



แบบรายงานการเข้าร่วมประชุม / ล้มมนา / ฝึกอบรม / ศึกษาตุงาน

ชื่อ-สกุล อาจารย์พรวิณี แก้วมั่งเมือง	ตำแหน่ง: อาจารย์ประจำ				
สังกัดหน่วยงาน: กลุ่มวิชาการพยาบาลสุขภาพจิตและจิตเวช					
กิจกรรม	○ การสัมมนา ○ การฝึกอบรม ○ การประชุมเชิงวิชาการ ○ การประชุมเชิงปฏิบัติการ ○ อื่นๆ (ระบุ). อ้างอิงแบบคำขอไปร่วมประชุมสัมมนา/ฝึกอบรม เลขที่....493(11)....../...2562.....				
เรื่อง	Healthy Oraganization ครั้งที่ 10				
หน่วยงานที่จัด	เครือข่ายคนไทยไร้พุง ราชวิทยาลัยอายุรแพทย์แห่งประเทศไทย และสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ				
สถานที่จัด	อาคารศูนย์เรียนรู้สุขภาวะ สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ กรุงเทพฯ				
วัน เดือน ปี	27 กันยายน 2562				
ค่าใช้จ่าย	งบประมาณที่เบิก ○ ไม่มี ○ มี จำนวน.....1,300.....บาท งบประมาณที่จ่ายจริง ○ ไม่มี ○ มี จำนวน.....บาท งบประมาณที่ดิน/เบิกเพิ่ม ○ ไม่มี ○ มี จำนวน.....บาท				
ใบเกียรติบัตร/วุฒิ	☒ ได้รับ ○ ไม่ได้รับเนื่องจาก..... ○ ไม่มี				

สรุปลักษณะสำคัญ



“การสร้างเสริมสุขภาพประชาชนวัยทำงานในองค์กร ด้วยการวางระบบ Intervention & Tools เพื่อพัฒนาองค์กรไปสู่การเป็น Healthy Organization” โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อให้ประชาชนวัยทำงานในองค์กรได้รับความรู้ในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเพื่อให้มีสุขภาพดี ห่างไกลจากการเกิดโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง องค์กรที่เข้าร่วมโครงการสามารถนำแนวทางไปสู่การปฏิบัติได้โดยสามารถนำตัวอย่าง, แนวทาง, สื่อความรู้ไปใช้ในการปรับเปลี่ยนสภาพแวดล้อมในองค์กร ให้เอื้ออำนวยต่อการสร้างเสริมสุขภาพของบุคลากรในองค์กรด้วย ใน 6 องค์ประกอบหลัก ได้แก่

Healthy Policy มีตัวอย่างนโยบายสุขภาพให้พิจารณา, แบบฟอร์มสำรวจความต้องการของพนักงาน เพื่อนำข้อมูลมาประกอบการกำหนดนโยบายหรือกิจกรรมที่เกี่ยวข้อง รวมถึงรายการข้อมูลที่ต้องเก็บก่อนและหลังดำเนินการเพื่อประเมินผล เช่น ผลการตรวจสุขภาพพนักงานเป็นประจำต่อเนื่อง และให้พนักงานมีส่วนร่วมในการออกแบบกิจกรรมการสร้างเสริมสุขภาพ

Healthy Workshop

มีตัวอย่างคอร์สอบรมสร้างเสริมสุขภาพให้กับพนักงาน และช่องทางในการติดต่อติดต่อวิทยากร เพื่อให้พนักงานมีความรู้และฝึกปฏิบัติในการป้องกันและแก้ไขปัญหาด้านสุขภาพตรงจุดมากที่สุด

Healthy Canteen

มีสื่อสำเร็จรูปสามารถ Download จาก Website ไปใช้ในการปรับโรงอาหารขององค์กร รวมถึงสามารถขอคำปรึกษาจากทีมนักกำหนดอาหาร เช่น ป้ายความรู้ด้านโภชนาการ ทำป้ายส่งเสริมลดการปรุงเครื่องปรุง เป็นต้น

Healthy Space

มีตัวอย่างการดำเนินการจากองค์กรต่างๆ ให้พิจารณาปรับใช้ให้สอดคล้องกับบริบทขององค์กร โดยอาจจัดห้องออกกำลังกาย หรือ สร้างระบบเพื่อนชวนเพื่อนออกกำลังกาย

Healthy Meeting

มี Clip วิดีโอตัวอย่างสำหรับ Exercise break และตัวอย่างการจัดของว่างในการประชุมที่มีพลังงานไม่เกิน 200 Kcal ตามหลักการ Healthy Break ขยับร่างกายด้วยการยืดเหยียดกล้ามเนื้อ เป็นประโยชน์ต่อสุขภาพและลดภาระค่าใช้จ่ายในการประชุม

Healthy Tournament

มี รูปแบบกิจกรรมโครงการ, Application ให้นำไปใช้จัดการแข่งขันสร้างเสริมสุขภาพด้วยความสนุกสนานและเกิดประโยชน์ต่อสุขภาพ



หากองค์กรพัฒนาไปสู่การเป็น “Healthy Organization” จะเกิดผลดี คือ 1) พนักงานมีสุขภาพที่ดีขึ้น 2) ลดวันลาป่วยและลดค่าใช้จ่ายที่เกี่ยวข้องกับการดูแลสุขภาพความเจ็บป่วย 3) พนักงานมีความสุขสามารถปฏิบัติงานให้กับองค์กรได้เต็มที่และนานขึ้น 4) เกิดความสามัคคี 5) สร้างภาพลักษณ์ที่ดีให้กับองค์กร 6) นำความรู้ไปพัฒนาต่อยอดในการสร้างเสริมสุขภาพ

ประโยชน์ที่ได้รับ

1. ได้พบปะสมาชิกขององค์กรต่างๆ ทำความรู้จักและแลกเปลี่ยนประสบการณ์ทำงาน เพื่อเป็นเครือข่ายในอนาคต
2. ได้รับการแนะนำโครงการ แนวทางการดำเนินการโครงการขององค์กร

3. ได้รับแนวทางการพัฒนาองค์กรไปสู่การเป็น Healthy Organization เพื่อนำไปสู่การสร้างเสริมสุขภาพพนักงานต่อไป	
แนวทางในการนำความรู้ที่ได้รับมาปรับปรุงการทำงาน	
หัวข้อการปรับปรุง/พัฒนา	หมายเหตุ
เป็นองค์ความรู้ใหม่เพื่อพัฒนาให้เกิดโครงการ Healthy Organization ขององค์กรร่วมกับการเป็นผู้นำภาวะสุขภาพตามวัตถุประสงค์ของศูนย์ความเป็นเลิศทางการแพทย์	-
เอกสารที่แนบมาด้วย	
- ผู้รายงาน..... (...อาจารย์พรวิทย์ แก้วมั่งเมือง.....)/...../.....	
ความคิดเห็นของรองอธิการบดี ☐ ฝ่ายบริหาร ☐ ฝ่ายวิชาการ ☐ ฝ่ายกิจการนักศึกษา	
..... ลงชื่อ..... (.....)/...../.....	
ความคิดเห็นของอธิการบดี	
..... ลงชื่อ..... (ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. อินทร์ จันทร์เจริญ.....)/...../.....	

