

กิจกรรม “Do at your desk” เชิญชวนออกกำลังกายง่ายๆที่โต๊ะทำงาน ตามแผนปฏิบัติการ  
ดำเนินงานสถานที่ทำงานน่าอยู่ น่าทำงาน เสริมสร้างคุณภาพชีวิต และความสุขของคนทำงาน

วัตถุประสงค์ เพื่อสนับสนุนนโยบายของกรมอนามัยและเพื่อให้บุคลากรกองส่งเสริมความรู้  
และสื่อสารสุขภาพดูแลสุขภาพตนเอง ด้วยการออกกำลังกายง่ายๆ ช่วยปรับเปลี่ยนอิริยาบถ  
ในการนั่งทำงานนานๆ และลดการเกิดภาวะออฟฟิศซินโดรมที่ร้ายแรง



