

แผนการส่งเสริมและบริหารจัดการองค์กรให้ เป็นองค์กรสุขภาวะ (Happy Workplace) ขององค์การบริหารส่วนตำบลพนม



งานการเจ้าหน้าที่ สำนักปลัดองค์การบริหารส่วนตำบล
องค์การบริหารส่วนตำบลพนม

1. ความเป็นมา

องค์กรสุขภาวะช่วยยกระดับคุณภาพชีวิตของคนในที่ทำงาน พบว่า สุขภาพดีของคนทำงานมีส่วนช่วยลดระดับความเหนื่อยหน่าย ทำให้มีความเป็นอยู่ที่ดีขึ้น มีส่วนร่วมในกลุ่มมากขึ้น และองค์กรก็เจริญก้าวหน้าเพิ่มขึ้นตามไปด้วย ดังนั้นการเสริมสร้างสุขภาวะในองค์กร จึงใช้แนวคิดองค์กรสุขภาวะ(Happy Workplace) ในการขับเคลื่อนภารกิจโดยมุ่งเน้นให้ “คนทำงานในองค์กร” ซึ่งถือเป็นบุคคลสำคัญและเป็นกำลังหลักของทั้งครอบครัว องค์กร ชุมชน อละสังคม มีสุขภาพดีสมบูรณ์พร้อมพร้อมทั้ง 4 มิติ คือการมีสุขภาพกายดี สุขภาพจิตดี สุขภาวะทางปัญญาดี และมีสังคมดี เพื่อให้เกิดความสุขในการทำงาน ดังนี้

สุขภาวะที่ดี 4 มิติ

1. สุขภาพกายดี คือ ร่างกายที่แข็งแรงไม่เจ็บป่วยสามารถดำเนินชีวิตได้อย่างปกติสุข

2. สุขภาพจิตดี คือ จิตใจที่ผ่อนคลาย มีความสุขปราศจากความเครียด

3. สุขภาวะทางปัญญาดี คือ ศักยภาพในการเข้าใจตนเอง เข้าใจผู้อื่น เข้าใจชีวิตความเป็นจริง มีจิตใจที่มั่นคง นำมาสู่ชีวิตที่สมดุลและมีความสุข เห็นความสัมพันธ์เชื่อมโยงกับผู้อื่นและธรรมชาติ สามารถดูแลตนเอง ร่วมขับเคลื่อนให้เกิดสังคมที่เกื้อกูลเคารพความแตกต่างหลากหลายและมีศักยภาพในการพัฒนา

4. สังคมที่ดี คือ การช่วยเหลือเกื้อกูลกันและอยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคมได้อย่างมีความสุข มีสิ่งแวดล้อมทางสังคมที่ดี

2. นิยาม

องค์กรสุขภาวะ หมายถึง องค์กรที่มีกระบวนการ สภาพแวดล้อม และวัฒนธรรมที่เอื้อต่อการลดปัจจัยเสี่ยง และสร้างปัจจัยเสริมด้านสุขภาพให้แก่บุคลากรเพื่อให้เกิดผลลัพธ์ทางสุขภาวะที่ดีใน 4 มิติ ได้แก่ ร่างกาย จิตใจ ปัญญา และสังคม ตามแนวทางการความสุขแปดประการ

องค์กรแห่งความสุข (Happy Workplace) เป็นแนวคิดหลักที่มุ่งการดำเนินงานกับกลุ่มเป้าหมายหลักคือ “คนทำงาน ในองค์กร” ที่ถือเป็นบุคคลสำคัญและเป็นกำลังหลักของทั้งครอบครัว องค์กร ชุมชน และสังคม การสร้างความสุขในที่ทำงาน นับว่าเป็นปัจจัยสำคัญในการบริหารองค์กร มุ่งเน้นให้บุคลากรทุกคนในองค์กร มีความสุขในการทำงาน ความสุขที่เกิดขึ้นนั้นก่อให้เกิดกระบวนการทางความคิด ทำให้งานที่ได้รับมอบหมายมีประสิทธิภาพมากขึ้น ลดความตึงเครียดจากการทำงาน สภาพแวดล้อม รวมทั้งลดความขัดแย้งภายในองค์กร ความสุขที่เกิดขึ้นจากการทำงานเปรียบเสมือนน้ำหล่อเลี้ยงให้พฤติกรรมคนปรับเปลี่ยนและพัฒนาในแนวโน้มที่ดีขึ้น

Happy Workplace คือ กระบวนการพัฒนาคนในองค์กรอย่างมีเป้าหมายและให้ยุทธศาสตร์สอดคล้องกับวิสัยทัศน์ขององค์กร เพื่อให้องค์กรมีความพร้อมต่อการเปลี่ยนแปลง ซึ่งจะนำพาองค์กรไปสู่การเติบโตอย่างยั่งยืน (การจัดการองค์กรโดยเน้น การจัดการ “คน” เป็นหลัก) โดยใช้ความสุขพื้นฐานแปดประการ (Happy 8) เป็นแนวทางในการบริหารจัดการชีวิตให้มีความสุข อย่างยั่งยืน สร้างทัศนคติบวกต่อมุมมองในการดำเนินชีวิต

การอยู่ร่วมกับผู้อื่น การรับผิดชอบต่อสังคม เป็นสมาชิกที่ดีต่อครอบครัว องค์กร และสังคม โดยมีความสุขที่แท้จริงบนพื้นฐาน ความสุขแปดประการที่สมดุลกับชีวิตในองค์การ ดังนี้



1. Happy Body (สุขภาพดี)

สุขภาพแข็งแรงทั้งกายและจิตใจ เพราะมีความเชื่อว่าถ้ามนุษย์มีสุขภาพร่างกายที่แข็งแรงก็จะมีจิตใจที่ดีพร้อมที่จะรับมือกับปัญหาที่จะเข้ามาได้เป็นอย่างดี



2. Happy Heart (น้ำใจงาม)

มีน้ำใจเอื้ออาทรต่อกันและกัน เนื่องจากมีความเชื่อว่าความสุขที่แท้จริงคือการเป็นผู้ให้



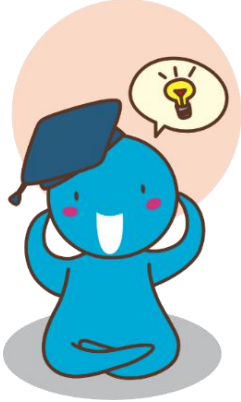
3. Happy Society (สังคมดี)

มีความรักสามัคคีเอื้อเฟื้อต่อชุมชนที่ตนทำงาน และพักอาศัย มีสังคมและสภาพแวดล้อมที่ดีเพราะเชื่อว่าการที่ผู้คนมีความเป็นอยู่ที่ดีภายในสังคมหรือชุมชน ย่อมเป็นพื้นฐานที่ดี ทำให้ผู้อยู่อาศัยมีความรัก ความปรองดอง สามัคคีต่อกัน พร้อมรวมแรงรวมใจช่วยกันพัฒนาชุมชนให้มีชีวิตความเป็นอยู่ที่ดีขึ้น



4. Happy Relax (ผ่อนคลาย)

รู้จักผ่อนคลายต่อสิ่งต่าง ๆ ในการดำเนินชีวิต เพราะเชื่อว่าการที่คนทำงาน หากไม่รู้จักสรรหาการผ่อนคลายให้กับตนเอง จะทำให้ร่างกายและจิตใจเกิดความเครียด อันส่งผลกระทบต่อหน้าที่การทำงาน



5. Happy Brain (หาความรู้)

มีการศึกษาหาความรู้พัฒนาตนเองตลอดเวลาจากแหล่งต่างๆ นำไปสู่การเป็นมืออาชีพและความมั่นคงก้าวหน้าในการทำงาน เพราะเชื่อว่าถ้าเราทุกคนแสวงหาความรู้ใหม่ ๆ มาเพิ่มพูนความรู้ และพัฒนาตนเองอยู่เสมอ ก็จะเป็นอีกหนึ่งแรงผลักดันช่วยให้องค์กรพัฒนาขึ้นด้วยบุคลากรที่มีศักยภาพ



6. Happy Soul (ทางสงบ)

มีความศรัทธาในศาสนาและมีศีลธรรมในการดำเนินชีวิต เพราะเชื่อว่าหลักธรรมคำสอนของศาสนา เป็นสิ่งที่จะช่วยทุกคนให้ดำเนินชีวิตไปในเส้นทางที่ดีได้ ทำให้ทุกคนมีสติ มีสมาธิในการทำงาน สามารถรับมือกับปัญหาที่เข้ามา ยึดหลักสนับสนุนให้เป็นคนดี คิดดี ทำดี และมีความศรัทธาในคุณงามความดีทั้งปวง



7. Happy Money (ปลอดภัย)

มีเงิน รู้จักเก็บ รู้จักใช้ ไม่เป็นหนี้ ปลุกฝังนิสัยอดออม ประหยัด ไม่ใช้สุรุ่ยสุร่าย ใช้จ่ายแต่เท่าที่จำเป็น ยึดหลักคำสอนการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียง



8. Happy Family (ครอบครัวดี)

มีครอบครัวที่อบอุ่นและมั่นคง ปลุกฝังนิสัยรักครอบครัว เพื่อนำไปเป็นหลักการใช้ชีวิตให้รู้จักความรัก ความเชื่อมั่น และความศรัทธาในความดีงาม จึงจะเกิดเป็นคนดีในสังคม (รักตนเอง รักครอบครัว รักการงาน รักเพื่อน รักในสิ่งที่พอเพียง)

3. การส่งเสริมและบริหารจัดการองค์กรให้เป็นองค์กรสุขภาวะ(Happy Workplace) ขององค์การบริหารส่วนตำบลพนม

การทำให้องค์กรสุขภาวะเกิดขึ้นได้ต้องมีกระบวนการในการสร้างสุขภาวะที่ดี มี 3 องค์ประกอบดังนี้

1. คนทำงานมีความสุข

องค์กรต้องตระหนักว่าคนทำงานทุกคนล้วนมีความสำคัญ ดังนั้นต้องสนับสนุน และส่งเสริมให้คนทำงานมีความสุขทั้งด้านร่างกาย จิตใจ ปัญญา และสังคม ซึ่งหมายถึง การมีสุขภาพกาย สุขภาพใจที่สมบูรณ์แข็งแรง มีความเป็นอยู่ที่ดี มีครอบครัวที่อบอุ่น มีศีลธรรมอันดี มีความเอื้ออาทรต่อตนเองและสังคม เมื่อคนทำงานมีความสุขจะสามารถสร้างความมั่นคงในชีวิตด้านการงาน เศรษฐกิจและสังคม

2. ที่ทำงานน่าอยู่

องค์กรต้องทำให้สถานที่ทำงานเป็นเสมือนบ้านหลังที่ 2 ของคนทำงาน โดยจัดสภาพแวดล้อมให้สอดคล้องกับวิถีการทำงาน และเอื้ออำนวยต่อการดูแล ส่งเสริมและสนับสนุน มีสุขภาพกายและใจที่ดี ของคนทำงาน รวมทั้งเอื้อให้เกิดปฏิสัมพันธ์และการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ทั้งอย่างเป็นทางการ และไม่เป็นทางการ ระหว่างผู้บริหาร คนทำงานรวมถึงบุคคลภายนอก

3. สังคมดี

องค์กร ประกอบด้วยผู้มีส่วนได้ส่วนเสียหลายภาคส่วนที่หมายรวมถึงชุมชนแวดล้อมต่าง ๆ รอบข้างขององค์กร อาทิ ชุมชนที่อยู่ในพื้นที่ตั้งขององค์กร ผู้รับบริการหรือหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง ซึ่งมีความสำคัญไม่น้อยที่องค์กรจะต้องให้ความสนใจ ใส่ดูแล เพราะเชื่อว่าการที่ผู้คนมีความเป็นอยู่ที่ดีภายในสังคมหรือชุมชนย่อมเป็นพื้นฐานที่ดี ทำให้ผู้อยู่อาศัยมีความรัก ประองตอง สามัคคีต่อกันพร้อมรวมแรงรวมใจช่วยกันพัฒนาชุมชนให้มีชีวิตความเป็นอยู่ที่ดีขึ้น

ปัจจัยที่มีผลทำให้การดำเนินงานสร้างเสริมสุขภาวะในองค์กรประสบความสำเร็จ คือ การสนับสนุนของผู้บริหาร และความสามัคคีรวมแรงร่วมใจของทุกฝ่าย ที่มงานสร้างสุขที่เข้มแข็งการใช้เครื่องมือวัดและประเมินผลที่มีประสิทธิภาพ

ทั้งนี้การสร้างความสุขในองค์กรนั้น จะต้องมีการบริหารจัดการอย่างเป็นระบบ เริ่มจากผู้บริหารองค์กรกำหนดให้มีนโยบายสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาวะในองค์กร มีการสร้างทีมงาน เพื่อดำเนินงานขับเคลื่อนกิจกรรมอย่างต่อเนื่อง รวมทั้งมีการประเมินผลกิจกรรม เพื่อนำไปสู่การพัฒนา จนนำไปสู่วัฒนธรรมการสร้างสุขภาวะที่ดีขององค์กร

การส่งเสริมและบริหารจัดการองค์กรให้เป็นองค์กรสุขภาวะ (Happy Workplace) ขององค์การบริหารส่วนตำบลพนม โดยนายกองค์การบริหารส่วนตำบลพนม ได้มีนโยบายสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาวะในองค์กร มีการสร้างทีมงาน เพื่อดำเนินงานขับเคลื่อนกิจกรรมอย่างต่อเนื่อง รวมทั้งมีการประเมินผลกิจกรรม เพื่อนำไปสู่การพัฒนา จนนำไปสู่วัฒนธรรมการสร้างสุขภาวะที่ดีขององค์กร ดังนี้

1. Happy Body (สุขภาพดี) ส่งเสริมสุขภาพที่แข็งแรงทั้งกายและใจ ซึ่งมาจากการที่รู้จักใช้ชีวิต รู้จักกิน รู้จักนอน รู้จักออกกำลังกาย งดเหล้า บุหรี่ และอบายมุขทั้งปวง ชีวิตมีความสุขพร้อมที่จะรับมือกับปัญหาที่จะเข้ามาได้เป็นอย่างดี โดยสามารถดำเนินกิจกรรมต่าง ๆ ดังนี้

- กิจกรรมรณรงค์การลด ละ เลิก บุหรี่ เครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และสิ่งเสพติด เช่น การรณรงค์การงดสูบบุหรี่ งดเหล้าเข้าพรรษา
- กิจกรรมส่งเสริมความรู้เรื่องกฎจราจรและการขับขี่ปลอดภัยบนท้องถนน
- กิจกรรมให้ความรู้เรื่องพฤติกรรมการกินอาหารที่มีผลต่อสุขภาพ เช่น ให้ความรู้เรื่อง พฤติกรรมการกินอาหารที่มีผลต่อสุขภาพ ลดหวานมันเค็ม ซึ่งช่วยลดความเสี่ยงการเกิดโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง (NCDs) อาทิ โรคเบาหวาน โรคมะเร็ง โรคความดันโลหิตสูง
- การจัดสภาพแวดล้อมในองค์กร และอุปกรณ์ เพื่อสนับสนุนให้เอื้อต่อการขยับร่างกาย หลากหลายรูปแบบ เช่น การเลือกเก้าอี้ที่ถูกต้องเหมาะสมตามหลักกายศาสตร์ หรือ โต๊ะทำงานที่ปรับให้ออกกำลังกายได้
- การส่งเสริมให้บุคลากรได้ออกกำลังกายเป็นประจำ
- การให้ความรู้เรื่องการพักผ่อน และการนอนหลับ เช่น นอนอย่างไรให้หลับลึก
- การส่งเสริมให้มีบริการตรวจสุขภาพตามรอบเวลาที่ เหมาะสม

2. Happy Heart (น้ำใจงาม) ส่งเสริมให้เกิดความเกื้อกูลกันในองค์กร มีน้ำใจเอื้ออาทรต่อกัน รู้จักการให้อภัย ยอมรับผิดและปรับปรุงตัว ต้องรู้จักแบ่งปันอย่างเหมาะสม โดยสามารถดำเนินกิจกรรมต่าง ๆ ดังนี้

- การมีสถานที่ทำงานที่พื้นที่ทำงานร่วมกัน สามารถสร้างกิจกรรมระหว่างทีมหรือบุคลากรแต่ละฝ่าย เป็นการสานสัมพันธ์ ให้องค์กรมีความเป็นปึกแผ่นมีมิตรไมตรี มีน้ำใจช่วยเหลือเกื้อกูลกัน และนำพาองค์กรไปสู่ความสำเร็จได้อย่างมั่นคง
- กิจกรรมเสริมสร้างให้คนทำงานรู้จักทำงานร่วมกันเป็นทีม
- กิจกรรมพบปะผู้บริหาร
- การจัดระบบพี่เลี้ยง และสอนงานบุคลากรใหม่
- กิจกรรมธนาคารเวลาสะสมชั่วโมงความดี
- กิจกรรมจิตอาสา
- การให้กำลังใจบุคลากรในสภาวะยากลำบาก
- กิจกรรมอวยพรวันเกิดให้กับคนทำงานในองค์กร
- กิจกรรมเชิดชูบุคลากรที่เป็นคนดีคนเก่ง
- กิจกรรมบริจาคโลหิต

3. Happy Society (สังคมดี) ส่งเสริมให้เกิดความสามัคคีในองค์กร เป็นน้ำหนึ่งใจเดียวปรองดองกัน ทำงานเป็นระบบทีม (Teamwork) เพื่อให้เกิดสังคมและสภาพแวดล้อมในการทำงานที่ดีตามมา โดยสามารถดำเนินกิจกรรมต่าง ๆ ดังนี้

- กิจกรรมการสนับสนุนและพัฒนาสถานศึกษาท้องถิ่น
- การส่งเสริมให้บุคลากรมีความรู้เรื่องกฎจราจรบนท้องถนนขั้นซี

ปลอดภัย

- การจ้างงานคนในพื้นที่มาทำงาน
- การสนับสนุนและส่งเสริมกิจกรรมสำหรับเด็ก เยาวชน ผู้สูงอายุ ผู้ด้อย

โอกาสในสังคม

- กิจกรรมการดูแลและรักษาสีงแวดล้อมทางธรรมชาติ และทางวัฒนธรรมของชุมชน
- การทำกิจกรรมเพื่อช่วยเหลือสังคม การให้บุคลากรลงไปพัฒนาบ้านเกิด

4. Happy Relax (ผ่อนคลาย) ส่งเสริมให้รู้จักผ่อนคลายและปล่อยวางต่อสิ่งต่าง ๆ เพื่อลดความกดดัน หากทำงานเครียดก็ต้องมีวิธีผ่อนคลายในการทำงาน เช่น การลาพักผ่อน การลุกจากโต๊ะทำงานเพื่อพักสมอง การนั่งไต้ต้นไม้ในสภาพแวดล้อมที่ผ่อนคลาย หรือแม้แต่ชีวิตส่วนตัวก็ต้องรู้จักผ่อนคลายให้เหมาะสม เพราะความเครียดจะส่งผลกระทบต่อสุขภาพกายใจและประสิทธิภาพในการทำงาน โดยสามารถดำเนินกิจกรรมต่าง ๆ ดังนี้

- การเพิ่มพื้นที่สีเขียว นำแนวคิดธรรมชาติบำบัดมาประยุกต์ใช้ภายในที่ทำงานได้มีมุมผ่อนคลาย เพื่อให้บุคลากรได้ พักสมองและร่างกายระหว่างการทำงาน
- กิจกรรมท่องเที่ยวประจำปี
- กิจกรรมสันทนาการ เช่น วันปีใหม่ การจัดงานเลี้ยงวันคล้ายวันเกิดคนทำงานในองค์กร
- กิจกรรมเพื่อบำบัดความเครียด เช่น ศิลปะบำบัด ดนตรีบำบัด

5. Happy Brain (หาความรู้) ส่งเสริมให้เกิดการพัฒนาความรู้ความสามารถไม่ว่าจะเป็นกรอบหลักสูตรต่าง ๆ การพัฒนาด้วยตนเอง หรือการถ่ายทอดความรู้กันภายในองค์กร โดยการพัฒนาตนเองอย่างสม่ำเสมอเป็นอีกหนึ่งแรงผลักดันที่ช่วยให้องค์กรพัฒนาขึ้น โดยสามารถดำเนินกิจกรรมต่าง ๆ ดังนี้

- กิจกรรมมุ่งเน้นให้คนทำงานในองค์กรมีความรอบรู้ด้านสุขภาพ (Health Literacy) ครอบคลุม 4 ด้าน (กาย จิตใจ สังคม และปัญญา) ได้แก่ มีความสามารถในการเข้าถึง เข้าใจประเมินและปรับใช้ข้อมูลความรู้และบริการสุขภาพได้อย่างเหมาะสม สามารถดูแลตัวเอง และครอบครัว ให้มีพฤติกรรมสุขภาพที่ดีได้
- การจัดสถานที่ทำงานให้ส่งเสริมการพัฒนาความรู้ความสามารถของบุคลากร เช่น จัดสถานที่ทำงานเพื่อให้คนทำงานสามารถโฟกัสทำงานได้อย่างเต็มที่ ไม่มีสิ่งใดมารบกวนสมาธิ
- การส่งเสริมให้บุคลากรเข้ารับการอบรมเพื่อเพิ่มทักษะในงาน หรือทักษะใหม่ ๆ ที่บุคลากรสนใจ เช่น มีการฝึกอบรมภายนอกองค์กร หรือมีการจัดอบรมภายในองค์กร

6. Happy Soul (ทางสงบ) ส่งเสริมทางด้านศีลธรรม คุณธรรมจริยธรรม ความซื่อสัตย์ มีความศรัทธาในศาสนาและมีศีลธรรมในการดำเนินชีวิต ทำให้ทุกคนมีสติ มีสมาธิในการทำงาน สามารถรับมือกับปัญหาที่เข้ามา ยึดหลักสนับสนุนให้เป็นคนดี คิดดี ทำดี และมีความศรัทธาในคุณงามความดีทั้งปวง โดยสามารถดำเนินกิจกรรมต่าง ๆ ดังนี้

- การออกแบบห้องทำงานที่สงบเงียบ นอกจากทำให้มีสมาธิในการทำงานมากขึ้น
- การส่งเสริมการเข้าร่วมกิจกรรมจิตอาสาเพื่อความตระหนักถึงคุณค่าของตนเองต่อ การเกื้อกูลผู้อื่นและสังคม

7. Happy Money (ปลอดภัย) ส่งเสริมด้านการออมและวางแผนการใช้จ่าย มีเงินรู้จักเก็บ รู้จักใช้ ไม่เป็นหนี้ ปลูกฝังนิสัยอดออม ไม่ใช้จ่ายสุรุ่ยสุร่าย ยึดหลักคำสอนการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียง โดยสามารถดำเนินกิจกรรมต่าง ๆ ดังนี้

- การให้ความรู้การแก้ปัญหาหนี้สิน และการให้คำปรึกษาด้านกฎหมาย
- การส่งเสริม และการฝึกอาชีพเสริมให้แก่ผู้ปฏิบัติงานในองค์กร
- การหาแนวทางในการลดรายจ่าย เช่น จัดพื้นที่ปลูกผักสวนครัวในองค์กร
- การให้ความรู้เกี่ยวกับการลงทุน
- การจัดตั้งสหกรณ์ในองค์กร
- การสนับสนุน และส่งเสริมการออมเงิน

8. Happy Family (ครอบครัวดี) ส่งเสริมสถาบันครอบครัวที่อบอุ่นและมั่นคง ปลูกฝังนิสัยรักครอบครัว ครอบครัวดีเป็นพื้นฐานของชีวิตดี เกิดกำลังใจที่ดีในการทำงาน เหมือนเป็นภูมิคุ้มกันที่ช่วยให้เผชิญกับอนาคตหรืออุปสรรคในชีวิตได้ โดยสามารถดำเนินกิจกรรมต่าง ๆ ดังนี้

- การจัดสวัสดิการด้านวันลา เช่น การลาคลอด 60 วัน พนักงานชายสามารถดูแลครอบครัวได้ มีวันลาสำหรับการดูแลสมาชิกในครอบครัว ที่เจ็บป่วย การยืดหยุ่นเวลางาน เป็นต้น
- การทำงานที่มีความยืดหยุ่น เช่น การทำงานที่บ้าน(WFH)
- การจัดสิ่งอำนวยความสะดวก เช่น ห้องนมแม่ การจัดตรวจสุขภาพให้กับผู้สูงอายุในครอบครัวของคนทำงาน
- การจัดกิจกรรมสร้างความสัมพันธ์ภายในครอบครัว เช่น วันแม่ วันเด็ก วันผู้สูงอายุ หรือ การจัดทัศนศึกษาประจำปี โดยสามารถนำสมาชิกในครอบครัวไปได้
- การจัดงบประมาณสนับสนุน เช่น ค่าคลอดบุตร ทุนการศึกษาบุตร เป็นต้น
- การเชิญชวนครอบครัวของบุคลากรมาเยี่ยมชมองค์กร และการร่วมกิจกรรมขององค์กร

แผนการส่งเสริมและบริหารจัดการองค์กรให้เป็นองค์กรสุขภาวะ (Happy Workplace)
ขององค์การบริหารส่วนตำบลพนม

ลำดับ ที่	ความสุข 8 ประการในที่ทำงาน (Happy workplace)	รายละเอียดกิจกรรม หรือโครงการ	ระยะเวลาการ ดำเนินการ	หมาย เหตุ
1	Happy Body (สุขภาพดี)	- กิจกรรมรณรงค์การลด ละ เลิก บุหรี่ เครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และสิ่งเสพติด เช่น งดเหล้าเข้าพรรษา	ตลอดทั้งปี	
		- กิจกรรมส่งเสริมความรู้เรื่องกฎจราจรและการขับขี่ปลอดภัยบนท้องถนน		
		- กิจกรรมให้ความรู้เรื่องพฤติกรรมการกินอาหารที่มีผลต่อสุขภาพ เช่น ให้ความรู้เรื่องพฤติกรรมการกินอาหารที่มีผลต่อสุขภาพ ลดหวานมัน เค็ม ซึ่งช่วยลดความเสี่ยงการเกิดโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง (NCDs) อาทิ โรคเบาหวาน โรคมะเร็ง โรคความดันโลหิตสูง		
		- การจัดสภาพแวดล้อมในองค์กรและอุปกรณ์ เพื่อสนับสนุนให้เอื้อต่อการขยับร่างกาย หลากหลายรูปแบบ เช่น การเลือกเก้าอี้ที่ถูกต้องลักษณะตามหลักการยศาสตร์ หรือโต๊ะทำงานที่ปรับให้ออกกำลังกายได้		
		- การส่งเสริมให้บุคลากรได้ออกกำลังกายเป็นประจำ		
		- การให้ความรู้เรื่องการพักผ่อนและ การนอนหลับ เช่น นอนอย่างไรให้หลับลึก		
		- การส่งเสริมให้มีบริการตรวจสุขภาพตามรอบเวลาที่เหมาะสม		
2	Happy Heart (น้ำใจงาม)	- กิจกรรมเสริมสร้างให้คนทำงานรู้จักทำงานร่วมกันเป็นทีม	ตลอดทั้งปี	
		- การจัดระบบพี่เลี้ยง และสอนงานบุคลากรใหม่		
		- กิจกรรมจิตอาสา		
		- กิจกรรมอวยพรวันเกิดให้กับคนทำงานในองค์กร		
		- กิจกรรมบริจาคโลหิต		
		- กิจกรรมเชิดชูบุคลากรที่เป็นคนเก่งคนดี		

ลำดับ ที่	ความสุข 8 ประการในที่ทำงาน (Happy workplace)	รายละเอียดกิจกรรม หรือโครงการ	ระยะเวลาการ ดำเนินการ	หมายเหตุ
3	Happy Society (สังคมดี)	- การสนับสนุนและพัฒนาสถานศึกษาท้องถิ่น	ตลอดทั้งปี	
		- การส่งเสริมให้บุคลากรมีความรู้เรื่องกฎจรรยาบรรณท้องถิ่นฉบับที่ ปลอดภัย		
		- การสนับสนุนและส่งเสริมกิจกรรมสำหรับเด็ก เยาวชน ผู้สูงอายุ ผู้ด้อย โอกาสในสังคม		
		- การดูแลและรักษาสีเขียวแวดล้อมทางธรรมชาติ และทางวัฒนธรรมของ ชุมชน		
		- การสนับสนุนและส่งเสริมการออมเงิน		
4	Happy Relax (ผ่อนคลาย)	- ให้มีพื้นที่สีเขียว นำแนวคิดธรรมชาติบำบัดมาประยุกต์ใช้ภายในที่ ทำงานได้มีมุมผ่อนคลาย เพื่อให้บุคลากรได้พักผ่อนและร่างกายระหว่าง การทำงาน	ตลอดทั้งปี	
		- กิจกรรมท่องเที่ยวประจำปี		
		- กิจกรรมสันทนาการ เช่น วันปีใหม่ การจัดงานเลี้ยงวันคล้ายวันเกิด คนทำงานในองค์กร		
5	Happy Brain (หาความรู้)	- กิจกรรมมุ่งเน้นให้คนทำงานในองค์กรมีความรอบรู้ด้านสุขภาพ (Health Literacy) ครอบคลุม 4 ด้าน (กาย จิตใจ สังคม และปัญญา) ได้ แก่มีความสามารถในการเข้าถึง เข้าใจประเมินและปรับใช้ข้อมูลความรู้ และบริการสุขภาพได้อย่างเหมาะสม สามารถดูแลตัวเอง และครอบครัว ให้มีพฤติกรรมสุขภาวะที่ดีได้	ตลอดทั้งปี	
		- การจัดให้สถานที่ทำงานให้ส่งเสริมการพัฒนาความรู้ความสามารถ ของบุคลากร เช่น จัดสถานที่ทำงานเพื่อให้คนทำงานสามารถโฟกัสที่งาน ได้อย่างเต็มที่ ไม่มีสิ่งใดมารบกวนสมาธิ		

ลำดับ ที่	ความสุข 8 ประการในที่ทำงาน (Happy workplace)	รายละเอียดกิจกรรม หรือโครงการ	ระยะเวลาการ ดำเนินการ	หมายเหตุ
	Happy Brain (หาความรู้)(ต่อ)	- การส่งเสริมให้บุคลากรเข้ารับการอบรมเพื่อเพิ่มทักษะในงาน หรือ ทักษะใหม่ ๆ ที่บุคลากรสนใจ เช่น มีการฝึกอบรมภายนอกองค์กร หรือมี การจัดอบรมภายในองค์กร		
6	Happy Soul (ทางสงบ)	- การออกแบบห้องทำงานที่สงบเงียบ ทำให้มีสมาธิในการทำงานมากขึ้น	ตลอดทั้งปี	
		- การส่งเสริมการเข้าร่วมกิจกรรมจิตอาสาเพื่อความตระหนักถึงคุณค่า ของตนเองต่อการเกื้อกูลผู้อื่นและสังคม		
7	Happy Money (ปลอดภัย)	- การส่งเสริม และการฝึกอาชีพเสริมให้แก่ผู้ปฏิบัติงานในองค์กร	ตลอดทั้งปี	
		- การหาแนวทางในการลดรายจ่าย เช่น จัดพื้นที่ปลูกผักสวนครัวใน องค์กร		
		- การสนับสนุน และส่งเสริมการออมเงิน		
8	Happy Family (ครอบครัวดี)	- การส่งเสริมการจัดกิจกรรมสร้างความสัมพันธ์ภายในครอบครัว เช่น วันแม่ วันเด็ก วันผู้สูงอายุ หรือการจัดทัศนจรประจำปี โดยสามารถ นำสมาชิกในครอบครัวไปได้	ตลอดทั้งปี	
		- การเชิญชวนครอบครัวของบุคลากรมาเยี่ยมชมองค์กร และการร่วม กิจกรรมขององค์กร		