

FW

3 จาก นางสาวปิยะนุช สวัสดิ์ (คณะอุตสาหกรรมเกษตร) [ทราบและส่งต่อ](#) 15 พ.ค. 2566 12:13

วัตถุประสงค์ เพื่อดำเนินการต่อ

ถึง นายอนงค์ ผมขาว (คณะอุตสาหกรรมเกษตร)


ข้อความ :

ทราบ/แจ้งตามเสนอ

FW

2 จาก นายอนงค์ ผมขาว (คณะอุตสาหกรรมเกษตร) [ทราบและส่งต่อ](#) 11 พ.ค. 2566 16:45

วัตถุประสงค์ เพื่อพิจารณาเสนอ

ถึง นางสาวอุไรวรรณ ศักยภินันท์ (คณะอุตสาหกรรมเกษตร)  ทราบ 11 พ.ค. 2566 17:19

ข้อความ :

เรียน เลขาธิการคณะอุตสาหกรรมเกษตร

ตามที่โครงการมหาวิทยาลัยเชียงใหม่ มหาวิทยาลัยสุภาพอย่างอัจฉริยะและยั่งยืน ได้ดำเนินการจัดกิจกรรมส่งเสริมความรู้ และความตระหนักรู้ด้านสุขภาพ 4 กิจกรรม ดังรายละเอียดตามประกาศ

ในการนี้ โครงการมหาวิทยาลัยเชียงใหม่ มหาวิทยาลัยสุภาพฯ จึงขอเชิญชวนทุกท่านที่เข้าร่วมกิจกรรมดังกล่าว ร่วมกันตอบแบบประเมินความพึงพอใจ ทั้งนี้ เพื่อเพิ่มประสิทธิภาพในการจัดกิจกรรมในครั้งต่อไปให้ดียิ่งขึ้น และเพื่อให้สามารถปรับปรุงและพัฒนากิจกรรมฯ ในครั้งต่อไปได้อย่างต่อเนื่อง โดยสามารถตอบแบบประเมินฯ ได้ที่ลิงค์ <https://forms.gle/ZJpkBU3qyjd23LEQ9> หรือ QR Code ท้ายประกาศ ตั้งแต่วันที่นี้เป็นต้นไป รายละเอียดตามเอกสารแนบ

- เพื่อโปรดทราบและโปรดพิจารณา
- เห็นควรเผยแพร่ประชาสัมพันธ์ให้บุคลากรและผู้สนใจทราบผ่านทางระบบ CMU e-Document และนำขึ้น Web site คณะฯ ต่อไป

แพรวนภา มั่งชี่



โครงการมหาวิทยาลัยเชียงใหม่ มหาวิทยาลัยสุขภาพอย่างยั่งยืนและยั่งยืน  
(Smart and Sustainable Healthy Chiang Mai University)

กิจกรรมส่งเสริมความรู้  
และความตระหนักด้านสุขภาพ  
สำหรับบุคลากรและนักศึกษา  
มช.



# Healthy CMU

พฤศจิกายน 2565 - มกราคม 2566

ณ ศูนย์อาหารมหาวิทยาลัยเชียงใหม่ (กินในมอ)



### การลด ละ เลิก บุหรี่

วันพุธที่ 30 พฤศจิกายน 2565



- 10.45-11.00 น. พิธีเปิดงาน
- 11.00-12.00 น. การเสวนา "บุหรี่ภัยร้ายป้องกันได้อย่างไร" โดย วิทยากรจากโรงพยาบาลรามาธิบดีเชียงใหม่
- 10.45-16.00 น. พบกับ
  - การออกบูธ ให้คำปรึกษา ประเมิน Application บุหรี่, CMU i-Health, CMU Mild พร้อมดนตรีบรรเลง
  - บริการตรวจมวลร่างกาย ฟรี! ด้วยเครื่อง CMU Smart Self-Monitoring
  - เปิดลงทะเบียนอาสาสมัคร เข้าร่วมกิจกรรมเลิกบุหรี่



### การลด ละ เลิก สุรา

วันศุกร์ที่ 23 ธันวาคม 2565

- 10.45-11.00 น. พิธีเปิดงาน
- 11.00-12.00 น. การบรรยาย "คน มช. ไม่เมา" โดย วิทยากรจากโรงพยาบาลรามาธิบดีเชียงใหม่
- 10.45-16.00 น. พบกับ
  - นิทรรศการศิลปะบำบัด และวาดรูปเพื่อผ่อนคลาย
  - การออกบูธ ให้คำปรึกษา ประเมิน Application สุรา, CMU i-Health, CMU Mild
  - บริการตรวจมวลร่างกาย ฟรี! ด้วยเครื่อง CMU Smart Self-Monitoring
  - เปิดลงทะเบียนอาสาสมัคร เข้าร่วมกิจกรรมเลิกสุราเจ้าท่า



### การจัดการภาวะอ้วน

วันศุกร์ที่ 27 มกราคม 2566

- 10.45-11.00 น. พิธีเปิดงาน
- 11.00-12.00 น. การบรรยาย "ไม่อ้วนเอาเท่าไร" โดย คุณอภิวัฒน์ เสียมอินฟูล เจ้าของร้านอาหารสุขภาพ Cleanfoods
- 10.45-16.00 น. พบกับ
  - สาธิตการทำอาหารเพื่อสุขภาพอย่างง่าย
  - การออกบูธ ให้คำปรึกษา ประเมิน Application บุหรี่, CMU i-Health, CMU Mild
  - บริการตรวจมวลร่างกาย ฟรี! ด้วยเครื่อง CMU Smart Self-Monitoring
  - เปิดลงทะเบียนอาสาสมัคร เข้าร่วมกิจกรรมลดน้ำหนักด้วย









CMU Smart Self-Monitoring

#สุขภาพดีเริ่มกันได้ที่นี่

[f HealthyCMU](#)
[v Healthy CMU](#)
[@healthycmu](#)
[www.healthycmu.com](#)