

# ปรับสมดุลให้ร่างกาย



อ.อชิระวิษณุ ภัคดีโชติพงษ์ ผู้เชี่ยวชาญการถ่ายทอดทักษะการจัดระบบความคิดและชีวิต ร่วมเป็นวิทยากร ในกิจกรรม “Spiritual Health” ภายใต้โครงการ SOOK Activity ซึ่งจัดขึ้นโดย สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) เพื่อนำเสนอทางเลือกเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพแบบองค์รวมโดยจะช่วยในการดูแลสุขภาพไม่ว่าจะเป็นด้านความคิด ด้านจิตใจ และด้านร่างกาย ที่เป็นส่วนสำคัญในการสร้างเสริมการมีสุขภาพกายและใจที่ดี ซึ่งมีผู้สนใจเข้าร่วมกิจกรรมเป็นจำนวนมาก เมื่อเร็ว ๆ นี้ ณ ศูนย์เรียนรู้สุขภาพะ สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) ซอยงามดูพลี กรุงเทพฯ

สำหรับผู้สนใจ กิจกรรมดีๆแบบนี้ สามารถติดตามรายละเอียดกิจกรรมอื่น ๆ และดูข้อมูลองค์ความรู้ของ SOOK Activity ได้ทาง [www.thaihealth.or.th/sook](http://www.thaihealth.or.th/sook) , [www.facebook.com/sookcenter](http://www.facebook.com/sookcenter) หรือสอบถามข้อมูลเพิ่มเติม โทร 081-731-8270