

สรุปผลการดำเนินกิจกรรมที่ ๒.๓ ประชุมเชิงปฏิบัติการสร้างความรู้การส่งเสริมสุขภาพวัยทำงาน
ในพื้นที่เครือข่ายบริการศูนย์อนามัยที่ ๑๑ นครศรีธรรมราช ภายใต้โครงการเสริมสร้างคนไทยวัยทำงาน
มีความรอบรู้ด้านสุขภาพ สู่สภาวะที่ดี และมีวิถีชีวิตที่ยั่งยืน
ในพื้นที่เขตสุขภาพที่ ๑๑ ปีงบประมาณ ๒๕๖๔

วัตถุประสงค์:

เพื่อสร้างความรู้ด้านการส่งเสริมสุขภาพวัยทำงานสำหรับบุคลากรทางการแพทย์และสาธารณสุข อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน และแกนนำประชาชน ในการส่งเสริมให้ประชาชนกลุ่มวัยทำงานมีความรอบรู้ด้านสุขภาพที่เพียงพอ สามารถนำไปใช้ปรับพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ได้ ซึ่งทำให้การดำเนินงานการสร้างเสริมสุขภาพและองค์กรสุขภาพเกิดประสิทธิภาพ และสัมฤทธิ์ผลในพื้นที่เครือข่ายบริการศูนย์อนามัยที่ ๑๑ นครศรีธรรมราช

กลุ่มเป้าหมายที่เข้าร่วมโครงการ:

๑. เจ้าหน้าที่ รพ.สต. จำนวน ๗ แห่ง ๆ ละ ๑ คน จำนวน ๗ คน
๒. อสม. ในพื้นที่เครือข่ายบริการ ศูนย์อนามัยที่ ๑๑ นครศรีธรรมราช จำนวน ๔๕ หมู่ ๆ ละ ๒ คน จำนวน ๙๐ คน

กิจกรรม:

๑. การบรรยายในหัวข้อ การส่งเสริมสุขภาพด้านอาหารและโภชนาการในกลุ่มวัยทำงาน
๒. การฝึกปฏิบัติในหัวข้อ อาหารแลกเปลี่ยน การนับคาร์บ ลด NCDs และอาหารลดหวาน มัน เค็ม และฉลากโภชนาการ
๓. การฝึกทักษะในหัวข้อ การใช้แอปพลิเคชันด้านโภชนาการ (โปรแกรมโภชนาการอัจฉริยะ FOOD4HEALTH สำหรับประชาชน) การออกกำลังกาย (แอปพลิเคชันก้าวทำใจ) และสุขภาพฟัน (แอปพลิเคชันรักยิ้ม)
๔. การฝึกทักษะในหัวข้อ การตรวจวิเคราะห์องค์ประกอบของร่างกาย เพื่อการประเมินภาวะโภชนาการ
๕. กิจกรรมออกกำลังกายด้วยเพลง LONG LIFE THAT FIT

ผลการดำเนินกิจกรรม

๑. เจ้าหน้าที่ รพ.สต. จำนวน ๗ แห่ง เข้าร่วมกิจกรรม จำนวน ๗ คน
๒. อสม. ในพื้นที่เครือข่ายบริการ ศูนย์อนามัยที่ ๑๑ นครศรีธรรมราช จำนวน ๔๕ หมู่บ้าน เข้าร่วมกิจกรรม จำนวน ๙๐ คน
๓. งบประมาณที่ใช้จริง จำนวน ๓๗,๑๙๔ บาท คิดเป็นร้อยละ ๙๑.๒๑ ของงบประมาณที่ตั้งไว้

ภาพกิจกรรม



