กรมทรัพยากรน้ำ
กระทรวงทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม

สทน.1 จัดกิจกรรม "เสริมสร้างการออกกำลังกาย" รวมพลังสร้างความสามัคคี

ผลการดำเนินการ
จัดกิจกรรมแล้ว 44 ครั้ง
- แอโรบิค 35 ครั้ง
- โยคะ 1 ครั้ง
- วิ่ง 1 ครั้ง
- กายบริหาร 7 ครั้ง

วันที่ 30 สิงหาคม 2566

นายโอภาส ถาวร ผู้อำนวยการสำนักงานทรัพยากรน้ำที่ 1 มอบหมายให้นางสาวสุพัดสอน สีมีด ผู้อำนวยการส่วนอำนวยการ นำทีมข้าราชการ ลูกจ้างประจำ พนักงานราชการและเจ้าหน้าที่ จัดกิจกรรมส่งเสริมการออกกำลังกายทุกวันพุธ ซึ่งเป็นหนึ่งในแนวทางการปรับตัววิถีใหม่ (new normal) เพื่อมุ่งหวังให้เจ้าหน้าที่มีการปรับตัวและปรับชีวิตในการดำรงชีวิตใหม่ เพิ่มความ ระมัดระวังและดูแลสุขภาพให้สามารถรองรับต่อสถานการณ์ที่เปลี่ยนแปลงหรือวิกฤตต่างๆ ที่เกิดขึ้นได้ให้มีแรงกายและแรงใจที่ดีในการปฏิบัติงาน เพื่อประโยชน์สุขของส่วนรวม นอกจากนั้น การออกกำลังกายที่สม่ำเสมอยังช่วยสร้างภูมิต้านทานโรค ป้องกันการเจ็บป่วยที่รุนแรงของโรคได้อีกด้วย

"มุ่งผลสัมฤทธิ์ จิตบริการ ประสาน สามัคคี"

WEBSITE FACEBOOK
ส่วนอำนวยการ
สำนักงานทรัพยากรน้ำที่ 1 เลขที่ 555 ม.15 ต.บ่อแฮ้ว อ.เมืองลำปาง จ.ลำปาง 52100