



ที่ ลป ๐๐๑๙.๑/๒๓๗๗/๕๓

ศาลากลางจังหวัดลำปาง  
กม. ๕ ถนนวชิราวุธดำเนิน  
ตำบลพระบาท ลป ๕๒๐๐๐

๑๔ พฤศจิกายน ๒๕๖๐

เรื่อง โครงการพัฒนาคุณภาพชีวิตบุคลากรกรมการพัฒนาชุมชน ประจำปี ๒๕๖๑

เรียน นายอำเภอแม่พริก

สิ่งที่ส่งมาด้วย กำหนดการโครงการฯ

จำนวน ๑ ชุด

ด้วยจังหวัดลำปาง ได้รับแจ้งจากกรมการพัฒนาชุมชนว่า จะดำเนินโครงการพัฒนาคุณภาพชีวิตบุคลากรกรมการพัฒนาชุมชน ประจำปี ๒๕๖๑ ระหว่างวันที่ ๒๑ - ๒๔ พฤศจิกายน ๒๕๖๐ ณ กรมการพัฒนาชุมชน และเดอะ เลกาซี ริเวอร์แคว รีสอร์ท จังหวัดกาญจนบุรี เพื่อเสริมสร้างขวัญกำลังใจ สร้างแรงจูงใจ และเพิ่มประสิทธิภาพในการปฏิบัติราชการ ให้เกิดผลสัมฤทธิ์ต่อภารกิจของรัฐ กลุ่มเป้าหมายคือ ผู้ที่มีผลการปฏิบัติงานดีเด่นด้านต่างๆ เช่น ข้าราชการพลเรือนดีเด่น (ครูทองคำ) หรือข้าราชการและลูกจ้างดีเด่นของกรมการพัฒนาชุมชน

ในการนี้ จังหวัดลำปาง จึงขอให้ท่านได้อนุญาตและแจ้งให้ นางนัญญา สมฤทธิ์ ตำแหน่ง พัฒนาการอำเภอแม่พริก ข้าราชการดีเด่นกรมการพัฒนาชุมชน ประจำปี ๒๕๖๐ ประเภท วิชาการ เข้าร่วมโครงการดังกล่าว รายละเอียดตามกำหนดการที่ส่งมาด้วย

จึงเรียนมาเพื่อพิจารณา

ขอแสดงความนับถือ

(นางสาวศศิธร อินทกุล)

พัฒนาการจังหวัด ปฏิบัติราชการแทน

ผู้ว่าราชการจังหวัดลำปาง

สำนักงานพัฒนาชุมชนจังหวัด

ฝ่ายอำนวยการ

โทร., โทรสาร ๐ ๕๔๒๖ ๕๐๕๕



กรมการพัฒนาชุมชน เศรษฐกิจฐานรากมั่นคง และชุมชนพึ่งตนเองได้ ภายในปี ๒๕๖๔

กำหนดการ  
โครงการพัฒนาคุณภาพชีวิตบุคลากรกรมการพัฒนาชุมชน ประจำปี ๒๕๖๑  
ดำเนินการ ณ กรมการพัฒนาชุมชน และเดอะเลกาซี ริเวอร์แคว รีสอร์ท จังหวัดกาญจนบุรี

**วันอังคารที่ ๒๑ พฤศจิกายน ๒๕๖๐**

เวลา ๐๘.๐๐ - ๐๙.๐๐ น.	ลงทะเบียน รายงานตัว ณ ห้องสัมมนา ๓๐๐๓ ชั้น ๓ กรมการพัฒนาชุมชน
เวลา ๐๙.๐๐ - ๐๙.๓๐ น.	ปฐมนิเทศ โดยเลขานุการกรม
เวลา ๐๙.๓๐ - ๑๐.๐๐ น.	พิธีเปิด โดยอธิบดีกรมการพัฒนาชุมชน
เวลา ๑๐.๐๐ - ๑๒.๐๐ น.	เทคนิคการบริหารเวลากับเป้าหมายความสำเร็จ โดยวิทยากรจากสำนักงาน ก.พ.
เวลา ๑๒.๐๐ - ๑๓.๐๐ น.	รับประทานอาหารกลางวัน
เวลา ๑๓.๐๐ - ๑๖.๐๐ น.	เดินทางจากศูนย์ราชการ กทม. ถึงเดอะเลกาซี ริเวอร์แคว รีสอร์ท กาญจนบุรี
เวลา ๑๘.๐๐ - ๑๙.๐๐ น.	รับประทานอาหารเย็น
เวลา ๑๙.๐๐ - ๒๑.๐๐ น.	ศึกษาค้นคว้าอิสระแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตข้าราชการ
เวลา ๒๑.๓๐ น	พักค้างคืน

**วันพุธที่ ๒๒ พฤศจิกายน ๒๕๖๐**

เวลา ๐๖.๐๐ - ๐๗.๐๐ น.	ฝึกการบริหารลมปราณ/ซิงกง โดยอาจารย์ถาวร ชนะภักย์
เวลา ๐๗.๓๐ น.	รับประทานอาหารเช้า
เวลา ๐๙.๐๐ - ๑๒.๐๐ น.	บรรยายเรื่องการสร้างสมดุลระหว่างชีวิตกับการทำงาน โดยอาจารย์ไกร มาศพิมล
เวลา ๑๒.๐๐ - ๑๓.๐๐ น.	รับประทานอาหารกลางวัน
เวลา ๑๓.๐๐ - ๑๕.๐๐ น.	กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ โดยอาจารย์สุรพงษ์ วงษ์สุบรรณ
เวลา ๑๕.๐๐ - ๑๗.๐๐ น.	ศึกษาดูงานและบรรยายการพัฒนาคุณภาพชีวิตด้านจิตใจ โดยอาจารย์ไกร มาศพิมล
เวลา ๑๘.๐๐ - ๑๙.๐๐ น.	รับประทานอาหารเย็น
เวลา ๑๙.๐๐ - ๒๑.๐๐ น.	ศึกษาค้นคว้าอิสระแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตข้าราชการ
เวลา ๒๑.๓๐ น	พักค้างคืน

**วันที่พฤหัสบดีที่ ๒๓ พฤศจิกายน ๒๕๖๐**

เวลา ๐๖.๐๐ - ๐๗.๐๐ น.	ออกกำลังกายยามเช้า แอโรบิก โดยอาจารย์สิริวรรณ เสวกฉิม
เวลา ๐๘.๐๐ น.	รับประทานอาหารเช้า
เวลา ๐๙.๐๐ - ๑๒.๐๐ น.	บรรยายการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักอายุรเวท โดยอาจารย์กรรณิกา จิตศรีธธา
เวลา ๑๒.๐๐ - ๑๓.๐๐ น.	รับประทานอาหารกลางวัน
เวลา ๑๓.๐๐ - ๑๖.๐๐ น.	ฝึกปฏิบัติการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักอายุรเวท โดยอาจารย์กรรณิกา จิตศรีธธา
เวลา ๑๘.๐๐ - ๑๙.๐๐ น.	รับประทานอาหารเย็น
เวลา ๑๙.๐๐ - ๒๑.๐๐ น.	การสรีลาศเพื่อสุขภาพ โดยอาจารย์นันท์พัชร โคลงศรีสุข
เวลา ๒๑.๓๐ น	พักค้างคืน

/วันศุกร์ที่ ๒๔...

**วันศุกร์ที่ ๒๔ พฤศจิกายน ๒๕๖๐**

เวลา ๐๖.๐๐ - ๐๗.๐๐ น.	ออกกำลังกายยามเช้า โยคะแดนซ์ โดย อาจารย์กรรณิกา จิตศรัทธา
เวลา ๐๗.๓๐ น.	กิจกรรมการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามแบบวิถีไทยเพื่อพัฒนาจิตใจ
เวลา ๑๐.๐๐ - ๑๒.๐๐ น.	ศึกษาดูงานการพัฒนาคุณภาพชีวิต ด้านการพัฒนาศูนย์ OTOP โดยนายสหสัมพันธ์ ยืนยงค์
เวลา ๑๒.๐๐ - ๑๓.๐๐ น.	รับประทานอาหารกลางวัน
เวลา ๑๓.๐๐ - ๑๕.๐๐ น.	สรุป ประเมินผลโครงการ มอบหมายภารกิจ เดินทางกลับ กทม.
เวลา ๑๘.๐๐ น.	เดินทางถึงศูนย์ราชการฯ โดยสวัสดิภาพ

หมายเหตุ รับประทานอาหารว่าง เวลา ๑๐.๓๐ น. และ ๑๔.๓๐ น.  
กำหนดการอาจปรับเปลี่ยนได้ตามความเหมาะสม