

ด่วนที่สุด

ที่ ศธ ๐๒๑๐.๒๔/๑๖๗



สำนักงาน กศน.จังหวัดชลบุรี
ต.เสม็ด อ.เมืองชลบุรี จ.ชลบุรี ๒๐๐๐๐

๗ มกราคม ๒๕๖๖

เรื่อง การอบรมพัฒนาคุณภาพชีวิตด้านสุขภาพกาย สุขภาพจิตบุคลากร กศน.
ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๖

เรียน ผู้อำนวยการศูนย์การศึกษาจากระบบและการศึกษาตามอัธยาศัยอำเภอพานทอง

สิ่งที่ส่งมาด้วย ๑. สำเนาหนังสือสำนักงาน กศน. ด่วนที่สุด ที่ ศธ ๐๒๑๐.๑๓๔/๓๖๒
ลงวันที่ ๑๗ มกราคม ๒๕๖๕ จำนวน ๑ ฉบับ
๒. กำหนดการอบรมฯ จำนวน ๑ ฉบับ

ตามที่ สำนักงาน กศน. จะดำเนินโครงการพัฒนาคุณภาพชีวิตด้านสุขภาพกาย สุขภาพจิตบุคลากร กศน. ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๖ เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตของบุคลากรของกลุ่ม/ศูนย์ส่วนกลางสำนักงาน กศน. ให้มีสุขภาพร่างกายและจิตใจที่แข็งแรง มีแนวปฏิบัติการดูแลสุขภาพที่ถูกต้องพร้อมปฏิบัติงานให้แก่องค์กรได้อย่างมีประสิทธิภาพและประสิทธิผล นั้น

ในการนี้ สำนักงาน กศน.จังหวัดชลบุรี ได้พิจารณาแล้ว จึงขอให้ท่านแจ้งบุคลากรในสังกัด คือ นางสาวระพีพร วงศ์มน ตำแหน่ง ครู กศน.อำเภอพานทอง เข้าร่วมการอบรมพัฒนาคุณภาพชีวิตด้านสุขภาพกาย สุขภาพจิตบุคลากร กศน. ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๖ ระหว่างวันที่ ๖ - ๗ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๖ ณ โรงแรมเดอะรอยัลซิตี เขตบางพลัด กรุงเทพมหานคร โดยเบิกค่าเบี้ยเลี้ยง ค่าพาหนะและค่าที่พักจากต้นสังกัด รายละเอียดตามสิ่งที่ส่งมาด้วย

จึงเรียนมาเพื่อทราบ

ขอแสดงความนับถือ

(นางวิบูลผล พร้อมมูล)

ผู้อำนวยการสำนักงาน กศน.จังหวัดชลบุรี

กลุ่มอำนวยการ

โทรศัพท์ ๐-๓๘๒๘-๗๑๔๘ , ๐-๓๘๒๗-๗๕๔๒

โทรสาร ๐-๓๘๒๗-๓๗๙๘

ไปรษณีย์อิเล็กทรอนิกส์ cbi_nfedc@nfe.go.th

ด่วนที่สุด

ที่ ศธ ๐๒๑๐.๑๓๔/ ๓๖๒



๑๗/ มกราคม ๒๕๖๖

เรื่อง การอบรมพัฒนาคุณภาพชีวิตด้านสุขภาพกาย สุขภาพจิตบุคลากร กศน.
ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๖

เรียน ผู้อำนวยการสำนักงาน กศน.จังหวัดชลบุรี

สิ่งที่ส่งมาด้วย กำหนดการอบรมฯ จำนวน ๑ ชุด

ตามที่ สำนักงาน กศน. จะดำเนินโครงการพัฒนาคุณภาพชีวิตด้านสุขภาพกาย สุขภาพจิตบุคลากร กศน. ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๖ เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตของบุคลากรของกลุ่ม/ศูนย์ส่วนกลาง สำนักงาน กศน. ให้มีสุขภาพร่างกายและจิตใจที่แข็งแรง มีแนวปฏิบัติที่ดีการดูแลสุขภาพที่ถูกต้อง พร้อมปฏิบัติงานให้แก่องค์กรได้อย่างมีประสิทธิภาพและประสิทธิผล นั้น

ในการนี้ สำนักงาน กศน. จึงขอให้ท่านส่งบุคลากรในสังกัด รวมจำนวน ๒ คน เข้าร่วมการอบรมการพัฒนาคุณภาพชีวิตด้านสุขภาพกาย สุขภาพจิตบุคลากร กศน. ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๖ ระหว่างวันที่ ๖ - ๗ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๖ ณ โรงแรมเดอะรอยัลซิตี เซนต์บงพลัด กรุงเทพมหานคร โดยเบิกค่าเบี้ยเลี้ยงค่าพาหนะและค่าที่พักจากต้นสังกัด ทั้งนี้ขอให้ตอบรับการเข้าร่วมประชุมโดยการสแกน QR Code ด้านล่างภายในวันที่ ๒๗ มกราคม ๒๕๖๖

จึงเรียนมาเพื่อทราบและดำเนินการในส่วนที่เกี่ยวข้องต่อไป

ขอแสดงความนับถือ

(นายคมกฤช จันทร์ขจร)

รองเลขาธิการ กศน. รักษาการแทน

เลขาธิการ กศน.

กลุ่มบริหารการเปลี่ยนแปลงและพัฒนาระบบงาน

กลุ่มงานส่งเสริมการปฏิบัติราชการ

โทร. ๐ ๒๒๘๐ ๐๓๘๖

ไปรษณีย์อิเล็กทรอนิกส์ kanyanut.ku1@gmail.com

สำนักงาน กศน.จังหวัดชลบุรี
เลขที่รับ.....11๙
วันที่.....18.ม.ค. 2566
เวลา.....14.29 น.
มอบงานกลุ่ม
☒ สำนักงานเลขาธิการ
☐ ยุทธศาสตร์
☐ ส่งเสริมฯ นอกระบบ
☐ ส่งเสริมฯ ตามอัธยาศัย
☐ ส่งเสริมภาคีเครือข่าย
☐ นิเทศติดตามประเมินผล



แบบตอบรับการอบรม

กำหนดการอบรมโครงการพัฒนาคุณภาพชีวิตด้านสุขภาพกาย สุขภาพจิตบุคลากร กศน.

ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๖

ระหว่างวันที่ ๖ – ๗ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๖

ณ โรงแรมรอยัลซิตี ปิ่นเกล้า เขตบางพลัด กรุงเทพมหานคร

วันจันทร์ที่ ๖ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๖

- ๐๘.๐๐ – ๐๘.๓๐ น. ลงทะเบียน
- ๐๘.๓๐ – ๐๙.๐๐ น. พิธีเปิดการอบรมฯ โดย เลขาธิการ กศน.
- ๐๙.๐๐ – ๑๒.๐๐ น. การบรรยาย เรื่อง Happy Money “เคล็ดลับสร้างสุขทางการเงิน”
- เป้าหมายชีวิตพิชิตด้วยแผนทางการเงิน
- วางแผนเกษียณสุข
โดย นายชยุต ปริญาธนกุล
- ๑๒.๐๐ – ๑๓.๐๐ น. พักรับประทานอาหารกลางวัน
- ๑๓.๐๐ – ๑๖.๐๐ น. การบรรยาย เรื่อง Happy Money “เคล็ดลับสร้างสุขทางการเงิน” (ต่อ)
- การกิจพิชิตหนี้
- การกิจก่อร่างสร้างเกษียณสุข
- การกิจสร้างเศรษฐกิจเงินล้าน
โดย นายชยุต ปริญาธนกุล
- ๑๖.๐๐ – ๑๗.๐๐ น. พักรับประทานอาหารเย็น
- ๑๗.๐๐ – ๒๐.๐๐ น. การบรรยาย เรื่อง Happy Workplace และ Happy Teamwork
โดย นายวินัยศักดิ์ เหมืองทอง

วันอังคารที่ ๗ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๖

- ๐๘.๓๐ – ๐๙.๐๐ น. ลงทะเบียน
- ๐๙.๐๐ – ๑๒.๐๐ น. การอภิปราย เรื่อง Happy Body
- หุ่นดีสุขภาพดี / หลักการโภชนาการ กินดีมีสุข
- การออกกำลังกาย
โดย นายเตชิต เลิศเอนกวัฒนา
นางสาวพัชรี นุตรพิบูลมงคล
นางสาวพรชนก เศรษฐอนุกุล
- ๑๒.๐๐ – ๑๓.๐๐ น. พักรับประทานอาหารกลางวัน
- ๑๓.๐๐ – ๑๖.๐๐ น. การอภิปราย เรื่อง การจัดการความเครียด / Burnout เราเพื่อนกัน
และการเสริมความเข้มแข็งทางใจ
โดย นางสาวศรัญญา ก้อนศรี
นางสาวอรุณศรี บุญที
นางสาวเบญจพร ตุ่มประสงค์
- ๑๖.๐๐ – ๑๖.๓๐ น. สรุปผลการประชุมเชิงปฏิบัติการ / ปิดการประชุม

หมายเหตุ : ๑. พักรับประทานอาหารว่างและเครื่องดื่ม เวลา ๑๐.๓๐ – ๑๐.๔๕ น. และเวลา ๑๔.๓๐ – ๑๔.๔๕ น.

๒. กำหนดการอบรมอาจเปลี่ยนแปลงได้ตามความเหมาะสม