



MAHIDOL UNIVERSITY
Faculty of Science X
Department of Biochemistry

Mental Health
Awareness Week EP.9



workshop

Resilience and Stress Management

เรียนรู้วิธีรับมือกับความเครียด
และสร้างพลัง ให้ 'ล้มแล้วลุก' ได้ไวกว่าเดิม

โดย...



ผศ.พญ.จิราภรณ์ อรุณากูร

(หมอไอ้ เพงเลี้ยงลูกนอกบ้าน)

ภาควิชากุมารเวชศาสตร์คณะแพทยศาสตร์
โรงพยาบาลรามาธิบดี



อ.ภัทรภร เกิดจังหวัด

ผู้อำนวยการฝ่ายการศึกษา
มูลนิธิสื่อชาวบ้าน (มะขามป้อม)

Workshop พิเศษเพื่อนักศึกษา และชาวคณะวิทยาศาสตร์ มหิดล โดยเฉพาะ!

อังคารที่ 17 มีนาคม 2569 | เวลา 8:30-12:00 น.

สถานที่: ห้องประชุมอาคารสตางค์ มงคลสุข
คณะวิทยาศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล (พญาไท)

"ลงทะเบียนฟรี! รับจำนวนจำกัดเพียง 40 ท่านเท่านั้น"

 เริ่มเปิดรับสมัคร: วันที่ 10 มีนาคม 2569 เป็นต้นไป



แสกนเพื่อลงทะเบียน

