



ประกาศ

สทศ ออมทรัพย์ ข้าราชการกระทรวงศึกษาธิการ จำกัด

โครงการรักษาสภาพ เรื่อง สมาธิบำบัด

“SKT 7 เทคนิคพัฒนาร่างกายให้แข็งแรงตัวเอง”

ด้วยสทศ ออมทรัพย์ ข้าราชการกระทรวงศึกษาธิการ จำกัด ได้จัดโครงการรักษาสภาพเพื่อส่งเสริมให้สมาชิกของสทศ เข้าใจวิถีการดำเนินชีวิตเปลี่ยนไปเนื่องจากสภาพแวดล้อมที่ไม่สมดุล เกิดปัญหาความเสื่อมโทรมของสิ่งแวดล้อมทั้งทางด้านอากาศ น้ำ อาหาร ประชาชนมีวิถีชีวิตความเป็นอยู่ที่แออัด และมีพฤติกรรมที่เอื้อต่อการเกิดโรคร้ายต่าง ๆ ซึ่งมักเป็นผลเนื่องมาจากการดำเนินชีวิตและการมีพฤติกรรมสุขภาพไม่เหมาะสมขาดความสนใจและละเลยต่อการดูแลสุขภาพ เช่น การบริโภคอาหารที่ไม่เหมาะสม ขาดการออกกำลังกาย สุขภาพองค์รวม (Holistic Health System) กล่าวอีกนัยหนึ่งก็คือ การที่จะมีสุขภาพดีอย่างยั่งยืนและสุขภาพดีถ้วนหน้านั้นต้องนำเอาหลักการสุขภาพองค์รวมมาแก้ปัญหา โดยรศ.ดร.สมพร กันทรดุขฎิตรีเยี่ยมชัยศรี อดีตอาจารย์ประจำวิชาอาชีวอนามัยและความปลอดภัยคณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล ซึ่งใช้เวลาวิจัยและทดลองเยียวยาผู้ป่วยมานานกว่า 20 ปี จนได้ผลสรุปเทคนิค 7 ประการ สามารถทำควบคู่ไปกับการรักษาได้ทุกรูปแบบ หรือทำกับบุคคลปกติว่าร่างกายจะแข็งแรงยิ่งขึ้นเป็นเทคนิคพัฒนาร่างกายให้แข็งแรงตัวเอง ซึ่งสทศฯ เห็นว่ามีประโยชน์จึงจัดในวันจันทร์ที่ 24 กันยายน 2561 เวลา 08.30 น.-16.00 น. ณ หอประชุมคุรุสภา กระทรวงศึกษาธิการ กรุงเทพมหานคร

สทศ ออมทรัพย์ ข้าราชการกระทรวงศึกษาธิการ จำกัด เปิดโอกาสให้สมาชิกทุกคนสามารถสมัครได้ โดยไม่เสียค่าใช้จ่ายใด ๆ ทั้งสิ้น

กำหนดยื่นใบสมัครได้ที่สทศ ออมทรัพย์ ข้าราชการกระทรวงศึกษาธิการ จำกัด สอบถามรายละเอียดโทรศัพท์ 02-2825609, 02-6287500-3 ตั้งแต่บัดนี้ ถึงวันที่ 19 กันยายน 2561 โดยจะพิจารณาเรียงตามลำดับการสมัคร จำนวน 200 คนเท่านั้น

ประกาศ ณ วันที่ 9 กรกฎาคม พ.ศ. 2561

(นายเชาว์เลิศ ขวัญเมือง)

ประธานกรรมการสทศ ออมทรัพย์
ข้าราชการกระทรวงศึกษาธิการ จำกัด

หมายเหตุ

1. เวลา 10.30 - 10.45 น. รับประทานอาหารว่าง
2. เวลา 14.30 - 14.45 น. รับประทานอาหารว่าง
3. กรุณาใส่เสื้อสูทหรือชุดสูทของผู้หญิง
4. กำหนดการอาจปรับเปลี่ยนได้ตามความเหมาะสม

วันจันทร์ที่ 24 กันยายน 2561

08.30-09.00 น.

ลงทะเบียน

09.15 น.

พิธีเปิด โดยนายเอชวาลักษณ์ วัฒนกุล รองประธานกรรมการ

สหกรณ์ออมทรัพย์ข้าราชการกระทรวงศึกษาธิการ จุฬาลง

09.00-12.00น.

บรรยายพิเศษในการทำสมาธิอย่างไรให้ถูกต้องในการเสวยยาตัวเอง

โดย รศ.ดร. สมพร ภัณฑรัตน์ วิทยาลัยศรี

12.00-13.00 น.

รับประทานอาหารกลางวัน

13.00-16.00 น.

ฝึกปฏิบัติท่าสมาธิ SKT

โดย รศ.ดร. สมพร ภัณฑรัตน์ วิทยาลัยศรี

กำหนดการโครงการประชุมสหภาพ

เรื่อง สมาธิปฏิบัติ

“SKT 7 เทคนิคพัฒนาร่างกายให้เสวยยาตัวเอง”

ขอประชุมที่ศูนย์สุขภาพและการพัฒนา
