



งานตรวจสอบภายใน
เลขรับ..... 85
วันที่..... 16 ม.ค. 67
เวลา..... 19.10 น.

สำนักงานสาธารณสุข จังหวัดอุดรธานี
รับที่..... 314
วันที่..... 5 / ม.ก. / 2567
เวลา..... 10.54 น.

บันทึกข้อความ

ส่วนราชการงานเภสัชกรรมและคุ้มครองผู้บริโภค โรงพยาบาลบ้านผือ อำเภอบ้านผือ จังหวัดอุดรธานี

ที่ อด.๐๐๓๓/๗๘

วันที่ ๕ มกราคม ๒๕๖๗

กลุ่มงานคุ้มครองผู้บริโภค
รับที่..... 34
วันที่..... 5 ม.ก. 2567
เวลา..... 13.23 น.

เรื่อง ขออนุมัติโครงการ จัดโครงการ และอนุมัติใช้งบประมาณ

เรียน นายแพทย์สาธารณสุขจังหวัดอุดรธานี

๑. เรื่องเดิม

งานคุ้มครองผู้บริโภคด้านสาธารณสุข เป็นงานที่เกี่ยวข้องกับการควบคุม กำกับ ดูแลและบังคับใช้กฎหมายที่เกี่ยวกับผลิตภัณฑ์สุขภาพและบริการสุขภาพ เช่น อาหาร ยา เครื่องสำอาง ร้านค้า ร้านอาหารในชุมชน มีผู้เกี่ยวข้องหลายส่วน เช่น ผู้ผลิต ผู้จำหน่าย ตลอดจนผู้บริโภค โดยเฉพาะผู้บริโภคจะเป็นผู้ได้รับผลกระทบโดยตรงจากการใช้ผลิตภัณฑ์เหล่านั้น ในปีงบประมาณ ๒๕๖๖ ที่ผ่านมา จากการดำเนินงานคุ้มครองผู้บริโภคในพื้นที่อำเภอบ้านผือมีสถานประกอบการ ในพื้นที่ทั้งหมด จำนวน ๙๙๗ แห่ง ประกอบด้วย ร้านค้า/ร้านอาหาร จำนวน ๕๗๑ แห่ง แผงลอยจำหน่ายอาหาร จำนวน ๒๒๘ แห่ง ร้านอาหาร จำนวน ๑๗๗ แห่ง ตลาดสด จำนวน ๑๐ แห่ง ตลาดนัด/ตลาดคลองถม จำนวน ๘ แห่ง และคาเฟ่/ผับ บาร์ จำนวน ๓ แห่ง โดยพบว่า การตรวจหาสารปนเปื้อนในอาหาร ได้แก่ สารบอแรกซ์ จำนวน ๑๔๘ ตัวอย่าง ตรวจพบสารปนเปื้อน คิดเป็นร้อยละ ๓.๓๘ สารฟอกขาว จำนวน ๑๓๘ ตัวอย่าง ตรวจพบสารปนเปื้อน คิดเป็นร้อยละ ๑.๔๕ สารกันรา จำนวน ๑๐๔ ตัวอย่าง ตรวจพบสารปนเปื้อน คิดเป็นร้อยละ ๓.๘๕ และสารฟอร์มาลิน จำนวน ๑๐๗ ตัวอย่าง ตรวจพบสารปนเปื้อน คิดเป็นร้อยละ ๖.๕๔ การตรวจประเมินร้านอาหารคุณภาพ จำนวน ๕๑๓ แห่ง พบว่ามีร้านชำที่ผ่านเกณฑ์ประเมินร้านอาหารคุณภาพ จำนวน ๑๙๖ แห่ง คิดเป็นร้อยละ ๓๘.๒๑

ดังนั้น เพื่อพัฒนาความรู้และทักษะในการปฏิบัติงานด้านยาและคุ้มครองผู้บริโภคแก่ อสม.และเพื่อพัฒนาศักยภาพของ อสม. ในการปฏิบัติงานด้านยาและคปส. ในชุมชนได้อย่างถูกต้องงานเภสัชกรรมและคุ้มครองผู้บริโภค โรงพยาบาลบ้านผือ จึงได้จัดทำโครงการพัฒนาศักยภาพด้านยาและงานคุ้มครองผู้บริโภคด้านสุขภาพ แก่อาสาสมัครสาธารณสุข (อสม.)คปส.บ้านผือ จังหวัดอุดรธานี ปีงบประมาณ ๒๕๖๗กลุ่มเป้าหมาย คือ เจ้าหน้าที่ รพ.สต. ที่รับผิดชอบงานเภสัชกรรม RDU และ คปส. จำนวน ๒๑ แห่ง/แห่งละ ๑ คน จำนวน ๒๑ คน, แกนนำ อสม. รพ.สต. ๒๑ แห่ง/แห่งละ ๔ คนจำนวน ๘๔ คน, เจ้าหน้าที่เภสัชกร เจ้าพนักงานเภสัชกรรม รพ.บ้านผือ จำนวน ๕ คนรวมจำนวน ๑๑๐ คนระยะเวลาดำเนินการ เดือนมกราคม - มีนาคม พ.ศ. ๒๕๖๗ ญ่ห้องประชุมร่มสัตบรรณ โรงพยาบาลบ้านผือ รายละเอียดตามเอกสารที่แนบ (เอกสารหมายเลข ๑)

๒.ระเบียบ / ข้อกฎหมาย

คำสั่งสำนักงานปลัดกระทรวงสาธารณสุขที่ ๙๑๔/๒๕๖๕ ลงวันที่ ๒๐ เมษายน พ.ศ. ๒๕๖๕ เรื่อง การมอบอำนาจในการอนุมัติ การจัดประชุม การฝึกอบรม การจัดงาน การประชุมระหว่างประเทศและค่าใช้จ่ายต่างๆ ข้อ ๓ มอบอำนาจการอนุมัติโครงการ หรือหลักสูตรการฝึกอบรมฯ ๓.๑ ให้นายแพทย์สาธารณสุขจังหวัดสำหรับการฝึกอบรมและการจัดงานที่หน่วยงานในสังกัดสำนักงานปลัดกระทรวงสาธารณสุขที่ตั้งอยู่ในจังหวัดนั้น ๆ เป็นผู้จัดหรือจัดร่วมกับหน่วยงานอื่น

เรื่อง ลงนามอนุมัติโครงการฯ คปสอ.บ้านฝื่อ
เรียน ประธาน คปสอ.บ้านฝื่อ

โครงการพัฒนาศักยภาพด้านยาและงานคุ้มครองผู้บริโภคด้านสุขภาพ แก่อาสาสมัครสาธารณสุข (อสม.)
คปสอ.บ้านฝื่อ จังหวัดอุดรธานี ปีงบประมาณ ๒๕๖๗

ผู้รับผิดชอบโครงการ : นางสาววิรัตน์ ชาวสวน ตำแหน่ง เกษีกรชำนาญการ
นางสาวฉัตรธิดา กุลราช ตำแหน่ง เจ้าพนักงานเกษีกรชำนาญงาน

กิจกรรมการดำเนินงาน :

กิจกรรมที่ ๑ อบรมให้ความรู้ด้านยาและงานคุ้มครองผู้บริโภคด้านสุขภาพแก่อาสาสมัครสาธารณสุข (อสม.)

งบประมาณ : จากเงินบำรุงโรงพยาบาลบ้านฝื่อ จำนวน ๒๕,๑๕๐บาท (สองหมื่นห้าพันหนึ่งร้อยห้าสิบบาทถ้วน)

ตัวชี้วัดโครงการ

- มีแกนนำ อสม. ด้านคุ้มครองผู้บริโภค รพ.สต./PCU รพ.บ้านฝื่อ แห่งละ ๔ คน
- ร้อยละ ๘๐ ของผู้เข้าร่วมอบรมมีความรู้ด้านยาและคุ้มครองผู้บริโภคระดับดีขึ้น

๑. ความเห็น หัวหน้าการเงิน.....เห็นชอบ.....ไม่เห็นชอบ เพราะ.....
ลงชื่อ.....ตำแหน่ง จพ.การเงินและบัญชีชำนาญงาน
(นางสุธารส ไชยมงคล)

๒. ความเห็น หัวหน้างาน.....เห็นชอบ.....ไม่เห็นชอบ เพราะ.....
ลงชื่อ.....ตำแหน่ง เกษีกรชำนาญการพิเศษ
(นางผ่องพรรณ แมนเมือง)

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา

- () อนุมัติโครงการ
- () ส่งคืนแก้ไข ประเด็นที่แก้ไข.....

.....
(นางสาวโสภิตา หมื่นแก้วคราม)
นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการ

โครงการพัฒนาศักยภาพด้านยาและงานคุ้มครองผู้บริโภคด้านสุขภาพ แก่อาสาสมัครสาธารณสุข (อสม.)
คปสอ.บ้านผือ จังหวัดอุดรธานี ปีงบประมาณ ๒๕๖๗

๑) ยุทธศาสตร์สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดอุดรธานี : ข้อ (๒) ยุทธศาสตร์ด้านบริการเป็นเลิศ (Service Excellence)

๒) ประเด็นที่มุ่งเน้น สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดอุดรธานีปี ๒๕๖๗ : กลุ่มงานเภสัชกรรมและคุ้มครองผู้บริโภค

๓) หลักการและเหตุผล

งานคุ้มครองผู้บริโภคด้านสาธารณสุข เป็นงานที่เกี่ยวข้องกับการควบคุม กำกับ ดูแลและบังคับใช้กฎหมายที่เกี่ยวกับผลิตภัณฑ์สุขภาพและบริการสุขภาพ เช่น อาหาร ยา เครื่องสำอาง ร้านค้า ร้านอาหารในชุมชน มีผู้เกี่ยวข้องหลายส่วน เช่น ผู้ผลิต ผู้จำหน่าย ตลอดจนผู้บริโภค โดยเฉพาะผู้บริโภคจะเป็นผู้ได้รับผลกระทบโดยตรงจากการใช้ผลิตภัณฑ์เหล่านั้น ในปีงบประมาณ ๒๕๖๖ ที่ผ่านมา จากการดำเนินงานคุ้มครองผู้บริโภคในพื้นที่อำเภอบ้านผือ มีสถานประกอบการ ในพื้นที่ทั้งหมด จำนวน ๑,๑๐๗ แห่ง ประกอบด้วย ร้านค้า/ร้านอาหาร จำนวน ๕๗๑ แห่ง แผงลอยจำหน่ายอาหาร จำนวน ๒๒๘ แห่ง ร้านอาหาร จำนวน ๑๗๗ แห่ง ตลาดสด จำนวน ๑๐ แห่ง ตลาดนัด/ตลาดคลองถม จำนวน ๘ แห่ง และคาเฟ่/ผับ บาร์ จำนวน ๓ แห่ง โดยพบว่า การตรวจหาสารปนเปื้อนในอาหาร ได้แก่ สารบอแรกซ์ จำนวน ๑๔๘ ตัวอย่าง ตรวจพบสารปนเปื้อน คิดเป็นร้อยละ ๓.๓๘ สารฟอกขาว จำนวน ๑๓๘ ตัวอย่าง ตรวจพบสารปนเปื้อน คิดเป็นร้อยละ ๑.๔๕ สารกันรา จำนวน ๑๐๔ ตัวอย่าง ตรวจพบสารปนเปื้อน คิดเป็นร้อยละ ๓.๘๕ และสารฟอร์มาลิน จำนวน ๑๐๗ ตัวอย่าง ตรวจพบสารปนเปื้อน คิดเป็นร้อยละ ๖.๕๔ การตรวจประเมินร้านค้าคุณภาพ จำนวน ๕๑๓ แห่ง พบว่ามีร้านค้าที่ผ่านเกณฑ์ประเมินร้านค้าคุณภาพ จำนวน ๑๙๖ แห่ง คิดเป็นร้อยละ ๓๘.๒๑

ในการนี้ กลุ่มงานเภสัชกรรมและคุ้มครองผู้บริโภค โรงพยาบาลบ้านผือ จึงได้จัดทำโครงการพัฒนาศักยภาพด้านยาและงานคุ้มครองผู้บริโภคด้านสุขภาพแก่อาสาสมัครสาธารณสุข (อสม.) คปสอ.บ้านผือ จังหวัดอุดรธานี ปีงบประมาณ ๒๕๖๗ เพื่อพัฒนาความรู้และทักษะในการปฏิบัติงานด้านยาและคุ้มครองผู้บริโภคแก่ อาสาสมัครสาธารณสุข (อสม.) ให้สามารถปฏิบัติงานด้านคุ้มครองผู้บริโภคในพื้นที่ร่วมกับบุคลากรผู้ปฏิบัติงานได้เป็นอย่างดีมีประสิทธิภาพ ช่วยให้ผู้ป่วยและผู้บริโภคในชุมชน ได้รับความปลอดภัยจากการบริโภคยาและผลิตภัณฑ์สุขภาพต่างๆ รวมทั้งยังส่งเสริมให้ผู้บริโภคมีภูมิคุ้มกันในการบริโภค ไม่ให้ถูกหลอกลวงจากผลิตภัณฑ์หรือบริการต่างๆที่ไม่เหมาะสมได้อีกด้วย

๔) วัตถุประสงค์

- เพื่อพัฒนาความรู้และทักษะในการปฏิบัติงานด้านยาและคุ้มครองผู้บริโภคแก่ อสม.
- เพื่อพัฒนาศักยภาพของ อสม. ในการปฏิบัติงานด้านยาและคปส. ในชุมชนได้อย่างถูกต้อง

๕) กลุ่มเป้าหมาย

- เจ้าหน้าที่ รพ.สต. ที่รับผิดชอบงานเภสัชกรรม RDU และ คปส. จำนวน ๒๑ แห่ง/แห่งละ ๑ คน
จำนวน ๒๑ คน
 - แกนนำ อสม. รพ.สต. ๒๑ แห่ง/แห่งละ ๔ คน
จำนวน ๘๔ คน
 - เจ้าหน้าที่เภสัชกร เจ้าพนักงานเภสัชกรรม รพ.บ้านผือ
จำนวน ๕ คน
- รวมจำนวน ๑๑๐ คน
๒/๖) วิธีการดำเนินงาน...

โครงการพัฒนาศักยภาพด้านยาและงานคุ้มครองผู้บริโภคด้านสุขภาพ แก่อาสาสมัครสาธารณสุข (อสม.)
คปสอ.บ้านฝื่อ จังหวัดอุดรธานี ปีงบประมาณ ๒๕๖๗

๖) วิธีการดำเนินงาน

๖.๑ ขั้นเตรียมการ

- กำหนดแนวทางและจัดทำแผนปฏิบัติการเพื่อขับเคลื่อนการดำเนินงานโครงการ
- เขียนโครงการส่งเพื่อขออนุมัติ
- ประชุมชี้แจงและวางแผนโครงการแก่ผู้ที่เกี่ยวข้อง

๖.๒ การจัดประชุม/อบรม

กิจกรรมที่ ๑ อบรมให้ความรู้ด้านยาและงานคุ้มครองผู้บริโภคด้านสุขภาพแก่อาสาสมัครสาธารณสุข (อสม.)

- บรรยาย เรื่อง การเฝ้าระวังผลิตภัณฑ์สุขภาพ และการใช้ยาอย่างสมเหตุผลในชุมชน
- กิจกรรม ฐานความรู้

ฐานที่ ๑ การใช้ยาอย่างสมเหตุผลในชุมชน

ฐานที่ ๒ สารปนเปื้อนในอาหาร

ฐานที่ ๓ ยาสามัญประจำบ้านและยาอันตราย

ฐานที่ ๔ สารอันตรายห้ามใช้ในเครื่องสำอาง

ฐานที่ ๕ การอ่านฉลาก และการเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหาร

๖.๓ สรุป/ประเมินผล

- ติดตามและสรุปผลการดำเนินงานเพื่อเสนอผู้บริหารต่อไป

๗) ระยะเวลาดำเนินการ: เดือนมกราคม - มีนาคม พ.ศ.๒๕๖๗

๘) สถานที่ดำเนินการ : ณ ห้องประชุมร่มสัตบรรณ โรงพยาบาลบ้านฝื่อ

๙) งบประมาณ : จากเงินบำรุงโรงพยาบาลบ้านฝื่อ มีรายละเอียดดังนี้

กิจกรรมที่ ๑ อบรมให้ความรู้ด้านยาและงานคุ้มครองผู้บริโภคด้านสุขภาพแก่อาสาสมัครสาธารณสุข (อสม.)

- ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม จำนวน ๑๑๐ คน x ๓๐ บาท x ๒ มื้อ x ๑ วัน	เป็นเงิน ๖,๖๐๐ บาท
- ค่าอาหารกลางวัน จำนวน ๑๑๐ คน x ๗๐ บาท x ๑ มื้อ x ๑ วัน	เป็นเงิน ๗,๗๐๐ บาท
- ค่าสมนาคุณวิทยากรบรรยาย (บุคลากรของรัฐ) จำนวน ๒ คน x ๓ ชั่วโมง x ชั่วโมงละ ๖๐๐ บาท x ๑ วัน	เป็นเงิน ๓,๖๐๐ บาท
- ค่าเอกสารประกอบการอบรม จำนวน ๑๑๐ ชุด x ๑๕ บาท	เป็นเงิน ๑,๖๕๐ บาท
- ค่าวัสดุอุปกรณ์ในการอบรม	เป็นเงิน ๒,๐๐๐ บาท
- ค่าป้ายให้ความรู้ (ป้าย Roll up) จำนวน ๓ ป้าย x ๑,๒๐๐ บาท	เป็นเงิน ๓,๖๐๐ บาท
รวมเป็นเงินทั้งสิ้น จำนวน ๒๕,๑๕๐ บาท (สองหมื่นห้าพันหนึ่งร้อยห้าสิบบาทถ้วน)	

หมายเหตุ : ทุกรายการสามารถถัวเฉลี่ยได้

๑๐) ตัวชี้วัดโครงการ

- มีแกนนำ อสม. ด้านคุ้มครองผู้บริโภค รพ.สต./PCU รพ.บ้านฝื่อ แห่งละ ๔ คน
- ร้อยละ ๘๐ ของผู้เข้าร่วมอบรมมีความรู้ด้านยาและคุ้มครองผู้บริโภคระดับดีขึ้นไป

(นางศุภรารส ไชยมงคล)

เจ้าพนักงานการเงินและบัญชีชำนาญงาน

โครงการพัฒนาศักยภาพด้านยาและงานคุ้มครองผู้บริโภคด้านสุขภาพ แก่อาสาสมัครสาธารณสุข (อสม.)
คปสอ.บ้านผือ จังหวัดอุดรธานี ปีงบประมาณ ๒๕๖๗


๑๑) การประเมินผล


- แบบทดสอบความรู้ก่อนและหลัง เรื่อง ความรอบรู้ด้านยาและคุ้มครองผู้บริโภค
- แบบประเมินคะแนนจากฐานความรู้ ๕ ฐานกิจกรรม

๑๒) ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ


- ช่วยให้ผู้ป่วยและผู้บริโภคในชุมชน ได้รับความปลอดภัยจากการบริโภคยาและผลิตภัณฑ์สุขภาพ
- เสริมสร้างความเข้มแข็งของเครือข่ายคุ้มครองผู้บริโภคในชุมชน
- แกนนำด้านสุขภาพ สามารถเผยแพร่ความรู้ได้อย่างถูกต้อง

๑๓) ผู้เขียนโครงการ





(นางสาววิรินทร์ ขาวสวน)
เภสัชกรชำนาญการ


(นางสาวนัตริธิดา กุลราช)
เจ้าพนักงานเภสัชกรรมชำนาญงาน

๑๔) ผู้เสนอโครงการ

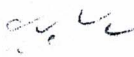

(นางพองพรรณ แมนเมือง)
เภสัชกรชำนาญการพิเศษ

๑๕) ผู้เห็นชอบโครงการ

 (นายจักรพงษ์ ศรีราช)  (นางศุทธิณี เหลือวงศ์)  (นายทวีรัชต์ ศรีกุลวงศ์)
สาธารณสุขอำเภอเมืองอุดรธานี (ด้านเภสัชสาธารณสุข) วิทยาการในตำแหน่ง ผู้อำนวยการโรงพยาบาลบ้านผือ
หัวหน้ากลุ่มงานคุ้มครองผู้บริโภคและเภสัชสาธารณสุข

๑๖) ผู้อนุมัติโครงการ

อนุมัติ
ดำเนินการตามระเบียบ


(นายสมชายโชติ ปิยวัชรเวลา)
นายแพทย์สาธารณสุขจังหวัดอุดรธานี

๑๗) ผู้ควบคุมกำกับ (Gantt chart)

โครงการพัฒนาศักยภาพด้านยาและงานคุ้มครองผู้บริโภคด้านสุขภาพ แก่อาสาสมัครสาธารณสุข (อสม.)
 ครอบคลุม ๖ อำเภอ จังหวัดอุดรธานี ปีงบประมาณ ๒๕๖๗

การดำเนินงาน	ระยะเวลาดำเนินการ												
	ต.ค.	พ.ย.	ธ.ค.	ม.ค.	ก.พ.	มี.ค.	เม.ย.	พ.ค.	มิ.ย.	ก.ค.	ส.ค.	ก.ย.	
การเตรียมการ - กำหนดแนวทางและจัดทำแผนปฏิบัติการเพื่อขับเคลื่อนการดำเนินงานโครงการ - เชิญนักวิชาการส่งเพื่อขออนุมัติ - ประชุมชี้แจงและวางแผนโครงการแก่ผู้เกี่ยวข้อง การจัดประชุม/อบรม													
กิจกรรมที่ ๑ อบรมให้ความรู้ด้านยาและงานคุ้มครองผู้บริโภคด้านสุขภาพแก่อาสาสมัครสาธารณสุข (อสม.) - บรรยาย เรื่อง การเฝ้าระวังผลิตภัณฑ์สุขภาพ และการใช้ยาอย่างสมเหตุผลในชุมชน - กิจกรรม ฐานความรู้ ฐานที่ ๑ การใช้ยาอย่างสมเหตุผลในชุมชน ฐานที่ ๒ สารปนเปื้อนในอาหาร ฐานที่ ๓ ยาสามัญประจำบ้านและยาอันตราย ฐานที่ ๔ สารอันตรายห้ามใช้ในเครื่องสำอาง ฐานที่ ๕ การอ่านฉลาก และการเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหาร สรุปและประเมินผล - แบบทดสอบความรู้ก่อนและหลัง เรื่อง ความรอบรู้ด้านยาและคุ้มครองผู้บริโภค - แบบประเมินคะแนนจากฐานความรู้ ๕ ฐานกิจกรรม													

๑๘) กำหนดการ

โครงการพัฒนาศักยภาพด้านยาและงานคุ้มครองผู้บริโภคด้านสุขภาพ แก่อาสาสมัครสาธารณสุข (อสม.)
คปสอ.บ้านผือ จังหวัดอุดรธานี ปีงบประมาณ ๒๕๖๗

กิจกรรมที่ ๑ อบรมให้ความรู้ด้านยาและงานคุ้มครองผู้บริโภคด้านสุขภาพแก่อาสาสมัครสาธารณสุข (อสม.)
วันที่.....เดือน..... พ.ศ. ๒๕๖๗

ณ ห้องประชุมร่มสัตบรรณ โรงพยาบาลบ้านผือ

เวลา ๐๘.๓๐ น. - ๐๘.๔๕ น.

- ลงทะเบียน

เวลา ๐๘.๔๕ น. - ๐๙.๐๐ น.

- ทำแบบทดสอบก่อนอบรม

เวลา ๐๙.๐๐ น. - ๑๒.๐๐ น.

- บรรยาย เรื่อง การเฝ้าระวังผลิตภัณฑ์สุขภาพ และสารปนเปื้อนในอาหาร

}

โดย นางสาวนันทพร ผิวขาว ตำแหน่ง เกษีษกรชำนาญการ

เวลา ๑๓.๐๐ น. - ๑๖.๐๐ น.

- บรรยาย เรื่อง การใช้ยาอย่างสมเหตุผลในชุมชน

}

โดย นางสาวมีนรยา สำแดงไชย ตำแหน่ง เกษีษกรชำนาญการ

เวลา ๑๖.๐๐ น. - ๑๖.๓๐ น.

- ทำแบบทดสอบหลังอบรม

เวลา ๑๖.๓๐ น. - ๑๗.๐๐ น.

- อภิปราย ชักถาม ปัญหาและข้อเสนอแนะ / ปิดการอบรม

หมายเหตุ: เวลา ๑๐.๓๐ น. - ๑๐.๔๕ น.

พักรับประทานอาหารว่างและเครื่องดื่ม (ช่วงเช้า)

เวลา ๑๒.๐๐ น. - ๑๓.๐๐ น.

พักรับประทานอาหารกลางวัน

เวลา ๑๔.๓๐ น. - ๑๔.๔๕ น.

พักรับประทานอาหารว่างและเครื่องดื่ม (ช่วงบ่าย)