



บันทึกข้อความ

คณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีการศึกษาศาสตร์

เลขที่รับ: 1613

วันที่รับ: 1-3 ส.ค. 2569

เวลา:

ส่วนงาน สำนักงานเลขานุการ คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ โทร. 02-5795566-8

ที่ อว 6501.0701/ ว.3817

วันที่ 31 กรกฎาคม 2569

เรื่อง ขอเชิญเข้าร่วมโครงการอบรมเชิงปฏิบัติการ Forest Bathing & Parasympathetic Reset Retreat

① เรียน คณบดีคณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีการศึกษาศาสตร์ (วิทยาเขตเฉลิมพระเกียรติ จังหวัดสกลนคร)

ด้วย ศูนย์อาบป่า สถาบันการเรียนรู้ตลอดชีวิต คณะมนุษยศาสตร์ กำหนดจัดโครงการอบรมเชิงปฏิบัติการ Forest Bathing & Parasympathetic Reset Retreat มุ่งส่งเสริมการดูแลสุขภาพแบบองค์รวม โดยบูรณาการศาสตร์การอาบป่า (Forest Bathing) การกระตุ้นระบบประสาทพาราซิมพาเทติก การนวดบำบัด และการบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพ เพื่อช่วยลดความเครียด พัฒนาสมดุลของร่างกายและจิตใจ ตลอดจนเสริมสร้างคุณภาพชีวิตและสุขภาวะในระยะยาว ภายใต้การออกแบบหลักสูตรโดย ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ดารารัตน์ ชิมพัฒน์วงศ์ ผู้เชี่ยวชาญด้าน Forest Medicine ในวันที่ 22-24 กันยายน 2569 ณ จังหวัดกระบี่

ในการนี้ ศูนย์อาบป่า สถาบันการเรียนรู้ตลอดชีวิต คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ จึงขอเรียนเชิญท่านหรือบุคลากรในหน่วยงานของท่านที่สนใจเข้าร่วมโครงการดังกล่าว โดยมีค่าลงทะเบียน 24,900 บาทต่อท่าน (พักห้องคู่) ทั้งนี้ ค่าลงทะเบียนรวมค่าเดินทาง ค่าที่พัก ค่าอาหาร และค่ากิจกรรมตลอดหลักสูตรเรียบร้อยแล้ว โดยผู้เข้าร่วมการอบรมจากส่วนราชการต่าง ๆ สามารถเบิกค่าลงทะเบียนจากต้นสังกัดได้ตามหนังสือกระทรวงการคลัง ที่ กค 0409.6/ว 95 ลงวันที่ 2 ตุลาคม 2549 เรื่องระเบียบกระทรวงการคลังว่าด้วยค่าใช้จ่ายในการฝึกอบรมของส่วนราชการ สามารถติดต่อสอบถามข้อมูลเพิ่มเติมได้ที่ ศูนย์อาบป่า สถาบันการเรียนรู้ตลอดชีวิต คณะมนุษยศาสตร์ 02-579-5566-8 ต่อ 4100 ในวันและเวลาราชการ หรือ E-mail: LLL.hmn@ku.th สามารถอ่านรายละเอียดของโครงการได้ตามเอกสารแนบไว้ คณะมนุษยศาสตร์ขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูง ในความกรุณาของท่านในครั้งนี้

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา

② เรียน...คณ. ลินจ. เกษตรฯ

เพื่อโปรดพิจารณา

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ธรรณิษฐ์ สุขชนาภิรัตน์)

รองคณบดีฝ่ายยุทธศาสตร์และพัฒนาองค์กร

คณบดีคณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีการศึกษาศาสตร์

③ เรียน...คณ.ทสว

เพื่อโปรดดำเนินการตาม ②

นางวันยา มทวงศ์วรรณ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ธงรบ รื่นบรรเทิง)

คณบดีคณะมนุษยศาสตร์



อบรมเชิงปฏิบัติการการอาบป่า
FOREST BATHING &
PARASYMPATHETIC RESET RETREAT

KRABI



พร้อมรับใบประกาศนียบัตรจาก ศูนย์อาบป่า คณะมนุษยศาสตร์

PERIOD: 22-24 SEPTEMBER 2026

บ่อน้ำพุร้อนเต็ม

WATER THERAPY



นวดบำบัด

MASSAGE THERAPY



การบำบัดด้วยอาหาร

FOOD THERAPY



ออกแบบหลักสูตรและดำเนินการอบรมโดย
ผศ.ดร.ดารัตน์ ชิมพัฒน์วงศ์

Certified International Shinrin-Yoku
(Forest Therapy) Instructor /

รักษาการประธานศูนย์อาบป่า

คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

ลงทะเบียนเข้าร่วมกิจกรรม



~~30,900~~ / ท่าน

พิเศษ เพียง

24,900 บาท / ท่าน (พักคู่)

เมื่อลงทะเบียนภายใน 15 ก.ค 69



3 วัน 2 คืน

** ราคาดังกล่าวรวมค่าใช้จ่ายสำหรับการเดินทาง
ค่าที่พัก (พักห้องคู่) ค่าอาหาร และกิจกรรมต่าง ๆ
ตามที่กำหนดในโปรแกรม



Call Us For More Info:
098-827-9432 (คุณแซมปี)



Email For More Info:
LLL.hmn@ku.th

