

SUT CWIE NEWSLETTER

ฉบับที่ 8/2569 ประจำเดือนสิงหาคม 2569



จัดงานเลี้ยงรับรองครบ 36 ปี แห่งการสถาปนา มทส.



ศูนย์สหกิจศึกษาและพัฒนาอาชีพ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารี (มทส.) จัดงานเลี้ยงรับรองครบ 36 ปี แห่งการสถาปนา มทส. พร้อมมอบ “โล่กิตติการ” แก่หน่วยงานพันธมิตรที่ให้การสนับสนุนการดำเนินงานของมหาวิทยาลัยอย่างต่อเนื่อง เมื่อวันศุกร์ที่ 24 กรกฎาคม 2569 เวลา 11.30 – 14.00 น. ณ อาคารสุรสีมาคาร มทส.

ในการนี้ ศูนย์สหกิจศึกษาและพัฒนาอาชีพ ได้เสนอซื้อบริษัท ศุภาลย์ จำกัด (มหาชน) ในฐานะพันธมิตรที่เข้มแข็งในการขับเคลื่อนหลักสูตรสหกิจศึกษาและการศึกษาเชิงบูรณาการกับการทำงาน (CWIE) อย่างต่อเนื่อง เพื่อเข้ารับรางวัลโล่กิตติการ

ศูนย์สหกิจศึกษาและพัฒนาอาชีพ ขอแสดงความยินดีกับสถานประกอบการที่ได้รับรางวัลในครั้งนี้ พร้อมขอขอบคุณที่ให้ความร่วมมือและสนับสนุนด้าน CWIE ด้วยดีเสมอมา

หากสถานประกอบการใดสนใจเข้าร่วมเป็นพันธมิตรด้าน CWIE กับ มทส. สามารถติดต่อได้ที่ศูนย์สหกิจศึกษาและพัฒนาอาชีพ โทร. 0-4422-3046

เรียบเรียงภาพและข่าวโดย ฝ่ายบริหารงานทั่วไป

นำเสนอผลงานวิจัยสถาบันในงานประชุมวิชาการระดับชาติวิศวกรรมศาสตร์



ศูนย์สหกิจศึกษาและพัฒนาอาชีพ ร่วมนำเสนอผลงานวิจัยสถาบันในงานประชุมวิชาการระดับชาติวิศวกรรมศาสตร์ ครั้งที่ 22 เมื่อวันที่ 10 กรกฎาคม 2569 เวลา 09.00- 16.00 น. ณ Toscana Valley Khaoyai เพื่อแลกเปลี่ยนองค์ความรู้ด้านการพัฒนาการศึกษาและการบริหารงานกับนักวิจัยและสถาบันการศึกษาจากทั่วประเทศ

ผลงานวิจัยครั้งนี้ มุ่งพัฒนางานประจำของศูนย์สหกิจศึกษาฯ โดยนำข้อมูลจากการดำเนินงานจริงมาวิเคราะห์และพัฒนาแนวทางสนับสนุนสหกิจศึกษาและการศึกษาเชิงบูรณาการกับการทำงาน (CWIE) เพื่อยกระดับคุณภาพการให้บริการและการบริหารจัดการ พร้อมพัฒนางานด้าน CWIE ให้ตอบสนองความต้องการของนักศึกษาและสถานประกอบการได้อย่างต่อเนื่อง

สถานประกอบการที่สนใจสร้างความร่วมมือเพื่อรับนักศึกษาไปปฏิบัติงานสหกิจศึกษาฯ รวมถึงการรับบัณฑิตเข้าทำงานสามารถสอบถามรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่ศูนย์สหกิจศึกษาฯ โทร. 0-4422-3046, 0-4422-3840 หรือ Facebook Page: SUT CWIE

เรียบเรียงภาพและข่าวโดย ฝ่ายบริหารงานทั่วไป

นักศึกษาสหกิจศึกษารับโล่รางวัลเชิดชูเกียรติระดับประเทศ



ศูนย์สหกิจศึกษาและพัฒนาอาชีพ ขอแสดงความยินดีกับนักศึกษา CWIE จากสำนักวิชาศาสตร์และศิลป์ดิจิทัลที่ได้โล่รางวัลเชิดชูเกียรติระดับประเทศ ในหัวข้อ “นวัตกรรมมหาวิทยาลัยกับการดูแลใจนักศึกษา (Mind Matter: University Initiatives for Student Mental Health Care) ในงาน Mental Health Care for All Expo ครั้งที่ 1” รายชื่อดังนี้

- นายปฐมภูมิ พละศักดิ์
- นายภาณุวัฒน์ พันธุ์สุวรรณ
- นางสาวนัชชา คงประติทานนท์
- นางสาวขวัญแก้ว เขตกระโทก

โดยนักศึกษาได้รังสรรค์ผลงานชื่อ “SUTHie Care: สุดที่แคร์” หน่วยงาน โรงพยาบาลมหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารี” โดยมีนายสาริต รังจะโปะ เจ้าหน้าที่สารสนเทศ โรงพยาบาลมหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารีเป็นที่ปรึกษาโครงการ กิจกรรมนี้จัดขึ้นเมื่อวันพฤหัสบดีที่ 6 สิงหาคม 2569 ณ The Portal Ballroom อิมแพคเมืองทองธานี จังหวัดนนทบุรี

ความสำเร็จในครั้งนี้ สะท้อนถึงศักยภาพของนักศึกษา CWIE ในการประยุกต์ใช้ความรู้และทักษะจากการปฏิบัติงานจริง เพื่อร่วมพัฒนานวัตกรรมที่สร้างคุณค่าให้แก่สังคม และส่งเสริมคุณภาพชีวิตด้านสุขภาพจิตของนักศึกษาอย่างเป็นรูปธรรม

เรียบเรียงภาพและข่าวโดย : ฝ่ายพัฒนาอาชีพ

โครงการส่งเสริมการพัฒนาหลักสูตร CWIE มรท.สุรินทร์



ศูนย์สหกิจศึกษาและพัฒนาอาชีพ ในฐานะแม่ข่ายเครือข่ายสถาบันการศึกษาภาคตะวันออกเฉียงเหนือตอนล่าง ร่วมกับมหาวิทยาลัยราชภัฏสุรินทร์ จัดกิจกรรม “โครงการส่งเสริมการพัฒนาหลักสูตร CWIE และส่งเสริมการเข้าร่วมหลักสูตร CWIE ของนักศึกษาเครือข่ายสถาบันการศึกษาภาคตะวันออกเฉียงเหนือตอนล่าง” เมื่อวันที่ 5 สิงหาคม 2569 เวลา 09.00 - 16.00 น. ณ มหาวิทยาลัยราชภัฏสุรินทร์

โดยมีผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.อาทิตย์ คุณศรีสุข ผู้อำนวยการศูนย์สหกิจศึกษา เป็นผู้บรรยายพิเศษในหัวข้อ “ทางลัดสร้าง ‘แต้มต่อ’ ให้โดนใจองค์กรก่อนจบ”

จากผลประเมินหลังฟังบรรยายพบว่า นักศึกษาตัดสินใจไปปฏิบัติงาน CWIE ถึงร้อยละ 76.8 สะท้อนถึงความสำเร็จของกิจกรรมในการสร้างความเข้าใจ และแรงจูงใจให้นักศึกษาเห็นประโยชน์ของการไปปฏิบัติงาน CWIE

สอบถามข้อมูลได้ที่ศูนย์สหกิจศึกษาและพัฒนาอาชีพ โทร. 0-4422-3840

เรียบเรียงภาพและข่าวโดย : ฝ่ายบริหารงานทั่วไป

กิจกรรมแนะนำบริษัท มิตซูบิชิ อิเล็กทริก คอนซูมเมอร์ โปรดักส์ (ประเทศไทย)



ศูนย์สหกิจศึกษาและพัฒนาอาชีพ ร่วมกับ บริษัท มิตซูบิชิ อิเล็กทริก คอนซูมเมอร์ โปรดักส์ (ประเทศไทย) จำกัด (MCP) จัดกิจกรรมแนะนำสถานประกอบการให้แก่นักศึกษาที่จะไปปฏิบัติงานสหกิจศึกษาและการศึกษาเชิงบูรณาการกับการทำงาน (CWIE) ในภาคการศึกษาที่ 2/2569 และนักศึกษาที่สนใจทุกชั้นปี เมื่อวันศุกร์ที่ 17 กรกฎาคม 2569 เวลา 10.00 – 16.00 น. ณ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารี โดยมีนักศึกษาเข้าร่วมกว่า 100 คน

ก่อนเริ่มกิจกรรม คณาจารย์จากสำนักวิชาที่เกี่ยวข้องได้ร่วมหารือกับบริษัท MCP เพื่อแลกเปลี่ยนแนวทางพัฒนานักศึกษา ให้มีสมรรถนะสอดคล้องกับความต้องการของภาคอุตสาหกรรม และต่อยอดความร่วมมือด้าน CWIE ระหว่างมหาวิทยาลัย กับสถานประกอบการ

ภายในกิจกรรม บริษัทฯ ได้แนะนำข้อมูลองค์กร ลักษณะงาน โครงการ CWIE และโอกาสบรรจุเป็นพนักงานประจำ เพื่อเตรียมความพร้อมก่อนออกปฏิบัติงานจริง ทั้งนี้ บริษัท MCP เปิดรับนักศึกษา CWIE แบบ 8 เดือน จากสาขาวิศวกรรมเครื่องกล อิเล็กทรอนิกส์ การผลิตอัตโนมัติและหุ่นยนต์ และอุตสาหกรรม

จากผลประเมินพบว่า นักศึกษาสามารถนำความรู้ที่ได้ในวันนี้ไปประยุกต์ใช้ในการปฏิบัติงาน CWIE ในอนาคตได้ร้อยละ 51.6 และมีความสนใจไปปฏิบัติงาน CWIE กับบริษัท MCP สูงถึงร้อยละ 83.9

นักศึกษาที่สนใจเข้าร่วมปฏิบัติงาน CWIE กับบริษัทชั้นนำ สามารถติดตามข่าวกิจกรรมแนะนำสถานประกอบการและโครงการรับสมัครได้ที่ Facebook Page: SUT CWIE หรือสอบถามข้อมูลเพิ่มเติมได้ที่ศูนย์สหกิจศึกษาและพัฒนาอาชีพ โทร. 0-4422-3840

เรียบเรียงภาพและข่าวโดย: ฝ่ายบริหารงานทั่วไป

ต้อนรับคณะศึกษาดูงานจากมหาวิทยาลัยทักษิณ



ศูนย์สหกิจศึกษาและพัฒนาอาชีพ ให้การต้อนรับคณะศึกษาดูงานจากมหาวิทยาลัยทักษิณ ในวันพฤหัสบดีที่ 6 สิงหาคม 2569 เวลา 13.00-16.00 น. ณ ศูนย์สหกิจศึกษาและพัฒนาอาชีพ มทส.

การศึกษาดูงานครั้งนี้จัดขึ้นเพื่อแลกเปลี่ยนองค์ความรู้ ด้านระบบสหกิจศึกษาและการศึกษาเชิงบูรณาการกับการทำงาน (CWIE) โดยมีผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.อาทิตย์ คุณศรีสุข ผู้อำนวยการศูนย์สหกิจศึกษา ให้การต้อนรับและบรรยายในหัวข้อ “การบริหารจัดการ CWIE” พร้อมด้วย ศาสตราจารย์ ดร.สุสันต์ หอพิบูลสุข ผู้อำนวยการศูนย์คอมพิวเตอร์ บรรยายในหัวข้อ “หลักสูตรการประกอบการด้วยเทคโนโลยีดิจิทัล”

จากผลการประเมินพบว่า การศึกษาดูงานครั้งนี้สามารถนำความรู้ที่ได้รับไปประยุกต์ใช้กับงานด้าน CWIE ได้ถึงร้อยละ 96.84

ศูนย์สหกิจศึกษาและพัฒนาอาชีพพร้อมเปิดรับความร่วมมือจากทุกภาคส่วน หน่วยงานที่สนใจศึกษาดูงานสามารถติดต่อได้ที่ โทร. 0-4422-3046, 0-4422-3051

เรียงภาพและข่าวโดย : ฝ่ายบริหารงานทั่วไป

ต้อนรับคณะศึกษาดูงานจากมหาวิทยาลัยบูรพา



ศูนย์สหกิจศึกษาและพัฒนาอาชีพ ให้การต้อนรับคณะศึกษาดูงานจากมหาวิทยาลัยบูรพา ในวันพุธที่ 22 กรกฎาคม 2569 เวลา 09.00-11.30 น. ณ ศูนย์สหกิจศึกษาและพัฒนาอาชีพ มทส.

การศึกษาดูงานครั้งนี้จัดขึ้นเพื่อแลกเปลี่ยนองค์ความรู้และเสริมศักยภาพคณาจารย์ในการพัฒนาระบบสหกิจศึกษาและการศึกษาเชิงบูรณาการกับการทำงาน (CWIE) โดยมีผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.อาทิตย์ คุณศรีสุข ผู้อำนวยการศูนย์สหกิจศึกษาฯ ให้การต้อนรับและบรรยายในหัวข้อ “การบริหารจัดการ CWIE”

จากผลการประเมินพบว่า การศึกษาดูงานครั้งนี้สามารถนำความรู้ที่ได้รับไปประยุกต์ใช้กับงานด้าน CWIE ได้ถึงร้อยละ 97.5

ศูนย์สหกิจศึกษาและพัฒนาอาชีพพร้อมเปิดรับความร่วมมือจากทุกภาคส่วน หน่วยงานที่สนใจศึกษาดูงานสามารถติดต่อได้ที่ โทร. 0-4422-3046, 0-4422-3051

เรียงภาพและข่าวโดย : ฝ่ายบริหารงานทั่วไป

ต้อนรับคณะศึกษาดูงานจากมหาวิทยาลัยอุบลราชธานี



ศูนย์สหกิจศึกษาและพัฒนาอาชีพ ให้การต้อนรับคณะศึกษาดูงานจากมหาวิทยาลัยอุบลราชธานี เมื่อวันที่พฤหัสบดีที่ 9 กรกฎาคม 2569 เวลา 09.30-12.00 น. ณ ศูนย์สหกิจศึกษาและพัฒนาอาชีพ มทส.

การศึกษาดูงานครั้งนี้จัดขึ้นเพื่อแลกเปลี่ยนองค์ความรู้ด้านระบบสหกิจศึกษาและการศึกษาเชิงบูรณาการกับการทำงาน (CWIE) โดยมีผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.อาทิตย์ คุณศรีสุข ผู้อำนวยการศูนย์สหกิจศึกษาฯ ให้การต้อนรับและบรรยายในหัวข้อ “การบริหารจัดการ CWIE” พร้อมด้วยผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.เกิรติ สลักษณ์ รองผู้อำนวยการศูนย์สหกิจศึกษาฯ บรรยายในหัวข้อ “การใช้งานระบบ CWIE Online ในการบริหารจัดการงานสหกิจศึกษา”

จากผลการประเมินพบว่า การศึกษาดูงานครั้งนี้สามารถนำความรู้ที่ได้รับไปประยุกต์ใช้กับงานด้าน CWIE ได้ถึงร้อยละ 98.67

ศูนย์สหกิจศึกษาและพัฒนาอาชีพพร้อมเปิดรับความร่วมมือจากทุกภาคส่วน หน่วยงานที่สนใจศึกษาดูงานสามารถติดต่อได้ที่ โทร. 0-4422-3046, 0-4422-3051

เรียงภาพและข่าวโดย : ฝ่ายบริหารงานทั่วไป

จัดกิจกรรมอบรมเชิงปฏิบัติการ หัวข้อ “เทคนิคการจัดการความเครียด”



ศูนย์สหกิจศึกษาและพัฒนาอาชีพ จัดกิจกรรมอบรมเชิงปฏิบัติการ ในหัวข้อ “เทคนิคการจัดการความเครียด” เมื่อวันที่อาทิตย์ที่ 2 สิงหาคม 2569 เวลา 13.00 – 16.00 น. ณ อาคารกีฬาภิรมย์ มทส. โดยมีนักศึกษา เข้าร่วมจำนวน 41 คน

ภายในกิจกรรมได้มุ่งเน้นการสร้างความตระหนักรู้และเสริมทักษะการดูแลสุขภาพจิตในระหว่างการทำงาน CWIE โดยนักศึกษาจะได้เรียนรู้วิธีประเมินและดูแลสุขภาพจิต รับมือกับความกดดัน และขอคำปรึกษาเมื่อเผชิญปัญหาระหว่างการปฏิบัติงาน CWIE เพื่อเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่การทำงานจริง โดยมีคุณวรัญญา สันจรรย์นัท พยาบาลวิชาชีพ, คุณศักดา ปือสันเทียะ นักวิชาการสาธารณสุข และ คุณมรกต ศุภลักษณ์ศิษกร เจ้าหน้าที่บริหารงานทั่วไป จากโรงพยาบาลมหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารี เป็นวิทยากรแลกเปลี่ยนประสบการณ์และให้คำปรึกษาแก่นักศึกษาอย่างใกล้ชิด

ผลสำรวจความคิดเห็นนักศึกษาที่เข้าร่วมกิจกรรม พบว่า นักศึกษามีความมั่นใจและพร้อมรับมือกับความเครียดระหว่างการปฏิบัติงาน CWIE ได้ อยู่ในระดับดีที่สุด ค่าเฉลี่ย 9.12 และมีความพร้อมด้านจิตใจสำหรับการไปปฏิบัติงาน CWIE อยู่ในระดับดีที่สุด ค่าเฉลี่ย 9.15 จากคะแนนเต็ม 10

นักศึกษาที่สนใจพัฒนาทักษะก่อนไปปฏิบัติงาน CWIE สามารถติดตามข่าวสารกิจกรรมครั้งถัดไปได้ที่ Facebook Page : SUT CWIE หรือโทร 0-4422-3054, 0-4422-3040

เรียบเรียงภาพและข่าวโดย : ฝ่ายพัฒนาอาชีพ

กิจกรรมอบรมเชิงปฏิบัติการ หัวข้อ เทคนิคการพัฒนาบุคลิกภาพพื้นฐาน



ศูนย์สหกิจศึกษาและพัฒนาอาชีพ จัดกิจกรรมอบรมเชิงปฏิบัติการ ในหัวข้อ “เทคนิคการพัฒนาบุคลิกภาพพื้นฐานที่จำเป็นในสังคมการทำงาน” เพื่อพัฒนาทักษะที่จำเป็นต่อการทำงานในสถานประกอบการ เมื่อวันที่ 19 กรกฎาคม 2569 เวลา 10.00 – 17.00 น. ณ อาคารเรียนรวม 1 มทส. โดยมีนักศึกษาเข้าร่วมจำนวน 579 คน

ภายในกิจกรรมนักศึกษาได้เรียนรู้เทคนิคการพัฒนาร่างกายทั้งภายในและภายนอก การสื่อสาร การทำงานร่วมกับผู้อื่น และการวางตัวอย่างมืออาชีพในสถานประกอบการ โดยได้รับเกียรติจาก อาจารย์อรรณพ รักสนิธิ ผู้อำนวยการสถาบันพัฒนาบุคลากรเพื่อการเปลี่ยนแปลง คุณวิศนไชย นันทพลวงษ์ และคุณอูริศ ศรีเงินพันธุ์ จากสถาบันพัฒนาบุคลิกภาพ Star&Queen เป็นวิทยากร

ผลสำรวจความคิดเห็นนักศึกษาที่เข้าร่วมกิจกรรมพบว่า นักศึกษามีความพึงพอใจต่อกิจกรรมโดยมีคะแนนเฉลี่ยรวมรายด้านอยู่ในระดับดีที่สุด ค่าเฉลี่ย 9.37 จากคะแนนเต็ม 10

นักศึกษาที่สนใจพัฒนาทักษะก่อนไปปฏิบัติงาน CWIE สามารถติดตามข่าวสารกิจกรรมครั้งถัดไปได้ที่ Facebook Page: SUT CWIE หรือโทร 0-4422-3054, 0-4422-3040

เรียบเรียงภาพและข่าวโดย : ฝ่ายพัฒนาอาชีพ

กิจกรรมอบรมเชิงปฏิบัติการ หัวข้อ “การสื่อสารอย่างมีชั้นเชิง”



ศูนย์สหกิจศึกษาและพัฒนาอาชีพ จัดกิจกรรมอบรมเชิงปฏิบัติการ ในหัวข้อ “การสื่อสารอย่างมีชั้นเชิง” เพื่อการทำงานอย่างมืออาชีพ” เพื่อให้นักศึกษาสามารถพัฒนาทักษะที่จำเป็นต่อการทำงานในสถานประกอบการ เมื่อวันที่ 17 กรกฎาคม 2569 เวลา 13.00 – 16.00 น. ณ อาคารเรียนรวม 2 มทส. โดยมีนักศึกษาเข้าร่วมจำนวน 33 คน

ภายในกิจกรรมนักศึกษาได้เรียนรู้ทักษะการแนะนำตัว การสื่อสารและการรับฟังอย่างเข้าใจ การฝึกความคิดสร้างสรรค์ ตลอดจนการทำงานเป็นทีม โดยได้รับเกียรติจาก อาจารย์ยรรณพ รักสนิธิ ผู้อำนวยการสถาบันพัฒนาบุคลากรเพื่อการเปลี่ยนแปลงเป็นวิทยากร

ผลสำรวจความคิดเห็นนักศึกษาที่เข้าร่วมกิจกรรมพบว่า นักศึกษามีความมั่นใจในความรู้เพื่อใช้ในการปฏิบัติงาน CWIE ในด้านการปรับตัวในการทำงาน อยู่ในระดับดีที่สุด ค่าเฉลี่ย 9.61 และมีความพึงพอใจต่อกิจกรรมโดยรวม อยู่ในระดับดีที่สุด ค่าเฉลี่ย 9.64 จากคะแนนเต็ม 10

นักศึกษาที่สนใจพัฒนาทักษะก่อนไปปฏิบัติงาน CWIE สามารถติดตามข่าวกิจกรรมครั้งถัดไปได้ที่ Facebook Page : SUT CWIE หรือ โทร 0-4422-3054, 0-4422-3040

เรียบเรียงภาพและข่าวโดย : ฝ่ายพัฒนาอาชีพ

กิจกรรมในเดือนสิงหาคม 2569

2 สิงหาคม	กิจกรรมอบรมเชิงปฏิบัติการหัวข้อ "เทคนิคการจัดการความเครียด"	13-14 สิงหาคม	การประชุมคณะกรรมการสอบสัมภาษณ์และ คัดเลือกนักศึกษาเพื่อรับทุนฯ ครั้งที่ 4/2569
6 สิงหาคม	มหาวิทยาลัยทักษิณเข้าศึกษาดูงาน	21 สิงหาคม	กิจกรรมแนะนำสถานประกอบการ (CPF)
6 สิงหาคม	บรรยายรายวิชาเตรียมสหกิจศึกษา หัวข้อ "เทคนิคการคิดหัวข้อโครงการ CWIE จาก ฐานความรู้และทักษะที่มี ให้ตอบโจทย์ สถานประกอบการ"	22-23 สิงหาคม	กิจกรรม SUT CWIE Career Camp 2026
20 สิงหาคม	กิจกรรมบรรยายเทคนิคด้านความ ปลอดภัยในการทำงานจากกลุ่มธุรกิจ : การซ่อมและติดตั้งเครื่องจักร อุปกรณ์ ใน โรงงานอุตสาหกรรมนิคมด้านความ ปลอดภัยในการทำงาน	27 สิงหาคม	ประชุมคณะกรรมการประจำศูนย์สหกิจศึกษา และพัฒนาอาชีพ ครั้งที่ 2/2569
20 สิงหาคม	บรรยายรายวิชาเตรียมสหกิจศึกษา หัวข้อ "เทคนิคการจัดการตนเองเพื่อบริหารงาน ประจำและโครงการ CWIE อย่างมี ประสิทธิภาพ"	27 สิงหาคม	บรรยายรายวิชาเตรียมสหกิจศึกษา หัวข้อ "Bullet Journal จัดให้เป็น วางแผนให้ชัด จัดการงานให้ได้ผล" และหัวข้อ "เทคนิคการ เขียนรายงานโครงการ CWIE"
28 สิงหาคม อบรมเชิงปฏิบัติการ หัวข้อ "Bullet Journal Workshop "			