ภาพกิจกรรมโรงเรียนสานใจ สูงวัยเปาะเส้ง

กิจกรรม: หมวดวิชาชีวิตและสุขภาพ สุขภาพกาย (๓ อ.)

สอนโดยทีมวิทยากรจิตอาสาจาก รพ.สต.เปาะเส้ง














อาหารที่ควรเลือก
acer







ภาพกิจกรรมโรงเรียนผู้สูงอายุ

วันที่ ๖ พฤศจิกายน ๒๕๖๑ ณ อาคารอเนกประสงค์ หมู่ที่ ๑ ต.เปาะเส้ง จ.ยะลา

กิจกรรม: บรรยายเกี่ยวกับศาสนา













ภาพกิจกรรมโรงเรียนผู้สูงอายุ

วันที่ ๒๗ พฤศจิกายน ๒๕๖๑ ณ อาคารอเนกประสงค์ หมู่ที่ ๑ ต.เปาะเส้ง

กิจกรรม ๑.บรรยายเกี่ยวกับศาสนา

๒.การทำสมุนไพรพอกเข่า













กิจกรรมฝึกปฏิบัติการทำสมุนไพรพอกเข่า

























ภาพกิจกรรมโรงเรียนผู้สูงอายุ

วันที่ ๑๓ พฤศจิกายน ๒๕๖๑ ณ อาคารอเนกประสงค์ หมู่ที่ ๑ ต.เปาะเส้ง

กิจกรรม ๑. สุขภาพกาย (๓ อ)

๒. การดูแลสุขภาพช่องปาก





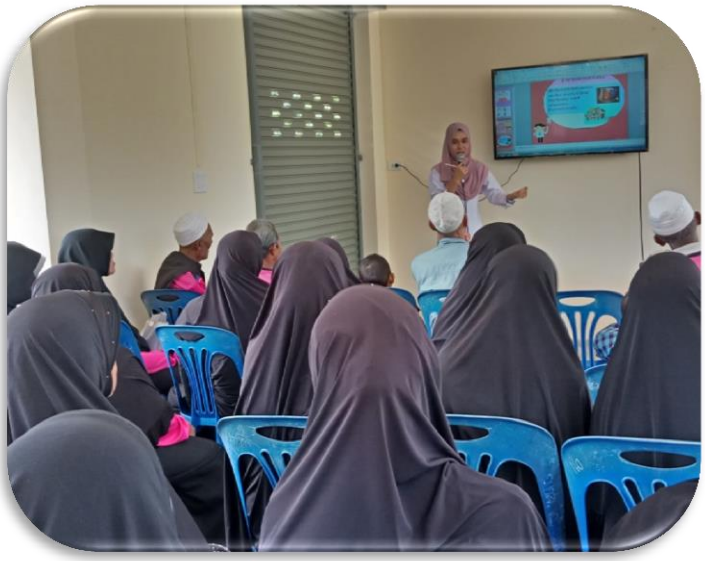




















ภาพกิจกรรมโรงเรียนผู้สูงอายุ

วันที่ ๒๐ พฤศจิกายน ๒๕๖๑ ณ อาคารอเนกประสงค์ หมู่ที่ ๑ ต.เปาะเส้ง

กิจกรรม ๑. สุขภาพใจ

๒. สภาพแวดล้อมที่อยู่อาศัยผู้สูงอายุ

























ภาพกิจกรรมโรงเรียนผู้สูงอายุ

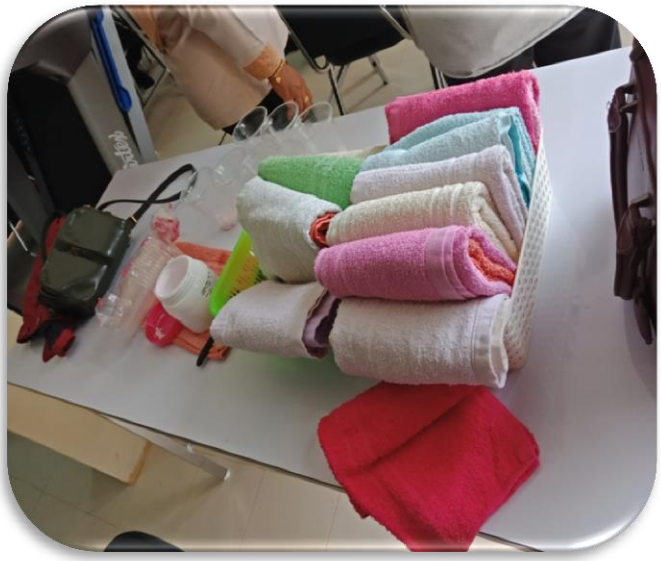
วันที่ ๔ ธันวาคม ๒๕๖๑ ณ อาคารอเนกประสงค์ หมู่ที่ ๑ ต.เปาะเส้ง

กิจกรรม ๑. บรรยายทฤษฎีการนวดแผนไทย

๒. ฝึกปฏิบัติการนวดแผนไทยธรรมชาติบำบัด













ภาพกิจกรรมโรงเรียนผู้สูงอายุ

วันที่ ๑๑ ธันวาคม ๒๕๖๑ ณ อาคารอเนกประสงค์ หมู่ที่ ๑ ต.เปาะเส้ง

กิจกรรม ๑. บรรยายเกี่ยวกับโรคต่าง ๆ ที่พบมากในวัยผู้สูงอายุ

๒. บรรยายเกี่ยวกับข้อควรระวังในการใช้ยาเบื้องต้น













ภาพกิจกรรมโรงเรียนผู้สูงอายุ

วันที่ ๑๘ ธันวาคม ๒๕๖๑ ณ อาคารอเนกประสงค์ หมู่ที่ ๑ ต.เปาะเส้ง

กิจกรรม ๑. บรรยายการฝึกอาชีพเพิ่มเติมเพิ่มรายได้ ลดรายจ่าย

๒. กิจกรรมฝึกปฏิบัติวิธีการนวดหน้า

























ภาพกิจกรรมโรงเรียนผู้สูงอายุ

วันที่ ๒๕ ธันวาคม ๒๕๖๑ ณ อาคารอเนกประสงค์ หมู่ที่ ๑ ต.เปาะเส้ง

๑. กิจกรรมฝึกปฏิบัติการทำยาหม่อง และยาดม

























ภาพกิจกรรมโรงเรียนผู้สูงอายุ

วันที่ ๑๕ มกราคม ๒๕๖๒ ณ อาคารอเนกประสงค์ หมู่ที่ ๑ ต.เปาะเส้ง

๑. กิจกรรม จิตอาสาเพื่อชีวิตและสังคม

๒. การใช้เทคโนโลยีเพื่อการสื่อสาน

























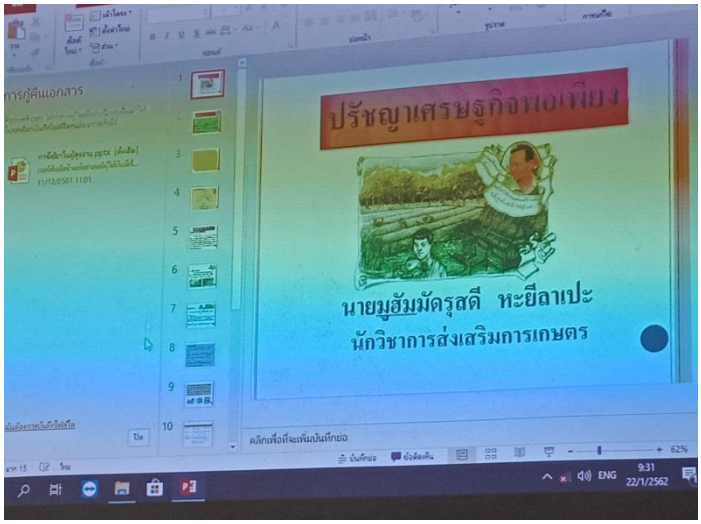
ภาพกิจกรรมโรงเรียนผู้สูงอายุ

วันที่ ๒๒ มกราคม ๒๕๖๒ ณ อาคารอเนกประสงค์ หมู่ที่ ๑ ต.เปาะเส้ง

กิจกรรม ๑. บรรยายเกี่ยวหลักเศรษฐกิจพอเพียง โดย เกษตร อ.เมืองยะลา

๒. การจัดทำบัญชีครัวเรือน โดย กศน.อำเภอเมืองยะลา

๓. ฝึกปฏิบัติการทำสลัดโรล โดย กศน.อำเภอเมืองยะลา






























สาธิตการทำสลัดโรล


สาธิตการทำสลัดโรล


สาธิตการทำสลัดโ


สาธิตการทำสลัดโรล













ภาพกิจกรรมโรงเรียนผู้สูงอายุ

วันที่ ๒๙ มกราคม ๒๕๖๒ ณ อาคารอเนกประสงค์ หมู่ที่ ๑ ต.เปาะเส้ง

กิจกรรม ๑. การออกกำลังกายที่เหมาะสมในผู้สูงอายุ โดย มรย.ยะลา

๒. การเล่นเกมในผู้สูงอายุ



















สาธิตการทำสลดโรล





