

การดำเนินการ “กิจกรรมครอบครัวอบอุ่นสรรสร้างคุณธรรม”  
(ชื่อหน่วยงาน) .....กองโรคเอดส์และโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์..... ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๙

ชื่อโครงการ / กิจกรรม... Family Fit Fun Day: วันอาทิตย์วันสุขภาพครอบครัว

#### ผู้บริหารให้นโยบาย

ผู้อำนวยการกองโรคเอดส์และโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ ให้ความสำคัญกับการดูแลสุขภาพของบุคลากรทุกระดับภายในหน่วยงาน โดยได้จัดทำคำสั่งและแต่งตั้งคณะกรรมการปลอดโรคปลอดภัย ภายใจเป็นสุข โดยจะประกอบไปด้วยตัวแทนบุคลากรจากทุกกลุ่มงาน มีหน้าที่และอำนาจคือ ให้คำปรึกษาเพื่อป้องกัน ควบคุมโรค การให้บริการรักษาเบื้องต้นและการส่งต่อการส่งเสริมสุขภาพ การลด และป้องกันการเกิดโรค การส่งเสริม ลด เลิกบุหรี่ สุรา และสิ่งเสพติด การส่งเสริมโภชนาการ การส่งเสริมการออกกำลังกาย การส่งเสริมการดูแลสุขภาพช่องปาก เป็นต้น เพื่อสร้างสุขภาพกาย สุขภาพใจที่ดี ปลอดโรค ปลอดภัย ภายใจเป็นสุข

#### วิธีการดำเนินงานกิจกรรม

กิจกรรมนี้ส่งเสริมให้วันอาทิตย์เป็นวันแห่งครอบครัว โดยให้สมาชิกทุกวัยได้ใช้เวลาด้วยกันผ่านการออกกำลังกายแบบสนุกสนาน ในสถานที่ใกล้บ้าน ได้แก่ การเดินแอโรบิก เพื่อเสริมสร้างสุขภาพกาย สุขภาพใจ และความสัมพันธ์ในครอบครัวให้แน่นแฟ้นยิ่งขึ้น เมื่อบุคลากรได้ใช้เวลาคุณภาพกับครอบครัวในวันอาทิตย์ จะช่วยลดความเครียดและความเหนื่อยล้าสะสม ทำให้เมื่อกลับมาทำงานในวันจันทร์จะมีพลัง มีสมาธิ และพร้อมทำงานมากขึ้น ส่งผลให้ทำงานอย่างมีความสุข และการได้ใช้เวลากับคนในครอบครัว จะช่วยหล่อหลอมให้บุคลากรมีจิตใจที่อ่อนโยน เข้าใจผู้อื่นมากขึ้น ส่งผลให้มีมนุษยสัมพันธ์ที่ดีในที่ทำงาน สร้างบรรยากาศการทำงานที่ดีขึ้นภายในองค์กร โดยกลุ่มยุทธศาสตร์และพัฒนางานองค์กรได้ดำเนินการประชาสัมพันธ์วัตถุประสงค์ของกิจกรรมให้บุคลากรภายในหน่วยงานรับทราบ และเชิญชวนบุคลากรให้เข้าร่วมกิจกรรม Family Fit Fun Day: วันอาทิตย์วันสุขภาพครอบครัว

ภาพกิจกรรมของบุคลากรในหน่วยงาน



\*\*\*\*\*