



ที่ กส ๑๐๓๓/๒๑

สำนักงานสาธารณสุขอำเภอคำมวง
ตำบลทุ่งคลอง กส ๔๖๑๘๐

๓๑ มกราคม ๒๕๖๗

เรื่อง ขอเชิญประชุมอบรมเชิงปฏิบัติการให้ความรู้โรคหลอดเลือดสมองและฝึกสาธิต ปฏิบัติออกกำลังกายเพื่อป้องกันอัมพาต ลดอัตราการพิการและเสียชีวิต

เรียน หัวหน้าส่วนราชการ นายกองครปกครองส่วนท้องถิ่น ผู้บริหารสถานศึกษาทุกแห่ง ผู้อำนวยการโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลทุกสังกัด กำนันทุกตำบล บุคลากรจากท้องถิ่น เครือข่ายสุขภาพ อสม. อำเภอคำมวง ผู้นำชุมชนทุกหมู่บ้าน และประชาชนทุกตำบล

สิ่งที่ส่งมาด้วย กำหนดการ

จำนวน ๑ ชุด

ด้วย สำนักงานสาธารณสุขอำเภอคำมวง ได้โครงการอบรมเชิงปฏิบัติการให้ความรู้โรคหลอดเลือดสมองและออกกำลังกายเพื่อป้องกันอัมพาต อำเภอคำมวง จังหวัดกาฬสินธุ์ กิจกรรม อบรมเชิงปฏิบัติการ ให้ความรู้โรคหลอดเลือดสมองและฝึกสาธิต ปฏิบัติออกกำลังกายเพื่อป้องกันอัมพาต ลดอัตราการพิการและเสียชีวิต ในวันที่ ๑๓ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๗ เวลา ๐๘.๓๐-๑๖.๓๐ น. ณ หอประชุมที่ว่าการอำเภอคำมวง เพื่อส่งเสริมให้ประชาชนอำเภอคำมวงทุกกลุ่มวัย ตระหนักถึงความสำคัญของการป้องกันโรคหลอดเลือดสมอง และส่งเสริมให้ประชาชนอำเภอคำมวงทุกกลุ่มวัย มีกิจกรรมในการป้องกันโรคหลอดเลือดสมอง

ในการนี้ สำนักงานสาธารณสุขอำเภอคำมวง จึงขอเชิญท่านและบุคลากรที่สนใจ เข้าร่วมประชุมอบรมเชิงปฏิบัติการให้ความรู้โรคหลอดเลือดสมองและฝึกสาธิต ปฏิบัติออกกำลังกายเพื่อป้องกันอัมพาต ลดอัตราการพิการและเสียชีวิต ตามวัน เวลา และสถานที่ดังกล่าว ดังรายละเอียดสิ่งที่ส่งมาพร้อมนี้

จึงเรียนมาเพื่อโปรดทราบและพิจารณาเข้าร่วมประชุม

ขอแสดงความนับถือ

(นายไชยา เวียงนนท์)

สาธารณสุขอำเภอคำมวง

งานส่งเสริมสุขภาพและป้องกันโรค

โทร ๐ ๔๓๖๐๒ ๐๒๔

กำหนดการ โครงการอบรมเชิงปฏิบัติการให้ความรู้โรคหลอดเลือดสมองและออกกำลังกาย
 เพื่อป้องกันอัมพาต อำเภอคำม่วง จังหวัดกาฬสินธุ์
 กิจกรรม อบรมเชิงปฏิบัติการให้ความรู้โรคหลอดเลือดสมองและฝึกสาธิต ปฏิบัติออกกำลังกายเพื่อป้องกันอัมพาต
 ลดอัตราการพิการและเสียชีวิต
 ในวันที่ ๑๓ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๗ เวลา ๐๘.๓๐-๑๖.๓๐ น.
 ณ หอประชุมที่ว่าการอำเภอคำม่วง จังหวัดกาฬสินธุ์

เวลา	กิจกรรม
๐๘.๓๐-๐๘.๔๐ น.	ลงทะเบียน
๐๘.๔๐-๐๘.๕๐ น.	กล่าวต้อนรับ
	โดยสาธารณสุขอำเภอคำม่วง
๐๘.๕๐-๑๐.๐๐ น.	ชี้แจงการนโยบายการขับเคลื่อนงานผ่าน Quick win กระทรวงสาธารณสุข ปี ๒๕๖๗
๑๐.๐๐-๑๑.๐๐ น.	อบรมเชิงปฏิบัติการบรรยายเรื่องโรคความดันโลหิตสูง โรคเบาหวานและโรคหลอดเลือดสมองอาการเตือน และการจัดการหรือการตระหนักถึงการป้องกันปัจจัยเสี่ยงต่างๆ -การเข้าถึงบริการ Stroke fast track -บรรยายการจัดการตนเองด้านอาหาร ลดหวาน มัน เค็ม
๑๑.๐๐-๑๒.๐๐ น.	-กิจกรรมแบ่งกลุ่ม เรียนรู้อาหารหวาน มัน เค็ม
๑๒.๐๐-๑๓.๐๐ น.	พักรับประทานอาหารกลางวัน
๑๓.๐๐-๑๖.๐๐ น.	-อบรมเชิงปฏิบัติการบรรยายและสาธิตหลักการปลูกผักริมรั้ว -ฝึกปฏิบัติการยืดเหยียดกล้ามเนื้อ ในชีวิตประจำวัน และเมื่อปฏิบัติงานในที่ทำงาน -บรรยายและสาธิตการออกกำลังกายที่เหมาะสม ฝึกปฏิบัติการยืดเหยียดกล้ามเนื้อ ในชีวิตประจำวัน และเมื่อปฏิบัติงานในที่ทำงาน -กิจกรรมแลกเปลี่ยนเรียนรู้โดยมีบุคคลต้นแบบ เรื่องเล่าประสบการณ์ชีวิตเจ็บป่วยด้วยโรค Stroke
๑๖.๐๐-๑๖.๓๐ น.	- อภิปราย ชักถาม และเสนอความคิดเห็น

หมายเหตุ เวลา ๑๐.๐๐-๑๐.๑๕ น.และ ๑๔.๓๐-๑๔.๔๕ น. พักรับประทานอาหารว่างและเครื่องดื่ม

นางสาวชินนพัฒน์ พรหมพันธ์
 วิชาการศึกษาสาธารณสุขปฏิบัติการ