

## กิจกรรมก้าวทำใจ Season 4

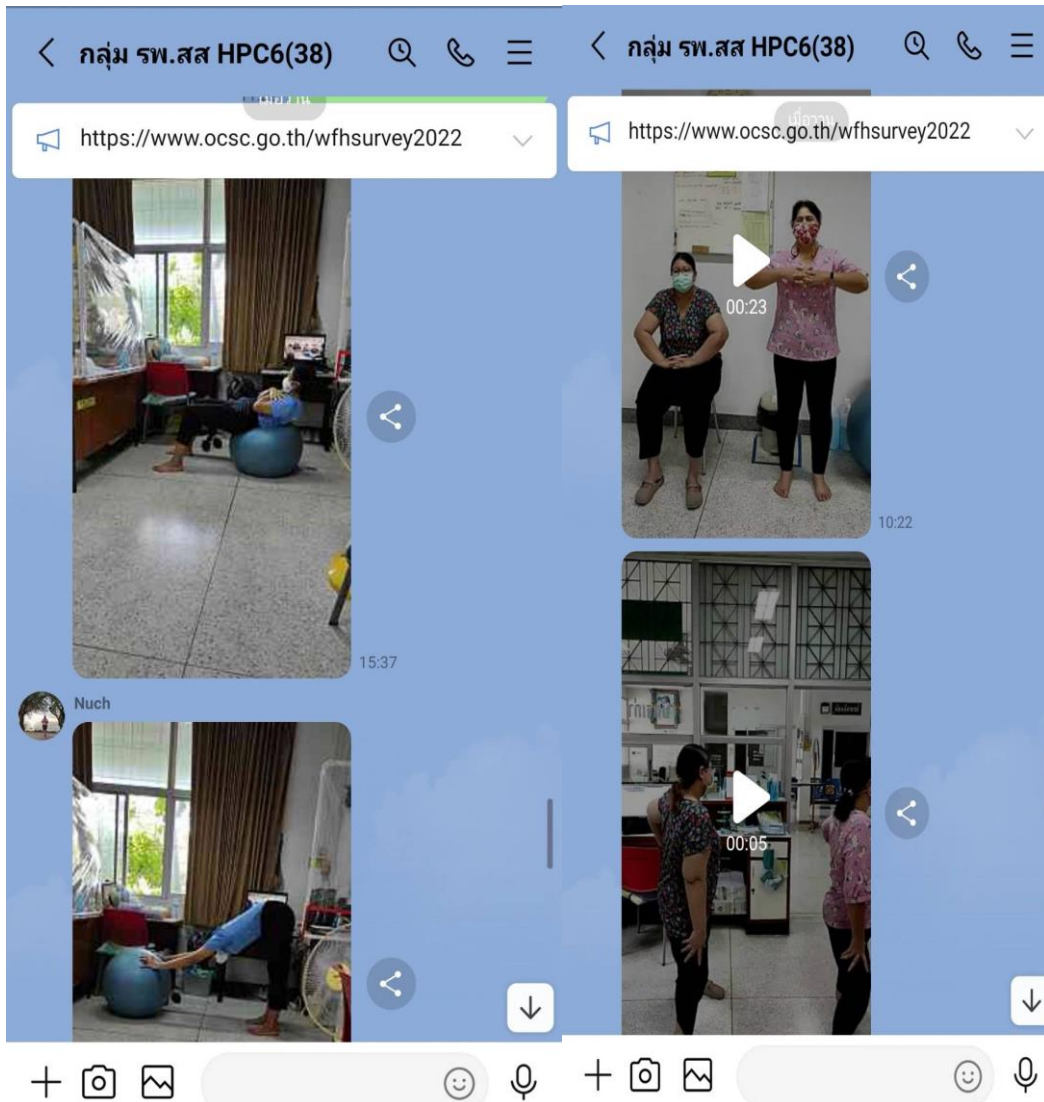
เดือนมีนาคม 2565

ศูนย์อนามัยที่ 6 ได้ดำเนินการจัดกิจกรรม “ก้าวทำใจ Season 4 วิถีถัดไป พิชิต 100 วัน 100 แต้ม สุขภาพ” เพื่อส่งเสริมการออกกำลังกายในช่วงสถานการณ์ โควิด 19 โดยมีเป้าหมายเพื่อยกระดับการส่งเสริมสุขภาพบุคลากรศูนย์อนามัยที่ 6 ด้วยรูปแบบกิจกรรมการออกกำลังกายที่หลากหลายและท้าทาย ผสานกับการนำเทคโนโลยีเข้ามาช่วยในการส่งเสริมสุขภาพให้มีความน่าสนใจ ผ่านรูปแบบการสะสมระยะเวลาการออกกำลังกายและสะสมแต้มสุขภาพ (Health point) โดยศูนย์อนามัยที่ 6 ได้ตั้งเป้าหมายให้เจ้าหน้าที่สามารถพิชิต 100 วัน 100 แต้มสุขภาพ ให้ได้ 100% ของจำนวนเจ้าหน้าที่

โดยดำเนินการขับเคลื่อนผ่านคณะกรรมการติดตามโดยใช้ช่องทางการกำหนดเจ้าหน้าที่เป็น Keyman ของแต่ละกลุ่มงาน มีหน้าที่กระตุ้นเรื่องการออกกำลังกายผ่านกลุ่ม Line ของแต่ละกลุ่ม และมีหน้าที่รวบรวมผลคะแนนของแต่ละกลุ่ม ส่งต่อให้คณะกรรมการรวบรวมข้อมูลและสรุป เพื่อรายงานจำนวนแต้มสะสมรายกลุ่มงาน และรายบุคคล โดยเรียงลำดับผู้ที่มีคะแนนสะสมสูงสุด 5 ลำดับแรก หรือ Top 5 ทั้งฝ่ายชายและหญิง โดยการรายงานข้อมูลผ่านกลุ่ม Line Hpc 6



โดยในทุกๆวันจะมีการกระตุ้นผ่านช่องทางของกลุ่ม Line ของทางศูนย์อนามัยที่ 6 เพื่อให้เจ้าหน้าที่ได้รับข้อมูลและกระตุ้นให้เจ้าหน้าที่ออกกำลังกาย โดยใช้ทั้งภาพนิ่ง คำคม รวมทั้งคลิปการออกกำลังกายง่ายๆ ในที่ทำงาน โดยส่งกระตุ้นทั้งในช่วงเช้าและเย็นของทุกวัน



โดยจะมีการสรุปผลแต้มสุขภาพทุกวันที่ 1 และ 15 ของทุกเดือน และนำเสนอผลสรุปต่อที่ประชุม กพร และเผยแพร่ผ่านกลุ่ม Line HPC 6 ให้เจ้าหน้าที่รับทราบผลสรุปก้าวทำใจ Season 4 ร่วมกัน โดยครั้งนี้ กำหนดให้เจ้าหน้าที่ควรมีแต้มสุขภาพสะสมไม่น้อยกว่า 60 แต้ม และสรุปผลแต้มสุขภาพทั้งรายกลุ่มงาน และ สรุปผลรายบุคคล Top 5 ชายและหญิง โดยจะมีการสรุปรอบที่ 5 ในวันที่ 15 เม.ย. 2565 ต่อไป



Top 5 ฝ่ายชาย



Top 5 ฝ่ายหญิง

