

ที่ ๑๑ / ๒๕๖๑

ชมรมผู้สูงอายุตำบลบาระเหนือ
อำเภอบาเจาะ จังหวัดนราธิวาส
๙ ๖ ๑ ๗ ๐

๑๙ ตุลาคม ๒๕๖๑

เรื่อง ขอส่งโครงการเพื่อขอรับการสนับสนุนงบประมาณ

เรียน ประธานกรรมการกองทุนหลักประกันสุขภาพองค์การบริหารส่วนตำบลบาระเหนือ

สิ่งที่ส่งมาด้วย โครงการส่งเสริมสุขภาพจิตผู้สูงอายุ ประจำปี ๒๕๖๒ จำนวน ๑ ชุด
ด้วยชมรมผู้สูงอายุตำบลบาระเหนือ อำเภอบาเจาะ จังหวัดนราธิวาส มีความประสงค์
ขอรับสนับสนุนงบประมาณกองทุนหลักประกันสุขภาพองค์การบริหารส่วนตำบลบาระเหนือ ตามโครงการ
ส่งเสริมสุขภาพจิตผู้สูงอายุ ประจำปี ๒๕๖๒ เพื่อดำเนินกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพกายและสุขภาพจิตของ
ผู้สูงอายุ นั้น

ในการนี้ ชมรมผู้สูงอายุตำบลบาระเหนือ ขอส่งโครงการดังกล่าวมาเพื่อโปรดพิจารณา
ให้การสนับสนุนงบประมาณให้กับชมรมผู้สูงอายุตำบลบาระเหนือ ต่อไป
จึงเรียนมาเพื่อโปรดทราบและพิจารณาดำเนินการต่อไป

ขอแสดงความนับถือ



(นายอุเซ็ง เจ๊ะมะ)


ประธานชมรมผู้สูงอายุตำบลบาระเหนือ

ชื่อ ประธานชมรมฯ

ชื่อชมรมผู้สูงอายุตำบลบาระเหนือ องค์
การบริหารส่วนตำบลบาระเหนือ
เลขที่รับ ๒๒
วันที่รับ ๑๓ ต.ค. ๒๕๖๑
เวลา ๑๖.๐๕ น.

ส่งเรื่องมาเพื่อโปรดพิจารณา

- ครม.
- ขรก. และ อธิบดี
- ตามแผนของคณะ
- อื่นๆ
-



๑๓ ตุลาคม ๒๕๖๑
นายก อบจ. นราธิวาส

๑๓ ตุลาคม ๒๕๖๑

แบบเสนอโครงการกองทุนหลักประกันสุขภาพระดับท้องถิ่น เขต 12 สงขลา
(แบบฟอร์มนี้เป็นตัวอย่าง กองทุน สามารถปรับเปลี่ยนหรือเพิ่มเติมรายละเอียดได้ ตามความเหมาะสม)

รหัสโครงการ	61 - L2489 -2-3 ปี-รหัสกองทุน 5 ตัว-ประเภท-ลำดับโครงการในหมวด
ชื่อโครงการ/กิจกรรม	โครงการส่งเสริมสุขภาพจิตผู้สูงอายุ ประจำปี 2562
ชื่อกองทุน	กองทุนหลักประกันสุขภาพองค์การบริหารส่วนตำบลบาเรเหนือ
	<input type="checkbox"/> สนับสนุนการจัดบริการสาธารณสุขของ หน่วยบริการ/สถานบริการ/หน่วยงานสาธารณสุข [ข้อ 7(1)] <input checked="" type="checkbox"/> สนับสนุนกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพ การป้องกันโรคของกลุ่มหรือองค์กรประชาชน/หน่วยงานอื่น [ข้อ 7(2)] <input type="checkbox"/> สนับสนุนการจัดกิจกรรมของ ศูนย์เด็กเล็ก/ผู้สูงอายุ/คนพิการ [ข้อ 7(3)] <input type="checkbox"/> สนับสนุนการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ 7(4)] <input type="checkbox"/> สนับสนุนกรณีเกิดโรคระบาดหรือภัยพิบัติ [ข้อ 7(5)]
หน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มคน ที่รับผิดชอบโครงการ	<input type="checkbox"/> หน่วยบริการหรือสถานบริการสาธารณสุข เช่น รพ.สต. <input type="checkbox"/> หน่วยงานสาธารณสุขอื่นของ อปท. เช่น กองสาธารณสุขของเทศบาล <input type="checkbox"/> หน่วยงานสาธารณสุขอื่นของรัฐ เช่น สสอ. <input type="checkbox"/> หน่วยงานอื่นๆ ที่ไม่ใช่หน่วยงานสาธารณสุข เช่น โรงเรียน กองการศึกษา <input checked="" type="checkbox"/> กลุ่มหรือองค์กรประชาชนตั้งแต่ 5 คน
ชื่อองค์กร/กลุ่มคน (5 คน)	ชื่อองค์กร ชมรมผู้สูงอายุตำบลบาเรเหนือ กลุ่มคน (ระบุ 5 คน) 1. นายอุเช็ง เจ๊ะมะ 2. สด.ลอดิง เจ๊ะแซะ 3. นางยุพเยาว์ ดอเลาะ 4. นางไซหะมะ มะวัง 5. นางตีเมาะ มิงซู
วันอนุมัติ	
ระยะเวลาดำเนินโครงการ	ตั้งแต่ วันที่ 1 เดือนมกราคม พ.ศ. 2562 ถึง วันที่ 31 เดือนสิงหาคม พ.ศ. 2562
งบประมาณ	จำนวน 66,694 บาท
หลักการและเหตุผล (ระบุที่มาของการทำโครงการ) ประชาชนในตำบลบาเรเหนือนับถือศาสนาอิสลามทั้งตำบล จึงได้นำหลักคำสอนของศาสดามุฮัมมัดและคัมภีร์อัลกุรอานมาเป็นหลักสำคัญในการดำเนินชีวิตทำให้สามารถอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข โดยมีมัสยิดเป็นศูนย์กลางในการปฏิบัติศาสนกิจ จัดงานต่างๆทั้งทางด้านสังคมและกิจกรรมอื่นๆ จากสภาพการณ์ในปัจจุบันปัญหาต่างๆ ทั้งทางด้านเศรษฐกิจ สังคมและความมั่นคง ได้ส่งผลต่อสุขภาพของประชาชนให้เปลี่ยนแปลงไปจากเดิมจากสังคมที่สงบมีความอบอุ่นอารีเป็นสังคมที่ช่วยเหลือเกื้อกูลกันกลับกลายเป็นสังคมที่วุ่นวายแก่งแย่งแข่งขัน ที่ส่งผลต่อสุขภาพจิตของคนในสังคมที่เห็นได้ชัดเจนคือกลุ่มผู้สูงอายุเนื่องจากเป็นวัยที่พ้นจากวัยแรงงานจึงมักถูกทิ้งให้อยู่บ้านตามลำพังผู้สูงอายุหลายคนขาดความสุขทางใจเกิดเป็นโรคซึมเศร้าจากสภาพปัญหาผู้สูงอายุดังกล่าว จึงได้มีแนวทางจัดทำโครงการส่งเสริม	

สุขภาพจิตของผู้สูงอายุ เพื่อให้ผู้สูงอายุได้นำหลักธรรมของศาสนาไปปรับใช้ในวิถีชีวิตด้วยการเสริมสร้างพื้นฐานจิตใจที่เหมาะสมในการดำเนินชีวิตด้วย ความอดทน ความเพียร มีสติปัญญา และมีความรอบคอบเพื่อให้เกิดความสมดุลและพร้อมกับความเปลี่ยนแปลงที่เป็นไปอย่างรวดเร็ว และส่งเสริมสุขภาพจิตของผู้สูงอายุให้ดีขึ้นต่อไป

วิธีดำเนินการ (ออกแบบให้ละเอียด)

๑. ประชุมส่วนงานที่เกี่ยวข้องเพื่อวางแผน

๒. เขียนโครงการเพื่อขอรับการสนับสนุนงบประมาณจากกองทุนส่งเสริมหลักประกันสุขภาพองค์การบริหาร

ส่วนตำบลบาระเหนือ

๓. ดำเนินการตามโครงการ โดยใช้กิจกรรมต่างๆ ดังนี้

จำนวน 2 รุ่น ๆ ละ 150 คน

- กิจกรรมบรรยายด้านสุขภาพอนามัยและจิตใจ
- กิจกรรมจัดเวทีแลกเปลี่ยนเรียนรู้ด้านสุขภาพ
- กิจกรรมตรวจสุขภาพ

๔. ประเมินผลโครงการโดยใช้แบบสัมภาษณ์ผู้เข้าร่วมโครงการ

๕. สรุปผลและรายงานผลการดำเนินงานให้กับหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง

ผลที่คาดว่าจะได้รับ

๑. ผู้สูงอายุมีสุขภาพจิตที่ดีขึ้นและสามารถดำรงชีวิตอยู่กับชุมชนและครอบครัวได้อย่างมีความสุข

๒. ผู้สูงอายุได้น้อมนำหลักธรรมคำสอนทางศาสนามาใช้ในชีวิตประจำวัน

๓. ผู้สูงอายุได้มีโอกาสร่วมกิจกรรมกับผู้สูงอายุด้วยกัน

เป้าหมาย/วัตถุประสงค์	ตัวชี้วัด
วัตถุประสงค์	ตัวชี้วัดความสำเร็จ
ข้อที่ 1. เพื่อส่งเสริมสุขภาพจิตของผู้สูงอายุโดยการปฏิบัติธรรมให้กับผู้สูงอายุจากกิจกรรมตามโครงการที่จัดขึ้น	ร้อยละของผู้เข้ารับการอบรมมีความรู้เพิ่มขึ้น
ข้อที่ 2. เพื่อให้ผู้สูงอายุได้น้อมนำหลักธรรมคำสอนทางศาสนาอิสลามเกี่ยวกับสุขภาพมาใช้ในชีวิตประจำวัน	ตัวชี้วัดความสำเร็จ ร้อยละของผู้เข้ารับการอบรมมีสุขภาพที่ดีขึ้น
ข้อที่ 3. เพื่อส่งเสริมและสนับสนุนกิจกรรมการดำเนินงานด้านสุขภาพให้กับผู้สูงอายุในพื้นที่รับผิดชอบ	ตัวชี้วัดความสำเร็จ ร้อยละของผู้เข้ารับการอบรมสามารถเข้าร่วมกิจกรรมสุขภาพได้

กิจกรรมหลักและกิจกรรมย่อย (ปรับเพิ่ม หัวข้อได้ มากกว่าตัวอย่าง)

ชนิดกิจกรรม	งบประมาณ	ระบุวัน/ช่วงเวลา
1. จัดตรวจสุขภาพผู้สูงอายุ	-	
1.1 กิจกรรมย่อย- - ตรวจสุขภาพ	-	ระหว่างวันที่ 1 ม.ค. 2562 - 31 มี.ค. 2562

ชนิดกิจกรรม	งบประมาณ	ระบุวัน/ช่วงเวลา
2. จัดอบรมตามโครงการ		
2.1 กิจกรรมย่อย - บรรยายหัวข้อสุขภาพ	6.1 ค่าอาหารกลางวัน จำนวน 2 รุ่นๆ ละ 150 คน มีมือ ๆ ละ 50 บาท เป็นเงิน 15,000 บาท 6.2 ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม จำนวน 2 รุ่นๆ ละ 150 คน จำนวน 2 มีมือ ๆ ละ 25 บาท เป็นเงิน 15,000 บาท 6.3 ค่าเวชภัณฑ์ เป็นเงิน 4,494 บาท 6.4 ค่าตอบแทนวิทยากร จำนวน 12 ชั่วโมงๆ ละ 600 บาท เป็นเงิน 7,200 บาท 6.5 ค่าเครื่องชั่งน้ำหนัก จำนวน 2 ตัวๆ ละ 1,500 บาท เป็นเงิน 3,000 บาท 6.3 ค่าเครื่องวัดความดัน จำนวน 2 เครื่องๆ ละ 3,500 บาท เป็นเงิน 7,000 บาท 6.4 ค่าป้ายโครงการ จำนวน 1 ผืน ๆ ละ 500 บาท	ระหว่างวันที่ 1 ม.ค. 2562 – 31 มี.ค. 2562
3. จัดกิจกรรมสัมพันธ์		
3.1 กิจกรรมย่อย - จัดเวทีแลกเปลี่ยนเรียนรู้ด้านสุขภาพ	-	ระหว่างวันที่ 1 ม.ค. 2562 – 31 ส.ค. 2562
	รวม 66,694 บาท	

7. สรุปแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม

7.1 หน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มคน ที่รับผิดชอบโครงการ (ตามประกาศคณะกรรมการหลักประกันฯ พ.ศ. 2561 ข้อ 10)
ชื่อหน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มคน ชมผู้สูงอายุตำบลบาระเหนือ

- 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)

- 7.2.1 สนับสนุนการจัดบริการสาธารณสุขของ หน่วยบริการ/สถานบริการ/หน่วยงานสาธารณสุข [ข้อ 10(1)]
 7.2.2 สนับสนุนกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพ การป้องกันโรคของกลุ่มหรือองค์กรประชาชน/หน่วยงานอื่น [ข้อ 10(2)]
 7.2.3 สนับสนุนการจัดกิจกรรมของ ศูนย์เด็กเล็ก/ผู้สูงอายุ/คนพิการ [ข้อ 10(3)]
 7.2.4 สนับสนุนการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ 10(4)]
 7.2.5 สนับสนุนกรณีเกิดโรคระบาดหรือภัยพิบัติ [ข้อ 10(5)]

7.3 กลุ่มเป้าหมายหลัก (ตามแนบท้ายประกาศคณะกรรมการส่งเสริมสุขภาพและป้องกันโรคฯ พ.ศ. 2561)

- 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 300 คน
- 7.3.5.2 กลุ่มผู้ป่วยโรคเรื้อรัง จำนวน.....
- 7.3.6 กลุ่มคนพิการและทุพพลภาพ จำนวน.....
- 7.3.7 กลุ่มประชาชนทั่วไปที่มีภาวะเสี่ยง จำนวน.....
- 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 ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
 - 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 ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
 - 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 ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
 - 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/เครื่องดื่มแอลกอฮอล์
 - 7.4.3.9 อื่นๆ (ระบุ)
- 7.4.4 กลุ่มวัยทำงาน
 - 7.4.4.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ

- 7.4.4.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- 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/การตั้งครรรภ์ไม่พร้อม
- 7.4.4.8 การป้องกันและลดปัญหาด้านสารเสพติด/ยาสูบ/เครื่องดื่มแอลกอฮอล์
- 7.4.4.9 อื่นๆ (ระบุ)
- 7.4.5.1 กลุ่มผู้สูงอายุ
 - 7.4.5.1.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
 - 7.4.5.1.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
 - 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 ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
 - 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 การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคเมะเร็ง
 - 7.4.5.2.9 อื่นๆ (ระบุ)
- 7.4.6 กลุ่มคนพิการและทุพพลภาพ
 - 7.4.6.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
 - 7.4.6.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
 - 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 ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- 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  ผู้เสนอแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม
(นายอุเช็ง เจ๊ะมะ)

ตำแหน่ง ประธานชมรมผู้สูงอายุตำบลบาเราะเหนือ
วันที่ ๑๙ เดือนธันวาคม พ.ศ. ๒๕๖๑

กำหนดการโครงการส่งเสริมสุขภาพจิตผู้สูงอายุ
ระหว่างเดือนมกราคม - เดือนสิงหาคม ๒๕๖๒
ณ ห้องประชุมองค์การบริหารส่วนตำบลบาระเหนือ อำเภอบาเจาะ จังหวัดนราธิวาส
โดยชมรมผู้สูงอายุตำบลบาระเหนือ

เวลา	กิจกรรม
๐๗.๐๐ น. - ๐๘.๓๐ น.	ลงทะเบียน (พร้อมการประเมินสุขภาพจิตของผู้สูงอายุและละลายพฤติกรรม) โดย ทีมจิตอาสาประจำหมู่บ้านร่วมกับ พร.สต.บาระเหนือ
๐๘.๓๐ น. - ๐๘.๔๕ น.	เปิดการอบรม โดย นายกองค์การบริหารส่วนตำบลบาระเหนือ
๐๘.๔๕ น. - ๐๙.๔๕ น.	บรรยาย หัวข้อ สุขภาพจิตและการปรับตัวของผู้สูงอายุ
๐๙.๔๕ น. - ๑๐.๐๐ น.	พักรับประทานอาหารว่าง
๑๐.๐๐ น. - ๑๒.๐๐ น.	บรรยาย หัวข้อ ปัญหาสุขภาพจิตและการดูแลสุขภาพจิตของผู้สูงอายุ
๑๒.๐๐ น. - ๑๓.๐๐ น.	พักรับประทานอาหารกลางวันและละหมาดซุฮรีพร้อมกัน (ญูมาอะห์)
๑๓.๐๐ น. - ๑๕.๐๐ น.	บรรยาย หัวข้อ การส่งเสริมสุขภาพจิตด้วยการปฏิบัติธรรม
๑๕.๐๐ น. - ๑๕.๑๕ น.	พักรับประทานอาหารว่าง
๑๕.๑๕ น. - ๑๖.๑๕ น.	บรรยาย หัวข้อ ผู้สูงอายุใส่ใจสุขภาพป้องกันโรค
๑๖.๑๕ น. - ๑๖.๓๐ น.	แลกเปลี่ยนความคิดเห็นและจัดกิจกรรมสนทนาการ โดย ทีมจิตอาสาประจำหมู่บ้าน
๑๖.๓๐ น. - ๑๗.๐๐ น.	ละหมาดอัสรีพร้อมกัน (ญูมาอะห์)

หมายเหตุ กำหนดการนี้สามารถเปลี่ยนแปลงได้ตามความเหมาะสม