



กรมทรัพยากรน้ำ

กระทรวงทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม



พุธ
26
กรกฎาคม
2566

สทณ.1 ส่งเสริมการออกกำลังกาย ร่วมพลังสร้างความสามัคคี

นายโอภาส ทาวร ผู้อำนวยการสำนักงานทรัพยากรน้ำที่ 1 มอบหมายให้ นางสาวสุพัตสรณ์ สิมิต ผู้อำนวยการส่วนอำนวยการ นำทีมข้าราชการและเจ้าหน้าที่ ออกกำลังกายเพื่อสร้างแรงจูงใจและส่งเสริมให้เจ้าหน้าที่ดูแลสุขภาพ โดยการจัด กิจกรรมออกกำลังกายอย่างต่อเนื่องทุกวันพุธ ทั้งนี้การออกกำลังกายเป็นหนึ่งในแนวทางการปรับตัววิถีใหม่ที่สำคัญ ภายใต้นโยบาย ทส. ยกกำลังเอ็กซ์ โดยให้ความสำคัญกับการปรับตัวและปรับชีวิตของบุคลากรในการดำรงชีวิตใหม่ เพิ่มความกระฉับกระว้างและดูแลสุขภาพให้สามารถรองรับต่อสถานการณ์ที่เปลี่ยนแปลงหรือวิกฤตต่างๆ ที่เกิดขึ้นได้ เพื่อมีร่างกายและแรงใจที่ดีในการปฏิบัติงานเพื่อประโยชน์สุขของส่วนรวมต่อไป

ผลการดำเนินการ
จัดกิจกรรมแล้ว 41 ครั้ง
- แอโรบิค 32 ครั้ง
- โยคะ 1 ครั้ง
- วิ่ง 1 ครั้ง
- กายบริหาร 7 ครั้ง



WEBSITE



FACEBOOK

ส่วนอำนวยการ

"มุ่งผลสัมฤทธิ์ จัดบริการ ประสาน สามัคคี"

สำนักงานทรัพยากรน้ำที่ 1 เลขที่ 555 ม.15 ต.บ่อแก้ว อ.เมืองลำปาง จ.ลำปาง 52100