



โครงการปัจฉิมนิเทศบุคลากรเกษียณอายุงาน

ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. 2569

หลักการและเหตุผล

มหาวิทยาลัยมหิดลตระหนักว่าบุคลากรของมหาวิทยาลัยที่ปฏิบัติงานจนครบเกษียณอายุงาน เป็นผู้ที่มีมากด้วยคุณค่า ทั้งในด้านความรู้ ความสามารถ และประสบการณ์อันยาวนาน ถือเป็นทรัพยากรบุคคลสำคัญที่ได้สร้างสรรค์คุณประโยชน์และคุณูปการให้แก่มหาวิทยาลัยและสังคมเป็นอย่างยิ่ง มหาวิทยาลัยจึงให้ความสำคัญกับการตอบแทนต่อบุคลากรผู้ทรงคุณค่าที่ได้ทุ่มเทแรงกาย แรงใจ และสติปัญญาอย่างเต็มความสามารถตลอดระยะเวลาที่ปฏิบัติงาน

อย่างไรก็ดี การเปลี่ยนผ่านเข้าสู่วัยเกษียณอายุงาน ถือเป็นจุดเปลี่ยนสำคัญของชีวิตที่ต้องมีการปรับตัว ทั้งในด้านสุขภาพกาย สุขภาพจิต บทบาททางสังคม และการบริหารจัดการชีวิตในมิติต่าง ๆ มหาวิทยาลัยจึงเล็งเห็นถึงความจำเป็นในการเสริมสร้างความรู้ ความเข้าใจ และเตรียมความพร้อมให้แก่ผู้เกษียณอายุงาน เพื่อให้สามารถปรับตัวเข้าสู่บริบทใหม่ของชีวิตได้อย่างราบรื่น สามารถดูแลตนเอง และใช้ชีวิตหลังเกษียณอายุงานได้อย่างมีคุณภาพ มีความสุข ตลอดจนมีแรงบันดาลใจในการสร้างสรรค์คุณประโยชน์ต่อสังคมและประเทศชาติต่อไปอย่างยั่งยืน แม้จะมีได้ปฏิบัติงานในมหาวิทยาลัยแล้วก็ตาม

ด้วยความสำคัญดังกล่าวข้างต้น มหาวิทยาลัยจึงกำหนดจัดโครงการปัจฉิมนิเทศบุคลากรผู้เกษียณอายุงาน ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. 2569 ขึ้น โดยผสมผสานรูปแบบการให้ความรู้ผ่านระบบออนไลน์ เพื่ออำนวยความสะดวกในการเสริมสร้างองค์ความรู้ ทักษะ และสุขภาวะที่ดีสำหรับการก้าวสู่วัยเกษียณ ควบคู่ไปกับการจัดกิจกรรมทัศนศึกษา เปิดประสบการณ์ใหม่ เพื่อให้ผู้เกษียณอายุงานได้ผ่อนคลาย พักผ่อนหย่อนใจ และกระชับความสัมพันธ์อันดีระหว่างกัน ซึ่งจะเป็นแนวทางสำคัญในการเตรียมความพร้อมให้สามารถดำเนินชีวิตบทใหม่ได้อย่างมั่นคง มีคุณภาพชีวิตที่ดี และมีความสุขอย่างยั่งยืนสืบไป

วัตถุประสงค์

1. เพื่อเสริมสร้างความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงในมิติต่าง ๆ ของวัยเกษียณ ทั้งในด้านการดูแลสุขภาพ สุขภาวะ การวางแผนทางการเงินที่มั่นคง และกฎหมายสำคัญที่เกี่ยวข้อง เพื่อการปรับตัวสู่บริบทใหม่ได้อย่างเท่าทัน
2. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมโครงการฯ ได้รับทราบข้อมูลสวัสดิการและสิทธิประโยชน์อันพึงมีพึงได้อย่างถูกต้องและครบถ้วน สำหรับนำไปใช้ประกอบการวางแผนและบริหารจัดการชีวิตภายหลังการเกษียณอายุงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ
3. เพื่อเปิดโอกาสให้ผู้เข้าร่วมโครงการฯ ได้มีโอกาสพบปะเพื่อนในวัยเกษียณอายุงาน รวมถึงแลกเปลี่ยนเรียนรู้ประสบการณ์และองค์ความรู้ร่วมกัน อันจะเป็นแนวทางในการดำเนินชีวิตบทใหม่อย่างมีความสุข มีคุณภาพชีวิตที่ดี และสามารถนำศักยภาพที่มีไปสร้างคุณประโยชน์ต่อตนเองและสังคมสืบไป

กลุ่มผู้เข้าร่วมโครงการ

บุคลากรทุกประเภทของมหาวิทยาลัยมหิดลที่ครบเกษียณอายุงาน ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. 2569 (วันที่ 30 กันยายน พ.ศ. 2569) ดังนี้

1. การอบรมรูปแบบ Online ผ่านโปรแกรม Zoom จำนวนประมาณ 416 คน
2. กิจกรรมรูปแบบ Onsite ณ จังหวัดเพชรบุรี จำนวน 2 รุ่น รวมทั้งสิ้นจำนวน 120 คน ดังนี้
 - รุ่นที่ 1 จำนวน 60 คน (เฉพาะบุคลากรสังกัดคณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี)
 - รุ่นที่ 2 จำนวน 60 คน

วิธีดำเนินการ

การบรรยาย การแลกเปลี่ยนประสบการณ์ และการตอบข้อซักถาม

วิธีการวัดผลสัมฤทธิ์ของโครงการ

ผลการประเมินความพึงพอใจในภาพรวมของผู้เข้าร่วมโครงการฯ อยู่ในระดับมาก

ระยะเวลา สถานที่ และรูปแบบการดำเนินการ

1. การอบรมรูปแบบ Online ผ่านทางโปรแกรม Zoom
วันอังคารที่ 18 สิงหาคม พ.ศ. 2569 เวลา 09.00 – 16.00 น.
2. กิจกรรมรูปแบบ Onsite ณ จังหวัดเพชรบุรี
 - รุ่นที่ 1 วันพฤหัสบดีที่ 3 – วันศุกร์ที่ 4 กันยายน พ.ศ. 2569
(เฉพาะบุคลากรสังกัดคณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี)
 - รุ่นที่ 2 วันพุธที่ 9 – วันพฤหัสบดีที่ 10 กันยายน พ.ศ. 2569

ค่าลงทะเบียน

ค่าลงทะเบียนผู้เข้าอบรมกิจกรรมรูปแบบ Onsite ณ จังหวัดเพชรบุรี รายละ 3,500 บาท

งบประมาณค่าใช้จ่าย

เงินรายได้มหาวิทยาลัย

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. ผู้เข้าร่วมโครงการฯ มีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงในมิติต่าง ๆ ของวัยเกษียณ ทั้งในด้านการดูแลสุขภาพ สุขภาวะ การวางแผนทางการเงินที่มั่นคง และกฎหมายสำคัญที่เกี่ยวข้อง
2. ผู้เข้าร่วมโครงการฯ ทราบข้อมูลสวัสดิการและสิทธิประโยชน์อันพึงมีพึงได้ และนำไปใช้ประกอบการวางแผนและบริหารจัดการชีวิตภายหลังการเกษียณอายุงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ
3. ผู้เข้าร่วมโครงการฯ ได้พบปะเพื่อนในวัยเกษียณอายุงาน รวมถึงได้แลกเปลี่ยนเรียนรู้ประสบการณ์และองค์ความรู้ร่วมกัน เพื่อเป็นแนวทางในการดำเนินชีวิตบทใหม่อย่างมีความสุข มีคุณภาพชีวิตที่ดี และนำศักยภาพที่มีไปสร้างคุณประโยชน์ต่อตนเองและสังคมสืบไป

ผู้รับผิดชอบโครงการ

นางธนพร สุนเจริญ นางสาวฟ้าใส ทองอยู่ และนางสาวภูริณัฐ อ่วมจันทร์
งานสร้างเสริมศักยภาพและพัฒนาทรัพยากรบุคคล กองทรัพยากรบุคคล สำนักงานอธิการบดี
โทรศัพท์ 02-849-6276 – 77

กำหนดการ

โครงการปฐมนิเทศบุคลากรเกษียณอายุงาน ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. 2569

รูปแบบ Online ผ่านโปรแกรม Zoom

วันอังคารที่ 18 สิงหาคม พ.ศ. 2569 เวลา 09.00 – 16.00 น.

- 08.30 – 09.00 น. เข้าสู่โปรแกรม Zoom เพื่อเตรียมรับฟังการบรรยาย
- 09.00 – 10.00 น. หัวข้อ “Smart 60 Fit & Firm : กินดี สุขภาพดี สูงวัยอย่างสง่า”
โดย ดร.วนะพร ทองโฉม
นักสุขศึกษา งานสร้างเสริมสุขภาพ คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี
- 10.00 – 12.00 น. หัวข้อ “Happy Wealth : การวางแผนการเงินอย่างยั่งยืน”
โดย อาจารย์ ดร.อัจฉรา โยมสินธุ์
ผู้เชี่ยวชาญทางด้านการเงิน
- 12.00 – 13.00 น. พักรับประทานอาหารว่าง
- 13.00 – 14.00 น. หัวข้อ “Happy Retirement : สร้างพลังใจ สู่บทบาทใหม่ในวัยเกษียณ”
โดย ผศ.พญ.ทานตะวัน อวิรุทธ์วรกุล
อาจารย์ประจำสาขาจิตเวชศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี
คุณแถมแก้ว โปษกรนันท์
นักจิตวิทยา กองกิจการนักศึกษา สำนักงานอธิการบดี
- 14.00 – 16.00 น. หัวข้อ “Welfare Check : เช็คสวัสดิการและสิทธิประโยชน์สำหรับผู้เกษียณอายุงาน”
โดย คุณสุวิเรศ วงษ์ทองดี
หัวหน้างานบริหารสวัสดิการและสิทธิประโยชน์ กองทรัพยากรบุคคล สำนักงานอธิการบดี

หมายเหตุ : กำหนดการอาจมีเปลี่ยนแปลงตามความเหมาะสม