

สำนักบริหารจัดการน้ำและอุทกวิทยา
ฝ่ายบริหารทั่วไป งานธุรการ
ที่ สบอ. 3390
วันที่ 9 พ.ค. 59 (14.59)

ต้นฉบับ

เลขที่เอกสารในระบบ E ครร5914(19)/0553

ฝ่ายบริหารทั่วไป (สกก. รับเอกสารจากภายนอก) วันที่ ๒๗ ๕๕๖๒

วันที่ 27 เม.ย. 2559 / พ.ศ. ๒๕๖๓/๕๙

เรื่อง ประชาสัมพันธ์โปรแกรมทัวร์สุขภาพโรงพยาบาลมหาวิทยาลัยแม่ฟ้าหลวง

เรียน ผู้บริหารกรม	วันที่กำหนด
<input type="checkbox"/> เพื่อ โปรดพิจารณา <input type="checkbox"/> เพื่อ โปรดดำเนินการ <input checked="" type="checkbox"/> เพื่อ โปรดทราบ	
และสกก. จะได้ปิดประกาศต่อไป	
หมายเหตุ	

๑/5

สิทธิพงษ์

(นางสาวอรุณี พงษ์พรประเสริฐ)

ผบ.ท.ล. ปฏิบัติราชการแทน ลนค.

๒๘ เม.ย. ๒๕๕๙

เรียน ผอ.สจ.ม. ผอ.ร.ภค. กท. 1-9 มล. และ ผ.ภค.มค.
เพื่อลงนามและประชาสัมพันธ์ให้ทราบทั่วกัน
หากประสงค์เข้าร่วมโปรแกรมดังกล่าว ติดต่อผู้จัดโดยตรงต่อไป

(Handwritten signature)

(นายเลิศชัย ศรีอนันต์)

ผส.บอ.

F-3 พ.ค. 2559

(Handwritten mark)



ที่ ศธ ๕๕๑๔ (๑๙) / ๐๕๕๙

โรงพยาบาลมหาวิทยาลัยแม่ฟ้าหลวง
๓๓๓ หมู่ ๑ ตำบล ท่าสูด
อำเภอเมือง จังหวัดเชียงราย ๕๗๑๐๐

๒๑ เมษายน ๒๕๕๙

เรื่อง ประชาสัมพันธ์โปรแกรมทัวร์สุขภาพ โรงพยาบาลมหาวิทยาลัยแม่ฟ้าหลวง

เรียน รัฐมนตรีว่าการกระทรวง/ปลัดกระทรวง/อธิบดีกรม/ผู้อำนวยการ/หัวหน้าหน่วยงาน
สิ่งที่แนบมาด้วย

๑. โปรแกรมทัวร์สุขภาพ ๒ วัน ๑ คืน จำนวน ๑ ชุด
๒. โปรแกรมทัวร์สุขภาพ ๓ วัน ๒ คืน จำนวน ๑ ชุด
๓. กำหนดการเดินทาง ปี ๒๕๕๙ จำนวน ๑ ชุด

ด้วย โรงพยาบาลมหาวิทยาลัยแม่ฟ้าหลวงได้จัดทำโปรแกรมทัวร์สุขภาพ เพื่อเป็นการ
ท่องเที่ยวเยี่ยมชมสถานที่ท่องเที่ยวภายในจังหวัดเชียงราย เรียนรู้วัฒนธรรม วิถีชีวิตและการพักผ่อน
โดยแบ่งเวลาส่วนหนึ่งจากการท่องเที่ยวเข้ารับบริการบริการตรวจสุขภาพประจำปีเพื่อฟื้นฟู และบำบัด
ร่างกาย มีการให้ความรู้ในการดูแลสุขภาพในด้านต่าง ๆ การบำบัดด้วยศาสตร์การแพทย์แผนไทย
ศาสตร์การแพทย์แผนจีน วารีบำบัด โยคะ เป็นต้น โปรแกรมทัวร์สุขภาพนี้จึงเป็นรูปแบบการท่องเที่ยวที่
มุ่งประโยชน์ต่อการรักษาฟื้นฟูสุขภาพผู้ที่ซื้อโปรแกรมเป็นสำคัญ

ทั้งนี้ทางโรงพยาบาลมหาวิทยาลัยแม่ฟ้าหลวง ได้แนบรายละเอียดในการดำเนินการ
มาพร้อมหนังสือนี้แล้ว หากหน่วยงานมีความประสงค์ในการเข้าร่วมกิจกรรม กรุณารวบรวมรายชื่อ
ผู้ที่สนใจเข้าร่วมโปรแกรมทัวร์สุขภาพ และติดต่องานประชาสัมพันธ์ โรงพยาบาลมหาวิทยาลัยแม่ฟ้าหลวง
คุณปิณฑา ไชยบุญมา โทร ๐๕๓ - ๙๑๗๕๖๓ สำหรับค่าใช้จ่ายในโปรแกรมทัวร์สุขภาพ สามารถเลือก
รับบริการ ตามเอกสารที่แนบ

จึงเรียนมาเพื่อโปรดทราบ

ขอแสดงความนับถือ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ นายแพทย์จิตวัต รุ่งเจ็ดฟ้า)

รักษาการแทนผู้อำนวยการโรงพยาบาลมหาวิทยาลัยแม่ฟ้าหลวง

ฝ่ายบริหารสำนักงาน

โรงพยาบาลมหาวิทยาลัยแม่ฟ้าหลวง

โทร: ๐-๕๓๙๑-๗๖๓๖

โทรสาร: ๐-๕๓๙๑-๗๖๕๙

มหาวิทยาลัยแม่ฟ้าหลวง

333 หมู่ 1 ต.ท่าสูด อ.เมือง จ.เชียงราย 57100

โทรศัพท์ (053) 916000 โทรสาร (053) 916034

Mae Fah Luang University

333 Moo 1 Muang District, Chiangrai, Thailand 57100
Tel : (053) 916000 Fax : (053) 916034 www.mfu.ac.th



โปรแกรมทัวร์สุขภาพ 2 วัน 1 คืน

สถานที่พัก วนาศรม รีสอร์ท

(ราคา 3,000 บาท/ท่าน)

โปรแกรมวันที่ 1

- 10.00 น. เดินทางถึงจังหวัดเชียงราย (พร้อมรับประทานอาหารว่าง)
- 10.30 น. เทียบชมพิพิธภัณฑ์บ้านดำ สร้างขึ้นโดย อ.ถวัลย์ ดัชนี ศิลปินแห่งชาติ
- 11.15 น. เทียบชมเครื่องปั้นดินเผาชื่อดังของเชียงราย ที่ดอยดินแดง
- 12.00 น. รับประทานอาหารกลางวัน
- 14.00 น. เทียบไร่ชาดอยฝาง พื้นที่กว่า 600 ไร่
- 15.30 น. สักการะพระเจ้าล้านทองเฉลิมพระเกียรติ
- 16.00 น. ต้อนรับท่านด้วย Welcome Drink/ Check in เข้าพัก/ พักผ่อนตามอัธยาศัย
- 17.00 น. วารีบำบัด ออกกำลังกายในน้ำ โดยการเคลื่อนไหวร่างกายอย่างช้าๆ
ช่วยคลายไขมัน โลหิตสูบฉีดได้ดี
- 19.00 น. รับประทานอาหารเพื่อสุขภาพ
- 20.00 น. เข้าที่พัก



สอบถามเพิ่มเติม / สำรองที่นั่งได้ที่

งานประชาสัมพันธ์ โรงพยาบาลมหาวิทยาลัยแม่ฟ้าหลวง 0-5391-7563

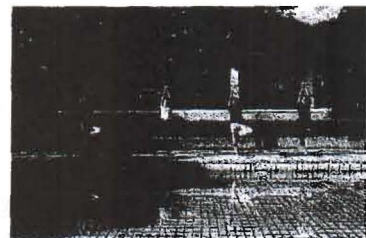


โปรแกรมวันที่ 2

- 06.30 น. หญโยคคะ ฝีกการเคลื่อนไหวร่างกาย ด้วยท่าไหว้พระอาทิตย์
- 08.00 น. รับประทานอาหารเช้า
- 09.30 น. กิจกรรมสมุนไพโรไทย / พอกหน้าด้วยสมุนไพโรไทย / นวดผ่อนคลาย
- 12.00 น. รับประทานอาหารกลางวัน
- 13.00 น. ตรวจสุขภาพเบื้องต้น / โภชนาการบำบัด
- 14.30 น. รับประทานอาหารว่าง
- 15.00 น. ชมพิพิธภัณฑ์อารยธรรมลุ่มน้ำโขง / ศูนย์ภาษาและวัฒนธรรมจีนสิรินธร
เดินทางกลับโดยสวัสดิภาพ

หมายเหตุ : โรงพยาบาลมหาวิทยาลัยแม่ฟ้าหลวงขอสงวนสิทธิ์การคืนเงิน การเปลี่ยนแปลงกำหนดการเดินทางและตัวโปรแกรมนี้ได้ตามความเหมาะสม ในกรณีเกิดเหตุสุดวิสัย แต่ยังคงยึดถือผลประโยชน์สูงสุดของผู้เดินทางเป็นหลัก ตลอดจนมาตรฐานการบริการไว้ในระดับเดิมทุกประการ

Spacial : มีรถรับ-ส่ง สนามบินแม่ฟ้าหลวง
ประกันอุบัติเหตุ



สอบถามเพิ่มเติม / สำรองที่นั่งได้ที่

งานประชาสัมพันธ์ โรงพยาบาลมหาวิทยาลัยแม่ฟ้าหลวง 0-5391-7563



โปรแกรมทัวร์สุขภาพ 3 วัน 2 คืน
สถานที่พัก วนาक्रम รีสอร์ท
(ราคา 6,500 บาท/ท่าน)

โปรแกรมวันที่ 1

- 10.00 น. เดินทางถึงจังหวัดเชียงราย (พร้อมรับประทานอาหารว่าง)
- 10.30 น. ชมเจ้าแม่กวนอิมจำลองแกะสลักด้วยไม้ ที่วัดห้วยปลากั้ง
- 11.15 น. สักการะพระแก้วมรกต หรือพระพุทธรูปทองคำที่วัดพระแก้ว
- 12.00 น. รับประทานอาหารกลางวัน
- 14.00 น. เทียวศูนย์วิปัสสนาไร่เชิญตะวัน (ว.วชิรเมธี)
- 16.00 น. ด่วนรับท่านด้วย Welcome Drink/ Check in เข้าพัก/ พักผ่อนตามอัธยาศัย
- 17.00 น. นวดผ่อนคลาย
- 19.00 น. รับประทานอาหารเพื่อสุขภาพ



สอบถามเพิ่มเติม / สำรองที่นั่งได้ที่

งานประชาสัมพันธ์ โรงพยาบาลมหาวิทยาลัยแม่ฟ้าหลวง 0-5391-7563

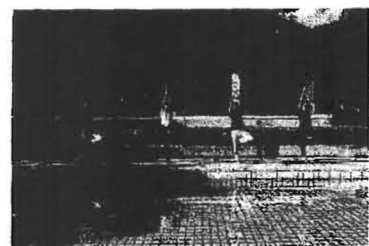


โปรแกรมวันที่ 2

- 07.00 น. ทูโยคะ ผักการเคลื่อนไหวร่างกาย ด้วยท่าไหว้พระอาทิตย์
08.00 น. รับประทานอาหารเช้า
09.00 น. ชมพิพิธภัณฑ์อารยธรรมลุ่มน้ำโขง
10.30 น. ชมศูนย์ภาษาและวัฒนธรรมจีนสิรินธร
12.00 น. รับประทานอาหารกลางวัน
13.30 น. เที่ยวไรชาอุยฟง พื้นที่กว่า 600 ไร่
15.00 น. ตลาดแม่สาย-ท่าซี้เหล็ก (แหล่งซื้อปิ้งชายแดนไทย-พม่า)
18.30 น. รับประทานอาหารเพื่อสุขภาพ
20.00 น. เข้าที่พัก

รายการตรวจสอบสุขภาพ 12 รายการ

- | | | |
|-------------------------------|--------------------------------------|----------------------|
| * ตรวจร่างกายโดยแพทย์ | * เอกซเรย์ทรวงอก | * ตรวจการทำงานของไต |
| * ตรวจความสมบูรณ์ของเม็ดเลือด | * ตรวจระดับน้ำตาลในเลือด | * ตรวจการทำงานของตับ |
| * ตรวจอุจจาระหาพยาธิ | * ตรวจระดับคลอเลสเตอรอลในเลือด | * ตรวจระดับกรดยูริก |
| * ตรวจหาเลือดในอุจจาระ | * ตรวจระดับไขมันไตรกลีเซอไรด์ในเลือด | * ตรวจปัสสาวะ |



สอบถามเพิ่มเติม / สำรองที่นั่งได้ที่

งานประชาสัมพันธ์ โรงพยาบาลมหาวิทยาลัยแม่ฟ้าหลวง 0-5391-7563



โปรแกรมวันที่ 3

- 07.00 น. Check up (เจาะเลือด)
07.30 น. รับประทานอาหารเช้า
08.30 น. โภชนาการบำบัด
10.00 น. วารีบำบัด ออกกำลังกายในน้ำ โดยการเคลื่อนไหวร่างกายอย่างช้าๆ
ช่วยคลายไขมัน โลหิตสูบดีได้ดี
12.00 น. รับประทานอาหารกลางวัน
13.00 น. Check out
ตรวจสุขภาพ / ปรีกษาปัญหาสุขภาพ
15.00 น. รับประทานอาหารว่าง
เดินทางกลับโดยสวัสดิภาพ

หมายเหตุ : โรงพยาบาลมหาวิทยาลัยแม่ฟ้าหลวงขอสงวนสิทธิ์การคืนเงิน การเปลี่ยนแปลง กำหนดการเดินทางและตัวโปรแกรมนี้ได้ตามความเหมาะสม ในกรณีเกิดเหตุสุดวิสัย แต่ยังคง ยึดถือผลประโยชน์สูงสุดของผู้เดินทางเป็นหลัก ตลอดจนมาตรฐานการบริการไว้ในระดับเดิมทุก ประการ

Spacial : มีรถรับ-ส่ง สนามบินแม่ฟ้าหลวง
ประกันอุบัติเหตุ



สอบถามเพิ่มเติม / สำรองที่นั่งได้ที่

งานประชาสัมพันธ์ โรงพยาบาลมหาวิทยาลัยแม่ฟ้าหลวง 0-5391-7563

กำหนดการเดินทาง ปี 2559

โปรแกรม 3 วัน 2 คืน		
เดือน	วันที่เดินทาง	หมายเหตุ
เมษายน	30 เม.ย.-2 พ.ค. (วันแรงงานแห่งชาติ)	เปิดรับขั้นต่ำ 10 ท่าน
พฤษภาคม	20-22 พ.ค. (วันวิสาขบูชา)	
กรกฎาคม	16-18 ก.ค. (วันอาสาฬหบูชา)	
สิงหาคม	12-14 ส.ค. (วันแม่แห่งชาติ)	
ตุลาคม	22-24 ต.ค. (วันปิยมหาราช)	
ธันวาคม	10-12 ธ.ค. (วันพระราชทานรัฐธรรมนูญ)	

โปรแกรม 2 วัน 1 คืน		
เดือน	วันที่เดินทาง	หมายเหตุ
เมษายน	9-10 เม.ย.	เปิดรับขั้นต่ำ 10 ท่าน
พฤษภาคม	28-29 พ.ค.	
มิถุนายน	4-5 มิ.ย.	
กรกฎาคม	9-10 ก.ค.	
กันยายน	10-11 ก.ย.	
พฤศจิกายน	5-6 พ.ย.	

สอบถามเพิ่มเติม / สำรองที่นั่งได้ที่

งานประชาสัมพันธ์ โรงพยาบาลมหาวิทยาลัยแม่ฟ้าหลวง 0-5391-7563



แบบฟอร์มจองโปรแกรมทัวร์สุขภาพ

โรงพยาบาลมหาวิทยาลัยแม่ฟ้าหลวง

333 หมู่ 1 ต.ท่าสูด อ.เมือง จ.เชียงราย 57100

โทรศัพท์ 0-5391-7563

วันที่จอง

โปรแกรมทัวร์ วันเดินทาง

จำนวนเดินทาง ผู้ใหญ่ ท่าน / เด็ก (อายุไม่เกิน 11 ปี)..... ท่าน

ชื่อผู้จอง โทรศัพท์มือถือ :

โทรสาร : E-mail :

รายชื่อผู้เดินทาง

ลำดับ	ชื่อ - นามสกุล	ชื่อเล่น	อายุ	เบอร์โทร.
1				
2				
3				
4				
5				

หมายเหตุ กรุณาระบุหากท่านมีความต้องการเพิ่มเติม เช่น อาหารมังสวิรัติ อิสลาม โรคประจำตัว เป็นต้น

การแต่งกายสำหรับ โยคะและวารีบำบัด เตรียมเสื้อยืดและกางเกงขายาว หรือชุดออกกำลังกาย

วิธีการชำระและการสำรองที่นั่ง

ผู้สมัครกรอกแบบฟอร์ม พร้อมชำระเงินค่าโปรแกรมทัวร์สุขภาพก่อนกำหนดการเดินทาง ไม่น้อยกว่า 15 วัน โดยวิธีต่อไปนี้

- ชำระเป็นเงินสด ณ ห้องการเงิน โรงพยาบาลมหาวิทยาลัยแม่ฟ้าหลวง
- โอนเงินเข้าบัญชี ธนาคารกรุงเทพ เลขที่บัญชี 6720120374 ชื่อบัญชี "มหาวิทยาลัยแม่ฟ้าหลวง (โรงพยาบาลมหาวิทยาลัยแม่ฟ้าหลวง)" ประเภทบัญชี ออมทรัพย์ สาขา มหาวิทยาลัยแม่ฟ้าหลวง
- ส่งแฟกซ์ใบจองและใบโอนมาที่ งานประชาสัมพันธ์ โทรสาร : 0-5391-7564

(ระบุโปรแกรม / ชื่อ-นามสกุล ทุกท่านที่เดินทางเพื่อทำประกันอุบัติเหตุ)

หมายเหตุ : ท่านที่จองโปรแกรมและชำระเงินแล้ว แต่ไม่สามารถเข้าร่วมโปรแกรมได้ ท่านสามารถส่งผู้แทนเข้าร่วมได้ โดยต้องแจ้งทาง รพ. อย่างน้อย 5 วันก่อนการเดินทาง มาที่หมายเลข 0-5391-7563 หรือมือถือ 099-2421556 โดยทางโรงพยาบาลขอสงวนสิทธิการคืนเงินไม่ว่ากรณีใดๆ