

กำหนดการ

กิจกรรมส่งเสริมคุณภาพชีวิตการทำงาน (QWL) โครงการสุขภาพดีในที่ทำงาน ครั้งที่ 4/2561
การปฏิบัติธรรมและบรรยายธรรมในหัวข้อ “ผลลัพธ์ของการปฏิบัติธรรม”

โดยแพทย์หญิง ดร. อมรา มลิลลา

วันเสาร์ที่ 22 กันยายน 2561 เวลา 8.30-13.00 น.

ณ วิเทศโมสตร ภัทรวงศาต่างประเทศ อาคารถนนศรีอยุธยา

8.30 น.	ลงทะเบียน
9.00 น.	บรรยายเรื่อง “ผลลัพธ์ของการปฏิบัติธรรม”
10.00 น.	ฝึกปฏิบัติธรรม
10.30 น.	พักรับประทานอาหารว่าง
10.45 น.	ฝึกปฏิบัติธรรม (ต่อ)
11.45 น.	สรุปผลการปฏิบัติและตอบข้อซักถาม
12.30 น.	รับประทานอาหารกลางวันร่วมกัน

การแต่งกาย: ชุดลำลองสุภาพ

**หมายเหตุ กำหนดการอาจเปลี่ยนแปลงได้ตามความเหมาะสม

กิจกรรมส่งเสริมคุณภาพชีวิตการทำงาน (QWL)

โครงการสุขภาพดีในที่ทำงาน ครั้งที่ 4/2561

การปฏิบัติธรรมและบรรยายธรรมในหัวข้อ "ผลลัพธ์ของการปฏิบัติธรรม"

วันเสาร์ที่ 22 กันยายน 2561 เวลา 8.30-13.00 น.

ณ วิเทศโมสร กระทรวงการต่างประเทศ ถ.ศรีอยุธยา

ที่	ชื่อ - นามสกุล		หน่วยงานที่สังกัด	เบอร์โทรศัพท์	ลายมือชื่อ
1	นาง	เพ็ญศรี ไชยเฉลิมวงศ์	กรมความร่วมมือระหว่างประเทศ	086 535 9077	
2	นาง	เบญจรี พอควร	สำนักงานสวัสดิการ	095 826 9489	
3	นางสาว	สุนี สุทธิอนันต์	กรมความร่วมมือระหว่างประเทศ	062 451 4222	
4	นางสาว	พัชรี รัตนจันทร์	สำนักจัดหาและบริหารทรัพย์สิน	097 259 1592	
5	นางสาว	ยุคลธร ธีระธรรม	ข้าราชการบำนาญ	081 408 2984	
6	นางสาว	ไอศูรย์ เนาว์จิตต์	กรมการกงสุล	089 940 1446	
7	นางสาว	ประภาพร กัลยาพัทตร์	สำนักงานสวัสดิการ	095 570 9884	
8	นาย	วุฒิกเกียรติ ศรีทอง	ศูนย์ ICT	091 028 2955	
9	นาง	ศคราญ สมนึก	ข้าราชการบำนาญ	089 787 7285	
10	นางสาว	ปัญญา เพ็งเจริญ	ข้าราชการบำนาญ	089 787 7285	
11	นาย	รุ่งธรรม ชูตระกูล	กรมการกงสุล	090 942 4895	
12	นางสาว	สุกัญญา พิศาลพัฒนกุล	กรมองค์การระหว่างประเทศ	084 652 4516	
13	นางสาว	จิรวรา สิงหรา ณ อยุธยา	กรมสนธิสัญญาและกฎหมาย	089 149 6300	
14	นาย	ภวิกร พวงเกตุแก้ว	สำนักงานปลัดกระทรวง	086 011 7495	
15	นางสาว	ธิดาพร ไตรวชิรางกูร	กรมเอเชียตะวันออก	086 975 7422	
16	นางสาว	จุฑามาส อุตตะโมท	กรมความร่วมมือระหว่างประเทศ	092 662 9269	
17	นางสาว	พิมพ์รัก บุญมณีวีระกุล	ข้าราชการบำนาญ	081 994 9515	
18	นาง	กัลยา คงเผ่า	ข้าราชการบำนาญ	087 823 2722	
19	นางสาว	พนัชกร สีหานามสุข	สำนักบริหารบุคคล	062 678 6711	
20	นางสาว	สุภาพร เจริญพิริยธารกุล	สำนักงานเลขานุการปลัดกระทรวง	097 014 1344	
21	นาง	กษมา แฉฉาย	สำนักจัดหาและบริหารทรัพย์สิน	063 559 3914	
22	นางสาว	เมธิกา ประภากรศิริ	สำนักบริหารบุคคล	085 138 4555	
23	นางสาว	อัจฉรา แสนสวัสดิ์	สำนักบริหารบุคคล	063 421 9336	
24	นางสาว	นิธิมา มณีโชติ	สำนักจัดหาและบริหารทรัพย์สิน	087 463 5999	
25	นาง	เสริมศรี นาคะวิโรจน์	ข้าราชการบำนาญ	086 782 2397	
26	นางสาว	เพ็ญแข อินทรสวรรณ	สำนักบริหารบุคคล	088 090 5050	
27	นางสาว	พรชนก โกษา	สำนักบริหารบุคคล	092 624 0962	
28	นาง	ศรีพันธ์ จันทรงค์คะ	สำนักบริหารบุคคล	082 442 3387	