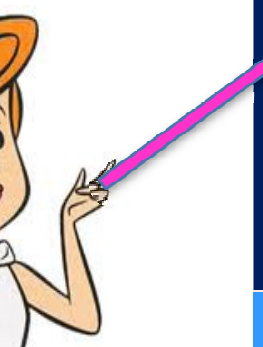




มีผู้มาชุมนุมประท้วง... ทำให้รถติด
มาทำงานก็สาย...ทำยังไงดีอะ... เครียด



เมื่อเจอสถานการณ์ที่อยู่นอกเหนือการควบคุม
พวกเราต้อง... ปรับสภาพอารมณ์ให้นิ่ง และปฏิบัติ
ข้อบังคับว่าด้วยจรรยาข้าราชการฯ ข้อ ๑.๒ ดัง

ข้าราชการที่มีสุขภาพจิตที่ดีมีสมาธิ สติ และปัญญา
พร้อมที่จะปฏิบัติงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ



สุขภาพจิต
ที่ผ่อนคลาย
เกิดขึ้นได้ โดย..

- ▶▶ ยึดมั่นและทำตามคำสอน
- ▶▶ หลักความเชื่อที่ดี จริยธรรม
- ▶▶ คิดดี ทำดี ทำจิตให้สงบ
- ▶▶ คบกัลยาณมิตร
- ▶▶ พัฒนาตนเองอย่างต่อเนื่อง