

โรงเรียนผู้สูงอายุ ตำบลตาคลวัน อำเภอพญาเม็งราย จังหวัดเชียงราย

สัปดาห์ที่	เวลา				หมายเหตุ
	8.00 - 9.00 น.	9.00 - 12.00 น.	12.00 - 13.00น.	13.00 - 14.00 น.	
1 6-พ.ย.-67	กิจกรรมหน้าเสาธง สวดมนต์ไหว้พระ ออกกำลังกาย ออมเงิน เพื่อนช่วยเพื่อน	วิชา กฎหมาย สิทธิประโยชน์ สวัสดิการของผู้สูงอายุ กิจกรรมนันทนาการ วิชาการประดิษฐ์ หน่วยงาน อบต.ตาคลวัน	พักรับประทานอาหาร กลางวัน	กิจกรรม ดนตรี/ร้องเพลง นันทนาการ งานอาชีพ	เสื้อสีขาว
2 13-พ.ย.-67	กิจกรรมหน้าเสาธง สวดมนต์ไหว้พระ ออกกำลังกาย ออมเงิน เพื่อนช่วยเพื่อน	วิชาการ งานฝีมือ งานวิชาชีพ ต่างๆ หน่วยงาน ศูนย์ส่งเสริมการเรียนรู้ตำบลตาคลวัน (สกร.)	พักรับประทานอาหาร กลางวัน	กิจกรรม ดนตรี/ร้องเพลง นันทนาการ งานอาชีพ	เสื้อสีม่วง
3 20-พ.ย.-67	กิจกรรมหน้าเสาธง สวดมนต์ไหว้พระ ออกกำลังกาย ออมเงิน เพื่อนช่วยเพื่อน	วิชา การดูแลสุขภาพ/การป้องกันโรคในผู้สูงอายุ หน่วยงาน โรงพยาบาลพญาเม็งราย	พักรับประทานอาหาร กลางวัน	กิจกรรม ดนตรี/ร้องเพลง นันทนาการ งานอาชีพ	เสื้อสีชมพู
4 27-พ.ย.-67	กิจกรรมหน้าเสาธง สวดมนต์ไหว้พระ ออกกำลังกาย ออมเงิน เพื่อนช่วยเพื่อน	วิชา การคัดกรอง/การดูแลสุขภาพผู้สูงอายุ การออกกำลังกาย การส่งเสริมสุขภาพ หน่วยงาน รพ.สต.ตาคลวัน	พักรับประทานอาหาร กลางวัน	กิจกรรม ดนตรี/ร้องเพลง นันทนาการ งานอาชีพ	เสื้อสีเหลือง

โรงเรียนผู้สูงอายุ ตำบลตาคลวัน อำเภอพญาเม็งราย จังหวัดเชียงราย

สัปดาห์ที่	เวลา				หมายเหตุ
	8.00 - 9.00 น.	9.00 - 12.00 น.	12.00 - 13.00น.	13.00 - 14.00 น.	
5 4-ธ.ค.-67	กิจกรรมหน้าเสาธง สวดมนต์ไหว้พระ ออกกำลังกาย ออมเงิน เพื่อนช่วยเพื่อน	วิชา กฎหมาย สิทธิประโยชน์ สวัสดิการของผู้สูงอายุ กิจกรรมนันทนาการ วิชาการประดิษฐ์ หน่วยงาน อบต.ตาคลวัน	พักรับประทานอาหาร กลางวัน	กิจกรรม ดนตรี/ร้องเพลง นันทนาการ งานอาชีพ	เสื้อสีขาว
6 11-ธ.ค.-67	กิจกรรมหน้าเสาธง สวดมนต์ไหว้พระ ออกกำลังกาย ออมเงิน เพื่อนช่วยเพื่อน	วิชาการ งานฝีมือ งานวิชาชีพ ต่างๆ หน่วยงาน ศูนย์ส่งเสริมการเรียนรู้ตำบลตาคลวัน (สกร.)	พักรับประทานอาหาร กลางวัน	กิจกรรม ดนตรี/ร้องเพลง นันทนาการ งานอาชีพ	เสื้อสีม่วง
7 18-ธ.ค.-67	กิจกรรมหน้าเสาธง สวดมนต์ไหว้พระ ออกกำลังกาย ออมเงิน เพื่อนช่วยเพื่อน	วิชา การดูแลสุขภาพ/การป้องกันโรคในผู้สูงอายุ หน่วยงาน โรงพยาบาลพญาเม็งราย	พักรับประทานอาหาร กลางวัน	กิจกรรม ดนตรี/ร้องเพลง นันทนาการ งานอาชีพ	เสื้อสีชมพู
8 25-ธ.ค.-67	กิจกรรมหน้าเสาธง สวดมนต์ไหว้พระ ออกกำลังกาย ออมเงิน เพื่อนช่วยเพื่อน	วิชา การคัดกรอง/การดูแลสุขภาพผู้สูงอายุ การออกกำลังกาย การส่งเสริมสุขภาพ หน่วยงาน รพ.สต.ตาคลวัน	พักรับประทานอาหาร กลางวัน	กิจกรรม ดนตรี/ร้องเพลง นันทนาการ งานอาชีพ	เสื้อสีเหลือง

โรงเรียนผู้สูงอายุ ตำบลตาคลวัน อำเภอพญาเม็งราย จังหวัดเชียงราย

สัปดาห์ที่	เวลา				หมายเหตุ
	8.00 - 9.00 น.	9.00 - 12.00 น.	12.00 - 13.00น.	13.00 - 14.00 น.	
9 8-ม.ค.-68	กิจกรรมหน้าเสาธง สวดมนต์ไหว้พระ ออกกำลังกาย ออมเงิน เพื่อนช่วยเพื่อน	วิชา กฎหมาย สิทธิประโยชน์ สวัสดิการของผู้สูงอายุ กิจกรรมนันทนาการ วิชาการประดิษฐ์ หน่วยงาน อบต.ตาคลวัน	พักรับประทานอาหาร กลางวัน	กิจกรรม ดนตรี/ร้องเพลง นันทนาการ งานอาชีพ	เสื้อสีขาว
10 15-ม.ค.-68	กิจกรรมหน้าเสาธง สวดมนต์ไหว้พระ ออกกำลังกาย ออมเงิน เพื่อนช่วยเพื่อน	วิชาการ งานฝีมือ งานวิชาชีพ ต่างๆ หน่วยงาน ศูนย์ส่งเสริมการเรียนรู้ตำบลตาคลวัน (สกร.)	พักรับประทานอาหาร กลางวัน	กิจกรรม ดนตรี/ร้องเพลง นันทนาการ งานอาชีพ	เสื้อสีม่วง
11 22-ม.ค.-68	กิจกรรมหน้าเสาธง สวดมนต์ไหว้พระ ออกกำลังกาย ออมเงิน เพื่อนช่วยเพื่อน	วิชา การดูแลสุขภาพ/การป้องกันโรคในผู้สูงอายุ หน่วยงาน โรงพยาบาลพญาเม็งราย	พักรับประทานอาหาร กลางวัน	กิจกรรม ดนตรี/ร้องเพลง นันทนาการ งานอาชีพ	เสื้อสีชมพู
12 29-ม.ค.-68	กิจกรรมหน้าเสาธง สวดมนต์ไหว้พระ ออกกำลังกาย ออมเงิน เพื่อนช่วยเพื่อน	วิชา การคัดกรอง/การดูแลสุขภาพผู้สูงอายุ การออกกำลังกาย การส่งเสริมสุขภาพ หน่วยงาน รพ.สต.ตาคลวัน	พักรับประทานอาหาร กลางวัน	กิจกรรม ดนตรี/ร้องเพลง นันทนาการ งานอาชีพ	เสื้อสีเหลือง

โรงเรียนผู้สูงอายุ ตำบลตาคลวัน อำเภอพญาเม็งราย จังหวัดเชียงราย

สัปดาห์ที่	เวลา				หมายเหตุ
	8.00 - 9.00 น.	9.00 - 12.00 น.	12.00 - 13.00น.	13.00 - 14.00 น.	
13 5-ก.พ.-68	กิจกรรมหน้าเสาธง สวดมนต์ไหว้พระ ออกกำลังกาย ออมเงิน เพื่อนช่วยเพื่อน	วิชา กฎหมาย สิทธิประโยชน์ สวัสดิการของผู้สูงอายุ กิจกรรมนันทนาการ วิชาการประดิษฐ์ หน่วยงาน อบต.ตาคลวัน	พักรับประทานอาหาร กลางวัน	กิจกรรม ดนตรี/ร้องเพลง นันทนาการ งานอาชีพ	เสื้อสีขาว
14 12-ก.พ.-68	กิจกรรมหน้าเสาธง สวดมนต์ไหว้พระ ออกกำลังกาย ออมเงิน เพื่อนช่วยเพื่อน	วิชาการ งานฝีมือ งานวิชาชีพ ต่างๆ หน่วยงาน ศูนย์ส่งเสริมการเรียนรู้ตำบลตาคลวัน (สกร.)	พักรับประทานอาหาร กลางวัน	กิจกรรม ดนตรี/ร้องเพลง นันทนาการ งานอาชีพ	เสื้อสีม่วง
15 19-ก.พ.-68	กิจกรรมหน้าเสาธง สวดมนต์ไหว้พระ ออกกำลังกาย ออมเงิน เพื่อนช่วยเพื่อน	วิชา การดูแลสุขภาพ/การป้องกันโรคในผู้สูงอายุ หน่วยงาน โรงพยาบาลพญาเม็งราย	พักรับประทานอาหาร กลางวัน	กิจกรรม ดนตรี/ร้องเพลง นันทนาการ งานอาชีพ	เสื้อสีชมพู
16 26-ก.พ.-68	กิจกรรมหน้าเสาธง สวดมนต์ไหว้พระ ออกกำลังกาย ออมเงิน เพื่อนช่วยเพื่อน	วิชา การคัดกรอง/การดูแลสุขภาพผู้สูงอายุ การออกกำลังกาย การส่งเสริมสุขภาพ หน่วยงาน รพ.สต.ตาคลวัน	พักรับประทานอาหาร กลางวัน	กิจกรรม ดนตรี/ร้องเพลง นันทนาการ งานอาชีพ	เสื้อสีเหลือง