



สำนักงานปลัดเทศบาล

เทศบาลตำบลแม่เงิน อำเภอเขียงแสน จังหวัดเชียงราย

ฝ่ายสวัสดิการสังคม ภาพกิจกรรม

โครงการจัดการความปวดด้วยการนวดแบบเกือกูลบน
พื้นฐานวัฒนธรรมไทยล้านนา
ประจำปีงบประมาณ พ.ศ.2567

เมื่อวันที่ 13 กรกฎาคม 2567 เทศบาลตำบลแม่เงิน ร่วมกับ สำนักวิชาพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยแม่ฟ้าหลวง จัดกิจกรรม “โครงการจัดการความปวดด้วยการนวดแบบเกือกูลบนพื้นฐานวัฒนธรรมไทยล้านนาประจำปีงบประมาณ พ.ศ.2567” ภายใต้ “โครงการบริการวิชาการกับเครือข่ายบริการสุขภาพ” และ “โครงการพัฒนาศักยภาพจิตอาสาในการดูแลผู้สูงอายุ” ในเขตพื้นที่ เทศบาลตำบลแม่เงิน เพื่อส่งเสริมให้ผู้สูงอายุในชุมชนยังคงมีสุขภาพร่างกายที่ดี อากาศเจ็บปวดตามร่างกายลดลง ซึ่งจะช่วยให้ผู้สูงอายุยังคงความสามารถในการทำงานเพิ่มมากขึ้น และช่วยให้ผู้สูงอายุสามารถค้นหาช่องทาง ทางเลือกอื่น ๆ ในการทำงานที่ หลากหลายเพิ่มขึ้นได้ และช่วยให้ผู้สูงอายุมีคุณภาพชีวิตที่ดีอย่างต่อเนื่องและยั่งยืนได้ โดยในกิจกรรมนี้มีตัวแทนผู้สูงอายุเข้าร่วม กว่า 30 คน ซึ่งทางผู้สูงอายุได้รับการพัฒนาดำเนินการจัดกิจกรรมตามโปรแกรม ตามแผนที่กำหนดไว้ โดยจะมีการวิเคราะห์ วิจาร์ณ การรับฟัง และการสะท้อนผลจากผู้ร่วมวิจัยและผู้ที่เกี่ยวข้องอื่น ๆ ระยะเวลา 3 เดือน โดยจัดกิจกรรม จำนวน 3 ครั้ง ครั้งที่ 1 อบรมเชิงปฏิบัติการ เกี่ยวกับความเจ็บปวดตามร่างกายและวิธีนวดบรรเทาโปรแกรมจัดการความปวดด้วยการนวดแบบเกือกูลบนพื้นฐานวัฒนธรรมไทยล้านนา ให้กับผู้สูงอายุและจิตอาสา จำนวน 1 วัน หลังจากนั้นให้ ผู้สูงอายุปฏิบัติด้วยตนเองที่บ้าน โดยมีจิตอาสาเป็นที่เลี้ยงติดตามเยี่ยมบ้านและ ร่วมฝึกปฏิบัติด้วย สัปดาห์ละ 1 ครั้ง และตั้งกลุ่มไลน์ เพื่อสามารถขอคำปรึกษาจากทีมวิจัยได้ตลอดเวลา ครั้งที่ 2 จัดวงแลกเปลี่ยน ประสบการณ์ และฝึกปฏิบัติร่วมกัน หลังฝึกปฏิบัติด้วยตนเองเป็นเวลา 1 เดือน เพื่อแลกเปลี่ยนประสบการณ์ เทคนิควิธีการฝึกปฏิบัติและการจัดการกับปัญหาอุปสรรคที่อาจเกิดขึ้น และเสริมกำลังใจซึ่งกันและกัน



จัดทำโดย ฝ่ายสวัสดิการสังคม สำนักงานปลัดเทศบาล เทศบาลตำบลแม่เงิน อำเภอเขียงแสน จังหวัดเชียงราย 57150

โทร/โทรสาร 053-182271 ต่อ 11 / www.maengoi.go.th / e-mail : mng_cs@hotmail.com