



ประกาศเทศบาลเมืองเขลางค์นคร

เรื่อง การรับสมัครผู้สูงอายุเข้าร่วมกิจกรรมอบรมให้ความรู้หลักสูตรระยะสั้น
ตามโครงการส่งเสริมสวัสดิการสังคมผู้สูงอายุเทศบาลเมืองเขลางค์นคร

ด้วยเทศบาลเมืองเขลางค์นคร จะดำเนินโครงการส่งเสริมสวัสดิการสังคมผู้สูงอายุเทศบาลเมืองเขลางค์นคร มีวัตถุประสงค์เพื่อส่งเสริมให้ผู้สูงอายุได้มีส่วนร่วมในกิจกรรมต่าง ๆ ที่เป็นประโยชน์ ส่งเสริมให้ผู้สูงอายุได้รับความรู้ที่เป็นประโยชน์ต่อตนเองทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ และสังคม ดังนั้น เทศบาลเมืองเขลางค์นคร จึงเปิดรับสมัครผู้สูงอายุในเขตเทศบาลเมืองเขลางค์นครที่สนใจเข้าร่วมกิจกรรมโดยมีรายละเอียดดังนี้

๑. ระยะเวลาการรับสมัคร

วันที่ ๒๑ - ๓๑ พฤษภาคม ๒๕๖๒ (ในวันและเวลาราชการ)

๒. หลักสูตรที่เปิดรับสมัครและจำนวนที่รับสมัคร

ดำเนินการจัดการอบรมให้ความรู้หลักสูตรระยะสั้นแก่ผู้สูงอายุ จำนวน ๒ หลักสูตร หลักสูตรละ ๑๕ ชั่วโมง โดยรับสมัครผู้สูงอายุเพื่อเข้ารับการอบรม จำนวนหลักสูตรละ ๓๐ คน ประกอบด้วย

๑) หลักสูตร สุขภาพดี วิถีพอเพียง

- ความหมาย แนวคิด และวิถีปฏิบัติ ของสุขภาพพอเพียง และกินอย่างไรให้สุขภาพดี
- การออกกำลังกายสำหรับผู้สูงอายุแบบมณีเวช
- สุขภาพดีแบบการแพทย์วิถีธรรม ยา ๙ เม็ดรักษาทุกโรค และ ๐ บาทรักษาทุกโรค
- การดูแลสุขภาพจิตด้วยการทำสมาธิบำบัด

๒) หลักสูตร สุขภาพกับเสียงเพลง

- การเคลื่อนไหวร่างกายประกอบเพลงเพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ (ลีลาศ)
- กายบริหารร่างกายประกอบเพลง และอุปกรณ์
- การเคลื่อนไหวร่างกายประกอบเพลงเพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ (บาสโลบ)
- ดนตรีบำบัด

๓. หลักฐานการรับสมัคร

- | | |
|-----------------------------|--------------|
| ๑) ใบสมัครเข้าร่วมกิจกรรม | จำนวน ๑ ฉบับ |
| ๒) สำเนาบัตรประจำตัวประชาชน | จำนวน ๑ ฉบับ |
| ๓) สำเนาทะเบียนบ้าน | จำนวน ๑ ฉบับ |

๔. คุณสมบัติและจำนวนผู้เข้าร่วมกิจกรรม

- ๑) เป็นผู้สูงอายุที่มีอายุ ๖๐ ปี ขึ้นไป
- ๒) เป็นผู้สูงอายุที่มีชื่อและทะเบียนบ้านอยู่ในเขตเทศบาลเมืองเขลางค์นคร
- ๓) ผู้สูงอายุที่เข้าร่วมกิจกรรมของศูนย์ผู้สูงอายุเทศบาลเมืองเขลางค์นครต้องมีความพร้อมใน

การเดินทางมาเข้าร่วมการอบรมด้วยตนเอง

๕. ระยะเวลาการจัดกิจกรรม

ดำเนินการจัดกิจกรรมการอบรมให้ความรู้แก่ผู้สูงอายุ ทุกวันพฤหัสบดี เริ่มดำเนินกิจกรรม ตั้งแต่เดือนมิถุนายน - เดือนกรกฎาคม ๒๕๖๒ (วันที่ ๖, ๑๓, ๒๐, ๒๗ มิถุนายน ๒๕๖๒ และ ๔ กรกฎาคม ๒๕๖๒) เวลา ๐๙.๐๐ - ๑๒.๐๐ น.

๖. สถานที่จัดกิจกรรม

ศูนย์ผู้สูงอายุเทศบาลเมืองเขลางค์นคร หมู่ ๑๒ ตำบลชมพู อำเภอเมืองลำปาง จังหวัดลำปาง

๗. สถานที่ขอรับและยื่นใบสมัครเข้าร่วมกิจกรรม

สถานที่ขอรับใบสมัคร

๑) งานส่งเสริมสวัสดิการสังคม ฝ่ายส่งเสริมสวัสดิการสังคม กองสวัสดิการสังคม โรงเรียนบ้านดอนตัน (เดิม) หมู่ ๙ ตำบลชมพู อำเภอเมืองลำปาง จังหวัดลำปาง

๒) ประชาชนชุมชน

๓) ประธานคณะกรรมการกลุ่มผู้สูงอายุชุมชน

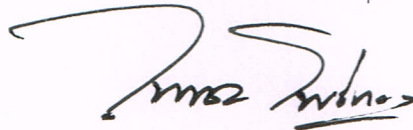
๔) ดาวนโหลตใบสมัครได้ที่ <http://www.kelangnakorn.go.th>

สถานที่ยื่นใบสมัคร

งานส่งเสริมสวัสดิการสังคม ฝ่ายส่งเสริมสวัสดิการสังคม กองสวัสดิการสังคม โรงเรียนบ้านดอนตัน (เดิม) หมู่ ๙ ตำบลชมพู อำเภอเมืองลำปาง จังหวัดลำปาง

๘. หากมีปัญหาหรือข้อสงสัยในการรับสมัคร สามารถติดต่อได้ที่ งานส่งเสริมสวัสดิการสังคม ฝ่ายส่งเสริมสวัสดิการสังคม กองสวัสดิการสังคม โรงเรียนบ้านดอนตัน (เดิม) หมู่ ๙ ตำบลชมพู อำเภอเมืองลำปาง จังหวัดลำปาง โทร ๐ ๕๔๓๒ ๔๒๑๗

ประกาศ ณ วันที่ ๑๔ เดือน พฤษภาคม พ.ศ. ๒๕๖๒



(นายไพฑูรย์ โพธิ์ทอง)
นายกเทศมนตรีเมืองเขลางค์นคร