

(ร่าง) กำหนดการ TO BE NUMBER ONE CAMP  
“ค่ายพัฒนาสมาชิก TO BE NUMBER ONE สู่วิถีความเป็นหนึ่ง” รุ่นที่ 18  
ระหว่างวันที่ 26 - 31 มีนาคม 2560  
ณ เดอะไพน์ รีสอร์ท จังหวัดปทุมธานี

---

วันอาทิตย์ที่ 26 มีนาคม 2560

|                  |   |   |
|------------------|---|---|
| 08.00 - 11.00 น. | : | ลงทะเบียน ณ เดอะไพน์ รีสอร์ท จังหวัดปทุมธานี                  |
| 11.00 น.         | : | เก็บสัมภาระบริเวณจุดที่จัดเตรียมไว้, เปลี่ยนชุดพร้อมทำกิจกรรม |
| 12.00 น.         | : | อาหารกลางวัน  |
| 13.30 น.         | : | กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อการพัฒนา EQ (In Door)                |
| 15.30 น.         | : | อาหารว่าง   |
| 15.45 น.         | : | กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อการพัฒนา EQ (In Door)                |
| 17.00 น.         | : | เรียนว่ายน้ำ  |
| 18.30 น.         | : | อาหารเย็น   |
| 19.30 น.         | : | Happy Hour  |
| 21.00 น.         | : | อาหารว่างก่อนนอน  |
| 22.00 น.         | : | เข้านอน   |

วันจันทร์ที่ 27 มีนาคม 2560

|          |   |   |
|----------|---|---|
| 06.00 น. | : | ตื่นนอน   |
| 06.30 น. | : | บริหารร่างกาย   |
| 07.30 น. | : | รับประทานอาหารเช้า  |
| 08.30 น. | : | ปฐมนิเทศ  |
| 10.30 น. | : | พิธีเปิด และให้โอวาทแก่สมาชิก TO BE NUMBER ONE CAMP รุ่นที่ 18<br>โดย รองอธิบดีกรมสุขภาพจิต (นายแพทย์พงศ์เกษม ไข่มุกด์) |
| 10.45 น. | : | อาหารว่าง   |
| 11.00 น. | : | เรียนภาษาอย่างมีความสุข   |
| 12.30 น. | : | อาหารกลางวัน  |
| 13.30 น. | : | กิจกรรมสร้างสุข   |
| 15.00 น. | : | อาหารว่าง   |
| 15.10 น. | : | กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อการพัฒนา EQ (Out Door)   |
| 16.45 น. | : | เรียนว่ายน้ำ  |
| 18.30 น. | : | อาหารเย็น   |
| 19.30 น. | : | Happy Hour  |
| 21.00 น. | : | อาหารว่างก่อนนอน  |
| 22.00 น. | : | เข้านอน   |

**วันอังคารที่ 28 มีนาคม 2560**

|          |   |                                     |
|----------|---|-------------------------------------|
| 06.00 น. | : | ตื่นนอน                             |
| 06.30 น. | : | บริหารร่างกาย                       |
| 07.30 น. | : | รับประทานอาหารเช้า , อาบน้ำ แต่งตัว |
| 09.00 น. | : | บทบาทการเป็นแกนนำ TO BE NUMBER ONE  |
| 10.30 น. | : | อาหารว่าง                           |
| 10.45 น. | : | เรียนภาษาอย่างมีความสุข             |
| 12.15 น. | : | อาหารกลางวัน                        |
| 13.30 น. | : | กิจกรรมสร้างสุข                     |
| 15.00 น. | : | อาหารว่าง                           |
| 15.15 น. | : | การพัฒนาบุคลิกภาพสำหรับวัยรุ่น      |
| 16.45 น. | : | เรียนว่ายน้ำ                        |
| 18.30 น. | : | อาหารเย็น                           |
| 19.30 น. | : | Happy Hour                          |
| 21.00 น. | : | อาหารว่างก่อนนอน                    |
| 22.00 น. | : | เข้านอน                             |

**วันพุธที่ 29 มีนาคม 2560**

|          |   |   |
|----------|---|---|
| 06.00 น. | : | ตื่นนอน   |
| 06.30 น. | : | บริหารร่างกาย                                   |
| 07.30 น. | : | รับประทานอาหารเช้า                              |
| 09.00 น. | : | เรียนภาษาอย่างมีความสุข                         |
| 10.30 น. | : | อาหารว่าง                                       |
| 10.45 น. | : | ความรู้ EQ                                      |
| 12.15 น. | : | อาหารกลางวัน                                    |
| 13.30 น. | : | กิจกรรมสร้างสุข                                 |
| 15.00 น. | : | อาหารว่าง                                       |
| 15.15 น. | : | กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อการพัฒนา EQ (Out Door) |
| 16.45 น. | : | เรียนว่ายน้ำ                                    |
| 18.30 น. | : | อาหารเย็น                                       |
| 19.30 น. | : | Happy Hour                                      |
| 21.00 น. | : | อาหารว่างก่อนนอน                                |
| 22.00 น. | : | เข้านอน   |

**วันพฤหัสบดีที่ 30 มีนาคม 2560**

|          |   |                    |
|----------|---|--------------------|
| 06.00 น. | : | ตื่นนอน            |
| 06.30 น. | : | บริหารร่างกาย      |
| 07.30 น. | : | รับประทานอาหารเช้า |

|          |   |  |
|----------|---|--|
| 09.00 น. | : | การให้คำปรึกษา                                 |
| 10.45 น. | : | การพัฒนาบุคลิกภาพสำหรับวัยรุ่น                 |
| 12.15 น. | : | อาหารกลางวัน                                   |
| 13.30 น. | : | การพัฒนาบุคลิกภาพสำหรับวัยรุ่น                 |
| 15.00 น. | : | อาหารว่าง                                      |
| 15.15 น. | : | กิจกรรมสร้างสุขและซ้อมโชว์การแสดงหน้าพระพักตร์ |
| 18.30 น. | : | อาหารเย็น                                      |
| 19.30 น. | : | ซ้อมการแสดงโชว์หน้าพระพักตร์                   |
| 21.00 น. | : | อาหารว่างก่อนนอน                               |
| 22.30 น. | : | เข้านอน  |

### วันศุกร์ที่ 31 มีนาคม 2560

|          |   |   |
|----------|---|---|
| 08.45 น. | : | ซ้อมการนำเสนอผลงานและความสามารถของสมาชิกถวายหน้าพระที่นั่ง  |
| 10.30 น. | : | อาหารว่าง   |
| 10.45 น. | : | ซ้อมการนำเสนอผลงานและความสามารถของสมาชิกถวายหน้าพระที่นั่ง  |
| 12.15 น. | : | อาหารกลางวัน  |
| 13.30 น. | : | ซ้อมการนำเสนอผลงานและความสามารถของสมาชิกถวายหน้าพระที่นั่ง  |
| 15.30 น. | : | ซ้อมพิธีการรับเสด็จฯ  |
| 16.00 น. | : | เตรียมพร้อมรับเสด็จฯ  |
| 17.00 น. | : | ทูลกระหม่อมหญิงอุบลรัตนราชกัญญา สิริวัฒนาพรรณวดี<br>เสด็จโดยรถยนต์พระที่นั่งถึง เดอะไพนท์ รีสอร์ท อําเภอสามโคก จังหวัดปทุมธานี<br>(วงดุริยางค์บรรเลงเพลงมหาชัย) |
|          | : | รัฐมนตรีว่าการกระทรวงสาธารณสุข กราบทูลรายงาน  |
|          | : | อธิบดีกรมสุขภาพจิต กราบทูลเบิกสมาชิกค่าย TO BE NUMBER ONE<br>รับพระราชทานเกียรติบัตร  |
|          | : | ทอดพระเนตรกิจกรรมที่ได้ดำเนินการภายในค่ายพัฒนาสมาชิก TO BE NUMBER ONE<br>สู่ความเป็นหนึ่ง รุ่นที่ 18  |
|          | : | พระราชทานพระดำรัส   |
|          | : | เสด็จกลับ (วงดุริยางค์บรรเลงเพลงมหาชัย)   |
| 20.30 น. | : | รับประทานอาหารรอบดึกและงานเลี้ยงส่ง   |

---

|  |   |  |
|--|---|--|
| การแต่งกายระหว่างเข้าค่าย                  | - | เสี้อยึดประจำรุ่น ซึ่งสมาชิกจะได้รับในวันลงทะเบียน               |
|  | - | กางเกงตามความสะดวกและเหมาะสม (กางเกงขาสั้นไม่สั้นเกินไป)         |
|  | - | รองเท้าผ้าใบ, รััดสั้น   |
| ผู้ควบคุม / ผู้สังเกตการณ์                 | - | ตามความเหมาะสม   |
|  |   | (ยกเว้น วันที่ 31 มีนาคม 2560 ซึ่งเป็นวันเสด็จฯ แต่งกายชุดสุภาพ) |
| ผู้บริหาร แขกผู้มีเกียรติ ผู้เฝ้ารับเสด็จฯ | - | สุทสากาล / ชุดสุภาพ (วันที่ 31 มีนาคม 2560)                      |