

แบบเสนอโครงการขอรับการสนับสนุนจากกองทุนผู้สูงอายุ ประจำปี พ.ศ. 2564

สำนักส่งเสริมและพิทักษ์ผู้สูงอายุ

กรมกิจการผู้สูงอายุ

กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์

ส่วนที่ 2 รายละเอียดข้อมูลโครงการขอรับการสนับสนุนเงินกองทุน

2.1 ชื่อโครงการ “เสริมสร้างสุขภาพกายและใจในการเล่นกีฬาฟุตบอล ชมรมผู้สูงอายุอำเภอแม่ใจ จังหวัดพะเยา”

2.2 ประเภท โครงการ

- โครงการขนาดเล็ก วงเงินไม่เกิน 50,000 บาท
- โครงการขนาดกลาง วงเงิน 50,000 ถึง 300,000 บาท
- โครงการขนาดใหญ่ วงเงินเกิน 300,000 บาท ขึ้นไป

2.3 หลักการและเหตุผล (คำอธิบาย : โครงการควรแสดงข้อมูลสภาพปัญหา หรือ ข้อเท็จจริงที่เกิดขึ้นในชุมชน หรือพื้นที่ ๆ ที่จะทำโครงการ และระบุให้ชัดเจนว่า เหตุใดจัดทำโครงการนี้ อ้างอิงถึงหลักการหรือเหตุผลให้ชัดเจนและกระชับ)

ผู้สูงอายุ เป็นวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงอย่างเห็นได้ชัด ทั้งทางร่างกายและจิตใจ สภาพร่างกาย จะเห็นได้ว่าเสื่อมลงตามอายุขัย สภาพจิตใจมีการเปลี่ยนแปลงง่าย จี๋หงุดหงิด มีความวิตกกังวล เนื่องจากการเจ็บป่วย หรือจากการเสื่อมของระบบต่างๆในร่างกาย รวมถึงการดูแลสุขภาพที่อาจไม่เหมาะสม จึงทำให้ผู้สูงอายุมักเกิดปัญหาทางสุขภาพหลายๆโรค มีทั้งโรคที่เกิดขึ้นทางร่างกาย และจากปัญหาทางจิตใจ ได้แก่ 1.โรคอ้วน 2.โรคเบาหวาน 3.โรคหัวใจขาดเลือด 4. โรคความดันโลหิตสูง 5. โรคไขมันในเส้นเลือด 6.โรคข้อเสื่อม 7. โรคเกี่ยวกับทางเดินอาหาร 8. โรคทางประสาท ตา เช่น โรคต้อหิน ต้อกระจก 9. โรคสมองเสื่อมโรคอัลไซเมอร์ 10. อาการวิตกกังวลนอนไม่หลับ จากโรคต่างๆที่กล่าวมา โรคอ้วน เป็นโรคที่พบได้บ่อยในผู้สูงอายุ โรคนี้มักนำมาซึ่งโรคอื่นๆ หรืออาจเกิดขึ้นพร้อมกับโรคอื่นๆอีกหลายโรค

ชมรมผู้สูงอายุอำเภอแม่ใจ จังหวัดพะเยา เป็นองค์กรของผู้สูงอายุระดับอำเภอ ที่มีบทบาทหน้าที่ที่ช่วยส่งเสริมสนับสนุน ให้มีการรวมกลุ่มผู้สูงอายุในอำเภอแม่ใจ เพื่อทำกิจกรรมที่เกิดประโยชน์ต่อสมาชิกของชมรมฯ ทั้งด้านร่างกาย อารมณ์ และสังคมฯ ให้ผู้สูงอายุตระหนักและเห็นความสำคัญถึงสุขภาพกายและการพัฒนาคุณภาพชีวิตของตนเอง ทางด้านสุขภาพกายคือการออกกำลังกาย ด้านสุขภาพจิตได้เข้าร่วมแข่งขัน ทำให้จิตใจเบิกบานสนุกสนานกับการเล่นกีฬา การออกกำลังกายทำให้ผู้สูงอายุได้ทำกิจวัตรได้ด้วยตนเอง มีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น เพื่อลดค่าใช้จ่ายในการรักษาพยาบาล ไม่เจ็บไข้ได้ป่วย ออदๆ แอดๆ ให้กระฉับกระเฉงทุกเวลา ชมรมผู้สูงอายุอำเภอแม่ใจ จังหวัดพะเยา จึงได้เลือกกีฬาฟุตบอล ซึ่งกรมพลศึกษารับรองให้เป็นกีฬาของผู้สูงอายุ

ประโยชน์ของกีฬาฟุตบอล

ฟุตบอล กีฬายอดนิยมของคนมีไฟในวัยชรา ทั้งนี้เพื่อเสริมสร้างสุขภาพร่างกายให้แข็งแรง และยังสร้างความสนุกสนานเพลิดเพลินให้แก่ผู้สูงอายุอีกด้วย กีฬาชนิดนี้ถือได้ว่าเป็นความเหมาะสมกับผู้สูงอายุ เพราะเป็นกีฬาที่ไม่มีแรงปะทะจากการเล่น ไม่เป็นอันตรายกับผู้สูงอายุ จึงเป็นกีฬาที่เหมาะสมและได้รับความนิยม ฉะนั้น ผู้สูงอายุสามารถที่จะมีสุขภาพร่างกายที่แข็งแรงและมีสุขภาพที่ดีเกิดขึ้นได้ หากผู้สูงอายุ หรือผู้ที่กำลังจะก้าวเข้าสู่ความชรามาสนใจและใส่ใจเรื่องการดูแลสุขภาพ ต้องป้องกันไว้ก่อนแก่ ดีกว่าจะเป็นโรคร้ายรุมเร้าในยามชรา ดังนั้น กีฬาฟุตบอลเป็นอีกหนึ่งทางเลือก ที่จะช่วย พัฒนาและเสริมสร้างสุขภาพดีทั้งกายและใจให้ผู้สูงอายุ ในทุกด้านดังนี้

ด้านการพัฒนาร่างกาย กำลังแขน ผู้เล่นจะฝึกใช้กำลังนิ้วมือ ข้อมือ ข้อศอกและหัวไหล่ให้สัมพันธ์กัน เพื่อการบังคับไม้ในการตีลูกให้ได้จังหวะและระยะที่ต้องการ กำลังขา ผู้เล่นจะต้องเดินไปเดินมาตามความยาวของสนาม ลูกนั่งเพื่อการวางตำแหน่งของลูกบอลตลอดเวลาของการเล่น สายตา กีฬาฟุตบอลช่วยให้เกิดการทำงานที่สัมพันธ์กันระหว่างสายตาและมือ เนื่องจากต้องใช้สายตากระระยะทาง พิจารณาแง่มุมต่างๆที่จะตีลูกบอล เพื่อให้ได้ประสิทธิภาพตามต้องการ

ด้านการพัฒนาทางสติปัญญา กีฬาฟุตบอล เป็นการเล่นที่จำเป็นต้องอาศัยการคิดคาดคะเนและการอ่านเกมในการเล่นอย่างจริงจัง คิดแก้ไขปัญหา และปรับปรุงการเล่นตลอดเวลา

ด้านการพัฒนาทางจิตใจ ในการเล่นกีฬาฟุตบอล สมาชิกถือว่าเป็นส่วนสำคัญอย่างยิ่งไม่ว่าจะเป็นการเล่นประเภทใดๆผู้เล่นจะต้องฝึกการวางเฉย ทำจิตใจให้สงบ ทำสมาธิให้ได้ ตั้งความหวังให้น้อยกว่าความจริง ไม่วิตกกังวลเกินไป ไม่ท้อถอยในการเล่น ไม่สนใจเสียงข่มขวัญ เสียงเชียร์ที่ดัง การเล่นเกมการเล่นของฝ่ายตรงข้าม เพราะสิ่งต่างๆ เหล่านี้จะทำให้เกิดความกังวลสับสน และจะมีผลต่อเกมการเล่น ถ้าสมาธิไม่ดีพอ

ด้านการพัฒนาทางสังคม กีฬาฟุตบอล เป็นกีฬาที่เล่นไม่ยาก จึงมีผู้นิยมเล่นกันอย่างแพร่หลาย จะเห็นได้ว่าในหน่วยงานของรัฐและภาคเอกชน ได้จัดให้มีการแข่งขันเพื่อให้ผู้เล่นได้พบปะสังสรรค์ ได้รู้จักและได้ร่วมสนุกสนานกัน นับเป็นการสร้างสังคมอันดีแก่นักกีฬา นอกจากนี้ยังลดปัญหาสารเสพติด เนื่องจากคนหันมาเล่น ส่งผลให้ปัญหาอาชญากรรมลดลง

2.4 วัตถุประสงค์ (คำอธิบาย : โครงการต้องการทำอะไร มีกิจกรรมอะไรที่คิดจะทำออกให้ชัดเจนที่สุด)

1. เพื่อส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุให้มีความแข็งแรง สมบูรณ์ มีคุณภาพชีวิตสมวัย
2. เพื่ออบรมให้ความรู้ด้านสุขภาพ เรื่อง อาหารการกินและการออกกำลังกาย
3. เพื่ออบรมให้ความรู้ กฎ กติกา ในการเล่นกีฬาฟุตบอล
4. ฝึกสอน ฝึกปฏิบัติในการเล่นกีฬาฟุตบอล

2.5 กลุ่มเป้าหมาย (คำอธิบาย : ระบุว่าใครคือผู้ที่จะได้รับผลดีจากโครงการนี้ และมีจำนวนเท่าใด)

การเสริมสร้างสุขภาพกายและใจ ในการเล่นกีฬาฟุตบอล ของชมรมผู้สูงอายุอำเภอแม่ใจ จังหวัดพะเยา ก็เพื่อให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรม มีความรู้ ความเข้าใจในการดูแลสุขภาพ ในเรื่อง อาหารการกินและการออกกำลังกาย โดยจัดอบรมผ่านตัวแทนคณะกรรมการชมรมผู้สูงอายุระดับตำบลและหมู่บ้าน ดังนี้

- | | | |
|-----------------------------------|------------------------|-----------|
| 1.1 ตัวแทนคณะกรรมการฯ ในระดับตำบล | จำนวน 6 ตำบล ๆ ละ 2 คน | รวม 12 คน |
|-----------------------------------|------------------------|-----------|

1.2 ตัวแทนคณะกรรมการฯ ในระดับหมู่บ้าน จำนวน 66 หมู่บ้าน ๆ ละ 1 คน	รวม 66 คน
1.3 คณะกรรมการบริหารชมรมผู้สูงอายุอำเภอแม่ใจ และเจ้าหน้าที่ฯ	รวม 12 คน
รวมทั้งสิ้น	รวม 90 คน

หมายเหตุ เนื่องจากสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 ขอแบ่งการอบรมออกเป็น 2 รุ่นๆละ 45 คน

2.6 พื้นที่ดำเนินงาน (คำอธิบาย : ระบุ หมู่บ้าน ตำบล อำเภอ จังหวัด)

ห้องโสตทัศนศึกษาและสนามกีฬาโรงเรียนแม่ใจวิทยาคม หมู่บ้านสันติสุข ตำบลศรีถ้อย อำเภอแม่ใจ จังหวัดพะเยา

2.7 ระยะเวลาดำเนินการโครงการ (คำอธิบาย : โครงการนี้จะเริ่มและจบลงเมื่อใด)

โครงการ “เสริมสร้างสุขภาพกายและใจในการเล่นกีฬาฟุตบอล ชมรมผู้สูงอายุอำเภอแม่ใจ จังหวัดพะเยา” เริ่มดำเนินการในระหว่างวันที่ 5 พฤษภาคม 2564 ถึงวันที่ 8 ตุลาคม 2564

2.8 วิธีดำเนินการ

1. ขั้นเตรียมการ

- 1.1 ประชุมคณะกรรมการดำเนินการชมรมผู้สูงอายุอำเภอแม่ใจ จังหวัดพะเยา
- 1.2 ประสานงานเกี่ยวกับสถานที่ประชุม,วิทยากร และคณะกรรมการชมรมผู้สูงอายุระดับตำบล และหมู่บ้าน เพื่อคัดเลือกตัวแทนชมรมผู้สูงอายุให้เข้ารับการอบรมเสริมสร้างสุขภาพกายและใจ ในการเล่นกีฬาฟุตบอล ชมรมผู้สูงอายุอำเภอแม่ใจ จังหวัดพะเยา
- 1.3 ประชุมคณะวิทยากร เพื่อชี้แจง ชักจูงความเข้าใจในเนื้อหาของการจัดอบรม

2. ขั้นตอนการ

จัดอบรมตามกระบวนการ ขั้นตอน และวิธีการเกี่ยวกับการ เสริมสร้างสุขภาพกายและใจ ในการเล่นกีฬาฟุตบอล ชมรมผู้สูงอายุอำเภอแม่ใจ จังหวัดพะเยา สรุปและประเมินผลการอบรมฯ

- 1.1 ตารางกิจกรรมดำเนินการอบรม การเสริมสร้างสุขภาพกายและใจ ในการเล่นกีฬาฟุตบอล ชมรมผู้สูงอายุอำเภอแม่ใจ จังหวัดพะเยา

กิจกรรมทำอะไร	กับใครที่ไหน	ระยะเวลากี่วัน เมื่อไหร่	ผลที่คาดว่าจะได้รับ	แหล่งงบประมาณ
1. ประชุม คณะกรรมการ ดำเนินการของชมรม ผู้สูงอายุอำเภอแม่ใจ	คณะกรรมการ บริหารชมรมผู้สูง อายุอำเภอแม่ใจ และ ประธาน/เลขาฯคณะ	5 พฤษภาคม 2564 (1 วัน)	คณะกรรมการฯ ชมรมผู้สูงอายุอำเภอ แม่ใจและกรรมการฯ ตำบลรู้บทบาท มี	กองทุนผู้สูงอายุ จำนวน 3,240 บาท

จังหวัดพะเยา เพื่อ กำหนดบทบาท	กรรมการ ๑ ตำบล รวมทั้งสิ้น 24 คน		ความเข้าใจและเห็น ความสำคัญที่จะต้อง	
กิจกรรมทำอะไร	กับใครที่ไหน	ระยะเวลากี่วัน เมื่อไหร่	ผลที่คาดว่าจะได้รับ	แหล่งงบประมาณ
หน้าที่ของงาน แต่ละฝ่าย	ณ อาคาร อนก ประสงค์ หมู่ 4 ตำบล ศรีถ้อย อำเภอแม่ใจ จังหวัดพะเยา		มีการอบรมเสริม สร้างสุขภาพกายและ ใจในการเล่นกีฬา วู้ดบอล ของชมรม ผู้สูงอายุอำเภอ แม่ใจ จังหวัดพะเยา	
2. ประสานการ ดำเนินงานในด้าน สถานที่และวิทยากร เตรียมวัสดุ และ อุปกรณ์ ฯลฯ	ประสานขออนุญาต ใช้สถานที่ ห้องโสต ทัศนศึกษาและสนาม กีฬาโรงเรียนแม่ใจ วิทยาคม อำเภอแม่ใจ จังหวัดพะเยา และ วิทยากร เตรียม วัสดุ และอุปกรณ์ แจก ผู้เกี่ยวข้องที่จะต้อง เข้าประชุมอบรมตาม โครงการฯ	10 พฤษภาคม 2564 ถึง 14 พฤษภาคม 2564 (รวม 5 วัน)	ทุกคนพร้อมใจ ร่วมมือกันในการ ดำเนินงาน ได้รับ การตอบรับจาก หน่วยงาน ราชการ และภาคีเครือข่าย ในท้องถิ่น ที่จะจัด อบรมฯ อนุญาตให้ ใช้สถานที่อบรมฯ วิทยากรตอบรับ เตรียมวัสดุ อุปกรณ์ พร้อมแจ้งให้ผู้ เกี่ยวข้อง ที่ต้องเข้า อบรมตามโครงการฯ ทราบ	กองทุนผู้สูงอายุ จำนวน 2,000 บาท
3.ประชุมวิทยากร เพื่อกำหนดบทบาท และเนื้อหาของการ อบรมฯ	คณะวิทยากรและ เนื้อหาฯ ตามตาราง การอบรมฯ ตาม โครงการ ฯ	27 พฤษภาคม 2564 (รวม 1 วัน)	ได้คนรับผิดชอบ ในเนื้อหาตามตาราง การอบรมฯ และ เวลาที่กำหนด	ไม่ใช้งบประมาณ

			ชัดเจน	
กิจกรรมทำอะไร	กับใครที่ไหน	ระยะเวลากี่วัน เมื่อไหร่	ผลที่คาดว่าจะได้รับ	แหล่งงบประมาณ
4. ดำเนินการ อบรมเสริมสร้าง สุขภาพกายและใจ ในการเล่น กีฬา วู๊ดบอล ชมรม ผู้สูงอายุอำเภอแม่ใจ จังหวัดพะเยา	ตัวแทนคณะ กรรมการชมรม ผู้สูงอายุระดับตำบล และหมู่บ้าน	25 มิถุนายน 2564 (1 วัน) ณ ห้องโสตทัศน ศึกษาและสนามกีฬา โรงเรียนแม่ใจ วิทยาคม อำเภอแม่ใจ จังหวัดพะเยา	ตัวแทนคณะ กรรมการชมรม ผู้สูงอายุฯ มีความรู้ ความเข้าใจในการ เสริมสร้างสุขภาพ กายและใจในการ เล่น กีฬาวู๊ดบอล	กองทุนผู้สูงอายุ จำนวน 66,200 บาท
5. ตัวแทนคณะ กรรมการชมรมผู้สูง อายุ ฯ ที่ผ่านการฝึก อบรม มีความรู้และ ความเข้าใจในการ เสริมสร้างสุขภาพ กายและใจ ในการ เล่น กีฬาวู๊ดบอล โดยได้นำความรู้ไป ขยายผลสู่ คณะ กรรมการระดับ ตำบลและหมู่บ้าน ในวาระการประชุมฯ	คณะกรรมการ ดำเนินการชมรม ผู้สูงอายุระดับตำบล และหมู่บ้าน	28 มิถุนายน 2564 ถึง 27 กันยายน 2564 (90 วันหรือ 3 เดือน)	คณะกรรมการ ชมรมผู้สูงอายุ ในระดับตำบลและ หมู่บ้าน มีความรู้ ความเข้าใจในการ จัดกิจกรรม เสริมสร้างสุขภาพ กายและใจ ในการ เล่นกีฬา วู๊ดบอล สามารถนำไปสู่การ ปฏิบัติอย่างจริงจัง ได้	ชมรมผู้สูงอายุ ใน ระดับตำบลและ หมู่บ้าน ขอรับ การสนับสนุน งบประมาณ จาก อปท.และอบต. ใน ท้องถิ่น** (หรือไม่ ใช้งบประมาณ)
6. คณะกรรมการ บริหารชมรมผู้สูง อายุอำเภอแม่ใจ ออก เยี่ยมเยือน ติดตาม และให้กำลังใจฯ	คณะกรรมการ ดำเนินการชมรม ผู้สูงอายุระดับตำบล และหมู่บ้าน	28 มิถุนายน 2564 ถึง 27 กันยายน 2564 (90 วันหรือ 3 เดือน)	ชมรมผู้สูงอายุตำบล และหมู่บ้านมีการ ขับเคลื่อนสู่การ พัฒนาที่ดีขึ้น มี ความสัมพันธอันดี	ใช้งบประมาณ ของชมรมผู้สูงอายุ อำเภอแม่ใจ จ่ายเป็น ค่าน้ำมันเชื้อเพลิง

			สามัคคี เอื้ออาทร เป็นกำลังใจแก่กัน	
กิจกรรมทำอะไร	กับใครที่ไหน	ระยะเวลากี่วัน เมื่อไหร่	ผลที่คาดว่าจะได้รับ	แหล่งงบประมาณ
7. ประสาน/ รายงานผลการ ดำเนินงาน โครงการฯ เป็น รูปเล่มเพื่อรายงาน ผลให้กองทุน ผู้สูงอายุฯ	กองทุนผู้สูงอายุฯ	4 – 8 ตุลาคม 2564 (5 วัน)	สรุปผลการดำเนิน งานโครงการฯ เป็นไป ตามวัตถุประสงค์ของ โครงการฯที่กำหนด	กองทุนผู้สูงอายุ จำนวน 2,000 บาท

2.9 งบประมาณโครงการ

(คำอธิบาย : ควรแจกแจงงบประมาณในแต่ละรายการให้ชัดเจนและสอดคล้องกับกิจกรรมโดยคำนึงถึงหลักประหยัด และสมเหตุสมผล)

งบประมาณรวม **78,640** บาท

จำนวนงบประมาณที่ต้องการสนับสนุนจากกองทุนผู้สูงอายุฯ **78,640** บาท

งบประมาณสมทบจากองค์กรที่เสนอโครงการ - บาท

1.) รายการค่าใช้จ่ายในการประชุมคณะกรรมการดำเนินการของชมรมผู้สูงอายุอำเภอแม่ใจ จังหวัดพะเยา
จำนวน 24 คน (เพื่อเตรียมการฯและกำหนดบทบาทหน้าที่ ในวันที่ 5 พฤษภาคม 2564)

1.1) เป็นค่าอาหารกลางวัน 1 มื้อ (24 คน x 100 บาท) เป็นเงิน 2,400 บาท

1.2) เป็นค่าอาหารว่าง/เครื่องดื่ม 1 มื้อ (24 คน x 35 บาท) เป็นเงิน 840 บาท

รวมรายจ่ายการประชุมคณะกรรมการฯ เป็นเงิน 3,240 บาท

2.) รายการค่าใช้จ่ายในการจัดอบรม ตัวแทนฯ ชมรมผู้สูงอายุระดับตำบลและหมู่บ้าน ดังนี้

2.1 เป็นค่าอาหารกลางวันสำหรับผู้เข้าอบรมฯและวิทยากร 1 มื้อ

ผู้เข้ารับการฝึกอบรมฯและคณะกรรมการฯ รวม 90 คนๆละ 100 บาท เป็นเงิน 9,000 บาท

รวมค่าอาหารกลางวันทั้งสิ้น เป็นเงิน 9,000 บาท

2.2 เป็นค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม 2 มื้อ (เช้า - บ่าย) (ผู้เข้ารับการฝึกอบรมฯและคณะกรรมการฯ)

รวมทั้งสิ้น 90 คนๆละ 35 บาทต่อมื้อ / รวม 2 มื้อ เป็นเงิน 6,300 บาท

รวมค่าอาหารว่าง / เครื่องดื่มทั้งสิ้น เป็นเงิน 6,300 บาท

2.3 เป็นค่าพาหนะผู้สูงอายุที่เข้าอบรมฯ และคณะกรรมการฯ (เที่ยวละ 50 บาท รวมไป-กลับ เป็นเงิน 100 บาท)

ผู้เข้ารับการฝึกอบรมฯและคณะกรรมการฯ รวม 90 คนๆละ 100 บาท เป็นเงิน 9,000 บาท

รวมเงินค่าพาหนะทั้งสิ้น เป็นเงิน 9,000 บาท

2.4 ค่าสนับสนุนสถานที่เพื่อจัดอบรม 2 รุ่นๆละ 1 วันๆละ 1,000 บาท เป็นเงิน 2,000 บาท

2.5 ค่าเช่าเครื่องเสียงเพื่อใช้ในการอบรมฯ 2 รุ่นๆละ 1 วันๆละ 1,000 บาท เป็นเงิน 2,000 บาท

2.6 ค่าจัดตกแต่งสถานที่และสนามฝึกเล่นกีฬาฟุตบอล เป็นเงิน 1,000 บาท

2.7 เป็นค่าวัสดุและเอกสารการอบรมฯ สำหรับผู้เข้าอบรมฯ (90 X 70 บาท) เป็นเงิน 6,300 บาท

2.8 เป็นค่าตอบแทนวิทยากร

- บรรยาย 3 ชั่วโมง ๆ ละ 600 บาท 2 รุ่น เป็นเงิน 3,600 บาท

- ค่าวิทยากรฝึกอบรมกีฬาฟุตบอล 3 คน ๆ ละ 3 ชั่วโมง ๆ ละ 600 บาท 2 รุ่น เป็นเงิน 10,800 บาท

2.9 ค่าวัสดุฝึกกีฬาฟุตบอล จำนวน 20 ชุด ๆ ละ 1,000 บาท เป็นเงิน 20,000 บาท

2.10 เป็นค่าจ้างทำป้ายอบรมฯ เป็นเงิน 500 บาท

2.11 เป็นค่าประสานงานโครงการ ฯ เป็นเงิน 2,000 บาท

2.12 เป็นค่าถ่ายรูปพร้อมอัดรูป เป็นเงิน 900 บาท

2.13 สรุปผลการดำเนินงานโครงการ ฯ จัดทำเป็นรูปเล่มเพื่อส่งกองทุนฯ เป็นเงิน 2,000 บาท

เป็นเงินทั้งสิ้น เป็นเงิน 75,400 บาท

สรุปรวมค่าใช้จ่ายทั้งหมด (รวม 1.) + 2.) = 78,640 บาท

ได้เสนอโครงการเดียวกันนี้เพื่อรับการสนับสนุนจากแหล่งทุนอื่นหรือไม่

☐ ไม่

☐ เสนอแหล่งทุนอื่นด้วยคือ.....

2.10 การประเมินผล (คำอธิบาย : จะวัดความสำเร็จของกิจกรรมแต่ละอย่าง อย่างไร และจะทำช่วงใดของการดำเนินงาน) วัดความสำเร็จของโครงการฯ จากการสังเกตผู้เข้ารับการฝึกอบรม และคณะกรรมการฯ ที่เข้าร่วมกิจกรรมกีฬาฟุตบอล

(1) การอภิปราย ชักถาม ตอบปัญหา รับข้อเสนอแนะ ความคิดเห็นของตัวแทนผู้สูงอายุระดับตำบลและหมู่บ้าน ที่เข้ารับการอบรมฯ

(2) การตอบแบบสอบถามความพึงพอใจ ของตัวแทนผู้สูงอายุระดับตำบลและหมู่บ้าน ที่เข้ารับการอบรมฯ พร้อมสรุปผลจากแบบสอบถาม

(3) จากข้อคิดเห็นของวิทยากรฝึกอบรมฯ ในการประเมินความเข้าใจในการเล่นกีฬาฟุตบอล

(4) สืบเนื่องจากการนำไปขยายผลสู่คณะกรรมการดำเนินการชมรมผู้สูงอายุในระดับตำบลและหมู่บ้าน ของผู้ผ่านการอบรมตามโครงการฯ หลังจากการอบรมฯ

(5) จากการที่ คณะกรรมการบริหารชมรมผู้สูงอายุอำเภอแม่ใจ ออกเยี่ยมเยือน ติดตามและให้กำลังใจ คณะกรรมการดำเนินงานชมรมผู้สูงอายุระดับตำบลและหมู่บ้าน หลังจากการอบรมฯ

2.11 ผลที่คาดว่าจะได้รับ (คำอธิบาย : แสดงผลที่จะเกิดขึ้นอย่างเป็นรูปธรรมหลังเสร็จสิ้นโครงการ)

- (1) ตัวแทนคณะกรรมการชมรมผู้สูงอายุ ตระหนักและเห็นความสำคัญของการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ เกิดการรวมกลุ่มเล่นกีฬาเพื่อสุขภาพ(กีฬาฟุตซอล) ในหมู่บ้านเป็นประจำและต่อเนื่อง
- (2) เกิดการขยายเครือข่ายการเล่นกีฬาฟุตซอล ไปยังหมู่บ้านและชมรมต่างๆในจังหวัดพะเยา
- (3) มีการจัดการแข่งขันกีฬาฟุตซอล ผู้สูงอายุระหว่างหมู่บ้านขึ้นในอนาคต
- (4) มีความสัมพันธ์อันดีต่อกัน มีความสามัคคี เอื้ออาทร เป็นกำลังใจซึ่งกันและกัน ระหว่างสมาชิกชมรมฯ เพื่อประโยชน์ต่อการพิจารณาโครงการของท่าน กรุณาตรวจสอบความครบถ้วนสมบูรณ์ของเอกสารที่

กำหนดให้จัดส่งทุกรายการ โดยทำเครื่องหมาย/หน้าหัวข้อเอกสารที่ท่านจัดส่งมาพร้อมกับแนบรายละเอียดดังนี้

1. เอกสารโครงการ 5 ชุด พร้อมแผ่นดิสก์ 1 แผ่น (ถ้ามี) โดยแต่ละชุดประกอบด้วย

รายละเอียดโครงการตามแบบฟอร์มเสนอโครงการ

2. เอกสารประกอบการพิจารณาโครงการอย่างละ 5 ชุด

- ☐ ประวัติองค์กร/หน่วยงานของท่านโดยสังเขป
- ☐ ประวัติผลงานของผู้เสนอโครงการ หรือผู้รับผิดชอบโครงการโดยย่อ
- ☐ โครงสร้างทีมงานในการบริหารจัดการโครงการ
- ☐ ภาระหน้าที่หลักขององค์กรและผลการดำเนินงานโดยสังเขป
- ☐ แผนท่้องค์กรของท่าน
- ☐ แผนที่ของพื้นที่ดำเนินงาน
- ☐ อื่น ๆ (ที่เป็นประโยชน์ต่อการพิจารณาโครงการ).....

3. กรณีเป็นองค์กรภาคเอกชนให้แนบเอกสารเพิ่มเติมอย่างละ 5 ชุด ดังนี้

- (ก) เอกสารการจดทะเบียนเป็นนิติบุคคลหรือไม่เป็นนิติบุคคล
ต้องมีหนังสือรับรองจากองค์กรนิติบุคคลหรือหน่วยงานของรัฐ
- (ข) สำเนาใบรับรองการขึ้นทะเบียนเป็นองค์กรสาธารณประโยชน์(ถ้ามี)
- (ค) สำเนาดราสารหรือระเบียบข้อบังคับ
- (ง) รายชื่อบุคคลที่ประกอบเป็นคณะกรรมการบริหารองค์กรและเจ้าหน้าที่
ประจำสำนักงานหรือโครงการ



วันเสาร์ ที่ 25 มิถุนายน 2564

เวลา 8.30 น. - 9.00 น.	ลงทะเบียนรายงานตัว
เวลา 9.00 น. - 9.45 น.	พิธีเปิดและบรรยายพิเศษเรื่อง “สถานการณ์ผู้สูงอายุในจังหวัดพะเยา” โดย พัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ จังหวัดพะเยา สำนักงานพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ จังหวัดพะเยา
เวลา 9.45 น. – 10.45 น.	“การดูแลสุขภาพตนเองในวัยสูงอายุ (พฤติกรรมพึงประสงค์ 5 อ. สำหรับผู้สูงอายุ)” โดย ทันตแพทย์ ธิติพันธ์ อวนมินทร์ ทันตแพทย์ชำนาญการโรงพยาบาลแม่ใจ อำเภอแม่ใจ จังหวัดพะเยา
เวลา 10.45 น. – 11.00 น.	รับประทานอาหารว่าง
เวลา 11.00 น. – 12.00 น.	อธิบาย กฎ กติกา การเล่นวู้ดบอล โดย นายธนาวุธ จันถนอม ครูพลศึกษา โรงเรียนแม่ใจวิทยาคม อำเภอแม่ใจ จังหวัดพะเยา
เวลา 12.00 น. – 13.00 น.	รับประทานอาหารกลางวัน
เวลา 13.00 น. -16.00 น.	ฝึกสอนวู้ดบอล พร้อมกับแบ่งทีมแข่งขันกัน โดย นายธนาวุธ จันถนอม ครูพลศึกษา พร้อมทีมงานครูผู้สอนพลศึกษา โรงเรียนแม่ใจวิทยาคม อำเภอแม่ใจ จังหวัดพะเยา

000

