

วันอังคารที่ 2 ของทุกเดือน / สถานที่ : ศูนย์เบาหวาน ชั้น 4 เวลา 08.30 - 10.00 น.

| สัปดาห์ | วันเดือนปี เดือน | หัวข้อกิจกรรม |
|---------|---------------------------------|------------------------------|
| 1 | วันอังคารที่ 8 มกราคม 2562 | สิทธิประโยชน์ |
| 2 | วันอังคารที่ 12 กุมภาพันธ์ 2562 | สาเหตุของโรคเบาหวาน |
| 3 | วันอังคารที่ 12 มีนาคม 2562 | การดูแลเท้าของผู้ป่วยเบาหวาน |
| 4 | วันอังคารที่ 9 เมษายน 2562 | ประโยชน์ของ อาหารลดไขมัน |
| 5 | วันอังคารที่ 14 พฤษภาคม 2562 | เบาหวานคืออะไร ไขข้อข้องใจ |
| 6 | วันอังคารที่ 11 มิถุนายน 2562 | สาเหตุของโรคเบาหวาน |
| 7 | วันอังคารที่ 9 กรกฎาคม 2562 | อันตรายของโรคเบาหวาน |
| 8 | วันอังคารที่ 13 สิงหาคม 2562 | ทำอย่างไรถึงเบาหวานน้อยลง |
| 9 | วันอังคารที่ 10 กันยายน 2562 | เบาหวาน เบาตา เบาใจ |
| 10 | วันอังคารที่ 8 ตุลาคม 2562 | ประโยชน์ของออกกำลังกาย |
| 11 | วันอังคารที่ 12 พฤศจิกายน 2562 | ออกกำลังกายอย่างไรถึงดี |
| 12 | วันอังคารที่ 10 ธันวาคม 2562 | โรคเบาหวาน |

สนใจเข้าร่วมกิจกรรม ติดต่อที่ 2

โรงพยาบาลหัวเฉียว จัดอบรมแก่ผู้ป่วยโรคเบาหวาน

ตารางการจัดกิจกรรมอบรมให้ความรู้ผู้ป่วยเบาหวาน ปี 2562

วันอังคารที่ 2 ของทุกเดือน / สถานที่ : ศูนย์เบาหวาน ชั้น 4 เวลา 08.30 - 10.00 น.

| สัปดาห์ | วันเดือนปี เดือน | หัวข้อกิจกรรม |
|---------|---------------------------------|------------------------------|
| 1 | วันอังคารที่ 8 มกราคม 2562 | สิทธิประโยชน์ |
| 2 | วันอังคารที่ 12 กุมภาพันธ์ 2562 | สาเหตุของโรคเบาหวาน |
| 3 | วันอังคารที่ 12 มีนาคม 2562 | การดูแลเท้าของผู้ป่วยเบาหวาน |
| 4 | วันอังคารที่ 9 เมษายน 2562 | ประโยชน์ของ อาหารลดไขมัน |
| 5 | วันอังคารที่ 14 พฤษภาคม 2562 | เบาหวานคืออะไร ไขข้อข้องใจ |
| 6 | วันอังคารที่ 11 มิถุนายน 2562 | สาเหตุของโรคเบาหวาน |
| 7 | วันอังคารที่ 9 กรกฎาคม 2562 | อันตรายของโรคเบาหวาน |
| 8 | วันอังคารที่ 13 สิงหาคม 2562 | ทำอย่างไรถึงเบาหวานน้อยลง |
| 9 | วันอังคารที่ 10 กันยายน 2562 | เบาหวาน เบาตา เบาใจ |
| 10 | วันอังคารที่ 8 ตุลาคม 2562 | ประโยชน์ของออกกำลังกาย |
| 11 | วันอังคารที่ 12 พฤศจิกายน 2562 | ออกกำลังกายอย่างไรถึงดี |
| 12 | วันอังคารที่ 10 ธันวาคม 2562 | โรคเบาหวาน |

สนใจเข้าร่วมอบรมในวันอังคาร สัปดาห์ที่ 2 ติดต่อสำรองที่นั่งได้ที่ ศูนย์เบาหวานชั้น 4 โทร. 02-223-1351 ต่อ 3403, 3460

ในปัจจุบันโรคเบาหวานกำลังเพิ่มมากขึ้น การออกกำลังกายเป็นประจำสามารถช่วยลดระดับน้ำตาลในเลือด รักษาสมดุลของร่างกายรวมทั้งช่วยให้จิตใจสงบ ดังนั้น ศูนย์เบาหวาน โรงพยาบาลหัวเฉียว จึงกำหนดจัดอบรมให้ความรู้แก่ผู้ป่วยโรคเบาหวาน เรื่อง “โยคะแบบหวานๆ” เพื่อให้ผู้ป่วยและครอบครัว มีความรู้เพียงพอสามารถนำไปปรับใช้ในการดำเนินชีวิตได้ โดยจัดอบรมในวันอังคารที่ 10 ธันวาคม 2562 เวลา 8.30 - 10.00 น. ณ ศูนย์เบาหวาน โรงพยาบาลหัวเฉียว สนใจติดต่อและสำรองที่นั่งเข้ารับการอบรม.. ฟรี ได้ที่ ศูนย์เบาหวาน โทร. 0-2223-1351 ต่อ 3403