



บันทึกข้อความ

ส่วนราชการ กองสวัสดิการสังคม องค์การบริหารส่วนตำบลสำโรง อำเภอลำปลายาย จังหวัดบุรีรัมย์

ที่ บร ๗๗๖๐๖/๘๘ วันที่ ๒๗ พฤษภาคม ๒๕๖๙

เรื่อง รายงานผลการดำเนินโครงการส่งเสริมพัฒนากลุ่มสตรีและครอบครัว ประจำปีงบประมาณ ๒๕๖๙

เรียน นายองค์การบริหารส่วนตำบลสำโรง

ตามที่ กองสวัสดิการสังคม ได้ดำเนินงานโครงการส่งเสริมพัฒนากลุ่มสตรีและครอบครัว ประจำปีงบประมาณ ๒๕๖๙ ณ โดมอเนกประสงค์องค์การบริหารส่วนตำบลสำโรง เพื่อส่งเสริมให้สตรีมีความรู้ความเข้าใจด้านการดูแลสุขภาพกายและสุขภาพจิตของตนเองและครอบครัว ซึ่งเป็นสิ่งสำคัญที่จะช่วยให้สตรีสามารถดำเนินชีวิตได้อย่างเหมาะสม และสามารถเป็นแกนหลักในการพัฒนาครอบครัวให้มีความเข้มแข็ง อบอุ่น และมีคุณภาพชีวิตที่ดี เสริมสร้างศักยภาพของสตรีให้สามารถนำความรู้ไปปรับใช้ในชีวิตประจำวัน อันจะนำไปสู่การพัฒนาครอบครัว ชุมชน และสังคมให้มีความเข้มแข็งและยั่งยืนต่อไป นั้น

ในการนี้ กองสวัสดิการสังคม ได้ดำเนินโครงการฯ ดังกล่าว เสร็จสิ้นเรียบร้อยแล้ว จึงขอรายงานผลการดำเนินโครงการ (รายละเอียดตามเอกสารแนบท้าย)

จึงเรียนมาเพื่อโปรดทราบ

(ลงชื่อ)

(นางสาวปรียาภัทร ผืนจตุรัส)

ตำแหน่ง เจ้าพนักงานพัฒนาชุมชนปฏิบัติงาน

ความเห็นของผู้อำนวยการกองสวัสดิการสังคม

ความเห็นของปลัดองค์การบริหารส่วนตำบลสำโรง

(ลงชื่อ)

(นางกัญต์ลดาวัลย์ ทริกประโคน)

ผู้อำนวยการกองสวัสดิการสังคม

(ลงชื่อ)

(นายชำนาญ งามสระคู)

ปลัดองค์การบริหารส่วนตำบลสำโรง

ความเห็นของนายองค์การบริหารส่วนตำบลสำโรง

(ลงชื่อ)


(นายจันทา เพชรประโคน)

นายองค์การบริหารส่วนตำบลสำโรง

บทนำ

ปัจจุบันสตรีมีบทบาทสำคัญในการพัฒนาครอบครัว ชุมชน และสังคม ทั้งด้านเศรษฐกิจ และการดูแลสุขภาพ สร้างคุณภาพชีวิตที่ดีให้แก่คนในครอบครัว ดังนั้น การส่งเสริมพัฒนาากลุ่มสตรีและครอบครัว จึงเป็นสิ่งสำคัญ เพื่อให้สตรีมีความรู้ ความสามารถมีทักษะในการดำรงชีวิตสามารถพึ่งพาตนเองได้ และมีส่วนร่วมในการพัฒนาชุมชนอย่างเข้มแข็งการดำเนินโครงการส่งเสริมพัฒนาากลุ่มสตรีเป็นกิจกรรมที่มุ่งเน้นการให้ความรู้ความเข้าใจด้านการดูแลสุขภาพกายและสุขภาพจิตของตนเองและครอบครัวซึ่งเป็นสิ่งสำคัญที่จะช่วยให้สตรีสามารถดูแลตัวเองได้อย่างเหมาะสมและสามารถเป็นแกนหลักในการพัฒนาครอบครัวให้มีความเข้มแข็ง อบอุ่น และมีคุณภาพชีวิตที่ดี เสริมสร้างศักยภาพของสตรีให้สามารถนำความรู้ไปปรับใช้ในชีวิตประจำวัน อันจะนำไปสู่การพัฒนาครอบครัว ชุมชน และสังคมให้มีความเข้มแข็งและยั่งยืน

รายงานผลการดำเนินโครงการฉบับนี้ จัดทำขึ้นเพื่อสรุปผลการดำเนินงาน ปัญหา อุปสรรคผลสำเร็จ และประโยชน์ที่ได้รับจากการดำเนินโครงการ ตลอดจนใช้เป็นข้อมูลในการพัฒนาและปรับปรุงการดำเนินงานในครั้งต่อไปให้มีประสิทธิภาพและเกิดประโยชน์สูงสุดต่อประชาชนในพื้นที่ต่อไป


(นางสาวปริยาภัทร ผืนจตุรัส)
เจ้าพนักงานพัฒนาชุมชนปฏิบัติงาน
พฤษภาคม ๒๕๖๙

สารบัญ

เรื่อง	หน้า
บทนำ	
รายงานผลการดำเนินโครงการฯ	1
หลักการและเหตุผล	2
วัตถุประสงค์	2
เป้าหมาย	2
วิธีการดำเนินการ	3
ระยะเวลาดำเนินการ	3
สถานที่ดำเนินการ	3
ผู้รับผิดชอบโครงการ	3
งบประมาณในการดำเนินการ	3
ผลที่คาดว่าจะได้รับ	4
ตัวชี้วัดและผลลัพธ์	4
ผลการดำเนินงานโครงการ	4
ภาคผนวก	
ขออนุมัติจัดทำโครงการฯ	
โครงการฯ/กำหนดการ	
ขอความร่วมมือเครือข่ายส่งรายชื่อเข้าร่วมโครงการฯ	
ขอความร่วมมือเครือข่ายวิทยากร	
แบบตอบรับวิทยากร	
คำสั่งแต่งตั้งคณะกรรมการดำเนินโครงการฯ	
รายชื่อผู้เข้าร่วมโครงการฯ	



รายงานผลการดำเนินงานโครงการส่งเสริมพัฒนากลุ่มสตรีและครอบครัว

ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๙

วันที่ ๑๔ พฤษภาคม ๒๕๖๙

ณ โดมอเนกประสงค์องค์การบริหารส่วนตำบลสำโรง อำเภอพลับพลาชัย จังหวัดบุรีรัมย์

ประเด็นสำคัญของเรื่องที่ยอบรม

๑. วิทยากรบรรยายให้ความรู้ ด้านสุขภาพและสุขภาพจิต
๒. กิจกรรมให้ความรู้ ศาสตร์มณีเวช การจัดปรับสมดุล ๕ จุด คอ ไหล่ เอว สะโพก ข้อเท้า
๓. กิจกรรม กระจกเงา สร้างสุข จับคู่สมาชิกครอบครัว ทำท่ามณีเวชเลียนแบบกันเพื่อฝึกการสังเกตและสร้างเสียงหัวเราะ
๔. เทรนน้ำเหลือง เทคนิคสัมผัสเบาเพื่อสุขภาพผิวและการไหลเวียน
๕. กิจกรรมแลกเปลี่ยนความคิดเห็นและตอบข้อซักถาม

กองสวัสดิการสังคม
องค์การบริหารส่วนตำบลสำโรง

รายงานผลการดำเนินงาน
โครงการส่งเสริมพัฒนาากลุ่มสตรีและครอบครัว
ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๙
กองสวัสดิการสังคม องค์การบริหารส่วนตำบลลำโรง

หลักการและเหตุผล

อาศัยอำนาจหน้าที่ขององค์การบริหารส่วนตำบล ตามภารกิจพระราชบัญญัติสภาตำบล และองค์การบริหารส่วนตำบล พ.ศ. ๒๕๓๗ (แก้ไขเพิ่มเติมถึงฉบับที่ ๗ พ.ศ. ๒๕๖๒) มาตรา ๖๗ ภายใต้บังคับแห่งกฎหมาย องค์การบริหารส่วนตำบลมีหน้าที่ทำในเขตองค์การบริหารส่วนตำบล (๖) ส่งเสริมการพัฒนาสตรี เด็ก เยาวชน ผู้สูงอายุ และผู้พิการ สตรีมีบทบาทสำคัญในการดูแลครอบครัวและเป็นกำลังหลักของชุมชน การเสริมสร้างความรู้ด้าน ครอบครัวและสิทธิของสตรี การป้องกันปัญหาความรุนแรงในครอบครัว รวมถึงการดูแลสุขภาพกายและสุขภาพจิต เป็นสิ่งสำคัญที่จะช่วยให้สตรีสามารถดำเนินชีวิตได้อย่างมีคุณภาพ ครอบครัวเกิดความอบอุ่น และชุมชนมีความเข้มแข็ง อย่างยั่งยืน ในการนี้กลุ่มสตรีและสมาชิกในครอบครัวเป็นรากฐานสำคัญของชุมชน อย่างไรก็ตาม สตรีในปัจจุบัน อาจมีภาวะสุขภาพทั้งงานนอกบ้านและการดูแลคนในครอบครัว ส่งผลให้เกิดความเมื่อยล้าสะสม (Office Syndrome) และความเครียด การไหลเวียนของระบบน้ำเหลืองที่ติดขัดและโครงสร้างร่างกายที่ไม่สมดุลเป็นกุญแจสำคัญของสุขภาพที่ดี

โครงการนี้จึงนำศาสตร์ "มณีเวช" มาช่วยจัดปรับสมดุลโครงสร้างร่างกาย และ "การนวดเดรนน้ำเหลือง" มาช่วยกระตุ้นระบบภูมิคุ้มกัน โดยเน้นรูปแบบกิจกรรม "นันทนาการเชิงสร้างสรรค์" เพื่อให้การเรียนรู้ไม่ตึงเครียด สมาชิกในครอบครัวสามารถนำไปปฏิบัติร่วมกันได้ เป็นการสร้างความรักความผูกพันและยกระดับสุขภาวะของสตรีและครอบครัว อย่างยั่งยืน

ดังนั้นการส่งเสริมให้สตรีมีความรู้ความเข้าใจด้านการดูแลสุขภาพกายและสุขภาพจิตของตนเองและครอบครัว จึงเป็นสิ่งสำคัญที่จะช่วยให้สตรีสามารถดำเนินชีวิตได้อย่างเหมาะสม และสามารถเป็นแกนหลักในการพัฒนาครอบครัวให้มีความเข้มแข็ง อบอุ่น และมีคุณภาพชีวิตที่ดี องค์การบริหารส่วนตำบลลำโรงจึงได้จัดทำโครงการอบรมให้ความรู้แก่กลุ่มสตรีและครอบครัวในด้านดังกล่าว เพื่อเสริมสร้างศักยภาพของสตรีให้สามารถนำความรู้ไปปรับใช้ในชีวิตประจำวัน อันจะนำไปสู่การพัฒนาครอบครัว ชุมชน และสังคมให้มีความเข้มแข็งและยั่งยืนต่อไป

วัตถุประสงค์

๑. เพื่อให้กลุ่มสตรีและครอบครัวมีความรู้และทักษะในการดูแลโครงสร้างร่างกายด้วยศาสตร์มณีเวช
๒. เพื่อฝึกทักษะการนวดเดรนน้ำเหลืองอย่างง่ายเพื่อลดอาการบวมและกระตุ้นการไหลเวียนเลือดลม
๓. เพื่อใช้กิจกรรมนันทนาการเป็นเครื่องมือในการผ่อนคลายความเครียดและเสริมสร้างความสัมพันธ์ในครอบครัว
๔. เพื่อสร้างแกนนำสตรีในการเผยแพร่ความรู้ด้านการดูแลสุขภาพด้วยการแพทย์แผนไทยในชุมชน

เป้าหมาย

๑. กลุ่มสตรี ตัวแทนครอบครัว และอาสาสมัครสาธารณสุข จำนวน ๕๐ คน

วิธีการดำเนินการ

๑. นำเสนอโครงการเพื่อให้นายกองค์การบริหารส่วนตำบลสำโรงพิจารณาเห็นชอบ
๒. ประชาสัมพันธ์เชิญกลุ่มสตรี และกลุ่มเป้าหมายเข้าร่วมโครงการ
๓. ประสานวิทยากรและผู้เกี่ยวข้อง

๓.๑.หลักสูตรกิจกรรมหลักและนันทนาการ (Program Flow)

ช่วงเวลา	กิจกรรมเรียนรู้	กิจกรรมนันทนาการ (Ice Breaking)
เช้า	ศาสตร์มณีเวช: การจัดปรับสมดุล 5 จุด (คอ, ไหล่, เอว, สะโพก, ข้อเท้า)	เกม "กระจกเงาสร้างสุข": จับคู่สมาชิกครอบครัว ทำท่ามณีเวชเลียนแบบกันเพื่อฝึกการสังเกตและสร้างเสียงหัวเราะ
บ่าย	เตรนน้ำเหลือง: เทคนิคสัมผัสเบา เพื่อสุขภาพผิวและการไหลเวียน	กิจกรรม "นวดส่งต่อความห่วงใย": นั่งเป็นวงกลมและฝึกนวดไหล่/แขนเบาๆ ตามแนวทางเดินน้ำเหลือง ประกอบจังหวะเพลง
ปิดท้าย	สรุปบทเรียน: ถาม-ตอบ	

๓.๒ รายละเอียดศาสตร์ที่ใช้ในโครงการ

๓.๓ ศาสตร์มณีเวช (Maneevech)

เน้นท่าทางที่สตรีและครอบครัวทำได้ที่บ้าน:

- ทำสวัสดี: ยืดตัวตรง พนมมือแล้วชูขึ้นสุดแขน เพื่อจัดแนวกระดูกสันหลัง
- ทำไม้แป้ง: การบริหารข้อไหล่เพื่อลดอาการบาดเจ็บจากการทำงานบ้านหรือนั่งทำงานนานๆ
- ทำถอดเสื้อ: บริหารช่วงไหล่และบ่า

๓.๔ การนวดเตรนน้ำเหลือง (Lymphatic Drainage)

- เทคนิค: ใช้ฝ่ามือลูบไล่แผ่วเบา (Light Touch) ไม่กดแรง
- เส้นทาง: ลูบจากข้อมือไปสู่รักแร้ และจากข้อเท้าขึ้นสู่ขาหนีบ เพื่อช่วยให้ของเสียในร่างกายถูกขับออกได้ดีขึ้น ลดอาการชาบวมในสตรีที่ต้องยืนนานๆ

๔. จัดเตรียมวัสดุอุปกรณ์ สถานที่ ที่ใช้ในการอบรม

๕. ดำเนินการอบรมให้ความรู้แก่กลุ่มเป้าหมาย ตามวัน เวลา และสถานที่ที่กำหนด

๖. รายงานผลการดำเนินโครงการฯ

ระยะเวลาที่ดำเนินการ

วันที่ ๑๔ พฤษภาคม ๒๕๖๙

สถานที่ดำเนินการ

โคมอนเอกประสงค์องค์การบริหารส่วนตำบลสำโรง

ผู้รับผิดชอบโครงการ

กองสวัสดิการสังคม องค์การบริหารส่วนตำบลสำโรง อำเภอพลับพลาชัย จังหวัดบุรีรัมย์

งบประมาณในการดำเนินการ

งบประมาณรายจ่ายประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๙ แผนงานสร้างความเข้มแข็งของชุมชนงานส่งเสริมแล

งบประมาณในการดำเนินการ

งบประมาณรายจ่ายประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๙ แผนงานสร้างความเข้มแข็งของชุมชนงานส่งเสริมและสนับสนุนความเข้มแข็งชุมชน งบดำเนินงาน ค่าใช้สอย รายจ่ายเกี่ยวกับการปฏิบัติราชการที่ไม่เข้าลักษณะรายจ่ายงบรายจ่ายอื่นๆ โครงการส่งเสริมพัฒนากลุ่มสตรีและครอบครัว ตั้งไว้ ๔๐,๐๐๐ บาท (-สี่หมื่นบาทถ้วน-) เพื่อเป็นค่าใช้จ่ายดังนี้

๑. ค่าวิทยากร ๑ คนๆ ละ ๒ ชั่วโมง ๆ ละ ๒๐๐ บาท	เป็นเงิน ๓,๖๐๐ บาท
๒. ค่าอาหารกลางวัน จำนวน ๑ วันๆ ละ ๑ มื้อๆ ละ ๘๐ บาท จำนวน ๕๐ คน	เป็นเงิน ๔,๐๐๐ บาท
๓. ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม จำนวน ๑ วันๆ ละ ๒ มื้อๆ ละ ๓๕ บาท จำนวน ๕๐ คน	เป็นเงิน ๓,๕๐๐ บาท
๔. ค่าจ้างเหมาจัดทำป้ายโครงการ ขนาด ๑.๒ x ๒.๕ เมตร	เป็นเงิน ๓๖๐ บาท
๕. วัสดุ/อุปกรณ์ ที่ใช้ในการอบรม(ตั้งเอกสารแนบท้าย)	เป็นเงิน ๕,๙๐๐ บาท

รวมเป็นเงินทั้งสิ้น ๑๗,๓๖๐.- บาท (-หนึ่งหมื่นเจ็ดพันสามร้อยหกสิบบาทถ้วน -)
 ทั้งนี้ขออนุมัติเบิกจ่ายเฉลี่ยทุกรายการ

ผลที่คาดว่าจะได้รับ

- ๑.กลุ่มสตรีมีสุขภาพกายที่แข็งแรงขึ้น ลดอาการปวดเมื่อยจากพฤติกรรมประจำวัน
- ๒.ครอบครัวมีกิจกรรมร่วมกัน ส่งผลให้สัมพันธ์ภาพในครอบครัวแน่นแฟ้นยิ่งขึ้น
- ๓.ชุมชนมีต้นแบบการดูแลสุขภาพด้วยศาสตร์การแพทย์แผนไทยที่ทำได้ง่ายและสนุกสนาน

ตัวชี้วัดและผลลัพธ์

เชิงปริมาณ

- จำนวนผู้เข้าอบรมไม่น้อยกว่าร้อยละ ๘๐ ของกลุ่มเป้าหมาย

เชิงคุณภาพ

- เชิงทักษะ: สมาชิกสามารถทำท่ามณีเวชพื้นฐานได้ถูกต้องอย่างน้อย ๓ ท่า
- เชิงอารมณ์: แบบประเมินความสุขและความพึงพอใจหลังเข้าร่วมกิจกรรมนั้นหนาการ
- เชิงพฤติกรรม: มีการจัดตั้งกลุ่ม "สตรีรักษ์สุขภาพ" เพื่อออกกำลังกายด้วยมณีเวชร่วมกันในชุมชน

๑๔ พฤษภาคม ๒๕๖๙

เวลา ๐๘.๐๐ น. - ๐๘.๓๐ น. ผู้เข้าร่วมโครงการลงทะเบียนเพื่อเข้ารับการอบรม



เวลา ๐๙.๐๐ - ๐๙.๓๐ น. พิธีเปิดโครงการ ส่งเสริมพัฒนาากลุ่มสตรีและครอบครัว ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๙

- นางกัณฑ์ดาวัลย์ ทริกประโคน ผู้อำนวยการกองสวัสดิการสังคม องค์การบริหารส่วนตำบลสำโรง กล่าวรายงานต่อ นายเสรีจ หลอมนาค รองนายกองค์การบริหารส่วนตำบลสำโรง ประธานในพิธี
- นายเสรีจ หลอมนาค รองนายกองค์การบริหารส่วนตำบลสำโรง ประธานในพิธีกล่าวเปิดโครงการส่งเสริมพัฒนาากลุ่มสตรีและครอบครัว ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๙ มีผู้เข้าร่วมโครงการทั้งสิ้น จำนวน ๕๐ คน ณ โดมอเนกประสงค์ องค์การบริหารส่วนตำบลสำโรง



เวลา ๐๙.๐๐ – ๑๐.๐๐ น. นายชำนาญ งามสระคู ปลัดองค์การบริหารส่วนตำบลสำโรง กล่าวทักทายผู้เข้าร่วมโครงการ และ วิทยากรบรรยายให้ความรู้ ด้านสุขภาพกายและสุขภาพจิต

นายวรายุส คตวงศ์ แพทย์แผนไทย วิทยากร บรรยายให้ความรู้เรื่อง “สุขภาพกายและสุขภาพจิต” ว่าเป็นสิ่งสำคัญที่เกี่ยวข้องโดยตรง หากร่างกายแข็งแรง จิตใจก็สดใส และเมื่อจิตใจดี ก็ส่งผลให้เรามีพลังในการดูแลสุขภาพกายได้ดียิ่งขึ้น โดยเริ่มจาก การรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ ออกกำลังกายสม่ำเสมอ พักผ่อนให้เพียงพอ และหลีกเลี่ยงพฤติกรรมเสี่ยงต่างๆ



เวลา ๑๑.๐๐ น. – ๑๒.๐๐ น. วิทยาการบรรยายให้ความรู้และกิจกรรมนันทนาการบำบัด

- “ศาสตร์มณีเวช” เป็นแนวทางการดูแลสุขภาพด้วยการปรับสมดุลของร่างกาย 5 จุด ได้แก่ คอ ไหล่ เอว สะโพก ข้อเท้า โดยเน้นการจัดท่าทางการเคลื่อนไหว เพื่อช่วยลดอาการปวดเมื่อย คลายกล้ามเนื้อ และฟื้นฟูสมดุลของร่างกายตามธรรมชาติ ซึ่งสามารถนำไปปฏิบัติได้ในชีวิตประจำวัน การดูแลสุขภาพด้วยศาสตร์มณีเวช เป็นอีกทางเลือกหนึ่งที่จะช่วยส่งเสริมสุขภาพกายและสุขภาพจิต เพราะเมื่อร่างกายผ่อนคลาย อาการปวดลดลง จิตใจก็จะรู้สึกสบาย ลดความเครียด และมีคุณภาพชีวิตดีขึ้น



เวลา ๑๓.๐๐ น. – ๑๕.๐๐ น. วิทยากรบรรยายให้ความรู้และกิจกรรมนันทนาการบำบัด

- “ เครนน้ำเหลือง ” เทคนิคสัมผัสเบาเพื่อสุขภาพผิวและการไหลเวียน หรือเทคนิคการกระตุ้นการไหลเวียนของน้ำเหลือง เป็นการดูแลสุขภาพด้วยการสัมผัสเบา ๆ บริเวณผิวหนัง เพื่อช่วยกระตุ้นระบบน้ำเหลืองให้ทำงานได้ดีขึ้น ช่วยลดอาการบวม ลดการคั่งของเสียในร่างกาย เป็นการใช้ปลายนิ้วหรือฝ่ามือสัมผัสเบาๆ อย่างช้าและนุ่มนวล โดยเน้นการเคลื่อนไหวไปตามแนวทางเดินของน้ำเหลือง เพราะท่อน้ำเหลืองอยู่ใกล้ผิวหนัง การสัมผัสที่ถูกต้องวิธีจะช่วยกระตุ้นการไหลเวียนได้อย่างมีประสิทธิภาพ



เวลา ๑๕.๐๐-๑๖.๓๐ น. วิทยากรบรรยายให้ความรู้และกิจกรรมนันทนาการบำบัด



จากการอบรมในครั้งนี้ ผู้เข้าร่วมโครงการได้รับความรู้ ความเข้าใจ เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพกายและสุขภาพจิต สามารถนำความรู้ด้านศาสตร์มณีเวช การจัดปรับสมดุลร่างกาย 5 จุด ได้แก่ คอ ไหล่ เอว สะโพก ข้อเท้าและการเตรนน้ำเหลือง ไปประยุกต์ใช้ในการดูแลสุขภาพตนเองและครอบครัวได้อย่างถูกต้อง ผู้เข้ารับการอบรมมีความตระหนักถึงความสำคัญของการดูแลสุขภาพ การป้องกันการปวดเมื่อยจากการใช้ชีวิตประจำวัน รวมทั้งได้เรียนรู้เทคนิคการผ่อนคลายร่างกายและจิตใจ ช่วยลดความเครียด และสามารถถ่ายทอดความรู้ให้แก่คนในครอบครัวและชุมชนได้ นอกจากนี้ ผู้เข้าร่วมโครงการยังเกิดความรัก ความสามัคคี มีการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ร่วมกัน และสามารถนำความรู้ที่ได้รับไปใช้ในการดำรงชีวิตประจำวัน เพื่อสร้างครอบครัวที่เข้มแข็ง มีสุขภาวะที่ดีทั้งด้านร่างกายและจิตใจ

การจัดทำโครงการครั้งนี้ กองสวัสดิการสังคมได้ดำเนินกิจกรรมตามภาระกิจหน้าที่การดำเนินจัดทำโครงการดังกล่าว ให้ผู้เข้าร่วมโครงการสามารถนำความรู้ไปประยุกต์ใช้ในการดูแลตัวเอง สมาชิกในครอบครัว และถ่ายทอดสู่คนในชุมชนได้ ก่อให้เกิดการดูแลสุขภาพเชิงป้องกัน การสร้างความสัมพันธ์ที่ดีในครอบครัว และการมีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น อันเป็นการเสริมสร้างความเข้มแข็งให้แก่กลุ่มสตรี ครอบครัว และชุมชนอย่างยั่งยืนต่อไป
