



ประกาศ

สทศ ออมทรัพย์ ข้าราชการกระทรวงศึกษาธิการ จำกัด
โครงการรักษาสภาพ เรื่อง การพัฒนากาย และจิตเพื่อชีวิตที่สดใส

ด้วยสทศ ออมทรัพย์ ข้าราชการกระทรวงศึกษาธิการ จำกัด ได้จัดโครงการรักษาสภาพเพื่อส่งเสริมให้สมาชิกของสทศ เข้าใจวิถีการดำเนินชีวิตเปลี่ยนไปเนื่องจากสภาพแวดล้อมที่ไม่สมดุล เกิดปัญหาความเสื่อมโทรมของสิ่งแวดล้อมทั้งทางด้านอากาศ น้ำ อาหาร ประชาชนมีชีวิตความเป็นอยู่ที่แออัด และมีพฤติกรรมที่เอื้อต่อการเกิดโรคร้ายต่าง ๆ ซึ่งมักเป็นผลเนื่องมาจากการดำเนินชีวิตและการมีพฤติกรรมสุขภาพไม่เหมาะสมขาดความสนใจและละเลยต่อการดูแลสุขภาพ เช่น การบริโภคอาหารที่ไม่เหมาะสม ขาดการออกกำลังกาย สุขภาพองค์รวม (Holistic Health System) กล่าวอีกนัยหนึ่งก็คือ การที่จะมีสุขภาพดีอย่างยั่งยืนและสุขภาพดีถาวรนั้นต้องนำเอาหลักการสุขภาพองค์รวมมาแก้ปัญหา โดยพระปริยัติธรรมธาดา รองเจ้าอาวาสวัดเบญจมบพิตร และอาจารย์ สง่า ดามาพงศ์ ซึ่งสทศฯ จัดในวันจันทร์ที่ 27 พฤศจิกายน 2560 เวลา 08.30 น.-16.00 น. ณ ห้องประชุมหม่อมหลวงปิ่น มาลากุล อาคารรัชมังคลาภิเษก ชั้น 3 กระทรวงศึกษาธิการ กรุงเทพมหานคร

สทศ ออมทรัพย์ ข้าราชการกระทรวงศึกษาธิการ จำกัด เปิดโอกาสให้สมาชิกทุกคนสามารถสมัครได้ โดยไม่เสียค่าใช้จ่ายใด ๆ ทั้งสิ้น

กำหนดยื่นใบสมัครได้ที่สทศ ออมทรัพย์ ข้าราชการกระทรวงศึกษาธิการ จำกัด สอบถามรายละเอียดโทรศัพท์ 02-2825609, 02-6287500-3 ตั้งแต่บัดนี้ ถึงวันที่ 20 พฤศจิกายน 2560 โดยจะพิจารณาเรียงตามลำดับการสมัคร จำนวน 200 คนเท่านั้น

ประกาศ ณ วันที่ 29 กันยายน พ.ศ. 2560

(นายเชาว์เลิศ ขำเมือง)

ประธานกรรมการสทศ ออมทรัพย์
ข้าราชการกระทรวงศึกษาธิการ

29 ก.ย. 2560

กำหนดการโครงการรักษสุขภาพ
เรื่อง การพัฒนากาย และจิต เพื่อชีวิตที่สดใส
ณ ห้องประชุมหม่อมหลวงปิ่น มาลากุล
กระทรวงศึกษาธิการ

วันจันทร์ที่ 27 พฤศจิกายน 2560

- 08.30-09.00 น. พิธีเปิด โดยนายเชาว์เลิศ ขวัญเมือง ประธานกรรมการ
สหกรณ์ออมทรัพย์ข้าราชการกระทรวงศึกษาธิการ จำกัด
- 09.00-12.00น. บรรยาย ธรรมะสกิดใจ ในการดำรงชีวิต
โดย พระปริยัติธรรมธาดา รองเจ้าอาวาสวัดเบญจมบพิตร ฯ
- 12.00-13.00 น. รับประทานอาหารกลางวัน
- 13.00-16.00 น. บรรยาย กินคลีนฟู้ดแบบไทย ๆ
โดย อาจารย์ สง่า ดามาพงศ์ ผู้เชี่ยวชาญด้านโภชนาการ

- หมายเหตุ
1. เวลา 10.30 – 10.45 น. รับประทานอาหารว่าง
 2. เวลา 14.30 – 14.45 น. รับประทานอาหารว่าง
 3. กำหนดการอาจปรับเปลี่ยนได้ตามความเหมาะสม
-