

คู่มือ

ผู้สูงวัย หัวใจไอที



จัดทำโดย

ศูนย์พัฒนาการจัดสวัสดิการสังคมผู้สูงอายุบ้านบางละมุง

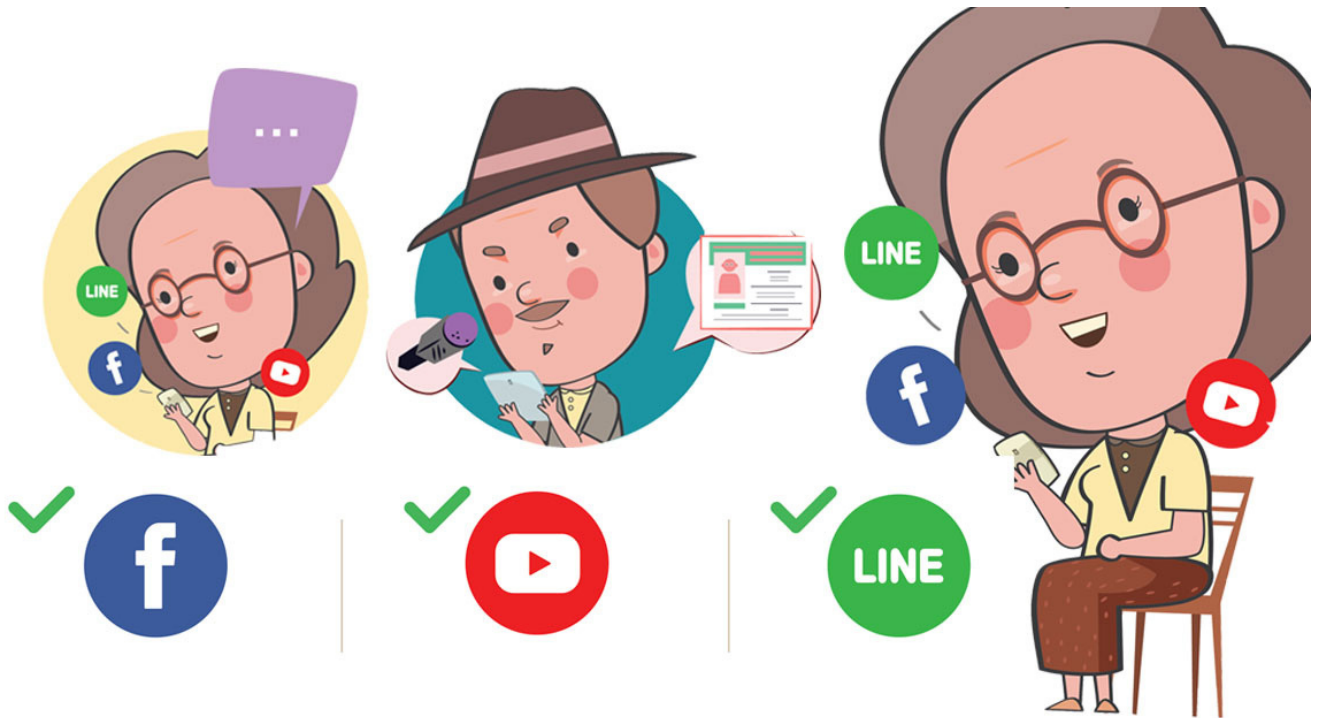
วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้สูงอายุเกิดความรู้ความเข้าใจในเทคโนโลยีปัจจุบัน
2. ผู้สูงอายุสามารถนำความรู้มาใช้ในการพัฒนาการเสริมสร้างขีดความสามารถ เพิ่มพูนความรู้ด้านเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร
3. ส่งเสริมการมีส่วนร่วมและความเท่าเทียมทางสังคม เพื่อก่อให้เกิดประโยชน์จากทรัพยากรการสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ ความเท่าเทียมกันทางสังคม รวมไปถึงทัศนคติในการดำรงชีวิตที่ดีได้อย่างมีความสุขและมีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น
4. ส่งเสริมให้กลุ่มผู้สูงอายุได้มีส่วนร่วมในการพัฒนาอาชีพหรือหารายได้ทางเครือข่ายอินเทอร์เน็ต



ขั้นตอนการใช้งาน

ผู้สูงอายุเข้ามาพบ ผู้ดูแลระบบ



ผู้ดูแลระบบดำเนินการตรวจเช็คอุปกรณ์
ให้อยู่ในสภาพพร้อมใช้งาน

ขั้นตอนการใช้งาน

1. ลงทะเบียนขออนุญาตใช้อุปกรณ์

2. ยืมอุปกรณ์ เลือกใช้งานอินเทอร์เน็ต

ตามความสนใจ

3. ผู้สูงอายุ สามารถใช้งานได้ ครั้งละ

ไม่เกิน **3** ชั่วโมง/วัน คนละ **2** ครั้ง/สัปดาห์

4. คืนอุปกรณ์ ในสภาพปกติ



การให้ความรู้

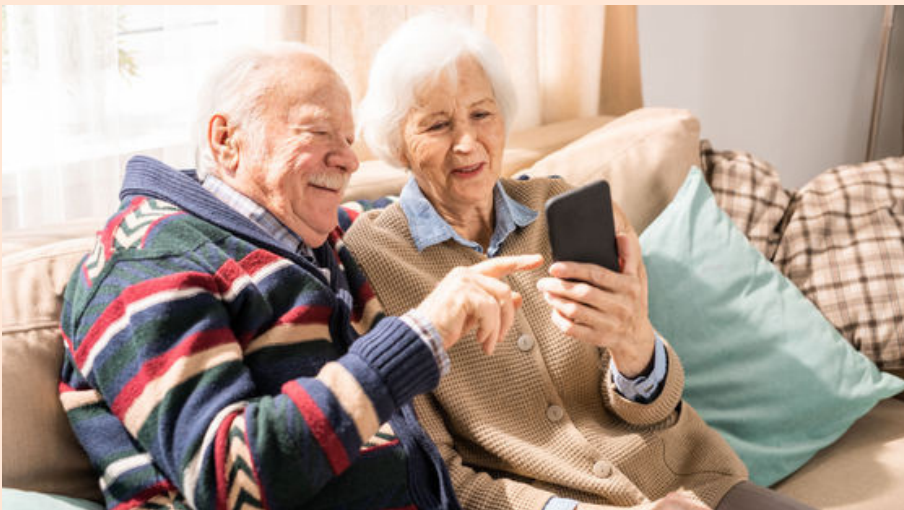
1.สร้าง e-mail และสร้าง Profile

ให้กับผู้สูงอายุ

2.ลงทะเบียนเข้าสู่ โปรแกรม

3.ผู้ดูแลแนะนำวิธีการใช้งานอุปกรณ์

4. ผู้ดูแลแนะนำวิธีการดูแลอุปกรณ์



การถ่ายทอด องค์ความรู้ ให้กับผู้สูงอายุ

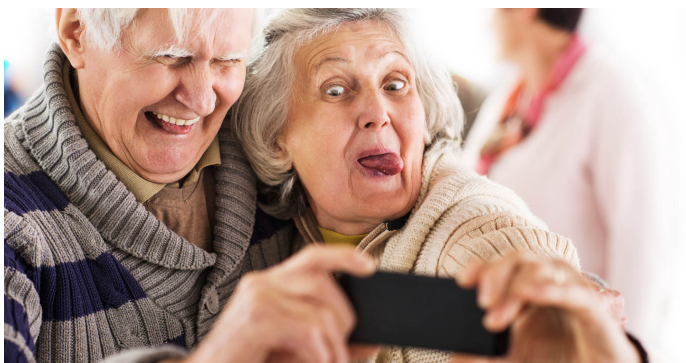


1.แนะนำวิธีการใช้แท็บเล็ต

2.นำออกกำลังกายเบาๆ ประกอบเพลง และกิจกรรม
นันทนาการง่ายๆ บรรยากาศให้สนุกสนาน

3.กระตุ้นสมองด้านไอที จัดแข่งเกมส์ในแท็บเล็ต

- เกมส์ฝึกสายตาและสมอง ได้แก่ เกมส์จับคู่,
เกมส์จับผิดภาพ,เกมส์ซูโดกุ,เกมส์เรียงคำ เป็นต้น



การถ่ายทอด องค์ความรู้ ให้กับผู้สูงอายุ



4. ผู้ดูแลแนะนำวิธีการดูแลอุปกรณ์
5. หนุนเสริมความรู้ให้กับผู้สูงอายุ ด้านยาและการรักษาโรค
6. กิจกรรมเพื่อเรียนรู้เสริมทักษะด้านคอมพิวเตอร์
และภาษาอังกฤษ
7. กิจกรรมเพื่อเรียนรู้ด้านสิ่งแวดล้อม
8. กิจกรรมฝึกกายภาพบำบัดและการออกกำลังกาย



การถ่ายทอด องค์ความรู้ ให้กับผู้สูงอายุ



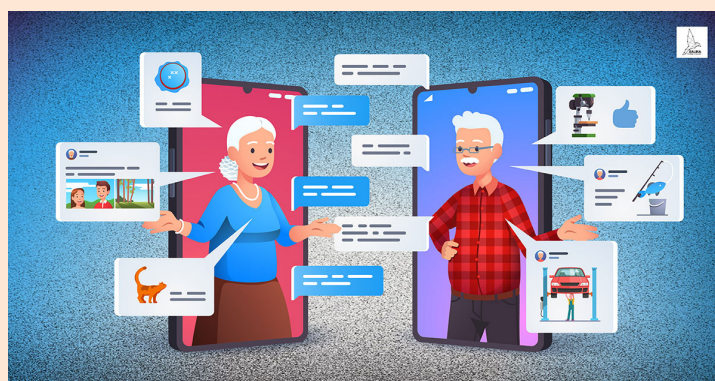
9.กิจกรรมเพื่อเรียนรู้เรื่อง

การใช้เทคโนโลยีเพื่อการสื่อสารสำหรับ
ผู้สูงอายุ (You Tube, Line, e-mail,
facebookและ **Twitter**)



10.กิจกรรมเพื่อการเรียนรู้เรื่องการบริโภคอาหาร และการกินยาให้ถูกต้อง

11.กิจกรรมการสื่อสารผ่านระบบออนไลน์ ระหว่าง ผู้สูงอายุกับญาติ



บทสรุปองค์ความรู้



ถึงเวลาแล้วที่สังคมจะหันมาให้ความสำคัญกับผู้สูงอายุ
โดยใช้คอมพิวเตอร์และเครื่องมืออินเทอร์เน็ตในการพัฒนาคุณภาพ
ชีวิตของผู้สูงอายุในสังคมให้เป็นผู้สูงอายุที่มีคุณภาพ สามารถ
นำความรู้และประสบการณ์ที่มีมาใช้ในการเกิดประโยชน์ และสามารถ
สร้างความสนุกให้กับผู้สูงอายุในการเรียนรู้และพัฒนาศักยภาพ
ของตนเองอย่างต่อเนื่อง เข้าถึงข่าวสารและบริการทางสังคม
อันเป็นประโยชน์ต่อการดำรงชีวิต เข้าถึงการเปลี่ยนแปลงของสังคม
รอบด้าน เพื่อสามารถปรับบทบาทของตนเองให้สมวัย
ใช้ชีวิตในสังคมได้อย่างเท่าเทียม



คณะกรรมการจัดการความรู้(KM)บ้านบางละมุง

กันยายน 2564

Social Network



จัดทำโดย

ศูนย์พัฒนาการจัดสวัสดิการสังคมผู้สูงอายุบ้านบางละมุง
ที่อยู่ 40 หมู่ 4 ต.บางละมุง อ.บางละมุง จ.ชลบุรี 20150
ติดต่อ 038-241121, 038-241857 fax 038-241759
mail banglamunghome@dop.mail.go.th

