

กำหนดการ

| วันที่ | เวลา | หัวข้อ | วิทยากร |
|----------|------------------|--|----------------------|
| ธันวาคม | 9.00 – 10.30 น. | - กิจกรรมสันตนาการ - อบรมเชิงปฏิบัติการการส่งเสริมสุขภาพ (อ.ออกกำลังกาย) | อ.นาตยา ดวงประทุม |
| | 10.30 – 10.45 น. | - รับประทานอาหารว่าง | |
| | 10.45 – 12.00 น. | - กิจกรรมสันตนาการ - อบรมเชิงปฏิบัติการการส่งเสริมสุขภาพ (อ.ออกกำลังกาย) (ต่อ) | |
| | 12.00 – 13.00 น. | - รับประทานอาหารกลางวัน | |
| | 13.00 – 14.30 น. | - อบรมเชิงปฏิบัติการ (ทำผลิตภัณฑ์น้ำมันไหลแก้ปวดเมื่อย) | |
| | 14.30 – 14.45 น. | - รับประทานอาหารว่าง | |
| | 14.45 – 16.30 น. | - กิจกรรมสันตนาการ - อบรมเชิงปฏิบัติการ (ทำผลิตภัณฑ์น้ำมันไหลแก้ปวดเมื่อย) (ต่อ) | |
| มีนาคม | 9.00 – 10.30 น. | - กิจกรรมสันตนาการ - อบรมเชิงปฏิบัติการการส่งเสริมสุขภาพ (อ.อาหาร) | อ.ธิดา เวียงปฏิ |
| | 10.30 – 10.45 น. | - รับประทานอาหารว่าง | |
| | 10.45 – 12.00 น. | - กิจกรรมสันตนาการ - อบรมเชิงปฏิบัติการการส่งเสริมสุขภาพ (อ.อาหาร) (ต่อ) | |
| | 12.00 – 13.00 น. | - รับประทานอาหารกลางวัน | |
| | 13.00 – 14.30 น. | - กิจกรรมสันตนาการ - อบรมเชิงปฏิบัติการ (ทำผลิตภัณฑ์ยาหม่องสมุนไพร) | |
| | 14.30 – 14.45 น. | - รับประทานอาหารว่าง | |
| | 14.45 – 16.30 น. | - กิจกรรมสันตนาการ - อบรมเชิงปฏิบัติการ (ทำผลิตภัณฑ์ยาหม่องสมุนไพร) (ต่อ) | |
| มิถุนายน | 9.00 – 10.30 น. | - กิจกรรมสันตนาการ - อบรมเชิงปฏิบัติการการส่งเสริมสุขภาพ (อ.อารมณ์และการจัดการความเครียด) | ผศ.ดร.ทัศพร ชูศักดิ์ |
| | 10.30 – 10.45 น. | - รับประทานอาหารว่าง | |
| | 10.45 – 12.00 น. | - กิจกรรมสันตนาการ - อบรมเชิงปฏิบัติการการส่งเสริมสุขภาพ (อ.อารมณ์และการจัดการความเครียด) (ต่อ) | |
| | 12.00 – 13.00 น. | - รับประทานอาหารกลางวัน | |
| | 13.00 – 14.30 น. | - กิจกรรมสันตนาการ - อบรมเชิงปฏิบัติการ (ทำผลิตภัณฑ์โลชั่นบำรุงผิว) | |
| | 14.30 – 14.45 น. | - รับประทานอาหารว่าง | |
| | 14.45 – 16.30 น. | - กิจกรรมสันตนาการ - อบรมเชิงปฏิบัติการ (ทำผลิตภัณฑ์โลชั่นบำรุงผิว) (ต่อ) | |

กำหนดการ

| วันที่ | เวลา | หัวข้อ | วิทยากร |
|---------|------------------|--|-----------------------------|
| สิงหาคม | 9.00 – 10.30 น. | - กิจกรรมสันตนาการ - อบรมเชิงปฏิบัติการการส่งเสริมสุขภาพ (อ.อนามัย สิ่งแวดล้อมและการป้องกันการพลัดตกหกล้ม) | อ.เฟื่องฟ้า รัตนาคณหุตานนท์ |
| | 10.30 – 10.45 น. | - รับประทานอาหารว่าง | |
| | 10.45 – 12.00 น. | - กิจกรรมสันตนาการ - อบรมเชิงปฏิบัติการการส่งเสริมสุขภาพ (อ.อนามัย สิ่งแวดล้อมและการป้องกันการพลัดตกหกล้ม) (ต่อ) | |
| | 12.00 – 13.00 น. | - รับประทานอาหารกลางวัน | |
| | 13.00 – 14.30 น. | - กิจกรรมสันตนาการ - อบรมเชิงปฏิบัติการ (ทำผลิตภัณฑ์สเปรย์แก้ปวดเมื่อย สำหรับผู้สูงอายุ) | |
| | 14.30 – 14.45 น. | - รับประทานอาหารว่าง | |
| | 14.45 – 16.30 น. | - กิจกรรมสันตนาการ - อบรมเชิงปฏิบัติการ (ทำผลิตภัณฑ์สเปรย์แก้ปวดเมื่อย สำหรับผู้สูงอายุ) (ต่อ) | |