**โครงการขอรับการสนับสนุนงบประมาณจากกองทุนหลักประกันสุขภาพ**

กท. ๗ น. ๑/๓

**องค์การบริหารส่วนตำบลพร่อน ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. 2563**

**1.ชื่อโครงการ**

 **โครงการสร้างรอยยิ้ม คืนความสุข ให้ผู้สูงอายุ**

**2.หลักการและเหตุผล**

 คุณภาพชีวิตเป็นเป้าหมายหลักของสังคมคือประชาชนมีสุขภาพอนามัยดีทั้งร่างกายและจิตใจทุกเพศ ทุกวัย เนื่องจากจำนวนและสัดส่วนประชากรสูงอายุมีการเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่อง จำนวนผู้สูงอายุที่เพิ่มมากขึ้นเช่นนี้ เนื่องจากการพัฒนาด้านสาธารณสุขและทางการแพทย์ ทำให้อัตราตายลดลง ผู้สูงอายุจึงมีชีวิตที่ยืนยาวขึ้น แต่ผู้สูงอายุก็ยังได้รับผลกระทบจากการเสื่อมถอยของร่างกายตามวัย รวมทั้งผลของโรคเรื้อรังหรืออุบัติเหตุจึงนำไปสู่ความถดถอยของร่างกาย เกิดภาวะพึ่งพา ไม่สามารถช่วยเหลือตัวเองได้หรือช่วยเหลือตนเองได้น้อย หรืออาจมีอาการสมองเสื่อม ทำให้ต้องอาศัยพึ่งพาเป็นภาระแก่ผู้ดูแล เกิดภาวะทุพพลภาในที่สุด สิ่งเหล่านี้ทำให้ผู้สูงอายุดำรงชีวิตอยู่อย่างไม่มีความสุข เนื่องจากจำนวนและสัดส่วนประชากรสูงอายุมีการเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่อง จำนวนผู้สูงอายุที่เพิ่มมากขึ้นเช่นนี้ เนื่องมาจากการพัฒนาด้านสาธารณสุขและทางการแพทย์ ทำให้อัตราการตายลดลง ผู้สูงอายุจึงมีชีวิตที่ยืนยาวขึ้น แต่ผู้สูงอายุก็ยังได้รับผลกระทบจากการเสื่อมถอยของร่างกายตามวัย รวมทั้งผลของโรคเรื้อรังหรืออุบัติเหตุจึงนำไปสู่ความถดถอยของร่างกาย เกิดพาวะพึ่งพา ไม่สามารถช่วยเหลือตัวเองได้หรือช่วยเหลือตนเองได้น้อย หรืออาจมีอาการสมองเสื่อม ทำให้ต้องอาศัยพึ่งพาเป็นภาระแก่ผู้ดูแล เกิดภาวะทุพพลภาพในที่สุด สิ่งเหล่านี้ทำให้ผู้สูงอายุดำรงชีวิตอยู่อย่างไม่มีความสุข อีกทั้งผู้สูงอายุเป็นวัยที่ต้องการดูแลเอาใจใส่ ทั้งร่างกาย จิตใจ และจะต้องได้รับการส่งเสริมในทางที่ถูกต้องและเหมาะสมตามสภาพร่างกายจิตใจและสิ่งแวดล้อม จะทำให้ผู้สูงอายุมีชีวิตอยู่อย่างมีคุณค่าสามารถทำประโยชน์ให้แก่สังคม และมีความสุขในบั้นปลายชีวิต

 ดังนั้นชมรมสูงวัยแข็งแรงบ้านตาสาจึง ได้จัดทำโครงการสร้างรอยยิ้ม คืนความสุขให้ผู้สูงอายุ เพื่อได้เพิ่มพูนความรู้ในการดูแลสุขภาพกายและจิตใจได้ด้วยตนเอง แลกเปลี่ยนประสบการณ์ มีการพัฒนาความคิดและมีความรู้ที่เกิดจากประสบการณ์เพื่อนำมาประยุกต์ในชีวิตประจำวันของผู้สูงอายุ ให้มีประสิทธิภาพมากขึ้น และยังส่งผลดีต่อสุขภาพกายและสุขภาพจิตของผู้สูงอายุอีกด้วย

**3.วัตถุประสงค์โดย**

1. เพื่อให้ความรู้ด้านสุขภาพทางกายและจิตใจแก่ผู้สูงอายุ
2. เพื่อตรวจสุขภาพให้ผู้สูงอายุเห็นคุณค่าของตนเอง

**-2-**

**4. กลุ่มเป้าหมาย**

 - สมาชิกชมรมสูงวัยแข็งแรงจำนวน จำนวน 60 คน

**5. วิธีดำเนินการ**

1. ประชุมชี้แจงโครงการแก่ อสม.,ผู้นำชุมชนและผู้นำกลุ่มผู้สูงอายุ

2. จัดอบรมให้ความรู้ด้านสุขภาพแก่ผู้สูงอายุ

 3. จัดกิจกรรมตรวจสุขภาพให้ผู้สูงอายุ ชั่งน้ำหนัก วัดสวนสูง วัดความดันโลหิต ตรวจเบาหวาน ตรวจฟัน

 4. ชี้แจงแนวทางการดำเนินการชมรมผู้สูงอายุของตำบลพร่อน

 5. สนับสนุนให้ชมรมผู้สูงอายุจัดกิจกรรมร่วมกันทุกเดือนเช่น ออกกำลังกาย การให้ความรู้ การสันทนาการต่างๆ การแลกเปลี่ยนเรียนรู้ประสบการณ์

 6. สรุปและประเมินผลโครงการ

**6. ระยะเวลาดำเนินการ**

 มิถุนายน – กันยายน 2563

**7. สถานที่ดำเนินการ**

 ณ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลพร่อน

**8. งบประมาณในการดำเนินการ**

ใช้งบประมาณจากกองทุนหลักประกันสุขภาพองค์การบริหารส่วนตำบลพร่อน

จำนวน 10,000 บาท (เงินหนึ่งหมื่นบาทถ้วน) โดยมีรายละเอียดดังนี้

**1. กิจกรรมอบรมให้ความรู้เรื่องสุขภาพ**

 1. ค่าอาหารกลางวันสำหรับกลุ่มเป้าหมาย

 จำนวน 60 คน×50 บาท × 1 มื้อx 1วัน เป็นเงิน 3,000 บาท

 2. ค่าอาหารว่างสำหรับกลุ่มเป้าหมาย

 จำนวน 60 คน ×30 บาทx2มื้อx1วัน เป็นเงิน 3,600 บาท

 3. ค่าวิทยากร ชั่วโมงละ 300 บาท x 6 ชั่วโมง เป็นเงิน 1,800 บาท

 4.ค่าป้ายไวนิล ขนาด 1x3 เป็นเงิน 750 บาท

 5 .ค่าวัสดุอุปกรณ์ในการอบรม เป็นเงิน 250 บาท

**2. กิจกรรมตรวจสุขภาพให้ผู้สูงอายุ ชั่งน้ำหนัก วัดสวนสูง วัดความดันโลหิต ตรวจเบาหวาน ตรวจฟัน**

1. สมุดบันทึกสุขภาพเป็นเงิน 600 บาท

 **รวมเป็นเงินสิ้น 10,000 บาท**

 **-3-**

**9.การประเมินผล**

 8.1. ประเมินการเปลี่ยนแปลงความรู้ ทัศนคติและการปฏิบัติเกี่ยวกับการดูแลตนเองของผู้สูงอายุ

 8.2. ประเมินจากการเข้าร่วมกิจกรรมประจำเดือนของผู้สูงอายุ

**10. ผลที่คาดว่าจะได้รับ**

10.1. ผู้สูงอายุความรู้ด้านสุขภาพทางกายและจิตใจแก่

10.2 ผู้สูงอายุเห็นคุณค่าของตนเอง

**10. หน่วยงานที่รับผิดชอบ**

11.1 ชมรมสูงวัยแข็งแรงบ้านตาสา

11.2 องค์การบริหารส่วนตำบลพร่อน/กองทุนหลักประกันสุขภาพองค์การบริหารตำบลพร่อน

 (ลงชื่อ)............................................ผู้รับผิดชอบโครงการ

 (นางสาวเดาะ หะยีอุมา)

 สมาชิกชมรมสูงวัยแข็งแรงบ้านตาสา

 (ลงชื่อ)............................................ผู้รับผิดชอบโครงการ

 (นางเจ๊ะเนาะ หะยีสาและ)

 ตำแหน่ง ประธานชมรมสูงวัยแข็งแรงบ้านตาสา

**12. ผู้ตรวจสอบโครงการ**

 ตรวจสอบแล้วถูกต้องตามมติที่ประชุม คณะกรรมการบริหารกองทุนหลักประกันสุขภาพอบต.พร่อน ครั้งที่.........../..............เมื่อวันที่.........................พ.ศ.......................

 (ลงชื่อ)............................................................................

 (นางสาววรารินทร์ ลาดอ)

 กรรมการและเลขานุการคณะกรรมการบริหารกองทุน

**13. ผู้อนุมัติโครงการ**

 (ลงชื่อ)............................................................................
 (นายมะรอบี ดือเร๊ะ)
 ประธานกรรมการบริหารกองทุนหลักประกันสุขภาพ

กำหนดการโครงการสร้างรอยยิ้ม คืนความสุข ให้ผู้สูงอายุ

สูงวัยแข็งแรง ปี 2563

วันที่.....12............เดือน........มิถุนายน...........พ.ศ.2563

ณ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลพร่อน

วันที่.....13........เดือน......มิถุนายน..........พ.ศ. 2562 (วันที่ 1 )

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| เวลา | กิจกรรม / หัวข้อบรรยาย | วิทยากร |
| 08.00 น. – 09.00 น. | ลงทะเบียนกิจกรรมตรวจสุขภาพ วัดความโลหิต ตรวจน้ำตาลในเลือดแก่สมาชิก  | โดยเจ้าหน้า รพ.สต.พร่อน |
| 09.00 น. – 09.30 น. | พิธีเปิดการอบรม | โดย ผอ. รพ.สต. พร่อน |
| 09.30 น. – 12.00 น. | บรรยาย หัวข้อ “กินเป็นลืมป่วย” | โดยคุณ .............................. ตำแหน่ง พยาบาลวิชาชีพชำนาญการรพ.สต.................................. |
| 12.00 น. – 13.00 น. | พักรับประทานอาหารกลางวัน |  |
| 13.00 น. – 15.00 น. | บรรยาย หัวข้อ “จิตดี สุขภาพกายดีสูงวัยแข่งแรง” | โดยคุณ ...............................ตำแหน่ง .................................รพ.สต........................................ |
|  15.00 – 16.30 น. | บรรยาย หัวข้อ “กิจกรรมสันทนาการสำหรับผู้สูงอายุ การออกกำลังกาย เล่นเกม ฝึกความจำ ” | โดยคุณ ...............................ตำแหน่ง .................................รพ.สต........................................ |

หมายเหตุ : พักรับประทานอาหารว่าง เวลา 10.00 น. – 10.15 น. และ 14.00 น. – 14.15 น.

 กำหนดการอาจมีการเปลี่ยนแปลงตามความเหมาะสม