



**กำหนดการอบรมในรูปแบบออนไลน์**  
**โครงการเสริมสร้างศักยภาพและพัฒนาคุณภาพของข้าราชการ**  
**ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๗**

กลุ่มที่ ๑ หลักสูตรปัจจัยमितhecข้าราชการเกษียณอายุราชการ (เกษียณฯ ปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๗)

วันที่ ๒๗ - ๒๙ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๗

**วันอังคารที่ ๒๗ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๗ : วันทดสอบระบบ**

- ๐๙.๓๐ - ๐๙.๔๕ น. เปิดให้ผู้เข้าอบรมเข้าสู่ระบบ Zoom
- ๐๙.๔๕ - ๑๑.๐๐ น. ทดสอบระบบปฏิบัติการออนไลน์ และแนะนำวิธีการใช้ระบบ Zoom โดย เจ้าหน้าที่สำนักงาน ก.พ.

**วันพุธที่ ๒๘ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๗ : สวัสดิการและสิทธิประโยชน์ทางการเงิน**

- ๐๘.๑๕ - ๐๘.๓๐ น. เปิดให้ผู้เข้าอบรมเข้าสู่ระบบ
- ๐๘.๓๐ - ๐๘.๔๕ น. กล่าวต้อนรับผู้เข้าอบรม และชมวีดิทัศน์เกี่ยวกับโครงการฯ
- ๐๘.๔๕ - ๐๘.๕๐ น. กล่าวรายงานในพิธีเปิดการอบรม  
โดย นายอริยะ สกุลแก้ว นักทรัพยากรบุคคลเชี่ยวชาญ  
รักษาราชการแทนผู้อำนวยการสถาบันพัฒนาข้าราชการพลเรือน
- ๐๘.๕๐ - ๐๙.๐๕ น. พิธีเปิดการอบรม  
โดย นายปิยวัฒน์ ศิวรักษ์ เลขานุการ ก.พ.
- ๐๙.๐๕ - ๐๙.๑๐ น. กล่าวต้อนรับ  
โดย นายสุวัฒน์ เอื้อเพื่อ รองเลขานุการ ก.พ.
- ๐๙.๑๐ - ๐๙.๒๐ น. ชี้แจงรายละเอียดโครงการ  
โดย นายอริยะ สกุลแก้ว นักทรัพยากรบุคคลเชี่ยวชาญ  
รักษาราชการแทนผู้อำนวยการสถาบันพัฒนาข้าราชการพลเรือน
- ๐๙.๒๐ - ๐๙. ๓๐ น. พักรับประทานอาหาร
- ๐๙.๓๐ - ๑๒.๐๐ น. การเสวนา เรื่อง “สวัสดิการและสิทธิประโยชน์เมื่อเกษียณอายุราชการ”  
โดย วิทยากรจากกรมบัญชีกลาง
- ๑๒.๐๐ - ๑๓.๐๐ น. พักรับประทานอาหาร
- ๑๓.๐๐ - ๑๕.๓๐ น. การบรรยาย เรื่อง “เทคนิคการบริหารเงินอย่างง่าย ๆ ใคร ๆ ก็ทำได้”  
โดย วิทยากรจากธนาคารออมสิน
- ๑๕.๓๐ - ๑๕.๔๕ น. พักรับประทานอาหาร

๑๕.๔๕ - ๑๗.๐๐ น. การบรรยาย เรื่อง “บริหารเงินหลังเกษียณอย่างไรให้เพียงพอ”  
โดย วิทยากรจากกองทุนบำเหน็จบำนาญข้าราชการ (กบข.)

**วันพฤหัสบดีที่ ๒๙ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๗ : เรื่องน่ารู้สำหรับวัยเกษียณ**

- ๐๘.๓๐ - ๐๙.๐๐ น. เปิดให้ผู้เข้าอบรมเข้าสู่ระบบ
- ๐๙.๐๐ - ๑๐.๕๐ น. การบรรยายและแลกเปลี่ยนประสบการณ์ เรื่อง “ดิจิทัลสำหรับวัยเก๋า”  
โดย วิทยากรจากบริษัท ยังแฮปปี้ จำกัด โดย สำนักงานส่งเสริมเศรษฐกิจดิจิทัล (DEPA)
- ๑๐.๕๐ - ๑๑.๐๐ น. พักรับประทานอาหาร
- ๑๑.๐๐ - ๑๒.๐๐ น. การบรรยายและฝึกปฏิบัติ เรื่อง “การฝึกจิตให้มีพลังสู่โลก : การบริหารจัดการใจ  
สำหรับวัยเกษียณ”  
โดย ดร.ปรัชญา เพชรเกตต์  
สถาบันพลังจิตตานุภาพ
- ๑๒.๐๐ - ๑๓.๐๐ น. พักรับประทานอาหาร
- ๑๓.๐๐ - ๑๔.๓๐ น. การบรรยาย และฝึกปฏิบัติ เรื่อง “ดูแลสุขภาพร่างกายให้พร้อมรับวัยเกษียณ”  
โดย ศาสตราจารย์ ดร. เกสัชกรหญิง จงจิตร อังคทะวานิช  
คณะสหเวชศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา
- ๑๔.๓๐ - ๑๔.๔๕ น. พักรับประทานอาหาร
- ๑๔.๔๕ - ๑๖.๐๐ น. การบรรยาย และฝึกปฏิบัติ เรื่อง “ดูแลสุขภาพร่างกายให้พร้อมรับวัยเกษียณ” (ต่อ)

หมายเหตุ : - กำหนดการอาจเปลี่ยนแปลงได้ตามความเหมาะสม