



ศูนย์บริการพยาบาล คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

Nursing Services Center, Faculty of Nursing Chiang Mai University.

๑๑๐ ถนนอินทวโรรส ตำบลศรีภูมิ อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่ ๕๐๒๐๐

โทรศัพท์ (๐๕๓) ๙๓๖๐๗๔, ๙๔๙๑๕๑, ๐๘๑-๙๙๒๕๘๒๘ โทรสาร (๐๕๓) ๒๑๒๖๒๙

ที่ ศธ ๖๕๙๓(๗.๑๘.๑)/๑๒๒๘

๑๘ ธันวาคม ๒๕๖๐

มหาวิทยาลัยสวนดุสิต
เลขรับ 297.
วันที่ 17 ม.ก.-๖1
เวลา 13.42 น.

เรื่อง ขอเชิญบุคลากรในสังกัดเข้ารับการอบรม

เรียน อธิการบดีมหาวิทยาลัยราชภัฏสวนดุสิต

สิ่งที่ส่งมาด้วย แผ่นพับและใบสมัครเข้าร่วมอบรม จำนวน ๔ ชุด

ด้วย ศูนย์บริการพยาบาล คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ จะดำเนินการจัดการอบรมโครงการเตรียมพร้อมสู่การเกษียณอายุงาน“เกษียณสร้างสุข”ประจำปี ๒๕๖๑ จำนวน ๓ รุ่น โดยมีรายละเอียดการจัดอบรมดังต่อไปนี้

- รุ่นที่ ๑ ระหว่างวันที่ ๑๙ - ๒๓ มีนาคม ๒๕๖๑ ณ โรงแรมอโมรา ท่าแพ จ.เชียงใหม่ และคอยอ่างขาง อ.ฝาง จ.เชียงใหม่
- รุ่นที่ ๒ ระหว่างวันที่ ๑๑ - ๑๕ มิถุนายน ๒๕๖๑ ณ โรงแรมเดอะปาร์ค จ.เชียงใหม่ และสวนพฤกษศาสตร์ทวีชล จ.เชียงใหม่
- รุ่นที่ ๓ ระหว่างวันที่ ๒๐ - ๒๔ สิงหาคม ๒๕๖๑ ณ โรงแรมเดอะปาร์ค จ.เชียงใหม่ และสวนพฤกษศาสตร์ทวีชล จ.เชียงใหม่

ศูนย์บริการพยาบาล คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ พิจารณาแล้วเห็นว่า การอบรมดังกล่าวจะเป็นประโยชน์ต่อบุคลากรที่ปฏิบัติงานในหน่วยงาน จึงขอความอนุเคราะห์ท่านพิจารณาส่งบุคลากรในสังกัดเข้ารับการอบรม โดยข้าราชการ พนักงานองค์การรัฐวิสาหกิจ สามารถเข้าร่วมประชุมได้โดยไม่ถือเป็นวันลา และมีสิทธิ์เบิกค่าลงทะเบียนตลอดจนค่าใช้จ่ายต่างๆ ตามระเบียบของทางราชการจากต้นสังกัด ทั้งนี้ ต้องได้รับอนุญาตจากผู้บังคับบัญชาแล้ว และเมื่อได้รับอนุญาตให้เข้าร่วมประชุมโปรดแจ้งชื่อผู้เข้าร่วมประชุม พร้อมใบสมัครลงทะเบียนมายังศูนย์บริการพยาบาล คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ และสามารถดาวน์โหลดใบสมัครเพิ่มเติมได้ที่ www.nurse.cmu.ac.th/nscmmu หรือโทรศัพท์ หมายเลข (๐๕๓) ๙๓๖๐๗๔, ๙๔๙๑๕๑, ๐๘๑-๙๙๒๕๘๒๘ โทรสาร (๐๕๓) ๒๑๒๖๒๙ Email : nscmmunews@gmail.com

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา จักเป็นพระคุณยิ่ง

ขอแสดงความนับถือ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.กนกพร สุคำวัง)

ผู้อำนวยการศูนย์บริการพยาบาล

ศูนย์บริการพยาบาล คณะพยาบาลศาสตร์
มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
๑๑๐ ถ.อินทวโรรส ต.ศรีภูมิ อ.เมือง จ.เชียงใหม่ ๕๐๒๐๐



เรียน อธิการบดีมหาวิทยาลัยราชภัฏสวนดุสิต
มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนดุสิต
๒๙๕ ถนนราชสีมา
เขตดุสิต
กรุงเทพมหานคร ๑๐๓๐๐

วันพฤหัสบดีที่ 23 สิงหาคม 2561

- 06.00 - 07.00 น. การออกกำลังกาย เดินชมสวนตามอัธยาศัย
- 07.00 - 09.00 น. รับประทานอาหารเช้า
- 09.00 - 10.30 น. บรรยาย “เตรียมที่อยู่อย่างปลอดภัยสำหรับวัยเกษียณ”
- 10.30 - 12.00 น. บรรยาย “การบริหารการเงินหลังเกษียณ”
- 12.00 - 13.00 น. รับประทานอาหารกลางวัน
- 13.00 - 15.30 น. บรรยาย “การเตรียมพร้อมสู่ การเปลี่ยนแปลงทางด้านระบบ กล้ามเนื้อกระดูกและข้อ ในผู้สูงอายุ”
- 15.30 - 18.00 น. พักผ่อนตามอัธยาศัย(ว่ายน้ำ, ฟิตเนส, นวดแผนไทย, ซี่งิกรยาม)
- 18.00 - 20.00 น. รับประทานอาหารเย็นและทำกิจกรรมสันทนาการร่วมกัน
- 20.00 น. เป็นต้นไป พักผ่อนตามอัธยาศัย

วันศุกร์ที่ 24 สิงหาคม 2561

- 06.00 - 07.00 น. การออกกำลังกาย เดินชมสวนตามอัธยาศัย
- 07.00 - 08.30 น. รับประทานอาหารเช้า
- 08.30 - 10.00 น. บรรยาย “กินและอยู่อย่างไว้เป็นสุขในวัยสูงอายุ”
- 10.00 - 12.00 น. บรรยาย “กฎหมายและสิทธิประโยชน์ของผู้เกษียณ”
- 12.00 - 12.30 น. พิธีปิด โครงการเตรียมพร้อมการเกษียณอายุ
- 12.30 - 13.30 น. รับประทานอาหารกลางวัน
- 13.30 - 14.30 น. พร้อม Check out ตรวจสอบการให้เรียบร้อยนำมาไม่ได้เตรียม
- 14.30 - 16.00 น. เดินทางกลับเข้าตัวเมืองเชียงใหม่และแวะซื้อของฝาก
- 16.00 น. เป็นต้นไป เดินทางกลับโดยสวัสดิภาพ

เปิดรับสมัครตั้งแต่วันนี้ถึงวันที่ 20 กรกฎาคม 2561

เอกสารประกอบการสมัคร

1. ใบสมัครลงทะเบียน 1 ฉบับ
2. สำเนาใบโอนเงินชำระค่าลงทะเบียน 1 ฉบับ

โปรดส่งเอกสารประกอบการสมัครพร้อมกับชำระค่าลงทะเบียน ตามวันเวลาที่กำหนดชำระค่าลงทะเบียนผ่านบัญชีออมทรัพย์ - ธนาคารไทยพาณิชย์ สาขาคณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
ชื่อบัญชี “ศูนย์บริการพยาบาล มหาวิทยาลัยเชียงใหม่”
เลขที่บัญชี 566-4-12445-8 หรือ
- ธนาคารกรุงเทพ สาขาคณะเทคนิคการแพทย์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
ชื่อบัญชี “ศูนย์บริการพยาบาล มหาวิทยาลัยเชียงใหม่”
เลขที่บัญชี 968-0-05361-9

ช่องทางเอกสารประกอบการสมัคร

1. ทางโทรสาร หมายเลข 053-212629
2. ทาง E-mail nsccmnews@gmail.com
3. ทางไปรษณีย์ ถึง ศูนย์บริการพยาบาล คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ 110 ถ.อินทวิโรต ต.ศรีภูมิ อ.เมือง จ.เชียงใหม่ 50200
4. สมัครออนไลน์ที่ www.nurse.cmu.ac.th/nsccmu

ค่าลงทะเบียน

- ชำระเงินค่าลงทะเบียนพร้อมที่พัก 9,800 บาท (พักคู่กับ.....)
 - ชำระเงินค่าลงทะเบียนพร้อมที่พัก 12,800 บาท (พักเดี่ยว)
- **กรุณาส่งหลักฐานการชำระเงินภายในวันที่ผ่านไอน

หมายเหตุ

ค่าใช้จ่ายประกอบด้วย

1. ค่าวิทยากร ค่าเอกสาร ค่าอุปกรณ์และค่าใช้จ่ายอื่นๆ ที่เกี่ยวกับโครงการ
2. อาหารจำนวน 11 มื้อ อาหารว่าง 9 มื้อ ที่พัก 4 คืน
3. ค่าพาหนะเดินทางไปยังสถานที่ที่กำหนดและส่งผู้เข้าอบรมยังสถานที่ขนส่ง/ท่าอากาศยาน/ สถานีรถไฟ ในจังหวัดเชียงใหม่ในวันปิดโปรแกรม
4. ค่าเข้าชมและค่าสถานที่ทัศนศึกษา
5. ค่าใช้จ่ายอื่นๆที่อาจมีระหว่างการจัดทัศนศึกษา

สอบถามรายละเอียดเพิ่มเติม

โทรศัพท์ : 053-936074, 053-949151, 081-9925828
โทรสาร : 053-212629 Email: nsccmnews@gmail.com
Website : www.nurse.cmu.ac.th/nsccmu

****ศูนย์บริการพยาบาลขอสงวนสิทธิ์เลื่อน/ ยกเลิกการอบรม หากมีผู้สมัครลงทะเบียนน้อยกว่า 40 คน**



ศูนย์บริการพยาบาล คณะพยาบาลศาสตร์
มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

โครงการเตรียมความพร้อม
สู่การเกษียณอายุงาน : เกษียณสร้างสุข
รุ่นที่ 3/2561

ระหว่างวันที่ 20-24 สิงหาคม 2561

ณ โรงแรมเดอะปาร์ค จ.เชียงใหม่
และ สวนพฤกษศาสตร์วิซอล อ.ดอยสะเก็ด
จ.เชียงใหม่

จัดโดย
ศูนย์บริการพยาบาล คณะพยาบาลศาสตร์
มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

โครงการเตรียมพร้อมสู่การเกษียณอายุงาน “เกษียณสร้างสุข” รุ่นที่ 3/2561

หลักการและเหตุผล

การเกษียณอายุงาน คือ การสิ้นสุดของช่วงเวลาการทำงานตามกำหนดของหน่วยงานทุกแห่งทั้งภาครัฐและเอกชน นับเป็นการเปลี่ยนแปลงวิถีการดำเนินชีวิต ทั้งสถานภาพและบทบาททางสังคมที่อาจมีผลต่อการใช้ชีวิตในด้านต่างๆ รวมทั้งภาวะสุขภาพของผู้ที่ใกล้จะเกษียณอายุ การเตรียมความพร้อมสู่การเกษียณจึงมีความสำคัญยิ่งสำหรับบุคลากรของหน่วยงานทุกคน ทั้งนี้เพื่อให้ผู้ที่จะก้าวสู่วัยเกษียณที่เป็นการเริ่มต้นของการเข้าสู่วัยสูงอายุสามารถใช้ชีวิตภายหลังเกษียณอายุอย่างมีความสุขมีคุณภาพและคุณค่าทางร่างกาย จิตใจ จิตวิญญาณ และสังคม

ศูนย์บริการพยาบาล คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ได้ตระหนักถึงความสำคัญของการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุ จึงได้จัดโครงการนี้ขึ้นสำหรับผู้ที่มิอายุระหว่าง 55-65 ปี ทั้งที่เป็นข้าราชการ ลูกจ้าง พนักงาน ผู้ปฏิบัติงานในหน่วยงานภาครัฐและเอกชน รวมถึงบุคคลทั่วไปที่สนใจ เพื่อนำความรู้ ข้อคิดและข้อปฏิบัติที่จัดการโครงการนี้ไปปรับใช้ในการดำเนินชีวิต อย่างมีคุณภาพและมีคุณค่าภายหลังเกษียณอายุ โดยรูปแบบกิจกรรมประกอบด้วย การบรรยาย เสวนา แลกเปลี่ยนความคิดเห็น และประสบการณ์ กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ และทัศนศึกษาในบริเวณจังหวัดเชียงใหม่ โดยศูนย์บริการพยาบาลฯ มุ่งหวังว่าผู้เข้าร่วมโครงการจะได้รับทั้งความรู้ ข้อคิด และประสบการณ์ เพื่อนำไปปรับใช้ในการดำเนินชีวิตหลังเกษียณอายุ และยังมีสื่อเอกสารที่ค่อนข้างน่าสนใจอีกด้วย

วัตถุประสงค์

1. เพื่อเตรียมความพร้อมสำหรับผู้ที่จะเกษียณอายุงานให้มีความรู้ความเข้าใจในองค์รวมของการเกษียณอายุ
2. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมโครงการทราบแนวทางการปฏิบัติตนภายหลังเกษียณอายุ สามารถนำไปปรับใช้กับชีวิตภายหลังเกษียณได้อย่างเหมาะสม มีความสุข และมีคุณภาพ

ผู้เข้าร่วมโครงการ

ผู้ที่มีอายุ 55 – 65 ปี ผู้เกษียณอายุ ทั้งจากหน่วยงานราชการ รัฐวิสาหกิจ เอกชน องค์กรอิสระต่างๆ หรือผู้ที่สนใจทั่วไป

ผู้รับผิดชอบโครงการ

ศูนย์บริการพยาบาล คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

วิทยากร

- ผู้เชี่ยวชาญทางการดูแลสุขภาพและผู้เชี่ยวชาญด้านการวางแผนการเงินจากมหาวิทยาลัยเชียงใหม่
- (คณะพยาบาลศาสตร์, คณะแพทยศาสตร์, คณะเทคนิคการแพทย์, คณะนิติศาสตร์, คณะเภสัชศาสตร์ และคณะสถาปัตยกรรมศาสตร์)
- อนุภาครแห่งประเทศไทยสาขาภาคเหนือ
 - สถาปสู่งอายุแห่งประเทศไทยในพระราชูปถัมภ์

วัน เวลา สถานที่

20-21 สิงหาคม 2561 ณ โรงแรมเดอะปาร์ค จ.เชียงใหม่
22-24 สิงหาคม 2561 ณ สวนพฤกษศาสตร์วิบูล จ.เชียงใหม่

กำหนดการประชุม

วันจันทร์ที่ 20 สิงหาคม 2561		วันอังคารที่ 21 สิงหาคม 2561		วันพุธที่ 22 สิงหาคม 2561	
07.30 - 08.30 น.	ลงทะเบียน	06.00 - 08.00 น.	พักผ่อนตามอัธยาศัย/ทานอาหารเช้า	06.00 - 08.00 น.	รับประทานอาหารร่วมกัน
08.30 - 09.00 น.	พิธีเปิด โครงการเตรียมพร้อมสู่การเกษียณอายุงาน “เกษียณสร้างสุข” รุ่นที่ 3/2561	08.00 - 12.00 น.	เดินทางสู่ต๋องสุเทพ - ทัศนศึกษาวัดพระธาตุดอยสุเทพ ในวัดจตุรพระธาตุคู่มือเชียงใหม่ - ทัศนศึกษาวัดอุโมงค์ (สวนพุทธธรรม) วัดก้านแก้วของเมืองเชียงใหม่	08.00 - 12.00 น.	เดินทางสู่อำเภอแม่ริม - เยี่ยมชมกรมป่าไม้ - ทัศนศึกษาพระตำหนักดาราภิรมย์ซึ่งจัดเป็นที่พักประทับของพระราชชายาเจ้าดารารัศมี เจ้าจอมในพระบาทสมเด็จพระจุลจอมเกล้าเจ้าอยู่หัวรัชกาลที่ 5
09.00 - 09.30 น.	แนะนำศูนย์บริการพยาบาลและทีมงาน	12.00 - 13.00 น.	รับประทานอาหารกลางวัน ณ บ้านขนมจีน	12.00 - 13.00 น.	รับประทานอาหารกลางวัน ณ ศูนย์เสื่อ
09.30 - 11.30 น.	บรรยาย “การสร้างเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุ”	13.00 - 15.00 น.	เดินทางสู่อำเภอสารภี ทัศนศึกษาเวียงกุมกามเมืองโบราณอายุกว่า 727 ปี	13.00 - 15.00 น.	ทัศนศึกษาศูนย์การเรียนรู้ปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงตามแนวพระราชดำริฯและศูนย์สาธิตและส่งเสริมศิลปชีพฯ ภาคเหนือ ชมการเลี้ยงกบคอนบอดหนุหลุม การเพาะเห็ด ฯลฯ
11.30 - 13.00 น.	รับประทานอาหารกลางวัน	15.00 - 16.00 น.	รับประทานอาหารกลางวัน ณ บ้านขนมจีน	15.00 - 16.00 น.	เดินทางสู่สวนพฤกษศาสตร์วิบูล นังรกรางชมสวน 1 รอบ Check in เก็บสัมภาระในห้องพัก
13.00 - 15.00 น.	บรรยาย “สมุนไพรใกล้ตัว”	16.00 - 18.00 น.	เดินทางสู่อำเภอสารภี	16.00 - 18.00 น.	พักผ่อนตามอัธยาศัย(ว่ายน้ำ, ฟิตเนส, นวดแผนไทย, ซักรีดผ้า)
15.00 - 16.30 น.	บรรยาย “การดูแลตนเองกับปัญหาที่พบบ่อยในวัยสูงอายุ”	18.00 - 20.00 น.	รับประทานอาหารเย็น	18.00 - 20.00 น.	รับประทานอาหารเย็นและทำกิจกรรมสัมพันธ์กัน
16.30 - 18.00 น.	กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์	20.00 น. เป็นต้นไป	พักผ่อนตามอัธยาศัย	20.00 น. เป็นต้นไป	พักผ่อนตามอัธยาศัย
18.00 น. เป็นต้นไป	รับประทานอาหารเย็น และพักผ่อนตามอัธยาศัย				



**ศูนย์บริการพยาบาล คณะพยาบาลศาสตร์
มหาวิทยาลัยเชียงใหม่**

ช่องทางเอกสารประกอบการสมัคร

1. ทางโทรสาร หมายเลข 053-212629
2. ทาง E-mail: nsccmnews@gmail.com
3. ทางไปรษณีย์ ถึง ศูนย์บริการพยาบาล คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ 110 ถ.อินทวิโรต ต.ศรีภูมิ อ.เมือง มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ 50200
4. สมัครออนไลน์ที่ www.nurse.cmu.ac.th/nsccmu

ค่าลงทะเบียน

- ชำระเงินค่าลงทะเบียนพร้อมที่พัก 9,800 บาท (พักคู่กับ.....)
 - ชำระเงินค่าลงทะเบียนพร้อมที่พัก 12,800 บาท (พักเดี่ยว)
- **กรุณาส่งหลักฐานการชำระเงินภายในวันที่ทำนอน

หมายเหตุ

- ค่าใช้จ่ายประกอบด้วย
1. ค่าวิทยากร ค่าเอกสาร ค่าอุปกรณ์และค่าใช้จ่ายอื่นๆ ที่เกี่ยวกับโครงการ
 2. อาหารจำนวน 11 มื้อ อาหารว่าง 9 มื้อ ที่พัก 4 คืน
 3. ค่าพาหนะเดินทางไปยังสถานที่ที่กำหนดและส่งผู้เข้าอบรมยังสถานีขนส่ง/ท่าอากาศยาน/ สถานีรถไฟ ในจังหวัดเชียงใหม่ในวันปิดโปรแกรม
 4. ค่าเข้าชมและค่าสถานที่ทัศนศึกษา
 5. ค่าใช้จ่ายอื่นที่อาจมีระหว่างการจัดทัศนศึกษา

สอบถามรายละเอียดเพิ่มเติม

โทรศัพท์ : 053-936074, 053-949151, 081-9925828
โทรสาร : 053-212629 Email: nsccmnews@gmail.com
Website : www.nurse.cmu.ac.th/nsccmu

**ศูนย์บริการพยาบาลของสงวนสิทธิ์เลื่อน/ ยกเลิกการอบรม หากมีผู้สมัครลงทะเบียนน้อยกว่า 40 คน

- วันพฤหัสบดีที่ 14 มิถุนายน 2561**
- 06.00 – 07.00 น. การออกกำลังกาย เดินชมสวนตามอัธยาศัย
 - 07.00 – 09.00 น. รับประทานอาหารเช้า
 - 09.00 – 10.30 น. บรรยาย “เตรียมที่อยู่อย่างไรจะปลอดภัยสำหรับวัยเกษียณ”
 - 10.30 – 12.00 น. บรรยาย “การบริหารการเงินหลังเกษียณ”
 - 12.00 – 13.00 น. รับประทานอาหารกลางวัน
 - 13.00 – 15.30 น. บรรยาย “การเตรียมพร้อมผู้ การเปลี่ยนแปลงทางด้านระบบกล้ามเนื้อกระดูกและข้อ ในผู้สูงอายุ”
 - 15.30 – 18.00 น. พักผ่อนตามอัธยาศัย(ว่ายน้ำ, ฟิตเนส, นวดแผนไทย, ซักรีดเย็บ)
 - 18.00 – 20.00 น. รับประทานอาหารเย็นและทำกิจกรรมสัมพันธ์การร่วมกัน
 - 20.00 น. เป็นต้นไป พักผ่อนตามอัธยาศัย

- วันศุกร์ที่ 15 มิถุนายน 2561**
- 06.00 – 07.00 น. การออกกำลังกาย เดินชมสวนตามอัธยาศัย
 - 07.00 – 08.30 น. รับประทานอาหารเช้า
 - 08.30 – 10.00 น. บรรยาย “กินและอยู่อย่างไรให้มีความสุขในวัยสูงอายุ”
 - 10.00 – 12.00 น. บรรยาย “กฎหมายและสิทธิประโยชน์ของผู้เกษียณ”
 - 12.00 – 12.30 น. ทิปปิด โครงการเตรียมพร้อมการเกษียณอายุ
 - 12.30 – 13.30 น. รับประทานอาหารกลางวัน
 - 13.30 – 14.30 น. พร้อม Check out ตรวจสอบการให้เรียบร้อยแล้วเตรียมขึ้นรถ

- 14.30 – 16.00 น. เดินทางกลับเข้าตัวเมืองเชียงใหม่และแวะซื้อของฝาก
 - 16.00 น. เป็นต้นไป เดินทางกลับโดยสวัสดิภาพ
- กำหนดการอาจมีการเปลี่ยนแปลงตามความเหมาะสม

เปิดรับสมัครตั้งแต่บัดนี้จนถึงวันที่ 11 พฤษภาคม 2561

เอกสารประกอบการสมัคร

1. ใบสมัครลงทะเบียน 1 ฉบับ
2. สำเนาใบโอนเงินชำระค่าลงทะเบียน 1 ฉบับ

โปรดส่งเอกสารประกอบการสมัครพร้อมกับชำระค่าลงทะเบียนตามวันเวลาที่กำหนดชำระค่าลงทะเบียนผ่านบัญชีออมทรัพย์ - ธนาคารไทยพาณิชย์ สาขาคณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ชื่อบัญชี “ศูนย์บริการพยาบาล มหาวิทยาลัยเชียงใหม่” เลขที่บัญชี 566-4-12445-8 หรือ - ธนาคารกรุงเทพ สาขาคณะเทคนิคการแพทย์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ชื่อบัญชี “ศูนย์บริการพยาบาล มหาวิทยาลัยเชียงใหม่” เลขที่บัญชี 968-0-05361-9

**โครงการเตรียมความพร้อม
สู่การเกษียณอายุงาน : เกษียณสร้างสุข
รุ่นที่ 2/2561**

ระหว่างวันที่ 11-15 มิถุนายน 2561

ณ โรงแรมเดอะปาร์ค จ.เชียงใหม่
และ สวนพฤกษศาสตร์ทิวชล อ.ดอยสะเก็ด
จ.เชียงใหม่

จัดโดย
ศูนย์บริการพยาบาล คณะพยาบาลศาสตร์
มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

โครงการเตรียมพร้อมสู่การเกษียณอายุงาน “เกษียณสร้างสุข” รุ่นที่ 2/2561

หลักการและเหตุผล

การเกษียณอายุงาน คือ การสิ้นสุดของช่วงเวลาการทำงานตามกำหนดของหน่วยงานทุกแห่งที่ภาคีรัฐและเอกชน นับเป็นการเปลี่ยนแปลงวิถีการดำเนินชีวิต ทั้งสถานภาพและบทบาททางสังคมที่อาจมีผลต่อการใช้ชีวิตในด้านต่างๆ รวมทั้งภาวะสุขภาพของผู้ที่ใกล้จะเกษียณอายุ การเตรียมความพร้อมสู่การเกษียณจึงมีความสำคัญยิ่งสำหรับบุคลากรของหน่วยงานทุกคน ทั้งนี้เพื่อให้ผู้ที่ก้าวสู่วัยเกษียณที่เป็นการเริ่มต้นของงานที่ผู้สูงอายุสามารถใช้ชีวิตภายหลังเกษียณอายุอย่างมีความสุขมีคุณภาพและคุณภาพทางร่างกาย จิตใจ จิตวิญญาณ และสังคม

ศูนย์บริการพยาบาล คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ได้ตระหนักถึงความสำคัญของการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุ จึงได้จัดโครงการนี้ขึ้นสำหรับผู้ที่อายุระหว่าง 55-65 ปี ทั้งที่เป็นข้าราชการ ลูกจ้าง พนักงาน ผู้ปฏิบัติงานทั้งในหน่วยงานภาครัฐและเอกชน รวมถึงบุคคลทั่วไปที่สนใจ เพื่อเพิ่มความรู้ ข้อคิดและข้อปฏิบัติที่ติดจากการโครงการนี้ไปปรับใช้ในการดำเนินชีวิต อย่างมีคุณภาพและคุณภาพหลังเกษียณอายุ โดยรูปแบบกิจกรรมประกอบด้วย การบรรยาย เสวนา แลกเปลี่ยนความคิดเห็น และประสบการณ์ กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ และทัศนศึกษาในบริเวณจังหวัดเชียงใหม่ โดยศูนย์บริการพยาบาลฯ มุ่งหวังว่าผู้เข้าร่วมโครงการจะได้รับทั้งความรู้ ข้อคิด และประสบการณ์ เพื่อนำไปปรับใช้ในการดำเนินชีวิตหลังเกษียณอายุ และยังถือโอกาสพักผ่อนหย่อนใจอีกด้วย

วัตถุประสงค์

1. เพื่อเตรียมความพร้อมสำหรับผู้ที่จะเกษียณอายุงานใหม่มีความรู้ความเข้าใจในองค์รวมของการเกษียณอายุ
2. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมโครงการทราบแนวทางการปฏิบัติตนภายหลังเกษียณอายุ สามารถนำไปปรับใช้กับชีวิตภายหลังเกษียณได้อย่างเหมาะสม มีความสุขและมีคุณภาพ

ผู้เข้าร่วมโครงการ

ผู้มีอายุ 55 – 65 ปี ผู้เกษียณอายุ ที่จากหน่วยงานราชการ
รัฐวิสาหกิจ เอกชน องค์กรอิสระต่าง ๆ หรือผู้สนใจทั่วไป

ผู้รับผิดชอบโครงการ

ศูนย์บริการพยาบาล คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

วิทยากร

- ผู้เชี่ยวชาญทางด้านการดูแลสุขภาพและผู้เชี่ยวชาญด้านการวางแผนการเงินจากมหาวิทยาลัยเชียงใหม่
- (คณะพยาบาลศาสตร์, คณะแพทยศาสตร์, คณะเทคนิคการแพทย์, คณะนิติศาสตร์, คณะเภสัชศาสตร์ และคณะสถาปัตยกรรมศาสตร์)
- ธนาคารแห่งประเทศไทยสาขาภาคเหนือ
- สาขาผู้สูงอายุแห่งประเทศไทยในพระราชูปถัมภ์

วัน เวลา สถานที่

11-12 มิถุนายน 2561 ณ โรงแรมเดอะปาร์ค จ.เชียงใหม่
13-15 มิถุนายน 2561 ณ สวนพฤกษศาสตร์ศรีหจ จ.เชียงใหม่

กำหนดการประชุม

วันจันทร์ 11 มิถุนายน 2561	
07.30 - 08.30 น.	ลงทะเบียน
08.30 - 09.00 น.	พิธีเปิด โครงการเตรียมพร้อมสู่การเกษียณอายุงาน “เกษียณสร้างสุข” รุ่นที่ 2/2561
09.00 - 09.30 น.	แนะนำศูนย์บริการพยาบาลและทีมงาน
09.30 - 11.30 น.	บรรยาย “การสร้างเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุ”
11.30 - 13.00 น.	รับประทานอาหารกลางวัน
13.00 - 15.00 น.	บรรยาย “สมมุติพาร์ทเนอร์”
15.00 - 16.30 น.	บรรยาย “การดูแลสุขภาพตนเองกับปัญหาที่พบบ่อยในวัยสูงอายุ”
16.30 - 18.00 น.	กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์
18.00 น. เป็นต้นไป	รับประทานอาหารเย็น และพักผ่อนตามอัธยาศัย

วันอังคารที่ 12 มิถุนายน 2561

06.00 - 08.00 น.	พักผ่อนตามอัธยาศัย/ทานอาหารเช้า
08.00 - 12.00 น.	เดินทางเส้นทางวัดล้านพ ทัศนศึกษาพุทธสถานล้านนาและบารุงพุทธสถานในวันพระ 9 วัด ขอพรเพื่อเป็นสิริมงคลแก่ชีวิต
12.00 - 13.00 น.	รับประทานอาหารกลางวัน
13.00 - 15.00 น.	เข้าศึกษาและรับฟังบรรยาย ณ บ้านป่าบุกบ้านหนองเจืองและศูนย์ทัศนกรรมหอผ้าบ้านดอนหลวง ตำบลแม่แรง อ.ป่าซาง จ.ลำพูน
15.00 - 17.30 น.	เดินทางไปยังชมความงามของดอกไม้บานนาพันธุ์ ณ อุทยานหลวงราชพฤกษ์
17.30 - 19.00 น.	รับประทานอาหารเย็น
19.00 น. เป็นต้นไป	เดินทางกลับที่พัก และพักผ่อนตามอัธยาศัย

วันพุธที่ 13 มิถุนายน 2561

06.00 - 08.00 น.	รับประทานอาหารเช้าพร้อม Check out ออกจากโรงแรม ตระเวนชมเกาะให้เรียบร้อย นำนาวัตรธรรมที่มรดก
08.00 - 12.00 น.	เดินทางสู่อำเภอแมริม
12.00 - 13.00 น.	- เยี่ยมชมกราบไหว้พระ ณ วัดป่าตาราภิรมย์
13.00 - 15.00 น.	- ทัศนศึกษาพระตำหนักคาราภิรมย์ซึ่งเดิมเป็นที่ประทับของพระราชชายาเจ้าดารารัศมี เจ้าจอมในพระบาทสมเด็จพระจุลจอมเกล้าเจ้าอยู่หัว
15.00 - 16.00 น.	รับประทานอาหารกลางวัน ณ คันทัน
16.00 - 18.00 น.	รับประทานอาหารกลางวัน ณ คันทัน
18.00 - 20.00 น.	รับประทานอาหารเย็นและทำกิจกรรมสัมพันธ์ทางการร่วมกัน
20.00 น. เป็นต้นไป	พักผ่อนตามอัธยาศัย

13.00 - 16.00 น. เดินทางขึ้นตอมอย่างขางดินแดนมหัศจรรย์ สถานที่เกษตรหลวง
อ่างขาง เก็บภาพบรรยากาศในโครงการสถานีเกษตรหลวง
ดอยอ่างขาง
16.00 - 16.30 น. Check in เข้าที่พัก
18.00 - 19.00 น. รับประทานอาหารเย็นและพักผ่อนตามอัธยาศัย
19.00 - 21.00 น. ชมทั้งห้วย ณ บริเวณลานจอดเฮลิคอปเตอร์ ของสวนสน

วันศุกร์ที่ 23 มีนาคม 2561

05.00 - 07.00 น. ชมพระอาทิตย์ขึ้นขอบดิ่ง เป็นจุดที่อยู่ระหว่างเส้นทางที่จะมุ่ง
หน้าไปบ้านขอบด้งและนอแล จุดนี้จะเห็นจุดที่สามารชมพระ
อาทิตย์ขึ้นได้สวยงาม
07.00 - 07.45 น. รับประทานอาหารเช้าที่โครงการหลวงอ่างขาง
07.45 - 08.00 น. รวมตัวกัน ณ จุดนัดหมาย (พร้อมออกเดินทาง)
08.00 - 09.30 น. Check out ออกจากสถานีโครงการหลวงดอยอ่างขาง
09.30 - 12.00 น. แวะชมบ้านไม้หอมอินทนิ นำเข้าจากญี่ปุ่น และศูนย์ผลิตอินทนิ
จากไม้หอม
12.00 - 13.00 น. รับประทานอาหารกลางวัน
13.30 - 16.30 น. เดินทางกลับจังหวัดเชียงใหม่และเดินทางกลับภูมิลำเนาโดย
สวัสดิภาพ

กำหนดการอาจมีการเปลี่ยนแปลงตามเหมาะสม

เปิดรับสมัครตั้งแต่บัดนี้จนถึงวันที่ 19 กุมภาพันธ์ 2561

เอกสารประกอบการสมัคร

1. ใบสมัครลงทะเบียน 1 ฉบับ
2. สำเนาใบโอนเงินชำระค่าลงทะเบียน 1 ฉบับ

โปรดส่งเอกสารประกอบการสมัครพร้อมทั้งชำระค่าลงทะเบียน
ตามวันเวลาที่กำหนดชำระค่าลงทะเบียนผ่านบัญชีออมทรัพย์
- ธนาคารไทยพาณิชย์ สาขาคณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
ชื่อบัญชี "ศูนย์บริการพยาบาล มหาวิทยาลัยเชียงใหม่"
เลขที่บัญชี 566-4-12445-8 หรือ
- ธนาคารกรุงเทพ สาขาคณะเทคนิคการแพทย์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
ชื่อบัญชี "ศูนย์บริการพยาบาล มหาวิทยาลัยเชียงใหม่"
เลขที่บัญชี 968-0-05361-9



ช่องทางส่งเอกสารประกอบการสมัคร

1. ทางโทรศัพท์ หมายเลข 053-212629
2. ทาง E-mail nscmnews@gmail.com
3. ทางไปรษณีย์ ถึง ศูนย์บริการพยาบาล คณะพยาบาลศาสตร์
มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ 110 ถ.อินทวิโรส ต.ศรีภูมิ อ.เมือง
จ.เชียงใหม่ 50200
4. สมัครออนไลน์ที่ www.nurse.cmu.ac.th/nscm

ค่าลงทะเบียน

- ชำระเงินค่าลงทะเบียนพร้อมที่พักรวม 9,800 บาท
(พักคู่กับ.....)
 - ชำระเงินค่าลงทะเบียนพร้อมที่พักรวม 12,800 บาท (พักเดี่ยว)
- **กรุณาส่งหลักฐานการชำระเงินภายในวันที่ท่านโอน

หมายเหตุ

ค่าใช้จ่ายประกอบด้วย

1. ค่าวិทยาการ ค่าเอกสาร ค่าอุปกรณ์และค่าใช้จ่ายอื่นๆ ที่เกี่ยวกับโครงการ
2. อาหารกลางวัน 11 มื้อ อาหารว่าง 9 มื้อ ที่พักรวม 4 คืน
3. ค่าพาหนะเดินทางไปยังสถานที่ที่กำหนดและส่งผู้เข้าอบรมยังสถานี
ขนส่ง/ท่าอากาศยาน/ สถานีรถไฟ ในจังหวัดเชียงใหม่ในวันเปิดโปรแกรม
4. ค่าเข้าชมและค่าสถานที่ทัศนศึกษา
5. ค่าใช้จ่ายอื่นๆที่อาจมีระหว่างการจัดทัศนศึกษา

สอบถามรายละเอียดเพิ่มเติม

โทรศัพท์ : 053-936074, 053-949151, 081-9925828
โทรสาร : 053-212629 Email: nscmnews@gmail.com
Website : www.nurse.cmu.ac.th/nscm

**ศูนย์บริการพยาบาลของสงวนสิทธิ์เลื่อน/ ยกเลิกการอบรม หากมี
ผู้สมัครลงทะเบียนน้อยกว่า 40 คน

ศูนย์บริการพยาบาล คณะพยาบาลศาสตร์
มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

โครงการเตรียมความพร้อม
สู่การเกษียณอายุงาน : เกษียณสร้างสุข
รุ่นที่ 1/2561

ระหว่างวันที่ 19 - 23 มีนาคม 2561

ณ โรงแรมอิมราทอาแพะ เชียงใหม่

จัดโดย

ศูนย์บริการพยาบาล คณะพยาบาลศาสตร์
มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

โครงการเตรียมพร้อมสู่การเกษียณอายุงาน “เกษียณสร้างสุข” รุ่นที่ 1/2561

หลักการและเหตุผล

การเกษียณอายุงาน คือ การสิ้นสุดของช่วงเวลาการทำงานตามกำหนดของหน่วยงานทุกแห่งภาครัฐและเอกชน นับเป็นการเปลี่ยนแปลงวิถีการดำเนินชีวิต ทั้งสถานภาพและบทบาททางสังคมที่อาจมีผลต่อการใช้ชีวิตในด้านต่างๆ รวมทั้งภาวะสุขภาพของผู้ที่กำลังเกษียณอายุ การเตรียมความพร้อมสู่การเกษียณจึงมีความสำคัญยิ่งสำหรับการดูแลสุขภาพของหน่วยงานทุกคน ทั้งนี้เพื่อให้ผู้ที่จะก้าวสู่วัยเกษียณที่เป็นการเริ่มต้นของการเข้าสู่ช่วงอายุสามารถใช้ชีวิตภายหลังเกษียณอายุอย่างมีความสุขมีคุณภาพ และคุณค่าทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ จิตวิญญาณ และสังคม

ศูนย์บริการพยาบาล คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ได้ตระหนักถึงความสำคัญของการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุ จึงได้จัดโครงการนี้ขึ้นสำหรับผู้ที่มีอายุระหว่าง 55-65 ปี ทั้งนี้เป็นข้าราชการ ลูกจ้าง พนักงาน ผู้ปฏิบัติงานทั้งในหน่วยงานภาครัฐและเอกชน รวมถึงบุคคลทั่วไปที่สนใจ เพื่อนำความรู้ ข้อคิดและข้อปฏิบัติที่แต่งจากโครงการนี้ไปปรับใช้ในการดำเนินชีวิต อย่างมีคุณภาพและมีคุณภาพหลังเกษียณอายุ โดยรูปแบบกิจกรรมประกอบด้วย การบรรยาย เสวนา แลกเปลี่ยนความคิดเห็น และประสบการณ์ กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ และทัศนศึกษาในบริเวณจังหวัดเชียงใหม่ โดยศูนย์บริการพยาบาลฯ มุ่งหวังว่าผู้เข้าร่วมโครงการจะได้รับทั้งความรู้ ข้อคิด และประสบการณ์ เพื่อนำไปปรับใช้ในการดำเนินชีวิตหลังเกษียณอายุ และยังมีโอกาสพักผ่อนหย่อนใจอีกด้วย

วัตถุประสงค์

1. เพื่อเตรียมความพร้อมสำหรับผู้ที่จะเกษียณอายุงานให้มีความเข้าใจในองค์รวมของการเกษียณอายุ
2. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมโครงการทราบแนวทางการปฏิบัติตนภายหลังเกษียณอายุ สามารถนำไปปรับใช้กับชีวิตภายหลังการเกษียณได้อย่างเหมาะสม มีความสุข และมีคุณภาพ

ผู้เข้าร่วมโครงการ

ผู้ที่มีอายุ 55 - 65 ปี ผู้เกษียณอายุ ทั้งจากหน่วยงานราชการ รัฐวิสาหกิจ เอกชน องค์กรอิสระต่าง ๆ หรือผู้ที่สนใจทั่วไป

ผู้รับผิดชอบโครงการ

ศูนย์บริการพยาบาล คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

วิทยากร

ผู้เชี่ยวชาญทางด้านการดูแลสุขภาพและผู้เชี่ยวชาญด้านการวางแผนการเงินจากมหาวิทยาลัยเชียงใหม่
 (คณะพยาบาลศาสตร์, คณะแพทยศาสตร์, คณะเทคนิคการแพทย์, คณะนิติศาสตร์, คณะเภสัชศาสตร์ และคณะสถาปัตยกรรมศาสตร์)
 - ธนาคารแห่งประเทศไทยสาขาภาคเหนือ
 - สภาผู้สูงอายุแห่งประเทศไทยในพระราชูปถัมภ์

วัน เวลา สถานที่

19-21 มีนาคม 2561 ณ โรงแรมอมรินทร์ ทาแมท จ.เชียงใหม่
 22-23 มีนาคม 2561 ณ โครงการสถานีเกษตรหลวงงดอยอ่างขาง อ.ฝาง จ.เชียงใหม่

กำหนดการประชุม

วันจันทร์ที่ 19 มีนาคม 2561
 07.30 - 08.30 น. ลงทะเบียน
 08.30 - 09.00 น. พิธีเปิด โครงการเตรียมพร้อมสู่การเกษียณอายุงาน “เกษียณสร้างสุข” รุ่นที่ 1/2561
 09.00 - 09.30 น. แนะนำศูนย์บริการพยาบาลและทีมงาน
 09.30 - 11.30 น. บรรยาย “การสร้างเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุ”
 11.30 - 13.00 น. รับประทานอาหารกลางวัน
 13.00 - 15.00 น. บรรยาย “สมุนไพรผู้สูงอายุ”
 15.00 - 17.00 น. กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์
 17.00 น. เป็นต้นไป รับประทานอาหารเย็น และพักผ่อนตามอัธยาศัย

วันอังคารที่ 20 มีนาคม 2561

รับประทานอาหารเช้า
 07.00 - 08.45 น.
 ลงทะเบียน
 08.45 - 09.00 น.
 09.00 - 10.30 น. บรรยาย “เตรียมที่อยู่อย่างโปร่งโลดด้วยสำหรับวัยเกษียณ”
 10.30 - 12.00 น. บรรยาย “การบริหารการเงินหลังเกษียณ”
 12.00 - 13.00 น. รับประทานอาหารกลางวัน
 13.00 - 16.00 น. บรรยาย “การเตรียมพร้อมสู่การเปลี่ยนแปลงทางต้นระบบกลับเนื้อ กระดูกและข้อ ในผู้สูงอายุ”
 16.00 น. เป็นต้นไป รับประทานอาหารเย็นสลับสัปดาห์ขึ้นนาค

วันพุธที่ 21 มีนาคม 2561

รับประทานอาหารเช้า
 07.00 - 08.00 น.
 08.00 - 08.30 น. ลงทะเบียน
 08.30 - 10.00 น. บรรยาย “กินและอยู่อย่างไรให้เป็นสุขในวัยสูงอายุ”
 10.00 - 12.00 น. บรรยาย “กฎหมายและสิทธิประโยชน์ของผู้เกษียณ”
 12.00 - 13.00 น. รับประทานอาหารกลางวัน
 13.00 - 15.00 น. บรรยาย “การดูแลตนเองเพื่อจัดการอาการและปัญหาสุขภาพที่พบอยู่ในผู้สูงอายุ”
 15.00 - 16.30 น. การออกกำลังกายเพื่อสุขภาพวัยเกษียณและการออกกำลังกายแบบบอร์ติก
 16.30 น. เป็นต้นไป พักผ่อนตามอัธยาศัยภายหลังเสร็จกิจกรรม

วันพฤหัสบดีที่ 22 มีนาคม 2561

พักผ่อนตามอัธยาศัย/ทานอาหารเช้า
 05.00 - 06.45 น.
 06.45 - 07.00 น. รวมตัวกัน ณ จุดนัดหมาย(พร้อมออกเดินทาง)
 07.00 - 12.00 น. เดินทางไปออกจากรังรม
 - ไร่พระขอพรสิ่งที่ดีเลิศ ณ วัดบ้านต้นและชมความวิจิตรงดงามตระการตาด้วยศิลปะสถาปัตยกรรมไทยล้านนา
 - สักการะหัวพระถ้ำเชียงดาว ไร่พระขอพรพระพุทธรูปเก่าแก่ และชมความงามจากเอกสารชิ้นแต่ของธรรมชาติ ขวบให้ตื่นตาตื่นใจกับปรากฏการณ์ของหินงอกหินย้อย ที่ก่อให้เกิดรูปร่างต่างๆเป็นงานมหัศจรรย์
 12.00 - 13.00 น. รับประทานอาหารกลางวัน

ใบสมัครลงทะเบียน

โครงการเตรียมพร้อมสู่การเกษียณอายุงานประจำปี 2561

“เกษียณสร้างสุข” รุ่นที่ 1 – รุ่นที่ 3

จัดโดย ศูนย์บริการพยาบาล คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

ชื่อ-สกุล.....หน่วยงาน.....สมัครรุ่นที่.....

ที่อยู่ติดต่อได้.....

โทรศัพท์.....โทรสาร.....E-Mail.....

ค่าลงทะเบียน

- รุ่นที่ 1/2561 ระหว่างวันที่ 19 – 23 มีนาคม 2561 (ปิดรับสมัครวันจันทร์ที่ 19 กุมภาพันธ์ 2561)

(ทัศนศึกษาเส้นทางอำเภอเชียงดาวและสถานีเกษตรหลวงดอยอ่างขาง)

*ที่พัก โรงแรมอโมรา ท่าแพ จ.เชียงใหม่

- ชำระเงินค่าลงทะเบียน 9,800 บาท (พักคู่กับ.....)
- ชำระเงินค่าลงทะเบียน 12,800 บาท (พักเดี่ยว)

- รุ่นที่ 2/2561 ระหว่างวันที่ 11 – 15 มิถุนายน 2561 (ปิดรับสมัครวันศุกร์ที่ 11 พฤษภาคม 2561)

(ทัศนศึกษาเส้นทางจังหวัดลำพูนและศูนย์เรียนรู้ปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงตามแนวพระราชดำริฯ)

*ที่พัก โรงแรมเดอะปาร์ค-สวนพฤกษศาสตร์ทวีชล

- ชำระเงินค่าลงทะเบียน 9,800 บาท (พักคู่กับ.....)
- ชำระเงินค่าลงทะเบียน 12,800 บาท (พักเดี่ยว)

- รุ่นที่ 3/2561 ระหว่างวันที่ 20-24 สิงหาคม 2561 (ปิดรับสมัครวันศุกร์ที่ 20 กรกฎาคม 2561)

(ทัศนศึกษาเส้นทางดอยสุเทพและศูนย์เรียนรู้ปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงตามแนวพระราชดำริฯ)

*ที่พัก โรงแรมเดอะปาร์ค-สวนพฤกษศาสตร์ทวีชล

- ชำระเงินค่าลงทะเบียน 9,800 บาท (พักคู่กับ.....)
- ชำระเงินค่าลงทะเบียน 12,800 บาท (พักเดี่ยว)

- มีความประสงค์ให้ศูนย์บริการพยาบาลจองห้องพักเพิ่มเติมให้ก่อนและหลังการอบรมโดยผู้จองชำระค่าห้องพักเอง

- ก่อนการอบรม.....คืน ที่ รุ่นที่ 1 ณ โรงแรมอโมรา ท่าแพ รุ่นที่ 2 และ 3 ณ โรงแรมเดอะปาร์ค
- หลังการอบรม.....คืน ที่ รุ่นที่ 1 ณ โรงแรมอโมรา ท่าแพ รุ่นที่ 2 และ 3 ณ โรงแรมเดอะปาร์ค

โปรดพลิกด้านหลัง

หมายเหตุ ค่าลงทะเบียน ประกอบด้วย

1. ค่าวิทยากร ค่าเอกสาร ค่าอุปกรณ์และค่าใช้จ่ายอื่นๆ ที่เกี่ยวกับโครงการ
2. ค่าอาหาร 11 มื้อ อาหารว่าง 9 มื้อ ที่พัก 4 คืน
3. ค่าพาหนะเดินทางไปยังสถานที่ที่กำหนดและส่งผู้เข้าร่วมโครงการยังสถานีขนส่ง/ ท่าอากาศยานในจังหวัดเชียงใหม่ ในวันปิดโปรแกรม
4. ค่าเข้าชมและค่าสถานที่ที่ทัศนศึกษาในโครงการ
5. ค่าใช้จ่ายอื่นๆที่อาจมีระหว่างการจัดทัศนศึกษา

สอบถามรายละเอียดเพิ่มเติม

โทรศัพท์ : 053-936074, 053-949151, 081-9925828

โทรสาร : 053-212629 Email: nsccmunews@gmail.com

Website : www.nurse.cmu.ac.th/nsccmu

เอกสารประกอบการสมัคร

1. ใบสมัครลงทะเบียน 1 ฉบับ
 2. สำเนาใบโอนเงินชำระค่าลงทะเบียน 1 ฉบับ
- โปรดส่งเอกสารประกอบการสมัครพร้อมชำระค่าลงทะเบียนตามวันเวลาที่กำหนดโดยชำระค่าลงทะเบียนผ่านบัญชีออมทรัพย์ของ

- ธนาคารไทยพาณิชย์ สาขาคณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
ชื่อบัญชี "ศูนย์บริการพยาบาล มหาวิทยาลัยเชียงใหม่" เลขที่บัญชี 566-4-12445-8 หรือ
- ธนาคารกรุงเทพ สาขาคณะเทคนิคการแพทย์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
ชื่อบัญชี "ศูนย์บริการพยาบาล มหาวิทยาลัยเชียงใหม่" เลขที่บัญชี 968-0-05361-9

**** ศูนย์บริการพยาบาลของสงวนสิทธิ์เลื่อน/ยกเลิกการอบรม หากมีผู้สมัครลงทะเบียนน้อยกว่า 40 คน**

ช่องทางการส่งเอกสารประกอบการสมัคร

1. ทางโทรสาร หมายเลข 053-212629
2. ทาง E-mail nsccmunews@gmail.com
3. ทางไปรษณีย์ ถึง ศูนย์บริการพยาบาล คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
110 ถ.อินทวิโรด ต.ศรีภูมิ อ.เมือง จ.เชียงใหม่ 50200

หมายเหตุ

- ไม่รับลงทะเบียนหน้างาน
- โปรดลงทะเบียนล่วงหน้า และกรุณาส่งหลักฐานการชำระเงินภายในวันที่ท่านโอน การสมัครจะสมบูรณ์เมื่อได้รับใบสมัครและค่าลงทะเบียนแล้ว
- กรณีที่ผู้สมัครไม่สามารถเข้าร่วมประชุมได้ ศูนย์บริการพยาบาลของสงวนสิทธิ์ไม่คืนค่าลงทะเบียน และจะจัดส่งเอกสารประกอบการอบรมให้กับผู้สมัครตามที่อยู่ระบุไว้ในใบสมัครของท่าน (สามารถส่งผู้อื่นเข้าร่วมแทนได้ ก่อนจัดโครงการ 3 สัปดาห์)
- ในวันสุดท้ายของโครงการขอความกรุณา จงด่วนเดินทางกลับหลังเวลา 18.00 น.(เฉพาะรุ่นที่ 1) และ หลังเวลา 17.00 น.(รุ่นที่ 2 และ รุ่นที่ 3)
- โปรดอย่าจองตั๋วเครื่องบินก่อนการปิดรับสมัครตามที่ระบุในแต่ละรุ่น เนื่องจากอาจมีการงดหรือชะลอการเปิดโครงการ กรณีผู้สมัครไม่เป็นไปตามเงื่อนไข