



มหาวิทยาลัยมหิดล  
คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี



## ขอเชิญเข้าร่วมการสัมมนาก่อนจบหลักสูตร

“หลักสูตรการจิตกิจกรรม กศน. ป้องกันภาวะซึมเศร้า  
ควมรรถนะทางกาย จิต และสมองของผู้สูงอายุ” แบบ Online

รุ่นที่ 2

**กำหนดการ**

เวลา 12.15-13.00 น.	ลงทะเบียนเข้าร่วมสัมมนา
เวลา 13.00-15.45 น.	สัมมนา
เวลา 15.45-16.00 น.	พิธีปิดสัมมนาโดย รบช.ศร.

ห้องเรียนที่ 1

🌸 วันที่ 12 มิถุนายน 2564

ห้องเรียนที่ 2

🌸 วันที่ 19 มิถุนายน 2564

ห้องเรียนที่ 3

🌸 วันที่ 26 มิถุนายน 2564

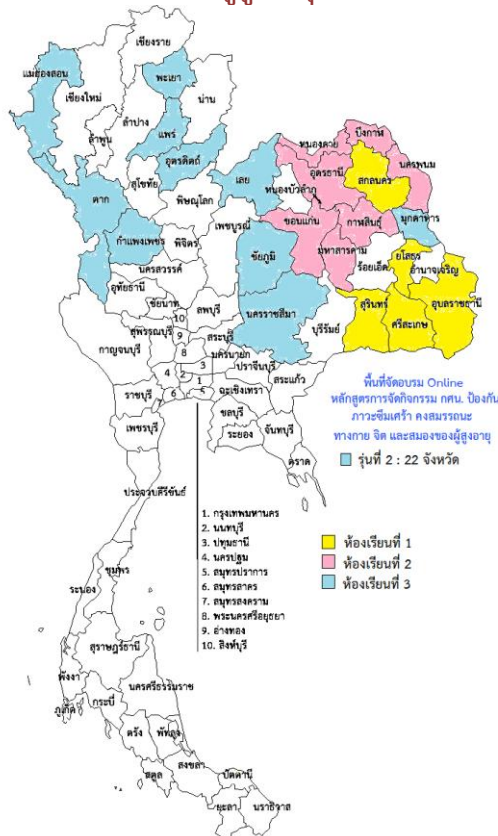


# เอกสารประกอบการจัดสัมมนา ก่อนจบหลักสูตร

“หลักสูตรการจัดกิจกรรม กศน. ป้องกันภาวะซึมเศร้า คงสมรรถนะทางกาย จิต และสมองของผู้สูงอายุ”

## แบบ Online รุ่นที่ 2

ภายใต้รายการค่าใช้จ่ายโครงการการจัดและส่งเสริมการจัดการศึกษาตลอดชีวิต เพื่อคงพัฒนาการทางกาย จิต และสมองของผู้สูงอายุ ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. 2564



ห้องเรียนที่ 1	ห้องเรียนที่ 2	ห้องเรียนที่ 3
5 จังหวัด	7 จังหวัด	10 จังหวัด
185 คน	183 คน	190 คน
21 กลุ่ม	26 กลุ่ม	23 กลุ่ม
วันเสาร์ที่ 12 มิถุนายน 2564	วันเสาร์ที่ 19 มิถุนายน 2564	วันเสาร์ที่ 26 มิถุนายน 2564
Check In เข้าระบบ ZOOM	เวลา 12.15-13.00 น.	
สัมมนา	เวลา 13.00-16.15 น.	
สถานที่ อาคารโรงเรียนการพยาบาล คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี		
ห้องเปิดระหว่างเวลา 10.00 – 17.00 น.		
ห้อง 910 ชั้น 9	ห้อง 810 ชั้น 8	ห้อง 910 ชั้น 9
<ol style="list-style-type: none"> <li>1) สุรินทร์ : 35</li> <li>2) ศรีสะเกษ : 43</li> <li>3) อุบลราชธานี : 51</li> <li>4) ยโสธร : 19</li> <li>5) สกลนคร : 37</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1) บึงกาฬ : 17</li> <li>2) ขอนแก่น : 37</li> <li>3) อุดรธานี : 37</li> <li>4) หนองคาย : 15</li> <li>5) มหาสารคาม : 27</li> <li>6) กาฬสินธุ์ : 37</li> <li>7) นครพนม : 13</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1) นครราชสีมา : 33</li> <li>2) ชัยภูมิ : 7</li> <li>3) เลย : 27</li> <li>4) Mukdahan : 13</li> <li>5) อุดรดิตถ์ : 19</li> <li>6) แพร่ : 17</li> <li>7) พะเยา : 19</li> <li>8) แม่ฮ่องสอน : 15</li> <li>9) กำแพงเพชร : 23</li> <li>10) ตาก : 17</li> </ol>



## คำนำ

เอกสารประกอบการจัดสัมมนา ก่อนจบหลักสูตร “หลักสูตรการจัดกิจกรรม กศน. ป้องกันภาวะ ซึมเศร้า คงสมรรถนะทางกาย จิต และสมองของผู้สูงอายุ” แบบ Online รุ่นที่ 2 จัดทำขึ้นเพื่ออำนวยความสะดวกให้แก่ผู้เข้าอบรม คณะผู้จัด วิทยากรและผู้เกี่ยวข้อง ได้รับทราบลำดับขั้นตอนของการจัดสัมมนา และข้อมูลที่ต้องใช้ในการระหว่างการจัดสัมมนา ก่อนจบหลักสูตร แบบ Online เนื่องจากการจัดสัมมนาครั้งนี้ยังอยู่ในช่วงของการแพร่ระบาดของเชื้อโควิด-19 มีข้อจำกัดของการรวมกลุ่ม จึงได้ออกแบบการจัดสัมมนาแบบ Online ดังนี้

1. ผู้เข้าอบรมให้อยู่ในพื้นที่ของตนเอง ให้รวมกลุ่มตามความพร้อมของพื้นที่ภายใต้มาตรการของกระทรวงสาธารณสุขหรือคณะกรรมการควบคุมโรคของจังหวัด เข้าร่วมการสัมมนาผ่านระบบ ZOOM
2. คณะผู้จัด แบ่งออกเป็น 2 ส่วน
  - รวมกลุ่มในห้องประชุมที่อาคารโรงเรียนพยาบาล คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล ไม่เกิน 20 คน
  - ให้เข้าร่วมและบริหารจัดการระยะไกลในพื้นที่ของตนเองผ่านระบบ ZOOM

สำนักงาน กศน. ขอขอบคุณ ภาคร่วมจัด ได้แก่ คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล มูลนิธิสถาบันวิจัยและพัฒนาระบบสุขภาพชุมชน (มสพช.) และสมาคมผู้ดูแลผู้ป่วยสมองเสื่อม ซึ่งได้ให้การสนับสนุน ร่วมคิดร่วมทำในทุกขั้นตอนอย่างเต็มที่ ทั้งผู้เชี่ยวชาญด้านเนื้อหา วิทยากร ระบบงาน Online การออกแบบวิธีการจัดอบรม เป็นตัวอย่างของการทำงานแบบบูรณาการได้อย่างดียิ่ง

สำนักงาน กศน.  
10 มิถุนายน 2564



## สารบัญ

● ตารางการสัมมนา	1
● ลำดับขั้นตอนการจัดสัมมนา	
1. เตรียมความพร้อมผู้เข้าสัมมนาเข้าระบบ ZOOM	2
2. นำเสนอตัวอย่าง Clip กิจกรรมจากพื้นที่	3
3. Reflection	4
4. พิธีปิดการสัมมนา	5
● รายชื่อ Coach ประจำจังหวัด	6
● รายชื่อผู้แทนประจำจังหวัดผู้นำเสนอช่วง Reflection	7
● รายชื่อ Clip กิจกรรม	
1. ห้องเรียนที่ 1	8
2. ห้องเรียนที่ 2	9
3. ห้องเรียนที่ 3	10
● การตั้งชื่อผู้เข้าอบรมในระบบ ZOOM ระหว่างการเข้าร่วมสัมมนาก่อนจบ	11
● คณะผู้จัดอบรม	
1. ผู้รับผิดชอบโครงการ	13
2. วิทยากรหลัก	14
3. วิทยากรเนื้อหา	15
4. ทีมสื่อสารสร้างความเข้าใจ	17
● ตารางการจัดอบรม รุ่นที่ 2	18



## ตารางการสัมมนาก่อนจบหลักสูตร

“หลักสูตรการจัดกิจกรรม กศน. ป้องกันภาวะซึมเศร้า คงสมรรถนะทางกาย จิต และสมองของผู้สูงอายุ”

### แบบ Online รุ่นที่ 2

ห้องเรียนที่ 1 วันเสาร์ที่ 12 มิถุนายน 2564 ห้อง 910 ชั้น 9

ห้องเรียนที่ 2 วันเสาร์ที่ 19 มิถุนายน 2564 ห้อง 810 ชั้น 8

ห้องเรียนที่ 1 วันเสาร์ที่ 26 มิถุนายน 2564 ห้อง 910 ชั้น 9

ณ อาคารโรงเรียนพยาบาล คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี

12.15 - 13.00	13.00 – 14.45	14.45 – 15.50	15.50 – 16.15
เตรียมความพร้อมผู้เข้าสัมมนา เข้าระบบ ZOOM และลงชื่อ เข้าร่วมสัมมนาในระบบ ClassStart โดย ทีม IT Support	<b>นำเสนอตัวอย่าง Clip กิจกรรมจากพื้นที่ และวิพากษ์ Clip</b> โดย รศ.พญ. ดาวชมพู นาคะวีโร คุณพลินท์ชญา พัชราพิสิฐกุล คุณจารุณี วิทยาจักษ์	<b>Reflection</b> โดย พญ. สุพัตรา ศรีวณิชชากร รศ.พญ. ดาวชมพู นาคะวีโร ผศ. พญ. สิรินทร ฉันทศิริกาญจน	<b>พิธีปิดการสัมมนา</b> โดย รัฐมนตรีช่วยว่าการ กระทรวงศึกษาธิการ (นางกนกวรรณ วิลาวัลย์) เลขาธิการ กศน. กล่าวรายงาน



## ลำดับขั้นตอนการจัดสัมมนา

1. **เตรียมความพร้อมผู้เข้าสัมมนาเข้าระบบ ZOOM และลงชื่อเข้าร่วมสัมมนาในระบบ ClassStart (45 นาที)**  
โดย ทีม IT Support จะดำเนินการเตรียมความพร้อมในการ Check In และ Rename ชื่อผู้เข้าร่วมสัมมนา ดังนี้
  - สำหรับ Coach ประจำจังหวัด ให้ตั้งชื่อเป็น “ลำดับที่\_จังหวัด\_Coach\_ชื่อ-นามสกุล” เช่น “1\_สุรินทร์\_Coach\_เอกสิทธิ์ โพรคัลลิ่ง”
  - สำหรับผู้แทนจังหวัดที่จะนำเสนอ ให้ตั้งชื่อเป็น “ลำดับที่\_จังหวัด\_ผู้แทนจังหวัด\_ชื่อ-นามสกุล” เช่น “4\_ยโสธร\_ผู้แทนจังหวัด\_นายประสิทธิ์ชัย ทองปนท์”
  - สำหรับผู้เข้าอบรมแต่ละกลุ่ม ให้ตั้งชื่อเป็น “ลำดับที่\_จังหวัด\_ชื่อกลุ่ม\_จำนวนสมาชิกกลุ่ม” เช่น “1.9\_ศรีสะเกษ\_ดอกคำวน 8”

รายละเอียดตามเอกสาร การตั้งชื่อผู้เข้าอบรมในระบบ ZOOM ระหว่างการเข้าร่วมสัมมนาฯ (หน้า 11 – 12)

### ผู้รับผิดชอบ

เวลา 12.15 - 12.45 น. (30 นาที) **ดร.อภิสิทธิ์ ฆณะรัตน์ และทีมงาน** จัดเตรียมห้องประชุม Online สื่อสาร ตรวจสอบความพร้อมผู้เข้าร่วมประชุม และ Rename ชื่อผู้เข้าร่วมสัมมนาทั้งหมดตามรูปแบบที่ กศน. กำหนดไว้

เวลา 12.45 - 13.00 น. (15 นาที) **อ. ทศนีย์ ญาณะ และ อ. วาสนา โกสิย์วัฒนา** นำเข้าสู่การสัมมนา ลำดับขั้นตอนกำหนดการและเตรียมความพร้อม (โดยเฉพาะสื่อที่จะนำเสนอทั้ง 2 Session ผลงานวิดีโอ และ สะท้อนการเรียนรู้และการประยุกต์ใช้ (reflection)



2. นำเสนอตัวอย่าง Clip กิจกรรมจากพื้นที่ (1 ชั่วโมง 45 นาที) โดย รศ.พญ. ดาวชมพู นาคะวิโร คุณพลินท์ชญา พัชราพิสิฐกุล และคุณจารุณี วิทยาจักษ์

- **ตรวจงานก่อนวันสัมมนา**
  - การศึกษา คลิป VDO ทั้งหมด (ห้องเรียนละประมาณ 22 - 24 กลุ่ม) และ direct feedback ในแต่ละกลุ่ม โดยทีมวิทยากร Module 4, 5 อ.ดาวชมพู อ. พลินท์ชญา และ อ. จารุณี คัดเลือก 5 Clip เพื่อมาเปิดให้ทุกคนได้ชมในวันสัมมนา
  - ประเมินและให้คะแนนคลิปกิจกรรม ของทุกกลุ่ม โดย ทีมวิทยากร อ.ดาวชมพู อ. พลินท์ชญา และ อ. จารุณี
- **วันสัมมนา**
  - เปิดให้ชมคลิปกิจกรรม 5 คลิป ที่คัดเลือกมา ทีมวิทยากร จะมี comment & Suggestion แต่ละกิจกรรม 5 คลิป (60 นาที)
  - สรุปภาพรวมการจัดกิจกรรมของ คลิปกิจกรรมทั้งหมดของแต่ละห้องเรียน (45 นาที)

**ผู้รับผิดชอบ**

เวลา 13.00 - 13.05 น. (5 นาที) **อ. ทศนีย์ ญาณะ** ให้ผู้เข้าสัมมนาร่วม chat เขียน chat ส่วนที่รู้สึกชอบมากที่สุดเกี่ยวกับเบื้องหลังในการจัดทำ clip คนละประเด็น (อาจมีการถามให้ขยายความเพิ่มเติมในบางประเด็น บางพื้นที่) **จากนั้นให้ ทีม อ.พลินท์ชญา ดำเนินรายการต่อ**

เวลา 13.05 - 14.45 น. (1 ชั่วโมง 40 นาที) **รศ. พญ. ดาวชมพู นาคะวิโร อ. พลินท์ชญา พัชราพิสิฐกุล อ. จารุณี วิทยาจักษ์**

(10 นาที) ภาพรวมเบื้องหลังการตรวจ clip สะท้อนและให้คำแนะนำการจัดทำclip กิจกรรม

(10-15 นาทีต่อคลิปวิดีโอ) นำเสนอคลิปวิดีโอตามลำดับตามสุ่มโดยระบบ มี screen ที่ขึ้นชื่อทีมในพื้นที่ที่จัดทำก่อน แต่ละ clip ให้ผู้เข้าร่วมชมช่วยเขียน chat ความรู้สึกแต่ละคนหลังจากชมของแต่ละ clip วิดีโอ

- ความน่าสนใจ(รูปแบบกิจกรรม สาระสำคัญ กลุ่มเป้าหมาย การมีส่วนร่วมภาคี การถ่ายทำและอื่นๆ)
- เน้นประเด็นเนื้อหาการกระตุ้นสมองและการเชื่อมโยงใน แต่ละกิจกรรมที่นำเสนอผ่าน clip
- การใช้ประโยชน์ clip ในสถานการณ์โควิดทั้งเครือข่ายบุคลากรกศน. ในและนอกพื้นที่
- ถามตอบเกี่ยวกับกิจกรรมเพื่อกระตุ้นศักยภาพสมองในเนื้อหาของ module 4 - 5

Wrap up session จากทีมวิทยากร





3. **Reflection** (ประมาณ 60 - 66 นาที) โดย พญ. สุภัตรา ศรีวณิชชากร รศ.พญ. ดาวชมพู นาคะวิโร และ ผศ. พญ. สิรินทร ฉันทศิริกาญจน ให้ผู้แทนจังหวัด ๆ ละ 1 คน สะท้อนภาพรวมของสิ่งที่ได้เรียนรู้และที่ได้นำไปใช้จริง (แม้ในสถานการณ์โควิด) คนละ 3 - 6 นาที (จากเนื้อหาทั้งหมดซึ่งอาจจะมีจุดเน้นต่างกัน) แล้วให้ คุณหมอ ทั้งสามท่านช่วย Wrap up และเสริมพลังการทำงานให้แก่ผู้เข้าอบรม

- ผู้แทนจังหวัด ๆ ละ 1 คน นำเสนอผ่าน PowerPoint สะท้อนผลการอบรมใน 2 ประเด็น ได้แก่
    - (1) สิ่งที่ได้เรียนรู้จากการอบรมในหลักสูตร
    - (2) การประยุกต์นำความรู้ไปใช้ (รูปแบบการนำองค์ความรู้ไปใช้กับตนเอง ครอบครัว กลุ่มเป้าหมายหลักที่เป็นผู้สูงอายุ รวมทั้งกลุ่มเป้าหมายอื่นๆ ในบริบทงาน กศน.)
- ผู้แทนจังหวัดมีเวลานำเสนอในแต่ละห้องเรียนแตกต่างกันไป ดังนี้

ห้องเรียนที่	รุ่นที่ 2						รวมเวลา
	ตัวแทนผู้เข้าอบรม			วิทยากร			
	คน	เวลาคนละ/นาที	ใช้เวลา	คน	เวลาคนละ/นาที	ใช้เวลา	
ห้อง 1	5	6	30	3	10	30	60
ห้อง 2	7	5	35	3	10	30	65
ห้อง 3	10	3	30	3	10	30	60

### ผู้รับผิดชอบ

เวลา 14.45 – 14.50 น. (5 นาที) **อ. ทศนีย์ ญาณะ อ. อวรรณ ขวัญศรี** ใช้ Brain Dump technique

- ผู้เข้าร่วมเขียนใน chat ว่าจำหัวข้อ หรือ ประเด็นที่ได้จากการเรียนรู้ของหลักสูตรนี้ คนละประเด็น (ผู้ดำเนินรายการอาจมีการถามให้ขยายความเพิ่มเติมในบางประเด็นแบบกระชับในบางพื้นที่)
- ผู้เข้าร่วมทำ Poll ความคาดหวังการนำไปใช้ และ ความต้องการการสนับสนุนที่เกี่ยวข้อง

**ดร.อภิสรินทร์ ชณะรัตน์ และทีมงาน** จัดเตรียมโพลและสรุปโพลช่วง reflection ตามกำหนดของวิทยากร

เวลา 14.50 - 15.20 น. (30 - 36 นาที) **อ. ทศนีย์ ญาณะ อ. อวรรณ ขวัญศรี** ดำเนินรายการให้ผู้แทนแต่ละจังหวัดนำเสนอให้สั้น กระชับ ได้ใจความ ใช้สื่อ PowerPoint ประกอบให้อยู่ในเวลาที่กำหนด ให้ผู้แทนนำเสนอ 2 ประเด็นหลัก

1. สิ่งที่ได้เรียนรู้จากการอบรมในหลักสูตร
2. การประยุกต์นำความรู้ไปใช้ (รูปแบบการนำองค์ความรู้ที่นำไปใช้กับตนเอง ครอบครัว กลุ่มเป้าหมายหลักที่เป็นผู้สูงอายุ รวมทั้งกลุ่มเป้าหมายอื่นๆ ในบริบทงาน กศน.)

เวลา 15.20 - 15.50 น. (30 นาที) มุมมองเชิงการพัฒนาและการสนับสนุน คำแนะนำการต่อยอดการดำเนินงาน ตลอดจนการเสริมพลังส่งท้ายจากวิทยากรหลัก 3 ท่าน

- พญ.สุภัตรา ศรีวณิชชากร
- รศ.พญ.ดาวชมพู นาคะวิโร
- ผศ.พญ.สิรินทร ฉันทศิริกาญจน





4. **พิธีปิดการสัมมนา (25 นาที)**

เวลา 15.50-15.55 น. (5 นาที) **อ. ทศนีย์ ญาณะ คุณจากรุวรรณ ลีลาภรณ์** นำเสนอ Clip ประมวลภาพการจัด  
อบรมรุ่นที่ 2

เวลา 15.55-15.57 น. (5 นาที) **อ. วาสนา โกสิย์วัฒนา** กล่าวรายงาน และเชิญรัฐมนตรี ช่วยว่าการ  
กระทรวงศึกษาธิการ กล่าวขอบคุณภาคร่วมจัด พูดคุยกับผู้เข้าสัมมนา และปิดการสัมมนา

เวลา 16.00-16.15 น. (15 นาที) **รัฐมนตรีช่วยว่าการกระทรวงศึกษาธิการ (ดร. กนกวรรณ วิลาวัลย์)** ขอขอบคุณ  
ภาคร่วมจัด พูดคุยกับผู้เข้าสัมมนา และปิดการสัมมนา

**รายชื่อ Coach ประจำจังหวัด การพัฒนาบุคลากร กศน.**  
**"หลักสูตรการจัดกิจกรรม กศน. ป้องกันภาวะซึมเศร้า คงสมรรถนะทางกาย จิต และสมองของผู้สูงอายุ" รุ่นที่ 2**

<b>ห้อง 1</b>	EKKASIT	BumBim	Anong Singthong	POY NARA YaSo	sumon
จังหวัด	1. สุรินทร์	2. ศรีสะเกษ	3. อุบลราชธานี	4. ยโสธร	5. สกลนคร
ชื่อ-สกุล ตำแหน่ง Line	นายเอกสิทธิ์ โพธิ์คลัง นักวิชาการศึกษา Ekkasit	น.ส.นฤมล แจ่มจันทร์ นักวิชาการศึกษา BumBim	น.ส.อนงค์ สิงห์ทอง นักวิชาการศึกษา Anong singthong	น.ส.เบญจมาศ น้อยเสนา นักเทคโนโลยีสารสนเทศ POY NARA YaSo	นางสมล จันทน์นาค นักวิชาการศึกษา Sumon
<b>ห้อง 2</b>	Patty	Nick Theerawat	*-Daream Dreamie-*	\-Parunyu-/	KANJANA
จังหวัด	6. บึงกาฬ	7. ขอนแก่น	8. อุดรธานี	9. หนองคาย	10. มหาสารคาม
ชื่อ-สกุล ตำแหน่ง Line	นางสาวพรไพสิน ดวงคำผุย นักวิชาการศึกษา ≡^_^≡Patty≡^_^≡	นายธีรวัฒน์ ถมหนอง นักวิชาการศึกษา Nick Theerawat	น.ส.อรทัย รวงเรืองคำ นักวิชาการศึกษา *-Daream Dreamie-*☆☆	นายภรตญ์ ปู่รัง นักเทคโนโลยีสารสนเทศ \-Parunyu-/	น.ส.กาญจนา ทับธานี นักจัดการงานทั่วไป kanjana
<b>ห้อง 2</b>	ด็ก@Thanwarat JP	เหมยลี่99			
จังหวัด	11. กาฬสินธุ์	12. นครพนม			
ชื่อ-สกุล ตำแหน่ง Line	น.ส.ธัญวรัตน์ กัลยาณมิตร นักจัดการงานทั่วไป ด็ก@Thanwarat JP	น.ส.वासนา อัมไพ นักวิเคราะห์นโยบายแลแผน เหมยลี่99			
<b>ห้อง 3</b>	jriya jry	kumpon pinchai	Toei Thawatchai	phikun-hong	PRAYAD
จังหวัด	13. นครราชสีมา	14. ชัยภูมิ	15. เลย	16. มุกดาหาร	17. อุดรดิตถ์
ชื่อ-สกุล ตำแหน่ง Line	น.ส.จริยา จินาวลัย นักวิชาการศึกษา jiriya jry	วาทิ ร.ด.กำพล ปิ่นไชย นักวิชาการศึกษาปฏิบัติกร kumpon pinchai	นายธวัชชัย มั่นหาท้าว นักจัดการงานทั่วไป Toei223322	นางสาวพิภลทอง หงษาข่ม นักวิชาการศึกษา phikun-hong	นายประหยัด จันทร์อ่อน เจ้าพนักงานห้องสมุดชำนาญงาน PRAYAD
<b>ห้อง 3</b>	hang s3	วิทยา อุดไทย	สุภาพร ชมภูใส	yenesupaporn	นุชนาท
จังหวัด	18. แพร่	19. พะเยา	20. แม่ฮ่องสอน	21. กำแพงเพชร	22. ดาก
ชื่อ-สกุล ตำแหน่ง Line	นางสาวมาลัย เวียนรอบ นักวิเคราะห์นโยบายแลแผน hangs3	นายวิททยา อุดไทย นักวิชาการศึกษา วิททยา อุดไทย	น.ส.สุภาพร ชมภูใส ครูอาสาสมัคร สุภาพร ชมภูใส	สุภาพรณีย์ หาญสำเภา นักวิชาการศึกษาปฏิบัติกร yenesupaporn	นางนุชนาท ผ่องแผ้ว นักจัดการงานทั่วไป นุชนาท



รายชื่อผู้แทนจังหวัดที่จะเป็นผู้นำเสนอช่วง Reflection of Feeling (14.45-15.45 น.)  
ในการสัมมนาออนไลน์ "หลักสูตรการจัดกิจกรรม กศน. ป้องกันภาวะซึมเศร้า คงสมรรถนะทางกาย จิต และสมองของผู้สูงอายุ"  
แบบ Online รุ่นที่ 2

<b>(รุ่น 2)</b> 12.15 - 13.00	13.00 - 14.45	14.45 - 15.45	15.45 - 16.00	
เตรียมความพร้อมผู้เข้าสัมมนา เข้าระบบ ZOOM และลงชื่อ เข้าร่วมสัมมนาในระบบ ClassStart โดย ทีม IT Support	นำเสนอตัวอย่าง Clip กิจกรรมจากพื้นที่ และวีพากษ์ Clip โดย รศ.พญ. ดาวชมพู นาคะวีโร คุณเพลินท์ชญา พัชราพิสิษฐกุล และคุณจารุณี วิทยาจักรษ์	Reflection of Feeling โดย พญ. สุพัตรา ศรีวณิชชากร รศ.พญ. ดาวชมพู นาคะวีโร และ ผศ. พญ. สิรินทร ฉันทศิริกาญจน	พิธีปิดการสัมมนา โดย รัฐมนตรีช่วยว่าการ กระทรวงศึกษาธิการ (นางกนกวรรณ วิลาวัลย์) เลขาธิการ กศน. กล่าวรายงาน	
<b>ห้องเรียนที่ 1 185 คน 21 กลุ่ม วันเสาร์ที่ 12 มิถุนายน 2564 ให้นเวลานำเสนอคนละ 6 นาที (รวม 30 นาที)</b>				
1. สรินทร์ นางกฤตพร คำน ครุอาสา (อ.เมืองสรินทร์) 	2. ศรีสะเกษ นายเอกวิทย์ สระโคตร ครูผู้ช่วย (อ.ศีลาลาด) 	3. อุบลราชธานี นายวันชนะ อ่อนสุวรรณ ครูผู้ช่วย (อ.น้ำยืน) 	4. ยโสธร นายประสิทธิ์ชัย ทองปนท ครูผู้ช่วย (อ.ค้อวัง) 	5. สกลนคร น.ส. เจลิมขวัญ เนื่องภักดี ครูผู้ช่วย (อ.เต่างอย) 
<b>ห้องเรียนที่ 2 183 คน 26 กลุ่ม วันเสาร์ที่ 19 มิถุนายน 2564 ให้นเวลานำเสนอคนละ 5 นาที (รวม 35 นาที)</b>				
6. บึงกาฬ นายสมใจ บุญถึง ครูผู้ช่วย (อ.เซกา) 	7. ขอนแก่น น.ส.กุลภาณัน เชื้อนิต ครูผู้ช่วย (อ.ภูเวียง) 	8. อุดรธานี นายชนะชน ประทุมทา ครูผู้ช่วย (อ.ศรีธาตุ) 	9.หนองคาย นางสาวศศิวิมล อิศรานนท์ ครู (อ. ศรีเชียงใหม่) 	10. มหาสารคาม น.ส. นภัสนันท์ มาตย์คำมี ครู กศน.ตำบล (อ.นาอุดม) 
11. กาฬสินธุ์ นายจิระเดช กล้าชยัน ครูชำนาญการ (อ.นามน) 	12. นครพนม นายสงกรานต์ เวฬุวนารักษ์ ครูผู้ช่วย (อ.เรณูนคร) 			
<b>ห้องเรียนที่ 3 190 คน 23 กลุ่ม วันเสาร์ที่ 26 มิถุนายน 2564 ให้นเวลานำเสนอคนละ 3 นาที (รวม 30 นาที)</b>				
13. นครราชสีมา นางจารุวรรณ เนตรโคกสูง ครูอาสาฯ (อ.ปากช่อง) 	14. ชัยภูมิ นายเสกสรร งามสมบัติ ครู (อ. คอนสวรรค์) 	15.เลย นางมณีนีรัตน์ ลุนธิราชวงศ์ ครูอาสาฯ (อ.เมืองเลย) 	16.มุกดาหาร น.ส. สุรีย์รัตน์ แก้วสพาน ครู กศน.ตำบล (อ.ดอนตาล) 	17. อุตรดิตถ์ นางอาริยา นวลแบน ครู กศน.ตำบล (อ.ลับแล) 
18.แพร่ นางธัญลักษณ์ โขงทอง ครูผู้ช่วย (เด่นชัย) 	19.พะเยา นางกานินา เชื้อเมืองพาน ครูผู้ช่วย (อ.เชียงม่วน) 	20.แม่ฮ่องสอน น.ส.ระพีพรรณ ศรีทองอ่อน ครูอาสาสมัคร (อ.ขุนยวม) 	21. กำแพงเพชร น.ส.ณัฏฐาณันท์ พุทธกุลศิริ เมธา ครูผู้ช่วย (อ. พรานกระต่าย) 	22.ตาก นายปริญญ์ สุวารรรถ ครู กศน.ตำบล (อ.บ้านตาก) 



## รายชื่อ Clip กิจกรรม (การนำความรู้ไปประยุกต์ใช้ คะแนนเต็ม 20 คะแนน)

### รุ่นที่ 2 ห้องเรียนที่ 1

จังหวัด	ลำดับที่	กลุ่ม	สมาชิก	ประเภทกิจกรรมที่ได้
1. สุรินทร์	1.1	สุรินทร์รักดี	8	นันทนาการ "จุงไยแมงมุม"
	1.2	สุรินทร์ชลธิ	10	กระตุ้นสมอง-กลุ่ม-Att "คิดในใจ"
	1.3	สุรินทร์บูรพา	8	กระตุ้นสมอง-เดี่ยว-Mem "เกมส์จับคู่"
	1.4	สุรินทร์เขตชนันท์	8	กระตุ้นสมอง-เดี่ยว-Att "อ่านชื่อสี"
2. ศรีสะเกษ	2.1	แดนภูเขาดงไฟ	8	กระตุ้นสมอง-กลุ่ม-Mem "ฝากหยิบที"
	2.2	ปราสาทหิน	10	กระตุ้นสมอง-กลุ่ม-Att "เพลงนี้มีอะไร"
	2.3	รวมพลัง	8	นันทนาการ "โดมิโน"
	2.4	สี่เผ่าไทย	8	กระตุ้นสมอง-เดี่ยว -Att "สัตว์และพืชผัก"
	2.5	ดอกคำดวน	8	กระตุ้นสมอง-เดี่ยว-Mem "บาร์บีคิว"
3. อุบลราชธานี	3.1	อบ 1	10	กระตุ้นสมอง-กลุ่ม-Att "เพลงนี้มีอะไร"
	3.2	อบ 2	10	กระตุ้นสมอง-กลุ่ม-Mem "ฝากหยิบที"
	3.3	อบ 3	10	กระตุ้นสมอง-เดี่ยว-Mem "เกมส์จับคู่"
	3.4	อบ 4	10	นันทนาการ "ยางยืด ธรรมชาติ"
	3.5	อบ 5	10	นันทนาการ "รำกระบอง"
4. ยโสธร	4.1	ยโสธร กลุ่ม 1	10	กระตุ้นสมอง-กลุ่ม-Mem "ฝากหยิบที"
	4.2	ยโสธร กลุ่ม 2	8	กระตุ้นสมอง-เดี่ยว-att "สัตว์และพืชผัก"
5. สกลนคร	5.1	คำพังพรณวา	8	กระตุ้นสมอง-เดี่ยว-Mem "บาร์บีคิว"
	5.2	เมืองภูเต่า	6	กระตุ้นสมอง-เดี่ยว-Att "อ่านชื่อสี"
	5.3	สูงวัยหัวใจยังแกร่ง	6	นันทนาการ "รำกระบอง"
	5.4	ทานตะวัน	8	กระตุ้นสมอง-กลุ่ม-Mem "อียังหว่า"
	5.5	นิคมวานรเจริญม่วง	8	กระตุ้นสมอง-กลุ่ม-Att "คิดในใจ"
	รวม	21 กลุ่ม		

กระตุ้นสมอง-กลุ่ม -- 8 กลุ่ม

กระตุ้นสมอง-เดี่ยว -- 8 กลุ่ม

นันทนาการ -- 5 กลุ่ม



## รายชื่อ Clip กิจกรรม (การนำความรู้ไปประยุกต์ใช้ คะแนนเต็ม 20 คะแนน)

### รุ่นที่ 2 ห้องเรียนที่ 2

จังหวัด	ลำดับที่	กลุ่ม	สมาชิก	ประเภทกิจกรรมที่ได้
6. บึงกาฬ	6.1	โซ่เลียบโขง	8	กระตุ้นสมอง-กลุ่ม-Mem "ฝากหีบหีบ"
	6.2	ภูลึงกา	8	กระตุ้นสมอง-เดี่ยว-Att "ลับสมองประลองสี่สัน"
7. ขอนแก่น	7.1	ข้าสูงน้ำพองเขาสวนกวาง	6	นันทนาการ "ขยับมือ ขยับสมอง"
	7.2	พลวงใหญ่บ้านไผ่	6	กระตุ้นสมอง-กลุ่ม-Mem "อียังหว่า"
	7.3	โคกโพธิ์ไชยเปื่อยน้อยชนบท	6	กระตุ้นสมอง-เดี่ยว-Att "ร้อยลูกปัด"
	7.4	ภูเวียงเวียงเก่าสี่ชมพู	6	นันทนาการ "พับเหรียญไปรยทาน"
	7.5	พระยืนหนองเรือบ้านแฮด (เรือยืนแฮด)	6	กระตุ้นสมอง-กลุ่ม-Att-เส้นสายลายลูกปัด
	7.6	บ้านฝางชุมแพภูผาม่าน	6	นันทนาการ "คาราโอเกะ"
8. อุตรธานี	8.1	โขนธานีหมีขี้ด	8	กระตุ้นสมอง-กลุ่ม-Att "หีอะไรนะ"
	8.2	โขนชาวไร่อ้อย	6	กระตุ้นสมอง-เดี่ยว-Mem "บาร์บีคิว"
	8.3	โขนมรดกโลก	8	กระตุ้นสมอง-กลุ่ม-Att "เส้นสายลายลูกปัด"
	8.4	โขนรักษัชะโนด	8	กระตุ้นสมอง-เดี่ยว-Mem "เกมส์จับคู่"
	8.5	โขนภูพระบาท	6	นันทนาการ "ไม้พลองมหัศจรรย์"
9. หนองคาย	9.1	หนองคาย 1	6	กระตุ้นสมอง-เดี่ยว-Att "ลับสมองประลองสี่สัน"
	9.2	หนองคาย 2	8	กระตุ้นสมอง-กลุ่ม-Att "หีอะไรนะ"
10. มหาสารคาม	10.1	ตักสิลา	6	กระตุ้นสมอง-กลุ่ม-Att "เส้นสายลายลูกปัด"
	10.2	ลำน้ำชี	6	กระตุ้นสมอง-เดี่ยว-Att "ร้อยลูกปัด"
	10.3	กุดบัวร้อ	6	กระตุ้นสมอง-กลุ่ม-Att "หีอะไรนะ"
	10.4	พยัคฆางปูนา	8	นันทนาการ "คาราโอเกะ"
11. กาฬสินธุ์	11.1	ฮ่องคำมลา	6	กระตุ้นสมอง-เดี่ยว-Mem "เกมส์จับคู่"
	11.2	เมืองนาดอน	6	นันทนาการ "ขยับมือ ขยับสมอง"
	11.3	ท่ายางห้วยหนอง	8	กระตุ้นสมอง-กลุ่ม-Mem "อียังหว่า"
	11.4	ฝั่งเขาคุกกี	8	กระตุ้นสมอง-เดี่ยว-Att "ร้อยลูกปัด"
	11.5	สมคำสหัสชัย	8	นันทนาการ "ไม้พลองมหัศจรรย์"
12. นครพนม	12.1	โขนใต้	6	กระตุ้นสมอง-กลุ่ม-Mem "ฝากหีบหีบ"
	12.2	โขนเหนือ	6	นันทนาการ "พับเหรียญไปรยทาน"
	รวม	26 กลุ่ม		

กระตุ้นสมอง-กลุ่ม 10 กลุ่ม  
 กระตุ้นสมอง-เดี่ยว 8 กลุ่ม  
 นันทนาการ 8 กลุ่ม



## รายชื่อ Clip กิจกรรม (การนำความรู้ไปประยุกต์ใช้ คะแนนเต็ม 20 คะแนน)

### รุ่นที่ 2 ห้องเรียนที่ 3

จังหวัด	ลำดับที่	กลุ่ม	สมาชิก	ประเภทกิจกรรมที่ได้
13. นครราชสีมา	13.1	ลำตะคอง	8	กระตุ้นสมอง-กลุ่ม-Mem "ฝากหยิบที"
	13.2	ลุ่มน้ำมูล	8	กระตุ้นสมอง-เดี่ยว-Att "ยังจำได้ไหม อะไรก่อน อะไรหลัง"
	13.3	ร่มเย็น	8	นันทนาการ "จัดสวนถาด"
	13.4	นครพิทักษ์	8	นันทนาการ "นับนิ้วฝึกสมอง"
14. ชัยภูมิ	14.1	ชัยภูมิเมืองพญาแล	7	กระตุ้นสมอง-เดี่ยว-Mem "บาร์บีคิว"
15. เลย	15.1	เมืองนาชายโขง	10	กระตุ้นสมอง-เดี่ยว-Att "ก่อร่างสร้างตัว"
	15.2	วังภูผา	10	กระตุ้นสมอง-กลุ่ม-Mem "อิหยังหว่า"
	15.3	ศรีสองรักษ์	6	นันทนาการ "ยางยืด"
16. มุกดาหาร	16.1	โขนโขง	6	นันทนาการ "จัดสวนถาด"
	16.2	โขนเขา	6	กระตุ้นสมอง-กลุ่ม-Att "บิงโกคิดในใจ"
17. อุดรดิตถ์	17.1	5 ชุนศึก/5 ภาษา/ 5 วัฒนธรรม	10	กระตุ้นสมอง-เดี่ยว-Att "ก่อร่างสร้างตัว"
	17.2	เมืองกลางขุนเขา	8	กระตุ้นสมอง-กลุ่ม-Mem "ฝากหยิบที"
18. แพร่	18.1	ลุ่มน้ำยม	8	กระตุ้นสมอง-กลุ่ม-Att "เส้นสายลายลูกบิด"
	18.2	ฮักเมืองแพร่	8	กระตุ้นสมอง-เดี่ยว-Mem "เกมส์จับคู่"
19. พะเยา	19.1	โขนหลังเขา	10	กระตุ้นสมอง-เดี่ยว-Mem "บาร์บีคิว"
	19.2	บิงโกคิดในใจ	8	กระตุ้นสมอง-กลุ่ม-Att "บิงโกคิดในใจ"
20. แม่ฮ่องสอน	20.1	สายเหนือ	6	กระตุ้นสมอง-เดี่ยว-Att "ยังจำได้ไหม อะไรก่อน อะไรหลัง"
	20.2	สายใต้	8	กระตุ้นสมอง-กลุ่ม-Mem "ฝากหยิบที"
21. กำแพงเพชร	21.1	คลองสวนหมาก	6	นันทนาการ "โดมิโน"
	21.2	ลุ่มน้ำปิง	8	กระตุ้นสมอง-กลุ่ม-Mem "อิหยังหว่า"
	21.3	ทรัพย์โนดิน	8	กระตุ้นสมอง-เดี่ยว-Mem "เกมส์จับคู่"
22. ตาก	22.1	เมืองระแหง	8	กระตุ้นสมอง-กลุ่ม-Att "เส้นสายลายลูกบิด"
	22.2	ช้างเผือกในป่าใหญ่	8	นันทนาการ "โดมิโน"
	รวม	23 กลุ่ม		

กระตุ้นสมอง-กลุ่ม -- 9 กลุ่ม

กระตุ้นสมอง-เดี่ยว -- 8 กลุ่ม

นันทนาการ -- 6 กลุ่ม





การตั้งชื่อผู้เข้าอบรมในระบบ ZOOM ระหว่างการเข้าร่วมสัมมนาออนไลน์ "หลักสูตรการจัดกิจกรรม กศน. ป้องกันภาวะซึมเศร้า  
คงสมรรถนะทางกาย จิต และสมองของผู้สูงอายุ" แบบ Online รุ่นที่ 2

เพื่อช่วยให้วิทยากรสามารถสื่อสารกับผู้เข้าร่วมสัมมนาออนไลน์หลักสูตรฯ แบบ Online ได้อย่างรวดเร็วและมีประสิทธิภาพ จึงกำหนดการตั้งชื่อใน ZOOM ของผู้เข้าอบรม  
ที่เข้าร่วมสัมมนา ดังนี้

1. สำหรับ Coach ประจำจังหวัด ให้ตั้งชื่อเป็น "ลำดับที่\_จังหวัด\_Coach\_ชื่อ-นามสกุล" เช่น "1\_สุรินทร์\_Coach\_นายเอกสิทธิ์ โพธิ์คลัง"
2. สำหรับผู้แทนจังหวัดผู้นำเสนอช่วง Reflection ให้ตั้งชื่อเป็น "ลำดับที่\_จังหวัด\_ผู้แทนจังหวัด\_ชื่อ-นามสกุล" เช่น "3\_อุบลราชธานี\_ผู้แทนจังหวัด\_นายวันชนะ อ่อนสุวรรณ"
3. สำหรับผู้เข้าอบรมแต่ละกลุ่ม ให้ตั้งชื่อเป็น "ลำดับที่\_จังหวัด\_ชื่อกลุ่ม\_จำนวนสมาชิกกลุ่ม" เช่น "1.9\_ศรีสะเกษ\_ดอกคำวน 8"

ห้องเรียนที่ 1	ห้องเรียนที่ 2	ห้องเรียนที่ 3
<p><b>สำหรับ Coach ประจำจังหวัด</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1_ สุรินทร์_Coach_นายเอกสิทธิ์ โพธิ์คลัง</li> <li>2_ ศรีสะเกษ_Coach_น.ส.นฤมล แจ่มจันทร์</li> <li>3_ อุบลราชธานี_Coach_น.ส.อนงค์ สิงห์ทอง</li> <li>4_ ยโสธร_Coach_น.ส.เบญจมาศ น้อยเสนา</li> <li>5_ สกลนคร_Coach_นางสมล จันทร์นาค</li> </ol>	<p><b>สำหรับ Coach ประจำจังหวัด</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>6_ บึงกาฬ_Coach_นางสาวพรไพลิน ดวงคำผุย</li> <li>7_ ขอนแก่น_Coach_นายธีรวัฒน์ ถมหนอง</li> <li>8_ อุดรธานี_Coach_น.ส.อรทัย รามเวียงคำ</li> <li>9_ หนองคาย_Coach_นายภรณ์ยุ ปูรัง</li> <li>10_ มหาสารคาม_Coach_น.ส.กาญจนา ทับธานี</li> <li>11_ กาฬสินธุ์_Coach_น.ส.ธัญวรัตน์ กัลยาณมิตร</li> <li>12_ นครพนม_Coach_น.ส.วาสนา อัมไพ</li> </ol>	<p><b>สำหรับ Coach ประจำจังหวัด</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>13_ นครราชสีมา_Coach_น.ส.จรรยา จินาวลัย</li> <li>14_ ชัยภูมิ_Coach_ว่าที่ ร.ต.กภาพล ปิ่นไชย</li> <li>15_ เลย_Coach_นายธวัชชัย มั่นหาท้าว</li> <li>16_ Mukdahan_Coach_นางสาวพิภพทอง หงษาขุม</li> <li>17_ อุดรดิตถ์_Coach_นายประหยัด จันทร์อ่อน</li> <li>18_ แพร่_Coach_นางสาวมาลัย เวียนรอบ</li> <li>19_ พะเยา_Coach_นายวิทยา อุดไทย</li> <li>20_ แม่ฮ่องสอน_Coach_น.ส.สุภาพร ชมภูใส</li> <li>21_ กำแพงเพชร_Coach_สุภาพรณี หาญสาเกา</li> <li>22_ ตาก_Coach_นางนุชนาท ผ่องแผ้ว</li> </ol>
<p><b>สำหรับผู้แทนจังหวัดผู้นำเสนอช่วง Reflection</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1_ สุรินทร์_ผู้แทนจังหวัด_นางกฤตพร คำน</li> <li>2_ ศรีสะเกษ_ผู้แทนจังหวัด_นายเอกวิทย์ สุระโคตร</li> <li>3_ อุบลราชธานี_ผู้แทนจังหวัด_นายวันชนะ อ่อนสุวรรณ</li> <li>4_ ยโสธร_ผู้แทนจังหวัด_นายประสิทธิ์ชัย ทองปันธ์</li> <li>5_ สกลนคร_ผู้แทนจังหวัด_น.ส.เฉลิมขวัญ เนื่องภักดี</li> </ol>	<p><b>สำหรับผู้แทนจังหวัดผู้นำเสนอช่วง Reflection</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>6_ บึงกาฬ_ผู้แทนจังหวัด_นายสมใจ บุญถึง</li> <li>7_ ขอนแก่น_ผู้แทนจังหวัด_น.ส.กุลภาณัน เชื้อนิต</li> <li>8_ อุดรธานี_ผู้แทนจังหวัด_นายชนะชน ประทุมทา</li> <li>9_ หนองคาย_ผู้แทนจังหวัด_นางสาวศศิวิมล อิศรานนท์</li> <li>10_ มหาสารคาม_ผู้แทนจังหวัด_น.ส. นกส์สนัญญา มาตย์คำมี</li> <li>11_ กาฬสินธุ์_ผู้แทนจังหวัด_นายจิระเดช กล้ายักษ์</li> <li>12_ นครพนม_ผู้แทนจังหวัด_นายสงกรานต์ เวพูนารักษ์</li> </ol>	<p><b>สำหรับผู้แทนจังหวัดผู้นำเสนอช่วง Reflection</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>13_ นครราชสีมา_ผู้แทนจังหวัด_นางจรรวรณ์ เนตรโคกสูง</li> <li>14_ ชัยภูมิ_ผู้แทนจังหวัด_นายเสกสรร งามสมบัติ</li> <li>15_ เลย_ผู้แทนจังหวัด_นางมณีรัตน์ ลุนธิระวงศ์</li> <li>16_ Mukdahan_ผู้แทนจังหวัด_น.ส. สรียรัตน์ แก้วสะพาน</li> <li>17_ อุดรดิตถ์_ผู้แทนจังหวัด_นางอาริยา นวลแมน</li> <li>18_ แพร่_ผู้แทนจังหวัด_นางธัญลักษณ์ โขงทอง</li> <li>19_ พะเยา_ผู้แทนจังหวัด_นางภานิษา เขื่อนเมืองพาน</li> <li>20_ แม่ฮ่องสอน_ผู้แทนจังหวัด_น.ส.ระพีพรรณ ศรีทองอ่อน</li> <li>21_ กำแพงเพชร_ผู้แทนจังหวัด_น.ส.ณัฐกุลหิรัญธธา</li> <li>22_ ตาก_ผู้แทนจังหวัด_นายปริญญา สุพาวรรณ</li> </ol>
<p><b>สำหรับผู้เข้าอบรมแต่ละกลุ่ม</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.1_ สุรินทร์_สุรินทร์ภักดี 8</li> <li>1.2_ สุรินทร์_สุรินทร์ขลิ 10</li> <li>1.3_ สุรินทร์_สุรินทร์บูรพา 8</li> <li>1.4_ สุรินทร์_สุรินทร์เขตชั้น 8</li> <li>1.5_ ศรีสะเกษ_แดนภูเขาไฟ 8</li> <li>1.6_ ศรีสะเกษ_ปราสาทหิน 10</li> </ol>	<p><b>สำหรับผู้เข้าอบรมแต่ละกลุ่ม</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>3.1_ บึงกาฬ_กลุ่มโซ่ใยบง 8</li> <li>3.2_ บึงกาฬ_กลุ่มภูสูงกา 8</li> <li>3.3_ ขอนแก่น_ข้าสูงน้ำพองเขาสวนกวาง 6</li> <li>3.4_ ขอนแก่น_พลวงใหญ่บ้านไผ่ 6</li> <li>3.5_ ขอนแก่น_โคกโพธิ์ไชยเปื่อยน้อยชนบท 6</li> <li>3.6_ ขอนแก่น_ภูเวียงเวียงเก่าสีชมพู 6</li> </ol>	<p><b>สำหรับผู้เข้าอบรมแต่ละกลุ่ม</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>3.1_ นครราชสีมา_ลำตะคอง 8</li> <li>3.2_ นครราชสีมา_ลุ่มน้ำมูล 8</li> <li>3.3_ นครราชสีมา_รัมย์ยืน 8</li> <li>3.4_ นครราชสีมา_นครพิทักษ์ 8</li> <li>3.5_ ชัยภูมิ_ชัยภูมิเมืองพญาแล 7</li> <li>3.6_ เลย_เมืองนาชายโขง 10</li> </ol>





ห้องเรียนที่ 1	ห้องเรียนที่ 2	ห้องเรียนที่ 3
<p>1.7_ ศรีสะเกษ_รวมพลัง 8            1.8_ ศรีสะเกษ_สี่เผ่าไทย 8            1.9_ ศรีสะเกษ_ดอกลาดวน 8            1.10_ อุบลราชธานี_อบ 1: 10            1.11_ อุบลราชธานี_อบ 2: 10            1.12_ อุบลราชธานี_อบ 3: 10            1.13_ อุบลราชธานี_อบ 4: 10            1.14_ อุบลราชธานี_อบ 5: 10            1.15_ ยโสธร_ยโสธร กลุ่ม 1: 10            1.16_ ยโสธร_ยโสธร กลุ่ม 2: 8            1.17_ สกลนคร_คำพิงพรรณา 8            1.18_ สกลนคร_เมืองภูเต่า 6            1.19_ สกลนคร_สูงวัย หัวใจยังแกร่ง 6            1.20_ สกลนคร_ทานตะวัน 8            1.21_ สกลนคร_นิคมวานรเจริญม่วง 8</p>	<p>3.7_ ขอนแก่น_พระยืนหนองเรือบ้านเสด 6            3.8_ ขอนแก่น_บ้านฝางชมแพภูผาม่าน 6            3.9_ อุดรธานี_กลุ่มโซนธานีหมีขีด 8            3.10_ อุดรธานี_กลุ่มโซนชาวไร่อ้อย 6            3.11_ อุดรธานี_กลุ่มโซนมรดกโลก 8            3.12_ อุดรธานี_กลุ่มโซนรักษ์ชะโนด 8            3.13_ อุดรธานี_กลุ่มโซนภูพระบาท 6            3.14_ หนองคาย_หนองคาย1: 6            3.15_ หนองคาย_หนองคาย2: 8            3.16_ มหาสารคาม_ดักลิลา 6            3.17_ มหาสารคาม_ลำน่านี 6            3.18_ มหาสารคาม_กุดบัวหมี 6            3.19_ มหาสารคาม_พยัคฆยางปุ่นา 8            3.20_ กาฬสินธุ์_ซ่อง คำ กมลา 6            3.21_ กาฬสินธุ์_เมือง นา ตอน 6            3.22_ กาฬสินธุ์_ท่า ยาง ห้วย หนอง 8            3.23_ กาฬสินธุ์_ฝั่ง เขา คู กุฉิ 8            3.24_ กาฬสินธุ์_สม คำ สหัส ชัย 8            3.25_ นครพนม_โซนใต้ 6            3.26_ นครพนม_โซนเหนือ 6</p>	<p>3.7_ เลย_วังภูผา 10            3.8_ เลย_ศรีสองรักษ์ 6            3.9_ มุกดาหาร_กลุ่มโซนโขง 6            3.10_ มุกดาหาร_กลุ่มโซนเขา 6            3.11_ อุดรดิตถ์_5ขุนศึก/5ภาษา/5วัฒนธรรม 10            3.12_ อุดรดิตถ์_เมืองกลางขุนเขา 8            3.13_ แพร่_ลุ่มน้ำยม 8            3.14_ แพร่_ฮักเมืองแพร่ 8            3.15_ พะเยา_โซนหลังเขา 10            3.16_ พะเยา_โซนหน้าเขา 8            3.17_ แม่ฮ่องสอน_สายเหนือ 6            3.18_ แม่ฮ่องสอน_สายใต้ 8            3.19_ กำแพงเพชร_คลองสวนหมาก 6            3.20_ กำแพงเพชร_ลุ่มน้ำปิง 8            3.21_ กำแพงเพชร_ทรัพย์ในดิน 8            3.22_ ดาก_เมืองระแหง 8            3.23_ ดาก_ข้างฝือกในป่าใหญ่ 8</p>



## ผู้รับผิดชอบโครงการ

“หลักสูตรการจัดกิจกรรม กศน. ป้องกันภาวะซึมเศร้า คงสมรรถนะทางกาย จิต และสมองของผู้สูงอายุ” รุ่นที่ 2  
ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. 2564



ประธานอำนวยการโครงการพัฒนาศักยภาพบุคลากร กศน.  
ดร. กนกวรรณ วิลาวลัย  
รัฐมนตรีช่วยว่าการกระทรวงศึกษาธิการ



ประธานโครงการ  
นายวรัท พงกษาทวิกุล  
เลขาธิการ กศน.



ผู้บริหารโครงการพัฒนาศักยภาพบุคลากร กศน.  
อาจารย์วาสนา โกสิยวัฒนา  
ครูเชี่ยวชาญ ศกพ. สำนักงาน กศน.



## วิทยากรหลัก



### **ผศ. พญ.สิรินทร จันศิริกาญจน**

คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี  
มหาวิทยาลัยมหิดล

---



### **พญ.สุพัตรา ศรีวัฒนชากกร**

มูลนิธิสถาบันวิจัยและพัฒนาระบบ  
สุขภาพชุมชน (มสพช.)

---



### **รศ. พญ.ดาวชมพู นาคะวีโร**

คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี  
มหาวิทยาลัยมหิดล



# วิทยากรเนื้อหา

## Module 1: โรคไม่ติดต่อเรื้อรัง (NCDs)



ประวัติวิทยากร

**พญ.สุพัตรา ศรีวณิชชากร**

เลขาธิการ  
มูลนิธิสถาบันวิจัยและพัฒนา  
ระบบสุขภาพชุมชน (มสพช.)



ประวัติวิทยากร

**อ.กศนีย์ ญาณะ**

นักวิจัยและผู้จัดการงานวิชาการ  
มูลนิธิสถาบันวิจัยและพัฒนา  
ระบบสุขภาพชุมชน (มสพช.)



ประวัติวิทยากร

**อ.อรรธรณ ขวัญศรี**

นักวิชาการศึกษา  
สถาบันพัฒนาสุขภาพอาเซียน  
มหาวิทยาลัยมหิดล



ประวัติวิทยากร

**อ.ปิยฉัตร ตระกูลวงษ์**

นักวิชาการ  
มูลนิธิสถาบันวิจัยและพัฒนา  
ระบบสุขภาพชุมชน (มสพช.)

Module 4: การทำงานของสมองที่เชื่อมโยงกับร่างกายและจิตใจ

Module 5: กระตุ้นสมองด้านความสนใจ ใส่ใจและความจำ



ประวัติวิทยากร

**รศ. พญ.ดาวชมพู นาคะวิโร**

ภาควิชาจิตเวชศาสตร์  
คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี  
มหาวิทยาลัยมหิดล



ประวัติวิทยากร

**อ.ชวัลส์ภัสร์ กวินนิรพร**

นักดนตรีบำบัดวิชาชีพ



ประวัติวิทยากร

**อ.จารุณี วิทยาจักษ์**

นักจิตวิทยาคลินิก ภาควิชาจิตเวชศาสตร์  
คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี  
มหาวิทยาลัยมหิดล

Module 2: สุขภาพจิตและภาวะซึมเศร้า



ประวัติวิทยากร

**อ.พลินท์ญา พิชราพิสิฏกุล**

นักกิจกรรมบำบัด ภาควิชาจิตเวชศาสตร์  
คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี  
มหาวิทยาลัยมหิดล

■ ประวัติการศึกษา



## Module 3: รู้จักสมองเสื่อม



ประวัติวิทยากร

### ผศ. พญ.สิรินทร จันศิริกาญจน

อาจารย์ประจำสาขาวิชาเวชศาสตร์ผู้สูงอายุ ภาควิชาอายุรศาสตร์  
คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล



ประวัติวิทยากร

### อ.กพิเนตร จามกาละ

พยาบาลชำนาญการ งานการพยาบาลอายุรศาสตร์  
คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี  
มหาวิทยาลัยมหิดล



ประวัติวิทยากร

### อ.พิชยพันธ์ วัฒนวิฑูกร

นักวิเคราะห์นโยบายและแผน  
คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี  
มหาวิทยาลัยมหิดล



ประวัติวิทยากร

### อ.พินทิพย์ กาญจนภูมิินทร์

พยาบาล  
คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี  
มหาวิทยาลัยมหิดล

## “ทีมสื่อสารสร้างความเข้าใจ” กับ “Coach ประจำจังหวัด”

การพัฒนาบุคลากร กศน. “หลักสูตรการจัดกิจกรรม กศน. ป้องกันภาวะซึมเศร้า คงสมรรถนะทางกาย จิต และสมองของผู้สูงอายุ”  
 รุ่นที่ 2

สำนักงาน กศน.

คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี  
 มหาวิทยาลัยมหิดล

มูลนิธิสถาบันวิจัยและพัฒนาาระบบสุขภาพชุมชน  
 (มสพช.)



**อ. วาสนา โกสีย์วัฒนา**  
 ครูเชี่ยวชาญ ศกพ. สำนักงาน กศน.  
 ผู้บริหารโครงการ

Line : Wasana Gosriwathana



**อ. จัตตรา ภู่อสุวรรณ**  
 ครูชำนาญการพิเศษ ศกพ. สำนักงาน กศน.  
 ผู้ประสานงาน

Line : จัตตรา



**อ. ธานี เครืออยู่**  
 นักวิชาการศึกษานำศูนย์  
 กลุ่มพัฒนาคุณภาพและมาตรฐานการศึกษา  
 รับผิดชอบฐานข้อมูลผู้เข้าอบรม

Line : Mark



**พศ. พญ.สิรินทร จันทร์กาญจน**  
 อาจารย์ประจำสาขาเวชศาสตร์ผู้สูงอายุ ภาควิชาอายุรศาสตร์  
 คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี

Line : sirintorn



**อ.พินทิพย์ กาญจนภูมิินทร์**  
 พยาบาล  
 คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี  
 มหาวิทยาลัยมหิดล

Line : Kanjanapumin



**อ.พิชญนันท์ วัฒนวิฑูร**  
 นักวิเคราะห์นโยบายและแผน  
 คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี  
 มหาวิทยาลัยมหิดล

Line : Peachy



ประวัติดูรายการ

**อ.อัศนีชัย ญาณะ**  
 นักวิจัยและผู้จัดการงานวิชาการ  
 มูลนิธิสถาบันวิจัยและพัฒนา  
 ระบบสุขภาพชุมชน (มสพช.)

Line : tsnee



ผู้บริหารระบบ Class Start  
 ดร.อัศนีชัย ญาณะ



Line : apansarin





ตารางการจัดอบรม “หลักสูตรการจัดกิจกรรม กศน. ป้องกันภาวะซึมเศร้า คงสมรรถนะทางกาย จิต และสมองของผู้สูงอายุ” รุ่นที่ 2

ภายใต้รายการค่าใช้จ่ายโครงการการจัดและส่งเสริมการจัดการศึกษาตลอดชีวิต  
เพื่อคงพัฒนาการทางกาย จิต และสมองของผู้สูงอายุ ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. 2564  
ระหว่างเดือน 16 กุมภาพันธ์ – 26 มิถุนายน 2564

ครั้งที่	รายการ	ห้องเรียนที่ 1	ห้องเรียนที่ 2	ห้องเรียนที่ 3	วิทยากร
ครั้งที่ 1	ทำความเข้าใจการเรียนการสอน ระบบ ClassStart และ การสื่อสารโดยใช้ ZOOM	วันที่ 16 ก.พ. 64 เวลา 13.00-15.00	17 ก.พ. 64 09.00-11.00	17 ก.พ. 64 13.00-15.00	ดร. อภัสรินทร์
ครั้งที่ 2	<b>ปฐมนิเทศ (Overview &amp; Orientation)</b> Class Room Online Live ผ่าน Facebook	วันที่ 19 ก.พ. 64 เวลา 09.00-10.00	19 ก.พ. 64 11.00-12.00	19 ก.พ. 64 13.00-14.00	รมช.ศธ. พญ.สิรินทร พญ.สุพัชรา
Pre-test Online ทั้งหลักสูตร ผ่านระบบ ClassStart		19 ก.พ. 64			
ครั้งที่ 3	<b>Module 1</b> โรคไม่ติดต่อเรื้อรัง (NCDs) และความเกี่ยวข้องกับสมองเสื่อม Pre-test Online Module 1 ในระบบ ClassStart เรียนรู้ด้วยตนเองผ่านสื่อ ในระบบ ClassStart Class Room Online Live ผ่าน ZOOM	วันที่ 4 มี.ค. 64 เวลา 09.30 - 11.30	4 มี.ค. 64 13.30 - 15.30	5 มี.ค. 64 09.30-11.30	พญ.สุพัชรา และคณะ
Post-test Online และประเมินความพึงพอใจ Module 1 ในระบบ ClassStart		5 มี.ค. 64			
		22 ก.พ. 64			
		22 ก.พ. - 3 มี.ค. 64			





ครั้งที่	รายการ	ห้องเรียนที่ 1	ห้องเรียนที่ 2	ห้องเรียนที่ 3	วิทยากร
ครั้งที่ 4	<p><b>Module 2</b> สุขภาพจิตและภาวะซึมเศร้า</p> <p>Pre-test Online Module 2 ในระบบ ClassStart</p> <p>เรียนรู้ด้วยตนเองผ่านสื่อ ในระบบ ClassStart</p> <p>Class Room Online Live ผ่าน ZOOM</p> <p>วันที่</p> <p>เวลา</p> <p>Post-test Online และประเมินความพึงพอใจ Module 2 ในระบบ ClassStart (<b>เปิดระบบให้ทำ Post – test เมื่อจบ Class Room Online</b>)</p> <p>วันที่</p>	<p>8 มี.ค. 64</p> <p>8 – 14 มี.ค. 64</p> <p><b>15 มี.ค. 64</b></p> <p>10.00 – 12.00</p> <p>15-17 มี.ค. 64</p>	<p><b>18 มี.ค. 64</b></p> <p>13.00 - 15.00</p> <p>18-20 มี.ค.64</p>	<p><b>19 มี.ค. 64</b></p> <p>13.00 - 15.00</p> <p>19-21มี.ค.64</p>	<p>พญ.ดาวชมพู</p> <p>อ.ชวัลสิทธิ์</p>
ครั้งที่ 5	<p><b>Module 3</b> รู้จักภาวะสมองเสื่อม</p> <p>Pre-test Online Module 3 ในระบบ ClassStart</p> <p>เรียนรู้ด้วยตนเองผ่านสื่อ ในระบบ ClassStart</p> <p>Class Room Online Live ผ่าน ZOOM</p> <p>วันที่</p> <p>เวลา</p> <p>Post-test Online และประเมินความพึงพอใจ Module 1 ในระบบ ClassStart (<b>เปิดระบบให้ทำ Post – test เมื่อจบ Class Room Online</b>)</p> <p>วันที่</p>	<p>22 มี.ค. 64</p> <p>22 – 28 มี.ค. 64</p> <p><b>29 มี.ค. 64</b></p> <p>10.00 - 12.00</p> <p>29-31 มี.ค. 64</p>	<p><b>29 มี.ค. 64</b></p> <p>13.00-15.00</p> <p>29-31 มี.ค. 64</p>	<p><b>2 เม.ย. 64</b></p> <p>10.00 - 12.00</p> <p>2-4 เม.ย. 64</p>	<p>พญ.สิรินทร</p> <p>และคณะ</p>
ครั้งที่ 6	<p><b>Module 4</b> การทำงานของสมองที่เชื่อมโยงกับร่างกายและจิตใจ</p> <p>Pre-test Online Module 4 ในระบบ ClassStart</p> <p>เรียนรู้ด้วยตนเองผ่านสื่อ ในระบบ ClassStart</p> <p>Class Room Online Live ผ่าน ZOOM</p> <p>วันที่</p> <p>เวลา</p> <p>Post-test Online และประเมินความพึงพอใจ Module 4 ในระบบ ClassStart (<b>เปิดระบบให้ทำ Post – test เมื่อจบ Class Room Online</b>)</p> <p>วันที่</p>	<p>3 พ.ค. 64</p> <p>3 – 11 พ.ค. 64</p> <p><b>12 พ.ค. 64</b></p> <p>10.00 - 12.00</p> <p>12-14 พ.ค.64</p>	<p><b>13 พ.ค. 64</b></p> <p>10.00 - 12.00</p> <p>13-15 พ.ค.64</p>	<p><b>14 พ.ค. 64</b></p> <p>10.00 - 12.00</p> <p>14-16 พ.ค.64</p>	<p>พญ.ดาวชมพู</p> <p>อ. พลินชญา</p> <p>อ. จารุณี</p>



ครั้งที่	รายการ	ห้องเรียนที่ 1	ห้องเรียนที่ 2	ห้องเรียนที่ 3	วิทยากร
ครั้งที่ 7	<p><b>Module 5</b> การกระตุ้นสมองด้านความสนใจ ใส่ใจและความจำ</p> <p>Pre-test Online Module 5 ในระบบ ClassStart</p> <p>เรียนรู้ด้วยตนเองผ่านสื่อ ในระบบ ClassStart</p> <p>Class Room Online Live ผ่าน ZOOM</p> <p>วันที่</p> <p>เวลา</p> <p>วันที่</p> <p>Post-test Online และประเมินความพึงพอใจ Module 5 ในระบบ ClassStart <b>(เปิดระบบให้ทำ Post – test เมื่อจบ Class Room Online)</b></p>				พญ.ดาวชมพู อ. พลินชญา อ. จารุณี
		17 พ.ค. 64			
		17-23 พ.ค. 64			
		24 พ.ค. 64	27 พ.ค. 64	28 พ.ค. 64	
		10.00 - 12.00	10.00 - 12.00	10.00 - 12.00	
		24-26 พ.ค.64	27-29 พ.ค. 64	28-30 พ.ค. 64	
<b>Post-test Online ทั้งหมด</b>		25-27 พ.ค. 64	28-30 พ.ค. 64	29-31 พ.ค. 64	
ผู้เข้าอบรมออกแบบกิจกรรมตามที่วิทยากรมอบหมาย สำหรับส่งงานกลุ่ม		มิถุนายน 2564			
ครั้งที่ 8	<p>สัมมนาก่อนจบหลักสูตร แบบ Online</p> <p>วันที่</p>	12 มิ.ย. 64	19 มิ.ย. 64	26 มิ.ย. 64	
<b>ประเมินความพึงพอใจ ทั้งหมด</b> ในระบบ ClassStart		15 – 26 มิถุนายน 2564			