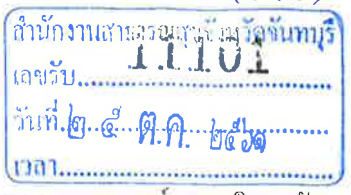
16/26





ศธ. ๐๕๑๖.๒๕/๔๙๗

คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์
ตำบลคลองหนึ่ง อำเภอคลองหลวง
ปทุมธานี ๑๒๑๒๑

๔ กันยายน ๒๕๖๑

เรื่อง ขอเชิญส่งบุคลากรในสังกัดเข้ารับการอบรมเชิงปฏิบัติการ เรื่อง "กลยุทธ์การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมให้ประสบผลสำเร็จในกลุ่มโรค NCDs"

เรียน นายแพทย์สาธารณสุขจังหวัด/ผู้อำนวยการโรงพยาบาล/สาธารณสุขอำเภอทุกอำเภอ

สิ่งที่ส่งมาด้วย ใบสมัคร โปสเตอร์ประชาสัมพันธ์ กำหนดการ จำนวน ๑ ชุด

ด้วยศูนย์ส่งเสริมสุขภาพ คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ได้จัดโครงการอบรมเชิงปฏิบัติการ เรื่อง "กลยุทธ์การปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ให้ประสบผลสำเร็จในกลุ่มโรค NCDs" ประจำปีงบประมาณ ๒๕๖๒ ระหว่างวันที่ ๑๗ – ๒๑ มิถุนายน ๒๕๖๒ โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อให้ผู้อบรมได้เพิ่มพูนความรู้เกี่ยวกับทฤษฎีสร้างเสริมสุขภาพ หลักการกำหนดพลังงานและสัดส่วนอาหาร หลักการออกกำลังกาย การติดตามและประเมินผลภาวะสุขภาพสำหรับการจัดทำคลินิก NCDs หรือโครงการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมและนำสู่การนำความรู้ไปประยุกต์ในการสร้างงานวิจัย นวัตกรรมได้อย่างเหมาะสมและมีคุณภาพภายใต้บทบาทวิชาชีพของตนเอง

ในการนี้ ศูนย์ส่งเสริมสุขภาพ คณะพยาบาลศาสตร์ จึงขอเรียนเชิญบุคลากรในสังกัดของท่านเข้าร่วมอบรมเชิงปฏิบัติการดังกล่าว โดยผู้อบรมสามารถเบิกค่าลงทะเบียนได้ตามระเบียบของทางราชการจากต้นสังกัด รวมทั้งไม่ถือเป็นวันลา โดยปฏิบัติตามหนังสือกระทรวงการคลังที่ กค ๐๔๐๙.๖/ว ๙๕ ลงวันที่ ๒ ตุลาคม ๒๕๔๙ ทั้งนี้ต้องได้รับอนุมัติจากผู้บังคับบัญชาก่อน ผู้สนใจสามารถสอบถามเพิ่มเติมได้ที่ นางสาวนาฏตยา รักไทย โทร. ๐ ๒๙๘๖๙๒๑๓ ต่อ ๗๓๖๒ หรือ ๐๘๘-๒๔๖๙๑๗๐ ทั้งนี้สามารถ Download รายละเอียดโครงการและใบสมัครได้ที่ www.nurse.tu.ac.th

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาและประชาสัมพันธ์ให้บุคลากรในสังกัดทราบโดยทั่วถึงกัน จักเป็นพระคุณยิ่ง

ขอแสดงความนับถือ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.พวงผกา คงวัฒนานนท์)
รองคณบดีฝ่ายพัฒนานักศึกษาและบริการวิชาการ ปฏิบัติการแทน
คณบดีคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์

ประชาสัมพันธ์ให้ทราบและดำเนินการต่อไป
๒๖ ต.ค. ๒๕๖๑

ศูนย์ส่งเสริมสุขภาพ
โทรศัพท์. ๐ ๒๙๘๖๙๒๑๓ ต่อ ๗๓๖๒
โทรสาร. ๐ ๒๕๑๖๕๓๘๑

๒๖ ต.ค. ๒๕๖๑

(นางยุพเยาว์ วิศพรรณ์)
นักวิเคราะห์นโยบายและแผนชำนาญการพิเศษ ปฏิบัติราชการแทน
นายแพทย์สาธารณสุขจังหวัดจันทบุรี

ใบสมัครโครงการอบรมเชิงปฏิบัติการ
"กลยุทธ์การปรับเปลี่ยนพฤติกรรม
ให้ประสบผลสำเร็จในกลุ่มโรค NCDs"

ประจำปีงบประมาณ 2562

ระหว่างวันที่ 17 – 21 มิถุนายน 2562

ณ ศูนย์ส่งเสริมสุขภาพ คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ศูนย์รังสิต

ชื่อ(นาย – นาง – นางสาว).....นามสกุล.....

สถานที่ในการออกใบสำคัญรับเงิน.....เลขที่.....

ถนน.....ตำบล/แขวง.....อำเภอ/เขต.....

จังหวัด.....รหัสไปรษณีย์.....เบอร์โทรศัพท์.....

กรณีตำแหน่งพยาบาลวิชาชีพโปรดระบุใบอนุญาตเลขที่.....

ท่านรับประทานอาหาร

☐ อาหารไทยทั่วไป ☐ อาหารอิสลาม ☐ อาหารเจ ☐ อาหารมังสวิรัติ

ท่านแพ้อาหาร/ไม่ทานอาหาร(โปรดระบุ).....

การชำระเงินค่าลงทะเบียน จำนวน 5,000 บาท ก่อนการอบรมอย่างน้อย 2 สัปดาห์

1. ชำระด้วยตนเองได้ที่ ศูนย์ส่งเสริมสุขภาพ คณะพยาบาลศาสตร์ อาคารราชสุดา ชั้น 1 มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ศูนย์รังสิต
2. ชำระโดยโอนผ่านธนาคารทหารไทย จำกัด (มหาชน)

เลขที่บัญชี 050 – 2 – 52357 - 4

ชื่อบัญชี คณะพยาบาลศาสตร์ (ศูนย์ส่งเสริมสุขภาพ)

ประเภท ออมทรัพย์ สาขา ธรรมศาสตร์ – รังสิต

และกรุณา ส่งเอกสารค่าลงทะเบียนมาที่

E-mail : natcha_kloy@hotmail.com

หรือ ID Line : 0805949163

สอบถามข้อมูลเพิ่มเติมได้ที่คุณนาฏตยา รักไทย

ณ ศูนย์ส่งเสริมสุขภาพ คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ศูนย์รังสิต

โทรศัพท์ 088 - 2469170

*หมายเหตุ : 1. ผู้สมัครต้องเคยผ่านการเข้าร่วมอบรมโครงการลดน้ำหนักอย่างไร ให้ประสบผลสำเร็จของศูนย์ส่งเสริมสุขภาพ คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์

2. กรณีชำระเงินค่าลงทะเบียนแล้ว ผู้สมัครไม่สามารถเข้าร่วมอบรมได้ ผู้จัดไม่คืนเงินค่าลงทะเบียน ในทุกกรณี

3. การลงทะเบียนจะเสร็จสิ้นสมบูรณ์เมื่อผู้สมัครชำระค่าลงทะเบียนมา โดยให้สิทธิ์แก่ผู้ที่ได้ชำระเข้ามาก่อน

4. ผู้เข้าร่วมอบรมแต่งกายโดยชุดออกกำลังกายตลอด 5 วัน

แนะนำที่พักภายในมหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ศูนย์รังสิต โดยผู้อบรมสามารถสำรองที่พักได้เอง ได้ที่

1. สถาบันเอเชียตะวันออกศึกษา (ศูนย์ญี่ปุ่น) โทรศัพท์ 02 5645000 - 3 ต่อ 314,306 หรือ 081-4043028
2. อาคาร DLUXX THAMMASAT โทรศัพท์ 02 1514000 ,02 1510044 หรือ 063 2038125

กำหนดการอบรมเชิงปฏิบัติการ เรื่อง "กลยุทธ์การปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ให้ประสบผลสำเร็จในกลุ่มโรคNCDs"

วันที่ ๑๗ มิถุนายน ๒๕๖๒

๐๗.๓๐ – ๐๘.๓๐ น. ลงทะเบียน
๐๘.๓๐ – ๐๙.๐๐ น. กล่าวต้อนรับ โดย หัวหน้าศูนย์ส่งเสริมสุขภาพ คณะพยาบาลศาสตร์
๐๙.๐๐ – ๑๑.๐๐ น. หลักการและนโยบายการทำงานของสมาพันธ์NCDsแห่งประเทศไทย
(รศ.นพ.สมบัติ มุ่งทวีพงษา, เลขาธิการสมาพันธ์NCDsแห่งประเทศไทย)
๑๑.๐๐ – ๑๒.๐๐ น. กิจกรรมเครือข่ายสัมพันธ์สร้างเสริมสุขภาพ (คุณนาฏตยา รักไทย,คุณกัลยาณี ชาวนา)
๑๒.๐๐ – ๑๓.๐๐ น. ฝึกปฏิบัติการจัดอาหารในกลุ่มโรคNCDsและรับประทานอาหารกลางวัน
๑๓.๐๐ – ๑๖.๐๐ น. หลักการจัดกิจกรรมปรับเปลี่ยนพฤติกรรมในกลุ่มโรคNCDs(คุณกัลยาณี ชาวนา)
(ผศ.สุรินทร์ รณเกียรติ, นักจิตวิทยาและผู้สร้างหลักสูตรผู้ให้การปรึกษาผู้ป่วยเรื้อรัง สปสช, คุณพรทิพย์ แม่นทรง)
๑๖.๐๐ – ๑๗.๐๐ น. ฝึกปฏิบัติการจัดอาหารในกลุ่มโรคNCDsและรับประทานอาหารเย็น(คุณกัลยาณี ชาวนา)

วันที่ ๑๘ มิถุนายน ๒๕๖๒

๐๘.๐๐ – ๐๙.๐๐ น. การประเมินพลังงานและสัดส่วนสารอาหารในกลุ่มโรคNCDs (คุณกัลยาณี ชาวนา)
๐๙.๐๐ – ๑๐.๐๐ น. การประเมินและการติดตามภาวะสุขภาพในกลุ่มโรคNCDs (พว.วรรรณี ศักดิ์สวัสดิ์)
๑๐.๐๐ – ๑๒.๐๐ น. หลักการออกกำลังกายในกลุ่มโรคNCDs (ดร.บวรลักษณ์ ทองทวี)
๑๒.๐๐ – ๑๓.๐๐ น. ฝึกปฏิบัติการจัดอาหารในกลุ่มโรคNCDsและรับประทานอาหารกลางวัน(คุณกัลยาณี ชาวนา)
๑๓.๐๐ – ๑๔.๐๐ น. หลักการออกกำลังกายในผู้ที่มีปัญหาข้อเข่าและหลัง(กก.ภูวรินทร์ นามแดง,กก.สมฤดี หาญมานพ)
๑๔.๐๐ – ๑๖.๐๐ น. ฝึกปฏิบัติการออกกำลังกายในกลุ่มโรคNCDsและธาราบำบัดผู้มีปัญหาข้อเข่าและหลัง
(อาจารย์ธนกร ไข่มุสิก, คุณสมยศ พรหมบุตร, พว.วรรรณี ศักดิ์สวัสดิ์, กก.ภูวรินทร์ นามแดง)
๑๖.๐๐ – ๑๗.๐๐ น. ฝึกปฏิบัติการจัดอาหารในกลุ่มโรคNCDsและรับประทานอาหารเย็น(คุณกัลยาณี ชาวนา)

วันที่ ๑๙ มิถุนายน ๒๕๖๒

๐๘.๐๐ – ๑๐.๐๐ น. แนวคิดทฤษฎีการส่งเสริมและปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ(ผศ.ดร.ปรีย์กมล รัชนกุล)
๑๐.๐๐ – ๑๒.๐๐ น. เส้นทางสู่ความสำเร็จในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมจากทฤษฎีสู่การปฏิบัติ(ผศ.ดร.จีราภรณ์ กรรมบุตร)
๑๒.๐๐ – ๑๓.๐๐ น. ฝึกปฏิบัติการจัดอาหารในกลุ่มโรคNCDsและรับประทานอาหารกลางวัน(คุณกัลยาณี ชาวนา)
๑๓.๐๐ – ๑๕.๐๐ น. การใช้แอปพลิเคชั่นเพื่อการสร้างเสริมสุขภาพ (หน่วยงานห้องปฏิบัติการวิจัยติดตามสุขภาพและ
รูปแบบการดำเนินชีวิต สำนักงานพัฒนาวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีแห่งชาติ)
๑๕.๐๐ – ๑๖.๓๐ น. ฝึกปฏิบัติการออกกำลังกายในกลุ่มโรคNCDsและธาราบำบัดผู้มีปัญหาข้อเข่าและหลัง
(คุณสมยศ พรหมบุตร, พว.วรรรณี ศักดิ์สวัสดิ์, กก.ภูวรินทร์ นามแดง)
๑๖.๓๐ – ๑๗.๐๐ น. ฝึกปฏิบัติการจัดอาหารในกลุ่มโรคNCDsและรับประทานอาหารเย็น(คุณกัลยาณี ชาวนา)

วันที่ ๒๐ มิถุนายน ๒๕๖๒

๐๘.๐๐ – ๐๙.๐๐ น. การประเมินและการจัดทำรายงานการติดตามภาวะโภชนาการในกลุ่มโรคNCDs(คุณกัลยาณี ชาวนา)
๐๙.๐๐ – ๑๒.๐๐ น. แนวทางการจัดทำนวัตกรรมการสร้างเสริมสุขภาพ
(รศ.ดร.ปิยธิดา นาคะเกษียร รองคณบดี ฝ่ายบริการวิชาการ คณะพยาบาลศาสตร์ ม.มหิดล)
๑๒.๐๐ – ๑๓.๐๐ น. ฝึกปฏิบัติการจัดอาหารในกลุ่มโรคNCDsและรับประทานอาหารกลางวัน(คุณกัลยาณี ชาวนา)
๑๓.๐๐ – ๑๕.๐๐ น. การประยุกต์หลักการและทฤษฎีสู่ผลงานวิจัยและนวัตกรรม (ผศ.ดร.ปรีย์กมล รัชนกุล)
๑๕.๐๐ – ๑๖.๓๐ น. ฝึกปฏิบัติการออกกำลังกายในกลุ่มโรคNCDsและธาราบำบัดผู้มีปัญหาข้อเข่าและหลัง
(คุณสมยศ พรหมบุตร, พว.วรรรณี ศักดิ์สวัสดิ์, กก.ภูวรินทร์ นามแดง)
๑๖.๐๐ – ๑๗.๐๐ น. ฝึกปฏิบัติการจัดอาหารในกลุ่มโรคNCDsและรับประทานอาหารเย็น(คุณกัลยาณี ชาวนา)

วันที่ ๒๑ มิถุนายน ๒๕๖๒

๐๘.๐๐ – ๐๙.๐๐ น. พัฒนาเครือข่ายแกนนำชุมชนอย่างไรให้มีคุณภาพในกลุ่มโรคNCDs (ผศ.ดร.จุลจราพร สินศิริ)
๐๙.๐๐ – ๑๒.๐๐ น. คลินิกปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ...ทำอย่างไรให้ประสบผลสำเร็จ
(พว.ลาวัณย์ ประสงค์ดี หัวหน้าคลินิกDPAC รพ.ทัพทัน จ.อุทัยธานี)
๑๒.๐๐ – ๑๓.๐๐ น. ฝึกปฏิบัติการจัดอาหารในกลุ่มโรคNCDsและรับประทานอาหารกลางวัน
๑๓.๐๐ – ๑๔.๓๐ น. สัมภาษณ์ผู้ปฏิวัติสุขภาพสำเร็จในกลุ่มโรคNCDs
๑๔.๓๐ – ๑๕.๓๐ น. มอบประกาศนียบัตร โดย ท่านคณบดีคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์

หมายเหตุ : รับประทานอาหารว่าง เวลา ๑๐.๓๐ – ๑๐.๔๕ น. และ ๑๔.๓๐ – ๑๔.๔๕ น.

คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์
โดยศูนย์ส่งเสริมสุขภาพ จัดโครงการ

CNEU 34

หน่วยคะแนน



ทฤษฎีสร้างเสริม
สุขภาพและนวัตกรรม

"กลยุทธ์
การปรับเปลี่ยนพฤติกรรม
ให้ประสบผลสำเร็จ
ในกลุ่มโรค NCDs"
17 – 21 มิ.ย. 2562

ค่าลงทะเบียน 5,000 บาท
รับจำนวนเพียง 45 คน



ทักษะในการจัดกิจกรรม
ปรับเปลี่ยนพฤติกรรม



การประเมินพลังงานและจัดอาหาร
กลุ่มโรค NCDs



การออกกำลังกายในกลุ่มโรค NCDs



การติดตามประเมินภาวะสุขภาพ
กลุ่มโรค NCDs

******ข่าวดี**

-รางวัลนวัตกรรมสร้างเสริมสุขภาพ 5,000 บาท

-รางวัลผู้ปฏิวัติสุขภาพสำเร็จในกลุ่มโรคNCDs 5,000 บาท

ผู้สนใจสอบถามข้อมูลเพิ่มเติมได้ที่

คุณนาฎตยา รักไทย

ศูนย์ส่งเสริมสุขภาพ คณะพยาบาลศาสตร์

มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ศูนย์รังสิต

โทรศัพท์ 088 – 2469170

ID Line : 0805949163

ทั้งนี้สามารถ Download รายละเอียด
โครงการและใบสมัครได้ที่
www.nurse.tu.ac.th

กลุ่มเป้าหมาย พยาบาลวิชาชีพ บุคลากรด้านสุขภาพ และผู้ที่สนใจ
โดยต้องผ่านการอบรม โครงการลดน้ำหนักอย่างไร ให้ประสบผลสำเร็จ
ของศูนย์ส่งเสริมสุขภาพ คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์