



ประกาศมหาวิทยาลัยราชภัฏวไลยอลงกรณ์ ในพระบรมราชูปถัมภ์
เรื่อง นโยบายการจัดการความสุข
มหาวิทยาลัยราชภัฏวไลยอลงกรณ์ ในพระบรมราชูปถัมภ์

๑. ส่งเสริมและสนับสนุน ให้มีนักสร้างสุข และคณะกรรมการจัดการความสุขระดับมหาวิทยาลัย และระดับคณะ ศูนย์ สำนักเพื่อดำเนินการสร้างความสุขและประสานงานความร่วมมือในการสร้างสุขให้ผู้มีส่วนได้เสียทั้งหมด
๒. ส่งเสริม และสนับสนุน ให้มีการจัดตั้ง กลุ่ม ชมรม ต่างๆ เพื่อการขับเคลื่อนการสร้างสุขในที่ทำงาน
๓. ส่งเสริม และสนับสนุน ให้คณะ ศูนย์ สำนัก จัดกิจกรรมที่สร้างประโยชน์ให้แก่หน่วยงาน องค์กร สังคม ชุมชน อย่างน้อยปีละ ๑ กิจกรรม
๔. ส่งเสริม และสนับสนุนการดำเนินการตามหลักการส่งเสริมสุขภาพ ๖ อ. ประกอบไปด้วย ออกกำลังกาย อย่างสม่ำเสมอ กินอาหารครบ ๕ หมู่ อารมณ์ดี อโรครยา หลีกเลี่ยงปัจจัยที่ทำให้เกิดโรค อนามัยสิ่งแวดล้อม จัดสภาพแวดล้อมการทำงานที่เอื้อต่อการมีสุขภาพดี อดายมุข หลีกเลี่ยงสิ่งอบายมุข
๕. ส่งเสริม และสนับสนุน ให้คณะ ศูนย์ สำนัก พัฒนาให้เกิดพื้นที่ทำงานร่วมกัน ที่เป็นแหล่งชุมชนย่อย ๆ เป็นพื้นที่ของสังคมแห่งการแบ่งปันของคนทำงานจากหลายหน่วยงาน หลายสาขาอาชีพ ได้เข้าไปใช้บริการเพื่อเปลี่ยนบรรยากาศการทำงานหรือใช้เป็นที่พักประชุมงาน หรือคิดริเริ่ม กิจกรรมต่างๆ ที่สร้างสรรค์ สร้างสุข ให้กับองค์กร
๖. กำหนดให้มีระยะเวลาในการเปิด และ ปิด การประชุมที่ชัดเจนในการประชุมแต่ละครั้งและมีระยะเวลาในการประชุมไม่เกิน ๑ ชั่วโมงครึ่ง/ครั้ง
๗. ส่งเสริม และสนับสนุนให้มีกิจกรรมการเรียนรู้นอกสถานที่ร่วมกันอย่างน้อยปีละ ๑ ครั้ง
๘. กำหนดให้ทุกวันพุธเป็นวัน “แต่งกายดี มีสไตล์” ให้บุคลากรแต่งกายตามแนวความคิดสร้างสรรค์ ให้ดูดี มีสไตล์มาปฏิบัติงาน
๙. ส่งเสริม และสนับสนุน ให้มีกิจกรรมที่สร้างสังคมแห่งมิตรภาพ อาทิเช่น การสร้างเสริมประชาธิปไตย ในหน่วยงานการรับฟังเสียงข้างมาก การมีวัฒนธรรมการทักทาย การให้กำลังใจและการให้อภัย ในข้อผิดพลาด และการให้โอกาสในการเปลี่ยนแปลงตนเองให้ดีขึ้น ฯลฯ
๑๐. ส่งเสริม และสนับสนุน การจัดประกวด การให้รางวัลกับหน่วยงานหรือบุคลากร ที่มีผลงานในการสร้างสุขด้านใดด้านหนึ่งที่ยอดเยี่ยม เป็นประจำทุกปี เป็นแบบอย่างที่ดีให้กับบุคลากรหรือองค์กรทั่วไปได้

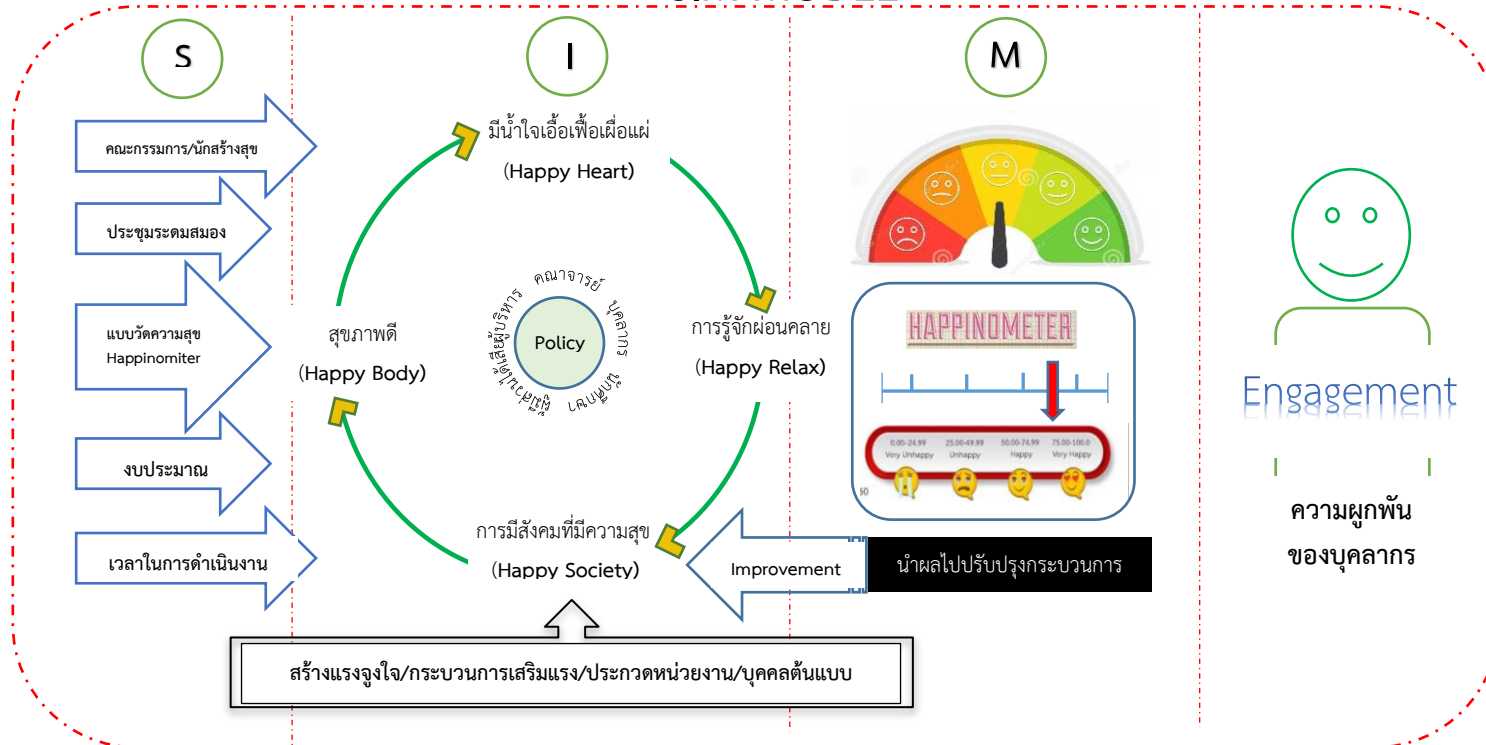
ประกาศ ณ วันที่ ๓๑ ตุลาคม พ.ศ. ๒๕๖๑





(อาจารย์ ดร.สุพจน์ ทรายแก้ว)

รักษาราชการแทน

อธิการบดีมหาวิทยาลัยราชภัฏวไลยอลงกรณ์ ในพระบรมราชูปถัมภ์

SIM MODEL



 <p>Happy Heart (น้ำใจงาม) หมายถึง มีน้ำใจเอื้ออาทรต่อกันและกัน</p> <p>ตัวอย่างกิจกรรม การทำกิจกรรมพักผ่อน /ห้องเที่ยวนอกสถานที่ /การจัดกิจกรรมพบปะผู้บริหารแบบไม่เป็นทางการ /การจัดระบบที่เลี้ยงและสอนงานบุคลากรใหม่ /การทำกิจกรรมชมรมจิตอาสา /กิจกรรมร่วมกันตกแต่งห้องทำงาน /กิจกรรมร่วมกันจัดบอร์ด /กิจกรรมร่วมกันBig Cleaning Day ที่ทำงานหรือมหาวิทยาลัย /กิจกรรมช่วยเหลือเพื่อนพนักงานที่ประสบภัยหรืออยู่ในภาวะยากลำบาก ฯลฯ</p>	 <p>Happy Body (สุขภาพดี) มีสุขภาพแข็งแรงทั้งกายและจิตใจ</p> <p>ตัวอย่างกิจกรรม กิจกรรมชมรมกีฬาบุคลากร /โครงการกีฬาสุขภาพ / กิจกรรมออกกำลังกายในที่ทำงาน /กิจกรรมแนะนำบำบัดโรค /กิจกรรมเทรนเนอร์ออกกำลังกาย /กิจกรรมโยคะร้อน-โยคะ /กิจกรรมพัฒนาสุขภาพจิต /กิจกรรมคลินิกสุขภาพ /กิจกรรมให้ความรู้ด้านอาหาร-โภชนาการ-สุขภาพ ฯลฯ</p>
 <p>Happy Relax (ผ่อนคลาย) รู้จักผ่อนคลายต่อสิ่งต่างๆ ในการดำเนินชีวิต</p> <p>ตัวอย่างกิจกรรม กิจกรรมมูวร้องเพลง(ชีวิตดีดีเพลง)/กิจกรรมหนึ่งตั้งวันศุกร์ /กิจกรรมสภากาแฟ /กิจกรรมเล่นเกมสแนปกลุ่ม /กิจกรรมปาร์ตี้ค็อกเทล /กิจกรรมท่องเที่ยวของหน่วยงาน /กิจกรรมปิงปองชิงแชมป์หน่วยงาน /กิจกรรมนวดแผนไทย /กิจกรรมประกวดภาพถ่ายด้วยสมาร์ทโฟน /กิจกรรมจัดสวนลดโลกร้อน /กิจกรรมดนตรี /กิจกรรมนักประดิษฐ์ ฯลฯ</p>	 <p>Happy Society (สังคมดี) มีความรักสามัคคีเอื้อเฟื้อต่อชุมชนที่ตนทำงาน และพักอาศัย มีสังคมและสภาพแวดล้อมที่ดี</p> <p>ตัวอย่างกิจกรรม กิจกรรมการทำความดีเทิดพระเกียรติพระเจ้าอยู่หัว / กิจกรรมเวทีประกวดความสามารถด้านต่างๆ /กิจกรรมออกค่ายอาสาเพื่อชุมชน /กิจกรรมสร้างเสริมความรู้โปรแกรมต่างๆระหว่างบุคลากร /กิจกรรมคู่มือใหม่-เก่า /กิจกรรมสาธารณประโยชน์ ฯลฯ</p>