



บันทึกข้อความ

ส่วนราชการ สำนักบริหารกลาง กลุ่มงานบุคคล โทร. ๐ ๒๒๗๑ ๖๐๐๐ ต่อ ๖๔๐๔

ที่ ทส ๐๖๐๑.๒/ ๑.๖๖๕๔ วันที่ ๒๙ ธันวาคม ๒๕๕๙

เรื่อง โครงการ “สุขภาพดี...ชีวิตสดใสเพื่อประสิทธิภาพในราชการ” รุ่นที่ ๑๔

เรียน อธิบดีกรมทรัพยากรน้ำ รองอธิบดีกรมทรัพยากรน้ำ หัวหน้าผู้ตรวจราชการกรม ผู้อำนวยการสำนัก
ผู้อำนวยการศูนย์ ผู้อำนวยการกอง ผู้อำนวยการสำนักงานทรัพยากรน้ำภาค ๑ - ๑๑
ผู้อำนวยการกลุ่ม และผู้อำนวยการกลุ่มงานในสำนักบริหารกลาง

ด้วยสมาคมข้าราชการอาวุโสแห่งประเทศไทย มีหนังสือ ที่ สขอ. ๑๓.๑๒/๒๕๕๙ ลงวันที่ ๑๓ ธันวาคม ๒๕๕๙ เรียนเชิญกรมทรัพยากรน้ำพิจารณาส่งข้าราชการ ลูกจ้างประจำ และพนักงานราชการ เข้าร่วมโครงการ “สุขภาพดี...ชีวิตสดใสเพื่อประสิทธิภาพในราชการ” รุ่นที่ ๑๔ ระหว่างวันที่ ๑๓ - ๑๘ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๐ ณ เดอะเลกซี ริเวอร์แคว รีสอร์ท จังหวัดกาญจนบุรี มีค่าลงทะเบียน (คนละ ๑๔,๘๐๐ บาท พัสดุ/ ๑๖,๕๐๐ บาท พัสดุ) ทั้งนี้ สามารถดูรายละเอียดได้ที่เว็บไซต์กรมทรัพยากรน้ำ www.dwr.go.th หัวข้อ ข่าวประชาสัมพันธ์

ในการนี้ หากมีความประสงค์จะส่งผู้เข้าร่วมโครงการดังกล่าว โปรดจัดส่งรายชื่อพร้อมทั้งระบุแหล่งงบประมาณที่ใช้ในการลงทะเบียน ใบสมัครเข้าร่วมโครงการ ประวัติการเข้ารับการอบรม/สัมมนากับหน่วยงานภายนอก ย้อนหลัง ๓ ปี และแบบประเมินการเข้ารับการพิจารณาคัดเลือกไปที่ กลุ่มงานบุคคล สำนักบริหารกลาง ภายในจันทร์วันที่ ๑๖ มกราคม ๒๕๖๐ เพื่อจะได้ดำเนินการในส่วนที่เกี่ยวข้องต่อไป

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา

(นางสุนทรี มิ่งประยูร)

ผู้อำนวยการสำนักบริหารกลาง



ที่ สขอ. 13.12 / 2559

สมาคมข้าราชการอาวุโสแห่งประเทศไทย

47/101 ชั้น 4 อาคาร 9 สำนักงาน ก.พ.

หมู่ 4 ถ.ติวานนท์ ต.ตลาดขวัญ อ.เมือง

จ.นนทบุรี 11000

กรมทรัพยากรน้ำ
รับที่ 11084
วันที่ ๒๐ ธ.ค. ๒๕๕๕
เวลา 11.30 น.

13 ธันวาคม 2559

กลุ่มงานบุคคล
เลขที่รับ 8101
วันที่ ๒๐ ธ.ค. ๒๕๕๕
เวลา 16.21 น.

เรื่อง ขอเชิญส่งข้าราชการ / พนักงานเข้าร่วมโครงการพัฒนาคุณภาพชีวิต

เรียน อธิบดีกรมทรัพยากรน้ำ

อ้างถึง หนังสือสำนักงาน ก.พ. ที่ นร. 1012/ว. 38 ลงวันที่ 29 กันยายน 2553

- สิ่งที่ส่งมาด้วย
1. โครงการ "สุขภาพดี...ชีวิตสดใสเพื่อประสิทธิภาพในราชการ" รุ่นที่ 14
 2. กำหนดการฝึกอบรม
 3. หนังสือกระทรวงการคลัง ด่วนที่สุด ที่ กค 0409.7/ว. 51 ลงวันที่ 18 มีนาคม 2548
 4. แบบตอบรับเข้าร่วมโครงการ

ตามหนังสือที่อ้างถึง สำนักงาน ก.พ. ได้แจ้งเรื่องยุทธศาสตร์การพัฒนากุณภาพชีวิตข้าราชการพลเรือนสามัญ เพื่อให้การพัฒนากุณภาพชีวิตข้าราชการพลเรือน สามารถตอบสนองต่อบริบทของสภาพแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลงไปอย่างรวดเร็วทั้งทางด้านเศรษฐกิจ สังคม การเมือง และการบริหารราชการ และเพื่อเป็นการเตรียมความพร้อมให้ระบบราชการมีความเข้มแข็ง มีภูมิคุ้มกันที่ดีเพียงพอต่อการเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ ความละเอียดแจ้งแล้ว นั้น

ในการนี้ สมาคมข้าราชการอาวุโสแห่งประเทศไทย ที่มีสมาชิกเป็นผู้บริหารระดับสูงที่เกษียณอายุราชการแล้ว จากส่วนราชการต่าง ๆ ได้ตระหนักถึงความสำคัญ เรื่องคุณภาพชีวิตของข้าราชการ/พนักงานอย่างมาก และเห็นว่าสมาคมฯ น่าจะได้มีโอกาส สนับสนุนกิจกรรมต่าง ๆ เพื่อตอบสนองต่อยุทธศาสตร์การพัฒนากุณภาพชีวิตฯ ดังกล่าว จึงได้กำหนดจัดโครงการ "สุขภาพดี...ชีวิตสดใสเพื่อประสิทธิภาพในราชการ" รุ่นที่ 14 ขึ้น โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อส่งเสริมให้ข้าราชการ/พนักงานที่ยังปฏิบัติราชการอยู่ ได้เรียนรู้ถึงแนวทางการปฏิบัติเพื่อตนเอง ให้มีสุขภาพกายและใจที่แข็งแรงและเข้มแข็ง สามารถปฏิบัติงานให้เป็นผลดีแก่ส่วนราชการและระบบราชการโดยรวม รวมทั้งเป็นการสร้างเครือข่ายระหว่างผู้เข้ารับการฝึกอบรม เพื่อสัมพันธ์ภาพและสร้างภาพลักษณ์ที่ดีของการเป็นข้าราชการ/พนักงานต่อไปด้วย โดยมีกำหนดการจัดระหว่างวันที่ 13 กุมภาพันธ์ - 18 กุมภาพันธ์ 2560 ณ เดอะเลกซี่ ริเวอร์แคว รีสอร์ท จังหวัดกาญจนบุรี รายละเอียดปรากฏตามสิ่งที่ส่งมาด้วย

/ สมาคม...

สมาคมข้าราชการอาวุโสแห่งประเทศไทย ขอเรียนเชิญท่านกรุณาพิจารณาส่งข้าราชการ ลูกจ้าง/พนักงานที่สนใจมาเข้าร่วมโครงการดังกล่าว ซึ่งผู้เข้าร่วมโครงการ มีสิทธิเบิกค่าใช้จ่ายในการ ลงทะเบียนเข้าร่วมโครงการจากต้นสังกัดเท่าที่จ่ายจริงตามระเบียบกระทรวงการคลัง ว่าด้วยค่าใช้จ่ายในการฝึกอบรม การจัดงาน และการประชุมระหว่างประเทศ พ.ศ. 2549 และที่แก้ไขเพิ่มเติม ฉบับที่ 2 พ.ศ. 2552 และ ฉบับที่ 3 พ.ศ. 2555 (คนละ 14,800 บาท พักคู่ / 16,500 บาท พักเดี่ยว) โปรดแจ้งชื่อ ข้าราชการ/พนักงานผู้สนใจและได้รับอนุมัติให้เข้าร่วมโครงการในใบตอบรับเข้าร่วมโครงการที่แนบมาด้วย และกรุณาส่งพร้อมสำเนาใบโอนเงินค่าลงทะเบียน* ไปที่สำนักงาน ก.พ. ถนนติวานนท์ อำเภอเมือง จังหวัด นนทบุรี ที่เบอร์โทรสาร 0 2547 2057 ภายในวันที่ 8 กุมภาพันธ์ 2560

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์โปรดพิจารณาส่งข้าราชการ/ลูกจ้าง/พนักงาน เข้าร่วมโครงการ "สุขภาพดี...ชีวิตสดใสเพื่อประสิทธิภาพในราชการ" รุ่นที่ 14 ดังกล่าวด้วย จะขอบคุณยิ่ง

เรียน ☐ ผ.บริหาร ☐ ผ.สรรหา ☐ ผ.ทะเบียน
☒ ผ.พัฒนา ☐ ผ.โครงการสร้าง ☐ ผ.สวัสดิการ
☐ เวียน ☐ เพื่อทราบ ☒ ดำเนินการ
☐ อื่นๆ.....

ขอแสดงความนับถือ



(นายสมโภชน์ นพคุณ)

กรรมการบริหารสมาคมข้าราชการอาวุโสแห่งประเทศไทย

ผู้อำนวยการโครงการ

(นายณพพร พิงทรัพย์)

ผู้อำนวยการกลุ่มงานบุคคล
๒๐ ธ.ค. ๒๕๕๙

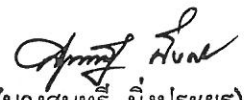
* โอนค่าลงทะเบียนในนาม สมาคมข้าราชการอาวุโสแห่งประเทศไทย
บัญชีเลขที่ 579-0-02327-4
ธนาคารกรุงไทย สาขาสำนักงาน ก.พ.

หมายเหตุ โอนเงินค่าลงทะเบียนแล้ว กรุณาโทรสารใบโอนเงินพร้อมชื่อที่อยู่มาที่ หมายเลขโทรสาร ด้านล่างเพื่อสะดวกในการตรวจสอบ

สมาคมข้าราชการอาวุโสแห่งประเทศไทย
สำนักงาน ก.พ. ถ.ติวานนท์ อ.เมือง จ.นนทบุรี 11000
โทรศัพท์ 0 2547 2057, 095 719 4852
โทรสาร 0 2547 2057

e-mail : buabucha4@yahoo.com , pat2498@hotmail.com

เรียน ☐ ผอ.กสบ. ☒ ผอ.กบจ. ☐ ผอ.กคพ.
☐ ผอ.กขอ. ☐ ผอ.กปส. ☐ ผอ.กยส.
☐ ผอ.กคจ.
☐ เวียน ☐ เพื่อทราบ
☐ ถ้อยปฏิบัติ ☒ พิจารณาดำเนินการ
☐ อื่นๆ



(นางสุนทรี มิ่งประยูร)

ผู้อำนวยการสำนักบริหารกลาง
๒๐ ธ.ค. ๒๕๕๙

ร. ๖๓๙
อำนาจ
๒๕ ๕๙

โครงการ “สุขภาพดี... ชีวีสดใสเพื่อประสิทธิภาพในราชการ”

รุ่นที่ 14

โดย สมาคมข้าราชการอาวุโสแห่งประเทศไทย สำนักงาน ก.พ.

ณ เดอะเลกาซี ริเวอร์แคว รีสอร์ท อ.ด่านมะขามเตี้ย จ.กาญจนบุรี

1) หลักการและความสำคัญ

ผู้อาวุโส แม้จะไม่มีปัญหาภาระในการดำรงชีวิต แต่จากการเปลี่ยนแปลงทางสังคม อาจทำให้เกิดปัญหาด้านจิตใจเกิดความเหงา จากการเปลี่ยนแปลงสถานะทางสังคม และสภาวะแวดล้อมที่คุ้นเคยมากกว่าครึ่งชีวิต ทั้งยังมีความเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย ที่เกิดจากความเสื่อมต่าง ๆ เมื่ออายุมากขึ้น การเตรียมตัวเตรียมใจเพื่อการดำเนินชีวิตให้ยืนยาวอย่างมีความสุข จึงเป็นสิ่งสำคัญ ทั้งด้านสุขภาพกายและสุขภาพจิต

ข้าราชการอาวุโสมีประสบการณ์ในการทำราชการค่อนข้างสูง มุ่งหวังและต้องการเห็นการเปลี่ยนแปลงที่สำคัญในภาคราชการ เพื่อให้เป็นราชการยุคใหม่ ที่มีประสิทธิภาพสูง สามารถตอบสนองความต้องการของสังคมได้เป็นอย่างดี ประสบการณ์ของข้าราชการอาวุโสจะเป็นกำลังสำคัญ ในการปรับเปลี่ยนภาคราชการเดิมไปสู่ยุคใหม่ได้ค่อนข้างมากให้เป็นหลัก คำจูงการปรับเปลี่ยนโดยคนรุ่นใหม่เป็นไปด้วยดี เพื่อให้ราชการเป็นเสาหลักที่สำคัญต่อการพัฒนาประเทศชาติยุคใหม่สืบต่อไป

คุณภาพในการปฏิบัติราชการ ความมีประสิทธิภาพประสิทธิผลของการปฏิบัติราชการ โดยข้าราชการอาวุโสขึ้นอยู่กับคุณภาพชีวิต คุณภาพร่างกายและจิตใจเป็นอย่างมาก ดังนั้นการพัฒนาคุณภาพชีวิตและการปฏิบัติงานของข้าราชการอาวุโส จึงเป็นสิ่งจำเป็นและควรค่าอย่างยิ่งที่จะได้รับการสนับสนุนและส่งเสริมอย่างจริงจังและต่อเนื่อง

โครงการ “สุขภาพดี... ชีวีสดใสเพื่อประสิทธิภาพในราชการ” เป็นกิจกรรมหนึ่งที่สำคัญแห่งการเรียนรู้เพื่อการปฏิบัติดูแลตนเอง โดยรวบรวมแนวคิดด้านวิชาการ ประสบการณ์ การฝึกปฏิบัติ จากผู้ทรงคุณวุฒิด้านสุขภาพกาย-จิต แนวธรรมชาติบำบัดท่ามกลางธรรมชาติ รมรีน รมฝั่งแม่น้ำแควน้อย จังหวัดกาญจนบุรี เป็นประโยชน์แก่ผู้เข้าโครงการ และเป็นการสร้างเครือข่ายระหว่างข้าราชการในแต่ละส่วนราชการเพื่อความสัมพันธ์ในอนาคต

2) วัตถุประสงค์และผลที่คาดว่าจะได้รับ

1. เกิดแนวคิดใหม่เพื่อรับรู้ และนำไปปรับเปลี่ยนพฤติกรรม การดำเนินชีวิตต่อไปในอนาคตได้อย่างมีความสุข และเป็นประโยชน์ต่อสังคม
2. รับรู้ปัญหาด้านสุขภาพที่เกิดขึ้น และสาเหตุของปัญหาเนื่องจากโรคแห่งความเสื่อม เพื่อนำไปดูแลรักษาสุขภาพแบบองค์รวม เสริมสร้างร่างกายให้แข็งแรง เลือกวิธีการรักษาโรค ผสมผสานระหว่างแพทย์ปัจจุบันและแพทย์ทางเลือก
3. กำหนดแนวทางประพฤติปฏิบัติตนในการทำงานให้มีคุณค่าและเกิดความภาคภูมิใจ ในการเป็นข้าราชการที่ดี
4. ศึกษางานนอกสถานที่เพื่อเป็นประสบการณ์และปรับกระบวนการทัศนในการทำงานที่มีประสิทธิภาพ (มุ่งผลสัมฤทธิ์)
5. สร้างสรรค์เครือข่ายสังคมระหว่างผู้เข้าร่วมโครงการในแต่ละรุ่น

3) หลักสูตรการอบรม

เนื้อหาวิชาการ

- การพัฒนาคุณภาพชีวิตเพื่อประสิทธิภาพในการทำงาน
- ดำรงชีวิตอย่างไร ห่างไกลโรค มีความสุข
- เรียนรู้การตรวจสุขภาพแบบ Spinal Settle
- การตรวจวิเคราะห์ความสมบูรณ์ของร่างกาย
- ธรรมชาติบำบัด ตามหลักอายุรเวช
- ธรรมชาติบำบัด

4) กิจกรรมหลักในโครงการ

- การปฏิบัติราชการด้วยความสุข และมีชีวิตชีวา
- บริหารจิตและสมาธิตามหลักพุทธศาสนา
- บริหารลมปราณชีกง / โยคะอาสนะ

- ผ่อนคลายความเครียดดนตรีบำบัด
- กิจกรรมนันทนาการเพื่อสุขภาพ
- วารีบำบัด (แอโรบิกในน้ำ / นวดตัว-เท้าในสระน้ำเกลืออุ่น / อบสมุนไพร)
- ผ่อนคลายความเครียดด้วยการนวดเพื่อสุขภาพ
- กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนา EQ (อารมณ์) และ SQ (จิตที่มั่นคง)
- ทักษะศึกษาเพื่อปรับกระบวนการทัศนตนเอง

5) รูปแบบโครงการ

การสัมมนาเชิงปฏิบัติการด้านการดูแลสุขภาพกาย การเพิ่มประสิทธิภาพในการทำงาน กิจกรรมเสริมสร้างสุขภาพ กลุ่มสัมพันธ์เพื่อสร้างเครือข่าย ทักษะศึกษานอกสถานที่

6) กลุ่มเป้าหมาย

ข้าราชการทั่วไป/ลูกจ้างและพนักงานของรัฐที่ใส่ใจกับสุขภาพ อายุระหว่าง 30 – 60 ปี ที่สนใจต้องการเรียนรู้ เพื่อการมีทักษะในการพัฒนาคุณภาพชีวิตที่ดี ช่วยเพิ่มประสิทธิภาพในการปฏิบัติราชการ จากส่วนราชการต่าง ๆ และบุคคลทั่วไปที่สนใจ จำนวน 80 – 90 คน ต่อรุ่น

7) สถานที่จัดโครงการ

เดอะเลกาซี ริเวอร์แคว รีสอร์ท จังหวัดกาญจนบุรี รีสอร์ทปิกนิกไม้สไต์คันทรี่ ท่ามกลางธรรมชาติอันร่มรื่นภายใต้ร่มไม้ใหญ่นานาชนิดที่งดงามริมโค้งน้ำที่สวยงามที่สวยงามของแม่น้ำแควน้อย

8) ระยะเวลา (6 วัน 5 คืน) กำหนดจัดตามวัน และ เดือน ดังนี้

รุ่นที่ 14 ระหว่างวันที่ 13 กุมภาพันธ์ – 18 กุมภาพันธ์ พ.ศ. 2560

9) ค่าใช้จ่ายผู้เข้าร่วมโครงการ (ตลอดโครงการ รวมค่าเดินทางค่าอาหาร 3 มื้อ ค่าอาหารว่างวันละ 2 ครั้ง ค่าห้องพัก / เดี่ยว และค่าเข้าทัศนศึกษาตามหลักสูตรตลอดรายการ)

➤ ที่พัก	ราคาท่านละ	14,800	บาท
➤ ที่พักเดี่ยว	ราคาท่านละ	16,500	บาท

10) การสมัครเข้าร่วมโครงการ และจ่าย ค่าลงทะเบียน

แจ้งชื่อ นามสกุล ตำแหน่ง และ ส่วนราชการ พร้อมรายละเอียดอื่นๆที่จำเป็น และสำเนาใบการโอนเงินค่าลงทะเบียน (ตามจำนวนข้างต้น ข้อ 9) ไปที่ นางสาวทิพย์วรรณ บัวบูชา สมาคมข้าราชการอาวุโสแห่งประเทศไทย สำนักงาน ก.พ. ถนนติวานนท์ ตำบลตลาดขวัญ อำเภอเมือง จังหวัดนนทบุรี 11000 โทรศัพท์ 0-2547-2057 หรือ 095-719-4852 และโทรสาร 0-2547-2057 ภายในวันที่ 8 กุมภาพันธ์ 2560

โอนเงินเข้า บัญชีสมาคมข้าราชการอาวุโสแห่งประเทศไทย ธนาคารกรุงไทย สาขาสำนักงาน ก.พ. เลขที่ บัญชี 579-0-02327-4

หมายเหตุ หากท่านโอนเงินแล้ว กรุณาส่งโทรสารสำเนาเอกสารการโอนพร้อมชื่อที่อยู่มาที่ หมายเลขโทรสาร 0 2547 2057

โครงการ “สุขภาพดี...ชีวิตสดใสเพื่อประสิทธิภาพในราชการ”
สมาคมข้าราชการอาวุโสแห่งประเทศไทย สำนักงาน ก.พ. ปี 2560
วันที่ 14 วันจันทร์ที่ 13 กุมภาพันธ์ – วันเสาร์ที่ 18 กุมภาพันธ์ 2560
ณ เดอะ เลกซี่ รีเวอร์แคว รีสอร์ท อ.ด่านมะขามเตี้ย จ.กาญจนบุรี

วันจันทร์ที่ 13 กุมภาพันธ์ 2560 จังหวัดกาญจนบุรี – เดอะ เลกซี่ รีเวอร์แคว อ.ด่านมะขามเตี้ย

07.30 น.	พร้อมกันที่ สำนักงาน ก.พ. ถนนติวานนท์ จังหวัดนนทบุรี
08.00 น.	ออกเดินทางจากสำนักงาน ก.พ. สู่จังหวัดกาญจนบุรี
11.00 น.	เดินทางถึง เดอะ เลกซี่ รีเวอร์แคว รีสอร์ท รับเครื่องคัมม่อนรับ
11.30 – 12.00 น.	- พิธีเปิดโปรแกรม แนะนำวิทยากร ทีมงาน - ตรวจวิเคราะห์ความสมบูรณ์ของร่างกาย
12.00 – 13.00 น.	รับประทานอาหารกลางวัน
13.00 – 15.00 น.	บรรยาย “ผลตรวจวิเคราะห์ความสมบูรณ์ของร่างกาย” โดย ร.อ.ชุมพล ตูลาพันธุ์
15.00 – 15.30 น.	รับประทานอาหารว่าง
15.30 – 16.00 น.	รับกุญแจเข้าห้องพัก / พักผ่อนตามอัชฌาศัย
16.00 – 18.30 น.	กิจกรรมเพื่อสุขภาพ (แอโรบิกในน้ำ / สระสปา / อบสมุนไพร / นวดเพื่อสุขภาพ)
18.30 – 19.30 น.	รับประทานอาหารเย็น
19.30 – 21.00 น.	กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ / แนะนำผู้เข้าร่วมโปรแกรม
21.00 น.	พักผ่อนตามอัชฌาศัย

วันอังคารที่ 14 กุมภาพันธ์ 2560

05.00 – 06.00 น.	ตื่นนอนตอนเช้า (Morning Call) รับเครื่องคัมม่อนเพื่อสุขภาพ
06.00 – 07.30 น.	ออกกำลังกายฝึก “โยคะ” นวดกดจุด
07.30 – 09.00 น.	รับประทานอาหารเช้าและปฏิบัติการกิจส่วนตัว
09.00 – 11.30 น.	บรรยาย “ดำรงชีวิตอย่างไรห่างไกลโรค”
10.30 – 10.45 น.	รับประทานอาหารว่าง
11.30 – 12.00 น.	ถ่ายรูปทำทำเนียบรุ่น
12.00 – 13.00 น.	รับประทานอาหารกลางวัน
13.00 – 15.00 น.	บรรยาย “การดูแลสุขภาพตามหลักอายุรเวท”
15.00 – 15.15 น.	รับประทานอาหารว่าง
15.30 – 18.00 น.	กิจกรรมเพื่อสุขภาพ (แอโรบิกในน้ำ / สระสปา / อบสมุนไพร / นวดเพื่อสุขภาพ)
18.30 – 19.30 น.	รับประทานอาหารเย็น

19.30 – 21.00 น. กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์
 21.00 น. พักผ่อนตามอัธยาศัย

วันพุธที่ 15 กุมภาพันธ์ 2561

05.00 – 06.00 น. ตื่นนอนตอนเช้า (Morning Call) รับเครื่องดื่มเพื่อสุขภาพ
 06.00 – 07.30 น. ออกกำลังกายบริหาร “ซิ้ง” อ.ถาวร ชะกะภัย
 07.30 – 09.00 น. อาหารเช้าเพื่อสุขภาพและปฏิบัติการกิจส่วนตัว
 09.00 – 11.30 น. บรรยาย “การป้องกันและชะลอความเสื่อมด้วยวิถีธรรมชาติ” อ.เสาวนีย์ สังข์โสภณ
 10.30 – 10.45 น. รับประทานอาหารว่าง
 11.30 – 12.30 น. เลือกประธานรุ่น และ ตั้งชื่อรุ่น
 12.30 – 13.30 น. รับประทานอาหารกลางวัน
 13.30 – 15.30 น. บรรยายธรรม “ธรรมะอารมณ์ดี” ทีมพระมหาวิรุฬ
 15.30 – 16.00 น. รับประทานอาหารว่าง
 16.00 – 17.30 น. “ฝึกลีลาเพื่อสุขภาพ”
 18.00 – 20.00 น. รับประทานอาหารเย็น
 20.00 น. พักผ่อนตามอัธยาศัย

วันพฤหัสบดีที่ 16 กุมภาพันธ์ 2561 ศึกษาดูงานของสมาคมฯ-ด้านเจดีย์สามองค์-ตั้งบ้านบุรี

05.30 น. ตื่นนอนตอนเช้า (Morning Call)
 06.00-07.30 น. รับประทานอาหารเช้าและปฏิบัติการกิจส่วนตัว
 07.30 น. ออกเดินทางศึกษาดูงาน พิพิธภัณฑสถานแห่งชาติ ซึ่งมีชื่อเรียกอีกอย่างหนึ่งว่า Hell Fire Pass หรือ ช่องไฟนรก
 09.30 – 11.00 น. เดินทางถึงพิพิธภัณฑสถานแห่งชาติ ชมภาพยนตร์เกี่ยวกับประวัติศาสตร์อันโหดร้ายของมนุษยชาติ เพื่อเตือนใจคนรุ่นหลังให้รู้ซึ่งถึงมหันตภัยจากสงคราม ซึ่งเกิดขึ้นระหว่างสงครามโลกครั้งที่ 2
 11.20 น. ออกเดินทางจากช่องเขาขาด ไปรับประทานอาหารกลางวัน
 11.30 -12.30 น. ถึงร้านอาหารครัวออฟโรด รับประทานอาหารกลางวัน
 12.30 น. ออกจากร้านอาหาร ไปด้านเจดีย์สามองค์
 15.30 น. เดินทางถึง ด้านเจดีย์สามองค์ ศึกษาดูงานเกี่ยวกับประวัติศาสตร์และวิถีชีวิตความเป็นอยู่ของคนในท้องถิ่น เนื่องจากด้านเจดีย์ฯ เป็นช่องทางเชื่อมต่ออำเภอสังขละบุรีทางตอนเหนือของจังหวัดกาญจนบุรีกับอำเภอพะเยาตองซู ทางตอนใต้ของรัฐกะเหรี่ยง
 16.30 น. ออกเดินทางจากด้านเจดีย์สามองค์ เพื่อเข้าสู่ที่พัก
 17.00 น. เดินทางถึงที่พักเช็กอินเข้าที่พัก โรงแรมอำเภอสังขละบุรี พักผ่อนตามอัธยาศัย
 18.30 – 19.30 น. รับประทานอาหารเย็นที่โรงแรมอำเภอสังขละบุรี
 19.30 – 21.00 น. สัมมนาเปิดใจภายในกลุ่ม
 21.30 น. พักผ่อนตามอัธยาศัย

วันศุกร์ที่ 17 กุมภาพันธ์ 2560

- 05.00 น. ตื่นนอนตอนเช้า
- 06.00 – 07.00 น. ร่วมดื่กบาตรพระสงฆ์บนสะพานไม้อุตตมานุสรณ์ เป็นสะพานไม้มีตราพระหว่างชาว ไทย-มอญ เพื่อศึกษาประเพณีและวัฒนธรรมของกลุ่มชาติพันธุ์ในท้องถิ่น ซึ่งมีความ หลากหลาย เช่น ไทย มอญ พม่า ลาว กะเหรี่ยง
- 07.00 – 08.00 น. รับประทานอาหารเช้าที่โรงแรม / เก็บสัมภาระเพื่อเช็คเอาท์ คืนกุญแจ
- 08.30 น. ออกเดินทางสู่วัดวังแก้วเวการามใหม่ สักการะสังฆาลหลวงพ่อดุตตะ ศึกษาฐานด้าน ประวัติศาสตร์อันเก่าแก่ ที่หลวงพ่อดุตตะร่วมกับชาวบ้านอพยพชาวกะเหรี่ยงและชาว มอญ ได้ร่วมกันสร้างขึ้นในปี พ.ศ. 2496
- 10.30 น. ออกเดินทางกลับสู่ที่พัก เดอะ เลกซี ริเวอร์แคว รีสอร์ท
- 13.00 – 14.00 น. แวะรับประทานอาหารกลางวันที่ร้านอาหารครัวแปดริ้ว
- 14.00 น. ออกเดินทางจากร้านอาหาร
- 16.00 น. ออกเดินทางจากอุทยาน กลับสู่ที่พักเดอะ เลกซี ริเวอร์แคว
- 17.30 น. เดินทางกลับถึงที่พัก พักผ่อนตามอัธยาศัย
- 18.30 – 22.00 น. รับประทานอาหารเย็น และสังสรรค์อำลาเพื่อนร่วมรุ่น
- 22.00 น. พักผ่อนตามอัธยาศัย

วันเสาร์ที่ 18 กุมภาพันธ์ 2560 เดอะ เลกซี ริเวอร์แคว – สำนักงาน อ. พ. จังหวัดนนทบุรี

- 05.30 น. ตื่นนอนตอนเช้า (Morning Call)
- 06.30 – 07.30 น. ปฏิบัติภารกิจส่วนตัวพร้อมเก็บสัมภาระและรับประทานอาหารเช้า
- 07.30 น. ออกเดินทางสู่สะพานข้ามแม่น้ำแคว เพื่อศึกษาประวัติศาสตร์การสร้างเส้นทางที่สำคัญยิ่ง แห่งหนึ่ง ซึ่งสร้างขึ้นสมัยสงครามโลกครั้งที่ 2
- 09.15 น. ออกเดินทางจากสะพานข้ามแม่น้ำแคว
- 10.00 – 10.30 น. แวะซื้อของฝากตามอัธยาศัย
- 10.30 – 11.30 น. ออกเดินทางไปรับประทานอาหารกลางวันที่สวนอาหารบ้านริมบึง
- 11.30 – 12.30 น. ถึงสวนอาหารบ้านริมบึงรับประทานอาหารกลางวัน
- 12.30 – 13.00 น. ออกเดินทางจากร้านอาหารเพื่อไปวัดแลนด์เมืองไม้ (Woodland Museum & Resort)
- 13.00 – 14.45 น. เดินทางถึงวัดแลนด์เมืองไม้ อ.นครชัยศรี จ.นครปฐม เพื่อศึกษาดูงานด้านศิลปหัตถกรรม และงานไม้ต่าง ๆ ที่ต้องใช้ฝีมือของคนไทยที่มากด้วยประสบการณ์
- 14.45 – 16.00 น. ออกเดินทางจากวัดแลนด์เมืองไม้กลับ สำนักงาน ก.พ.
- 16.00 น. เดินทางถึงสำนักงาน ก.พ. ถ.ติวานนท์ จ.นนทบุรี โดยสวัสดิภาพ

กรมศึกษาธิการ
ที่ กค 0409.710.91



สิ่งที่ส่งมาด้วย 3

กระทรวงการคลัง

ถนนพระราม 6 กทม. 10400

18 มีนาคม 2548

เรื่อง การเบิกค่าลงทะเบียน

เรียน ผู้ว่าราชการจังหวัด ปลัดกระทรวง อธิบดี อธิบดีการบดี เชาธิการ และผู้อำนวยการ

สืบเนื่องจากปัจจุบันหน่วยงานอื่นซึ่งมิใช่ส่วนราชการ หน่วยงานอิสระตามรัฐธรรมนูญ
องค์การมหาชน รัฐวิสาหกิจ ที่ตั้งขึ้นโดยพระราชบัญญัติหรือพระราชกฤษฎีกา เช่น มหาวิทยาลัยเอกชน
สมาคม ชมรม ฯลฯ จัดฝึกอบรม ประชุม สัมมนา โครงการต่าง ๆ หรือร่วมจัดกับหน่วยงานดังกล่าว
เพื่อเผยแพร่ความรู้ แลกเปลี่ยนความคิดเห็นทางวิชาการ อันจะเป็นประโยชน์ต่อข้าราชการที่จะนำมาใช้ในการ
ปฏิบัติงาน แต่เนื่องจากหน่วยงานดังกล่าวได้เรียกเก็บค่าใช้จ่ายเป็นค่าลงทะเบียน ค่าธรรมเนียม หรือค่าใช้จ่าย
ทำนองเดียวกันที่เรียกชื่ออย่างอื่นในอัตราสูงกว่าระเบียบกระทรวงการคลังว่าด้วยค่าใช้จ่ายในการฝึกอบรม
ของส่วนราชการ พ.ศ. 2545 ทำให้หัวหน้าส่วนราชการที่มีความประสงค์ส่งข้าราชการเข้าร่วมฝึกอบรม ประชุม
สัมมนาไม่สามารถเบิกค่าใช้จ่ายในส่วนที่เกิดจากระเบียบดังกล่าวได้

กระทรวงการคลังพิจารณาแล้วขอเรียนว่า ตามนโยบายปฏิรูประบบราชการภาครัฐ
ส่วนราชการต้องปฏิบัติงานแบบมุ่งเน้นผลงานและผลลัพธ์เป็นหลัก โดยมีเป้าหมายเพื่อกระจาย
ความรับผิดชอบในการบริหารการเงินให้หน่วยงานภาครัฐมีอิสระและความคล่องตัวมากขึ้นที่จะ
ใช้จ่ายเงินงบประมาณในการจัดซื้อวัสดุและให้บริการตามพันธกิจ เป้าหมาย และวัตถุประสงค์ของแต่ละ
หน่วยงานอย่างมีประสิทธิภาพมากขึ้น ประกอบกับเพื่อให้เกิดความสะดวก คล่องตัว และลดขั้นตอน
การปฏิบัติงานให้แก่ส่วนราชการ จึงเห็นควรอนุมัติเป็นหลักการให้ส่วนราชการเบิกจ่ายค่าลงทะเบียน
ค่าธรรมเนียม หรือค่าใช้จ่ายในการทำนองเดียวกันที่เรียกชื่ออย่างอื่น ได้เท่าที่จ่ายจริงตามที่หน่วยงานผู้จัดเรียกเก็บ
โดยให้อยู่ในดุลยพินิจของหัวหน้าส่วนราชการที่จะพิจารณาความจำเป็น เหมาะสม และคำนึงถึง
ประโยชน์ของทางราชการเป็นหลัก

จึงเรียนมาเพื่อโปรดทราบและถือปฏิบัติต่อไป

ขอแสดงความนับถือ

(นายประกอบ คันทิยาพงศ์)

รองปลัดกระทรวงการคลัง

หัวหน้ากลุ่มภารกิจด้านนโยบายและ...

กรมบัญชีกลาง

สำนักมาตรฐานคำกฎหมายและระเบียบการคลัง

กลุ่มอนุมัติพิเศษ

โทร. 0-2273-9616 ต่อ 4462

โทรสาร 0-22739543



ใบสมัคร

โครงการ “สุขภาพดี...ชีวิตสดใสเพื่อประสิทธิภาพในราชการ”
สมาคมข้าราชการอาวุโสแห่งประเทศไทย สำนักงาน ก.พ. ปี 2560

รุ่นที่ 14 วันที่ 13 – 18 กุมภาพันธ์ 2560

ณ เดอะเลกาซี ริเวอร์แคว รีสอร์ท อําเภอด่านมะขามเตี้ย จังหวัดกาญจนบุรี

ชื่อ-สกุล (นาย /นาง/นางสาว /ยศ).....ชื่อเล่น.....วัน/เดือน/ปี/เกิด.....
ตำแหน่ง.....
สังกัด (สำนักงาน/กอง).....
กรม / สำนักงาน.....
กระทรวง.....
สถานที่ทำงาน.....
เลขที่.....ถนน.....อําเภอ / เขต.....
จังหวัด.....รหัสไปรษณีย์.....
โทรศัพท์ (ที่ทำงาน).....โทรสาร.....
ที่อยู่ปัจจุบันที่ติดต่อได้สะดวก เลขที่.....ซอย / ตรอก.....ถนน.....
ตำบล / แขวงอําเภอ / เขตจังหวัด.....รหัสไปรษณีย์
โทรศัพท์.....โทรศัพท์ (มือถือ)
E-mail

ข้อมูลการเดินทาง ☐ เดินทางเองไม่ขึ้นรถที่ทางสมาคมฯ จัดเตรียมให้ (ค่าใช้จ่ายเต็มไม่สามารถหักค่ารถได้)
☐ ขึ้นรถที่สมาคมฯ จัดเตรียมให้ ณ สำนักงาน ก.พ. ถ.ติวานนท์ จ.นนทบุรี
รถออกเวลา 08.00 น.

รายละเอียดที่พัก

☐ พักคู่ ☐ พักเดี่ยว

ลงชื่อผู้สมัคร.....
(.....)
วันที่สมัคร/...../.....

หมายเหตุ กรุณากรอกรายละเอียดเพื่อความสะดวกในการออกใบเสร็จและจัดทำทำเนียบรุ่น (เขียนตัวบรรจง)

แบบประเมินการเข้ารับการพิจารณาคัดเลือก

เพื่อเข้ารับการฝึกอบรม/สัมมนากับหน่วยงานภายนอก

๑. การนำความรู้ที่ได้รับจากการอบรม/สัมมนา มาใช้ให้เกิดประโยชน์ต่อกรมทรัพยากรน้ำอย่างไร

.....

.....

.....

.....

.....

๒. ท่านมีแนวทางและวิธีการบริหารจัดการงานราชการในระหว่างการเข้ารับการฝึกอบรม/สัมมนาอย่างไร

.....

.....

.....

.....

.....

๓. แหล่งงบประมาณที่ใช้ในการลงทะเบียนเข้าร่วมการอบรม/สัมมนา

(โปรดแจกแจงแหล่งงบประมาณที่ใช้ในการลงทะเบียนทั้งในส่วนที่เป็นค่าใช้จ่ายภายในประเทศ
และค่าใช้จ่ายในส่วนของแต่ละประเทศ)

.....

.....

.....

ลงชื่อผู้สมัคร

(.....)

ตำแหน่ง.....

วันที่...../...../.....

ลงชื่อผู้อำนวยการสำนัก/ศูนย์/กอง/กลุ่ม

(.....)

ตำแหน่ง.....

วันที่...../...../.....

