

Happy Workplace หรือ องค์กรแห่งความสุข

คือ กระบวนการพัฒนาคนในองค์กรอย่างมีเป้าหมาย

และยุทธศาสตร์ให้สอดคล้องกับวิสัยทัศน์ขององค์กร

เพื่อให้องค์กรมีความพร้อมต่อการเปลี่ยนแปลง นำพาองค์กรไปสู่การเติบโตอย่างยั่งยืน

Happy Workplace

เป็นกระบวนการพัฒนาคนในองค์กรอย่างมีเป้าหมายและให้ยุทธศาสตร์สอดคล้องกับวิสัยทัศน์ขององค์กร เพื่อให้องค์กรมีความพร้อมต่อการเปลี่ยนแปลง ซึ่งจะนำพาองค์กรไปสู่การเติบโตอย่างยั่งยืน (การจัดการองค์กรโดยเน้น การจัดการ “คน” เป็นหลัก) โดยใช้ความสุขพื้นฐานแปดประการ (**Happy 8**) เป็นแนวทางในการบริหารจัดการชีวิตให้มีความสุขอย่างยั่งยืน สร้างทัศนคติบวกต่อมุมมองในการดำเนินชีวิต การอยู่ร่วมกับผู้อื่น การรับผิดชอบต่อสังคม เป็นสมาชิกที่ดีต่อครอบครัว องค์กร และสังคม โดยมีความสุขที่แท้จริงบนพื้นฐาน ความสุขแปดประการที่สอดคล้องกับชีวิต ประกอบด้วย

○

+



Happy Body (สุขภาพดี)

สุขภาพแข็งแรงทั้งกายและจิตใจ เพราะมีความเชื่อว่าถ้ามนุษย์ มีสุขภาพร่างกายที่แข็งแรงก็จะมีจิตใจที่ดี พร้อมที่จะรับมือกับ ปัญหาที่จะเข้ามาได้เป็นอย่างดี



Happy Heart

(น้ำใจงาม) มีน้ำใจเอื้ออาทรต่อกัน
และกัน เนื่องจากมีความเชื่อ ว่า

- ความสุขที่แท้จริงคือการเป็นผู้ให้



Happy Society

(สังคมดี) มีความรักสามัคคีเอื้อเฟื้อต่อชุมชนที่ตนทำงานและพักอาศัย มีสังคมและสภาพแวดล้อมที่ดี เพราะเชื่อว่าการที่ผู้คนมีความ เป็นอยู่ที่ดีภายในสังคม หรือชุมชน ที่ดี ทำให้ ผู้อยู่อาศัยมีความรัก ความปรองดอง ย่อมเป็นพื้นฐานของ สามัคคีต่อกัน พร้อม ร่วมแรงร่วมใจ ช่วยกันพัฒนาชุมชนให้ มีชีวิต ความเป็นอยู่ที่ดีขึ้น



Happy Relax

(ผ่อนคลาย) รู้จักผ่อนคลายต่อสิ่งต่างๆ ในการดำเนินชีวิต เพราะเชื่อว่า การที่คนทำงานหากไม่รู้จักรสรหาการผ่อนคลายให้กับ ตนเอง จะทำให้ร่างกายและจิตใจเกิดความเครียด อันส่งผลกระทบต่อหน้าที่การทำงาน



Happy Brain

(หาความรู้) มีการศึกษาหาความรู้

พัฒนาตนเองตลอดเวลาจากแหล่งต่างๆ
นำไปสู่การเป็นมืออาชีพและความมั่นคง
ก้าวหน้าในการทำงาน เพราะเชื่อว่าถ้าเรา
ทุกคนแสวงหาความรู้ใหม่ๆ มาเพิ่มพูน
ความรู้ และพัฒนาตนเองอยู่เสมอสม่ำเสมอ ก็
จะเป็นอีกหนึ่งแรงผลักดันช่วยให้ องค์กร
พัฒนาขึ้นด้วยบุคลากรที่มีศักยภาพ



Happy Soul

(ทางสงบ) มีความศรัทธาในศาสนาและมีศีลธรรมในการ
ดำเนินชีวิต เพราะเชื่อว่า หลักธรรมคำสอนของศาสนา เป็นสิ่ง
ที่จะช่วยทุกคนให้ดำเนินชีวิตไปในเส้นทางที่ดีได้ ทำให้ทุกคน
มีสติ มีสมาธิในการทำงาน สามารถรับมือกับปัญหาที่เข้ามา ยึด
หลักสนับสนุนให้เป็นคนดี คิดดี ทำดี และมีความ ศรัทธาใน
คุณงามความดีทั้งปวง

○

+



Happy Family

(ครอบครัวดี) มีครอบครัวที่อบอุ่นและมั่นคง
ปลูกฝังนิสัยรักครอบครัว เพื่อนำไปเป็น
หลักการใช้ชีวิต ให้รู้จักความรัก ความเชื่อมั่น
และความศรัทธาในความดีงาม จึงจะเกิดเป็น
คนดี ในสังคม (รักตนเอง รักครอบครัว รักการ
งาน รักเพื่อน รักในสิ่ง ที่พอเพียง)



Happy Money

(ปลอดหนี้) มีเงิน รู้จักเก็บ รู้จักใช้
ไม่เป็นหนี้ ปลูกฝังนิสัยอดออม
ประหยัด ไม่ใช่สุรุ่ยสุร่าย ใช้จ่ายแต่
เท่าที่จำเป็น ยึดหลัก คำสอนการ
ดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียง



กิจกรรม **Happy Workplace**

ของเทศบาลตำบลท่าผา

ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. **2567**



Happy Body (สุขภาพดี)

การส่งเสริมด้านสุขภาพกายและใจ

- ★ กิจกรรม โยคะ เพื่อสุขภาพ
- ★ กิจกรรมจัดโซนสุขภาพ “เครื่องออกกำลังกาย”
- ★ กิจกรรมประชาสัมพันธ์การบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพ





กิจกรรม ประชาสัมพันธ์ เทศบาลตำบลท่าผา

วัตถุประสงค์การกินอาหารเพื่อสุขภาพที่ดี



1. กินอาหารครบ 5 หมู่ แต่ละหมู่ให้หลากหลาย และหมั่นดื่มน้ำสะอาด
2. กินข้าวเป็นอาหารหลัก สลับกับอาหารประเภทแป้งเป็นบางมื้อ
3. กินพืชผักให้มาก และกินผลไม้เป็นประจำ
4. กินปลา เนื้อสัตว์ไม่ติดมัน ไข่ และถั่วเมล็ดแห้งเป็นประจำ
5. ดื่มนมให้เหมาะสมตามวัย
6. กินอาหารที่มีไขมันแต่พอควร
7. หลีกเลี่ยงการกินอาหารรสหวานจัด และเค็มจัด
8. กินอาหารที่สะอาด ปราศจากการปนเปื้อน
9. งดหรือลดเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์



ขอ
ให้
สุขภาพ
แข็งแรง



ด้วยความปรารถนาดีจาก เทศบาลตำบลท่าผา



Happy Heart (น้ำใจงาม)

การส่งเสริมให้เกิดความเกื้อกูลในองค์กร

- กิจกรรมจิตอาสา

- * กิจกรรมจิตอาสาพัฒนาในวันสำคัญของชาติไทย ประจำปี พ.ศ. 2567 “เนื่องในวันพ่อขุนรามคำแหงมหาราช”

- * กิจกรรมจิตอาสาพัฒนาฟื้นฟูบูรณะแหล่งน้ำศักดิ์สิทธิ์ในพื้นที่จังหวัดลำปาง

- * กิจกรรมรวมใจทำความสะอาดวัดพระธาตุลำปางหลวง เฉลิมพระเกียรติฯ

เนื่องในโอกาสมหามงคลเฉลิมพระชนมพรรษา 6 รอบ 72 พรรษา พระบาทสมเด็จพระวชิรเกล้าเจ้าอยู่หัว



Happy Society (สังคมดี)

การส่งเสริมให้เกิดความสามัคคี
ในองค์กร

กิจกรรมส่งเสริมความสามัคคี

ในกิจกรรมเดินรณรงค์ขบวนต่อต้านยาเสพติด

โครงการ To be number one

ประจำปี 2567



Happy Relax (ผ่อนคลาย)

การส่งเสริมให้มีสภาพแวดล้อมที่ผ่อนคลาย

- ★ กิจกรรมฟังเพลงที่ชอบ ในห้องทำงาน
- ★ กิจกรรมรดน้ำดำหัวผู้บริหาร เนื่องในวันปีใหม่ของเมือง 2567

เสียงเพลงเพิ่มสมาธิ

ช่วยให้งานมีประสิทธิภาพ

เสียงเพลงนั้นเปรียบเสมือน

“Music Therapy” การเปิดเพลงหรือมีเสียงดนตรีคลอระหว่างทำงาน จะช่วยให้อารมณ์ผ่อนคลาย ซึ่งส่งผลให้เราสามารถผลิตผลงานที่ดีออกมาได้ ทั้งยังช่วยเพิ่มสมาธิให้เราโฟกัสกับงานได้ดีขึ้น และทำให้เราทำงานภายใต้สถานการณ์ที่กดดัน ได้ดีขึ้นอีกด้วย



กิจกรรมรดน้ำดำหัวผู้บริหาร

เนื่องในวันปีใหม่ของเมือง 2567



Happy Brain (หาความรู้)

การส่งเสริมให้บุคลากรได้พัฒนาความรู้ความสามารถ

กิจกรรมส่งเสริมเข้ารับการฝึกอบรม โครงการหลักสูตรตามมาตรฐานกำหนดตำแหน่ง



Happy Soul (ทางสงบ)

การส่งเสริมให้บุคลากรมีศีลธรรมในการดำเนินชีวิต

☆ กิจกรรมส่งเสริมการทำบุญตักบาตร

☆ กิจกรรมอบรมธรรมะ สร้างสุข

กิจกรรมส่งเสริมการทำบุญตักบาตร

วัตถุประสงค์

เพื่อสืบทอดพระพุทธศาสนา และช่วยปลูกฝังคุณธรรม และจริยธรรม ให้มีความเอื้ออาทรต่อกันในสังคม

กิจกรรมอบรมธรรมะ สร้างสุข ประจำปี 2567

วัตถุประสงค์

เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิต และการปฏิบัติงานให้มีคุณลักษณะเป็นข้าราชการที่มีคุณธรรม และจริยธรรม



Happy Money (ปลอดภัย)

การส่งเสริมด้านการออมและการวางแผนในการใช้จ่าย

★ กิจกรรมส่งเสริมการออมเงิน



* ออมเงินกับ กลุ่มออมทรัพย์พนักงาน

* ออมเงินกับ กองทุนสวัสดิการชุมชน ออมบุญวันละบาท

★ กิจกรรมประชาสัมพันธ์การออม ใช้ชีวิตแบบพอเพียง



กิจกรรม ประชาสัมพันธ์ เทศบาลตำบลท่าผา



ส่งเสริมการรวม กับกลุ่มออมทรัพย์

ขอเชิญชวน

พนักงานในสังกัดเทศบาลตำบลท่าผาทุกท่าน
เริ่มต้นวางแผนการเงิน

ออมเงินกับ “กลุ่มออมทรัพย์พนักงานท่าผา”

★ ออมเงินขั้นต่ำ 200 บาท

★ กู้เท่าที่จำเป็น ดอกเบี้ยต่ำสุด



สอบถามเพิ่มเติม เจื่อนใจเป็นไปตามที่กลุ่มกำหนด



เทศบาลตำบลท่าผา อำเภอเกาะคา จังหวัดลำปาง



กิจกรรม ประชาสัมพันธ์ เทศบาลตำบลท่าผา



ส่งเสริมการรวม กับกองทุนสวัสดิการชุมชน

ขอเชิญชวน

ครอบครัวพนักงาน เทศบาลตำบลท่าผา
เริ่มต้นวางแผนการเงิน

ออมเงินกับ “ออมบุญวันละ 1 บาท”

★ ออมเงินขั้นต่ำ วันละ 1 บาท

★ ได้รับสิทธิประโยชน์หลายด้าน

- * นอนโรงพยาบาลได้รับสวัสดิการคืนละ 100 บาท
- * คลอดบุตร บุตรได้รับค่าทำขวัญ คนละ 500 บาท
- * เสียชีวิต ได้รับเงินช่วยเหลือ สูงสุด 20,000 บาท

เพียงมีชื่อในทะเบียนบ้าน ที่อยู่ในเขตเทศบาลตำบลท่าผา
สามารถสมัครได้ที่ กองทุนสวัสดิการชุมชนตำบลท่าผา

เทศบาลตำบลท่าผา อำเภอเกาะคา จังหวัดลำปาง



กิจกรรม ประชาสัมพันธ์ เทศบาลตำบลท่าผา



4 วิธีออมเงิน

ใช้ชีวิตแบบพอเพียง



ตามแนวพระราชดำริ ในหลวง รัชกาลที่ 9



“...คนเราถ้าพอใจในความดีงาม ก็มีโลกน้อย เมื่อมีโลกน้อย ก็เป็นคนอื่น
คนอื่น ถ้าทุกคนมีความดี อันนี้ไม่ใช่ความสุข มีความดีทำอะไร ต้องพอเพียง
หมายความว่า พอประมาณ ไม่ล้นเกิน ไม่โลภอย่างมาก คนเราก็อยู่เป็นสุข...”

“...ความพอเพียงนี้ ก็แปลว่า ความพอประมาณและความมีเหตุผล...”
พระราชดำรัส พระบาทสมเด็จพระปรมินทรมหาภูมิพลอดุลยเดช ทรงพระราชทาน เนื่องใน
โอกาสวันเฉลิมพระชนมพรรษา ณ ศาลาดุสิดาลัย วันที่ ๔ ธันวาคม ๒๕๔๑

1. วิธีออมเงิน : ทำบัญชีรายรับ-รายจ่าย

2. วิธีออมเงิน : ใช้เท่าที่มีอย่าสร้างหนี้

3. วิธีออมเงิน : มีเป้าหมายในการออม

4. วิธีออมเงิน : วางแผนการใช้จ่ายอย่างชาญฉลาด

เทศบาลตำบลท่าผา อำเภอเกาะคา จังหวัดลำปาง

กิจกรรม สานสัมพันธ์ ในครอบครัว ในกิจกรรมวันเด็ก



เทศบาลตำบลท่าผา
กิจกรรม ประชาสัมพันธ์ เทศบาลตำบลท่าผา

HAPPY
CHILDREN'S
DAY

ประกาศ ขอเชิญชวน

ครอบครัวพนักงาน ในสังกัดเทศบาลตำบลท่าผา
ร่วมมอบของขวัญวันเด็ก ด้วยการใช้เวลาร่วมกัน
ในกิจกรรมวันเด็กแห่งชาติ ประจำปี 2567
ในวันเสาร์ที่ 13 มกราคม 2567

- ส่งเสริมการร่วมกิจกรรม เพื่อเสริมสร้างพัฒนาการเด็ก
- ส่งเสริมการร่วมกิจกรรม เพื่อให้เด็กกล้าแสดงออก
- ส่งเสริมการร่วมกิจกรรม เพื่อเสริมสร้างความสัมพันธ์ของครอบครัว

เทศบาลตำบลท่าผา อำเภอเกาะคา จังหวัดลำปาง

Happy Family (ครอบครัวดี)

การส่งเสริมสถาบันครอบครัวที่อบอุ่นและมั่นคง