



จดหมายข่าวประชาสัมพันธ์

วารสารบอกกล่าวแก่ชาวไทย

เอกสารประชาสัมพันธ์ ปีที่ 7 ฉบับที่ 4 ประจำปี 255 5 ประจำเดือน เมษายน 2555

เทศบาลตำบลเวียงพางคำ จัดกิจกรรม “ประสมงาน ประสานใจ”



๒ เมื่อวันที่ 22 กุมภาพันธ์ 2555 เทศบาลตำบลเวียงพางคำ ได้จัดกิจกรรม “ประสมงาน ประสานใจ” เนื่องในวันท้องถิ่นไทย “18 มีนาคม 107 ปี สุขาภิบาลท่าฉลอม รำลึก 150 ปี สมเด็จพระยาตากสินมหาราช ” , วันอาสาสมัครสาธารณสุขแห่งชาติ วันที่ 20 มีนาคม และวันอปพร. วันที่ 22 มีนาคม ณ ลานอเนกประสงค์ สำนักงานเทศบาลตำบลเวียงพางคำ อำเภอแม่สาย จังหวัดเชียงราย ในช่วงเช้านายกเทศมนตรีตำบลเวียงพางคำ ร่วมกับประชาชนในพื้นที่ กลุ่ม อสม. , สมาชิก อปพร. , กำนันผู้ใหญ่บ้าน, พนักงานเจ้าหน้าที่ ร่วมกันพัฒนาเส้นทางห้วยน้ำริน- ผาหมี และในช่วงเย็นได้จัดให้มีลานวัฒนธรรมไทยสายใยชุมชนร่วมกันรับประทานอาหารขันโตกและการแสดงวัฒนธรรมท้องถิ่นให้แก่ผู้ร่วมงานได้รับชม ทั้งนี้ท่านนายอำเภอแม่สาย และนายกเทศมนตรีตำบลเวียงพางคำได้มีการมอบตู้เขียวลดอาชญากรรม, การมอบเกียรติคุณแก่กรรมการชุมชนแต่ละหมู่บ้าน, อปพร.ดีเด่น, อาสาสมัครสาธารณสุขดีเด่น, คณะกรรมการเลือกตั้งสมาชิกสภาเทศบาลตำบล เวียงพางคำ, พนักงานเจ้าหน้าที่ดีเด่น ประจำปี 2554



๓ เมื่อวันที่ 9 มี.ค.55 เทศบาลตำบลเวียงพางคำ จัดประชุมประชาคมตำบลเวียงพางคำสัญจร ครั้งที่ 6 ประจำปีงบประมาณ 2555 ณ ศาลาอเนกประสงค์บ้านเวียงพาน ม.3 ต.เวียงพางคำ อ.แม่สาย จ.เชียงราย

๔ วันที่ 26 มีนาคม 2555 นายสุภักดิ์ เสวตวิษุวัต ปลัดอำเภอ อแม่สาย (เจ้าพนักงานปกครองชำนาญการพิเศษ) ได้ร่วมกับคณะผู้บริหารและสมาชิกสภาตำบลเวียงพางคำ ได้มอบผ้าห่มกันหนาว เพื่อช่วยเหลือผู้ประสบภัยหนาวและการส่งเสริมบทบาทของสถาบันบำบัดทุกขในการช่วยเหลือผู้ประสบภัยหนาวบรรเทาความหนาวเย็นแก่คนพิการ ผู้สูงอายุ และผู้ด้อยโอกาส ที่ได้รับความเดือดร้อนเนื่องจากการขาดแคลนเครื่องกันหนาว ณ เทศบาลตำบลเวียงพางคำ

ครั้งต่อไปขอเชิญเข้าร่วมรับฟังการประชุมประชาคมตำบลเวียงพางคำสัญจร ครั้งที่ 8 ประจำปีงบประมาณ 2555 ณ ศาลาอเนกประสงค์บ้านป่าเหมือดรุ่งเจริญ หมู่ที่ 5 ต.เวียงพางคำ อ.แม่สาย จ.เชียงราย ในวันพฤหัสบดีที่ ๑๐ พฤษภาคม 2555 เวลา 09.30 น. เป็นต้นไป



สงกรานต์ปลอดภัย ต่างเป็นคุณ

รณรงค์เทศกาลสงกรานต์ ปี ๒๕๕๕



สงกรานต์
ประจำปี 2555

เทศบาลตำบลเวียงพางคำ ขอเชิญทุกท่านเข้าร่วมงานกิจกรรม
งานวันผู้สูงอายุแห่งชาติและประเพณีสงกรานต์ สร้างน้ำพระ รดน้ำขอพรผู้สูงอายุ ประจำปี 2555
ในวันพฤหัสบดีที่ 12 เมษายน 2555 เวลา 08.00 – 16.30 น.
ณ ลานอเนกประสงค์หน้าวัดป่าเหมือด ม.9 (ทิศตะวันออก)

ประชุมสภาเทศบาลตำบลเวียงพางคำครั้งแรก



☞ เมื่อวันที่ 26 มี.ค. 55 อำเภอแม่สายได้เรียกประชุมสภาเทศบาลตำบลเวียงพางคำเป็นครั้งแรก จึงได้รับเกียรติจากนายสุภักดิ์ เศรษฐวิภู อดีตรองนายก อบจ.แม่สาย (เจ้าพนักงานปกครองชำนาญการพิเศษ) รักษาราชการแทนนายอำเภอแม่สาย ดำเนินการประชุมในครั้งนี้ ซึ่งผลการคัดเลือกประธานสภาตำบลเวียงพางคำได้แก่นายสุคำ วินัน รองประธานสภาเทศบาลได้แก่นายวิชญ์ จันทร์เทพ เลขานุการสภาเทศบาลได้แก่นายดำรงค์ พนาพิทักษ์ทอง ณ ห้องประชุมหนองแหวน ทต.เวียงพางคำ

กิจกรรมก้าวแรกแห่งความสำเร็จ “บัณฑิตน้อย”



☞ เมื่อวันที่ 30 มี.ค. 55 นายฉัตรชัย ชัยศิริ นายกเทศมนตรีตำบลเวียงพาง คำ เป็นประธานในพิธีมอบวุฒิบัตรแก่บัณฑิตน้อย ประจำปีการศึกษา 2554 แก่ศูนย์พัฒนาเด็กเล็กทั้ง 5 แห่ง ได้แก่ ศูนย์อบรมเด็กก่อนเกณฑ์วิจิตรธรรมณี หมู่ที่ 4 , ศูนย์พัฒนาเด็กเล็กบ้านป่าเหมือดตรงเจริญ หมู่ที่ 5 , ศูนย์พัฒนาเด็กเล็กบ้านผาหมี่ หมู่ที่ 6 , ศูนย์พัฒนาเด็กเล็กบ้านห้วยน้ำริน หมู่ที่ 7 , ศูนย์พัฒนาเด็กเล็กบ้านห้วยน้ำริน หมู่ที่ 9 , ณ ห้องประชุมหนองแหวน เทศบาลตำบลเวียงพางคำ

การแข่งขันกีฬาสร้างฝันผูกพันรักสามัคคี



☞ เมื่อวันที่ 27 มี.ค. 55 ศูนย์พัฒนาเด็กเล็กของเทศบาลตำบลเวียงพางคำ ได้จัดการแข่งขันกีฬาสร้างฝันผูกพันรักสามัคคี ณ บริเวณสวนสาธารณะหนองแหวน ในงานนี้มีการเดินขบวนของเด็กๆ การแข่งขันกีฬาพื้นบ้าน การแข่งขันกีฬาแบบเป็นทีมเพื่อสร้างความรักความสามัคคีแก่เด็กๆ และผู้ปกครองจาก ศพด. ในเขตตำบลเวียงพางคำ

สาระน่ารู้ต่างๆ นานา

การช่วยไม่ให้ลืมน้อยๆ

- ไม่มีใครอยากเป็นคนที่ยืมเงิน แต่ถ้าคุณยืมเงินไปแล้วก็ลืมต่อไปนี้ช่วยคุณได้
- ตั้งสมาธิ** เวลาทำอะไรควรจดจ่ออยู่กับสิ่งนั้น ตั้งสติให้ดี บอกตัวเองว่าคุณกำลังทำอะไรอยู่ทุกๆ ขั้นตอนที่นี่ถึงจะมีโทรศัพท์เข้ามาหรือมีใครมาขัดจังหวะ คุณก็จะยังจำได้ว่าเมื่อถึงกำลังทำอะไร เอาของวางที่ไหน
 - จดให้หมด** คนขี้ลืมได้ทุกอย่าง ไม่เกี่ยงว่าจะเป็นของเล็กๆ น้อยๆ หรือชิ้นใหญ่สาวก จึงต้องจดทุกอย่างที่ต้องทำลงสมุดประจำวันตัวให้หมด แล้วหยิบขึ้นมาดูบ่อยๆ ข้อความในนั้นจะได้ซึมเข้าสมองช่วยให้จำได้ไปเอง
 - ฝึกนั่งสมาธิ** เป็นการแก้ปัญหาที่ตรงจุดที่สุด สาเหตุของอาการขี้ลืมส่วนใหญ่จะมาจาก การไม่มีสติแต่ถ้าฝึกนั่งสมาธิเรียกสติทุกๆ วัน ไม่ต้องมากแค่วันละ 15 นาที ไม่นานคุณ จะมีความจำดีเป็นคนละคนเลย
 - อ่านออกเสียง** ก็สมุดโน้ตที่คุณจดทุกอย่างลงไปนั่นละ บางทีการอ่านผ่านตาอย่างเดียว ถ้าไม่ตั้งใจ ไม่มีสติ ข้อมูลก็อาจจะไม่เข้าไปสมอง คุณจึงต้องอ่านแบบออกเสียงดังๆ ด้วย วิธีเป็นการช่วยจำที่ตรงไปตรงมาที่สุดเหมือนสมัยเราเด็กๆ เราก็อ่าน ก.ไก่ ข.ไข่
 - หาคนมาเตือน** ถ้าเป็นเรื่องส่วนตัวก็เล่าให้เพื่อนสนิท พ่อแม่ น้อง หรือแฟนฟัง แล้วให้เขาช่วยเตือนคุณ แต่ถ้าเป็นเรื่องงานก็อาจต้องให้เพื่อนๆ ในบริษัทนั่นละ ช่วยทวนความจำให้ข้อดีอีกอย่างหนึ่งขอวิธีนี้คือเวลาที่คุณเล่าให้ฟังก็เท่ากับคุณกำลังอ่านเรื่องนั้นออกมาดังๆ สมองของคุณจะบันทึกมันเอาไว้ และจำได้ไปด้วย ดีมีตาอาจจะไม่ต้องให้เพื่อนเตือนเลยด้วยซ้ำ

ขอขอบคุณ ที่มา : นิตยสาร Spicy



☞ เมื่อช่วงเดือนเมษายน 2555 ที่ผ่านมา งานส่งเสริมสุขภาพชุมชน เทศบาลตำบลเวียงพางคำ ร่วมกับ สมาชิกร่วม อบต.ตำบลเวียงพางคำ จัดโครงการรักสุขภาพ ห่างไกลโรคเอดส์ โดยได้นำแผ่นพับให้ความรู้และถุงยางอนามัยแจกจ่ายประชาสัมพันธ์โครงการ เพื่อต้องการลดการติดต่อโรคร้ายทางเพศสัมพันธ์