



ห้องรองอธิบดี
เลขรับ ๓๖๖
วันที่ ๒๗ ธ.ค. ๒๕๖๖
เวลา ๑๓.๐๕ น.

บันทึกข้อความ

กองบริหารการคลัง
เลขที่รับ ๑๐๑๓๐
วันที่ ๒๒ ธ.ค. ๒๕๖๖
เวลา ๑๖.๑๗

ส่วนราชการ สำนักงานเลขาธิการกรม กลุ่มงานยุทธศาสตร์และแผนงาน โทร. ๐ ๒๕๕๐ ๘๐๒๐

ที่ สธ ๐๘๐๑.๓/ ๒๕๖๖

วันที่ ๒๒ ธันวาคม ๒๕๖๖

เรื่อง ขออนุมัติจัดทำโครงการอบรมเชิงปฏิบัติการสำหรับผู้ควบคุมระบบบำบัดน้ำเสียในสถานพยาบาล
กรมสุขภาพจิต

เรียน อธิบดีกรมสุขภาพจิต (ผ่านผู้อำนวยการกองบริหารการคลัง)

ด้วยสำนักงานเลขาธิการกรม กำหนดจัดทำโครงการอบรมเชิงปฏิบัติการสำหรับผู้ควบคุมระบบบำบัดน้ำเสียในสถานพยาบาล กรมสุขภาพจิต ระหว่างวันที่ ๒๙ - ๓๑ มกราคม ๒๕๖๗ ณ กรีน ไฮเทล แอนด์ รีสอร์ท ขอนแก่น จังหวัดขอนแก่น เพื่อพัฒนาศักยภาพของผู้ควบคุมระบบบำบัดน้ำเสีย และบุคลากรที่เกี่ยวข้องของโรงพยาบาล/สถาบัน ในสังกัดกรมสุขภาพจิต ให้มีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการดูแลระบบบำบัดน้ำเสีย สามารถดูแลตรวจสอบ บำรุงรักษาและแก้ไขปัญหาได้อย่างมีประสิทธิภาพ รวมไปถึงได้แลกเปลี่ยนประสบการณ์ในการควบคุมดูแล และแนวทางการแก้ไขปัญหาของระบบบำบัดน้ำเสีย

สำนักงานเลขาธิการกรม จึงขออนุมัติดำเนินโครงการ ดังนี้

๑. จัดทำโครงการอบรมเชิงปฏิบัติการสำหรับผู้ควบคุมระบบบำบัดน้ำเสียในสถานพยาบาล กรมสุขภาพจิต ระหว่างวันที่ ๒๙ - ๓๑ มกราคม ๒๕๖๗ ณ กรีน ไฮเทล แอนด์ รีสอร์ท ขอนแก่น จังหวัดขอนแก่น

๒. ใช้เงินงบประมาณประจำปี ๒๕๖๗ กิจกรรมที่ ๑.๓ : พัฒนาโครงสร้างพื้นฐานและบริการสุขภาพจิต รายการค่าใช้จ่ายในการจัดโครงการฝึกอบรม/สัมมนา ของสำนักงานเลขาธิการกรม รวมเป็นเงินทั้งสิ้น ๑๗๐,๐๐๐ บาท (หนึ่งแสนเจ็ดหมื่นบาทถ้วน) รายละเอียดตามเอกสารโครงการที่แนบ

๓. ให้ผู้เข้าร่วมโครงการ วิทยากร คณะทำงาน (ตามรายชื่อแนบ) เดินทางเข้าร่วมโครงการ ระหว่างวันที่ ๒๘ มกราคม - ๑ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๗ และเบิกค่าใช้จ่ายตามระเบียบกระทรวงการคลังจกงบประมาณโครงการดังกล่าว ยกเว้นค่าพาหนะในการเดินทาง ค่าที่พัก และค่าเบี้ยเลี้ยงของผู้เข้าร่วมโครงการ ให้เบิกจากงบประมาณของหน่วยงานต้นสังกัด

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาอนุมัติ จะเป็นพระคุณ

(นางเอ็นดู วิระปะนะ)

เลขาธิการกรม กรมสุขภาพจิต

สำนักงานเลขาธิการกรม
เลขรับ ๓๒๘๘
วันที่ ๒๘ ธ.ค. ๒๕๖๖
เวลา ๑๕.๕๖ น.

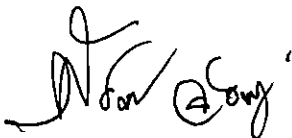
เรียน อธิบดีกรมสุขภาพจิต

ที่ สธ ๐๘๐๒.๔/๗๐๖๗

ด้วยสำนักงานเลขาธิการกรม จัดโครงการอบรมเชิงปฏิบัติการสำหรับผู้ควบคุมระบบบำบัดน้ำเสียในสถานพยาบาล กรมสุขภาพจิต ระหว่างวันที่ ๒๕-๓๑ มกราคม ๒๕๖๗ ณ กรีน โฮเทล แอนด์ รีสอร์ท ขอนแก่น จังหวัดขอนแก่น จากเงินงบประมาณประจำปี ๒๕๖๗ เป็นจำนวนเงิน ๑๗๐,๐๐๐ บาท (หนึ่งแสนเจ็ดหมื่นบาทถ้วน)

กองบริหารการคลัง ได้ตรวจสอบโครงการดังกล่าวแล้ว สามารถเบิกจ่ายได้ตามระเบียบกระทรวงการคลังว่าด้วยค่าใช้จ่ายในการฝึกอบรม การจัดงานและการประชุมระหว่างประเทศ พ.ศ.๒๕๔๙ และที่แก้ไขเพิ่มเติม ทั้งนี้ ให้ปฏิบัติตามมาตรการประหยัดการเบิกค่าใช้จ่ายของกรมสุขภาพจิต ที่ สธ ๐๘๐๒.๔/ว ๗๔๕ ลงวันที่ ๒๒ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๕

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา หากเห็นชอบโปรดอนุมัติโครงการดังกล่าวฯ ตามข้อ ๑ - ๓ ต่อไปด้วย จะเป็นพระคุณ



(นางพិชมณ ล้อมสุชา)

ผู้อำนวยการกองบริหารการคลัง
27 S.A. 2566

อนุมัติ



(นายศิริศักดิ์ ธิติธรรดณ)

รองอธิบดีกรมสุขภาพจิต

ปฏิบัติราชการแทนอธิบดีกรมสุขภาพจิต

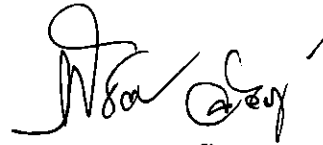
๒๘ ก.ค. ๒๕๖๖

อธิบดีกรมสุขภาพจิต

ที่ สธ ๐๘๐๒.๔/๗๐๖๗

เรียน ผู้อำนวยการสำนักงานเขตสุขภาพที่ ๑.....

เพื่อโปรดทราบและดำเนินการ
ต่อไปด้วย จะเป็นพระคุณ



(นางพิชมณ ล้อมสุชา)

ผู้อำนวยการกองบริหารการคลัง
28 S.A. 2566

ผู้ตรวจสอบโครงการ

1490

27/118

โครงการอบรมเชิงปฏิบัติการสำหรับผู้ควบคุมระบบบำบัดน้ำเสียในสถานพยาบาล กรมสุขภาพจิต

๑. ชื่อโครงการ โครงการอบรมเชิงปฏิบัติการสำหรับผู้ควบคุมระบบบำบัดน้ำเสียในสถานพยาบาล กรมสุขภาพจิต

๒. ผู้รับผิดชอบโครงการ สำนักงานเลขานุการกรม กรมสุขภาพจิต

๓. หลักการและเหตุผล

ตามประกาศกระทรวงทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม เรื่อง กำหนดมาตรฐานควบคุมการระบายน้ำทิ้งจากอาคารบางประเภทและบางขนาด โรงพยาบาลจัดเป็นกิจการที่ต้องดำเนินการบำบัดน้ำเสียก่อนปล่อยลงสู่แหล่งน้ำสาธารณะให้ได้ตามคุณภาพน้ำทิ้งที่กำหนด ประกอบกับปัจจุบันโรงพยาบาลต่างๆ เร่งพัฒนาระบบการบริหารจัดการภายในเพื่อต้องการการรับรองคุณภาพโรงพยาบาล (Hospital Accreditation) ซึ่งการควบคุมดูแลระบบบำบัดน้ำเสียเป็นส่วนหนึ่งในรับรองมาตรฐานนี้ในหัวข้อการพิทักษ์สิ่งแวดล้อม โดยระบุว่า โรงพยาบาลต้องมีระบบบำบัดน้ำเสียที่มีประสิทธิภาพ มีขนาดเหมาะสมกับปริมาณน้ำทิ้งของโรงพยาบาลมีการดูแลรักษาระบบโดยผู้ที่ได้รับการฝึกอบรม มีการตรวจคุณภาพของน้ำที่ผ่านการบำบัดตามมาตรฐานตามที่หน่วยราชการกำหนด และจะต้องมีระบบฆ่าเชื้อโรคที่มีประสิทธิภาพรวมทั้งมีเทคโนโลยีที่เหมาะสมในการกำจัดของแข็งละลาย (TDS) ก่อนปล่อยสู่สาธารณะ นอกจากนี้การดำเนินงานเกี่ยวกับระบบบำบัดน้ำเสียยังต้องจัดทำรายงานการดำเนินงานตามมาตรา ๘๐ แห่งพระราชบัญญัติส่งเสริมและรักษาคุณภาพสิ่งแวดล้อมแห่งชาติ พ.ศ. ๒๕๓๕ ในฐานะเป็นแหล่งกำเนิดมลพิษด้วย

เพื่อให้การควบคุมดูแลระบบบำบัดน้ำเสียของโรงพยาบาล/ สถาบันให้มีคุณภาพผ่านเกณฑ์มาตรฐานต่างๆ และจัดทำบันทึกและรายงานได้ถูกต้องนั้น จำเป็นต้องอาศัยบุคลากรที่มีความรู้ความชำนาญในการควบคุมดูแลและแก้ไขปัญหาต่างๆ ที่เกิดขึ้นได้อย่างทันที่และทราบวิธีการจัดทำบันทึกและรายงานการดำเนินงานได้อย่างถูกต้อง สำนักงานเลขานุการกรม กรมสุขภาพจิต ได้เล็งเห็นความสำคัญและความจำเป็น จึงกำหนดจัดโครงการอบรมเชิงปฏิบัติการสำหรับผู้ควบคุมระบบบำบัดน้ำเสียในสถานพยาบาล กรมสุขภาพจิต เพื่อพัฒนาศักยภาพของผู้ควบคุมระบบบำบัดน้ำเสีย และบุคลากรที่เกี่ยวข้องให้มีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการควบคุมดูแล และแก้ไขปัญหาระหว่างการเดินระบบบำบัดน้ำเสียรูปแบบต่างๆ ของโรงพยาบาลได้อย่างมีประสิทธิภาพ พร้อมทั้งแนวทางในรายงานการดำเนินงานตามกฎหมายที่เกี่ยวข้องได้อย่างถูกต้องด้วย

๔. วัตถุประสงค์ของโครงการ

๔.๑ เพื่อให้ผู้เข้ารับการอบรมได้รับการพัฒนาศักยภาพ ให้มีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการควบคุมดูแลระบบบำบัดน้ำเสีย สามารถดูแลตรวจสอบ บำรุงรักษาและแก้ไขปัญหาได้อย่างมีประสิทธิภาพ

๔.๒ เพื่อให้ผู้เข้ารับการอบรมได้แลกเปลี่ยนประสบการณ์ในการควบคุมดูแล และแนวทางการแก้ไขปัญหาของระบบบำบัดน้ำเสีย

๕. กลุ่มเป้าหมาย...

๕. กลุ่มเป้าหมาย

ผู้ควบคุมระบบบำบัดน้ำเสีย และเจ้าหน้าที่ผู้ดูแลระบบบำบัดน้ำเสียบุคลากรของโรงพยาบาล/ สถาบัน
ในสังกัดกรมสุขภาพจิต จำนวน ๕๐ คน

๖. วิธีการดำเนินการ

บรรยาย อภิปราย และแบ่งกลุ่มย่อยฝึกปฏิบัติ

๗. ระยะเวลาและสถานที่ดำเนินการ

ระหว่างวันที่ ๒๙ – ๓๑ มกราคม ๒๕๖๗ ณ กรีน โฮเทล แอนด์ รีสอร์ท ขอนแก่น จังหวัดขอนแก่น

๘. วิทยากร

๘.๑ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. สมพงษ์ หิรัญมาศสุวรรณ

๘.๒ นายมนตรี ยะราไสย์ นักวิชาการสิ่งแวดล้อมชำนาญการ
สำนักงานสิ่งแวดล้อมและควบคุมมลพิษที่ ๑๐ จังหวัดขอนแก่น

๘.๓ นางสาววิระวรรณ เมืองประทับ นักวิชาการสาธารณสุขปฏิบัติการ กองบริหารการสาธารณสุข

๘.๔ นางสาวศุภสร วิกุล วิศวกรสิ่งแวดล้อม กองบริหารการสาธารณสุข

๘.๕ นางเอ็นดู วิเรปะนะ กรมสุขภาพจิต

๘.๖ นางสาววาสนา ทักสินพิลา กรมสุขภาพจิต

๘.๗ นางสาวณัฐพร สุขชุม กรมสุขภาพจิต

๙. ที่ปรึกษาโครงการและคณะทำงาน

๙.๑ นายศิริศักดิ์ ธิติดิลรัตน์ รองอธิบดีกรมสุขภาพจิต ที่ปรึกษาโครงการ

๙.๒ นางเอ็นดู วิเรปะนะ เลขานุการกรม กรมสุขภาพจิต ประธาน

๙.๓ นางสาววงษ์เดือน สายสุวรรณ นักจัดการงานทั่วไปชำนาญการพิเศษ คณะทำงาน

๙.๔ นางสาววาสนา ทักสินพิลา นักจัดการงานทั่วไปชำนาญการพิเศษ คณะทำงาน

๙.๕ นางสาวณัฐพร สุขชุม นักจัดการงานทั่วไปชำนาญการ คณะทำงาน

๙.๖ นางสาวภาชนีย์ จันทรราดา นักจัดการงานทั่วไป คณะทำงาน

๙.๗ นายชมภัก โตวงศ์ เจ้าพนักงานธุรการ คณะทำงาน

๙.๘ นายศุภชัย สิงห์คำป้อง พนักงานช่วยเหลือคนไข้ ส ๓ คณะทำงาน

๑๐. งบประมาณ...

๑๐. งบประมาณ

ค่าใช้จ่ายในการจัดโครงการอบรมเชิงปฏิบัติการสำหรับผู้ควบคุมระบบบำบัดน้ำเสียในสถานพยาบาล
กรมสุขภาพจิต เบิกจ่ายจากเงินงบประมาณประจำปีงบประมาณ ๒๕๖๗ กิจกรรมที่ ๑.๓ : พัฒนาโครงสร้างพื้นฐาน
และบริการสุขภาพจิต รายการค่าใช้จ่ายในการจัดโครงการฝึกอบรม/สัมมนา ของสำนักงานเลขานุการกรม
รวมเป็นเงินทั้งสิ้น ๑๗๐,๐๐๐ บาท (หนึ่งแสนเจ็ดหมื่นบาทถ้วน)

๑๐.๑ ค่าตอบแทนวิทยากร = ๒๓,๕๐๐ บาท

บรรยาย ๑,๒๐๐ บาท x ๙ ชม. x ๑ คน = ๑๐,๘๐๐ บาท

๖๐๐ บาท x ๒ ชม. x ๑ คน = ๑,๒๐๐ บาท

อภิปราย ๑,๒๐๐ บาท x ๑ ชม. x ๑ คน = ๑,๒๐๐ บาท

๖๐๐ บาท x ๑ ชม. x ๒ คน = ๑,๒๐๐ บาท

แบ่งฝึกกลุ่มปฏิบัติ ๑,๒๐๐ บาท x ๓ ชม. x ๑ คน = ๓,๖๐๐ บาท

๖๐๐ บาท x ๒ ชม. x ๔ คน = ๔,๘๐๐ บาท

๖๐๐ บาท x ๑ ชม. x ๑ คน = ๖๐๐ บาท

๑๐.๒ ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม ๕๐ บาท x ๕๐ คน x ๕ มื้อ = ๑๒,๕๐๐ บาท

๑๐.๓ ค่าอาหารกลางวัน/เย็น ๓๕๐ บาท x ๕๐ คน x ๕ มื้อ = ๘๗,๕๐๐ บาท

๑๐.๔ ค่าที่พักคณะทำงานและวิทยากร = ๙,๕๐๐ บาท

คณะทำงาน ๕๐๐ บาท x ๕ คน x ๓ วัน = ๗,๕๐๐ บาท

วิทยากร ๙๕๐ บาท x ๑ คน x ๒ วัน = ๑,๙๐๐ บาท

๑๐.๕ ค่าใช้จ่ายในการเดินทางของคณะทำงานและวิทยากร = ๓๗,๒๐๐ บาท

รวม = ๑๗๐,๐๐๐ บาท

หมายเหตุ - ค่าใช้จ่ายแต่ละรายการสามารถหักจ่ายกันได้

- ค่าใช้จ่ายในการเดินทางของผู้เข้าร่วมโครงการ ให้เบิกจ่ายจากงบประมาณต้นสังกัด

๑๑. วิธีติดตามและประเมินผล

๑๑.๑ แบบสอบถามความรู้ความเข้าใจของบุคลากรที่เข้าร่วมโครงการ (Pre Test - Post Test)

๑๑.๒ สังเกตการมีส่วนร่วม การแสดงความคิดเห็น และการแลกเปลี่ยนซักถามระหว่างการประชุม

๑๑.๓ แบบสอบถามความพึงพอใจต่อการจัดโครงการ

๑๒. ผลที่คาดว่าจะได้รับ

๑๒.๑ ผู้เข้ารับการอบรมสามารถควบคุมดูแล บำรุงรักษา และแก้ไขปัญหาระบบบำบัดน้ำเสียของหน่วยงานให้ทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ

๑๒.๒ ผลการทดสอบคุณภาพน้ำทิ้งที่ผ่านระบบบำบัดน้ำเสียของสถาบัน/ โรงพยาบาล ในสังกัด กรมสุขภาพจิต ผ่านมาตรฐานควบคุมการระบายน้ำทิ้งตามประกาศกระทรวงทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม

ผู้เสนอโครงการ

(นางสาวณัฐพร สุขชุม)
นักจัดการงานทั่วไปชำนาญการ

ผู้เห็นชอบโครงการ

(นางเอ็นดู วิโรปะนะ)
เลขานุการกรม กรมสุขภาพจิต

ผู้อนุมัติโครงการ

(นายศิริศักดิ์ ชิตติลรัตน)
รองอธิบดีกรมสุขภาพจิต
ปฏิบัติราชการแทนอธิบดีกรมสุขภาพจิต

กำหนดการ
โครงการอบรมเชิงปฏิบัติการสำหรับผู้ควบคุมระบบบำบัดน้ำเสียในสถานพยาบาล กรมสุขภาพจิต
วันที่ ๒๙ – ๓๑ มกราคม ๒๕๖๗
ณ กรีน โฮเทล แอนด์ รีสอร์ท ขอนแก่น จังหวัดขอนแก่น

วันที่ ๒๙ มกราคม ๒๕๖๗

- ๐๘.๓๐ – ๐๘.๔๕ น. ลงทะเบียนผู้เข้าร่วมการอบรม
- ๐๘.๔๕ – ๐๙.๐๐ น. Pre test
- ๐๙.๐๐ – ๑๒.๐๐ น. บรรยายเรื่อง ความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับน้ำเสียและระบบรวบรวมน้ำเสีย และกระบวนการบำบัดน้ำเสียของโรงพยาบาล
โดย ผศ. ดร. สมพงษ์ หิรัญมาศสุวรรณ
- ๑๓.๐๐ – ๑๖.๐๐ น. บรรยายเรื่อง การเดินระบบและควบคุมการทำงานของระบบบำบัดน้ำเสีย การบำรุงรักษาระบบบำบัดน้ำเสีย และการตรวจสอบประสิทธิภาพของระบบบำบัดน้ำเสีย
โดย ผศ. ดร. สมพงษ์ หิรัญมาศสุวรรณ
- ๑๘.๐๐ – ๑๙.๐๐ น. แบ่งกลุ่มย่อยฝึกปฏิบัติ “การเขียนคู่มือการควบคุมการบำรุงรักษาระบบบำบัดน้ำเสียของโรงพยาบาล/สถาบัน”
กลุ่มที่ ๑ นางเอ็นดู วิระปะนะ เลขานุการกรม
กลุ่มที่ ๒ นางสาวสนา ทักษิณพิลา รองผู้อำนวยการฝ่ายบริหาร
โรงพยาบาลจิตเวชขอนแก่นราชนครินทร์
กลุ่มที่ ๓ ผศ. ดร. สมพงษ์ หิรัญมาศสุวรรณ

วันที่ ๓๐ มกราคม ๒๕๖๗

- ๐๘.๓๐ – ๐๘.๔๕ น. เปิดโครงการ โดยรองอธิบดีกรมสุขภาพจิต
- ๐๙.๐๐ – ๑๒.๐๐ น. บรรยายเรื่อง เทคนิคการบำบัดน้ำเสียทางชีวภาพ
โดย ผศ. ดร. สมพงษ์ หิรัญมาศสุวรรณ
- ๑๓.๐๐ – ๑๕.๐๐ น. แบ่งฝึกกลุ่มย่อย การศึกษาและวิเคราะห์การดำเนินงานระบบบำบัดน้ำเสียในโรงพยาบาล
โดย ผศ. ดร. สมพงษ์ หิรัญมาศสุวรรณ
นางสาววิระวรรณ เมืองประทับ นักวิชาการสาธารณสุขปฏิบัติการ
นางสาวศุภสร วิกุล วิศวกรสิ่งแวดล้อม

- ๑๕.๐๐ - ๑๖.๐๐ น. อภิปราย ผลการศึกษา วิเคราะห์ และแลกเปลี่ยนเรียนรู้การดำเนินงานระบบบำบัดน้ำเสียในโรงพยาบาล
โดย ผศ. ดร. สมพงษ์ หิรัญมาศสุวรรณ
นางสาววิระวรรณ เมืองประทับ นักวิชาการสาธารณสุขปฏิบัติการ
นางสาวศุภพร วิกล วิศวกรสิ่งแวดล้อม
- ๑๘.๐๐ - ๑๙.๐๐ น. แบ่งกลุ่มย่อยฝึกปฏิบัติ “การเขียนคู่มือการควบคุมการบำรุงรักษาระบบบำบัดน้ำเสียของโรงพยาบาล/สถาบัน (ต่อ)”
กลุ่มที่ ๑ นางเอ็นดู วิระปะนะ เลขานุการกรม
กลุ่มที่ ๒ นางवासนา ทักษิณพิลา รองผู้อำนวยการฝ่ายบริหาร
โรงพยาบาลจิตเวชขอนแก่นราชนครินทร์
กลุ่มที่ ๓ นางสาวณัฐพร สุขชุม นักจัดการงานทั่วไปชำนาญการ

วันที่ ๓๑ มกราคม ๒๕๖๗

- ๐๙.๐๐ - ๑๐.๐๐ น. บรรยายเรื่อง มาตรการและกฎหมายมลพิษทางน้ำ
โดย นายมนตรี ยะราไสย์ นักวิชาการสิ่งแวดล้อมชำนาญการ
สำนักงานสิ่งแวดล้อมและควบคุมมลพิษที่ ๑๐ จังหวัดขอนแก่น
- ๑๐.๐๐ - ๑๑.๐๐ น. บรรยายเรื่อง แนวทางการดำเนินงานตามมาตรา ๘๐ แห่งพระราชบัญญัติส่งเสริมและรักษาคุณภาพสิ่งแวดล้อมแห่งชาติ พ.ศ. ๒๕๓๕ (แบบ ทส ๑ และ ทส ๒)
โดย นายมนตรี ยะราไสย์ นักวิชาการสิ่งแวดล้อมชำนาญการ
สำนักงานสิ่งแวดล้อมและควบคุมมลพิษที่ ๑๐ จังหวัดขอนแก่น
- ๑๑.๐๐ - ๑๒.๐๐ น. Post test
- ๑๓.๐๐ - ๑๔.๐๐ น. สรุปแลกเปลี่ยนเรียนรู้

หมายเหตุ	พักรับประทานอาหารกลางวัน	เวลา ๑๒.๐๐ น. - ๑๓.๐๐ น.
	พักรับประทานอาหารเย็น	เวลา ๑๖.๐๐ น. - ๑๗.๐๐ น.
	พักรับประทานอาหารว่างและเครื่องดื่ม (เช้า)	เวลา ๑๐.๓๐ น. - ๑๐.๔๕ น.
	(บ่าย)	เวลา ๑๕.๐๐ น. - ๑๕.๑๕ น.