการ/พร้อมเปิดรับ สมัครผู้สูงอายุในเขตเทศบาลนครสงขลา				↔							
๕.	เตรียมจัดหาวัสดุอุปกรณ์สำหรับการใช้ อบรม				↔							
๖.	๑.จัดอบรมเชิงปฏิบัติการ การพัฒนา คุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในกิจกรรม ๕ มิติ (จำนวน ๕ ครั้ง)							↔				
๖	ติดตามประเมินผลตามตัวชี้วัดและสรุปผล โครงการและเผยแพร่ข้อมูล										↔	

๕.ระยะเวลาดำเนินการ กุมภาพันธ์ - กันยายน ๒๕๖๗

๖.สถานที่ดำเนินการ ศูนย์พัฒนาคุณภาพชีวิตและส่งเสริมอาชีพผู้สูงอายุ เทศบาลนครสงขลา / สวน ๗๒ พรรษา

๗.งบประมาณ

จากงบประมาณกองทุนหลักประกันสุขภาพ เทศบาลนครสงขลา จำนวน ๓๙,๗๐๐ บาท รายละเอียด ดังนี้
กิจกรรมที่ ๑ การอบรมให้ความรู้เรื่องการทำอาหารเพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุและการใช้เทคโนโลยีดิจิทัล

- ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม ๓๐ บาท x ๓๐ คน x ๒ มื้อ เป็นเงิน ๑,๘๐๐ บาท
- ค่าอาหารกลางวัน ๖๐ บาท x ๓๐ คน x ๑ มื้อ เป็นเงิน ๑,๘๐๐ บาท
- ค่าตอบแทนวิทยากร ๖๐๐ บาท x ๕ ชั่วโมง เป็นเงิน ๓,๐๐๐ บาท
- ค่าชุดอุปกรณ์สาธิตในการทำอาหาร เป็นเงิน ๒,๐๐๐ บาท

กิจกรรมที่ ๒ กิจกรรมอบรมเชิงปฏิบัติการสืลาศเพื่อสุขภาพ

- ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม ๓๐ บาท x ๓๐ คน x ๖ มื้อ	เป็นเงิน	๕,๔๐๐ บาท
- ค่าอาหารกลางวัน ๖๐ บาท x ๓๐ คน x ๓ มื้อ	เป็นเงิน	๕,๔๐๐ บาท
- ค่าตอบแทนวิทยากร ๖๐๐ บาท x ๒ คน x ๕ ชั่วโมง x ๓ วัน	เป็นเงิน	๑๘,๐๐๐ บาท
- วัสดุอุปกรณ์	เป็นเงิน	๒,๐๐๐ บาท
- ค่าจัดทำรูปเล่ม ๑๕๐ บาท x ๒ เล่ม	เป็นเงิน	๓๐๐ บาท

รวมเป็นเงินทั้งสิ้น จำนวน ๓๙,๗๐๐ บาท

๘. ประเมินผล

๑. ประเมินจากการเปลี่ยนแปลงความรู้ ทักษะ ทักษะ การทำตัวชีวิตของผู้สูงอายุ
๒. ติดตามการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุที่ได้รับการอบรมเดือนละครั้ง

๙. ผลที่คาดว่าจะได้รับ

๑. ผู้สูงอายุมีสุขภาพกาย สุขภาพจิต ดูแลตนเองได้ ห่างไกลโรคซึมเศร้า
๒. ผู้สูงอายุเข้าใจในเรื่องการทำอาหารเพื่อสุขภาพและนำมาปรับใช้ในชีวิตประจำวัน
๓. ผู้สูงอายุมีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น
๔. ผู้สูงอายุสามารถรับรู้ข่าวสารจากสื่อต่างๆ และรู้ทันกลโกงของมิจฉาชีพ
๕. ผู้สูงอายุได้มีกิจกรรมต่อเนื่องและยั่งยืน

๑๐. สรุปแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม

(ผู้เสนอฯ ลงรายละเอียดเพื่อให้เจ้าหน้าที่ อปท.บันทึกข้อมูลลงโปรแกรมกองทุนฯเมื่อได้รับอนุมัติแล้ว โดยสามารถลงรายการได้มากกว่า ๑ รายการ สำหรับใช้ในการจำแนกประเภทเท่านั้น)

๑๐.๑ หน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มประชาชน ที่รับผิดชอบโครงการกิจกรรม (ตามประกาศฯ พ.ศ. ๒๕๖๑ ข้อ ๑๐)

ชื่อ (หน่วยงาน / องค์กร / กลุ่มประชาชน)

- ๑. หน่วยบริการหรือสถานบริการสาธารณสุข เช่น รพ.สต. [ข้อ ๑๐ (๑)]
- ๒. หน่วยงานสาธารณสุข เช่น อปท. [ข้อ ๑๐ (๑)]
- ๓. หน่วยงานสาธารณสุขอื่นของรัฐ เช่น สสอ. [ข้อ ๑๐ (๑)]
- ๔. หน่วยงานอื่นๆ ที่ไม่ใช่หน่วยงานสาธารณสุข เช่น โรงเรียน [ข้อ ๑๐ (๒)]
- ๕. องค์กรหรือกลุ่มประชาชน [ข้อ ๑๐ (๒)]
- ๖. ศูนย์ฯหรือหน่วยงานที่รับผิดชอบศูนย์ฯ [ข้อ ๑๐ (๓)]
- ๗. องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น (อปท.) [ข้อ ๑๐ (๔)]

๑๐.๒ ประเภทการสนับสนุน (ตามประกาศฯ พ.ศ. ๒๕๖๑ ข้อ ๑๐)

- ๑. สนับสนุนและส่งเสริมการจัดบริการสาธารณสุขของหน่วยบริการ สถานบริการหรือหน่วยงานสาธารณสุข [ข้อ ๑๐ (๑)]
- ๒. สนับสนุนและส่งเสริมการจัดกระบวนการหรือกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพ และการป้องกันโรคขององค์กรหรือกลุ่มประชาชน [ข้อ ๑๐ (๒)]

/๓. สนับสนุน...

- ๓. สนับสนุนและส่งเสริมการจัดบริการสาธารณสุขของศูนย์ฯ หรือหน่วยงานที่รับผิดชอบของศูนย์ฯ ศูนย์ฯ (เด็กเล็ก/ผู้สูงอายุ/คนพิการ) [ข้อ ๑๐ (๓)]
- ๔. สนับสนุนการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ ๑๐ (๔)]
- ๕. สนับสนุนและส่งเสริมกิจกรรมกรณีเกิดโรคระบาดหรือภัยพิบัติ [ข้อ ๑๐ (๕)]

๑๐.๓ กลุ่มเป้าหมายหลัก

- ๑. กลุ่มหญิงตั้งครรภ์และหญิงหลังคลอด จำนวน.....คน
- ๒. กลุ่มเด็กเล็กและเด็กก่อนวัยเรียน จำนวน.....คน
- ๓. กลุ่มเด็กวัยเรียนและเยาวชน จำนวน.....คน
- ๔. กลุ่มวัยทำงาน จำนวน.....คน
- ๕. กลุ่มผู้สูงอายุ จำนวน.....๖๐.....คน
- ๖. กลุ่มผู้ป่วยโรคเรื้อรัง จำนวน.....คน
- ๗. กลุ่มคนพิการและทุพพลภาพ จำนวน.....คน
- ๘. กลุ่มประชาชนทั่วไปที่มีภาวะเสี่ยง จำนวน.....คน
- ๙. สำหรับการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ ๑๐ (๔)]
- ๑๐. กลุ่มอื่นๆ (ระบุ) จำนวน.....คน

๑๐.๔ กิจกรรมหลักตามกลุ่มเป้าหมายหลัก

๑๐.๔.๑ กลุ่มหญิงตั้งครรภ์และหญิงหลังคลอด

- ๑. การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
- ๒. การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- ๓. การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพก่อนคลอดและหลังคลอด
- ๔. การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- ๕. การส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่
- ๖. การคัดกรองและดูแลรักษามะเร็งปากมดลูกและมะเร็งเต้านม
- ๗. การส่งเสริมสุขภาพช่องปาก
- ๘. อื่นๆ (ระบุ)

๑๐.๔.๒ กลุ่มเด็กเล็กและเด็กก่อนวัยเรียน

- ๑. การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
- ๒. การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- ๓. การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
- ๔. การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- ๕. การส่งเสริมพัฒนาการตามวัย/กระบวนการเรียนรู้/ความฉลาดทางปัญญาและอารมณ์
- ๖. การส่งเสริมการได้รับวัคซีนป้องกันโรคตามวัย
- ๗. การส่งเสริมสุขภาพช่องปาก

๘. อื่นๆ (ระบุ)

๑๐.๔.๓ กลุ่มเด็กวัยเรียนและเยาวชน

- ๑. การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
- ๒. การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- ๓. การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
- ๔. การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- ๕. การส่งเสริมพัฒนาการตามวัย/กระบวนการเรียนรู้/ความฉลาดทางปัญญาและอารมณ์
- ๖. การส่งเสริมการได้รับวัคซีนป้องกันโรคตามวัย
- ๗. การป้องกันและลดปัญหาด้านเพศสัมพันธ์/การตั้งครรภ์ไม่พร้อม
- ๘. การป้องกันและลดปัญหาด้านสารเสพติด/ยาสูบ/เครื่องดื่มแอลกอฮอล์
- ๙. อื่นๆ (ระบุ)

๑๐.๔.๔ กลุ่มวัยทำงาน

- ๑. การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
- ๒. การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- ๓. การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
- ๔. การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- ๕. การส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพในกลุ่มวัยทำงานและการปรับเปลี่ยนสิ่งแวดล้อมในการทำงาน
- ๖. การส่งเสริมการดูแลสุขภาพจิตแก่กลุ่มวัยทำงาน
- ๗. การป้องกันและลดปัญหาด้านเพศสัมพันธ์/การตั้งครรภ์ไม่พร้อม
- ๘. การป้องกันและลดปัญหาด้านสารเสพติด/ยาสูบ/เครื่องดื่มแอลกอฮอล์
- ๙. อื่นๆ (ระบุ)

๑๐.๔.๕ กลุ่มผู้สูงอายุ

- ๑. การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
- ๒. การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- ๓. การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
- ๔. การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- ๕. การส่งเสริมพัฒนาทักษะทางกายและใจ
- ๖. การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะซึมเศร้า
- ๗. การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะข้อเข่าเสื่อม
- ๘. อื่นๆ (ระบุ)

๑๐.๔.๖ กลุ่มผู้ป่วยโรคเรื้อรัง

- ๑. การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
- ๒. การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- ๓. การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
- ๔. การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- ๕. การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูง

- ๖. การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคหัวใจ
- ๗. การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคหลอดเลือดสมอง
- ๘. การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคมะเร็ง
- ๙. อื่นๆ (ระบุ)

๑๐.๔.๗ กลุ่มคนพิการและทุพพลภาพ

- ๑. การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
- ๒. การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- ๓. การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
- ๔. การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- ๕. การส่งเสริมพัฒนาทักษะทางกายและใจ
- ๖. การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะซึมเศร้า
- ๗. การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะข้อเข่าเสื่อม
- ๘. อื่นๆ (ระบุ)

๑๐.๔.๘ กลุ่มประชาชนทั่วไปที่มีภาวะเสี่ยง


- ๑. การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
- ๒. การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- ๓. การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
- ๔. การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- ๕. การส่งเสริมการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมและสิ่งแวดล้อมที่มีผลกระทบต่อสุขภาพ
- ๖. อื่นๆ (ระบุ)

๑๐.๔.๙ สำหรับการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ ๑๐ (๔)]

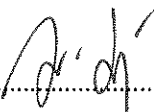
- ๑. ค่าใช้จ่ายในการประชุม
- ๒. ค่าใช้จ่ายในการเดินทาง
- ๓. ค่าใช้จ่ายในการอบรม / พัฒนาศักยภาพ
- ๔. ค่าวัสดุ / ครุภัณฑ์
- ๕. ค่าใช้จ่ายอื่น (ระบุ).....

๑๐.๔.๑๐ กลุ่มอื่นๆ (ระบุ).....

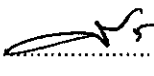
- ๑. อื่นๆ (ระบุ).....

ลงชื่อ  ผู้เสนอโครงการ
(นางพรรณณี พรหมอ่อน)

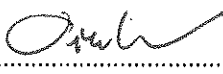
ประธานศูนย์พัฒนาคุณภาพชีวิตและส่งเสริมอาชีพผู้สูงอายุ เทศบาลนครสงขลา
วันที่-เดือน-พ.ศ. 19 มี.ค. 67

ลงชื่อ  ผู้เสนอโครงการ
(นายมานพ รัตนคุณ)

พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ
วันที่-เดือน-พ.ศ. 19 มี.ค. 67

ลงชื่อ .พ.จ.อ.  ผู้เห็นชอบโครงการ
(สกล วัฒนอัมพร)

หัวหน้าฝ่ายส่งเสริมสุขภาพ
วันที่-เดือน-พ.ศ. 1 เมษายน ๖๗

ลงชื่อ  ผู้เห็นชอบโครงการ
(นางสาววิชิตา สุคนธปติภาค)

ตำแหน่ง ผู้อำนวยการกองสาธารณสุขและสิ่งแวดล้อม
วันที่-เดือน-พ.ศ. 1 เมษายน ๖๗

กำหนดการ

โครงการพัฒนาคุณภาพชีวิตแบบองค์รวมศูนย์พัฒนาคุณภาพชีวิตและส่งเสริมอาชีพผู้สูงอายุเทศบาลนครสงขลา
กิจกรรมอบรมให้ความรู้เรื่องการทำอาหารเพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุและการใช้เทคโนโลยีดิจิทัล

ในวันที่

ณ ศูนย์พัฒนาคุณภาพชีวิตและส่งเสริมอาชีพผู้สูงอายุ เทศบาลนครสงขลา

.....

- เวลา ๐๘.๐๐ - ๐๘.๓๐ น. ลงทะเบียน ณ ศูนย์พัฒนาคุณภาพชีวิตและส่งเสริมอาชีพผู้สูงอายุ เทศบาลนครสงขลา
- เวลา ๐๘.๓๐ - ๐๙.๐๐ น. คณะผู้บริหารกล่าวพบปะสมาชิกที่เข้าสมาชิก
- เวลา ๐๙.๐๐ - ๑๐.๓๐ น. ฟังบรรยายการอบรมให้ความรู้เชิงปฏิบัติการเรื่องการทำอาหารเพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ
โดย.....
- เวลา ๑๐.๓๐ - ๑๐.๔๕ น. พักรับประทานอาหารว่าง
- เวลา ๑๐.๔๕ - ๑๒.๐๐ น. ฝึกปฏิบัติการทำอาหารเพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ (ต่อ)
โดย....
- เวลา ๑๒.๐๐ - ๑๓.๐๐ น. พักรับประทานอาหารกลางวัน
- เวลา ๑๓.๐๐ - ๑๔.๓๐ น. ฟังบรรยายการอบรมให้ความรู้เรื่องการใช้เทคโนโลยีดิจิทัล
โดย.....
- เวลา ๑๔.๓๐ - ๑๔.๔๕ น. พักรับประทานอาหารว่าง
- เวลา ๑๔.๔๕ - ๑๖.๐๐ น. ฟังบรรยายการอบรมให้ความรู้เรื่องการใช้เทคโนโลยีดิจิทัล (ต่อ)
โดย.....
- เวลา ๑๖.๐๐ - ๑๖.๓๐ น. ถาม - ตอบ ปัญหาข้อสงสัย
เสร็จกิจกรรม

.....

กำหนดการ

โครงการพัฒนาคุณภาพชีวิตแบบองค์รวมศูนย์พัฒนาคุณภาพชีวิตและส่งเสริมอาชีพผู้สูงอายุเทศบาลนครสงขลา
กิจกรรมอบรมเชิงปฏิบัติการลีลาศเพื่อสุขภาพ
ระหว่างวันที่

ณ ศูนย์พัฒนาคุณภาพชีวิตและส่งเสริมอาชีพผู้สูงอายุ เทศบาลนครสงขลา
.....

วันที่ ๑

เวลา ๐๘.๐๐ - ๐๘.๓๐ น.

ลงทะเบียน ณ ศูนย์พัฒนาคุณภาพชีวิตและส่งเสริมอาชีพผู้สูงอายุ
เทศบาลนครสงขลา

เวลา ๐๘.๓๐ - ๐๙.๐๐ น.

คณะผู้บริหารกล่าวพบปะสมาชิกที่เข้าสมาชิก

เวลา ๐๙.๐๐ - ๑๐.๓๐ น.

ฟังบรรยายการอบรมให้ความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับการเรียนลีลาศ
โดย.....

เวลา ๑๐.๓๐ - ๑๐.๔๕ น.

พักรับประทานอาหารว่าง

เวลา ๑๐.๔๕ - ๑๒.๐๐ น.

ฟังบรรยายให้ความรู้เรื่องประโยชน์ของการลีลาศเพื่อสุขภาพ
โดย....

เวลา ๑๒.๐๐ - ๑๓.๐๐ น.

พักรับประทานอาหารกลางวัน

เวลา ๑๓.๐๐ - ๑๔.๓๐ น.

ฟังบรรยายการอบรมให้ความรู้เรื่องการแบ่งประเภทลีลาศ
โดย.....

เวลา ๑๔.๓๐ - ๑๔.๔๕ น.

พักรับประทานอาหารว่าง

เวลา ๑๔.๔๕ - ๑๖.๐๐ น.

ฟังบรรยายการอบรมให้ความรู้ ๔ จังหวะลีลาศที่ควรรู้
โดย.....

วันที่ ๒

เวลา ๐๘.๓๐ - ๐๙.๐๐ น.

ลงทะเบียน ณ ศูนย์พัฒนาคุณภาพชีวิตและส่งเสริมอาชีพผู้สูงอายุ
เทศบาลนครสงขลา

เวลา ๐๙.๐๐ - ๑๐.๓๐ น.

ฝึกปฏิบัติการเต้นลีลาศจังหวะบิกิน
โดย.....

เวลา ๑๐.๓๐ - ๑๐.๔๕ น.

พักรับประทานอาหารว่าง

เวลา ๑๐.๔๕ - ๑๒.๐๐ น.

ฝึกปฏิบัติการเต้นลีลาศจังหวะบิกิน (ต่อ)
โดย....

เวลา ๑๒.๐๐ - ๑๓.๐๐ น.

พักรับประทานอาหารกลางวัน

เวลา ๑๓.๐๐ - ๑๔.๓๐ น.

ฝึกปฏิบัติการเต้นลีลาศจังหวะจิงหะจิงหะชะชะซ่า
โดย.....

เวลา ๑๔.๓๐ - ๑๔.๔๕ น.

พักรับประทานอาหารว่าง

เวลา ๑๔.๔๕ - ๑๖.๐๐ น.

ฝึกปฏิบัติการเต้นลีลาศจังหวะจิงหะจิงหะชะชะซ่า (ต่อ)
โดย.....

กำหนดการ

โครงการพัฒนาคุณภาพชีวิตแบบองค์รวมศูนย์พัฒนาคุณภาพชีวิตและส่งเสริมอาชีพผู้สูงอายุเทศบาลนครสงขลา

กิจกรรมอบรมเชิงปฏิบัติการลีลาศเพื่อสุขภาพ

ระหว่างวันที่

ณ ศูนย์พัฒนาคุณภาพชีวิตและส่งเสริมอาชีพผู้สูงอายุ เทศบาลนครสงขลา

.....

วันที่ ๓

เวลา ๐๘.๐๐ - ๐๘.๓๐ น.

ลงทะเบียน ณ ศูนย์พัฒนาคุณภาพชีวิตและส่งเสริมอาชีพผู้สูงอายุ
เทศบาลนครสงขลา

เวลา ๐๙.๐๐ - ๑๐.๓๐ น.

ฝึกปฏิบัติการเต้นลีลาศจังหวะจังหวะวอลทซ์
โดย.....

เวลา ๑๐.๓๐ - ๑๐.๔๕ น.

พักรับประทานอาหารว่าง

เวลา ๑๐.๔๕ - ๑๒.๐๐ น.

ฝึกปฏิบัติการเต้นลีลาศจังหวะจังหวะวอลทซ์ /จังหวะรัมบ้า (ต่อ)
โดย....

เวลา ๑๒.๐๐ - ๑๓.๐๐ น.

พักรับประทานอาหารกลางวัน

เวลา ๑๓.๐๐ - ๑๔.๓๐ น.

ฝึกปฏิบัติการเต้นลีลาศจังหวะจังหวะรัมบ้า
โดย.....

เวลา ๑๔.๓๐ - ๑๔.๔๕ น.

พักรับประทานอาหารว่าง

เวลา ๑๔.๔๕ - ๑๖.๐๐ น.

ทบทวน ๔ จังหวะลีลาศ ที่เรียนรู้
โดย.....

เวลา ๑๖.๐๐ - ๑๖.๓๐ น.

ถาม - ตอบ ปัญหาข้อสงสัย
เสร็จกิจกรรม

.....


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

ตามมติการประชุมคณะกรรมการกองทุนหลักประกันสุขภาพ เทศบาลนครสงขลา ครั้งที่ ...๒... /๒๕๖๗
เมื่อวันที่๒๑..... เดือน...กุมภาพันธ์.....พ.ศ.. ๒๕๖๗.... ผลการพิจารณาแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม ดังนี้

- งบประมาณที่เสนอ จำนวน.....๓๙,๗๐๐..... บาท
- อนุมัติงบประมาณ เพื่อสนับสนุนแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม จำนวน..... ๓๙,๗๐๐....บาท
เพราะ ตรงตามหลักเกณฑ์ วัตถุประสงค์กองทุนฯ
- ไม่อนุมัติงบประมาณ เพื่อสนับสนุนแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม
เพราะ

หมายเหตุเพิ่มเติม (ถ้ามี).....
.....
.....

- ให้รายงานผลความสำเร็จของแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม ตามแบบฟอร์ม (ส่วนที่ ๓)
ภายในวันที่ ๓๐ กันยายน ๒๕๖๗

ลงชื่อ..........ผู้อนุมัติโครงการ
(...นายวันชัย ปริญญาศิริ.....)
นายกเทศมนตรีนครสงขลา
ประธานกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลนครสงขลา
วันที่-เดือน-พ.ศ..... 11 เมษายน ๒๕๖๗.....