

ตัวชี้วัด 2.2 มิติที่ 1 บุคลากรในองค์กรมีสุขภาพดี หลักฐานระดับ 4 หลักฐานแสดงการขับเคลื่อนกิจกรรมตามแผน

ข้อเสนอเชิงนโยบาย ข้อที่ 3 ส่งเสริมการนอนหลับพักผ่อนให้เพียงพอ
มาตรการข้อที่ 1 ให้ความรู้เรื่องการนอนน้อยกับน้ำหนักที่เพิ่มขึ้นและการปรับพฤติกรรมเพื่อให้นอนหลับ
ง่ายขึ้น

กิจกรรมให้ความรู้เรื่องการนอนหลับกับน้ำหนักตัวที่เพิ่มและปรับพฤติกรรมเพื่อให้นอนหลับง่ายขึ้น
เดือนกรกฎาคม

การดำเนินการทำ one page ให้ความรู้เรื่องการปรับพฤติกรรมเพื่อให้นอนหลับง่ายขึ้น
และส่งข้อมูลสื่อสารใน line กลุ่มคนรักสุขภาพเพื่อแลกเปลี่ยนข้อมูลข่าวสารและกิจกรรม
การส่งเสริมสุขภาพ

