

โครงการ/หลักสูตรฝึกอบรม	การเตรียมความพร้อมปรับชีวิตสู่จุดหมายวัยเกษียณด้วยกลยุทธ์ 8 Happy
กำหนดการอบรม	รุ่นที่ 1 : วันที่ 27-28 สิงหาคม 2567 (2 วันอบรม 12 ชั่วโมง)
สถานที่ฝึกอบรม	โรงแรม ดิ เอ็มเมอร์อัลด์ ถนนรัชดาภิเษก เขตดินแดง กรุงเทพฯ
ค่าลงทะเบียน	6,900.-บาท / คน
วิทยากร	ดร.วัลลภ ไญยยิ่ง ประธานสถาบันพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ บริษัท เอชอาร์ทีไอ จำกัด วิทยากร/ที่ปรึกษาด้านการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ องค์กร และชุมชน วิทยากร/ที่ปรึกษาด้านการสาธารณสุขและการจัดการสุขภาพชุมชน ผู้ทรงคุณวุฒิวิทยานิพนธ์และดุษฎีนิพนธ์ มหาวิทยาลัยของรัฐและเอกชน ข้าราชการบำนาญ อดีตนักวิชาการสาธารณสุข

1. หลักการและเหตุผล

การเกษียณวัยทำงาน เป็นการสิ้นสุดการรับราชการ สิ้นสุดการเป็นพนักงานของรัฐ หรือสิ้นสุดการทำงานประจำ จัดเป็นสภาวการณ์สำคัญครั้งหนึ่งในชีวิตของบุคคลที่ปฏิบัติงานประจำ เป็นช่วงเวลาที่จะมีการเปลี่ยนแปลงหลาย ๆ ด้าน ทั้งด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านสังคมและเศรษฐกิจ รวมทั้งวิถีชีวิตที่อาจเปลี่ยนแปลงโดยสิ้นเชิง ซึ่งหากบุคคลที่จะเกษียณมีการเตรียมตัวและวางแผนการใช้ชีวิตในวัยเกษียณไว้ล่วงหน้าเป็นอย่างดี ก็จะไม่กังวลกับการเปลี่ยนแปลงของชีวิตที่จะเกิดขึ้น แต่สำหรับผู้ที่ไม่ได้เตรียมความพร้อม การเกษียณอาจจะส่งผลกระทบต่อมากมายทั้งด้านจิตใจ ร่างกาย การดำเนินชีวิต การไม่มั่นคงทางด้านการเงิน เป็นต้น

ข้าราชการหรือบุคลากรภาครัฐที่กำลังจะเกษียณอายุราชการในแต่ละปี ล้วนเป็นบุคลากรที่มีประสบการณ์การทำงานในภาคราชการ และทำคุณประโยชน์ให้แก่ประเทศชาติเป็นเวลากว่า 25 ปี เป็นบุคคลที่มีความรู้ความสามารถและมากด้วยประสบการณ์ ซึ่งนับได้ว่าเป็นทรัพยากรบุคคลที่มีคุณค่าที่จะทำประโยชน์ต่อไปได้อีก ทั้งต่อครอบครัวของตนเอง ชุมชน และสังคม หน่วยงานราชการจึงควรต้องตอบแทนบุคคลเหล่านี้ ด้วยการเสริมสร้างศักยภาพให้บุคลากรในวัยเกษียณได้มีความรู้ มีความพร้อมในการเตรียมตัวและวางแผนการดำเนินชีวิตอย่างมีความสุข ลดความวิตกกังวลกับการเปลี่ยนแปลงของชีวิตที่จะเกิดขึ้น สามารถทำกิจกรรมที่ตนเองชื่นชอบ ผ่อนคลายกับงานอดิเรกที่ปรารถนา ใช้ชีวิตด้วยพลังกายที่แข็งแรงและ พลังใจที่เต็มเปี่ยม และมีพลังที่จะสร้างสรรค์คุณประโยชน์ให้กับสังคมและประเทศชาติต่อไป

สำนักสิริพัฒนา สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์ ร่วมกับสถาบันพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ บริษัท เอชอาร์ทีไอ จำกัด ตระหนักถึงความสำคัญและความจำเป็นที่จะต้องพัฒนาบุคลากรที่จะเกษียณจากงาน ให้ได้รับความรู้ความเข้าใจในเรื่องที่จำเป็น เพื่อเป็นแนวทางสำหรับนำไปปรับใช้ในการดำเนินชีวิตในวัยเกษียณให้มีคุณภาพชีวิตที่ดี จึงได้จัดโครงการฝึกอบรมเชิงปฏิบัติการหลักสูตร “การเตรียมความพร้อมปรับชีวิตสู่จุดหมายวัยเกษียณด้วยกลยุทธ์ 8 Happy” สำหรับบุคลากรภาครัฐทุกหน่วยงาน

2. วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้เข้ารับการอบรมซึ่งเตรียมความพร้อมที่จะเกษียณอายุได้มีความรู้ ความเข้าใจทันยุค ทันสื่อออนไลน์ และสามารถปฏิบัติตนภายหลังการเกษียณอายุราชการได้อย่างเหมาะสม ทั้งด้านสุขภาพอนามัย ด้านบริหารการเงิน ด้านสวัสดิการและสิทธิประโยชน์ และการประกอบอาชีพหลังเกษียณ
2. เพื่อให้ผู้ที่จะเกษียณอายุราชการมีโอกาสแลกเปลี่ยนประสบการณ์ร่วมกัน เกิดสัมพันธภาพที่ดีระหว่างบุคลากรที่จะเกษียณอายุด้วยกัน และสร้างเครือข่ายผู้เกษียณอายุราชการในอนาคตอันใกล้

3. ประโยชน์ที่ผู้เข้ารับการอบรมจะได้รับ

ผู้เข้ารับการอบรมจะได้เตรียมความพร้อมของตนเองล่วงหน้าเกี่ยวกับความรู้ ความเข้าใจ ทักษะที่จำเป็น และสามารถปฏิบัติตนภายหลังการเกษียณอายุได้อย่างเหมาะสม ทั้งด้านสุขภาพอนามัย ด้านบริหารการเงิน ด้านสวัสดิการและสิทธิประโยชน์ และการประกอบอาชีพ รองรับการเกษียณอายุราชการหรืออายุงาน

4. หัวข้อวิชาในหลักสูตร

สาระสำคัญของการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณ

- กลยุทธ์ที่ 1 Money Happy กลยุทธ์ด้านการวางแผนทางการเงิน
- กลยุทธ์ที่ 2 Family Happy กลยุทธ์ด้านการอยู่ร่วมกับครอบครัว
- กลยุทธ์ที่ 3 Work Happy กลยุทธ์ด้านการจัดการงานหลังเกษียณ
- กลยุทธ์ที่ 4 Online Happy กลยุทธ์การรู้เท่าทันสื่อออนไลน์
- กลยุทธ์ที่ 5 Body Happy กลยุทธ์การส่งเสริมความแข็งแรงของร่างกาย
- กลยุทธ์ที่ 6 Heart Happy กลยุทธ์การเสริมสร้างความเข้มแข็งของจิตใจ
- กลยุทธ์ที่ 7 Social Happy กลยุทธ์การอยู่ร่วมกับสังคมอย่างมีความสุข
- กลยุทธ์ที่ 8 Welfare Happy กลยุทธ์การจัดการด้านสวัสดิการผู้สูงอายุ

5. วิธีการถ่ายทอดในการฝึกอบรม

บรรยายประกอบ Power Point 20%, บรรยายชี้ให้คำปรึกษา (Coaching) 20%, กิจกรรมละลายพฤติกรรมและกลุ่มสัมพันธ์ 10 % และเรียนรู้ผ่านกิจกรรม (Activity Base Learning) 50 %

6. คุณสมบัติของผู้เข้ารับการฝึกอบรม

1. บุคลากรภาครัฐจากหน่วยราชการ รัฐวิสาหกิจ องค์กรอิสระ องค์กรมหาชน ที่มีอายุ 50 ปีขึ้นไป
2. บุคลากรฝ่ายทรัพยากรบุคคลของภาคเอกชนที่สนใจ
3. บุคคลทั่วไปที่สนใจเตรียมความพร้อมเข้าสู่วัยสูงอายุ

7. กลุ่มเป้าหมาย

จำนวน 30 – 40 คน ต่อรุ่น
ต้องสามารถเข้ารับการฝึกอบรมและร่วมกิจกรรมได้ตลอดระยะเวลาการอบรม

8. วิทยากรในหลักสูตร

ดร.วัลลภ ไทญ้อยิ่ง

ประธานสถาบันพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ บริษัท เอชอาร์ดีไอ จำกัด

วิทยากร/ที่ปรึกษาด้านการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ องค์กร และชุมชน

วิทยากร/ที่ปรึกษาด้านการสาธารณสุขและการจัดการสุขภาพชุมชน

ผู้ทรงคุณวุฒิวิทยานิพนธ์และดุซก๊วโนพนธ์ มหาวิทยาลัยของรัฐและเอกชน

ข้าราชการบำนาญ อดีตนักวิชาการสาธารณสุข

9. ค่าลงทะเบียนการฝึกอบรม

ค่าลงทะเบียนการฝึกอบรมคนละ **6,900.- บาท (หกพันเก้าร้อยบาทถ้วน)**

ครอบคลุม ค่าเอกสารและค่าวัสดุ อุปกรณ์ประกอบการอบรม ค่าอาหารกลางวัน 2 มื้อ อาหารว่างและเครื่องดื่ม 4 มื้อ และค่าใบรับรองการอบรม (ไม่รวมค่าที่พัก และค่าพาหนะของผู้เข้ารับการอบรม)

ผู้เข้ารับการอบรมสามารถเข้ารับการอบรมได้โดยไม่ถือเป็นวันลาเมื่อได้รับอนุมัติจากผู้บังคับบัญชาและมีสิทธิเบิกค่าลงทะเบียนการฝึกอบรมจากต้นสังกัดได้ตามระเบียบของแต่ละหน่วยงาน

การชำระค่าลงทะเบียนการฝึกอบรม

1. พิมพ์ใบแจ้งการชำระเงิน (Bill Payment) จากระบบ TMS <https://tms.nida.ac.th/training/apphome.asp> แล้วชำระผ่านเคาน์เตอร์ธนาคาร หรือชำระผ่านอินเทอร์เน็ตแบงกิ้ง (Internet Banking) โดยใช้มือถือสแกน QR Code **หรือ**
2. โอนเงิน / ส่งจ่ายเช็คและนำฝากเข้าบัญชีธนาคารกรุงเทพ เลขที่บัญชี **944 0 23397 2** ชื่อบัญชี **สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์ สำนักสิริพัฒนา** และส่งหลักฐานการชำระเงินที่ : <https://bit.ly/siripayment> หรืออีเมล acc-siripattana@nida.ac.th

- สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์ เป็นสถาบันอุดมศึกษาของทางราชการ ได้รับการยกเว้นไม่ต้องถูกหักภาษีเงินได้ ณ ที่จ่าย และยกเว้นภาษีมูลค่าเพิ่ม ตามมาตรา 81 (1)(ฎ) แห่งประมวลรัษฎากร ประกาศ ณ วันที่ 28 พฤศจิกายน 2550

- ค่าใช้จ่ายในการฝึกอบรมสามารถลดหย่อนภาษีได้ 200% ตามประกาศ พ.ร.บ. ส่งเสริมการพัฒนาฝีมือแรงงาน
- ที่อยู่ เลขที่ 148 ถนนเสรีไทย แขวงคลองจั่น เขตบางกะปิ กรุงเทพฯ 10240 เลขประจำตัวผู้เสียภาษี 0994000159692

หมายเหตุ

1. ผู้สมัครเข้ารับการอบรมต้องได้รับการยืนยันการจับจองจากสำนักสิริพัฒนาอย่างเป็นทางการ **ภายในวันที่ 9 สิงหาคม 2567** ก่อนจึงสามารถดำเนินการจองที่พักและตัวเครื่องบินได้
2. ภายหลังก่อนสำนักสิริพัฒนายืนยันการจับจองแล้ว
 - (1) หากต้องการยกเลิกการเข้ารับการอบรม ต้องทำหนังสือเป็นลายลักษณ์อักษรแจ้งให้สำนักสิริพัฒนาทราบอย่างน้อย 7 วันทำการก่อนการอบรม มิฉะนั้นสำนักสิริพัฒนาสงวนสิทธิ์ในการเก็บค่าดำเนินการจำนวน 30% ของค่าลงทะเบียน
 - (2) กรณีชำระค่าลงทะเบียนแล้วและไม่มาเข้ารับการอบรมตามวันที่กำหนดโดยไม่แจ้งให้สำนักสิริพัฒนาทราบตามเงื่อนไขข้อ 2.(1) สำนักสิริพัฒนาขอสงวนสิทธิ์ไม่คืนเงินค่าลงทะเบียนเต็มจำนวน
 - (3) กรณีติดภารกิจไม่สามารถเข้ารับการอบรมได้ สามารถแจ้งขอเปลี่ยนตัวผู้เข้ารับการอบรมได้ ภายใน 3 วันทำการก่อนวันจับจอง
3. สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์ สำนักสิริพัฒนา ขอสงวนสิทธิ์ในการจัดการฝึกอบรม กรณีที่มีผู้สมัครไม่ถึงจุดคุ้มทุนและจะโอนคืนค่าลงทะเบียนการฝึกอบรมเต็มจำนวนภายใน 7 - 10 วันทำการ (หลังจากได้รับแบบขอรับคืนค่าลงทะเบียนและเอกสารประกอบครบถ้วน)

10. การรับรองผลการฝึกอบรม

ผู้ผ่านการฝึกอบรมจะต้องมีเวลาในการเข้ารับการฝึกอบรมและเข้าร่วมกิจกรรมในหลักสูตรไม่น้อยกว่าร้อยละ 85 ของระยะเวลาการฝึกอบรมทั้งหมดจึงจะได้รับใบรับรองการสำเร็จหลักสูตรฝึกอบรมจากสถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์

11. สอบถามรายละเอียด

ส่วนสนับสนุนและการบริการฝึกอบรม : 0 2727 3231, 0 2727 3213-14, 0 2727 3233, 0 2727 3236

Email : trainingsiri@nida.ac.th

ส่วนธุรการ การเงินและพัสดุ : 0 2727 3232, 0 2727 3227, 0 2727 3230 Email: acc-siripattana@nida.ac.th



<https://bit.ly/49MhvL1>

สมัครเข้ารับการอบรม



<https://bit.ly/300OhoG>

เว็บไซต์สำนักสิริพัฒนา



@trainingnida

สอบถามเพิ่มเติม

กำหนดการฝึกอบรม หลักสูตร “การเตรียมความพร้อมปรับชีวิตสู่จุดหมายวัยเกษียณด้วยกลยุทธ์ 8 Happy” วันที่ 27 – 28 สิงหาคม 2567 (2 วันอบรม 12 ชั่วโมง) ณ โรงแรม ดิ เอ็มเมอร์อัลท์ ถนนรัชดาภิเษก เขตดินแดง กรุงเทพฯ	
วันอังคารที่ 27 สิงหาคม 2567	
08.00-09.00 น. 09.00-09.15 น. 09.15-10.30 น. 10.30-10.45 น. 10.45-12.00 น. 12.00-13.00 น. 13.00-14.30 น. 14.30-14.45 น. 14.45-16.00 น.	ลงทะเบียน / พิธีเปิดการอบรม กิจกรรมละลายพฤติกรรมและกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ สารสำคัญของการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณ พักรับประทานอาหารว่าง กลยุทธ์ที่ 1 Money Happy กลยุทธ์ด้านการวางแผนทางการเงิน พักรับประทานอาหารเที่ยง กลยุทธ์ที่ 2 Family Happy กลยุทธ์ด้านการอยู่ร่วมกับครอบครัว พักรับประทานอาหารว่าง กลยุทธ์ที่ 3 Work Happy กลยุทธ์ด้านการจัดการงานหลังเกษียณ
วันพุธที่ 28 สิงหาคม 2567	
08.00-09.00 น. 09.00-10.30 น. 10.30-10.45 น. 10.45-12.00 น. 12.00-13.00 น. 13.00-14.30 น. 14.30-14.45 น. 14.45-17.00 น.	ลงทะเบียน กลยุทธ์ที่ 4 Online Happy กลยุทธ์การรู้เท่าทันสื่อออนไลน์ พักรับประทานอาหารว่าง กลยุทธ์ที่ 5 Body Happy กลยุทธ์การส่งเสริมความแข็งแรงของร่างกาย กลยุทธ์ที่ 6 Heart Happy กลยุทธ์การเสริมสร้างความเข้มแข็งของจิตใจ พักรับประทานอาหารเที่ยง กลยุทธ์ที่ 7 Social Happy กลยุทธ์การอยู่ร่วมกับสังคมอย่างมีความสุข พักรับประทานอาหารว่าง กลยุทธ์ที่ 8 Welfare Happy กลยุทธ์การจัดการด้านสวัสดิการผู้สูงอายุ

หมายเหตุ

1. ขอสงวนสิทธิ์ในการปรับเปลี่ยนกำหนดการเพื่อความเหมาะสม
2. ทุกช่วงอาจมีการแทรกกิจกรรมการละลายพฤติกรรมตามความเหมาะสม
3. เน้นการเรียนรู้ผ่านกิจกรรมที่ผู้เข้ารับการอบรมมีส่วนร่วม