



รายงาน

สะสมความดี



รอบเดือนตุลาคม 2565-20 มีนาคม 2566



BPS Goodness Bank



ไม่ว่าสิ่งที่คุณทำจะเป็นความดีเล็ก ๆ หรือสิ่งที่ยิ่งใหญ่
โปรดจงบันทึกเก็บไว้เป็นธนาคารแห่งความดี

คณะทำงานขับเคลื่อนองค์กร STRONG จิตพอเพียงต้านทุจริตส่งเสริมคุณธรรมและความโปร่งใส
ของสำนักงานวิชาการ

คำนำ

ตามที่คณะกรรมการส่งเสริมสนับสนุน การดำเนินการด้านคุณธรรม จริยธรรม และความโปร่งใสของ สำนักงานเลขาธิการวุฒิสภา ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๖ ได้เห็นชอบแผนบูรณาการส่งเสริมสนับสนุนการดำเนินการด้านคุณธรรม จริยธรรม ความโปร่งใสและป้องกันการทุจริตของสำนักงานเลขาธิการวุฒิสภา ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๖ ซึ่งแผนดังกล่าวได้กำหนดให้สำนักจัดทำบันทึก สะสมความดีภายใต้โครงการขับเคลื่อนองค์กรคุณธรรมต้นแบบมิติเชิงวัฒนธรรม

คณะทำงานขับเคลื่อนองค์กร STRONG จิตพอเพียงต้านทุจริตส่งเสริมคุณธรรมและความโปร่งใสของสำนักวิชาการ ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๖ จัดกิจกรรม**ธนาคารแห่งความดี BPS Goodness Bank** ที่สอดคล้องกับคุณธรรมเป้าหมายของสำนักวิชาการ “คุณธรรม ๕ ประการ BPS ทำได้” (พอเพียง วินัย สุจริต จิตอาสา กตัญญู) ไปสู่การมีภูมิคุ้มกันในตัวเอง มีคุณธรรม มีปัญญา มีความพอเพียง เป็นบุคลากรที่เข้มแข็ง มีความอยู่เย็นเป็นสุข เป็นธรรม และยั่งยืน เพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกัน ของบุคลากรสำนักวิชาการ โดยยึดมั่นในหลักธรรมทางศาสนาหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง วิถีวัฒนธรรมไทย วัฒนธรรมองค์กร และคุณธรรม ๕ ประการ พอเพียง วินัย สุจริต จิตอาสา กตัญญู เป็นเครื่องยึดเหนี่ยวจิตใจบุคลากรสำนักวิชาการให้ดำเนินชีวิตอยู่ในความไม่ประมาท ด้วยกระบวนการ และกิจกรรม**ธนาคารแห่งความดี BPS Goodness Bank**

คณะทำงานขับเคลื่อนองค์กร STRONG จิตพอเพียงต้านทุจริตส่งเสริมคุณธรรมและความโปร่งใสของสำนักวิชาการ ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๖ หวังเป็นอย่างยิ่งว่า องค์ความรู้ชุดนี้จะสนับสนุนการสร้างสังคมคุณธรรมที่มีฐานมาจากทุนความดี กระตุ้นให้สังคมตระหนักถึงความสำคัญในเรื่องคุณธรรมจริยธรรม และนำไปประยุกต์สู่การปฏิบัติ หรือการพัฒนาการขับเคลื่อนองค์กร STRONG จิตพอเพียงต้านทุจริตส่งเสริมคุณธรรมและความโปร่งใสของสำนักวิชาการต่อไป



กิจกรรมธนาคารแห่งความดี

เชิญชวน บุคลากรสำนักวิชาการ
บันทึกสะสมความดี



ตั้งแต่วันที่
- ถึงวันศุกร์ที่ 3 พ.ค. 66
- ถึงวันศุกร์ที่ 2 มิ.ย. 66
- ถึงวันศุกร์ที่ 1 ก.ค. 66



1 ดีต่อตนเอง



2 ดีต่อผู้อื่น



3 ดีต่อองค์กร



4 ดีต่อสังคมและ
ประเทศชาติ



ถ่ายรูป
บอกเล่าความดีโดยสังเขป ระบุวันที่ เดือน พ.ศ. และสถานที่
บันทึกตามแบบฟอร์มที่
ส่งตัวแทนคณะ Strong ของทุกกลุ่มงานเพื่อดำเนินการส่วนที่เกี่ยวข้องต่อไป



ใครฝากความดีสูงสุด 3 ลำดับแรกรับไปเลข "ดอจเป็ย"



บันทึกสะสมความดี

ไม่ว่าสิ่งที่ท่านทำจะเป็นความดีเล็ก ๆ หรือสิ่งที่ยิ่งใหญ่ ๆ
โปรดจงบันทึกเก็บไว้เป็นธนาคารแห่งความดี



หมายเหตุ : ความดีที่กระทำจริง สามารถเลือกตอบให้ครบตามแบบฟอร์ม
หรือเลือกตอบข้อใดข้อหนึ่งก็ได้



คณะทำงานขับเคลื่อนองค์กร STRONG จัดพอเพียงต้านทุจริตส่งเสริมคุณธรรมและความโปร่งใสของสำนักวิชาการ



สารบัญ

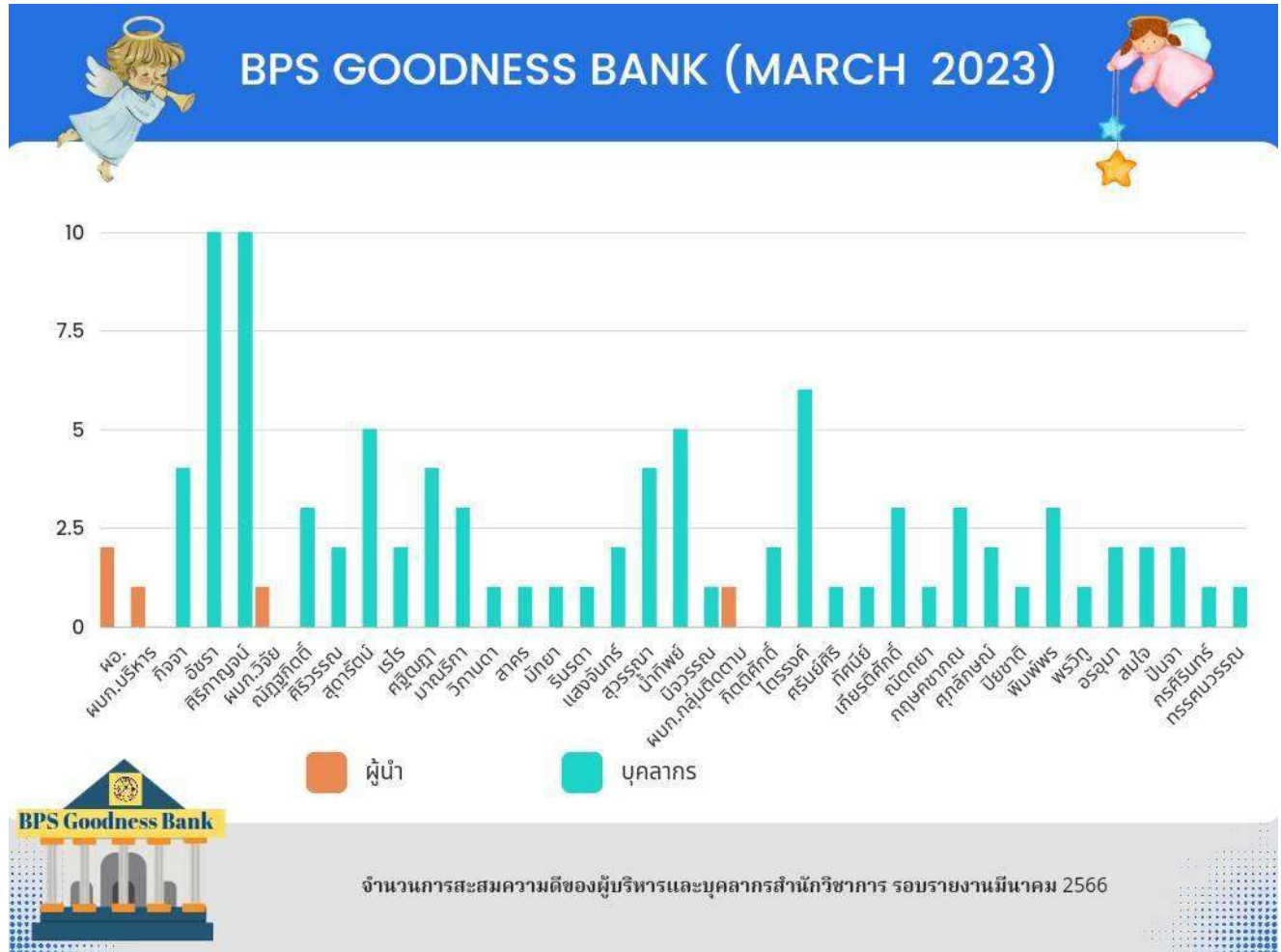
	หน้า
คำนำ	ก
สารบัญ	ข
รายงานสะสมความดีรอบเดือนตุลาคม ๒๕๖๕ – ๒๐ มีนาคม ๒๕๖๖	
- จำนวนการสะสมความดีของผู้บริหารและบุคลากรสำนักวิชาการรอบมีนาคม	๑
- ยกย่อง เชิดชูบุคลากร	๒
- บันทึกสะสมความดีของผู้บริหารสำนักวิชาการ	๓
- บันทึกสะสมความดีของบุคลากรสำนักวิชาการ	๕

จำนวนการสะสมความดีของผู้บริหารและบุคลากรสำนักวิชาการ

ผู้บริหารสำนักวิชาการ จำนวน ๑ คน

บุคลากรสำนักวิชาการ จำนวน ๓๗ คน

รอบมีนาคม ๒๕๖๖ มีผู้บริหารและบุคลากรสำนักวิชาการร่วมสะสมความดี จำนวน ๓๗ คน คิดเป็นร้อยละ ๙๙ และมีบุคลากรสะสมความดีมากที่สุด ๑๐ ครั้ง จำนวน ๒ คน รายละเอียดปรากฏดังภาพ



ภาพที่ ๑ จำนวนการสะสมความดีของผู้บริหารและบุคลากรสำนักวิชาการ

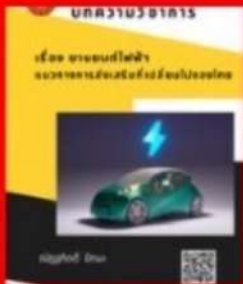
ยกย่อง เขตชุมชนกลาง

มีการยกย่อง เขตชุมชนกลางที่สะสมความดีมากที่สุดในแต่ละรอบ โดยนายพีระพจน์ รัตนมาลี รองเลขาธิการวุฒิสภา รักษาราชการแทน ผู้อำนวยการสำนักวิชาการมอบเกียรติบัตรให้แก่บุคลากร จำนวน ๒ คน ดังนี้

๑. นางศิริกาญจน์ กลิ่นอำพันธ์
๒. นางสาวอัครา กลิ่นอินทร์



สุขใจ
ได้ร่วมสร้าง



BPS
PROJECT

ประชาชน
ได้รับรู้

สังคมและ
ประเทศชาติ
มีทางเลือก

องค์กร
ได้สะท้อน
ภูมิปัญญา

บันทึกสะสมความดี

ไม่ว่าสิ่งที่ท่านทำจะเป็นความดีเล็กๆ หรือสิ่งที่ยิ่งใหญ่ๆ
โปรดจงบันทึกเก็บไว้เป็นธนาคารแห่งความดี

ครั้งที่ 2

เห็นย้อนไปในความคิด
เห็นผู้คนหลากหลายชีวิต



เห็นจิตวิญญาณเมือง
เห็นแสงเรืองที่ส่องทาง

บันทึกสะสมความดี

ไม่ว่าสิ่งที่คุณทำจะเป็นความดีเล็กๆ หรือสิ่งที่ยิ่งใหญ่ๆ
โปรดจงบันทึกเก็บไว้เป็นธนาคารแห่งความดี

วรรษยา ยี่สุนทอง ผู้บังคับบัญชากลุ่มงานบริหารทั่วไป สำนักวิชาการ

ติดต่อผู้อื่น ประสัมพันธ์ แจ้งข่าวและบอกบุญไปยังบุคคลที่เราารู้จัก
เพื่อช่วยเหลือลูกจ้าง สำนักงานเลขาธิการวุฒิสภา ที่ป่วย
เนื่องจากโรคหัวใจล้มเหลวเรื้อรังและภาวะน้ำปอด
ขาดทุนทรัพย์ในการรักษาตัว เพื่อนำเงินไปเป็นค่ารักษา
พยาบาล แต่ยังไม่ทันส่งเงินไปลูกจ้างคนนั้นได้เสียชีวิตก่อน
จึงนำเงินส่วนนั้นช่วยเป็นค่าทำฌาปนกิจศพ วันเสาร์ที่ 4
กุมภาพันธ์ 2566

 Krungthai

 โอนเงินสำเร็จ

54545454 20230204167551320

 นางวรรษยา ยี่สุนทอง

กรุงเทพฯ
XXX-X-XX157-0

 นางนันทิญาพร สัมพันธ์กิจ

กรุงเทพฯ
XXX-X-XX462-5

จำนวนเงิน	10,000.00	บาท
ค่าธรรมเนียม	0.00	บาท
วันที่ทำรายการ	04 ก.พ. 2566 - 19:20	

บันทึกสะสมความดี

ไม่ว่าสิ่งที่ท่านทำจะเป็นความดีเล็กๆ หรือสิ่งที่ยิ่งใหญ่ๆ
โปรดจงบันทึกเก็บไว้เป็นธนาคารแห่งความดี

ชื่อ - นามสกุล นางกิจจา พักจันทร์ กลุ่มงานบริหารทั่วไป สำนักวิชาการ



ดีต่อตนเอง

เมื่อวันที่ 27 มกราคม 2566 รองเลขาธิการวุฒิสภาร่วมกับ
บุคลากรสำนักวิชาการ ได้ถวายสังฆทานจัดตุ้ปัจจัยแด่พระสงฆ์
ในกิจกรรม ตลาดนัดสะสมบุญ
สถานที่ บริเวณห้องโถง ชั้น 1 อาคารรัฐสภา (สว.)



ดีต่อผู้อื่น

เมื่อวันที่ 27 มกราคม 2566 สำนักวิชาการ
ได้เข้าร่วมกิจกรรม ตลาดนัดสะสมบุญ
เงินรายได้จากการจำหน่ายสินค้ามือสองของบุคลากร
สำนักวิชาการได้ร่วมทำบุญ
สถานที่ บริเวณห้องโถง ชั้น 1 อาคารรัฐสภา (สว.)



ดีต่อองค์กร

เมื่อวันที่ 13 กุมภาพันธ์ 2566 สำนักวิชาการ
เข้าร่วมอบรมและซักซ้อมแผนอพยพอัคคีภัย
โดยมีเจ้าหน้าที่ สำนักวิชาการ ให้บริการลงทะเบียน
สถานที่ บริเวณ ชั้น B -1 อาคารรัฐสภา (สผ.)



ดีต่อสังคม และประเทศชาติ

วันที่ 15 กุมภาพันธ์ 2566
แยกขยะที่นำมารีไซเคิล ขวดน้ำพลาสติก ฝาขวด
และหลอดพลาสติก ตามมาตรการคณะทำงาน
สำนักงานสีเขียว Green Office
สถานที่ สำนักวิชาการ ชั้น 2 อาคารรัฐสภา



บันทึกสะสมความดี

ไม่ว่าสิ่งที่ท่านทำจะเป็นความดีเล็กๆ หรือสิ่งที่ยิ่งใหญ่ๆ
โปรดจงบันทึกเก็บไว้เป็นธนาคารแห่งความดี

ชื่อ - นามสกุล. นางสาวอชรา กลิ่นอินทร์ สังกัด กลุ่มงาน บริหารทั่วไป สำนักวิชาการ



ติดต่อตนเอง - ปฏิบัติตามกฎระเบียบของสำนักงานในเรื่องการแต่ง
เครื่องแบบชุดข้าราชการสีทากีในวันที่มีประชุมวุฒิสภาทุกครั้ง

- เข้าร่วมกิจกรรมสอนร้องโดยครูติน ครั้งที่ 2

ในวันจันทร์ที่ 13 ธันวาคม 2565 และวันศุกร์ที่ 16 ธันวาคม 2565 ณ บริเวณลานริมน้ำฝิ่ง สว.

- บริจาคเงินให้คนตาบอด ในวันอาทิตย์ที่ 19 กุมภาพันธ์ 2566 ณ บริเวณหน้าห้างสรรพสินค้าโลตัสเตापูน



ติดต่อผู้อื่น - บริจาคปฏิทินเก่า “โครงการปฏิทินเก่าเราขอ”
เพื่อนำไปมอบให้กับผู้พิการทางสายตาได้ใช้ประโยชน์โดยนำใส่
กล่องรวบรวมที่สำนักวิชาการ ในวันพฤหัสบดีที่ 16 กุมภาพันธ์ 2566

- บริจาคเงินให้วัดพระบาทน้ำพุ ช่วยเหลือผู้ป่วย HIV

เด็กกำพร้า และผู้ยากไร้ ในวันอาทิตย์ที่ 19 กุมภาพันธ์ 2566 ณ บริเวณชั้น 2 หน้าศูนย์อาหาร ห้างสรรพสินค้าโลตัส เตापูน



ติดต่อองค์กร - เข้าร่วมกิจกรรมซุ้มอาหารของสำนักฯ ในวันอังคารที่ 8
พฤศจิกายน 2565 ณ ลานริมน้ำฝิ่ง สว.

- เข้าร่วมกิจกรรมตลาดนัดสะสมบุญ ในวันศุกร์ที่

27 มกราคม 2566 ณ ห้องโถง ชั้น 1 อาคารรัฐสภา

- เข้าร่วมกิจกรรมตักบาตร ปล่อยปลา เนื่องในเทศกาล
วันลอยกระทงในวันอังคารที่ 8 พฤศจิกายน 2565 ณ ลานริมน้ำฝิ่ง สว.



ติดต่อสังคมและประเทศชาติ - เข้าร่วมพิธีวางพวงมาลาพระบาทสมเด็จพระมงกุฎเกล้าเจ้าอยู่หัว รัชกาลที่ 6 ในวันศุกร์ที่ 25 พฤศจิกายน 2565 ณ สวนลุมพินี กรุงเทพฯ

- บริจาคขวดน้ำพลาสติกเพื่อลดโลกร้อน

และนำไปรีไซเคิลเพื่อใช้งานได้อีก วันพฤหัสบดีที่ 23 กุมภาพันธ์ 2566 ณ สำนักวิชาการ



บันทึกสะสมความดี

ไม่ว่าสิ่งที่ท่านทำจะเป็นความดีเล็กๆ หรือสิ่งที่ยิ่งใหญ่ๆ
โปรดจงบันทึกเก็บไว้เป็นธนาคารแห่งความดี

ชื่อ - นามสกุล นางศิริกาญจน์ กลิ่นอำพันธ์ สังกัด กลุ่มงานบริหารทั่วไป สำนักวิชาการ



ดีต่อตนเอง ความกตัญญูต่อบิดามารดา

(ความสุขความสบายของท่าน คือ สุขของเรา) และการออมเงินออมบุญ

- ส่งเงิน และจ่ายค่าไฟฟ้าให้บ้านบิดามารดา (เดือนละครั้ง)

- ซื้ออาหารเสริมเพื่อสุขภาพ (เดือนละครั้ง)

และสิ่งอำนวยความสะดวกตามความจำเป็นให้บิดามารดา

ออมบุญ

- ไปทำบุญที่วัดต่างๆ อย่างน้อยเดือนละครั้ง

- โอนเงินร่วมทำบุญออนไลน์ตาม

เพจ facebook ต่างๆ (ก่อนโอนจะเข้าไปอ่านรายละเอียดทุกครั้ง)

ออมเงิน

- ออมไว้กับสหกรณ์ออมทรัพย์รัฐสภา (เดือนละครั้ง)

- ทำประกันแบบออมทรัพย์ (ปีละครั้ง)





ติดต่อผู้อื่น

- เก็บมะนาวมะม่วงผลไม้ต่างๆจากสวนที่บ้านต่างหวัดแบ่งปันให้กับเพื่อนบ้านและเพื่อนร่วมงาน (ทุกครั้งทีกลับบ้านจังหวัดสุโขทัย)
- ปลูกต้นไม้/ขยายพันธุ์ ณ บ้านที่ กทม. (ไม้ดอกไม้ประดับไม้มงคล) แบ่งปันให้เพื่อนบ้านและเพื่อนร่วมงาน
- อุปการะเด็กดีมีความกตัญญู ฐานะทางบ้านยากจนให้มีโอกาสได้รับการศึกษาต่อได้เป็นที่พึงของตนเอง ครอบครัว และสังคม





ดีต่อองค์กร

- วันที่ ๒๗ มกราคม ๒๕๖๖ ร่วมกิจกรรม
"ตลาดนัดสะสมบุญ" ภายใต้โครงการ
เครือข่ายคุณธรรมบวร
และได้นำต้นไม้จากบ้านร่วมโครงการ เพื่อนำเงินทำบุญ



- วันที่ ๒๒ กรกฎาคม ๒๖๖๕ ปลูกต้นไม้
(ไม้พอกอากาศ) ไว้ในสำนักวิชาการโดยจัด
วางไว้ตามจุดต่าง ๆ ที่มีความเสี่ยงต่อมลพิษ
ทางอากาศ เพื่อให้บุคลากรสำนักวิชาการ
ได้รับอากาศที่ดีและดีต่อสุขภาพ





ดีต่อสังคมและประเทศชาติ

- น้อมนำแนว “ปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง” มาประยุกต์ใช้ในชีวิตและการทำงาน เป็นที่พึ่งตนเองเป็นหลัก ทำอะไรอย่างเป็นขั้นตอน รอบคอบ ระมัดระวัง พิจารณาถึงความพอดี พอเหมาะ พอควร ความสมเหตุสมผล และพร้อมรับความเปลี่ยนแปลงในด้านต่าง ๆ
- 12 ตุลาคม 65 เข้าร่วมกิจกรรมจิตอาสา "เราทำความดีเพื่อชาติ ศาสน์ กษัตริย์" ณ วัดจันทร์สโมสร



บันทึกสะสมความดี

ไม่ว่าสิ่งที่ท่านทำจะเป็นความดีเล็กๆ หรือสิ่งที่ยิ่งใหญ่ๆ
โปรดจงบันทึกเก็บไว้เป็นธนาคารแห่งความดี

นายประธาน ทิพยกะลิน สังกัด กลุ่มงาน วิจัยและข้อมูล สำนักวิชาการ



ดีต่อตนเอง : ฝึกอบรมวิสาสมาธิ หลักสูตรของสมเด็จพระญาณวชิโรดม (หลวงพ่อวิริยงค์ สิริวิริโร) เพื่อพัฒนาตนเองไปสู่ความก้าวหน้า มุ่งสู่ความสำเร็จ มุ่งทำให้ผู้ฝึกเกิดพลังจิตและสติควบคู่กันไป เพื่อให้การดำเนินชีวิต/การทำงานมีประสิทธิภาพเพิ่มขึ้น



ดีต่อผู้อื่น : ร่วมกับชมรมพลังจิตदानภาพวุฒิสภา เชิญผู้บริหาร/บุคลากร สนง.เลขาธิการวุฒิสภา ร่วมสวดมนต์ ไชยมังคปริตร ร้อยรวมใจและแสดงความจงรักภักดีสมเด็จพระเจ้าลูกเธอเจ้าฟ้าพัชรกิติยาภา นเรนทิราเทพยวดี กรมหลวงราชสาริณีสิริพัชร มหาวัชรราชธิดา ทรงหายจากพระอาการประชวรโดยเร็ว ทุก วันพฤหัสบดี 8.00 น. ณ ห้องพระ ชั้น 4



ดีต่อองค์กร : เข้าร่วมการประชุมซักซ้อมความเข้าใจ และเข้าร่วมการฝึกอพยพหนีไฟของสำนักงานเลขาธิการวุฒิสภา ในวันจันทร์ที่ 13 ก.พ. 2566 และวันพฤหัสบดีที่ 22 ก.พ. 2566



ดีต่อสังคมและประเทศชาติ : ประสานความร่วมมือกับสำนักงานกิจการยุติธรรม จัดการเสวนาทางวิชาการและแสดงนิทรรศการ เรื่อง “การป้องกันการกระทำผิดซ้ำในความผิดเกี่ยวกับเพศหรือที่ใช้ความรุนแรง” ในวันที่ 31 ม.ค. 2566 เพื่อสร้างเสริมการรับรู้และความเข้าใจต่อการบังคับใช้กฎหมายและกลไกการปฏิบัติให้กับผู้ที่เกี่ยวข้อง และประชาชน เพื่อให้สังคมและประชาชนรู้สึกปลอดภัยจากบุคคลอันตราย



บันทึกสะสมความดี

ไม่ว่าสิ่งที่ท่านทำจะเป็นความดีเล็กๆ หรือสิ่งที่ยิ่งใหญ่ๆ
โปรดจงบันทึกเก็บไว้เป็นธนาคารแห่งความดี

นายณัฐฤทธิคดี ปัทมะ สังกัด กลุ่มงานวิจัยและข้อมูล สำนักวิชาการ
ครั้งที่ 1 วันที่ 28 กุมภาพันธ์ 2566

กิจกรรมสะสมความดี

- ร่วมคณะเลี้ยงอาหารและมอบทุนการศึกษาเด็กกำพร้าที่โรงเรียนหมู่บ้านเด็ก ต.วังดั่ง อ.เมือง จ.กาญจนบุรี เมื่อวันที่ 29 ตุลาคม 2565



- มอบทุนการศึกษาเด็กเรียนมัธยมที่เรียนดีแต่ยากจน โรงเรียนนาโพธิ์วิทยา ต.นาโพธิ์ อ.บุณฑริก จ.อุบลราชธานี โดยมี นายสมปอง พวงพั้ว ผู้อำนวยการโรงเรียนเป็นผู้แทนมอบทุนการศึกษา เมื่อวันที่ 25 ธันวาคม 2565



- ร่วมคณะมอบทุนการศึกษา/เลี้ยงอาหาร/มอบอุปกรณ์กีฬา ณ โรงเรียนบ้านกระหวัน ต.กระหวัน อ.ขุนหาญ จ.ศรีสะเกษ เมื่อวันที่ 28 มกราคม 2566



1. ติดต่อตนเอง

การได้มีโอกาสได้ไปเลี้ยงอาหารและมอบทุนการศึกษาเด็กกำพร้า/มอบทุนการศึกษาเด็กเรียนมัธยมที่เรียนดีแต่ยากจน/มอบเงินและสิ่งของ/มอบทุนการศึกษา/เลี้ยงอาหาร/มอบอุปกรณ์กีฬาเด็กนักเรียน ถือเป็นสิ่งสมบุญกุศลอันนำมาซึ่งความสุขและลดความโลภในใจตนจากการที่ได้ให้ทรัพย์สินและของที่จำเป็นแก่คนอื่น และแสดงถึงความมีเมตตา กรุณา และความเห็นอกเห็นใจต่อเพื่อนมนุษย์ที่ยังลำบากและต้องการความช่วยเหลือ ตามโอกาสที่เหมาะสมอย่างสม่ำเสมอ



2. ติดต่อผู้อื่น

ผู้ที่ได้รับมอบทุนการศึกษา/ความช่วยเหลือ/อาหาร ไม่ว่าจะเป็นเด็กกำพร้า นักเรียน ย่อมมีกำลังใจและกำลังใจที่จะทำหน้าที่ของตนให้ดี อันจะเป็นประโยชน์ต่อสังคมและประเทศชาติต่อไป



3. ดีต่อองค์กร

การให้ความช่วยเหลือไม่ว่าจะเป็นสิ่งของ หรือการมอบทุนการศึกษา หรือการเลี้ยงอาหารเด็กนักเรียน เด็กกำพร้า หรือเด็กยากจน ย่อมทำให้สังคมรับรู้และรับทราบว่าบุคลากรของสำนักงาน เป็นส่วนหนึ่งในการช่วยเหลือสังคม อันเป็นการส่งเสริมและขับเคลื่อนด้านคุณธรรม จริยธรรมและภาพลักษณ์ขององค์กร



4. ดีต่อสังคม

สังคมไทยจะมีความน่าอยู่มากขึ้น เมื่อคนไทยแบ่งปันช่วยเหลือกัน ด้วยความมีเมตตา กรุณา และมีความเอื้ออาทรต่อกันตามความเหมาะสมและโอกาส โดยเฉพาะเด็ก คนชรา เด็กกำพร้า ผู้พิการผู้ที่ยังลำบาก มีฐานะยากจน เป็นต้น เพราะ “เราคนไทยไม่ทอดทิ้งกันในยามลำบาก”

บันทึกสะสมความดี

ไม่ว่าสิ่งที่ท่านทำจะเป็นความดีเล็กๆ หรือสิ่งที่ยิ่งใหญ่ๆ
โปรดจดบันทึกเก็บไว้เป็นธนาคารแห่งความดี

ชื่อ - นามสกุล.....ศิริวรรณ...มนอัคระผดุง.....สังกัด กลุ่มงาน ... สำนักวิชาการ



ดีต่อผู้อื่น

😊 ส่งความรัก และความปรารถนาดี ด้วยการส่งยาสมุนไพรที่ใช้ดูแลสุขภาพอยู่เป็นประจำ
ให้กับพี่ (ตา) ที่เคยปฏิบัติงานร่วมกันที่สำนักงานเลขาธิการวุฒิสภา



ณ ไปรษณีย์ สาขารัฐสภา สำนักงานเลขาธิการวุฒิสภา

วันที่ 20 กุมภาพันธ์ 2566 จำนวน 1 ครั้ง



ดีต่อสังคม

☺ บริจาคผ้าขนหนูให้กับมูลนิธิบ้านสงเคราะห์สัตว์พิการ ขอเชิญชวนเพื่อนๆ ร่วมทำความดี เพื่อทุกชีวิตในสังคมที่อยู่กันอย่างเกื้อกูลกันนะคะ



ณ สำนักวิชาการ สำนักงานเลขาธิการวุฒิสภา

วันที่ 20 กุมภาพันธ์ 2566 จำนวน 1 ครั้ง

บันทึกสะสมความดี

ไม่ว่าสิ่งที่ท่านทำจะเป็นความดีเล็กๆ หรือสิ่งที่ยิ่งใหญ่ๆ
โปรดจงบันทึกเก็บไว้เป็นธนาคารแห่งความดี

ชื่อ - นามสกุล นางสาวสุดารัตน์ หมวดอินทร์ สังกัด กลุ่มงาน วิจัยและข้อมูล สำนักวิชาการ



ดีต่อตนเอง

ทำบุญถวายสังฆทาน ณ อาคารรัฐสภา
ในวันที่ ๒๗ มกราคม ๒๕๖๖

ถวายสังฆทาน และบริจาคทุนทรัพย์
เพื่อทำนุบำรุงพระศาสนา เป็นการทำความดี
ต่อตนเองให้รู้จักเสียสละประโยชน์ส่วนตัว



ทำบุญถวายสังฆทาน
ณ วัดจันทรสโมสร เขตดุสิต
กรุงเทพมหานคร
ในวันที่ ๑ มีนาคม ๒๕๖๖
ถวายสังฆทาน และบริจาคทุนทรัพย์
เพื่อทำนุบำรุงพระศาสนา



ดีต่อผู้อื่น



บริจาคปฏิทินเก่า ณ อาคารรัฐสภา ในวันที่ ๓๑ มกราคม ๒๕๖๖
เพื่อนำไปบริจาคให้กับสมาคมคนตาบอดแห่งประเทศไทย
สำหรับจัดทำบัตรคำทำสื่อการสอนอักษรเบรลล์ เป็นการทำความดี
แบ่งปันต่อสังคม โดยการนำของที่ไม่ได้ใช้งานนำกลับมาใช้
ให้เกิดประโยชน์



ดีต่อองค์กร

ร่วมกิจกรรมทำบุญใส่บาตรและและปล่อยปลา ณ อาคารรัฐสภา
ในวันที่ ๘ พฤศจิกายน ๒๕๖๕



ร่วมกิจกรรมปฏิบัติตามนโยบายของสำนักงาน “สวมผ้าไทย ใส่บาตร ปล่อยปลา มีสุข” เพื่อเป็นการส่งเสริมและขับเคลื่อนองค์กรคุณธรรมต้นแบบมิติเชิงวัฒนธรรมและหลักธรรมทางศาสนาของสำนักงาน

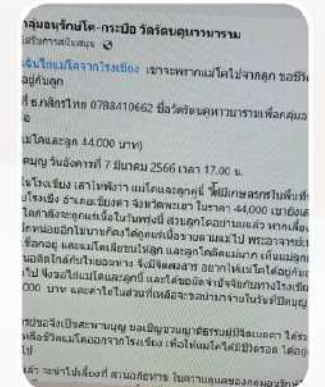
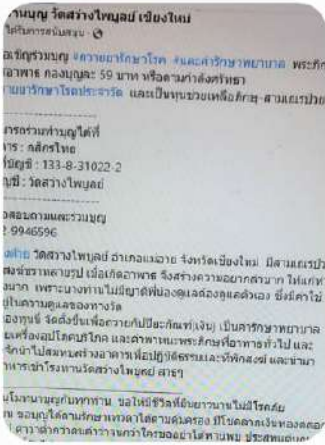


ดีต่อสังคม และประเทศชาติ



บริจาคขวดพลาสติกและฝาขวดให้กับคณะทันตแพทยศาสตร์
ณ มหาวิทยาลัยมหิดล ในวันที่ ๙ ธันวาคม ๒๕๖๕

เพื่อนำไปแปรรูปผ่านกระบวนการ Recycle ตัดเย็บเป็นชุด PPE ซึ่งเป็นการลดของเหลือใช้องค์กร และเป็นประโยชน์ต่อสังคมในการสนับสนุนการดำเนินงานของแพทย์ รวมทั้งเป็นการลดภาวะโลกร้อน เป็นประโยชน์ต่อประเทศชาติ



บันทึกสะสมความดี

น.ส.เรไร ลำเจียก
กลุ่มงานวิจัยและข้อมูล สำนักวิชาการ
ครั้งที่ ๑/๒๕๖๖ วันที่ ๑ - ๒ มีนาคม ๒๕๖๖

ดีใจที่ได้ทำความดีโดยการบริจาคเงินเพื่อสืบสานพระพุทธศาสนาโดยการบริจาคเงินให้แก่ ที่พัทสงฆ์พุทธวิภาวดี เมื่อวันที่ ๑ มีนาคม ๒๕๖๖ และ ณ วัดรัตนคุณาวดาราม เพื่อกลุ่มอนุรักษ์โค-กระบือ เมื่อวันที่ ๒ มีนาคม ๒๕๖๖

ดีต่อตนเอง

การบริจาคเพื่อสืบสานพระพุทธศาสนา ตามโอกาสอันสมควร และตามกำลังทรัพย์ที่เรามีพอจะช่วยได้และไม่เดือดร้อน ซึ่งการบริจาคเงินให้กับทางวัด เพื่อถวายยารักษาและค่ารักษาพยาบาลพระภิกษุสามเณรที่ป่วยอาพาธ รวมถึงช่วยเหลือสรรพสิ่งที่มีชีวิต โดยเฉพาะโค-กระบือ เป็นสัตว์ที่ขึ้นชื่อว่ามีบุญคุณต่อเราเป็นอย่างมาก “ชีวิตใคร ใครก็รัก” สะท้อนให้เห็นถึงว่าเราทำด้วยใจ ทำแล้วมีความสุข จิตใจอิ่มเอิบ เป็นการสร้างพลังทางบวก อย่างที่ใคร ๆ บอกว่า “อิมอะไรเล่า จะเท่ากับอิมบุญ”

ดีต่อผู้อื่น

ดีต่อผู้อื่น การบริจาคเงินครั้งนี้ ถึงแม้ว่าจะเป็นจำนวนเพียงเล็กน้อย แต่ก็สามารถรวบรวมไปช่วยเหลือวัด พระภิกษุสามเณร รวมถึงชีวิตของสรรพสิ่งที่มีชีวิต เช่น โค-กระบือ เพื่อให้ได้มีการสืบสานพระพุทธศาสนา และยังได้ช่วยเหลือชีวิตสัตว์อีกด้วย

ดีต่อองค์กร

ส่งเสริมภาพลักษณ์ของสำนักงานเลขาธิการวุฒิสภา ในด้านการเป็นองค์กรแห่งคุณธรรม การทำความดี ซึ่งเป็นต้นแบบที่โดดเด่นด้านการส่งเสริมคุณธรรม เป็นองค์กรที่คนในองค์กรทำความดีด้วยใจที่อยากทำ จนเป็นเสมือนวิถีชีวิต วิถีปฏิบัติ

ดีต่อสังคม และประเทศชาติ

ทำให้พระพุทธศาสนาได้มีการสืบสานต่อ เพราะพระภิกษุสามเณรได้มีสุขภาพร่างกายที่แข็งแรง และกนปัจจัยในการเล่าเรียนศึกษาพระธรรมบาลีต่อไปได้ นอกจากนี้ การถ่ายชีวิตโค-กระบือ จะเป็นผลดีต่อเกษตรกรที่จะช่วยให้ผลผลิตทั้งภาคการเกษตร และอุตสาหกรรมของประเทศไทยเพิ่มขึ้น





บันทึกสะสมความดี

นางสาวศุทธิฎา ธารรัตน์สุวรรณ กลุ่มงานวิจัยและข้อมูล สำนักวิชาการ


วันที่ 15 กุมภาพันธ์ 2566


ทำความดีด้วยการแยกขยะ ณ สำนักวิชาการ สำนักงานเลขาธิการวุฒิสภา

 **ดีต่อตนเอง :** การแยกขยะจนเป็นนิสัยเป็นการฝึกวินัยให้ตนเอง และการแยกขยะมีส่วนช่วยให้เราไม่ต้องเผชิญกับปัญหาต่าง ๆ ที่เกิดจากขยะ เช่น มลพิษทางอากาศ น้ำท่วม โลกร้อนสุดท้ายคือความภาคภูมิใจที่เราได้มีส่วนช่วยลดปัญหาขยะ

 **ดีต่อผู้อื่น :** ปริมาณขยะภายในสำนักวิชาการลดลงส่งผลให้แม่บ้านเก็บขยะน้อยลง



 **ดีต่อองค์กร :** ลดปริมาณขยะภายในองค์กรและส่งเสริมภาพลักษณ์สำนักงานเลขาธิการวุฒิสภาสู่ Senate Go Green

 **ดีต่อสังคม และประเทศชาติ :** ลดการสิ้นเปลืองพลังงาน ลดการใช้ทรัพยากร และรักษาสิ่งแวดล้อม

บันทึกสะสมความดี

นางสาวศุภิฎา ธารรัตน์สุวรรณ กลุ่มงานวิจัยและข้อมูล สำนักวิชาการ

วันที่ 19 กุมภาพันธ์ 2566

ทำความดีด้วยการบริจาคโลหิต ณ ศูนย์บริจาคโลหิตสภากาชาดไทย



ดีต่อตนเอง : การบริจาคโลหิตเป็นประจำทุก 3 เดือน จะส่งผลดีต่อสุขภาพตนเอง เพราะร่างกายจะสร้างโลหิตใหม่มาทดแทนโลหิตที่เสียไป ทำให้ระบบหมุนเวียนโลหิตของร่างกายดีขึ้น นอกจากนี้ยังเป็นการฝึกการมีวินัยในตนเอง และยังได้ความภูมิใจที่ได้บริจาคโลหิตเพื่อช่วยชีวิตผู้อื่นด้วย



ดีต่อผู้อื่น : โลหิตที่บริจาคไปสามารถนำไปช่วยเหลือผู้ป่วยที่ต้องการโลหิตเพื่อรักษาอาการเจ็บป่วย



ดีต่อองค์กร : ส่งเสริมภาพลักษณ์ของสำนักงาน


เลขาธิการวุฒิสภาให้เป็นองค์กรคุณธรรมต้นแบบที่โดดเด่นด้านการส่งเสริมคุณธรรมเป็นองค์กรที่คนในองค์กรทำความดีจนเป็นวิถีปฏิบัติ



ดีต่อสังคม และประเทศชาติ : ทำให้ระบบการบริการสาธารณสุขของประเทศไม่ประสบปัญหาการขาดแคลนโลหิตในการให้การรักษาโรค ซึ่งส่งผลต่อการรักษา และดูแลสุขภาพของคนในชาติ

บันทึกสะสมความดี

นางสาวศุภิฎา ธารรัตน์สุวรรณ กลุ่มงานวิจัยและข้อมูล สำนักวิชาการ

 วันที่ 20 กุมภาพันธ์ 2566

ทำความดีด้วยการใช้บันไดแทนลิฟท์เมื่อขึ้น - ลง ชั้นเดียว ณ สำนักงานเลขาธิการวุฒิสภา



ดีต่อตนเอง : การใช้บันไดแทนลิฟท์เป็นการ
ออกกำลังกายทำให้หัวใจ และกล้ามเนื้อแข็งแรง



ดีต่อผู้อื่น : ลดความแออัดในการใช้ลิฟท์ของ
บุคลากรสำนักงานเลขาธิการวุฒิสภา



ดีต่อองค์กร : ลดการใช้พลังงานไฟฟ้าของ
องค์กร ช่วยให้องค์กรประหยัดรายจ่ายค่าไฟฟ้า
และยังส่งเสริมภาพลักษณ์ของสำนักงาน
เลขาธิการวุฒิสภาสู่ Senate Go Green



ดีต่อสังคม และประเทศชาติ : ลดการใช้
ทรัพยากร ลดการสิ้นเปลืองพลังงาน รักษา
สิ่งแวดล้อม และลดปัญหาโลกร้อน



บันทึกสะสมความดี

นางสาวศุภิญา ธารรัตน์สุวรรณ กลุ่มงานวิจัยและข้อมูล สำนักวิชาการ

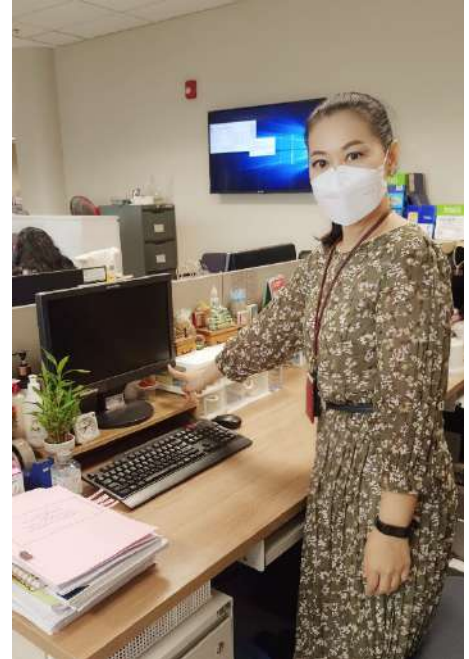
วันที่ 22 กุมภาพันธ์ 2566

ทำความดีด้วยปิดหน้าจอคอมพิวเตอร์เมื่อไม่ใช้งาน ณ สำนักงานเลขาธิการวุฒิสภา

ดีต่อตนเอง : แสงสีฟ้าจากจอคอมพิวเตอร์อาจทำให้ผิวเราหมองคล้ำ เกิดจุดต่างดํา และริ้วรอย ดังนั้น การปิดหน้าจอคอมพิวเตอร์เมื่อไม่ใช้งานเป็นการป้องกันความหมองคล้ำ เกิดจุดต่างดํา และริ้วรอยได้

ดีต่อองค์กร : ลดการใช้พลังงานไฟฟ้าขององค์กร ช่วยให้องค์กรประหยัดรายจ่ายค่าไฟฟ้า และยังส่งเสริมภาพลักษณ์ของสำนักงานเลขาธิการวุฒิสภาสู่ Senate Go Green

ดีต่อสังคม และประเทศชาติ : ลดการใช้ทรัพยากร ลดการสิ้นเปลืองพลังงาน รักษาสิ่งแวดล้อม และลดปัญหาโลกร้อน





บันทึกสะสมความดี

1st

นางสาวมาณริกา จันทาโณ วิทยากรชำนาญการพิเศษ
กลุ่มงานวิจัยและข้อมูล สำนักวิชาการ

กิจกรรมธนาคารแห่งความดี

ไม่ว่าสิ่งที่ท่านทำจะเป็นความดีเล็ก ๆ หรือสิ่งที่ยิ่งใหญ่ ๆ
โปรดจงบันทึกเก็บไว้เป็นธนาคารแห่งความดี

ถวายสังฆทาน

วันที่ 22/1/66

ณ วัดสนามชัย อ.อ่าวทอง

ทำความดี 1 อย่าง

ไม่ได้ส่งผลแค่ต่อตนเองเท่านั้นนะ



1 ดีต่อตนเอง

การถวายสังฆทาน เป็นการ
ทำทาน ช่วยให้ตนเองลดความ
เห็นแก่ตัวและผลดีต่อสภาพ
จิตใจ จิตใจผ่องใส



2 ดีต่อผู้อื่น

ดีต่อคุณป้า: พาคุณป้าไปทำบุญ
ด้วย ซึ่งการพาคนที่เรารักสะสมบุญ
ย่อมเป็นความสุขใจทั้งผู้ให้และ
ผู้รับ เป็นการแสดงความกตัญญูต่อ
ผู้มีพระคุณด้วย



ดีต่อพระสงฆ์: การถวาย
สังฆทานแด่พระสงฆ์เป็นการ
ทำบุญบำรุงศาสนาที่เป็นเครื่อง
จรรโลงจิตใจ

3 ดีต่อองค์กร

การบริหารจัดการองค์กรจำเป็นต้อง
ต้องใช้ศาสตร์ต่าง ๆ มาประยุกต์
ใช้หลักศาสนาเป็นเครื่องมือที่
เปลี่ยนแปลงพฤติกรรม สักองการ
มีคุณธรรม คนมีความสุข องค์กรมี
คุณภาพและคุณธรรมเชิงประจักษ์

4 ดีต่อสังคมและประเทศชาติ

ได้ตระหนักและประพฤติปฏิบัติจนเป็นวิถีชีวิต
ก็จะเป็นสังคมคุณธรรมที่มีนาค มีนาค ชัยชัย

STRONGER
TOGETHER

คณะทำงานขับเคลื่อนองค์กร STRONG จิตพอเพียงต้านทุจริตพลัง
เสริมคุณธรรมและความโปร่งใสของสำนักวิชาการ





บันทึกสะสมความดี

ไม่ว่าสิ่งที่ท่านทำจะเป็นความดีเล็ก ๆ หรือสิ่งที่ยิ่งใหญ่ ๆ
โปรดจงบันทึกเก็บไว้เป็นธนาคารแห่งความดี



นางสาวมาณวิภา จันทาโน วิชาจารย์ชำนาญการพิเศษ
กลุ่มงานวิจัยและข้อมูล สำนักวิชาการ

กิจกรรมธนาคารแห่งความดี

บริจาคเงิน

วันที่ 22/1/66

โอนเงินบริจาคมูลนิธิป่อเต็กตึ๊ง

มูลนิธิยิวเคี้ยวป่อเต็กเซียงตึง 01 000013184
華僑報德善堂
 326 ถ.เจ้าตำพ แขวงป้อมปราบ เขตป้อมปราบฯ กทม. 10100 เลขที่22012023 / 00002
 โทร. 0-2225-0020 0-2623-0545-52 โทรสาร 0-2226-2567
 โอนเสร็จรับเงิน

ผู้บริจาค: มาณวิภา จันทาโน

บริจาคเงินจำนวน 1,300.00 บาท (หนึ่งพันสามร้อย) บาท

เงินสด เช็คเลขที่: ธนาคาร: สาขา:
 โอนผ่านธนาคาร
 ธนาคารใด สาขาที่
 บัตรเครดิต
 ชำระกองทุนในนาม สมทบทุนเพื่อ: โลกสหพร้อมผ้าวัด

ประธานกรรมการ: เจริญชัย ผู้จัดการใหญ่:
 * โอนเสร็จรับเงินบริจาคให้นำไปติดต่อกับมูลนิธิได้ ล่าดับที่ ๗ ได้
 * โอนเสร็จรับเงินบริจาคนี้จะสมบูรณ์เมื่อเช็คได้ผ่านธนาคารแล้ว

ผู้มีเงิน:
 ด้รับเงิน

1 ดีต่อตนเอง

การบริจาคเงิน เป็นการทำ
ทาน ช่วยให้เราเองลดความ
เห็นแก่ตัว



2 ดีต่อผู้อื่น

การบริจาคโรงศพ พร้อมผ้าดิบให้
มูลนิธิป่อเต็กตึ๊งเป็นการทำบุญให้
กับศพที่ไม่มีญาติซึ่งถือเป็นการ
ทำบุญและบริจาคทานด้วยจิตใจอัน
บริสุทธิ์ปราศรณาที่จะช่วยเหลือ
เพื่อนมนุษย์ด้วยกัน

3 ดีต่อองค์กร

การบริหารจัดการองค์กรจำเป็นต้อง
ต้องใช้ศาสตร์ต่าง ๆ มาประยุกต์
ใช้พลังคุณธรรมเป็นเครื่องมือที่เปลี่ยนแปลง
พฤติกรรม สะท้อนการมีคุณธรรม คนมีความสุข
องค์กรมีคุณภาพและคุณธรรมเชิงประจักษ์

4 ดีต่อสังคมและประเทศชาติ

ประพฤติปฏิบัติตนเป็นวิถีชีวิต
ก็จะเป็นสังคมคุณธรรม มีน้ำใจ มีสิ่งดี ๆ



คณะทำงานขับเคลื่อนองค์กร STRONG จัดพอเพียงด้านทุจริตส่งเสริมคุณธรรมและความโปร่งใสของสำนักวิชาการ





บันทึกสะสมความดี

กิจกรรมธนาคารแห่งความดี

ไม่ว่าสิ่งที่คุณทำจะเป็นความดีเล็ก ๆ หรือสิ่งที่ยิ่งใหญ่ ๆ โปรดจดบันทึกเก็บไว้เป็นธนาคารแห่งความดี



นำปฏิทินเก่ามาบริจาค

วันที่ 24/1/66

ณ สำนักวิชาการ

ทำความดี 1 อย่าง

ไม่ได้ส่งผลแค่ต่อตนเองเท่านั้นนะ

1 ดีต่อตนเอง

นำของใช้แล้วมาบริจาคทำให้ห้องสะอาด และส่งเสริมให้ตนเองมีจิตสาธารณะ เอื้ออาทร ได้ร่วมทำกิจกรรมอันเป็นประโยชน์ต่อสังคมและส่วนรวม

3 ดีต่อองค์กร

การบริหารจัดการองค์กรจำเป็นต้องใช้ศาสตร์ต่าง ๆ มาประยุกต์ใช้กิจกรรมรักเรา รักซ์โลกเป็นเครื่องมือที่เปลี่ยนแปลงพฤติกรรม สำนองการมีคุณธรรม ใส่ใจสิ่งแวดล้อม คนมีความสุข องค์กรมีคุณภาพ คุณธรรมและเป็นสำนักงานสีเขียวเชิงประจักษ์



STRONGER TOGETHER

คณะทำงานขับเคลื่อนองค์กร STRONG จิตพอเพียงต้านทุจริตส่งเสริมคุณธรรมและความโปร่งใสของสำนักวิชาการ



นางสาวมาณริกา ชัยทาโถ วิชาการชำนาญการพิเศษ
กลุ่มงานวิจัยและข้อมูล สำนักวิชาการ



2 ดีต่อผู้อื่น

ดีต่อ "ผู้พิการทางสายตา" นำไปใช้ผลิต "สื่ออักษรเบรลล์"

4 ดีต่อสังคมและประเทศชาติ

ได้ตระหนักและประพฤติปฏิบัติจนเป็นวิถีชีวิต ก็จะเป็นสังคมคุณธรรมที่มั่นคง มั่งคั่ง ยั่งยืน ตลอดจนสร้างภาพลักษณ์ในการร่วมลดปริมาณขยะ ช่วยรักษาสิ่งแวดล้อม และใช้ทรัพยากรให้เกิดประโยชน์สูงสุด



บันทึกสะสมความดี

ไม่ว่าสิ่งที่ท่านทำจะเป็นความดีเล็กๆ หรือสิ่งที่ยิ่งใหญ่ๆ
โปรดจงบันทึกเก็บไว้เป็นธนาคารแห่งความดี

ชื่อ - นามสกุล...นางสาววิภาคนดา วรรณวิเศษ..... สังกัด กลุ่มงาน ...วิจัยและข้อมูล... สำนักวิชาการ



ปิดไฟที่สำนักวิชาการเมื่อวันที่ ๒๓ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๖



ดีต่อตนเอง

เป็นการสร้างนิสัยในการประหยัดพลังงานไฟฟ้า ซึ่งสามารถทำได้ทั้งที่บ้าน และที่ทำงาน



ดีต่อผู้อื่น

-



ดีต่อองค์กร

เป็นการช่วยสำนักงานประหยัดพลังงานไฟฟ้าในจุดที่ไม่มีคนใช้งาน



ดีต่อสังคม

ช่วยชาติประหยัดพลังงานไฟฟ้า รวมถึงพลังงานอื่น ๆ ที่ต้องนำมาใช้ในการ

และประเทศชาติ

ผลิตกระแสไฟฟ้าด้วย

ต้องร้อยละ ๘๐ ของบุคลากรในสำนัก



บันทึกความดี

กิจกรรมธนาคารแห่งความดี

บันทึกสะสมความดี
ไม่ว่าสิ่งที่ท่านทำจะเป็นความดีเล็กๆ หรือสิ่งที่ยิ่งใหญ่
โปรดจงบันทึกเก็บไว้เป็นธนาคารแห่งความดี



ดีต่อตนเอง

มีเพื่อนร่วมทางคอยดูแลเส้นทางที่ใช้เวลาในการเดินทาง
น้อยที่สุดให้ หลีกเลี่ยงปัญหาจราจร กลับบ้านได้เร็วขึ้น

ดีต่อผู้อื่น

เพื่อนร่วมงานกลับบ้านได้เร็วขึ้น
ประหยัดค่าใช้จ่ายในการเดินทาง

รับเพื่อนร่วมงานกลับบ้าน
ทางเดียวกันเป็นประจำ



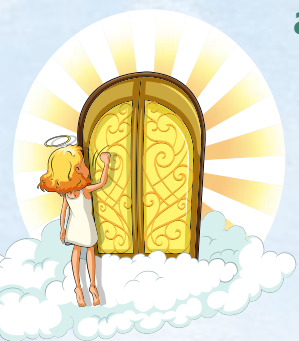
ดีต่อองค์กร

สร้างความสัมพันธ์ที่ดีระหว่างเพื่อนร่วมงาน มีความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ต่อกัน
ซึ่งจะส่งผลให้การทำงานในองค์กรมีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น

ดีต่อสังคมและประเทศชาติ

ทางเดียวกันไปด้วยกัน (Car pool) จะเป็นการช่วยลดการใช้พลังงานเชื้อเพลิง
ช่วยลดมลพิษในอากาศ ส่งผลให้สามารถลดก๊าซเรือนกระจก เป็นมิตรต่อสิ่งแวดล้อม

น.ส.สาคร ศรีमुख วิทยากรชำนาญการ
กลุ่มงานวิจัยและข้อมูล สำนักวิชาการ



บันทึกสะสมความดี
ไม่ว่าสิ่งที่ท่านทำจะเป็นความดีเล็กๆ หรือสิ่งที่ยิ่งใหญ่ๆ
โปรดจงบันทึกเก็บไว้เป็นธนาคารแห่งความดี



นางสาวมัทยา ศรีพนา กลุ่มงานวิจัยและข้อมูล สำนักวิชาการ
ได้ทำความดีครั้งที่ ๑ เมื่อวันที่ ๒๗ มกราคม ๒๕๖๖
โดยการปลูกต้นไม้ที่บ้าน



ดีต่อตนเอง : การปลูกต้นไม้ในบ้าน เป็นงานอดิเรกที่ช่วยให้ผ่อนคลายลดความเครียด
อารมณ์ดี สามารถกระตุ้นความคิด การทำงานได้



ดีต่อผู้อื่น : การปลูกต้นไม้ทำให้คนในครอบครัวได้รับอากาศ
บริสุทธิ์ ช่วยลดฝุ่นและมลภาวะในบ้าน เนื่องจาก
ต้นไม้เป็นเสมือนเครื่องฟอกอากาศตามธรรมชาติ



ดีต่อองค์กร ดีต่อสังคมและประเทศชาติ



เมื่อวันที่ ๒๗ มกราคม ๒๕๖๖ คณะทำงานเครือข่ายคุณธรรม บวร สว. ได้จัดกิจกรรม "ตลาดนัดสะสมบุญ"
จึงได้นำต้นไม้ที่ปลูกเองไปร่วมกิจกรรมในครั้งนี้ ซึ่งถือเป็นการสร้างภาพลักษณ์ที่ดีให้แก่องค์กรในการร่วมมือ
ร่วมใจกัน อีกทั้งเป็นการส่งเสริมการปลูกต้นไม้เพื่อช่วยเพิ่มพื้นที่สีเขียวให้กับประเทศอีกทางหนึ่งด้วย

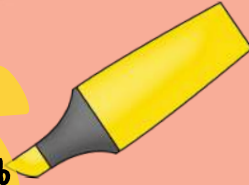


บันทึกสะสมความดี



รินรดา วงษ์ศรีเพือก
กลุ่มงานวิจัยและข้อมูล สำนักวิชาการ

ใช้บริการรถโดยสารสาธารณะ
แทนการขับรถส่วนตัวมาทำงาน



ดีต่อตนเอง

ลดภาระค่าใช้จ่ายในการเติมน้ำมัน



ดีต่อผู้อื่น

ลดปัญหาการจราจรบนท้องถนน

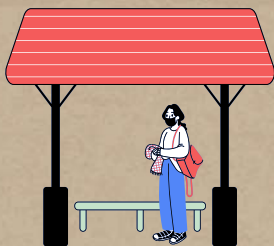


ดีต่อองค์กร

มีพื้นที่จอดรถยนต์ภายในอาคารสำหรับข้าราชการ
เพิ่มขึ้น 1 คัน

ดีต่อสังคมและ
ประเทศชาติ

ลดปัญหาฝุ่นละออง PM 2.5
ซึ่งเป็นมลพิษทางอากาศ



บันทึกสะสมความดี

ไม่ว่าสิ่งที่ท่านทำจะเป็นความดีเล็กๆ หรือสิ่งที่ยิ่งใหญ่ๆ
โปรดจงบันทึกเก็บไว้เป็นธนาคารแห่งความดี

ชื่อ - นามสกุล แสงจันทร์ มาน้อย สังกัด กลุ่มงานวิจัยและข้อมูล สำนักวิชาการ



ดีต่อผู้อื่น

😊 ดูแลบุคลากรอื่นเป็นที่รักและเคารพ : โดยในภาพเป็นการพาคุณพ่อไปพบแพทย์

ที่โรงพยาบาลรามาริบัติ ในวันที่ 19 มกราคม 2566





ดีต่อสังคม

😊 ทำความสะอาดบริเวณโบสถ์ ณ วัดแก้วฟ้าจุฬามณี เพื่อบำรุงพระพุทธศาสนา
อันเป็นที่พึงทางจิตใจของชุมชนในสังคม



บันทึกสะสมความดี
ไม่ว่าสิ่งที่ท่านทำจะเป็นความดีเล็กๆ หรือสิ่งที่ยิ่งใหญ่ ๆ
โปรดจงบันทึกเก็บไว้เป็นธนาคารแห่งความดี

นางสาวสุวรรณา สุพงษ์
กลุ่มงานวิจัยและข้อมูล สำนักวิชาการ



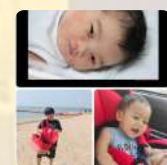
ดีต่อตนเอง

ทำบุญไหว้พระหรือทำบุญช่วยเหลือสัตว์
คือ การทำบุญ ที่ทำให้เราสบายใจและมี
มีความสุข



ดีต่อผู้อื่น

ทำให้ผู้อื่นมีความสุข เราก็สุขด้วย
เช่น ดูแลพ่อแม่ พาเพื่อนเที่ยว ไหว้พระ
พาหลานๆ เที่ยว



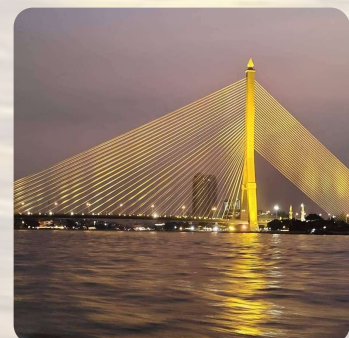
ดีต่อองค์กร

ทำงานในหน้าที่ให้ดีที่สุด



ดีต่อสังคมและประเทศชาติ

เดินทางด้วยระบบสาธารณะเพื่อช่วย
ประเทศชาติประหยัดน้ำมันและช่วยให้
คนมีงานทำ



บันทึกสะสมความดี

ไม่ว่าสิ่งที่ท่านทำจะเป็นความดีเล็กๆ หรือสิ่งที่ยิ่งใหญ่ๆ

โปรดจดบันทึกเก็บไว้เป็นธนาคารแห่งความดี

ชื่อ - นามสกุล นางสาวน้ำทิพย์ ตั้งไตรรัตน์ สังกัด กลุ่มงาน วิจัยและข้อมูล สำนักวิชาการ



ดีต่อตนเอง

ไหว้พระและทำบุญบำรุงพระพุทธศาสนา
ทำให้พระพุทธศาสนามั่นคง และเพื่อเพิ่มพูนบุญกุศล
เป็นสิริมงคลต่อตัวเอง



ทำดีครั้งที่ 1

ไหว้พระและทำบุญ
ศาลหลักเมือง
จ.กาญจนบุรี
วันที่ 23 ธ.ค. 2565

ทำดีครั้งที่ 2

ไหว้พระและทำบุญ
วัดวังแก้วเวภาราม
จ.กาญจนบุรี
วันที่ 24 ธ.ค. 2565



ทำดีครั้งที่ 3

วัดโสธรวรารามวรวิหาร จ. ฉะเชิงเทรา
วันที่ 2 ม.ค. 2566



ดีต่อผู้อื่น

นำไข่ต้มบริจาคให้ทางวัดโสธรวรารามวรวิหาร
จ. ฉะเชิงเทรา เพื่อดำเนินการให้กับนักเรียนและคนยากไร้



ดีต่อสังคมและประเทศชาติ

ได้แบ่งปัน ไข่เพื่อเผื่อแผ่ต่อผู้อื่น ทำประโยชน์ให้กับสังคม
และประเทศชาติ



ดีต่อองค์กรและดีต่อสังคมและประเทศชาติ

ปัจจุบันใช้ปรัชญา "เศรษฐกิจพอเพียง" มาดำรงชีวิต ปลูกพืชผักสวนครัว
และผลไม้ปลอดสารพิษเพื่อรับประทาน เหลือแบ่งปันเพื่อนๆ หรือขาย
(อยากให้เพื่อนๆ ได้ทานผักปลอดสารพิษ) พร้อมทั้งทำกับข้าวใส่กล่อง
มารับประทานอาหารที่สำนักงาน เพื่อลดการสร้างขยะพลาสติก (รักษ์โลก
อยู่ที่ตัวเรา)



ทำดีครั้งที่ 4

ปลูกผักที่บ้าน
ณ สวนเกษตรพุทธพิงษ์
จ.สมุทรปราการ
วันที่ 21 ก.พ. 2566

ทำดีครั้งที่ 5

ณ สำนักงานเลขาธิการ
วุฒิสภา
วันที่ 21 ก.พ. 2566





บันทึกสะสมความดี
ไม่ว่าสิ่งที่ท่านทำจะเป็นความดีเล็ก ๆ หรือสิ่งที่ยิ่งใหญ่
โปรดจงบันทึกไว้เป็นธนาคารแห่งความดี

นางสาวนิจวรรณ โปยขุนทด
เจ้าพนักงานธุรการอาวุโส
กลุ่มงานวิจัยและข้อมูล สำนักวิชาการ

นั่งเรือมาทำงาน

ดีต่อตนเอง

ประหยัดเงินค่าเดินทาง มีเงินออมมากขึ้น

ดีต่อองค์กร

การเดินทางถึงที่ทำงานเร็วขึ้น ทำงานได้มีประสิทธิภาพและปริมาณมากขึ้น

ดีต่อสังคมและประเทศชาติ

การเดินทางด้วยระบบสาธารณะทำให้ประหยัดน้ำมัน



กิจกรรมธนาคารแห่งความดี

นายกฤษฎชาภณ อ้วนนาแวง
กลุ่มงานติดตามและประมวลผลงานของวุฒิสภา สำนักวิชาการ



ดีต่อสังคม



การมีน้ำใจและการรู้จักเสียสละ

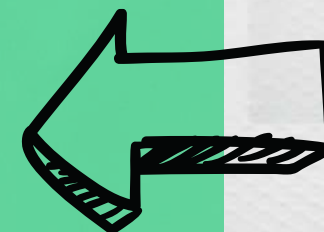
เป็นอีกเรื่องหนึ่งที่สังคมต้องให้ความสำคัญอย่างยิ่ง เพราะคนเราบางครั้งบางทีก็ต้องพึ่งพาอาศัยกัน ไม่จำเป็นต้องเป็นเรื่องใหญ่อะไรมากมาย เรื่องเล็ก ๆ เราก็สามารถมีน้ำใจต่อกันได้ หรือการเสียสละบางอย่าง เพื่อให้อีกคนมีความสุขมากกว่าเดิม เช่น การแบ่งปันสิ่งของหรือขนมให้เด็กหรือผู้พิการ การช่วยเหลือสังคม หรือแม้กระทั่งการรักษาสิ่งแวดล้อม



ดีต่อองค์กร

นำคุณธรรมมาใช้ในชีวิต

คุณธรรมเป็นสิ่งสำคัญ หากมีคุณธรรมยึดไว้ในจิตใจ เชื่อเถอะว่าทำให้ชีวิตและสังคมดีขึ้นและน่าอยู่ เราควรมีแนวทางการดำเนินชีวิตที่ดี หรือมีความเชื่อในทางที่ถูกต้องเพื่อความสุขของตัวเอง และ ไม่สร้างความเดือดร้อนให้แก่ผู้อื่น



เราอยู่ในองค์กร

ควรทำตัวให้เป็นประโยชน์ ออกไปทำกิจกรรมหรือทำอะไรที่สร้างสรรค์และเป็นประโยชน์ เพื่อพัฒนาให้องค์กรน่าอยู่และดีขึ้น เช่น

- การดูแลรักษาระบบสาธารณูปโภค
- การช่วยเหลือสังคม หรือหากมีกำลังทรัพย์มากพอ ก็สามารถมอบทุนการศึกษาให้กับเด็ก ผู้ยากไร้หรือผู้ด้อยโอกาส



ดีต่อตนเอง

บันทึกสะสมความดี
นางสาวจุฑาทิลักษณ์ จำปาทอง
กลุ่มงานติดตามและประมวลผลงานของวุฒิสภา สำนักวิชาการ
ครั้งที่ ๑/๒๕๖๖ วันที่ ๑๙ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๖

ความดีที่กระทำ : ได้ทำความดีโดยการบริจาคเงินเข้าสมทบสาธารณประโยชน์ สภากาชาดไทย เมื่อวันที่ ๑๙ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๖ เพื่อสภากาชาดไทยจะได้ดำเนินการกิจ ตามวัตถุประสงค์ของการก่อตั้ง เพื่อช่วยเหลือสังคม และเพื่อมนุษยธรรมตามหลักการกาชาดสากล

สภากาชาดไทยเป็นองค์การสาธารณกุศลระดับชาติ ก่อตั้งเมื่อ ๒๖ เมษายน ร.ศ. ๑๑๒ หรือ ๒๔๓๖ เป็นเวลา ๑๓๐ ปี มาแล้ว สภากาชาดไทยดำเนินการกิจหลัก ๔ ด้าน คือ การบริการทางการแพทย์และสุขภาพอนามัย การบรรเทาทุกข์ผู้ประสบภัย การบริการโลหิต และการส่งเสริมคุณภาพชีวิตโดยยึดหลักการกาชาดสากล ๗ ประการ อันได้แก่ มนุษยธรรม ความไม่ลำเอียง ความเป็นกลาง ความเป็นอิสระ บริการอาสาสมัคร ความเป็นเอกภาพ และความเป็นสากล



ดีต่อตนเอง : ดีต่อใจที่ได้เสียสละทรัพย์สินเพื่อให้องค์กรที่ทำประโยชน์เพื่อสาธารณะ



ดีต่อผู้อื่น : ผู้ประสบภัยได้รับความช่วยเหลือจากสภากาชาดไทย



ดีต่อองค์กร : ส่งเสริมภาพลักษณ์ของสำนักงานเลขาธิการวุฒิสภา ให้เป็นองค์กรแห่งคุณธรรม
ต้นแบบที่โดดเด่นด้านการส่งเสริมคุณธรรม เป็นองค์กรที่คนในองค์กรทำความดีจนเป็นวิถีปฏิบัติ



ดีต่อสังคมและประเทศชาติ : ช่วยให้สภากาชาดไทยสามารถดำเนินกิจกรรมได้



บันทึกสะสมความดี

ไม่ว่าสิ่งที่ท่านทำจะเป็นความดีเล็กๆ หรือสิ่งที่ยิ่งใหญ่ๆ
โปรดจงบันทึกเก็บไว้เป็นธนาคารแห่งความดี

ชื่อ – นามสกุล น.ส.ทัศนีย์ สุขสมบูรณ์ นิตกรชำนาญการ
สังกัดกลุ่มงานติดตามและประมวลผลงานของวุฒิสภา... สำนักวิชาการ
ครั้งที่ ๑ วันที่ ๑๘ ๒๐ และ ๒๓ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๖
ข้าพเจ้าซื้อตู้เย็น เครื่องกรองน้ำ สิ่งของอุปโภคบริโภคและโอนเงินให้
นางสุภาภนัท หอมสนิท
(น้องข้าพเจ้า) เป็นประจำทุกเดือน



ดีต่อตนเอง ..มีความสุขใจและภูมิใจที่ได้ดูแลหน้าต่อนแก่ชรา เนื่องจากข้าพเจ้าเป็นผู้ที่เลี้ยงดูข้าพเจ้า
มาตั้งแต่เด็กอีกทั้งยังเป็นการแสดงความกตัญญูต่อผู้มีพระคุณ



ดีต่อผู้อื่น ..ทำให้หน้ามีความสุขกาย สบายใจ และมีสุขภาพที่แข็งแรง



ดีต่อสังคมและประเทศชาติ ..สร้างจิตสำนึกในการตอบแทนและกตัญญูต่อผู้มีพระคุณ และเมื่อ
ดูแลผู้สูงอายุให้มีสุขภาพร่างกายและจิตใจที่แข็งแรง จึงไม่ต้องเป็นคนป่วยที่ดูแลตัวเองไม่ได้
ทำให้ลดจำนวนผู้ป่วยที่ต้องไปนอนโรงพยาบาล ซึ่งยังเป็นการลดภาระแก่บุคลากรทางการแพทย์
อีกทางหนึ่งอีกด้วย และยังส่งผลให้ระบบสาธารณสุขของประเทศไทยไม่ต้องมีปัญหาคนไข้ล้นเตียง

บันทึกสะสมความดี

นายกิตติศักดิ์ อุไรวงศ์

กลุ่มงานติดตามและประมวลผลงานของวุฒิสภา สำนักงานวิชาการ

ครั้งที่ ๑/๒๕๖๖ วันที่ ๑๙ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๖

ข้าพเจ้าได้ทำความดีโดยการบริจาคเลือด ณ ศูนย์บริการโลหิตแห่งชาติ สภากาชาดไทย เมื่อวันที่ ๑๙ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๖ ซึ่งรวมเป็นครั้งที่ ๕๙ ของตัวเอง



ดีต่อตนเอง : การบริจาคโลหิตเป็นประจำ ทุกๆ ๓ เดือน จะเป็นผลดีต่อสุขภาพตนเอง ปกติเพราะร่างกายจะสร้างโลหิตใหม่ทดแทนเลือดที่เสียไป ทำให้ระบบหมุนเวียนของโลหิตในร่างกายดีขึ้น นอกจากนี้ยังเป็นการฝึกให้ตนเองมีวินัย เพราะต้องดูแลสุขภาพเพื่อให้สามารถบริจาคโลหิตได้อย่างต่อเนื่อง



ดีต่อผู้อื่น : โลหิตที่บริจาคสามารถนำไปช่วยเหลือผู้ป่วยที่ต้องการโลหิตในการรักษาอาการป่วยต่างๆ ซึ่งปัจจุบันมีผู้บริจาคโลหิตน้อยลง โรงพยาบาลต่างๆ ยังต้องการเลือดอีกจำนวนมาก



ดีต่อองค์กร : ส่งเสริมภาพลักษณ์ของสำนักงานเลขาธิการวุฒิสภา ให้เป็นองค์กรแห่งคุณธรรมต้นแบบที่โดดเด่นด้านการส่งเสริมคุณธรรม เป็นองค์กรที่คนในองค์กรทำความดีจนเป็นวิถีปฏิบัติ



ดีต่อสังคม และประเทศชาติ : ทำให้ระบบการบริการสาธารณสุขของประเทศไม่ประสบปัญหาการขาดแคลนโลหิตในการรักษาโรค ซึ่งส่งผลต่อการรักษา และดูแลสุขภาพของคนในชาติ



บันทึกสะสมความดี

นายเกียรติศักดิ์ ลำพองชาติ กลุ่มงานติดตามและประมวลผลงานของวุฒิสภา สำนักวิชาการ



ครั้งที่ 1 เข้าวัดทำบุญ ทำทาน ไหว้พระ



ดีต่อตนเอง : พักผ่อนหย่อนใจและมีความสุข

ดีต่อสังคมและประเทศชาติ : ทำนุบำรุงศาสนาและบริจาคช่วยเหลือผู้อื่นที่ลำบาก



ครั้งที่ 2 ร่วมกิจกรรมทำบุญตักบาตรของสำนักงานเลขาธิการวุฒิสภา



ดีต่อตนเอง : จิตใจร่มเย็นเป็นสุข

ดีต่อผู้อื่น : ส่งเสริมความสัมพันธ์อันดีในที่ทำงาน

ดีต่อองค์กร : ส่งเสริมความร่วมมือและความสามัคคีในองค์กร



ครั้งที่ 3 ร่วมกิจกรรมซ้อมหนีไฟของสำนักงานเลขาธิการวุฒิสภา



ดีต่อตนเอง : สามารถป้องกันภัยและช่วยชีวิตตัวเองได้

ดีต่อผู้อื่น : สามารถป้องกันภัยและช่วยเหลือผู้อื่นได้

ดีต่อองค์กร : ส่งเสริมความร่วมมือในการรักษาความปลอดภัยในองค์กร

ดีต่อสังคมและประเทศชาติ : ลดการสูญเสียชีวิตและส่งเสริมการรักษาความปลอดภัยในพื้นที่

บันทึกสะสมความดี

นายศรัณย์ศิริ คัมภีรานนท์

กลุ่มงานติดตามและประมวลผลงานของวุฒิสภา สำนักวิชาการ

ครั้งที่ ๑/๒๕๖๖ วันที่ ๒๗ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๖



ดีต่อตนเอง การมีเพื่อนร่วมทางไปด้วยกันเป็นการแสดงความมีน้ำใจไม่ตรีต่อกัน ช่วยเหลือเกื้อกูลกัน การแบ่งปันให้กัน ความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ด้วยความจริงใจ และเต็มใจ โดยไม่หวังสิ่งใดตอบแทน และเป็นการสร้างความสัมพันธ์อันดีระหว่างเพื่อนร่วมงาน ส่งผลทำให้การทำงานมีประสิทธิภาพมากขึ้น รวมทั้งทำให้มีส่วนร่วมในการลดมลพิษ PM 2.5



ดีต่อผู้อื่น เพื่อนร่วมทางประหยัดค่าใช้จ่ายในการเดินทาง เป็นการสร้างความสัมพันธ์อันดีระหว่างเพื่อนร่วมงานได้พูดคุยแลกเปลี่ยนความคิดเห็นเพื่อให้งานมีประสิทธิภาพมากขึ้น



ดีต่อองค์กร หน่วยงานสามารถลดพื้นที่ในการจัดที่จอดรถยนต์ให้แก่บุคลากร เนื่องจากที่จอดรถยนต์มีจำนวนจำกัด หากบุคลากรในองค์กรร่วมมือกัน “ทางเดียวกันไปด้วยกัน หรือ Car pool” จะช่วยให้ประหยัดพลังงาน ลดมลพิษ ทำให้สามารถที่จะเป็นองค์กรตัวอย่างให้แก่องค์กรอื่นได้



ดีต่อสังคม และประเทศชาติ ประเทศไทยยังจำเป็นต้องนำเข้าพลังงานจากต่างประเทศ ทั้งน้ำมันดิบ และก๊าซธรรมชาติ เนื่องจากแหล่งพลังงานในประเทศมีไม่เพียงพอจึงได้รับผลกระทบจากวิกฤตราคาพลังงาน ดังนั้น “ทางเดียวกันไปด้วยกัน หรือ Car pool” เพื่อเป็นส่วนหนึ่งประหยัดพลังงาน และมีเสถียรภาพทางพลังงานเพิ่มขึ้น ลดความหนาแน่นการจราจรบนท้องถนน และลดมลพิษ PM 2.5 ในอากาศ ส่งผลให้อัตราการเจ็บป่วยของประชาชนลดลง ทำให้รัฐลดการสูญเสียงบประมาณในการดูแลสุขภาพของประชาชน

บันทึกสะสมความดี

ชื่อ - นามสกุล น.ส.ศุภลักษณ์ สุรวฒนบุรณ์

กลุ่มงานติดตามและประมวลผลงานของวุฒิสภา สำนักวิชาการ

ครั้งที่ ๑/๒๕๖๖



ข้าพเจ้าทำความดี โดยการบริจาคปฏิทินเก่าที่ใช้แล้ว
ที่จะนำไปบริจาคให้คนตาบอด

นำไปใช้เป็นสื่อการเรียนการสอน เพื่อใช้ประโยชน์ต่อไป



ดีต่อตนเอง รู้สึกดีในจิตใจ และได้ทำคุณประโยชน์ต่อสังคม



ดีต่อสังคมและประเทศชาติ ปฏิทินที่ใช้แล้ว สามารถไปทำ
ประโยชน์ให้กับต่อคนตาบอด ทำสื่อการเรียนการสอนช่วยคน
ตาบอด โดยไม่ต้องทิ้งปฏิทินเก่า



ดีต่อผู้อื่น ได้ทำประโยชน์ต่อผู้อื่น และได้บริจาคให้คน
ตาบอดหรือผู้พิการทางสายตา เพื่อเป็นสื่อการเรียนการสอน
ต่อไป

ครั้งที่ ๒/๒๕๖๖

ข้าพเจ้าได้ไปทำบุญทอดผ้าป่าทิพย์ โดยการ
ออกโรงพยาบาลน้ำตึ่ม นมและขนม
ณ วัดพระธาตุโพธิ์ทอง จังหวัดสุพรรณบุรี
วันอาทิตย์ที่ ๑๒ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๖



ดีต่อตนเอง มีคุณค่าทางจิตใจ รู้จักเสียสละทรัพย์ เพื่อ
ประโยชน์ส่วนรวม และฝึกให้ลดความตระหนี่



ดีต่อสังคมและประเทศชาติ ส่งเสริมสนับสนุนให้ชุมชนมี
ความมั่นคง ได้ทำบุญบำรุงพระศาสนา เพื่อให้พระพุทธร
ศาสนาได้สืบทอดต่อไป



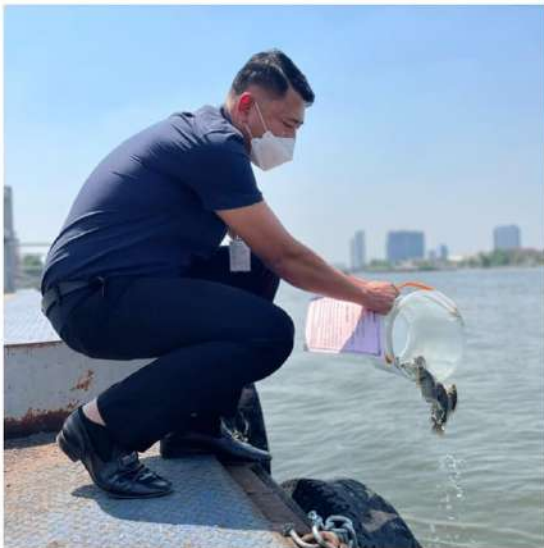
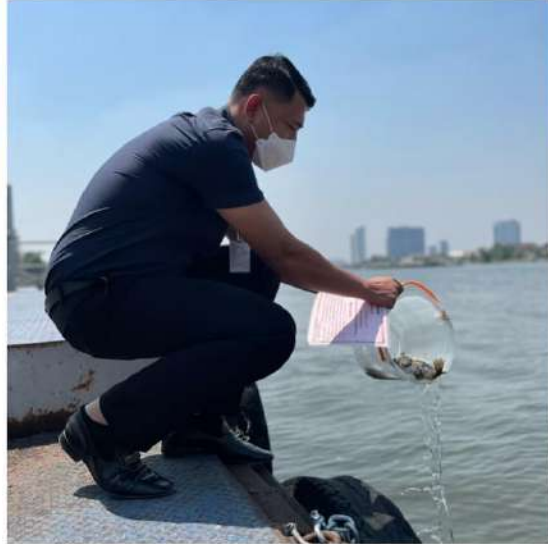
ดีต่อผู้อื่น ได้ทำบุญ เกื้อหนุนบุคคล ได้ช่วยเหลือเพื่อน
มนุษย์หรือบุคคลที่ยากไร้



บันทึกสะสมความดี

นายปิยชาติ ศิลปสุวรรณ กลุ่มงานติดตามและประมวลผลงานของวุฒิสภา สำนักวิชาการ

ครั้งที่ 1/2566 วันพุธที่ 1 มีนาคม พ.ศ. 2566 ปล่อยปลา ณ วัดแก้วฟ้าจุฬามณี



 <p>ดีต่อตนเอง ช่วยให้จิตใจผ่อนคลาย สุขภาพจิตดีสามารถทำงานได้ อย่างมีความสุข</p>	 <p>ดีต่อผู้อื่น สร้างรายได้ให้กับพ่อค้าแม่ค้า สร้างงานสร้างอาชีพ</p>
 <p>ดีต่อองค์กร การมีสุขภาพจิตที่ดีนำมาสู่การทำงาน อย่างมีประสิทธิภาพ</p>	 <p>ดีต่อสังคมและประเทศชาติ เป็นส่วนหนึ่งของการขับเคลื่อนเศรษฐกิจ ด้วยการใช้จ่ายในประเทศ</p>

บันทึกสะสมความดี

นางสาวพิมพ์พร วรหวั่ง กลุ่มงานติดตามและประมวลผลงานของวุฒิสภา สำนักวิชาการ

ครั้งที่ 1

ข้าพเจ้าทำความดี โดยการเดินทางมาทำงานโดยรถสาธารณะในทุกวันทำงาน



ดีต่อตนเอง ได้ออกกำลังกาย ประหยัดเวลาและไม่ต้องเคร่งเครียดในการเดินทางมาทำงาน



ดีต่อสังคมและประเทศชาติ ลดการใช้รถยนต์ส่วนตัวเพื่อลดปริมาณรถบนถนน ลดมลพิษในอากาศที่เกิดจากเผาไหม้ของเครื่องยนต์



ครั้งที่ 2

ทำความดี โดยการยกน้ำดื่มใส่ตู้กดน้ำในสำนักวิชาการ 2 - 3 ครั้งต่อสัปดาห์



ดีต่อตนเอง มีน้ำดื่ม ได้ออกกำลังกาย



ดีต่อผู้อื่น เพื่อนในสำนักสามารถดื่มน้ำดื่มได้สะดวก ลดการสร้างขยะพลาสติก



ครั้งที่ 3 ทำความดี โดยการช่วยเหลือในด้านการใช้งานโปรแกรมต่าง ๆ ของระบบคอมพิวเตอร์แก่บุคลากรในสำนักวิชาการ (เมื่อมีผู้ต้องการความช่วยเหลือ)



ดีต่อตนเอง ได้ทบทวนทักษะในการใช้งานคอมพิวเตอร์



ดีต่อผู้อื่น เพื่อนร่วมงานสามารถปฏิบัติการกิจได้สำเร็จลุล่วง



ดีต่อองค์กร งานตามภารกิจสำเร็จลุล่วง



บันทึกสะสมความดี

ไม่ว่าสิ่งที่ท่านทำจะเป็นความดีเล็กๆ หรือสิ่งที่ยิ่งใหญ่ๆ
โปรดจงบันทึกเก็บไว้เป็นธนาคารแห่งความดี

นายไตรรงค์ โตกระแส / กลุ่มงานติดตามและประมวลผลงานของวุฒิสภา / สำนักวิชาการ



ดีต่อตนเอง : เป็นการฝึกจิตใจตนเองให้มีความเสียสละ
และเอื้อเฟื้อต่อผู้อื่น



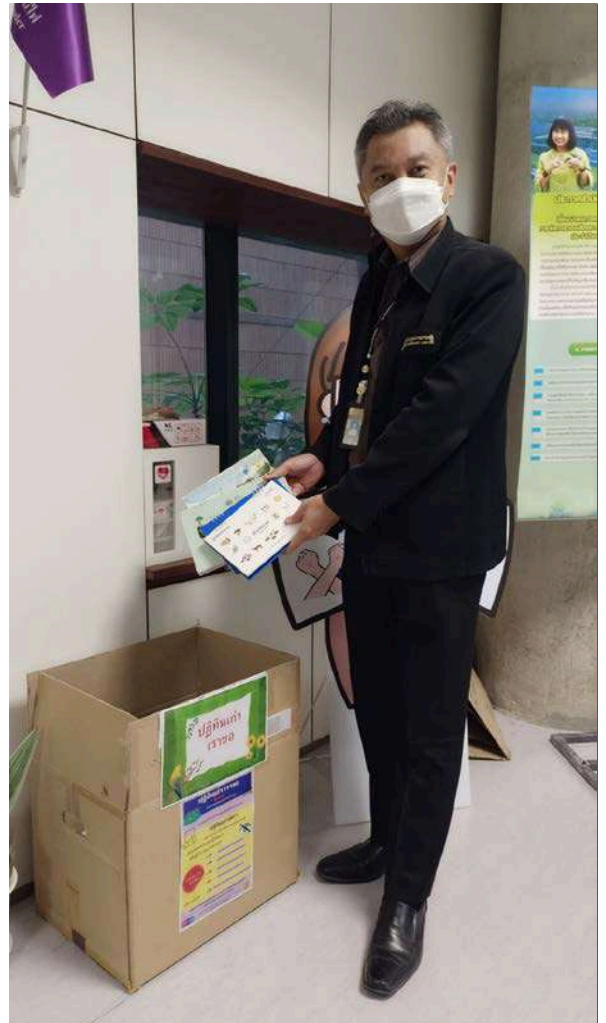
ดีต่อผู้อื่น : ได้ช่วยเหลือโรงเรียน ผู้ปกครอง
และเด็กนักเรียนตาบอด ที่ยังขาดแคลน
อุปกรณ์ที่ใช้เป็นสื่อในการเรียนการสอน



ดีต่อองค์กร : เป็นการฝึกจิตใจบุคลากรของสำนักงาน
เลขาธิการวุฒิสภาให้มีความเสียสละ
และเอื้อเฟื้อต่อส่วนรวม ซึ่งจะส่งผลดี
ต่อภาพลักษณ์ขององค์กร



ดีต่อสังคม
และประเทศชาติ : เมื่อครูและนักเรียน ได้รับอุปกรณ์
ที่ใช้เป็นสื่อในการเรียนการสอน
อย่างเพียงพอ ก็จะทำให้การเรียน
การสอนมีประสิทธิภาพมากขึ้น
และจะส่งผลดีต่อการพัฒนาประเทศ
ในอนาคตสืบต่อไป



บริจาคปฏิทินเก่าเพื่อนำไปใช้จัดทำเป็นอุปกรณ์การเรียน
การสอนให้โรงเรียนสอนคนตาบอด จำนวน : ๑ ครั้ง

วันที่ : ๕ มกราคม ๒๕๖๖

สถานที่ : สำนักวิชาการ สำนักงานเลขาธิการวุฒิสภา

ต้องร้อยละ ๘๐ ของบุคลากรในสำนัก

บันทึกสะสมความดี

ไม่ว่าสิ่งที่ท่านทำจะเป็นความดีเล็กๆ หรือสิ่งที่ยิ่งใหญ่ๆ
โปรดจงบันทึกเก็บไว้เป็นธนาคารแห่งความดี

นายไตรรงค์ โตกระแสด / กลุ่มงานติดตามและประมวลผลงานของวุฒิสภา / สำนักวิชาการ



ดีต่อตนเอง : เป็นการฝึกจิตใจตนเองให้มีความเสียสละ



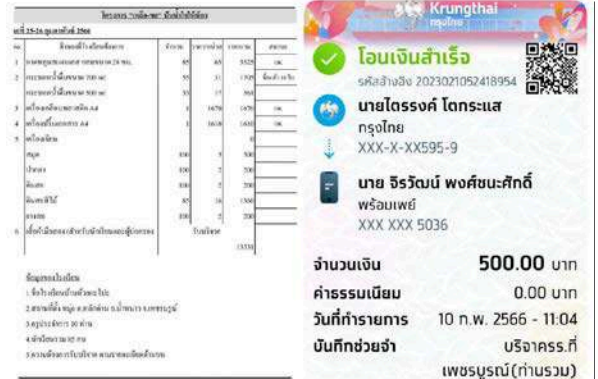
ดีต่อผู้อื่น : ได้ช่วยเหลือโรงเรียน ผู้ปกครอง
และเด็กนักเรียน ที่ยังขาดแคลนอุปกรณ์
ที่ใช้ในการดำรงชีวิตและการเรียน



ดีต่อองค์กร : เป็นการฝึกจิตใจบุคลากรของสำนักงาน
เลขาธิการวุฒิสภาให้มีความเสียสละ
ต่อส่วนรวม ซึ่งจะส่งผลดีต่อภาพลักษณ์
ขององค์กร



ดีต่อสังคม
และประเทศชาติ : เมื่อครูและนักเรียน ได้รับอุปกรณ์
ที่ใช้ในการดำรงชีวิตและการเรียน
อย่างเพียงพอ ก็จะทำให้การเรียน
การสอนมีประสิทธิภาพมากขึ้น
และจะส่งผลดีต่อการพัฒนาประเทศ
ในอนาคตสืบต่อไป



บริจาคเงินช่วยเหลือซื้ออุปกรณ์การเรียนให้โรงเรียนที่
จังหวัดเพชรบูรณ์ โดยผ่านบัญชีธนาคารของเพื่อนสนิท

จำนวน : ๑ ครั้ง

วันที่ : ๒๑ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๖

สถานที่ : โรงเรียนบ้านห้วยกระโเ จ.เพชรบูรณ์

ต้องร้อยละ ๘๐ ของบุคลากรในสำนัก

บันทึกสะสมความดี

ไม่ว่าสิ่งที่ท่านทำจะเป็นความดีเล็กๆ หรือสิ่งที่ยิ่งใหญ่ๆ
โปรดจงบันทึกเก็บไว้เป็นธนาคารแห่งความดี

นายไตรรงค์ ไตรกระแส / กลุ่มงานติดตามและประมวลผลงานของวุฒิสภา / สำนักวิชาการ



ดีต่อตนเอง : เป็นการฝึกจิตใจตนเองให้มีความกตัญญู



ดีต่อผู้อื่น : ได้ช่วยเหลืออำนวยความสะดวกให้กับมารดา
ซึ่งเป็นผู้สูงอายุ



ดีต่อองค์กร : เป็นการฝึกจิตใจบุคลากรของสำนักงาน
เลขาธิการวุฒิสภาให้มีความกตัญญู
ซึ่งจะส่งผลดีต่อภาพลักษณ์ขององค์กร



ดีต่อสังคม
และประเทศชาติ : เป็นการดูแลผู้สูงอายุในครอบครัว
ให้มีชีวิตความเป็นอยู่ที่ดี
อันจะส่งผลดีต่อการพัฒนาประเทศ
ที่กำลังเข้าสู่ภาวะสังคมสูงวัย



ขับรถพามารดาไปพบแพทย์

จำนวน : ๑ ครั้ง

วันที่ : ๒๙ มกราคม ๒๕๖๖

สถานที่ : คลินิกศูนย์แพทย์พัฒนา

ต้องร้อยละ ๘๐ ของบุคลากรในสำนัก

บันทึกสะสมความดี

ไม่ว่าสิ่งที่ท่านทำจะเป็นความดีเล็กๆ หรือสิ่งที่ยิ่งใหญ่ๆ
โปรดจงบันทึกเก็บไว้เป็นธนาคารแห่งความดี

นายไตรรงค์ ไตรระแส / กลุ่มงานติดตามและประมวลผลงานของวุฒิสภา / สำนักวิชาการ



ดีต่อตนเอง : เป็นการฝึกจิตใจตนเองให้มีความเสียสละและเมตตา กรุณา ต่อเพื่อนมนุษย์ที่กำลังประสบภัยพิบัติแผ่นดินไหวที่ประเทศตุรกี



ดีต่อผู้อื่น : ได้ช่วยเหลือเพื่อนมนุษย์ที่กำลังประสบภัยพิบัติร้ายแรงที่ยังขาดแคลนอุปกรณ์การดำรงชีพให้มีชีวิตรอด



ดีต่อองค์กร : เป็นการฝึกจิตใจบุคลากรของสำนักงานเลขาธิการวุฒิสภาให้มีความเสียสละ เมตตา กรุณา ต่อเพื่อนมนุษย์ที่กำลังประสบภัยพิบัติร้ายแรง ซึ่งจะส่งผลดีต่อภาพลักษณ์ขององค์กร



ดีต่อสังคมและประเทศชาติ : เมื่อผู้ประสบภัยพิบัติร้ายแรงได้รับอุปกรณ์ที่ใช้ในการดำรงชีพอย่างเพียงพอและอยู่รอดได้ก็จะส่งผลดีต่อชื่อเสียงของประเทศชาติสืบต่อไป

Krungthai
กรุงไทย

โอนเงินสำเร็จ
รหัสอ้างอิง 20230215167644321

นายไตรรงค์ ไตรระแส
กรุงไทย
XXX-X-XX595-9

สำนักงานเลขาธิการวุฒิสภา
กรุงไทย
XXX-X-XX004-4

จำนวนเงิน	100.00 บาท
ค่าธรรมเนียม	0.00 บาท
วันที่ทำรายการ	15 ก.พ. 2566 - 13:40
บันทึกช่วยจำ	ช่วยผู้ประสบภัยแผ่นดินไหวตุรกี

บริจาคเงินช่วยเหลือผู้ประสบภัยแผ่นดินไหวที่ประเทศตุรกี

จำนวน : ๑ ครั้ง

วันที่ : ๑๕ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๖

สถานที่ : สำนักงานเลขาธิการวุฒิสภา

ต้องร้อยละ ๘๐ ของบุคลากรในสำนัก

บันทึกสะสมความดี

ไม่ว่าสิ่งที่ท่านทำจะเป็นความดีเล็กๆ หรือสิ่งที่ยิ่งใหญ่ๆ
โปรดจงบันทึกเก็บไว้เป็นธนาคารแห่งความดี

นายไตรรงค์ ไตรกระแส / กลุ่มงานติดตามและประมวลผลงานของวุฒิสภา / สำนักวิชาการ



ดีต่อตนเอง : เป็นการฝึกจิตใจตนเองให้มีความเอื้อเฟื้อ
ต่อเพื่อนร่วมงาน



ดีต่อผู้อื่น : ได้ช่วยเหลือเพื่อนร่วมงานที่กลับบ้านโดยใช้
เส้นทางเดียวกันให้เดินทางกลับบ้านได้อย่าง
สะดวกรวดเร็วขึ้น



ดีต่อองค์กร : เป็นการฝึกจิตใจบุคลากรของสำนักงาน
เลขาธิการ

วุฒิสภาให้มีความเอื้อเฟื้อต่อเพื่อนร่วมงาน
และเมื่อเพื่อนร่วมงานได้รับความช่วยเหลือก็จะ
เดินทางกลับบ้านได้อย่างสะดวกรวดเร็วขึ้น
ทำให้มีเวลาในการพักผ่อนได้มากขึ้น
ซึ่งจะส่งผลดีต่อประสิทธิภาพในการทำงาน
ให้องค์กรในวันต่อไปได้ดียิ่งขึ้น



ดีต่อสังคม

และประเทศชาติ : เมื่อเพื่อนร่วมงานได้รับความช่วยเหลือให้
เดินทางกลับบ้านได้อย่างสะดวกรวดเร็วขึ้น
และมีเวลาในการพักผ่อนมากขึ้น
ก็จะทำให้ส่งผลดีต่อประสิทธิภาพในการ
ทำงานในวันต่อไปมากขึ้น
อันจะส่งผลดีต่อองค์กรที่ทำหน้าที่สนับสนุน
งานด้านนิติบัญญัติให้ทำงานเพื่อสังคมและ
ประเทศชาติในภาพรวมให้ดีขึ้นด้วยต่อไป



ให้เพื่อนร่วมงานติตรรถกลับบ้านเพื่อไปลง
ระหว่างทาง จำนวน : ๓ ครั้ง
วันที่ : ๒๑ ธันวาคม ๒๕๖๖
๑๕ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๖
๒๗ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๖
สถานที่ : จากสำนักงานเลขาธิการวุฒิสภา
ไปยังเซนต์ลลาดพร้าว

ต้องร้อยละ ๘๐ ของบุคลากรในสำนัก

บันทึกสะสมความดี

ไม่ว่าสิ่งที่ท่านทำจะเป็นความดีเล็กๆ หรือสิ่งที่ยิ่งใหญ่ๆ
โปรดจงบันทึกเก็บไว้เป็นธนาคารแห่งความดี

นายไตรรงค์ โตรกระแส / กลุ่มงานติดตามและประมวลผลงานของวุฒิสภา / สำนักวิชาการ



ดีต่อตนเอง : เป็นการฝึกจิตใจตนเองให้มีความเอื้อเฟื้อ
ต่อเพื่อนร่วมงาน



ดีต่อผู้อื่น : ได้ช่วยเหลือเพื่อนร่วมงานที่ทำเงินเหรียญหล่น
กลิ้งเข้าไปใต้โต๊ะทำงาน



ดีต่อองค์กร : เป็นการฝึกจิตใจบุคลากรของสำนักงานเลขาธิการ
วุฒิสภาให้มีความเอื้อเฟื้อต่อเพื่อนร่วมงาน
และเมื่อเพื่อนร่วมงานได้รับความช่วยเหลือก็จะ
เกิดความสบายใจและทำให้มีสมาธิในการทำงาน
ซึ่งจะส่งผลดีต่อประสิทธิภาพในการทำงาน
ให้องค์กรได้ดียิ่งขึ้น



เก็บเงินเหรียญที่หล่นไปใต้ชอกโต๊ะทำงานให้
เพื่อนร่วมงาน

จำนวน : ๑ ครั้ง

วันที่ : ๒๑ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๖

สถานที่ : สำนักวิชาการ สำนักงานเลขาธิการ
วุฒิสภา



ดีต่อสังคม

และประเทศชาติ : เมื่อเพื่อนร่วมงานได้รับความช่วยเหลือและเกิดความสบายใจ

ทำให้มีสมาธิในการทำงาน ก็จะทำให้ส่งผลดีต่อประสิทธิภาพในการทำงาน

มากขึ้น อันจะส่งผลดีต่อองค์กรที่ทำหน้าที่สนับสนุนงานด้านนิติบัญญัติ

ให้ทำงานเพื่อสังคมและประเทศชาติในภาพรวมให้ดีขึ้นด้วยสืบต่อไป

ต้องร้อยละ ๘๐ ของบุคลากรในสำนัก

บันทึกสะสมความดี

นางสาวณัตถยา สุขสงวน

กลุ่มงานติดตามและประมวลผลงานของวุฒิสภา สำนักวิชาการ

ครั้งที่ ๑/๒๕๖๖ วันที่ ๒๖ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๖

ข้าพเจ้าได้ทำความดีด้วยการจัดงานคอนเสิร์ต "เห็นด้วยหู รู้ด้วยใจ" เพื่อเปิดพื้นที่เปิดพื้นที่ให้

ผู้พิการทางสายตาได้นำเสนอผลงานและความสามารถด้านดนตรี

เมื่อวันที่ ๒๖ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๖ เวลา ๑๗.๐๐ - ๒๒.๐๐ น. ณ อุทยานเบญจสิริ (ข้างเอ็มโพเรียม)

ดีต่อตนเอง : ได้เรียนรู้ชีวิตและความคิดของผู้พิการทางสายตาที่มีความสามารถหรือความสนใจทางด้านดนตรี ตลอดจนมีดนตรีเป็นแรงขับเคลื่อนของชีวิต เพื่อนำมาเป็นข้อคิด เป็นพลัง และแรงบันดาลใจในการพัฒนาชีวิตและความคิดของตนเอง

ดีต่อผู้อื่น : เปิดโอกาสและพื้นที่ให้ผู้พิการทางสายตาได้นำเสนอผลงานและความสามารถด้านดนตรีของตนออกสู่สาธารณะในวงที่กว้างขึ้น ตลอดจนสร้างโอกาสให้ผู้พิการทางสายตาได้แสดงความสามารถทางด้านดนตรีร่วมกับศิลปินชั้นนำของประเทศ ทำให้สังคมได้เห็นว่า ผู้พิการทางสายตานั้นไม่ได้มีความสามารถและศักยภาพทางดนตรีที่ด้อยไปกว่าศิลปินอาชีพซึ่งเป็นคนปกติ

ดีต่อองค์กร : ส่งเสริมภาพลักษณ์ของสำนักงานเลขาธิการวุฒิสภาให้เป็นองค์กรแห่งคุณธรรม ต้นแบบที่โดดเด่นด้านการส่งเสริมคุณธรรม เป็นองค์กรที่คนในองค์กรทำความดีจนเป็นวิถีปฏิบัติ

ดีต่อสังคม และประเทศชาติ :

1) สร้างโอกาสในการนำเสนอความสามารถและศักยภาพด้านดนตรี ตลอดจนผลงานด้านดนตรีของคนพิการทางสายตาออกสู่สาธารณะในวงที่กว้างขึ้น เช่นเดียวกับศิลปินซึ่งเป็นคนปกติ ทั้งนี้ เพื่อให้คนพิการทางสายตาได้แสดงความสามารถโดยมีศักดิ์ศรีความเป็นมนุษย์เท่ากับคนปกติทั่วไป

2) สร้างแรงกระเพื่อมในสังคมไทยให้ยอมรับความสามารถด้านดนตรีของคนพิการทางสายตาว่า สามารถสร้างผลงานที่มีมาตรฐานและความเป็นมืออาชีพได้เทียบเท่าศิลปินซึ่งเป็นคนปกติที่ไม่มีความบกพร่องใดๆ ตลอดจนสามารถสร้างความสุขและความบันเทิงให้กับผู้คนในสังคมได้เช่นเดียวกัน



บันทึกสะสมความดี

นางสาวพรวิฑู ใ้้วคชาภรณ์ กลุ่มงานห้องสมุดและพิพิธภัณฑ์ สำนักวิชาการ

ทำความดี ด้วยการเดินทางมาทำงานโดยขนส่งสาธารณะ



ดีต่อตนเอง ประหยัดเวลาและค่าใช้จ่ายในการเดินทาง



ดีต่อผู้อื่น ช่วยลดปริมาณรถบนถนน



ดีต่อองค์กร ลดการใช้พื้นที่สำหรับจอดรถ



ดีต่อสังคม และประเทศชาติ ลดการใช้เชื้อเพลิง ลดมลพิษในอากาศ ลดก๊าซเรือนกระจก



บันทึกสะสมความดี

นางสาวอรุมา รัตนบรรณกิจ กลุ่มงานห้องสมุดและพิพิธภัณฑ์ สำนักวิชาการ



ดีต่อผู้อื่น



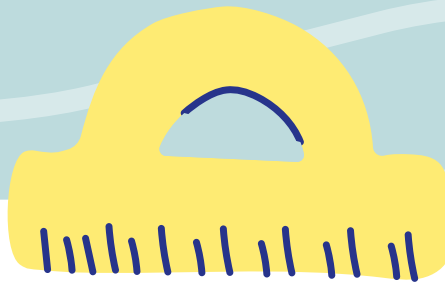
ส่งต่อผ้าขนหนูมือสอง สภาพดี
เพื่อสุนัขและแมวไร้ร่องขณะผ่าตัดและพักฟื้น



ดีต่อผู้อื่น

ปฏิทินตั้งโต๊ะที่ไม่ใช้แล้ว
สามารถนำไปทำสื่อการสอนอักษรเบล
เพื่อผู้พิการทางสายตาได้





บันทึกสะสมความดี

นางสาวสมใจ โพธิ์หนอง กลุ่มงานห้องสมุดและพิพิธภัณฑ์ สำนักวิชาการ

ดีต่อผู้อื่น

ปฏิทินตั้งโต๊ะที่ไม่ใช้แล้วสามารถนำไปทำ
สื่อการสอนอักษรเบล เพื่อผู้พิการทางสายตาได้



บริจาคปฏิทินเก่า



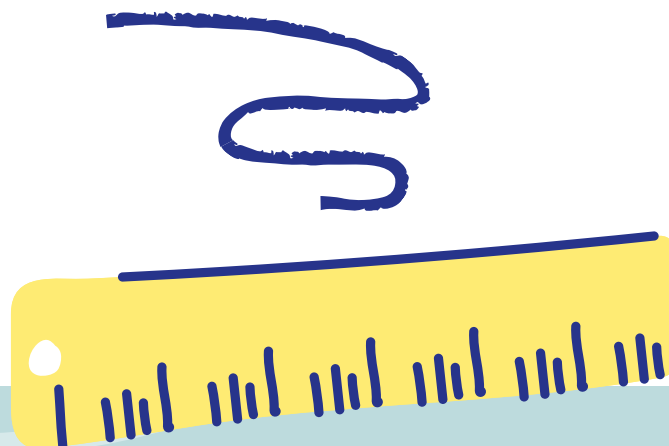
คัดแยกขยะ

ดีต่อตนเอง

การคัดแยกขยะเป็นประจำ
เป็นการฝึกวินัยให้ตนเอง

ดีต่อสังคมและประเทศชาติ

การคัดแยกขยะทำให้กำจัดขยะได้ถูกวิธี
ลดมลพิษต่อสิ่งแวดล้อม และสามารถ
นำกลับมารีไซเคิลได้



บันทึกสะสมความดี

นางปิ่นจา ยกโต กลุ่มงานห้องสมุดและพิพิธภัณฑ์ สำนักวิชาการ



ครั้งที่ ๑/๒๕๖๖ วันที่ ๒๔ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๖ ณ สำนักวิชาการ

ข้าพเจ้าทำความดี โดยการบริจาคปฏิทินที่ไม่ใช้แล้ว เพื่อนำไปทำประโยชน์ต่อไป

ดีต่อตนเอง ได้ทำคุณประโยชน์ต่อสังคมและรู้สึกดีทางจิตใจ

ดีต่อสังคมและประเทศชาติ ปฏิทินเก่าแบบตั้งโต๊ะ สามารถนำไปบริจาคให้มูลนิธิคนตาบอด เพื่อนำไปใช้เป็นสื่อการเรียนการสอนสำหรับคนตาบอดได้

ดีต่อผู้อื่น ได้ทำคุณประโยชน์ต่อผู้อื่น และบุคคลที่ต้องการใช้ได้เป็นประโยชน์ต่อไป

ครั้งที่ ๒/๒๕๖๖ วันที่ ๒๓ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๖ ณ สำนักวิชาการ



ข้าพเจ้าทำความดี โดยการบริจาคลอตเตอรี่ที่ไม่ใช้แล้ว เพื่อนำไปทำประโยชน์ต่อไป

ดีต่อตนเอง ทำแล้วรู้สึกดี มีความสุขรู้สึกดีทางจิตใจ

ดีต่อสังคมและประเทศชาติ ลอตเตอรี่ที่ไม่ถูกรางวัลสามารถนำมาทำเป็นดอกไม้จันทน์ได้ กลับมาใช้ใหม่ให้เป็นประโยชน์ต่อสังคม และได้ร่วมทำบุญบริจาค สามารถทำเป็นบายศรีรูปทรงต่าง ๆ ที่เต็มไปด้วยความสวยงาม ประณีต เพื่อถวายวัดภายในหมู่บ้าน และจำหน่ายให้กับคนที่ต้องการ จนกลายเป็นรายได้เข้าชุมชน และนำเงินมามอบให้กับวัดต่อไป

ดีต่อผู้อื่น ได้ทำคุณประโยชน์ต่อผู้อื่น และบุคคลที่ต้องการใช้ได้เป็นประโยชน์




บันทึกสะสมความดี

นางสาวกรศิริรินทร์ รัตนสุภา

กลุ่มงาน ห้องสมุดและพิพิธภัณฑน์ สำนักวิชาการ

ครั้งที่ ๑/๒๕๖๖

 **ดีต่อตนเอง** : การบริจาคเป็นประจำ ช่วยให้ระบบไหลเวียนของเลือดดีขึ้น ทำให้ร่างกายแข็งแรง



ดีต่อผู้อื่น : โลหิตที่บริจาคสามารถนำไปช่วยเหลือผู้ป่วยที่ต้องการโลหิตในการรักษาอาการป่วยต่างๆ ซึ่งปัจจุบันโรงพยาบาลยังต้องการโลหิตเป็นจำนวนมาก



บันทึกสะสมความดี

นางสาวพรรณวรรณ สงก่าง สังกัด กลุ่มงาน ห้องสมุดและพิพิธภัณฑ์ สำนักวิชาการ

ครั้งที่ 1/2566 วันที่ 22 กุมภาพันธ์ 2566



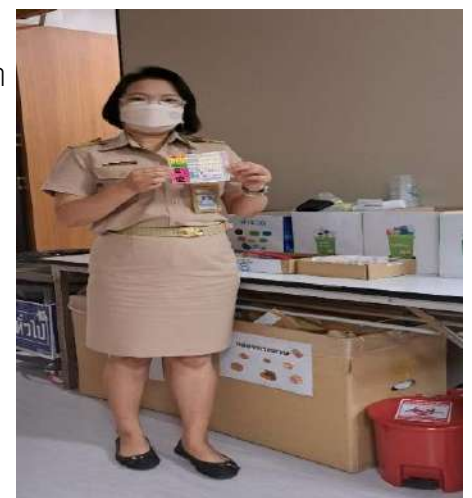
ดีต่อตนเอง “ปิ่นโตมีสุข” ประโยชน์ที่ได้จากการทำอาหารทานเอง สามารถควบคุมสารอาหาร ความสะอาดและปลอดภัย ประหยัดค่าใช้จ่าย ผ่อนคลายความเครียดจากการทำงาน



ดีต่อผู้อื่น “แบ่งปันกัน” ทำให้เข้าใจและเห็นใจในความต้องการของผู้อื่น โดยไม่เหยียดหยามหรือทับถมผู้อื่น เข้ากับผู้อื่นได้ง่าย และมีความรักให้แก่ผู้คนรอบข้าง ไม่เป็นคนเห็นแก่ตัว มีสุขภาพแข็งแรง ทั้งกายและจิตใจ



ดีต่อองค์กร “ปฏิบัติตามนโยบาย” เลขาธิการวุฒิสภา ผู้บริหาร และบุคลากรของสำนักงานเลขาธิการวุฒิสภา ร่วมกัน “สวมผ้าไทย ใส่บาตร ปล่อยปลา มีสุข” เพื่อเป็นการส่งเสริมและขับเคลื่อนองค์กรคุณธรรมต้นแบบมิติเชิงวัฒนธรรมและหลักธรรมทางศาสนา เพื่อยกระดับองค์กรไปสู่องค์กรคุณธรรมต้นแบบระดับโดดเด่นและเป็นองค์กรแห่งความสุข



ดีต่อสังคมและประเทศชาติ “ส่งต่อแต่้มบุญ” ขอร่วมเป็นส่วนหนึ่งในการส่งกำลังใจและความห่วงใยให้แก่ผู้พิการด้วยการนำลอตเตอรี่เก่าส่งต่อแต่้มบุญเพื่อส่งมอบให้สำนักต่าง ๆ ของสำนักงานเลขาธิการวุฒิสภาที่จัดโครงการ “ลอตเตอรี่เก่าเราขอ” ส่งต่อไปยังสถานที่รับบริจาคลอตเตอรี่ โดยนำไปประดิษฐ์เป็นดอกไม้จันทน์ พวงหรีด หมวก และแจกันดอกไม้ เป็นการลดปริมาณขยะ ส่งเสริมการรีไซเคิล