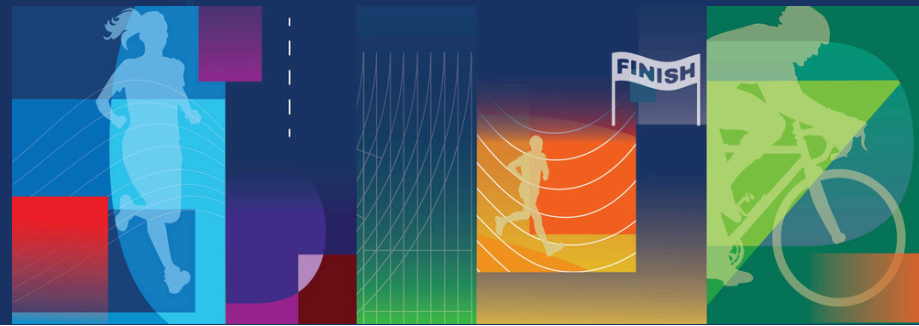


WALK  
RUN  
BIKE 11  
FIGHTING STROKE

แสงนำใจไทยทั้งชาติ  
เดิน วิ่ง ปั่น ป้องกันอัมพาต  
ครั้งที่ 11 เฉลิมพระเกียรติ



**นำเสนอความก้าวหน้า โครงการแสงนำใจไทยทั้งชาติ เดิน วิ่ง ปั่น  
ป้องกันอัมพาต ครั้งที่ 11 เฉลิมพระเกียรติ จังหวัดสุรินทร์  
หัวข้อ “ออกกำลังเป็นนิสัย ห่างไกลสโตรค” (No Stop No STROKE)**

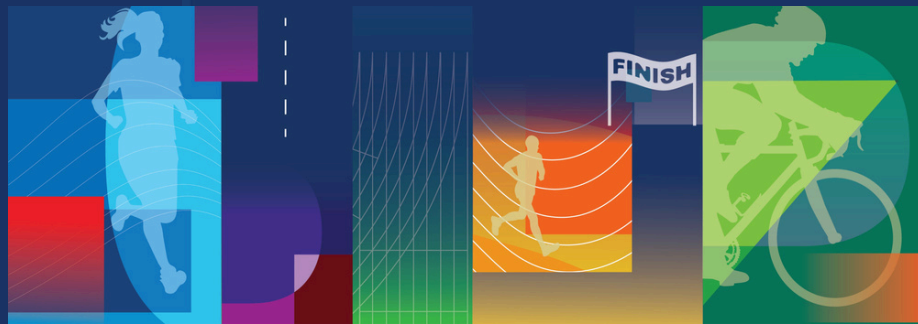


# พิธีเปิดกิจกรรมเฉลิมพระเกียรติและนิทรรศการให้ความรู้เรื่องการป้องกันโรคหลอดเลือดสมอง โครงการแสงนำใจไทยทั้งชาติ เดิน วิ่ง ปั่น ป้องกันอัมพาต ครั้งที่ 11 เฉลิมพระเกียรติ จังหวัดสุรินทร์ ณ ลานกิจกรรม (หน้าท้อปส์ ซูเปอร์มาร์เก็ต) ศูนย์การค้าโรบินสัน ไลฟ์สไตล์สุรินทร์ ตำบลสลักได อำเภอเมืองสุรินทร์ จังหวัดสุรินทร์



**WALK  
RUN  
BIKE 11**  
FIGHTING STROKE

แสงนำใจ ไทยทั้งชาติ  
เดิน วิ่ง ปั่น ป้องกันอัมพาต  
ครั้งที่ 11 เฉลิมพระเกียรติ



**WALK  
RUN  
BIKE 11**  
FIGHTING STROKE

แสงนำใจไทยทั้งชาติ  
เดิน วิ่ง ปั่น ป้องกันอัมพาต  
ครั้งที่ 11 เฉลิมพระเกียรติ



# ขอเชิญชวนชาว**จังหวัดสุรินทร์**

**ร่วมกิจกรรม**

# เดิน วิ่ง ปั่น

## ป้องกันอัมพาต ครั้งที่ 11 เฉลิมพระเกียรติ

**"สุขภาพดีไม่มีขาย อยากได้ต้องทำเอง"**

**#ออกกำลังกายเป็นนิสัย ห่างไกลโรค**

พร้อมกันวันที่ **2 พ.ย.68**

**เวลา 05.30 น.**

ณ สวนสาธารณะเฉลิมพระเกียรติพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว  
เฉลิมพระชนมพรรษา 80 พรรษา (สวนใหม่)

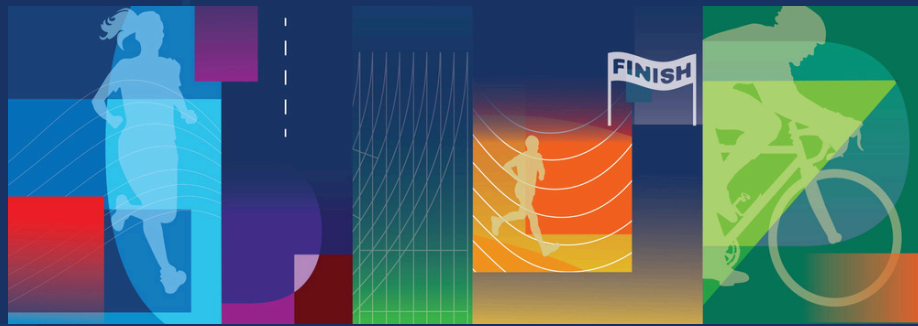


นายประกาศ ศรีจันทร์เวียง  
รองผู้ว่าราชการจังหวัดสุรินทร์  
รักษาการแทนผู้ว่าราชการจังหวัดสุรินทร์



**WALK  
RUN  
BIKE 11**  
FIGHTING STROKE

แสงนำใจ ไทยทั้งชาติ  
เดิน ริ่ง ปั่น ป้องกันอัมพาต  
ครั้งที่ 11 เฉลิมพระเกียรติ



**WALK  
RUN  
BIKE 11**  
FIGHTING STROKE

แสงนำใจไทยทั้งชาติ  
เดิน ริ่ง ปั่น ป้องกันอัมพาต  
ครั้งที่ 11 เฉลิมพระเกียรติ



# ขอเชิญชวนชาวจังหวัดสุรินทร์

ร่วมกิจกรรม

## เดิน ริ่ง ปั่น

ป้องกันอัมพาต ครั้งที่ 11 เฉลิมพระเกียรติ

**"สุขภาพดีไม่มีขาย อยากได้ต้องทำเอง"**

พร้อมกันวันที่ **2 พ.ย.68**

**เวลา 05.30 น.**

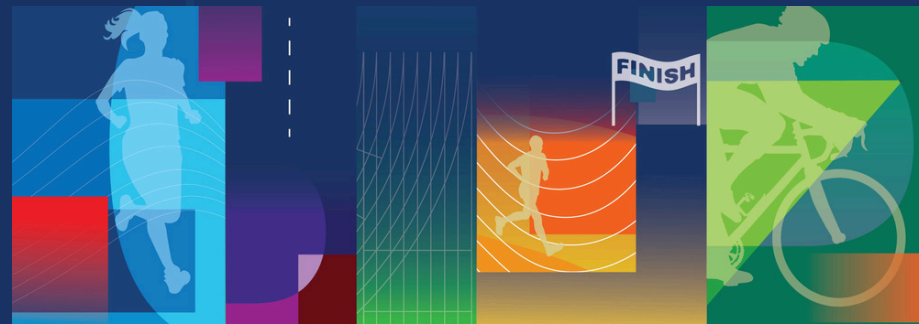
ณ สวนสาธารณะเฉลิมพระเกียรติพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว  
เฉลิมพระชนมพรรษา 80 พรรษา (สวนใหม่)



นพ.ยุกterna อรรถนโพธิ์กลาง  
นายแพทย์สาธารณสุขจังหวัดสุรินทร์

#ออกกำลังกายเป็นนิสัย ห่างไกลโรค

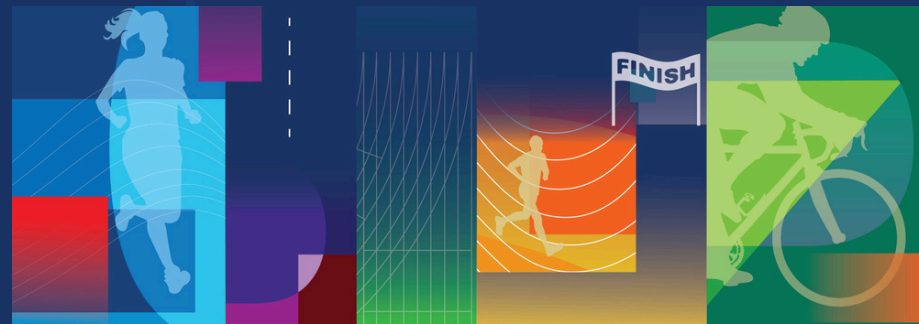




# เป้าหมายผู้เข้าร่วมกิจกรรมวันอาทิตย์ที่ 2 พฤศจิกายน 2568

ลำดับ	อำเภอ	รพสต./รพ.	จำนวน (คน)	หมายเหตุ
1	เมืองสุรินทร์	25	500	
2	ชุมพลบุรี	13	20	
3	ท่าตูม	17	20	
4	จอมพระ	11	30	
5	ปราสาท	24	80	
6	กาบเชิง	10	20	
7	รัตนบุรี	15	20	
8	สนม	10	20	
9	ศีขรภูมิ	20	40	
10	สังขะ	16	20	


ลำดับ	อำเภอ	รพสต./รพ.	จำนวน (คน)	หมายเหตุ
11	ลำดวน	5	20	
12	ลำโรงท่า	11	20	
13	บัวเชด	8	10	
14	พนมดงรัก	5	10	
15	ศรีณรงค์	6	10	
16	เขวาสินรินทร์	5	20	
17	โนนนารายณ์	7	10	
18	ส่วนราชการ/สถานศึกษา/เทศบาล/รัฐวิสาหกิจ		430	
รวม		208	1,300	





## กำหนดการ WRB11 (สนามจังหวัดสุรินทร์)

วันอาทิตย์ที่ 2 พฤศจิกายน 2568

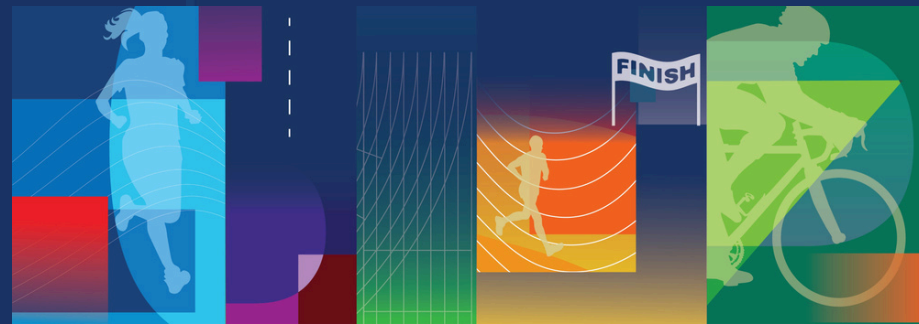
ณ สวนสาธารณะเฉลิมพระเกียรติพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว พระชนมพรรษา 80 พรรษา (สวนใหม่)

- 05.00 น.** • ผู้เข้าร่วมกิจกรรมเดินทางเข้าสู่บริเวณงาน
- 05.30 น.** • นักวิ่งทุกระยะลงทะเบียนที่จุดรับลงทะเบียน (Check in)
- นักวิ่งระยะทาง 5 กม. และนักปั่นระยะทาง 28 กม. เตรียมความพร้อมหน้าเวทีหลัก
- นักวิ่งระยะทาง 10 กม. เตรียมความพร้อมหน้าเวทีเล็ก เตรียมปล่อยตัว
- 05.40 น.** • ปล่อยตัว นักวิ่ง ระยะทาง 10 กม. 
- 06.00 น.** • พิธีกรขึ้นเวทีกล่าวต้อนรับผู้มาร่วมกิจกรรมทุกท่าน พร้อมชี้แจงรายละเอียดการจัดกิจกรรมโครงการแสงนำใจไทยทั้งชาติ เดิน วิ่ง ปั่น ป้องกันอัมพาต ครั้งที่ 11 เฉลิมพระเกียรติ จังหวัดสุรินทร์
- ผู้ว่าราชการจังหวัดสุรินทร์ (ประธานในพิธี) เดินทางมาถึงบริเวณงาน
- ประธานในพิธี กล่าวคำถวายอาลัย และน้อมรำลึกในพระมหากรุณาธิคุณ
- ประธานในพิธีเปิดกรวยกระทงดอกไม้ธูปเทียน และถวายราชสักการะหน้าพระบรมฉายาลักษณ์ พร้อมกล่าวคำถวายราชสดุดี
- ประธานในพิธี หัวหน้าส่วนราชการ และผู้เข้าร่วมกิจกรรม ร่วมร้องเพลงสรรเสริญพระบารมี
- ประธานในพิธี ประจำจุดรับฟังกล่าวรายงานบนเวที พร้อมผู้บริหารส่วนราชการ

- 06.00 น. (ต่อ)** • นายแพทย์สาธารณสุขจังหวัดสุรินทร์ กล่าวรายงานวัตถุประสงค์ของโครงการฯ
- ประธานในพิธีกล่าวเปิดงาน
- ประธานในพิธี หัวหน้าส่วนราชการและผู้ร่วมกิจกรรม ร่วมบันทึกภาพที่ระลึกร่วมกัน
- กิจกรรมยืดเหยียด และอบอุ่นร่างกาย
- ประธานในพิธี หัวหน้าส่วนราชการ แขกผู้มีเกียรติ และผู้เข้าร่วมกิจกรรมเข้าประจำ ณ จุดปล่อยตัว
- ปล่อยตัว นักปั่น ระยะทาง 28 กม. 
- ปล่อยตัว นักวิ่ง ระยะทาง 5 กม. 
- 07.00 - 09.00 น.** • ผู้เข้าร่วมกิจกรรม เข้าสู่เส้นชัย
- เสร็จสิ้นกิจกรรม ร่วมรับประทานอาหารร่วมกัน

\*\*\* หมายเหตุ : กำหนดการอาจเปลี่ยนแปลงได้ตามความเหมาะสม

- สวมเสื้อกิจกรรมสีเขียว (เนื่องจากเป็นเครื่องหมายของโครงการฯ) พร้อมกัลดริบบิ้นสีดำไว้ที่แขนเสื้อด้านซ้าย
- สำหรับท่านที่ไม่มีเสื้อเดิน วิ่ง ปั่น ป้องกันอัมพาต ครั้งที่ 11 ให้ใส่เสื้อครั้งที่ 8, 9, 10 พร้อมกัลดริบบิ้นสีดำไว้ที่แขนเสื้อด้านซ้าย
- กางเกงหรือกระโปรงควรเป็นสีดำ หรือสีขาว เช่น น้ำเงินเข้ม กรมท่า

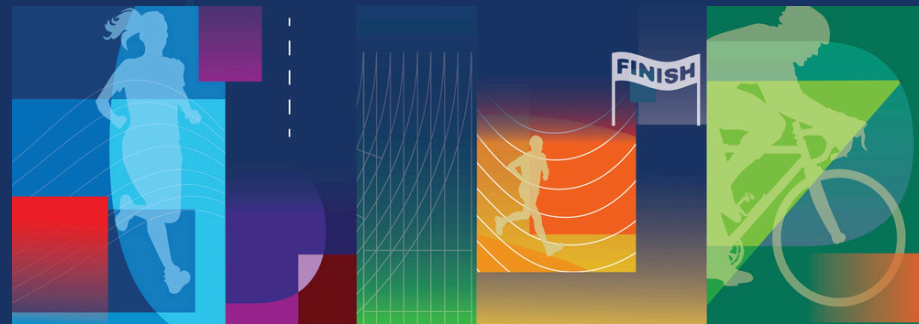


## การแต่งกายร่วมกิจกรรมเดิน วิ่ง ปั่น ป้องกันอัมพาต ครั้งที่ 11 เฉลิมพระเกียรติ



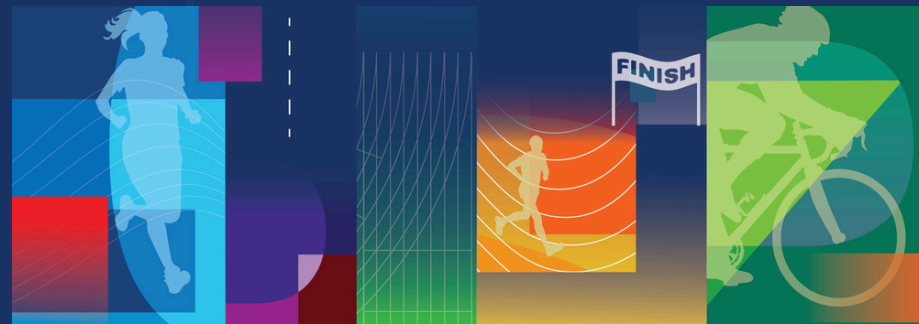
### การแต่งกายผู้บริหาร คณะทำงาน และผู้ร่วมกิจกรรม

- เสื้อกิจกรรมสีเขียว (เสื้อที่ระลึกโครงการฯ สีเขียว) **หรือ** เสื้อที่ระลึกโครงการฯ ครั้งที่ 8, 9 , 10 และกางเกงออกกำลังกายสีสุภาพ
- รองเท้าหุ้มส้น **หรือ** รองเท้าผ้าใบสีสุภาพ
- ตัดเล็บสั้น **หรือ** ฝ่าสีดำบริเวณแขนเสื้อด้านซ้าย

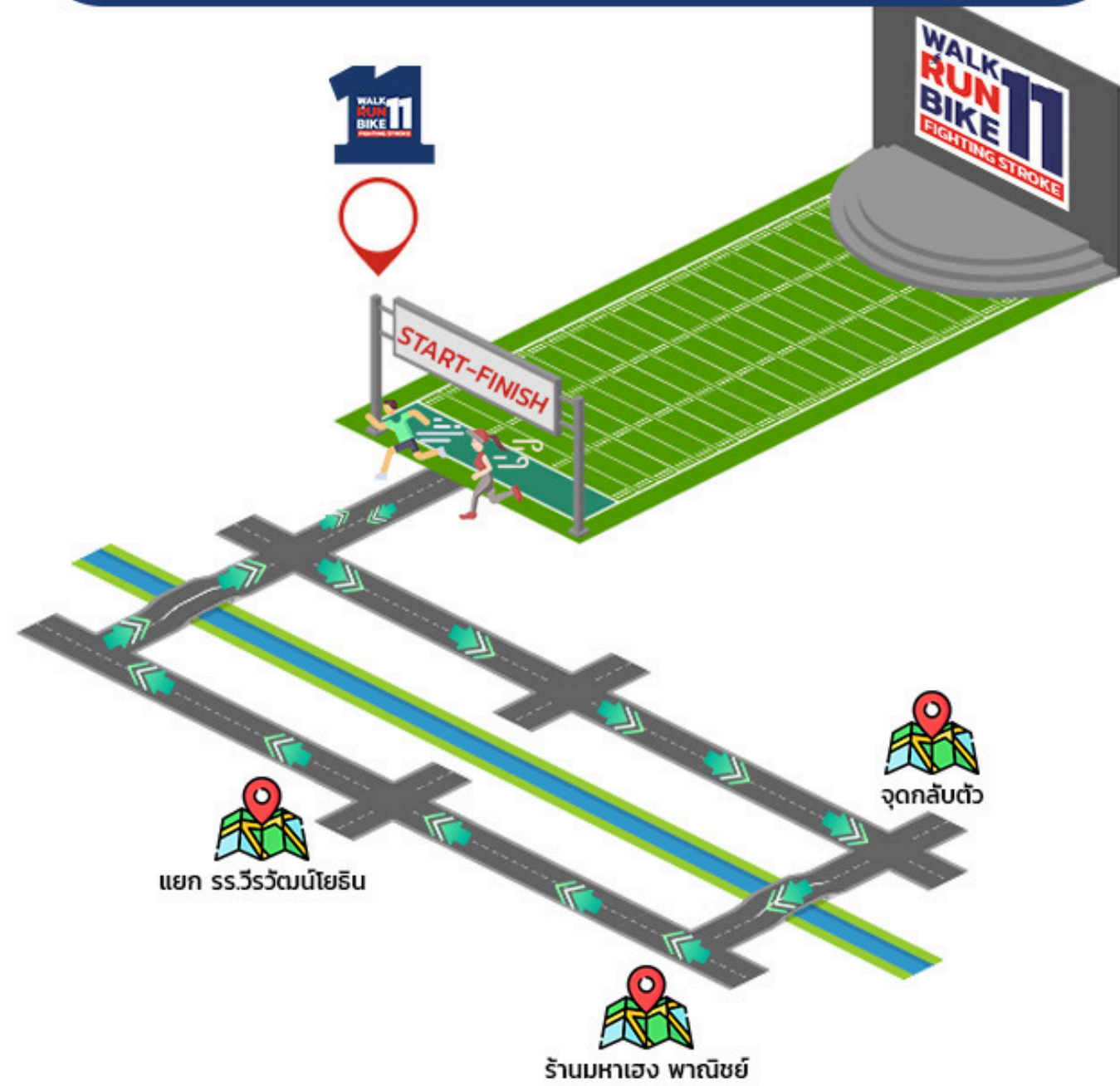


## ผังสถานที่จัดกิจกรรม



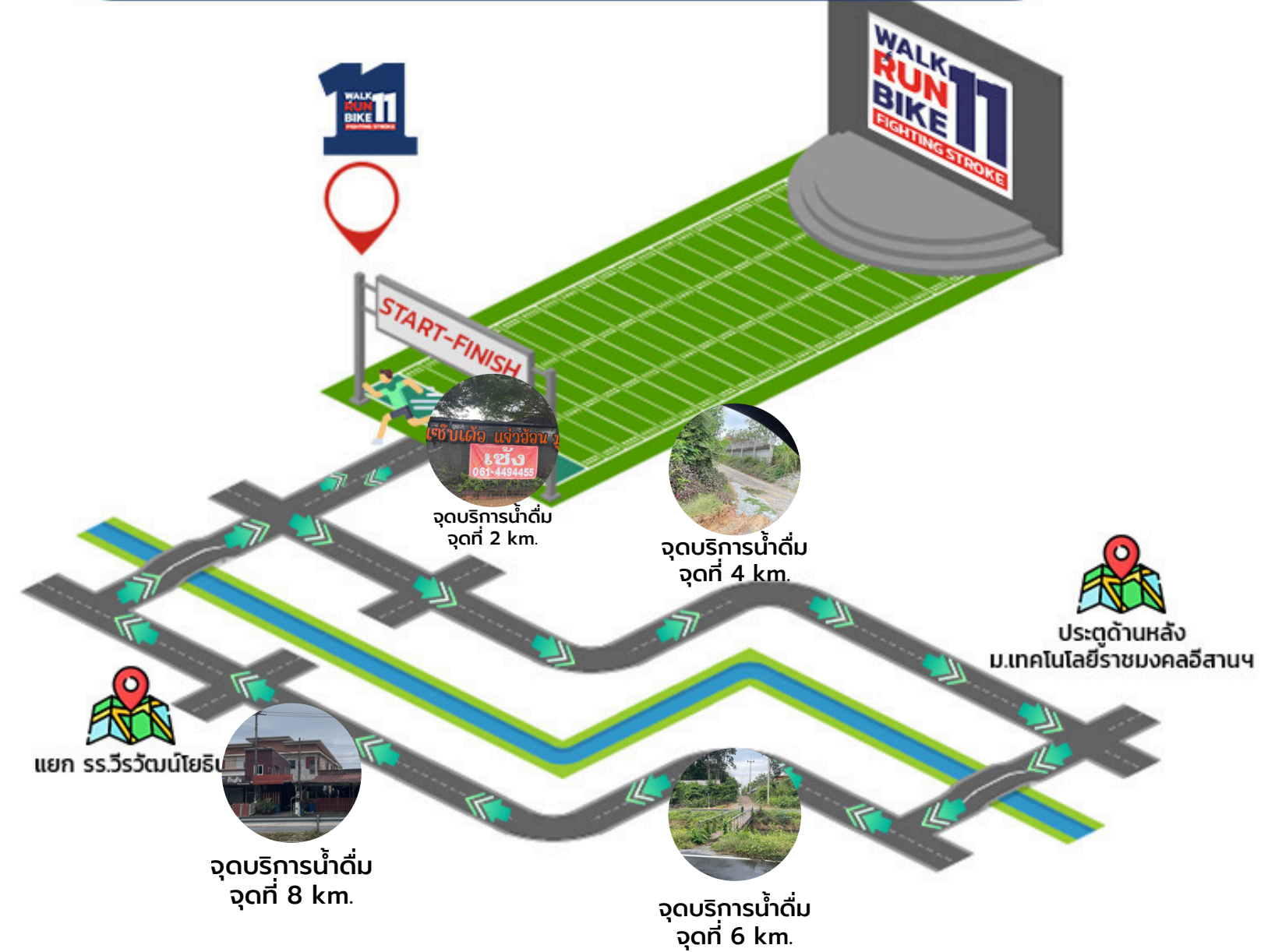


## แผนที่เส้นทางเดิน-วิ่ง

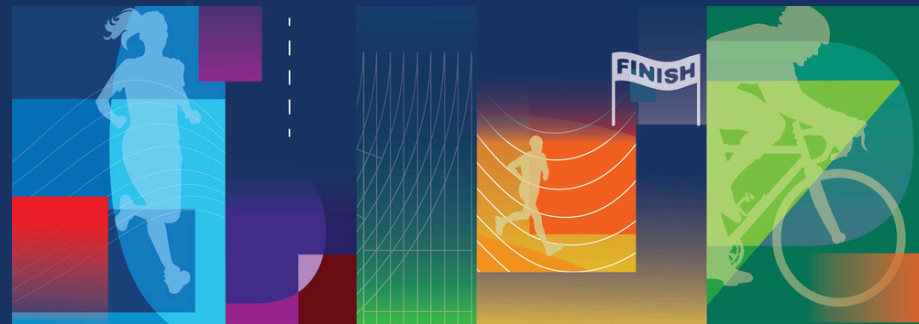


5 Km.

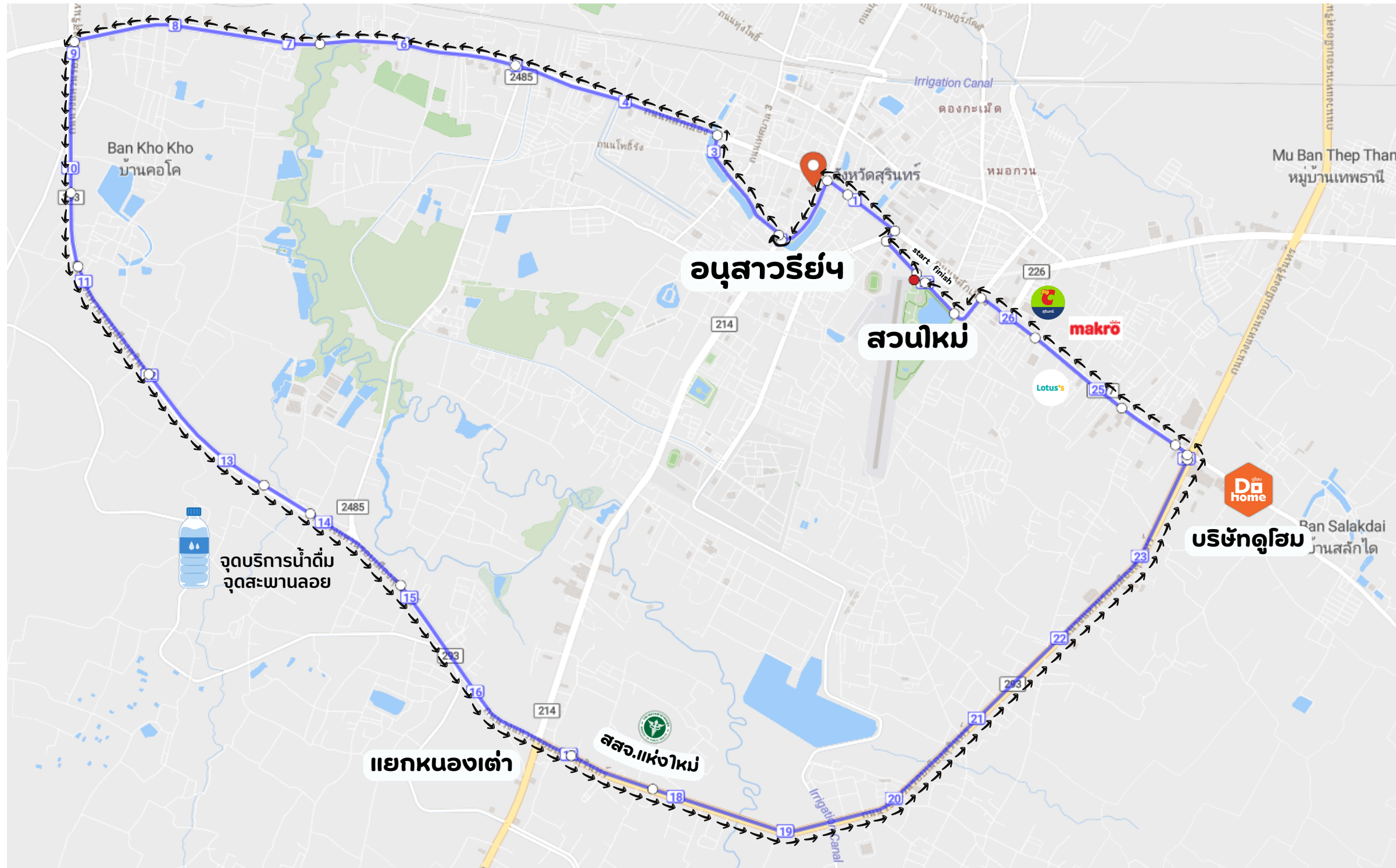
## แผนที่เส้นทางวิ่ง

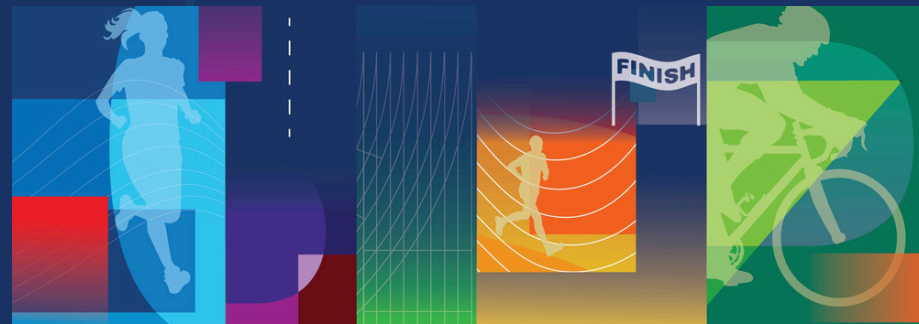


10 Km.

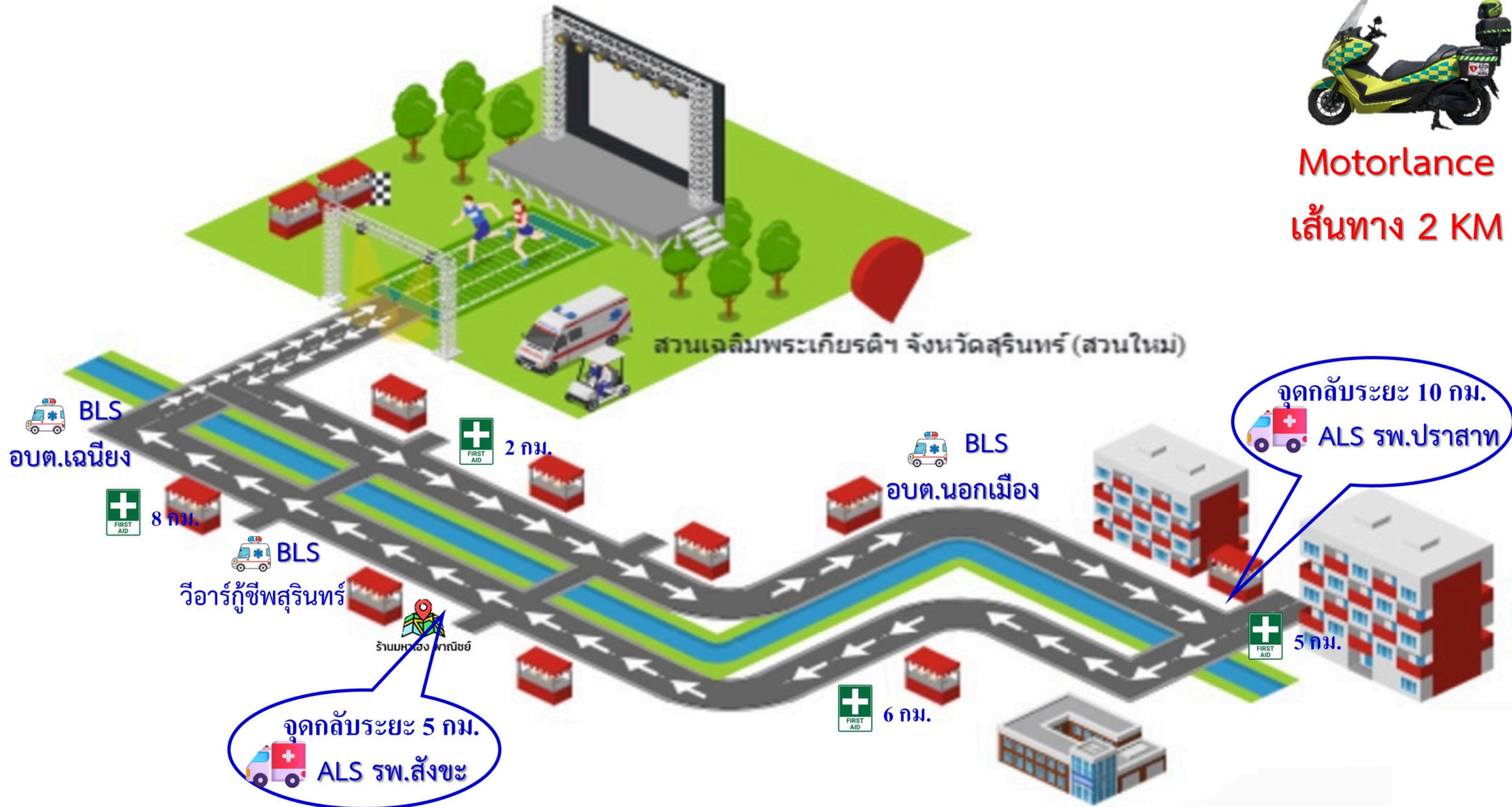


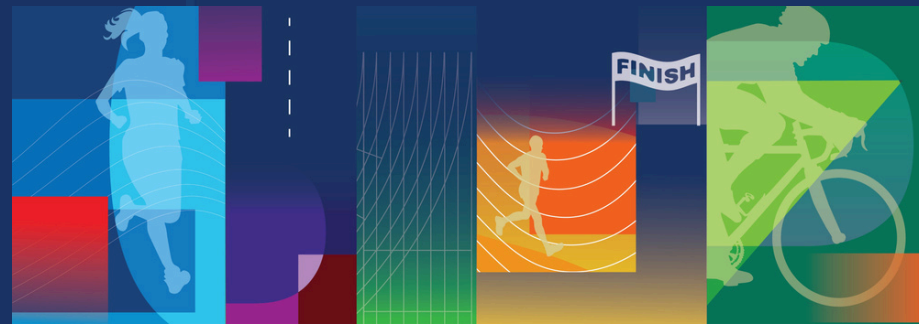
# แผนที่เส้นทางปั่นจักรยาน



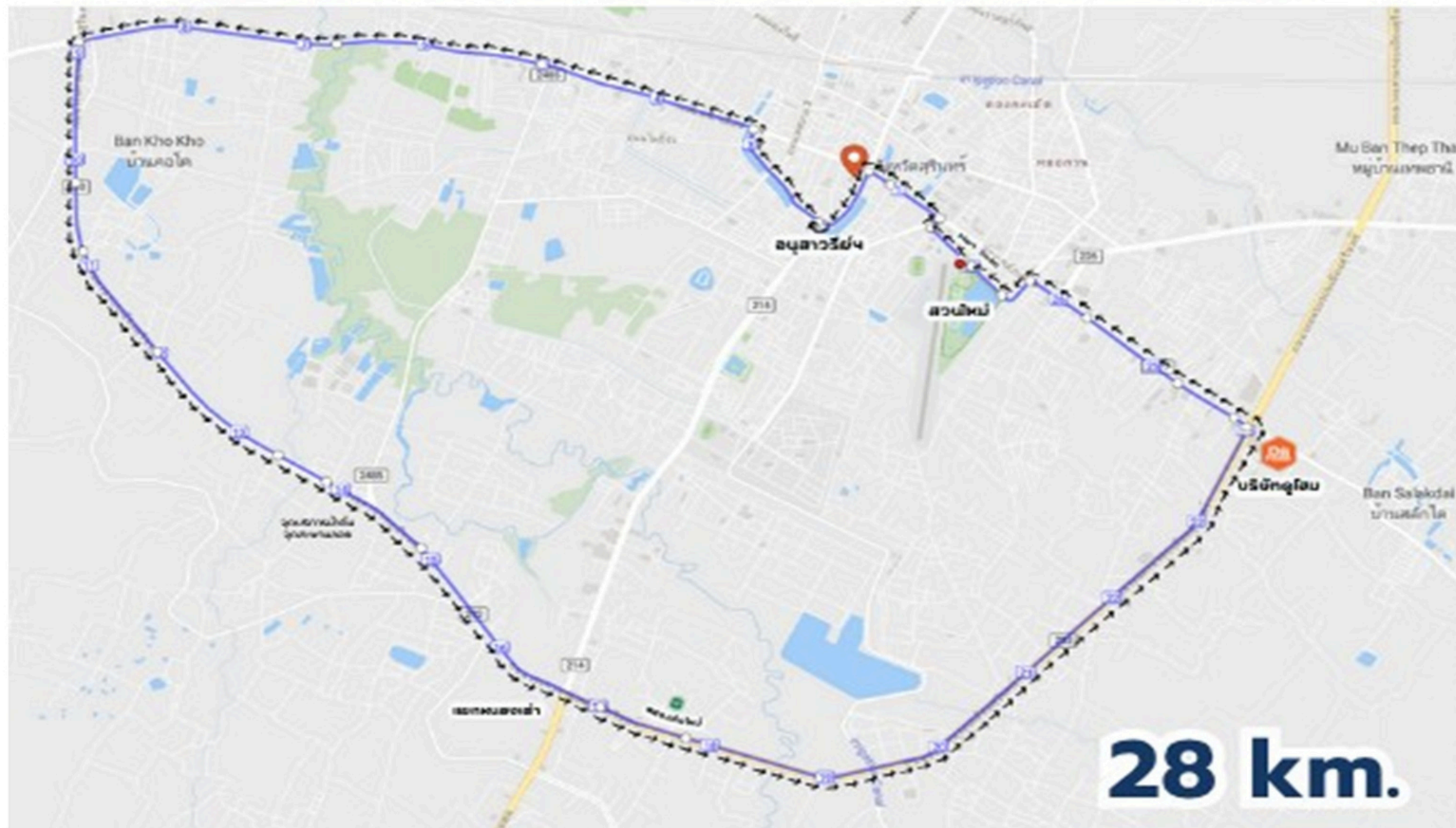


**Motorlance**  
เส้นทาง 2 KM





# แผนที่เส้นทางปั่นจักรยาน



**28 km.**

ตามขบวนรถจักรยาน ตลอดสาย



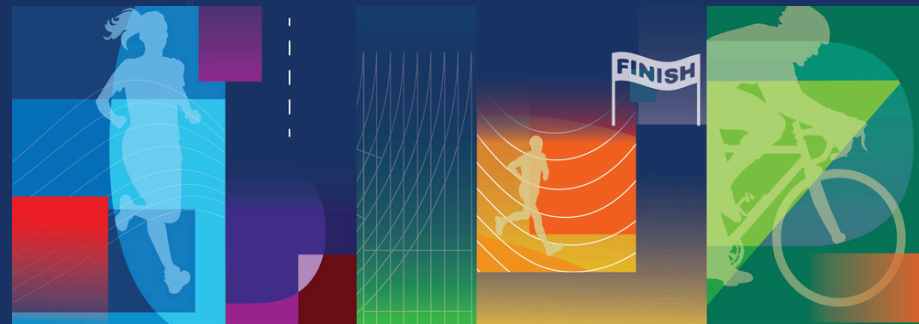
**ALS รพ.ศิขรภูมิ**



**BLS มูลนิธิกู้ภัยสุรินทร์**






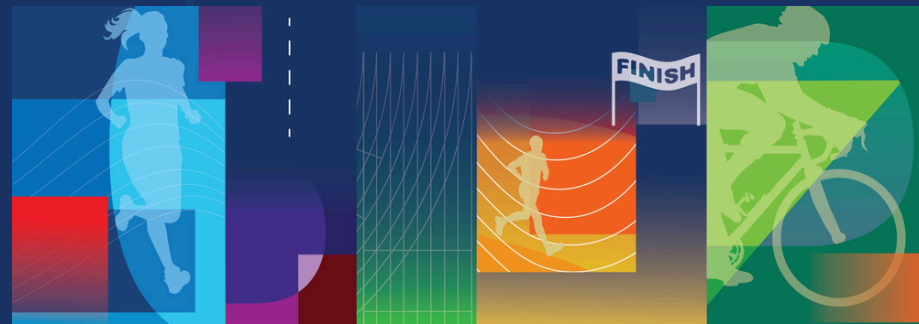
จุดบริการน้ำดื่ม 1 จุด



ตารางหน่วยปฏิบัติการ วันที่ 2 พฤศจิกายน 2568

โครงการแสงนำใจไทยทั้งชาติ เดิน วิ่ง ปั่น ป้องกันอัมพาต ครั้งที่ 11 เฉลิมพระเกียรติ จังหวัดสุรินทร์

 Ambulance ALS (Advanced Life Support)	 BLS (Basic Life Support)	 หน่วยปฐมพยาบาล
1. โรงพยาบาลสุรินทร์ (กองอำนวยการ)	1. อบต.นอกเมือง โค้งทางเข้า ม.เทคโนโลยี	1. Motorlance เส้นทาง 2 KM พร้อมเครื่อง AED 1.1 มูลนิธิธรรมรัศมีมณีรัตน์ จำนวน 10 คน
2. โรงพยาบาลปราสาท (จุดกลับตัว 10 KM)	2. อบต.เจนีง แยกร้านตาดำ	จำนวน 5 คันๆละ 2 คน 2. จุดปฐมพยาบาล
3. โรงพยาบาลสังขะ (จุดกลับตัว 5 KM)	3. สมาคมวีอาร์กู้ชีพสุรินทร์ แยกโรงเรียนวีรวัฒน์โยธิน	2.1 สสอ.เมืองสุรินทร์ จำนวน 12 คน จำนวน 4 จุดๆละ 2 คน พร้อมเครื่อง AED (ถ้ามี)
4. โรงพยาบาลศีขรภูมิ (ตามขบวนรถจักรยาน)	4. มูลนิธิกู้ภัยสุรินทร์ (ตามขบวนรถจักรยาน)	เครื่องวัดความดันโลหิต และเครื่อง Pulse Oximeter

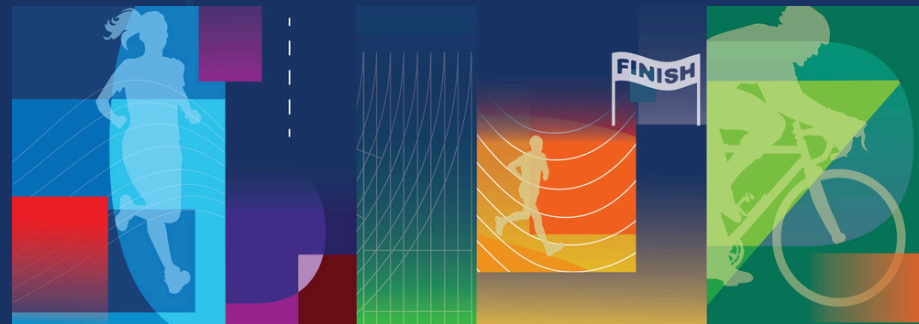


# การดำเนินงาน

- 1 ขอความร่วมมือสถานบริการสาธารณสุขทุกแห่ง จัดรณรงค์กิจกรรมให้ความรู้เรื่องโรคหลอดเลือดสมองช่วงสัปดาห์รณรงค์ระหว่างวันที่ 27 ตุลาคม - 1 พฤศจิกายน 2568
- 2 ขอความร่วมมือผู้รับผิดชอบ ส่งรายชื่อผู้เข้าร่วมกิจกรรมในวันอาทิตย์ที่ 2 พฤศจิกายน ทั้ง 2 ช่องทาง ได้แก่ ช่องทางออนไลน์ (แบบตอบรับๆ Google form) และส่งรายชื่อพร้อมลายมือเซ็นชื่อของผู้ลงทะเบียนทุกท่าน (ฉบับพิมพ์) ส่งได้ที่ห้องกลุ่มงานส่งเสริมสุขภาพ หรือ จุดลงทะเบียนในวันจัดกิจกรรม
- 3 ขอเรียนเชิญหัวหน้าส่วนราชการ และบุคลากรทุกท่าน เข้าร่วมกิจกรรมโครงการแสงนำใจไทยทั้งชาติ เดิน วิ่ง ปั่น ป้องกันอัมพาต ครั้งที่ 11 เฉลิมพระเกียรติ จังหวัดสุรินทร์ ในวันอาทิตย์ที่ 2 พฤศจิกายน 2568 โดยจะมีหนังสือขอเชิญเข้าร่วมกิจกรรมๆ ดังกล่าว พร้อมแบบตอบรับการเข้าร่วมกิจกรรม เพื่อผู้จัดเตรียมอาหารว่างและน้ำดื่มให้เพียงพอ

**WALK  
RUN  
BIKE 11**  
FIGHTING STROKE

แสงนำใจ ไทยทั้งชาติ  
เดิน วิ่ง ปั่น ป้องกันอัมพาต  
ครั้งที่ 11 เฉลิมพระเกียรติ



**ขอบคุณครับ**

