



บันทึกข้อความ

สำนักฯ (อย)
 รมที่ 10742
 - 1 ส.ก. 2560
 เวลา ๑๕.๒

ส่วนราชการ ศูนย์ปฏิบัติการต่อต้านการทุจริตคอร์รัปชัน โทร. ๐ ๒๕๙๐ ๗๒๕๐

ที่ สธ.๑๐๒๔/๑๘๒ วันที่ ๑ สิงหาคม ๒๕๖๐

เรื่อง ขอเชิญฝึกอบรมปฏิบัติธรรม ณ วัดพิชโสภาราม จังหวัดอุบลราชธานี

เรียน เลขาธิการฯ / รองเลขาธิการฯ / ผู้ทรงคุณวุฒิ / ผู้เชี่ยวชาญ / ผู้อำนวยการสำนัก / เลขานุการกรม / ผู้อำนวยการกอง / ผู้อำนวยการกลุ่ม / ผู้อำนวยการศูนย์ / หัวหน้ากลุ่ม

ด้วยในงบประมาณปี ๒๕๖๑ ชมรมจริยธรรม อย. จะจัดการฝึกอบรมปฏิบัติธรรม ณ วัดพิชโสภาราม ตำบลแก้งเหนือ อำเภอเขมราฐ จังหวัดอุบลราชธานี ระหว่างวันที่ ๔-๗ ตุลาคม ๒๕๖๐ เพื่อให้การจัดการฝึกอบรมดังกล่าวเป็นไปด้วยความเรียบร้อย จึงเห็นควรแจ้งเวียนให้ผู้สนใจส่งรายชื่อภายในวันที่ ๒๕ สิงหาคม ๒๕๖๐ โดยผู้สมัครจะต้องปฏิบัติตามหลักเกณฑ์การปฏิบัติที่แนบมา

จึงเรียนมาเพื่อโปรดทราบและพิจารณาแจ้งรายชื่อผู้เข้าร่วมการฝึกอบรม ดังกล่าวด้วย จะเป็นพระคุณ

(นายนิรัตน์ เตียสุวรรณ)

หัวหน้าศูนย์ปฏิบัติการต่อต้านการทุจริตคอร์รัปชัน

<input checked="" type="checkbox"/> บริหาร	<input type="checkbox"/> Pre	<input type="checkbox"/> พัฒนาระบบ
<input type="checkbox"/> Post	<input type="checkbox"/> กำหนดฯ	<input type="checkbox"/> นโยบายฯ
<input type="checkbox"/> แผนไทยฯ	<input type="checkbox"/> โปรดทราบ	<input type="checkbox"/> โปรดพิจารณา
<input checked="" type="checkbox"/> โปรดแจ้งเวียน	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

(นางสาวสุกัญญา เจียรพงษ์)
 ผู้อำนวยการสำนักฯ

คุณ รัชนิวรรณ
 โปรด แจ้งเวียน
 ปิดประกาศ

(นางสาวสุกัญญา ศรีขันธ์)
 หัวหน้าฝ่ายบริหารทั่วไป

กำหนดการฝึกอบรมปฏิบัติธรรม

ระหว่างวันที่ ๔ - ๗ ตุลาคม ๒๕๖๐

ณ วัดพิชโสภาราม อำเภอเขมราฐ จังหวัดอุบลราชธานี

.....

วันที่ ๔ ตุลาคม ๒๕๖๐

๐๘.๓๐ น. ออกเดินทางจากสำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา

๒๑.๐๐ น. เดินทางถึงวัดพิชโสภาราม จังหวัดอุบลราชธานี

วันที่ ๕, ๖ ตุลาคม ๒๕๖๐

๐๔.๐๐ - ๐๔.๓๐ น.

ทำวัตรเช้า

๐๔.๓๐ - ๐๗.๐๐ น.

ปฏิบัติธรรม

๐๗.๐๐ - ๐๘.๐๐ น.

รับประทานอาหารเช้า

๐๘.๐๐ - ๑๑.๐๐ น.

สมาทานพระกรรมฐาน ปฏิบัติธรรม

๑๑.๐๐ - ๑๓.๐๐ น.

รับประทานอาหารกลางวัน

๑๓.๐๐ - ๑๖.๐๐ น.

สมาทานพระกรรมฐาน ปฏิบัติธรรม

๑๖.๐๐ - ๑๘.๐๐ น.

แผ่เมตตา พักผ่อนอิริยาบถ

๑๘.๐๐ - ๑๘.๓๐ น.

ทำวัตรเย็น

๑๘.๓๐ - ๑๙.๓๐ น.

บรรยายธรรม

๑๙.๓๐ - ๒๑.๐๐ น.

สมาทานพระกรรมฐาน ปฏิบัติธรรม

วันที่ ๗ ตุลาคม ๒๕๖๐

เดินทางกลับ

ตรงเวลาและค่านึงถึงส่วนรวม

หลักเกณฑ์การปฏิบัติ การฝึกอบรมปฏิบัติธรรมระหว่างวันที่ ๔ - ๗ ตุลาคม ๒๕๖๐

ณ วัดพิชโสภาราม อำเภอเขมราฐ จังหวัดอุบลราชธานี

๑. การปฏิบัติ ๑. ถือบิณฑบาต ๘ รับประทานอาหาร ๒ มื้อ(เช้า-เที่ยง)

๒. สวมชุดขาว ถ้าสวมกางเกงต้องห่มสไบ

ไม่มีชุดปฏิบัติธรรมให้เช่า แต่มีบริการซักล้างครั้งละ ๒๐ บาท

๓. ตื่นตี ๓ ครั้ง นอน ๓ หุ่่ม

๒. การเดินทาง รถตู้ออกเวลา ๘.๓๐ น. ตรงเวลา เข้าวันพุธที่ ๔ ตุลาคม ๒๕๖๐

ข้างอาคารจอดรถสำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา(ตรงข้ามธนาคารไทยพาณิชย์)

รถตู้กลับ วันที่ ๗ ตุลาคม ๒๕๖๐

๓. ที่พัก ห้องพักรวม แต่แยก ชาย - หญิง (มีมุ้งลวด) มีหมอน ที่นอน ผ้าห่ม

๔. ค่าเบี้ยเลี้ยงของทุกคนไว้เป็นกองกลาง นำไปใช้จ่ายดังต่อไปนี้

๑. ค่าอาหารระหว่างการเดินทาง ยกเว้น ค่าซักล้างชุดปฏิบัติธรรมให้จ่ายเอง

๒. ปัจจัยถวายวัดเป็นค่าอาหาร ค่าน้ำ ค่าไฟ และค่าที่พัก

โดยผู้มีจิตศรัทธาจะถวายเพิ่มเติมตามกำลังของตนเองได้ที่วัด

ใบรับรองแทนใบเสร็จรับเงิน
สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา

วัน เดือน ปี	รายละเอียดรายจ่าย	จำนวนเงิน	หมายเหตุ
๔ - ๗ ตุลาคม ๒๕๖๐	ค่าโดยสารรถรับจ้างไป-กลับ ระหว่างบ้านพัก เลขที่..... หมู่..... ถนน..... แขวง/ตำบล..... เขต/อำเภอ..... จังหวัด..... ถึง สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา		

รวมทั้งสิ้น (ตัวอักษร).....

ข้าพเจ้า..... ตำแหน่ง..... ขอรับรองว่ารายจ่าย
ข้างต้นนี้ ไม่อาจเรียกใบเสร็จรับเงินจากผู้รับได้และข้าพเจ้าได้จ่ายไปในนามของราชการโดยแท้

ลงชื่อ.....

()

วันที่ ๙ ตุลาคม ๒๕๖๐

โครงการฝึกอบรมปฏิบัติธรรม

ณ วัดพิชโสภาราม อำเภอเขมราฐ จังหวัดอุบลราชธานี

ระหว่างวันที่ ๔ - ๗ ตุลาคม ๒๕๖๐

ข้าพเจ้า.....

ออกเดินทางจากบ้านพัก วันที่ ๔ ตุลาคม ๒๕๖๐ เวลา.....น.

กลับถึงบ้านพัก วันที่ ๗ ตุลาคม ๒๕๖๐ เวลา.....น.

(ลงชื่อ).....

หมายเหตุ.....

(กลับถึง อย. ๒๑.๐๐น.)

โครงการฝึกอบรมปฏิบัติธรรม

ณ วัดพิชโสภาราม อำเภอเขมราฐ จังหวัดอุบลราชธานี

ระหว่างวันที่ ๔ - ๗ ตุลาคม ๒๕๖๐

ข้าพเจ้า.....

ออกเดินทางจากบ้านพัก วันที่ ๔ ตุลาคม ๒๕๖๐ เวลา.....น.

กลับถึงบ้านพัก วันที่ ๗ ตุลาคม ๒๕๖๐ เวลา.....น.

(ลงชื่อ).....

หมายเหตุ.....

(กลับถึง อย. ๒๑.๐๐น.)

โครงการฝึกอบรมปฏิบัติธรรม

ณ วัดพิชโสภาราม อำเภอเขมราฐ จังหวัดอุบลราชธานี

ระหว่างวันที่ ๔ - ๗ ตุลาคม ๒๕๖๐

ข้าพเจ้า.....

ออกเดินทางจากบ้านพัก วันที่ ๔ ตุลาคม ๒๕๖๐ เวลา.....น.

กลับถึงบ้านพัก วันที่ ๗ ตุลาคม ๒๕๖๐ เวลา.....น.

(ลงชื่อ).....

หมายเหตุ.....

(กลับถึง อย. ๒๑.๐๐น.)

โครงการฝึกอบรมปฏิบัติธรรม

ณ วัดพิชโสภาราม อำเภอเขมราฐ จังหวัดอุบลราชธานี

ระหว่างวันที่ ๔ - ๗ ตุลาคม ๒๕๖๐

ข้าพเจ้า.....

ออกเดินทางจากบ้านพัก วันที่ ๔ ตุลาคม ๒๕๖๐ เวลา.....น.

กลับถึงบ้านพัก วันที่ ๗ ตุลาคม ๒๕๖๐ เวลา.....น.

(ลงชื่อ).....

หมายเหตุ.....

(กลับถึง อย. ๒๑.๐๐น.)

