

หลักสูตรกิจกรรมการศึกษาเพื่อพัฒนาสังคมและชุมชน

โครงการพัฒนาสังคมและชุมชนส่งเสริมความรู้เรื่องมลพิษทางอากาศ PM2.5 และการป้องกันสุขภาพที่ยั่งยืน

จำนวน 10 ชั่วโมง

ศูนย์ส่งเสริมการเรียนรู้ระดับอำเภอบึงสามัคคี

ความเป็นมา

ในปัจจุบัน ปัญหาสิ่งแวดล้อมได้ทวีความรุนแรงขึ้นอย่างต่อเนื่อง ไม่ว่าจะเป็นภาวะโลกร้อน มลพิษทางอากาศ น้ำเสีย ขยะล้นเมือง และการสูญเสียทรัพยากรธรรมชาติอย่างรวดเร็ว สาเหตุสำคัญมาจากพฤติกรรมของมนุษย์ที่ใช้ทรัพยากรธรรมชาติอย่างไม่ยั่งยืน ขาดความตระหนักในการอนุรักษ์ และไม่มีการจัดการสิ่งแวดล้อม อย่างเหมาะสมการดูแลและอนุรักษ์สิ่งแวดล้อมจึงเป็นหน้าที่ของทุกภาคส่วน ทั้งภาครัฐ เอกชน และประชาชน ทั่วไป โดยเฉพาะในระดับท้องถิ่นและสถานศึกษาที่สามารถเป็นศูนย์กลางในการปลูกฝังจิตสำนึกด้านสิ่งแวดล้อม ให้แก่เยาวชน และประชาชนในชุมชน

ประเทศไทยเผชิญกับปัญหาสิ่งแวดล้อมที่ส่งผลกระทบต่อคุณภาพชีวิตของประชาชนอย่างรุนแรง หนึ่งในปัญหาสำคัญคือ ฝุ่นละอองขนาดเล็ก (PM 2.5) ซึ่งเป็นมลพิษทางอากาศที่ไม่สามารถมองเห็นด้วยตาเปล่า และมีขนาดเล็กกว่าเส้นผ่านศูนย์กลางของเส้นผมมนุษย์หลายเท่า ฝุ่น PM 2.5 สามารถแทรกซึมเข้าสู่ระบบทางเดิน หายใจ และกระแสเลือด ส่งผลกระทบต่อสุขภาพของมนุษย์ทั้งในระยะสั้น และระยะยาว เช่น ทำให้เกิดโรคระบบทางเดิน หายใจ หอบหืด โรคหัวใจ และเพิ่มความเสี่ยงต่อโรคเรื้อรังอื่น ๆ ในขณะเดียวกัน

ในการนี้ ศูนย์ส่งเสริมการเรียนรู้ระดับอำเภอบึงสามัคคี มีความตระหนักและเห็นความสำคัญ จึงได้ดำเนินการจัดทำ โครงการพัฒนาสังคมและชุมชนส่งเสริมความรู้เรื่องมลพิษทางอากาศ PM2.5 และการป้องกันสุขภาพที่ยั่งยืน ด้านภัยธรรมชาติ ขึ้นเพื่อป้องกัน และลดปัญหาที่เกิดจากฝุ่นละออง และสร้างภูมิคุ้มกันทางสังคม ให้กับเยาวชนโครงการนี้จึงมุ่งเน้นการให้ความรู้เกี่ยวกับสิ่งแวดล้อม ซึ่งครอบคลุมทั้งความปลอดภัยด้านสุขภาพ ในที่สุดจะ ช่วยให้เกิดความร่วมมือจากทุกภาคส่วนในการรักษาสิ่งแวดล้อมและพัฒนาสังคมอย่างยั่งยืน

หลักการของหลักสูตร

กิจกรรมการศึกษาเพื่อพัฒนาสังคมและชุมชน ก็มีหลักการดังนี้

1. ประชาชนที่เข้าร่วมกิจกรรมมีความรู้ความเข้าใจเพิ่มมากขึ้นเกี่ยวกับผลกระทบฝุ่น PM 2.5 และวิธีป้องกันตนเองให้ปลอดภัย เพื่อเสริมสร้างจิตสำนึกในการรักษาสิ่งแวดล้อม

จุดมุ่งหมาย

1. เพื่อให้ความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับผลกระทบของฝุ่น PM2.5 และวิธีป้องกันตนเองให้ปลอดภัย
2. เพื่อเสริมสร้างจิตสำนึกในการรักษาสิ่งแวดล้อมแก่ประชาชนกิจกรรมสามารถนำความรู้ที่ได้รับไปถ่ายทอดแก่ครอบครัว และอยู่ร่วมกันในสังคมได้

เป้าหมาย

1. เป้าหมายเชิงปริมาณ

กลุ่มเป้าหมาย คือ ประชาชนในตำบลวังชะโอน จำนวน 15 คน

2. เป้าหมายเชิงคุณภาพ

ประชาชนตำบลวังชะโอนที่เข้าร่วมกิจกรรมมีความรู้ ความเข้าใจเพิ่มมากขึ้นเกี่ยวกับผลกระทบ ฝุ่น PM 2.5 และวิธีป้องกันตนเองให้ปลอดภัย เพื่อเสริมสร้างจิตสำนึกในการรักษาสิ่งแวดล้อม

ระยะเวลา จำนวน 10 ชั่วโมง แยกเป็น

- ภาคทฤษฎี จำนวน 8 ชั่วโมง
- ภาคปฏิบัติ จำนวน 2 ชั่วโมง

โครงสร้างหลักสูตร

ที่	เรื่อง	จุดประสงค์การเรียนรู้	เนื้อหาวิชา	วิธีสอน/กิจกรรม	จำนวนชั่วโมง	
					ทฤษฎี	ปฏิบัติ
1	กิจกรรมโครงการพัฒนาสังคมและชุมชนส่งเสริมความรู้เรื่องมลพิษทางอากาศ PM2.5 และการป้องกันสุขภาพที่ยั่งยืน	1.1 เพื่อให้ความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับผลกระทบของฝุ่น PM2.5 และวิธีป้องกันสุขภาพที่ยั่งยืน 1.2 เพื่อเสริมสร้างจิตสำนึกในการรักษาสิ่งแวดล้อมแก่ประชาชน	- บรรยายให้ความรู้เกี่ยวกับการอนุรักษ์และการรักษาสิ่งแวดล้อม - การจัดการขยะและวัสดุ - การประหยัดพลังงานและทรัพยากร - การเพิ่มพื้นที่สีเขียวและ 10 วิธีดูแลสิ่งแวดล้อมง่ายๆให้โลกน่าอยู่ - ผลกระทบของฝุ่น PM 2.5 และวิธีป้องกันฝุ่น PM 2.5 - วิธีเลือกหน้ากากอนามัยที่ตรงกับการใช้งาน	- บรรยายให้ความรู้เกี่ยวกับการรักษาสิ่งแวดล้อม การกำจัดขยะและวัสดุ - การเพิ่มพื้นที่สีเขียวและ 10 วิธีดูแลสิ่งแวดล้อมง่ายๆให้โลกน่าอยู่ - ผลกระทบของฝุ่น PM 2.5 และวิธีป้องกันฝุ่น PM 2.5 - วิธีเลือกหน้ากากอนามัยที่ตรงกับการใช้งาน - การเช็คค่าฝุ่น และแอปพลิเคชันติดตามสถานการณ์	8	2

ที่	เรื่อง	จุดประสงค์การเรียนรู้	เนื้อหาวิชา	วิธีสอน/กิจกรรม	จำนวนชั่วโมง	
					ทฤษฎี	ปฏิบัติ
			- การเช็คค่าฝุ่น และแอปพลิเคชันติดตามสถานการณ์ - การลดมลพิษฝุ่น PM 2.5 เพื่อคุณภาพชีวิตที่ยั่งยืน - 5 หลักการปรับพฤติกรรม เพื่อสุขภาพดีอย่างยั่งยืน - การสร้างแรงจูงใจดูแลสุขภาพยั่งยืน - เทรนด์สุขภาพยุคใหม่เพื่อความยั่งยืน	- การลดมลพิษฝุ่น PM 2.5 เพื่อคุณภาพชีวิตที่ยั่งยืน - 5 หลักการปรับพฤติกรรม เพื่อสุขภาพดีอย่างยั่งยืน - การสร้างแรงจูงใจดูแลสุขภาพด้วยวิถีธรรมชาติที่ยั่งยืนและเข้าใจง่าย - เทรนด์สุขภาพยุคใหม่เพื่อความยั่งยืน - แลกเปลี่ยนเรียนรู้ระหว่างผู้เข้ารับการอบรมและวิทยากร - สรุปลองค์ความรู้เรื่องมลพิษทางอากาศ PM2.5 และการป้องกันสุขภาพที่ยั่งยืน		

การจัดกระบวนการเรียนรู้

1. ศึกษาข้อมูลจากเอกสาร , สื่ออิเล็กทรอนิกส์ , สื่ออินเทอร์เน็ต
2. ผู้รู้ / การอภิปราย แลกเปลี่ยนเรียนรู้
3. ฝึกปฏิบัติจริง

สื่อการเรียนรู้

1. สื่อสิ่งพิมพ์ ได้แก่ หนังสือ , เอกสาร , ใบความรู้
2. สื่ออิเล็กทรอนิกส์ / สื่ออินเทอร์เน็ต

การวัดผลประเมินผล

1. การประเมินความรู้ภาคทฤษฎีระหว่างเรียนและจบหลักสูตร
2. การประเมินผลงานระหว่างเรียนจากการปฏิบัติ ได้ผลงานที่มีคุณภาพสามารถสร้างรายได้และจบหลักสูตร

- 1.ชื่อโครงการ โครงการพัฒนาสังคมและชุมชนส่งเสริมความรู้เรื่องมลพิษทางอากาศ PM2.5 และการป้องกันสุขภาพที่ยั่งยืน

2. ความสอดคล้องกับจุดเน้นการดำเนินงาน

สอดคล้องกับจุดเน้นการดำเนินงาน กรมส่งเสริมการเรียนรู้ ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. 2569

6. ขยายโอกาสการเรียนรู้ให้ครอบคลุมทุกกลุ่มเป้าหมาย

6.2 จัดการเรียนรู้เชิงรุกสำหรับกลุ่มประชาชน ผู้สูงอายุ และกลุ่มชาติพันธุ์ ด้วยกระบวนการเรียนรู้ที่สอดคล้องกับวิถีชีวิตและวัฒนธรรม โดยยึดหลัก “ไม่ทิ้งใครไว้ข้างหลัง

6.3 ส่งเสริมการเรียนรู้ระหว่างวัย และการเตรียมความพร้อมสู่สังคมสูงวัยอย่างมีคุณภาพผ่านพื้นที่กิจกรรมที่เอื้อต่อการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ซึ่งระหว่างคนต่างวัย

สอดคล้องกับพันธกิจของ สกร.ระดับอำเภอบึงสามัคคี ประจำปีงบประมาณ 2569

2. พัฒนาคุณภาพผู้เรียนและการยกระดับคุณภาพชีวิตของผู้เรียนทุกช่วงวัย

2.4 ส่งเสริมการดูแลสุขภาพกายและสุขภาพจิตของผู้เรียนอย่างยั่งยืน โดยการพัฒนาสภาพแวดล้อมในสถานศึกษาให้เพื่อเอื้อต่อการมีสุขภาวะที่ดี ควบคู่กับการปลูกฝังพฤติกรรมสุขภาพที่เหมาะสม

3. หลักการและเหตุผล

ในปัจจุบัน ปัญหาสิ่งแวดล้อมได้ทวีความรุนแรงขึ้นอย่างต่อเนื่อง ไม่ว่าจะเป็นภาวะโลกร้อน มลพิษทางอากาศ น้ำเสีย ขยะล้นเมือง และการสูญเสียทรัพยากรธรรมชาติอย่างรวดเร็ว สาเหตุสำคัญมาจากพฤติกรรมของมนุษย์ที่ใช้ทรัพยากรธรรมชาติอย่างไม่ยั่งยืน ขาดความตระหนักในการอนุรักษ์ และไม่มีการจัดการสิ่งแวดล้อม อย่างเหมาะสมการดูแลและอนุรักษ์สิ่งแวดล้อมจึงเป็นหน้าที่ของทุกภาคส่วน ทั้งภาครัฐ เอกชน และประชาชน ทั่วไป โดยเฉพาะในระดับท้องถิ่นและสถานศึกษา ที่สามารถเป็นศูนย์กลางในการปลูกฝังจิตสำนึกด้านสิ่งแวดล้อม ให้แก่เยาวชนและประชาชนในชุมชน ประเทศไทยเผชิญกับปัญหาสิ่งแวดล้อมที่ส่งผลกระทบต่อคุณภาพชีวิตของประชาชนอย่างรุนแรง หนึ่งในปัญหาสำคัญคือ ฝุ่นละอองขนาดเล็ก (PM 2.5) ซึ่งเป็นมลพิษทางอากาศที่ไม่สามารถมองเห็นด้วยตาเปล่า และมีขนาดเล็กกว่าเส้นผ่านศูนย์กลางของเส้นผมมนุษย์หลายเท่า ฝุ่น PM 2.5 สามารถแทรกซึมเข้าสู่ระบบทางเดิน หายใจและกระแสเลือด ส่งผลกระทบต่อสุขภาพของมนุษย์ทั้งในระยะสั้นและระยะยาว เช่น ทำให้เกิดโรคระบบทางเดิน หายใจหอบหืด โรคหัวใจ และเพิ่มความเสี่ยงต่อโรคร้ายอื่น ๆ ในขณะเดียวกัน

ในการนี้ ศูนย์ส่งเสริมการเรียนรู้ระดับอำเภอบึงสามัคคี มีความตระหนักและเห็นความสำคัญ จึงได้ดำเนินการจัดทำ โครงการพัฒนาสังคมและชุมชนส่งเสริมความรู้เรื่องมลพิษทางอากาศ PM2.5 และการป้องกันสุขภาพที่ยั่งยืนขึ้นเพื่อป้องกัน และลดปัญหาที่เกิดจากฝุ่นละออง และสร้างภูมิคุ้มกันทางสังคมให้กับเยาวชนโครงการนี้จึงมุ่งเน้นการให้ความรู้เกี่ยวกับสิ่งแวดล้อม ซึ่งครอบคลุมทั้งความปลอดภัยด้านสุขภาพ ในที่สุดจะ ช่วยให้เกิดความร่วมมือจากทุกภาคส่วนในการรักษาสิ่งแวดล้อมและพัฒนาสังคมอย่างยั่งยืน

4. วัตถุประสงค์

4.1 เพื่อให้มีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับผลกระทบของฝุ่น PM2.5 และวิธีป้องกันสุขภาพที่ยั่งยืน

4.2 เพื่อเสริมสร้างจิตสำนึกในการรักษาสิ่งแวดล้อมแก่ประชาชน

5. กลุ่มเป้าหมาย/เป้าหมายและตัวชี้วัด

เชิงปริมาณ

ประชาชนตำบลวังชะโอน จำนวน 15 คน

เป้าหมายและตัวชี้วัดความสำเร็จ

เชิงผลผลิต (Output) : ประชาชนผู้เข้าร่วมโครงการ จำนวน 15 คน

เชิงผลลัพธ์(Outcomes) : ประชาชนตำบลวังชะโอนที่เข้าร่วมกิจกรรมมีความรู้ความเข้าใจเพิ่มมากขึ้น

เกี่ยวกับผลกระทบ ฝุ่นPM 2.5 และวิธีป้องกันตนเองให้ปลอดภัย เพื่อเสริมสร้างจิตสำนึกในการรักษาสิ่งแวดล้อม

6. วิธีการดำเนินงาน

กิจกรรมหลัก	วัตถุประสงค์	กลุ่มเป้าหมาย	เป้าหมาย Output	พื้นที่ ดำเนินการ	ระยะเวลา	งบประมาณ
1. ขั้นวางแผน(Plan) 1.1 สสำรวจสภาพ ปัญหาความต้องการ และวิเคราะห์ความ ต้องการ 1.2 เขียนโครงการ เสนอขออนุมัติ 1.3 ประสานงานแจ้ง กำหนดการประชุม 1.4 ประสานสถานที่ 1.5 จัดเตรียมเอกสาร วัสดุ อุปกรณ์	1. เพื่อสำรวจความ ต้องการของประชาชน 2. เพื่อชี้แจงกำหนด แผนการดำเนินงาน 3. ประสานติดต่อ วิทยากร 4. จัดเตรียมสถานที่ 5. จัดเตรียมเอกสาร วัสดุ อุปกรณ์	บุคลากร สกร. ระดับอำเภอ บึงสามัคคี ครู สกร.	8 คน 1 คน	สกร.ระดับ อำเภอ บึงสามัคคี สกร.ระดับ ตำบลวัง ชะโอน	3 – 5 สิงหาคม 2569 10 – 11 สิงหาคม 2569	
2. ขั้นตอนดำเนินงาน(Do) 2.1 จัดอบรมโครงการ พัฒนาสังคมและชุมชน	1. เพื่อให้มีความรู้ความ เข้าใจเกี่ยวกับ ผลกระทบของฝุ่น PM2.5 และวิธีป้องกัน สุขภาพที่ยั่งยืน	ประชาชนทั่วไป	15 คน	สกร.ระดับ ตำบลวัง ชะโอน	14 -15 สิงหาคม 2569	4,400.-

/ส่งเสริมความรู้.....

กิจกรรมหลัก	วัตถุประสงค์	กลุ่มเป้าหมาย	เป้าหมาย Output	พื้นที่ ดำเนินการ	ระยะเวลา	งบประมาณ
ส่งเสริมความรู้เรื่องมลพิษทางอากาศ PM 2.5 และการป้องกันสุขภาพที่ยั่งยืน	2. เพื่อเสริมสร้างจิตสำนึกในการรักษาสิ่งแวดล้อมแก่ประชาชน					
3. ^{ขั้น} ตรวจสอบ (Check) 3.1 การประเมินผลก่อนโครงการ 3.2 การประเมินผลระหว่างโครงการ 3.3 การประเมินผลเมื่อเสร็จสิ้นโครงการ	1. เพื่อตรวจสอบความพร้อม ความต้องการ และความเป็นไปได้ของโครงการ 2. เพื่อปรับปรุงแก้ไขแผนงานให้ดำเนินไปได้ด้วยดีพัฒนางานให้ดีขึ้น 3. เพื่อวัดความสำเร็จของงานนำบทเรียนไปใช้พัฒนาโครงการในครั้งต่อไป	คณะนิเทศ ตรวจเยี่ยม ครู ศกร.	3 คน 1 คน	ศกร.ระดับ ตำบลวัง ชะโอน	14 - 15 สิงหาคม 2569	
4) ^{ขั้น} ปรับปรุงแก้ไข (Action) 4.1 รวบรวมข้อมูลวิเคราะห์ข้อมูลสรุปและจัดทำรายงานการประเมินโครงการ 4.2 ประชุมคณะทำงานเพื่อนำข้อมูลจากการประเมินโครงการไปใช้ปรับปรุงแก้ไขและพัฒนาดำเนินโครงการต่อไป	เพื่อสรุปผลการดำเนินงาน และนำผลที่ได้มาปรับปรุง แก้ไขในครั้งต่อไป	สกร.ระดับ อำเภอ บึงสามัคคี	1 คน	สกร.ระดับ อำเภอ บึงสามัคคี	17 - 21 สิงหาคม 2569	

7. งบประมาณ

แผนงานยุทธศาสตร์พัฒนาคุณภาพการศึกษาและการเรียนรู้ ผลผลิตผู้รับบริการการเรียนรู้เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิต กิจกรรมการเรียนรู้เพื่อพัฒนาตนเอง งบดำเนินงาน เพื่อเป็นค่าใช้จ่ายจัดการเรียนรู้เพื่อพัฒนาตนเอง ไตรมาส 3 – 4 รหัสงบประมาณ 20334332005002000000 กิจกรรมหลัก 20334690003200000 แหล่งของเงิน 6911200 จำนวน 4,400 บาท (-สี่พันสี่ร้อยบาทถ้วน-) รายละเอียดดังนี้

1. ค่าอาหารกลางวัน 15 คน x 120 บาท x 2 มื้อ เป็นเงิน 3,600 บาท ขอเบิกเพียง 2,640 บาท
2. ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม 15 คน x 35 บาท x 4 มื้อ เป็นเงิน 2,100 บาท ขอเบิกเพียง 1,540 บาท
3. ค่าวัสดุ เป็นเงิน 220 บาท

รวมเป็นเงินทั้งสิ้น 4,400.- บาท (-สี่พันสี่ร้อยบาทถ้วน-)

(โดยขอเฉลี่ยจ่ายตามความเป็นจริงทุกรายการ)

8. แผนการใช้จ่ายงบประมาณ

กิจกรรมหลัก	ไตรมาสที่ 1 ต.ค. 68 - ธ.ค. 68	ไตรมาสที่ 2 ม.ค. 69 - มี.ค. 69	ไตรมาสที่ 3 เม.ย. 69 - มิ.ย. 69	ไตรมาสที่ 4 ก.ค. 69 - ก.ย. 69
1.ประชุมวางแผนการดำเนินงาน				/
2.จัดทำ/ขออนุมัติโครงการ				/
3.ดำเนินงานตามโครงการ/กิจกรรม				/
4.การนิเทศติดตาม				/
5.สรุปและรายงานผลการดำเนินงาน				/

9. ผู้รับผิดชอบโครงการ

- นางสาวสุพัตรา ศรีเกตุ ครูศร.ระดับตำบลวังชะโอน

10. เครือข่าย

- โรงพยาบาลบึงสามัคคี
- ภูมิปัญญาท้องถิ่น/ผู้รู้/วิทยากร

11. โครงการที่เกี่ยวข้อง

- 11.1 โครงการด้านการพัฒนาทักษะชีวิต
- 11.2 โครงการด้านศาสตร์พระราชหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง

12. ผลที่คาดว่าจะได้รับ

- 12.1 ผู้เข้าร่วมกิจกรรมมีความรู้เท่าทันภัยของฝุ่น PM 2.5 ช่วยลดโรคทางเดินหายใจและภูมิแพ้ผิวหนัง
- 12.2 ผู้เข้าร่วมกิจกรรมสามารถป้องกันสุขภาพตนเองได้
- 12.3 ผู้เข้าร่วมกิจกรรมเลือกใช้น้ำกากอนามัยที่กันฝุ่นได้ดีและปรับพฤติกรรมหลีกเลี่ยงพื้นที่เสี่ยงได้ถูกต้อง

13. ดัชนีชี้วัดความสำเร็จ

ตัวชี้วัดผลผลิต

- ประชาชน มีทักษะในการพัฒนาคุณภาพชีวิต มีทัศนคติที่ถูกต้องในการดำรงชีวิตในสังคม

ตัวชี้วัดผลลัพธ์

- ร้อยละ 80 ของผู้เรียน/ผู้รับบริการที่ฝึกอบรมผ่านเกณฑ์การประเมินตามหลักสูตร

14. การติดตามประเมินผลโครงการ

- แบบสอบถามความพึงพอใจของผู้เข้าร่วมกิจกรรม
- สรุปผลการวิเคราะห์ผลการดำเนินกิจกรรม

ตารางการจัดกิจกรรม
โครงการพัฒนาสังคมและชุมชนส่งเสริมความรู้เรื่องมลพิษทางอากาศ PM 2.5
และการป้องกันสุขภาพที่ยั่งยืน วันที่ 14 - 15 สิงหาคม พ.ศ. 2569
สถานที่ ศกร.ระดับตำบลวังชะโอน หมู่ที่ 11 ตำบลวังชะโอน อำเภอ빙สามัคคี จังหวัดกำแพงเพชร

วันที่ 14 สิงหาคม พ.ศ. 2569

เวลา	กิจกรรม / เนื้อหา	ผู้รับผิดชอบ/ วิทยากร
08.30 – 09.00 น.	- รับลงทะเบียน/ชี้แจงรายละเอียดและวัตถุประสงค์ของโครงการ ให้กับผู้เข้ารับการอบรม/เปิดโครงการ	ครูศูนย์การเรียนรู้
09.00 – 12.00 น.	บรรยายให้ความรู้เกี่ยวกับให้ความรู้เกี่ยวกับ - ฝุ่นพิษวิกฤต PM2.5 ความท้าทายยุคโลกรวน - PM2.5 คืออะไร/แหล่งกำเนิดหลัก PM 2.5 - ฝุ่น PM2.5 ทำร้ายเราโดยไม่รู้ตัว - สาเหตุหลักของ PM2.5 - ผลกระทบต่อสุขภาพของฝุ่น PM 2.5 - วิธีป้องกัน ฝุ่น PM 2.5	วิทยากรจากโรงพยาบาลบึงสามัคคี - นายมานิชญ์ ขุนคำ
12.00 – 13.00 น.	พักรับประทานอาหารกลางวัน	
13.00 – 15.00 น.	บรรยายให้ความรู้เกี่ยวกับ - ระบบติดตาม PM2.5 การเช็คค่าฝุ่น และแอปพลิเคชันติดตาม สถานการณ์ - การปฏิบัติตัว สำหรับกลุ่มเสี่ยงในบ้าน - 6 วิธีช่วยลดฝุ่น PM 2.5 ช่วยโลก ช่วยเรา - การลดมลพิษฝุ่น PM 2.5 เพื่อคุณภาพชีวิตที่ยั่งยืน - ผู้เข้าร่วมโครงการ วิทยากรแลกเปลี่ยนเรียนรู้เรื่องมลพิษทาง อากาศ PM 2.5 - สรุปองค์ความรู้เรื่อง มลพิษทางอากาศ PM2.5	วิทยากรจากโรงพยาบาลบึงสามัคคี - นายมานิชญ์ ขุนคำ

หมายเหตุ

เวลา 10.30 – 10.45 น. พักรับประทานอาหารว่างพร้อมเครื่องดื่ม

เวลา 12.00 – 13.00 น. พักรับประทานอาหารกลางวัน

เวลา 14.30 – 14.45 น. พักรับประทานอาหารว่างพร้อมเครื่องดื่ม

กำหนดการอาจมีการเปลี่ยนแปลงได้ตามความเหมาะสม

ตารางการจัดกิจกรรม
โครงการพัฒนาสังคมและชุมชนส่งเสริมความรู้เรื่องมลพิษทางอากาศ PM 2.5
และการป้องกันสุขภาพที่ยั่งยืน วันที่ 14 - 15 สิงหาคม พ.ศ. 2569
สถานที่ ศก.ระดับตำบลวังชะโอน หมู่ที่ 11 ตำบลวังชะโอน อำเภอ빙สามัคคี จังหวัดกำแพงเพชร
วันที่ 15 สิงหาคม พ.ศ. 2569

เวลา	กิจกรรม / เนื้อหา	ผู้รับผิดชอบ/ วิทยากร
08.30 – 09.00 น.	- รับลงทะเบียน/ชี้แจงรายละเอียดและวัตถุประสงค์ของโครงการ ให้กับผู้เข้ารับการอบรม/เปิดโครงการ	ครูศูนย์การเรียนรู้
09.00 – 12.00 น.	บรรยายให้ความรู้เกี่ยวกับการรักษาสิ่งแวดล้อม - หลักการและวิธีการอนุรักษ์สิ่งแวดล้อมและทรัพยากรธรรมชาติ - แนวทางอนุรักษ์สิ่งแวดล้อม - การอนุรักษ์ทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม - การจัดการขยะและวัสดุ/แยกขยะ/ใช้ซ้ำและลดขยะอาหาร - การประหยัดพลังงานและทรัพยากร/ใช้พลังงานสะอาด - การเพิ่มพื้นที่สีเขียว/การฟื้นฟูป่าไม้และระบบนิเวศ/การบำบัด และจัดการสิ่งแวดล้อม - 10 วิธีดูแลสิ่งแวดล้อมง่ายๆให้โลกน่าอยู่ - ผู้เข้าร่วมโครงการแลกเปลี่ยนเรียนรู้เรื่องการรักษาสิ่งแวดล้อม	วิทยากรจากโรงพยาบาล빙สามัคคี - นายมานิชญ์ ขุนคำ
12.00 – 13.00 น.	พักรับประทานอาหารกลางวัน	
13.00 – 15.00 น.	บรรยายให้ความรู้เกี่ยวกับให้ความรู้เกี่ยวกับ การป้องกันสุขภาพที่ยั่งยืน - แนวทางปฏิบัติเพื่อสุขภาพดี - 5 หลักการปรับพฤติกรรม เพื่อสุขภาพดีอย่างยั่งยืน Sustainable Wellness - การสร้างแรงจูงใจดูแลสุขภาพด้วยวิถีธรรมชาติที่ยั่งยืนและเข้าใจง่าย - เทรนด์สุขภาพยุคใหม่เพื่อความยั่งยืน - สรุปองค์ความรู้เรื่องการป้องกันสุขภาพที่ยั่งยืน/ปิดโครงการ	วิทยากรจากโรงพยาบาล빙สามัคคี - นายมานิชญ์ ขุนคำ

หมายเหตุ

เวลา 10.30 – 10.45 น. พักรับประทานอาหารว่างพร้อมเครื่องดื่ม

เวลา 12.00 – 13.00 น. พักรับประทานอาหารกลางวัน

เวลา 14.30 – 14.45 น. พักรับประทานอาหารว่างพร้อมเครื่องดื่ม

กำหนดการอาจมีการเปลี่ยนแปลงได้ตามความเหมาะสม