

โครงการ“มวล. กะหระรวมใจ พลังกาย คลายปวด”



เมื่อวันที่ 26 กรกฎาคม 2567 ที่ผ่านมา อาจารย์พัชราตรี ศรีรัถษ์ และนักศึกษาลูกศิษย์จากภาควิชาสรีรวิทยา คณะวิทยาศาสตร์ มหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์ ได้จัดทำโครงการ “มวล. กะหระรวมใจ พลังกาย คลายปวด” ภายใต้นโยบายของมหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์ โดยให้บริการทดสอบสมรรถภาพทางกายด้านความแข็งแรงและความยืดหยุ่นของกล้ามเนื้อ ความทนทานของปอด การให้คำแนะนำเกี่ยวกับการดูแลตนเองเพื่อป้องกันปัญหาสุขภาพทางระบบกระดูกและกล้ามเนื้อ แก่ประชาชนในชุมชนตำบลกะหรอ อำเภอหนองพญา จังหวัดนครราชสีมา และเยี่ยมบ้านกลุ่มผู้ป่วยติดเตียงและผู้ดูแล รวมถึงการทดสอบสมรรถภาพทางกายในกลุ่มแรงงานต่างด้าวในชุมชน โดยการจัดกิจกรรมในครั้งนี้ได้รับความสนใจเข้าร่วมกิจกรรมจากประชาชนในชุมชนเป็นจำนวนมาก โดยจะมีการจัดกิจกรรมอย่างต่อเนื่องเพื่อส่งเสริมความเป็นอยู่ที่ดีของประชาชนในชุมชน

โครงการ“มวล. กะหระรวมใจ พลังกาย คลายปวด” จัดทำขึ้นมาเพื่อยกระดับความเป็นอยู่ที่ดีของประชากรและแรงงานต่างด้าวในชุมชน ส่งเสริมองค์ความรู้ด้านการดูแลสุขภาพอย่างมีประสิทธิภาพ หลีกเลี่ยงพฤติกรรมเสี่ยงต่อการบาดเจ็บทางระบบกระดูกและกล้ามเนื้อ ฟันฟูการบาดเจ็บ สร้างสิ่งแวดล้อมที่เอื้อต่อการมีสุขภาวะที่ดี นำไปสู่การมีคุณภาพชีวิตที่ดีและมีคุณภาพอย่างยั่งยืน

