

กำหนดการโครงการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุราชการ ปีงบประมาณ ๒๕๖๖

วันที่ ๑ กันยายน ๒๕๖๖

ณ โรงแรมดิเอ็มเพรส อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่

เวลา ๑๒.๓๐ - ๑๓.๐๐ น. ลงทะเบียน

เวลา ๑๓.๐๐ - ๑๖.๓๐ น. อบรมให้ความรู้ในการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุราชการ
เรื่องที่ ๑ "ปรับเปลี่ยนวิถีชีวิต พิชิตโรค" โดย นายวิทยา บุญยศ
นักวิทยาศาสตร์การกีฬา ศูนย์อนามัยที่ ๑ เชียงใหม่
เรื่องที่ ๒ "สุขภาพดี เริ่มได้ที่อาหาร" โดย นายทักษ์ดนัย ลัมวิสัย
นักโภชนาการปฏิบัติการ ศูนย์อนามัยที่ ๑ เชียงใหม่

เวลา ๑๖.๓๐ - ๑๘.๐๐ น. พักผ่อนตามอัธยาศัย

เวลา ๑๘.๐๐ - ๒๑.๐๐ น. กิจกรรมเสริมสร้างความรัก ความสามัคคี และการแสดง
มุทิตาจิตแด่ผู้เกษียณอายุราชการ ประจำปี ๒๕๖๖

หมายเหตุ ๑. กำหนดการนี้อาจมีการเปลี่ยนแปลงได้ตามความเหมาะสม

๒. การแต่งกายในช่วง เวลา ๑๘.๐๐ - ๒๑.๐๐ น. แต่งกายด้วยชุดพื้นเมือง ผ้าไทย
หรือชุดสุภาพ
