**แบบเสนอโครงการกองทุนหลักประกันสุขภาพองค์การบริหารส่วนตำบลเทพา**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **รหัสโครงการ** | **67-L8287-3-14** | |
| **ชื่อโครงการ/กิจกรรม** | โครงการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ ลดหวาน มัน เค็ม เพื่อควบคุมและป้องกันโรคเรื้อรัง | |
| **ชื่อกองทุน** | **กองทุนหลักประกันสุขภาพตำบลเทพา** | |
|  | 🞏สนับสนุนและส่งเสริมการจัดบริการสาธารณสุขของ หน่วยบริการ/สถานบริการ/หน่วยงานสาธารณสุข [ข้อ 10(1)]  🗹สนับสนุนการจัดกระบวนการหรือกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพ และการป้องกันโรคของกลุ่มหรือองค์กรประชาชน/หน่วยงานอื่น [ข้อ 10(2)]  🞏สนับสนุนและส่งเสริมการจัดบริการสาธารณสุขของ ศูนย์เด็กเล็ก/ผู้สูงอายุ/คนพิการ [ข้อ 10(3)]  🞏สนับสนุนการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ 10(4)]  🞏สนับสนุนกรณีเกิดโรคระบาดหรือภัยพิบัติ [ข้อ 10(5)] | |
| ***หน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มคนที่รับผิดชอบโครงการ*** | 🞏หน่วยบริการหรือสถานบริการสาธารณสุข เช่น รพ.สต.  🞏หน่วยงานสาธารณสุขอื่นของ อปท. เช่น กองสาธารณสุขของเทศบาล  🞏หน่วยงานสาธารณสุขอื่นของรัฐ เช่น สสอ.  🞏หน่วยงานอื่นๆ ที่ไม่ใช่หน่วยงานสาธารณสุข เช่น โรงเรียน กองการศึกษาฯ  🗹กลุ่มหรือองค์กรประชาชนตั้งแต่ 5 คน | |
| **ชื่อองค์กร/กลุ่มคน** | ชมรมอาสาสมัครสาธารณสุขหมู่ 6 บ้านป่าโอน  1. นางสาวนฤมล หมันตะเห  2. นางกัลยา นิสัน  3. นางสาวจริญญา มูณี  4. นางสาวนริศรา แลสารี  5. นางอุบล เหร็นเร๊ะ | |
| **วันอนุมัติ** | วันที่ 29 กุมภาพันธ์ 2567 | |
| **ระยะเวลาดำเนินโครงการ** | ตั้งแต่ วันที่...1...เดือน...มีนาคม......พ.ศ...2567......  ถึง วันที่..30....เดือน...กันยายน.........พ.ศ....2567.... | |
| **งบประมาณ** | จำนวน 13,650 บาท (เงินหนึ่งหมื่นสามพันหกร้อยห้าสิบบาทบาทถ้วน) | |
| **หลักการและเหตุผล**  ปัจจุบันโรคเบาหวานและโรคความดันโลหิตสูงเป็นปัญหาสุขภาพที่สำคัญของอำเภอเทพา และมีแนวโน้มที่เพิ่มมากขึ้นทุกปี จากการผลการคัดกรองโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูง ปีงบประมาณ 2566 ประชากรที่มีอายุมากกว่า 35 ปีขึ้นไป ที่คัดกรองโรคความดันโลหิตสูง จำนวน 317 คน พบประชากรกลุ่มเสี่ยงโรคความดันโลหิตสูง 30 คน คิดเป็นร้อยละ 9.46 กลุ่มสงสัยเป็นโรคความดันโลหิตสูงจำนวน 14 คน คิดเป็นร้อยละ 4.42 และประชากรที่มีอายุมากกว่า 3๕ ปีขึ้นไป ที่คัดกรองเบาหวาน จำนวน 349 คน พบประชากรกลุ่มเสี่ยงโรคเบาหวานจำนวน 183 คน คิดเป็นร้อยละ 52.44 กลุ่มสงสัยเป็นโรคเบาหวาน 5 คน คิดเป็นร้อยละ 1.43  การดำเนินงาน ชุมชนลดเสี่ยงลดโรค คือการที่ชุมชนเห็นปัญหา สามารถวิเคราะห์ปัจจัยเสี่ยงต่อสุขภาพของคนในชุมชน นำไปสู่การวางแผนและจัดกิจกรรมต่างๆ ในการที่จะลดปัจจัยเสี่ยงต่างๆลง อันจะนำไปสู่การป้องกันการเกิดโรครายใหม่ในระยะยาว เพื่อลดปัญหาโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง โดยเฉพาะโรคความดันโลหิตสูงและโรคเบาหวาน จำเป็นต้องมีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมตั้งแต่ระดับบุคคล ครอบครัว และชุมชน  ชมรมอาสาสมัครสาธารณสุขหมู่ 6 บ้านป่าโอน จึงได้จัดโครงการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ ลดหวาน มัน เค็ม เพื่อควบคุมและป้องกันโรคเรื้อรัง เพื่อมุ่งหวังให้คนในชุมชน ประชาชนกลุ่มเสี่ยงและกลุ่มป่วยมีความรู้และมีทักษะในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมรวมถึงได้รับการกระตุ้น ส่งเสริม และสนับสนุนการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมในการป้องกันโรคจนสามารถดูแลตนเอง คนในครอบครัวและชุมชน | | |
| **วิธีดำเนินการ**  1. คืนข้อมูลสุขภาพโดย ประชุมชี้แจงร่วมกับอสม. และผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องรับทราบโครงการ  2. ประชาสัมพันธ์โครงการภายในชุมชนให้ทราบกันโดยทั่วถึง  3. กิจกรรมคัดกรองโรคโรคเบาหวาน / ความดันโลหิตสูง  4. จัดกิจกรรมแลกเปลี่ยนเรียนรู้กลุ่มป่วยโรคเบาหวาน / ความดันโลหิตสูง จำนวน 30 คน/เดือน จำนวน 3 ครั้ง  5. จัดกิจกรรมปรับเปลี่ยนพฤติกรรม กลุ่มเสี่ยงเบาหวาน / ความดันโลหิตสูง จำนวน 30 คน/เดือน จำนวน 3 ครั้ง  6. สรุปผลการดำเนินโครงการ | | |
| **ผลที่คาดว่าจะได้รับ**  1. กลุ่มเสี่ยงสูงมีความรู้เกี่ยวกับโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูงและสามารถปฏิบัติพฤติกรรมการดูแลตนเองเพื่อป้องกันโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูงได้อย่างถูกต้องและเหมาะสม  2. จำนวนผู้ป่วยเบาหวาน ความดันโลหิตสูง รายใหม่ลดลง  3. ภาคีเครือข่ายมีส่วนร่วมในการกระตุ้น สร้างกระแส กระบวนการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ | | |
| **เป้าหมาย/วัตถุประสงค์** | | **ตัวชี้วัด** |
| วัตถุประสงค์  1. เพื่อให้ประชาชนกลุ่มเสี่ยงโรคเบาหวาน ความดันโลหิตสูง และกลุ่มป่วยเบาหวานความดันโลหิตสูงได้เข้ากระบวนการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม | | 1. กลุ่มเสี่ยงที่เข้ารับการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ ร้อยละ 50 มีพฤติกรรมทีดีขึ้น |
| 2. เพื่อให้ภาคีเครือข่ายมีส่วนร่วมในกระบวนการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม เพื่อพัฒนาให้เป็นหมู่บ้านต้นแบบการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ และเกิดบุคคลต้นแบบการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ | | 2.สถานบริการมีการดำเนินงานชุมชนต้นแบบด้านการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพอย่างน้อย 1 ชุมชน |

**กิจกรรมการดำเนินการ**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **ชนิดกิจกรรม** | **งบประมาณ** | **ระบุวัน/ช่วงเวลา** |
| **กิจกรรมที่ 1 กิจกรรมคัดกรองโรค โรคเบาหวานและโรคความดันโลหิตสูง**  - กิจกรรมคัดกรองโรคโรคเบาหวาน / ความดันโลหิตสูง แก่ประชาชน 35 ปีขึ้นไป โดย อสม. จำนวน 4 โซน | - ค่าแถบตรวจน้ำตาล 1,500 บ. X 4 กล่อง = 6,000 บ.  - ค่าเอกสารสรุปโครงการ 2 เล่มจำนวนเล่มละ 200 บาท= 400 บ. | กุมภาพันธ์ – กรกฎาคม 2567 |
| **กิจกรรมที่ 2 กิจกรรมแลกเปลี่ยนเรียนรู้กลุ่มป่วยโรคเบาหวาน / ความดันโลหิตสูง**  - กิจกรรมแลกเปลี่ยนเรียนรู้กลุ่มป่วยโรคเบาหวาน / ความดันโลหิตสูง ครั้งละ 30 คน/เดือน จำนวน 3 ครั้ง | - ค่าวิทยากรในตำบล 250 บ. X 3 ช.ม. X 3 ครั้ง = 2,250 บ.  - ค่าอาหารว่าง 25 บ. X 30 คน x 3 ครั้ง = 2,250 บ.  - ค่าไวนิล จำนวน 500 บาท | กุมภาพันธ์ – กันยายน 2567 |
| **กิจกรรมที่ 3 กิจกรรมปรับเปลี่ยนพฤติกรรม กลุ่มเสี่ยงเบาหวาน / ความดันโลหิตสูง**  กิจกรรมปรับเปลี่ยนพฤติกรรม กลุ่มเสี่ยงเบาหวาน / ความดันโลหิตสูง จำนวน 30 คน/เดือน จำนวน 3 ครั้ง | - ค่าอาหารว่าง 25 บ. X 30 คน x 3 ครั้ง = 2,250 บ. | กุมภาพันธ์ – กันยายน  2567 |
|  | **รวม.............13,650............ บาท** |  |

**7. สรุปแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม**

7.1 *หน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มคนที่รับผิดชอบโครงการ* (ตามประกาศคณะกรรมการหลักประกันฯ พ.ศ. 2561 ข้อ 10)

ชื่อหน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มคน **ชมรมอาสาสมัครสาธารณสุข ม.6 ต.เทพา**

7.1.1 หน่วยบริการหรือสถานบริการสาธารณสุข เช่น รพ.สต.

7.1.2 หน่วยงานสาธารณสุขอื่นของ อปท. เช่น กองสาธารณสุขของเทศบาล

7.1.3 หน่วยงานสาธารณสุขอื่นของรัฐ เช่น สสอ.

7.1.4 หน่วยงานอื่นๆ ที่ไม่ใช่หน่วยงานสาธารณสุข เช่น โรงเรียน

🗹 7.1.5 กลุ่มหรือองค์กรประชาชน

7.2 ประเภทการสนับสนุน(ตามประกาศคณะกรรมการหลักประกันฯ พ.ศ. 2561 ข้อ 10)

7.2.1สนับสนุนและส่งเสริมการจัดบริการสาธารณสุขของหน่วยบริการ/สถานบริการ/หน่วยงานสาธารณสุข

[ข้อ 10(1)]

🗹 7.2.2สนับสนุนการจัดกระบวนการหรือกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพ และการป้องกันโรคของกลุ่มหรือองค์กร

ประชาชน/หน่วยงานอื่น [ข้อ 10(2)]

7.2.3สนับสนุนและส่งเสริมการจัดบริการสาธารณสุขของ ศูนย์เด็กเล็ก/ผู้สูงอายุ/คนพิการ [ข้อ 10(3)]

7.2.4สนับสนุนการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ 10(4)]

7.2.5 สนับสนุนกรณีเกิดโรคระบาดหรือภัยพิบัติ [ข้อ 10 (5)]

7.3 กลุ่มเป้าหมายหลัก (ตามแนบท้ายประกาศคณะอนุกรรมการส่งเสริมสุขภาพและป้องกันโรคฯ พ.ศ. 2557)

7.3.1 กลุ่มหญิงตั้งครรภ์และหญิงหลังคลอด จำนวน.............................

7.3.2 กลุ่มเด็กเล็กและเด็กก่อนวัยเรียน จำนวน.............................

7.3.3 กลุ่มเด็กวัยเรียนและเยาวชน จำนวน.............................

7.3.4 กลุ่มวัยทำงาน จำนวน.............................

7.3.5.1 กลุ่มผู้สูงอายุ จำนวน...............................

🗹 7.3.5.2 กลุ่มผู้ป่วยโรคเรื้อรัง จำนวน..... 30......คน........

7.3.6 กลุ่มคนพิการและทุพพลภาพ จำนวน.............................

🗹 7.3.7 กลุ่มประชาชนทั่วไปที่มีภาวะเสี่ยง จำนวน.........30.....คน........

7.3.8 สำหรับการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ 10(4)]

7.4 กิจกรรมหลักตามกลุ่มเป้าหมายหลัก

7.4.1 กลุ่มหญิงตั้งครรภ์และหญิงหลังคลอด

7.4.1.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ

7.4.1.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพและการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง

7.4.1.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพก่อนคลอดและหลังคลอด

7.4.1.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้

7.4.1.5 การส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

7.4.1.6 การคัดกรองและดูแลรักษามะเร็งปากมดลูกและมะเร็งเต้านม

7.4.1.7 การส่งเสริมสุขภาพช่องปาก

7.4.1.8 อื่นๆ (ระบุ)..............................................................................................

7.4.2 กลุ่มเด็กเล็กและเด็กก่อนวัยเรียน

7.4.2.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ

7.4.2.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพและการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง

7.4.2.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ

7.4.2.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้

7.4.2.5 การส่งเสริมพัฒนาการตามวัย/กระบวนการเรียนรู้/ความฉลาดทางปัญญาและอารมณ์

7.4.2.6 การส่งเสริมการได้รับวัคซีนป้องกันโรคตามวัย

7.4.2.7 การส่งเสริมสุขภาพช่องปาก

7.4.2.8 อื่นๆ (ระบุ)...............................................................................................

7.4.3 กลุ่มเด็กวัยเรียนและเยาวชน

7.4.3.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ

7.4.3.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพและการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง

7.4.3.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ

7.4.3.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้

7.4.3.5 การส่งเสริมพัฒนาการตามวัย/กระบวนการเรียนรู้/ความฉลาดทางปัญญาและอารมณ์

7.4.3.6 การส่งเสริมการได้รับวัคซีนป้องกันโรคตามวัย

7.4.3.7 การป้องกันและลดปัญหาด้านเพศสัมพันธ์/การตั้งครรภ์ไม่พร้อม

7.4.3.8 การป้องกันและลดปัญหาด้านสารเสพติด/ยาสูบ/เครื่องดื่มแอลกอฮอร์

7.4.3.9 อื่นๆ (ระบุ)...............................................................................................

7.4.4 กลุ่มวัยทำงาน

7.4.4.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ

7.4.4.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพและการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง

7.4.4.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ

7.4.4.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้

7.4.4.5 การส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพในกลุ่มวัยทำงานและการปรับเปลี่ยนสิ่งแวดล้อมในการทำงาน

7.4.4.6 การส่งเสริมการดูแลสุขภาพจิตแก่กลุ่มวัยทำงาน

7.4.4.7 การป้องกันและลดปัญหาด้านเพศสัมพันธ์/การตั้งครรภ์ไม่พร้อม

7.4.4.8 การป้องกันและลดปัญหาด้านสารเสพติด/ยาสูบ/เครื่องดื่มแอลกอฮอร์

7.4.4.9 อื่นๆ (ระบุ)................................................................................................

7.4.5.1 กลุ่มผู้สูงอายุ

7.4.5.1.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ

7.4.5.1.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพและการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง

7.4.5.1.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ

7.4.5.1.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้

7.4.5.1.5 การส่งเสริมพัฒนาทักษะทางกายและใจ

7.4.5.1.6 การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะซึมเศร้า

7.4.5.1.7 การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะข้อเข่าเสื่อม

7.4.5.1.8 อื่นๆ (ระบุ)............................................................................................

🗹 7.4.5.2 กลุ่มผู้ป่วยโรคเรื้อรัง

🗹 7.4.5.2.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ

🗹 7.4.5.2.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพและการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง

🗹 7.4.5.2.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ

🗹 7.4.5.2.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้

🗹 7.4.5.2.5 การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูง

🗹 7.4.5.2.6 การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคหัวใจ

🗹 7.4.5.2.7 การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคหลอดเลือดสมอง

🗹 7.4.5.2.8 การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคมะเร็ง

🗹 7.4.5.2.9 อื่นๆ (ระบุ)..........................................................................................

7.4.6 กลุ่มคนพิการและทุพพลภาพ

7.4.6.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ

7.4.6.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพและการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง

7.4.6.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ

7.4.6.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้

7.4.6.5 การส่งเสริมพัฒนาทักษะทางกายและใจ

7.4.6.6 การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะซึมเศร้า

7.4.6.7 การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะข้อเข่าเสื่อม

7.4.6.8 อื่นๆ (ระบุ)................................................................................................

🗹7.4.7 กลุ่มประชาชนทั่วไปที่มีภาวะเสี่ยง

🗹 7.4.7.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ

🗹 7.4.7.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพและการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง

🗹 7.4.7.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ

🗹 7.4.7.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้

🗹 7.4.7.5 การส่งเสริมการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมและสิ่งแวดล้อมที่มีผลกระทบต่อสุขภาพ

🗹 7.4.7.6 อื่นๆ (ระบุ).............................................................................................

7.4.8 สำหรับการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ 10(4)]

7.4.8.1 อื่นๆ (ระบุ)...............................................................................................

ลงชื่อ...................................................................ผู้เสนอ/โครงการ/กิจกรรม

(นางสาวนฤมล หมันตะเห)

ตำแหน่ง ประธานชมรมอาสาสมัครสาธารณสุขหมู่ 6 บ้านป่าโอน

วันที่/เดือน/ปี........................................................................................

**ส่วนที่ 2 : ผลการพิจารณาแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม (สำหรับเจ้าหน้าที่ อปท. ที่ได้รับมอบหมายลงรายละเอียด)**

ตามมติการประชุมคณะกรรมการกองทุนหลักประกันสุขภาพ..............องค์การบริหารส่วนตำบลเทพา...................ครั้งที่ 3/2567 เมื่อวันที่ 29 กุมภาพันธ์ 2567 ผลการพิจารณาแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม ดังนี้

**อนุมัติ**งบประมาณ เพื่อสนับสนุนแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม จำนวน.............13,650.............บาท

เพราะ ........................สอดคล้องกับวัตถุประสงค์กองทุน..............................................................

**ไม่อนุมัติ**งบประมาณ เพื่อสนับสนุนแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม

เพราะ ...........................................................................................................................

...............................................................................................................................

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

ให้รายงานผลความสำเร็จของแผนงาน/โครงการ/กิจกรรมตามแบบฟอร์ม **(ส่วนที่ 3 )** ภายใน  
วันที่ …………30..กันยายน...2567……….........

ลงชื่อ....................................................................

(นายณัฐพงค์ ยะนายเดิม)

ตำแหน่ง ประธานกองทุนหลักประกันสุขภาพ

องค์การบริหารส่วนตำบลเทพา

วันที่-เดือน-พ.ศ. ....................................................

**กำหนดการจัดกิจกรรมแลกเปลี่ยนเรียนรู้กลุ่มป่วยโรคเบาหวานและโรคความดันโลหิตสูง**

**วันที่.................เดือน....................................พ.ศ......2567..............**

**ณ อาคารเอนกประสงค์บ้านป่าโอน หมู่ 6 ตำบลเทพา อำเภอเทพา จังหวัดสงขลา**

เวลา 13.00 น. – 13..30 น. ลงทะเบียนผู้เข้าร่วมกิจกรรม

13.30 น. – 15.00 น. กิจกรรมสำรวจตัวตนของกลุ่มป่วยโรคเบาหวานและโรคความดันโลหิตสูง   
โดยนายเสนีย์ นินวน   
ตำแหน่งพยาบาลวิชาชีพชำนาญการ

15.00 น. – 16.00 น. กิจกรรม แลกเปลี่ยนเรียนรู้พฤติกรรมสุขภาพของแต่ละบุคคล

16.00 น. เดินทางกลับโดยสวัสดิภาพ

หมายเหตุ เวลา 14.30 น. – 14.45 น. พักรับประทานอาหารว่าง

เดือนที่ 1 กิจกรรมสำรวจตัวตนของกลุ่มป่วยโรคเบาหวานและโรคความดันโลหิตสูง

เดือนที่ 2 กิจกรรมแลกเปลี่ยนเรียนรู้พฤติกรรมการกิน ของกลุ่มป่วยโรคเบาหวานและโรคความดันโลหิตสูง

เดือนที่ 3 กิจกรรมแลกเปลี่ยนเรียนรู้พฤติกรรมการออกกำลังกาย ของกลุ่มป่วยโรคเบาหวานและโรคความดันโลหิตสูง

**กำหนดการจัดกิจกรรมแลกเปลี่ยนเรียนรู้กลุ่มเสี่ยงโรคเบาหวานและโรคความดันโลหิตสูง**

**วันที่.................เดือน....................................พ.ศ......2567..............**

**ณ อาคารเอนกประสงค์บ้านป่าโอน หมู่ 6 ตำบลเทพา อำเภอเทพา จังหวัดสงขลา**

เวลา 13.00 น. – 13..30 น. ลงทะเบียนผู้เข้าร่วมกิจกรรม

13.30 น. – 15.00 น. กิจกรรมสำรวจตัวตนของกลุ่มป่วยโรคเบาหวานและโรคความดันโลหิตสูง   
โดยนายเสนีย์ นินวน   
ตำแหน่งพยาบาลวิชาชีพชำนาญการ

15.00 น. – 16.00 น. กิจกรรม แลกเปลี่ยนเรียนรู้พฤติกรรมสุขภาพของแต่ละบุคคล

16.00 น. เดินทางกลับโดยสวัสดิภาพ

หมายเหตุ เวลา 14.30 น. – 14.45 น. พักรับประทานอาหารว่าง

เดือนที่ 1 กิจกรรมสำรวจตัวตนของกลุ่มเสี่ยงโรคเบาหวานและโรคความดันโลหิตสูง

เดือนที่ 2 กิจกรรมแลกเปลี่ยนเรียนรู้พฤติกรรมการกิน ของกลุ่มเสี่ยงโรคเบาหวานและโรคความดันโลหิตสูง

เดือนที่ 3 กิจกรรมแลกเปลี่ยนเรียนรู้พฤติกรรมการออกกำลังกาย ของเสี่ยงป่วยโรคเบาหวานและโรคความดันโลหิตสูง