



ศูนย์การจัดประชุมวิชาการรามธิบดี

คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล

Academic Affairs Convention Center and Management of Ramathibodi Hospital

ที่ อว 78.06/ว 8620

21 มิถุนายน 2567

WIP

โรงพยาบาลพัทลุง
เลขที่ 8280
23 / ก.ค. 67
เวลา 13.50 น.

เรื่อง ขอเชิญเข้าร่วมการประชุมวิชาการ เรื่อง สุขภาวะทางจิต สำหรับบุคลากรทางการแพทย์ "Boost your mental well-being with our practical seminar. Gain insights and strategies for better mental health"

เรียน ผู้อำนวยการโรงพยาบาล

กรุงเทพมหานคร
เลขที่ 1345
วันที่ 24 / ก.ค. / 67
เวลา 08.59 น.

ด้วยคณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล จะจัดการประชุมวิชาการ เรื่อง สุขภาวะทางจิต สำหรับบุคลากรทางการแพทย์ "Boost your mental well-being with our practical seminar. Gain insights and strategies for better mental health" ระหว่างวันที่ 26-27 กันยายน พ.ศ. 2567 ณ ห้องประชุมกิ่งเพชร ชั้น 3 โรงแรมเอเชีย กรุงเทพฯ โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อให้ผู้เข้าร่วมประชุมเข้าใจหลักการโดยรวมของสุขภาวะทางจิต เพิ่มความตระหนักรู้เกี่ยวกับความสำคัญของสุขภาวะทางจิต และผลกระทบต่อสุขภาพ โดยสร้างพื้นที่สนทนาและแบ่งปันประสบการณ์ที่เกี่ยวกับสุขภาวะทางจิต ทำให้ผู้เข้าร่วมประชุมสามารถนำความรู้เกี่ยวกับสุขภาวะทางจิตไปแบ่งปันผู้อื่นและสังครอบข้างได้

ในการนี้ คณะฯ เห็นว่าการประชุมวิชาการดังกล่าว จะเป็นประโยชน์ต่อบุคลากรทางการแพทย์ในทุกสาขา จึงขออนุมัติจัดการประชุมและขออนุมัติให้ผู้เข้าร่วมประชุมจากส่วนราชการและเอกชนสามารถเข้าร่วมการประชุมได้โดยไม่ถือเป็นวันลา และมีสิทธิเบิกค่าลงทะเบียน ดังนี้

- ลงทะเบียน ก่อนวันที่ 31 กรกฎาคม พ.ศ. 2567 ท่านละ 4,900 บาท
- ลงทะเบียน ตั้งแต่วันที่ 1 สิงหาคม พ.ศ. 2567 ท่านละ 5,300 บาท

อนึ่ง ข้าราชการ พนักงานองค์การรัฐวิสาหกิจสามารถเข้าร่วมอบรมได้โดยไม่ถือเป็นวันลา และมีสิทธิเบิกค่าลงทะเบียนตลอดจนค่าใช้จ่ายต่าง ๆ ตามระเบียบของทางราชการจากต้นสังกัด ทั้งนี้ต้องได้รับอนุญาตจากผู้บังคับบัญชาแล้ว ผู้สนใจสามารถเข้าไปลงทะเบียนได้ที่ www.acmrrama.com หรือสอบถามรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่ คุณกรกมล สุนทรพิทักษ์กุล โทร. 0-2201-2193, 0-2201-2990

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา และขอความอนุเคราะห์ประชาสัมพันธ์การประชุมให้บุคลากรในสังกัดได้ทราบโดยทั่วกันด้วย จะเป็นพระคุณยิ่ง

ขอแสดงความนับถือ

ศาสตราจารย์

(ศาสตราจารย์ แพทย์หญิงศศิโสภิน เกียรติบุรณกุล)
รองคณบดีฝ่ายวิชาการและวัฒนธรรม ปฏิบัติหน้าที่แทน
คณบดีคณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามธิบดี




เรียน ผู้อำนวยการโรงพยาบาลพัทลุง

() เพื่อโปรดทราบ

() เพื่อโปรดพิจารณา

(✓) เห็นควร..... มิได้

()


24/12/67



(นายชิตพล สินไชย)

รองผู้อำนวยการด้านพัฒนาระบบบริการ
และสนับสนุนบริการสุขภาพ ปฏิบัติราชการแทน
ผู้อำนวยการโรงพยาบาลพัทลุง

26 ก.ค. 2567

การประชุมวิชาการ

เรื่อง สุขภาวะทางจิต สำหรับบุคลากรทางการแพทย์

"Boost your mental well-being with our practical seminar. Gain insights and strategies for better mental health."

หลักการและเหตุผล

ในสภาวะปัจจุบันที่โลกมีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว บุคลากรทางการแพทย์ต่าง ๆ มักจะต้องประสบกับความเครียด เร่งรีบ และกดดัน ความเข้าใจและการให้ความสำคัญกับสุขภาวะทางจิต จึงเป็นสิ่งสำคัญอย่างยิ่งต่อการใช้ชีวิต และการประกอบอาชีพ
ภาควิชาจิตเวชศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี เป็นสถาบันที่มีจุดแข็งด้านการส่งเสริมให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้จักตนเอง และพัฒนาตนเองอย่างต่อเนื่อง จึงจัดสัมมนาเพื่อสร้างความตระหนักให้กับบุคลากรทางการแพทย์ เกี่ยวกับสุขภาวะทางจิต และยกย่องความรู้ที่นำไปประยุกต์ใช้ ทั้งในแง่ตัวบุคคล และในฐานะผู้ให้บริการทางการแพทย์ต่อไป

วัตถุประสงค์

1. เพิ่มความตระหนักเกี่ยวกับความสำคัญของสุขภาวะทางจิต และผลกระทบต่อสุขภาพทั่วไป
2. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมประชุมเข้าใจหลักการโดยรวมของสุขภาวะทางจิต และนำไปใช้ดูแลตนเองได้
3. สร้างพื้นที่สนทนาและแลกเปลี่ยนประสบการณ์ที่เกี่ยวข้องกับสุขภาวะทางจิต
4. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมประชุมสามารถนำความรู้เกี่ยวกับสุขภาวะทางจิตไปแบ่งปันผู้อื่นและสังคมรอบข้างได้

กลุ่มเป้าหมาย

บุคลากรทางการแพทย์จำนวน 100 คน

กำหนดการ วันพฤหัสบดีที่ 26 กันยายน 2567

08.00 - 08.30 น.	ลงทะเบียน
08.30 - 09.00 น.	หัวข้อ Well-being: An overview วิทยากร : ผศ. ดร.พญ.ธนาวดี ประชะลาสินี อ.พญ.วิมลตรา แก้วพิลา
09.00 - 09.45 น.	หัวข้อ Sleep well, timed well, and being well วิทยากร : อ.นพ.จตุรงค์ ศิริชัยทอง
09.45 - 10.30 น.	หัวข้อ I know I should exercise but...: Practicing mental skills that help you become more physically active วิทยากร : อ.นพ.กานต์ จักรบุญโรจน์ อ.จางจารย์ ดร.ชลชัย อานามนารถ
10.30 - 10.45 น.	พักรับประทานอาหารว่าง
10.45 - 11.30 น.	หัวข้อ Mindfulness: A key to unlock your well-being วิทยากร : ผศ.พญ.ปัญจภรณ์ วาทีประโคน
11.30 - 12.00 น.	หัวข้อ Wrap-up/Q&A วิทยากร : ผศ.ดร.พญ.ธนาวดี ประชะลาสินี อ.พญ.วิมลตรา แก้วพิลา
12.00 - 13.00 น.	อาหารกลางวัน
13.00 - 14.30 น.	Workshop "Enriching your relationships with Satir model" วิทยากร : ศ.พญ.รัตนา สายพานิชย์ รศ.นพ.พิชัย อภิภูสกุล รศ.พญ.สุวรรณี พุทธิศิริ
14.30 - 14.45 น.	พักรับประทานอาหารว่าง
14.45 - 16.00 น.	Workshop "Enriching your relationships with Satir model" (ต่อ) วิทยากร : ศ.พญ.รัตนา สายพานิชย์ รศ.นพ.พิชัย อภิภูสกุล รศ.พญ.สุวรรณี พุทธิศิริ
16.00 - 16.30 น.	หัวข้อ Q&A และ สรุป

กำหนดการ วันศุกร์ที่ 27 กันยายน 2567

08.00 - 08.30 น.	ลงทะเบียน
08.30 - 08.45 น.	หัวข้อ Connectedness: An introduction วิทยากร : ผศ.ดร.พญ.ธนาวดี ประชะลาสินี อ.พญ.วิมลตรา แก้วพิลา
08.45 - 10.00 น.	หัวข้อ A Card and the Deck (subjective and collective well-being) วิทยากร : อ.พญ.พรรณพร หล่อธีรพงษ์ รศ.นพ.ปรางมณฑ์ สุคนิษฐ์
10.00 - 10.15 น.	พักรับประทานอาหารว่าง
10.15 - 11.00 น.	หัวข้อ MWE: How kindness and compassion promote well-being in our lives, our relationships and our communities วิทยากร : ผศ.พญ.พลิศรา ธรรมนิษฐ์
11.00 - 11.45 น.	หัวข้อ Self-Compassion: When being harsh to yourself is not the answer for well-being วิทยากร : รศ.พญ.ธนิดา ตันตระกูลโรจน์
11.45 - 12.00 น.	หัวข้อ Wrap-up/Q&A วิทยากร : ผศ.ดร.พญ.ธนาวดี ประชะลาสินี อ.พญ.วิมลตรา แก้วพิลา
12.00 - 13.00 น.	อาหารกลางวัน
13.00 - 14.30 น.	Workshop "Finding your north star-improve your well-being with value-guided actions" วิทยากร : อ.นพ.กานต์ จักรบุญโรจน์
14.30 - 14.45 น.	พักรับประทานอาหารว่าง
14.45 - 16.00 น.	Workshop "Finding your north star-improve your well-being with value-guided actions" (ต่อ) วิทยากร : อ.นพ.กานต์ จักรบุญโรจน์
16.00 - 16.30 น.	หัวข้อ Q&A และ สรุป

วิธีการชำระค่าลงทะเบียน

- 1) ชำระผ่าน Internet banking หรือ Application ธนาคาร ซึ่งสามารถชำระได้ทุกธนาคาร โดยแสกน QR code ในใบ Pay in ที่ได้รับหลังจากลงทะเบียนแล้ว
- 2) โอนฝาก ได้เฉพาะ ธนาคารไทยพาณิชย์ ทุกสาขา
ชื่อบัญชี "เงินรายได้คณะแพทยศาสตร์ รพ.รามธิบดี"
เลขที่บัญชี 026-3-04247-7
- 3) เช็ค สั่งจ่ายในนาม "เงินรายได้คณะแพทยศาสตร์ รพ.รามธิบดี" ชำระคู่กับใบนำฝากของธนาคารเท่านั้น
เลขที่บัญชี 026-3-04247-7 สาขาโรงพยาบาลรามธิบดี
- 4) ขอสงวนสิทธิ์ **ไม่คืนเงินค่าลงทะเบียน ไม่ว่าจะกรณีใดๆ**

อัตราค่าลงทะเบียน

ถึงวันที่ **31 กรกฎาคม 2567** ท่านละ 4,900 บาท
ตั้งแต่วันที่ **1 สิงหาคม 2567** ท่านละ 5,300 บาท

ชำระค่าลงทะเบียนแล้ว

กรุณาส่งหลักฐานการชำระเงิน

โดยส่งหลักฐานชำระเงินพร้อมระบุ ชื่อผู้ลงทะเบียน
ชื่องานประชุม และรายละเอียดสำหรับออกใบเสร็จ

ส่งมาที่ E-Mail

academic.rama@gmail.com

สอบถามรายละเอียดเพิ่มเติม

ติดต่อได้ที่ คุณกรกมล สุนทรพิทักษ์กุล

งานบริการวิชาการ อาคารวิจัยและสวัสดิการ ชั้น 1

โทร. 02-201-2193, 02-201-1542 Fax. 02-201 2607

ติดต่อสำรองที่พัก โรงแรมเอเชีย กรุงเทพฯ

ฝ่ายสำรองห้องพัก โทร.02-217-0808 ต่อ 5325, 5326, 5279

- ห้องพักรวม 1,600 บาท (รวมอาหารเช้า)
 - ห้องพักร่วม 1,800 บาท (รวมอาหารเช้า)
- *ผู้ที่สนใจจองห้องพักสามารถดาวโหลดใบจองห้องพักที่
เว็บไซต์ลงทะเบียน งานประชุมวิชาการสุขภาพจิต สำหรับ
บุคลากรทางการแพทย์ ในช่อง "แนะนำรายละเอียดที่พัก"

มหาวิทยาลัยมหิดล

คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี

การประชุมวิชาการ

สุขภาพทางจิต สำหรับบุคลากรทางการแพทย์

"Boost your mental well-being with our
practical seminar. Gain insights and
strategies for better mental health."

ลงทะเบียนออนไลน์ที่เว็บไซต์เท่านั้น
www.acmrrama.com
หรือ
แสกน QR code เพื่อเข้าเว็บไซต์



ในวันที่ 26-27 กันยายน พ.ศ. 2567

ณ ห้องประชุมกิ่งเพชร ชั้น3

โรงแรมเอเชีย ราชเทวี กรุงเทพมหานคร

จัดโดย ภาควิชาจิตเวชศาสตร์

คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล