

โครงการฝึกอบรมหลักสูตร “การเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุ (ด้านการเงิน สุขภาพกาย สุขภาพใจ)”

วันอังคารที่ 20 สิงหาคม 2567 เวลา 09.00 – 16.00 น.

ณ ห้องประชุม หัวตะพาน ชั้น 3 ศูนย์การแพทย์มหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์

1. ความเชื่อมโยงกับแผนยุทธศาสตร์และแผนปฏิบัติการ ระยะ 5 ปี (พ.ศ.2566-2570) มหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์

ประเด็นยุทธศาสตร์ที่ 1 การขับเคลื่อนให้เป็นมหาวิทยาลัยแห่งคุณภาพ

ประเด็นย่อยที่ 2 การนำองค์กรให้เป็นองค์กรสมรรถนะสูงและเป็นมหาวิทยาลัยอัจฉริยะ

2. หลักการและเหตุผล

มหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์มุ่งผลสัมฤทธิ์สู่การเป็นมหาวิทยาลัยวิจัยระดับโลก มีความก้าวหน้าและพัฒนาอย่างรวดเร็วและต่อเนื่อง ด้วยความมุ่งมั่นทุ่มเทของบุคลากรในทุกระดับที่ปฏิบัติงานอย่างเข้มแข็งและเสียสละเพื่อองค์กร จนเกิดความสำเร็จในปัจจุบัน มหาวิทยาลัยได้เล็งเห็นถึงความสำคัญของบุคลากรและมุ่งพัฒนาบุคลากรทุกระดับอย่างเหมาะสม คณะกรรมการบริหารงานบุคคล มหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์ ครั้งที่ 6/2566 เมื่อวันที่ 22 ธันวาคม 2566 ได้ให้ข้อเสนอแนะว่าควรจัดฝึกอบรมหลักสูตรการเตรียมความพร้อมให้พนักงานก่อนเกษียณ เพื่อเป็นการให้ความรู้เกี่ยวกับการบริหารชีวิตหลังเกษียณอย่างมีความสุข

ส่วนทรัพยากรมนุษย์และองค์กรมีหน้าที่ในการบริหารทรัพยากรบุคคลและพัฒนาบุคลากรและองค์กร จึงเห็นควรจัดฝึกอบรมสำหรับกลุ่มบุคลากรที่จะเกษียณอายุ เพื่อสร้างขวัญและกำลังใจในการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุให้ได้รับความรู้ที่จำเป็น ความเข้าใจในการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุ เพื่อเป็นแนวทางนำไปปรับใช้ในการดำเนินชีวิตหลังเกษียณอย่างมีความสุข ในหัวข้อ “การเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุ (ด้านการเงิน สุขภาพกาย สุขภาพใจ)”

3. วัตถุประสงค์

- 1) เพื่อให้ผู้เข้าร่วมอบรมได้รับความรู้และความเข้าใจในการเตรียมความพร้อมในเรื่องการเงิน การวางแผนและการบริหารเงินหลังเกษียณ
- 2) เพื่อให้ผู้เข้าร่วมอบรมทราบถึงสวัสดิการและสิทธิประโยชน์ต่างๆ สำหรับผู้เกษียณ
- 3) เพื่อให้ผู้เข้าร่วมอบรมได้เรียนรู้เรื่องการเปลี่ยนแปลงในวัยผู้สูงอายุ การดูแลสุขภาพที่ถูกต้องทั้งด้านร่างกาย และจิตใจ

1) กลุ่มเป้าหมาย (65 คน)

- 1) ผู้เกษียณอายุในปี พ.ศ. 2567 – 2570 จำนวน 59 คน

☐ เกษียณอายุในปี 2567 จำนวน 13 คน

☐ เกษียณอายุในปี 2568 จำนวน 13 คน

☐ เกษียณอายุในปี 2569 จำนวน 16 คน

☐ เกษียณอายุในปี 2570 จำนวน 17 คน

- 2) วิทยากรและทีมงาน 6 คน

5. วิทยากร

- 1) ผศ.นพ.ปวรุตม์ พวงศรี รองผู้อำนวยการ ศกพ.มวล.
- 2) ผศ.ดร.นพพร ธรรมรงค์รัตน์ อาจารย์สาขาวิชาคณิตศาสตร์และสถิติ สำนักวิชาวิทยาศาสตร์

6. ผู้รับผิดชอบโครงการ

- 1) น.ส.ปานชุตี ภูภูมิธรรม นักวิชาการ ผู้รับผิดชอบหลัก
- 2) นางลภัสธยาน์ นาคนครเศรษฐ์ หัวหน้างานพัฒนาบุคลากรและพัฒนาองค์กร ผู้รับผิดชอบรอง

7. ที่ปรึกษาโครงการ

ดร.เปรมฤดี นุ่นสังข์

หัวหน้าส่วนทรัพยากรมนุษย์และองค์กร

8. รูปแบบกิจกรรม

การบรรยายและฝึกปฏิบัติ

9. งบประมาณค่าใช้จ่าย

ขอถัวเฉลี่ยจ่ายทุกรายการ โดยใช้งบประมาณจาก (FUND จ่ายงบ : I1000000) ส่วนทรัพยากรมนุษย์และองค์กร (FUND CENTER750402) กิจกรรมหลักการพัฒนาศักยภาพในการทำงานแก่บุคลากรมหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์ (FUNCTIONAL AREA : Z1010202001/G1010202051) หมวดรายจ่ายค่าตอบแทนใช้สอย (COMMITMENT ITEM : BO03-000000) แหล่งทุนมหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์ (FUND งบประมาณ : F10000)

10. วัน เวลา สถานที่

วันอังคารที่ 20 สิงหาคม 2567 เวลา 09.00 – 16.00 น.

ณ ห้องประชุม ห้วตะพาน ชั้น 3 ศูนย์การแพทย์มหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์

11. กำหนดการ

เวลา	กิจกรรม
09.00 - 09.45 น.	วางแผนให้อุ่นใจก่อนวันเกษียณ
09.45 - 10.30 น.	เทคนิคบริหารเงินหลังเกษียณ
10.30 - 10.45 น.	พักเบรก
10.45 - 12.00 น.	ชีวิตเปลี่ยนไปเมื่อ write แผน กรณีศึกษาและสวัสดิการต่าง ๆ สำหรับคนวัยเกษียณ
12.00 - 13.00 น.	พักเที่ยง
13.00 - 14.00 น.	เกษียณแล้วไปไหน
14.00 - 14.30 น.	ใจเป็นนาย กายเป็นทวน (สาว) 1
14.30 - 14.45 น.	พักเบรก
14.45 - 15.00 น.	ใจเป็นนาย กายเป็นทวน (สาว) 2
15.00 - 16.00 น.	สุนิรันดร์



สแกนตอบรับ

เตรียมพร้อมก่อน *เกษียณอายุ* ด้านการเงิน สุขภาพกาย สุขภาพใจ

ผศ.ดร.นพพร ธรรมรงค์รัตน์

- 📅 วันอังคารที่ 20 สิงหาคม 2567
- 🕒 เวลา 09.00 - 16.00 น.
- 📍 ห้องหัวตะพาน ชั้น 3 ศกพ. มวล.

ผศ.นพ.ปวรุตม์ พวงศรี

- วางแผนให้อุ่นใจก่อนวันเกษียณ
- เกษียณแล้วไปไหน
- เทคนิคบริหารเงินหลังเกษียณ
- ใจเป็นนาย กายเป็นท่น (สาว)
- ชีวิตเปลี่ยนไปเมื่อ write แผน กระจกศึกษาและ
- สุขนิรันดร์
- ลัทธิการต่างๆ สำหรับคนวัยเกษียณ

