



ข่าวกิจกรรม

ทีมสร้างสุขฯ คณะ ICT ม.มหิดล (ICT Mahidol) จัดการบรรยายเชิงปฏิบัติการหัวข้อ “ยืดกาย คลายเส้น ลดความเสี่ยง เลี่ยงออฟฟิศซินโดรม” ภายใต้กิจกรรม ICT – Fit For Fun เพื่อสมทบทุนสนับสนุนอุปกรณ์ทางการแพทย์ ให้แก่ศูนย์สุขภาพพระภิกษุสงฆ์ ในสมเด็จพระสังฆราชองค์ที่ 19 (รพ.สต.วังดั่ง) จังหวัดกาญจนบุรี

วันที่ 12 มกราคม 2565 คณะทำงานเสริมสร้างความสุขและความผูกพัน คณะเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร (ICT) มหาวิทยาลัยมหิดล จัดการบรรยายเชิงปฏิบัติการหัวข้อ “ยืดกาย คลายเส้น ลดความเสี่ยง เลี่ยงออฟฟิศซินโดรม” โดยได้รับเกียรติจาก กภ.สรไกร คุณานุสรณ์ชัย นักกายภาพบำบัดระบบกระดูกกล้ามเนื้อ คณะกายภาพบำบัด มหาวิทยาลัยมหิดล เป็นวิทยากรบรรยายให้ความรู้เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพและการออกกำลังกายเพื่อป้องกันโรคออฟฟิศซินโดรม พร้อมด้วย ดร. วุฒิชชาติ แสงวงผล ผู้ช่วยคณบดี, คุณธนพร สังข์ประเสริฐ หัวหน้างานนโยบายและพัฒนาคุณภาพ, คุณกิตติคุณ ทองกัญชร นักวิชาการคอมพิวเตอร์ (ผู้เชี่ยวชาญการพิเศษ) และ คุณคุณิกร อินพาเพียร นักวิชาการโสตทัศนศึกษา ร่วมแบ่งปันประสบการณ์การออกกำลังกายและการดูแลสุขภาพให้แก่คณาจารย์ และบุคลากรคณะ ICT ผ่านระบบออนไลน์ ด้วยโปรแกรม Microsoft Teams

การบรรยายเชิงปฏิบัติการหัวข้อ “ยืดกาย คลายเส้น ลดความเสี่ยง เลี่ยงออฟฟิศซินโดรม” เป็นกิจกรรมสร้างสุขประจำเดือนมกราคม 2565 ภายใต้กิจกรรม ICT – Fit For Fun โดยผลลัพธ์ของกิจกรรมในครั้งนี้ ผู้เข้าร่วมกิจกรรมจะได้ร่วมบริจาคเงิน 20 บาท / คน และหากร่วมอัดโพลีโดรูปภาพการออกกำลังกายของตนเอง จะแปลงเป็นเงินบริจาค 5 บาท / รูป เพื่อสมทบเป็นทุนสนับสนุนอุปกรณ์ทางการแพทย์ นำไปบริจาคให้แก่ศูนย์สุขภาพพระภิกษุสงฆ์ ในสมเด็จพระสังฆราชองค์ที่ 19 (รพ.สต.วังดั่ง) ต.วังดั่ง อ.เมือง จ.กาญจนบุรี ต่อไป



Mahidol University
Faculty of Information
and Communication Technology

- 999 Phuttamonthon 4 Road, Salaya, Nakhon Pathom 73170 THAILAND
Tel +66 02-441-0909
 - MU Building 23rd , 25th floor, Vipawadee Rangsit Road, Samsennai,
Phayathai, Bangkok, 10400 THAILAND
- Email : ict@mahidol.ac.th



ที่มา: <https://www.ict.mahidol.ac.th/thai/the-happiness-enhancing-team-organized-an-online-activity-stretching-your-body-preventing-office-syndrome-under-the-theme-ict-fit-for-fun-to-support-th/>