

กำหนดการ
โครงการอบรมให้ความรู้เรื่องโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง บ้านห้วยน้ำริน หมู่ที่ ๗
ตำบลเวียงพางคำ อำเภอ แม่สาย จังหวัด เชียงราย
กองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลตำบลเวียงพางคำ อ.แม่สาย จ.เชียงราย
ประจำปีงบประมาณ ๒๕๖๘

เวลา	กิจกรรม	หมายเหตุ
๐๘.๐๐-๐๘.๓๐ น.	ลงทะเบียน	
๐๘.๓๐-๐๙.๐๐ น.	พิธีเปิดโครงการอบรมให้ความรู้เรื่องโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง บ้านห้วยน้ำริน หมู่ที่ ๗	
๐๙.๐๐-๑๐.๐๐ น.	ทำแบบทดสอบก่อนการอบรม สถานการณ์การป่วยด้วยโรคไม่ติดต่อของประชาชน โรคไม่ติดต่อที่พบอัตราป่วยสูงสุด	
๑๐.๐๐-๑๐.๑๕ น.	พักรับประทานอาหารว่าง	
๑๐.๑๕-๑๒.๐๐ น.	สุขภาพกับการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ พฤติกรรมสุขภาพที่ไม่ถูกต้องเป็นสาเหตุหลักของการเกิดปัญหาสุขภาพ/โรค - พฤติกรรมสุขภาพเกิดขึ้นได้อย่างไร - ปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพได้อย่างไร	
๑๒.๐๐-๑๓.๐๐ น.	พักรับประทานอาหารกลางวัน	
๑๓.๐๐-๑๔.๓๐ น.	โรคไม่ติดต่อเรื้อรัง การรักษาโรคไม่ติดต่อชนิดต่างๆ อาการแทรกซ้อนของโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง	
๑๔.๓๐-๑๔.๔๕ น.	พักรับประทานอาหารว่าง	
๑๔.๔๕-๑๖.๐๐ น.	กิจกรรม ๓๐๒๘ เพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ทำแบบทดสอบประเมินหลังอบรม สรุปกิจกรรม/ตอบข้อซักถาม ปิดการอบรม	

หมายเหตุ พักรับประทานอาหารว่าง เวลา ๑๐.๐๐-๑๐.๑๕ น.และ ๑๔.๓๐-๑๔.๔๕ น.
เวลาสามารถเปลี่ยนแปลงไปตามความเหมาะสม