

ที่ ยธ ๐๗๐๕.๖/ ๑๔๓๙๔

ถึง เรือนจำ ทัณฑสถาน สถานกักขัง สถานกักกัน

กองบริการทางการแพทย์ ขอส่งสื่อความรู้ด้านสุขภาพที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพจิต เนื่องในโอกาสวันสุขภาพจิตเรือนจำ (๒๐ พฤษภาคม) ราชทัณฑ์ส่งเสริมสุขภาพจิต ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๖ ให้เรือนจำ ทัณฑสถาน สถานกักขัง และสถานกักกัน นำไปประชาสัมพันธ์ และเผยแพร่ให้ผู้ต้องขังได้เข้าถึงข้อมูล มีความรู้ความเข้าใจในการดูแลสุขภาพจิต และเพื่อเป็นการส่งเสริมความรอบรู้ด้านสุขภาพ (Health literacy) ให้แก่ผู้ต้องขัง โดยการเปิดสื่อความรู้ให้กับผู้ต้องขังรับชมก่อนการเปิดรายการอื่น ๆ ในช่วงเวลาที่ผู้ต้องขังอยู่บนเรือนนอนเป็นประจำทุกวันอังคาร และวันพฤหัสบดี ประจำเดือนพฤษภาคม พ.ศ. ๒๕๖๖ รายละเอียดปรากฏตามแผนการเผยแพร่สื่อความรู้ส่งเสริมสุขภาพที่แนบมาพร้อมนี้



กองบริการทางการแพทย์
ศูนย์สุขภาพจิต
โทร. ๐ ๒๙๖๗ ๓๓๔๙
โทรสาร ๐ ๒๙๖๗ ๓๓๕๐

แผนการเผยแพร่สื่อความรู้ส่งเสริมสุขภาพ เดือน พฤษภาคม พ.ศ. ๒๕๖๖

สัปดาห์ที่	เรื่อง	ระยะเวลา (นาที)
๑	พลังใจเพิ่มพลังชีวิต	๓.๒๐
	พลังฮึด	๔.๑๑
๒	พลังอึด	๕.๕๘
	ใจเป็นสุข	๖.๐๑
๓	ลูกโป่งอารมณ์โกรธ	๓.๒๖
	ปรับตัวได้	๒.๕๑
๔	ทำความเข้าใจ โรคจิตเวช	๕.๓๒
	สังเกตุสัญญาณเตือนโรคจิตเภทในตนเอง	๕.๐๓
๕	5 วิธีง่ายๆ ผ่อนคลายจากภาวะเครียด	๒.๒๔

QR code เพื่อดาวน์โหลดสื่อความรู้ส่งเสริมสุขภาพจิต