

แบบเสนอแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม กองทุนหลักประกันสุขภาพองค์การบริหารส่วนตำบลตาเบา

เรื่อง ขอเสนอแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม สร้างเสริมสุขภาพทางจิตใจ ผู้สูงอายุใส่ใจธรรมะ
เรียน ประธานกรรมการกองทุนหลักประกันสุขภาพองค์การบริหารส่วนตำบลตาเบา
ด้วย หน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มคน (ระบุชื่อ) สมาคมอาสาปิ้งสังเคราะห์ผู้สูงอายุและผู้พิการตำบลตาเบา มีความประสงค์ จะจัดทำแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม สร้างเสริมสุขภาพทางจิตใจ ผู้สูงอายุใส่ใจธรรมะ ในปีงบประมาณ 2565 โดยขอรับการสนับสนุนงบประมาณจากกองทุนหลักประกันสุขภาพองค์การบริหารส่วนตำบลตาเบา เป็นเงิน 60,000 บาท (หกหมื่นบาทถ้วน) โดยมีรายละเอียดแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม ดังนี้

ส่วนที่ 1 : รายละเอียดแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม (สำหรับผู้เสนอแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม ลงรายละเอียด)

1. **เหตุผล** การสร้างเสริมสุขภาพทางจิตใจ ของผู้สูงอายุ การฝึกสมาธิ ทำจิตใจให้แจ่มใส วาเริง คลายเครียด และครอบครัวมีความสุข 5 มิติ (สุขสนุก สุขสว่าง สุขสบาย สุขสง่า และสุขสงบ)

2. **วัตถุประสงค์/ตัวชี้วัด**

1. เพื่อส่งเสริมให้วัด ชุมชน องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นมีบทบาทในการบูรณาการสร้างเสริมสุขภาพทางจิตใจและอารมณ์ผู้สูงอายุ
2. เพื่อส่งเสริมให้ผู้สูงอายุ ได้นำหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาเป็นแนวทางในการดูแลสุขภาพทางจิตใจและอารมณ์
3. เพื่อส่งเสริมความรู้เรื่องการฝึกสมาธิทำให้จิตใจปลอดโปร่งแจ่มใส เกิดการผ่อนคลายและทำให้สุขภาพดีขึ้นทั้งด้านร่างกายจิตใจ ห่างไกลโรคซึมเศร้า

3. **กลุ่มเป้าหมาย**

ผู้สูงอายุในเขตพื้นที่ตำบลตาเบา จำนวน 150 คน

4. **วิธีดำเนินการ**

1. เขียน/เสนอโครงการเพื่อขออนุมัติดำเนินการ
2. ดำเนินการตามกรอบกิจกรรมของโครงการ เดือนมิถุนายน พ.ศ. 2565
 - กิจกรรมฝึกอบรมให้ความรู้แก่ผู้สูงอายุสร้างเสริมสุขภาพทางจิตใจ (ฝึกปฏิบัติธรรม)
 - กิจกรรมฝึกปฏิบัติการสร้างเสริมสุขภาพทางจิตใจ การกำหนดลมหายใจเพื่อให้เกิดสมาธิ
 - กิจกรรมฝึกปฏิบัติการทำสังฆกรรมะเพื่อปรับใช้ในชีวิตประจำวัน
3. จัดเวทีแลกเปลี่ยนเรียนรู้เพื่อถอดบทเรียน (ให้ครอบครัวมีความสุข 5 มิติ สุขสนุก สุขสว่าง สุขสบาย สุขสง่า และสุข สงบ)
4. สรุปรายงานผลการดำเนินงานตามโครงการ

5. **ระยะเวลาดำเนินโครงการ**

เดือนมิถุนายน พ.ศ. 2565

6. **สถานที่ดำเนินการ**

ณ ศูนย์ปฏิบัติธรรมทุ่งศิวิไลย์ ตำบลตาเบา อำเภอปราสาท จังหวัดสุรินทร์
และวัดป่าศรีมงคลรัตนาราม วัดสระกำแพงใหญ่ อำเภออุทุมพรพิสัย จังหวัดศรีสะเกษ

7. **งบประมาณและค่าใช้จ่าย**

จากงบประมาณกองทุนหลักประกันสุขภาพองค์การบริหารส่วนตำบลตาเบา จำนวน 60,000 บาท (หกหมื่นบาทถ้วน) ดังนี้

- ค่าป้ายไวโอลประสาสัมพันธ์โครงการ ขนาด 1.30 x 2.40 เมตร เป็นเงิน 500 บาท
- ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่มสำหรับกลุ่มเป้าหมายและผู้เข้าร่วม จำนวน 150 คนๆละ 25 บาท จำนวน 2 มื้อ เป็นเงิน 7,500 บาท
- ค่าอาหารกลางวัน จำนวน 150 คนๆละ 50 บาท จำนวน 1 มื้อ เป็นเงิน 7,500 บาท
- ค่าสมนาคุณวิทยากร จำนวน 6 ชั่วโมงๆ ละ 600 บาท เป็นเงิน 3,600 บาท
- ค่าจ้างเหมายานพาหนะ ไป-กลับ จำนวน 3 คันๆละ 9,500 บาท เป็นเงิน 28,500 บาท
- ค่าสถานที่ ค่าน้ำ ค่าไฟในการฝึกอบรมตามโครงการฯ เป็นเงิน 3,500 บาท
- ค่าวัสดุอุปกรณ์ในการฝึกอบรม สมุด ปากกา กระเป๋าใส่เอกสาร ฯลฯ เป็นเงิน 8,900 บาท

รวมเป็นเงินทั้งสิ้น 60,000 บาท (หกหมื่นบาทถ้วน)

8. ผลที่คาดว่าจะได้รับ

- 8.1 วัด ชุมชน องค์การปกครองส่วนท้องถิ่นมีบทบาทในการบูรณาการสร้างเสริมสุขภาพทางจิตของผู้สูงวัย
- 8.2 ผู้สูงวัยได้นำหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาเป็นแนวทางในการดูแลสุขภาพทางจิตและอารมณ์
- 8.3 การฝึกสมาธิและโยคะสมาธิเพื่อทำให้จิตใจปลอดโปร่งแจ่มใส เกิดการผ่อนคลายและทำให้สุขภาพดีขึ้นทั้งด้านร่างกาย จิตใจ (ให้ครอบคลุมความสุข 5 มิติ สุขสนุก สุขสว่าง สุขสบาย สุขสง่า และสุขสงบ)

9. สรุปแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม (ผู้เสนอฯ ลงรายละเอียด โดยในแต่ละข้อย่อยให้เลือกเพียง 1 รายการที่เป็นรายการหลักสำหรับใช้ในการจำแนกประเภทเท่านั้น เพื่อให้เจ้าหน้าที่ อปท. บันทึกข้อมูลลงโปรแกรมกองทุนฯ เมื่อได้รับอนุมัติแล้ว)

9.1 หน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มคน ที่รับผิดชอบโครงการ (ตามประกาศคณะกรรมการหลักประกันฯ พ.ศ. 2557 ข้อ 7)

ชื่อหน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มคน

- 9.1.1 หน่วยบริการหรือสถานบริการสาธารณสุข เช่น รพ.สต.
- 9.1.2 หน่วยงานสาธารณสุขอื่นของ อปท. เช่น กองสาธารณสุขของเทศบาล
- 9.1.3 หน่วยงานสาธารณสุขอื่นของรัฐ เช่น สสอ.
- 9.1.4 หน่วยงานอื่นๆ ที่ไม่ใช่หน่วยงานสาธารณสุข เช่น โรงเรียน
- 9.1.5 กลุ่มหรือองค์กรประชาชน

9.2 ประเภทการสนับสนุน (ตามประกาศคณะกรรมการหลักประกันฯ พ.ศ. 2557 ข้อ 7)

- 9.2.1 สนับสนุนการจัดบริการสาธารณสุขของ หน่วยบริการ/สถานบริการ/หน่วยงานสาธารณสุข [ข้อ 7(1)]
- 9.2.2 สนับสนุนกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพ การป้องกันโรคของกลุ่มหรือองค์กรประชาชน/หน่วยงานอื่น [ข้อ 7(2)]
- 9.2.3 สนับสนุนการจัดกิจกรรมของ ศูนย์เด็กเล็ก/ผู้สูงอายุ/คนพิการ [ข้อ 7(3)]
- 9.2.4 สนับสนุนการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ 7(4)]
- 9.2.5 สนับสนุนกรณีเกิดโรคระบาดหรือภัยพิบัติ [ข้อ 7(5)]

9.3 กลุ่มเป้าหมายหลัก (ตามแนบท้ายประกาศคณะกรรมการส่งเสริมสุขภาพและป้องกันโรคฯ พ.ศ. 2557)

- 9.3.1 กลุ่มหญิงตั้งครรภ์และหญิงหลังคลอด
- 9.3.2 กลุ่มเด็กเล็กและเด็กก่อนวัยเรียน
- 9.3.3 กลุ่มเด็กวัยเรียนและเยาวชน
- 9.3.4 กลุ่มวัยทำงาน
- 9.3.5.1 กลุ่มผู้สูงอายุ
- 9.3.5.2 กลุ่มผู้ป่วยโรคเรื้อรัง
- 9.3.6 กลุ่มคนพิการและทุพพลภาพ
- 9.3.7 กลุ่มประชาชนทั่วไปที่มีภาวะเสี่ยง
- 9.3.8 สำหรับการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ 7(4)]

9.4 กิจกรรมหลักตามกลุ่มเป้าหมายหลัก

- 9.4.1 กลุ่มหญิงตั้งครรภ์และหญิงหลังคลอด
 - 9.4.1.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
 - 9.4.1.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
 - 9.4.1.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพก่อนคลอดและหลังคลอด
 - 9.4.1.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
 - 9.4.1.5 การส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่
 - 9.4.1.6 การคัดกรองและดูแลรักษาภาวะเรื้อรังปากมดลูกและมะเร็งเต้านม
 - 9.4.1.7 การส่งเสริมสุขภาพช่องปาก
 - 9.4.1.8 อื่นๆ (ระบุ)

9.4.2 กลุ่มเด็กเล็กและเด็กก่อนวัยเรียน

- 9.4.2.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
- 9.4.2.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- 9.4.2.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
- 9.4.2.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- 9.4.2.5 การส่งเสริมพัฒนาการตามวัย/กระบวนการเรียนรู้/ความฉลาดทางปัญญาและอารมณ์
- 9.4.2.6 การส่งเสริมการได้รับวัคซีนป้องกันโรคตามวัย
- 9.4.2.7 การส่งเสริมสุขภาพช่องปาก
- 9.4.2.8 อื่นๆ (ระบุ)

9.4.3 กลุ่มเด็กวัยเรียนและเยาวชน

- 9.4.3.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
- 9.4.3.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- 9.4.3.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
- 9.4.3.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- 9.4.3.5 การส่งเสริมพัฒนาการตามวัย/กระบวนการเรียนรู้/ความฉลาดทางปัญญาและอารมณ์
- 9.4.3.6 การส่งเสริมการได้รับวัคซีนป้องกันโรคตามวัย
- 9.4.3.7 การป้องกันและลดปัญหาด้านเพศสัมพันธ์/การตั้งครรภ์ไม่พร้อม
- 9.4.3.8 การป้องกันและลดปัญหาด้านสารเสพติด/ยาสูบ/เครื่องดื่มแอลกอฮอล์
- 9.4.3.9 อื่นๆ (ระบุ)

9.4.4 กลุ่มวัยทำงาน

- 9.4.4.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
- 9.4.4.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- 9.4.4.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
- 9.4.4.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- 9.4.4.5 การส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพในกลุ่มวัยทำงานและการปรับเปลี่ยนสิ่งแวดล้อมในการทำงาน
- 9.4.4.6 การส่งเสริมการดูแลสุขภาพจิตแก่กลุ่มวัยทำงาน
- 9.4.4.7 การป้องกันและลดปัญหาด้านเพศสัมพันธ์/การตั้งครรภ์ไม่พร้อม
- 9.4.4.8 การป้องกันและลดปัญหาด้านสารเสพติด/ยาสูบ/เครื่องดื่มแอลกอฮอล์
- 9.4.4.9 อื่นๆ (ระบุ)

9.4.5.1 กลุ่มผู้สูงอายุ

- 9.4.5.1.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
- 9.4.5.1.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- 9.4.5.1.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
- 9.4.5.1.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- 9.4.5.1.5 การส่งเสริมพัฒนาทักษะทางกายและใจ
- 9.4.5.1.6 การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะซึมเศร้า
- 9.4.5.1.7 การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะข้อเข่าเสื่อม
- 9.4.5.1.8 อื่นๆ (ระบุ)

9.4.5.2 กลุ่มผู้ป่วยโรคเรื้อรัง

- 9.4.5.2.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
- 9.4.5.2.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- 9.4.5.2.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
- 9.4.5.2.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- 9.4.5.2.5 การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูง
- 9.4.5.2.6 การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคหัวใจ
- 9.4.5.2.7 การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคหลอดเลือดสมอง
- 9.4.5.2.8 การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคมะเร็ง
- 9.4.5.2.9 อื่นๆ (ระบุ)

9.4.6 กลุ่มคนพิการและทุพพลภาพ


- 9.4.6.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
- 9.4.6.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- 9.4.6.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
- 9.4.6.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- 9.4.6.5 การส่งเสริมพัฒนาทักษะทางกายและใจ
- 9.4.6.6 การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะซึมเศร้า
- 9.4.6.7 การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะข้อเข่าเสื่อม
- 9.4.6.8 อื่นๆ (ระบุ)

9.4.7 กลุ่มประชาชนทั่วไปที่มีภาวะเสี่ยง


- 9.4.7.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
- 9.4.7.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- 9.4.7.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
- 9.4.7.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- 9.4.7.5 การส่งเสริมการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมและสิ่งแวดล้อมที่มีผลกระทบต่อสุขภาพ
- 9.4.7.6 อื่นๆ (ระบุ)

9.4.8 สาขาบริการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ 7(4)]

9.4.8.1 อื่นๆ (ระบุ)

ลงชื่อ  ผู้เสนอแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม
(นางนันทนา เด็กขำ)

ตำแหน่ง นายกสมาคมคนพิการสงเคราะห์ผู้สูงอายุและผู้พิการตำบลตาเบา
วันที่-เดือน-พ.ศ.

ลงชื่อ  ผู้อนุมัติแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม
(.....นางนันทนา...เหมื่อนาจา.....)

ตำแหน่ง ประธานคณะกรรมการกองทุนหลักประกันสุขภาพระดับท้องถิ่นหรือพื้นที่ ตำบลตาเบา
วันที่-เดือน-พ.ศ.

กำหนดการ/ตารางฝึกอบรม
โครงการส่งเสริมสุขภาพจิต ผู้สูงอายุใส่ใจธรรมชาติ
เดือนมิถุนายน พ.ศ. ๒๕๖๕
ณ ศูนย์ปฏิบัติธรรมทุ่งศิโรโลย์ ตำบลตาเบา อำเภอปราสาท จังหวัดสุรินทร์

เวลา ๐๘.๓๐-๐๙.๐๐ น.	<ul style="list-style-type: none"> - ลงทะเบียนเข้ารับการฝึกอบรม /รับเอกสาร/พิธีเปิดโครงการ โดยนางเนตรนภา เหมือนวาจา ประธานกองทุนหลักประกันสุขภาพตำบลตาเบา
เวลา ๐๙.๐๐-๑๒.๐๐ น.	<ul style="list-style-type: none"> - ทำบุญไหว้พระ บริจาคทาน เพื่อเสริมสิริมงคลให้กับตนเอง เพื่อหล่อหลอมจิตใจให้มีความสงบ ดำรงชีวิตอย่าง มีสติ ศีล สมาธิและปัญญา ปฏิบัติตามคำสอนของพระพุทธศาสนา คือ การสอนให้คนเป็นคนดี ละเว้นความชั่ว และทำจิตใจให้ผ่องใส - สวดมนต์ นั่งสมาธิ เจริญภาวนา/ฟังธรรมบรรยาย - พระครูวิทยากรให้ความรู้ ความเข้าใจเรื่องการทำหลักธรรมมาประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน (ธรรมะสำหรับผู้ครองเรือน) - สูงวัยอย่างมีคุณค่า ชราอย่างมีคุณภาพ <p style="text-align: center;">บรรยายโดยพระวิทยากร พระมหาเรณูโชติวัฒน์ โณ เจ้าอาวาสวัดจอมรินทราราม (วัดตาเดียว) เจ้าคณะตำบลตาเบา อำเภอปราสาท จังหวัดสุรินทร์</p>
- เวลา ๑๒.๐๐ - ๑๓.๐๐ น. พักรับประทานอาหารกลางวัน -	
เวลา ๑๓.๐๐ - ๑๖.๓๐ น.	<ul style="list-style-type: none"> - คนรุ่นใหญ่ หัวใจพม. สูงวัยใจเกินร้อย - กิจกรรมจิตอาสาพัฒนาศูนย์ปฏิบัติธรรมทุ่งศิโรโลย์ <p style="text-align: center;">บรรยายโดยพระวิทยากร พระมหาเรณูโชติวัฒน์ โณ เจ้าอาวาสวัดจอมรินทราราม (วัดตาเดียว) เจ้าคณะตำบลตาเบา อำเภอปราสาท จังหวัดสุรินทร์</p>

หมายเหตุ

๑. พักรับประทานอาหารว่างและเครื่องดื่มภาคเช้า เวลา ๑๐.๐๐ น. และภาคบ่าย เวลา ๑๔.๐๐ น. ตามความเหมาะสม

๒. กำหนดการของการฝึกอบรม อาจปรับเปลี่ยนได้ตามสถานการณ์และความเหมาะสม

ข้อควรปฏิบัติ

๑. ผู้สูงอายุต้องแสดงผลการฝึกวิชขึ้น เข็มที่ ๒

๒. ผู้สูงอายุที่เข้าร่วมกิจกรรมต้องมีสุขภาพแข็งแรง ช่วยเหลือตัวเองได้

๓. ผู้สูงอายุเข้าฝึกอบรมที่วัดบ้านโตนดถวายเพล

๔. นัดหมายผู้สูงอายุที่เข้าร่วมกิจกรรม พร้อมกัน ณ อาคารผู้สูงอายุ องค์การบริหารส่วนตำบลตาเบา เวลา ๐๘.๐๐ น. เดินทางโดยรถบริการจากองค์การบริหารส่วนตำบลตาเบา อ.ปราสาท จ.สุรินทร์

กำหนดการ/ตารางฝึกอบรม
โครงการส่งเสริมสุขภาพจิต ผู้สูงอายุใส่ใจธรรมะ

เดือนมิถุนายน พ.ศ. ๒๕๖๕
ณ วัดป่าศรีมงคลรัตนาราม และวัดสระกำแพงใหญ่ ตำบลสระกำแพงใหญ่

อำเภออุทุมพรพิสัย จังหวัดศรีสะเกษ

<p>เวลา ๐๘.๓๐-๐๙.๐๐ น.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - ลงทะเบียนเข้ารับการฝึกอบรม /รับเอกสาร/พิธีเปิดโครงการ โดยนางเนตรนภา เหมือนวาจา ประธานกองทุนหลักประกันสุขภาพตำบลตาเบา
<p>เวลา ๐๙.๐๐-๑๒.๐๐ น.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - สวดมนต์ นั่งสมาธิ เจริญภาวนา/ฟังธรรมบรรยาย - พระครูวิทยากรให้ความรู้ ความเข้าใจเรื่องการนำหลักธรรมมาประยุกต์ใช้ใน ชีวิตประจำวัน (ธรรมะสำหรับผู้ครองเรือน) - การเป็นผู้สูงอายุอย่างไรให้มีความสุข - อยู่อย่างไรให้มีค่า สร้างสุขเสริมบุญ - ทำบุญให้พระ บริจาคทาน เพื่อเสริมสิริมงคลให้กับตนเอง เพื่อหล่อหลอม จิตใจให้มีความสุข ดำรงชีวิตอย่าง มีสติ ศิล สมาธิและปัญญา ปฏิบัติตาม คำสอนของพระพุทธศาสนา คือ การสอนให้คนเป็นคนดี ละเว้นความชั่ว และทำ จิตใจให้ผ่องใส <p align="center">บรรยายโดยพระวิทยากร พระสมุห์บุญเชิด รัตนเมธี ผู้อำนวยการโรงเรียน วัดสระกำแพงใหญ่ อ.อุทุมพรพิสัย จ.ศรีสะเกษ</p>
<p align="center">- เวลา ๑๒.๐๐ - ๑๓.๐๐ น. พักรับประทานอาหารกลางวัน -</p>	
<p>เวลา ๑๓.๐๐ - ๑๖.๓๐ น.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - วิทยากรให้ความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับการส่งเสริมสุขภาพจิต การกำหนดลมหายใจ - กิจกรรมฝึกสมาธิ/วิปัสสนากรรมฐาน - กิจกรรมแลกเปลี่ยนเรียนรู้ ศูนย์เรียนรู้ตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง - ปิดโครงการและเดินทางกลับองค์กรบริหารส่วนตำบลตาเบาโดยสวัสดิภาพ <p align="center">บรรยายโดยพระวิทยากร พระสมุห์บุญเชิด รัตนเมธี ผู้อำนวยการโรงเรียน วัดสระกำแพงใหญ่ อ.อุทุมพรพิสัย จ.ศรีสะเกษ</p>

หมายเหตุ

๑. พักรับประทานอาหารว่างและเครื่องดื่มภาคเช้า เวลา ๑๐.๐๐ น. และภาคบ่าย เวลา ๑๔.๐๐ น. ตามความเหมาะสม

๒. กำหนดการของการฝึกอบรม อาจปรับเปลี่ยนได้ตามสถานการณ์และความเหมาะสม

ข้อความปฏิบัติ

๑. ผู้สูงอายุต้องแสดงผลการฝึกวัดขึ้น เข็มที่ ๒

๒. ผู้สูงอายุที่เข้าร่วมกิจกรรมต้องมีสุขภาพแข็งแรง ช่วยเหลือตัวเองได้

๓. ผู้สูงอายุเข้าฝึกอบรมหิวปิ่นโตถวายเพล

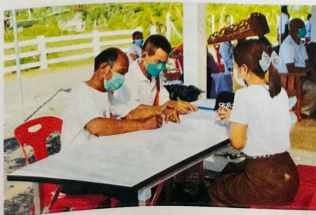
๔. นัดหมายผู้สูงอายุที่เข้าร่วมกิจกรรม พร้อมกับ ณ อาคารผู้สูงอายุ องค์การบริหารส่วนตำบลตาเบา เวลา ๐๕.๐๐ น. เดินทางโดยรถบริการของโครงการส่งเสริมสุขภาพจิตผู้สูงอายุ ใส่ใจธรรมะ

โครงการสร้างเสริมสุขภาพทางจิตใจผู้สูงอายุ ใส่ใจธรรมะ ประจำปีงบประมาณ ๒๕๖๕
ระหว่างวันที่ ๑๖-๑๗ เดือนมิถุนายน พ.ศ.๒๕๖๕
ณ ศูนย์ปฏิบัติธรรมทุ่งศิวิไลย์ ตำบลตาเบา อำเภอปราสาท จังหวัดสุรินทร์
และวัดป่าศรีมงคลรัตนาราม วัดสระกำแพงใหญ่ อำเภออุทุมพรพิสัย จังหวัดศรีสะเกษ

ป้ายโครงการ



ลงทะเบียนเข้าร่วมกิจกรรม



ให้ความรู้และหลักธรรมด้านการปฏิบัติตนในวัยของผู้สูงอายุ



รับประทานอาหารกลางวัน

