

My GPF

วาระสาร กบข.
September 2025

GPF Challenge

Freedom for Living

กบข. ชวนสมาชิกร่วมทำทายภารกิจ "เกษียณมีสุข"
รับ GPF Point พร้อมชิงรางวัลแฟนตัวยงแห่งปี



เข้าใจเงิน กบข.
และสิทธิการรับเงินคืน

ท้าพิสูจน์! No Buy Challenge 30 วัน
กับเทรนด์เปลี่ยนชีวิตการเงิน

เปิดโลก สร้างโอกาส
กับการลงทุนต่างประเทศ

GPF EXPERIENCE

เข้าใจเงิน กบข.
และสิทธิการรับเงินคืน

Deal 4 You

Book Lover's Deal
เติมคลังความรู้ในวันการรู้หนังสือ

เรื่องจากปก

GPF Challenge: Freedom for Living
กบข.ชวนสมาชิกร่วมทำรายการกิจ "เกษียณมีสุข"
รับ GPF Point พร้อมชิงรางวัลแฟนตัวยงแห่งปี

Money Buddy

ท้าพิสูจน์! No Buy Challenge 30 วัน
กับเทรนด์เปลี่ยนชีวิตการเงิน

ลงทุนลงทุน

เปิดโลก สร้างโอกาส
กับการลงทุนต่างประเทศ

Check Now

Burnout หรือแค่เหนื่อย?
เช็คสัญญาณหมดไฟ และวิธีดูแลใจให้กลับมาสดใสอีกครั้ง



September 2025

“การเกษียณอย่างมีคุณภาพ” ไม่ใช่แค่เรื่องของอนาคต แต่คือสิ่งที่คุณสามารถเริ่มต้นได้ตั้งแต่วันนี้ แม้เป็นเพียงก้าวเล็กๆ ในแต่ละวัน วารสาร กบข. ฉบับนี้ขอชวนสมาชิกทุกท่านมาร่วมสนุกและเรียนรู้ไปกับแคมเปญแห่งปี GPF Challenge: Freedom for Living แคมเปญที่รวมภารกิจเล็ก ๆ แต่ทรงพลังที่ออกแบบมาเพื่อให้คุณพิชิตเป้าหมาย “เกษียณมีสุข” ได้อย่างมั่นใจ ผ่านกิจกรรมที่ทำได้ง่าย สนุก และทำให้คุณมีส่วนร่วมร่วมกับ กบข. ได้อย่างต่อเนื่องในทุกๆ วัน

นอกจากนี้ในคอลัมน์ต่างๆ ยังมีเนื้อหาที่น่าสนใจที่ไม่ควรพลาด ไม่ว่าจะเป็น คอลัมน์ “ลงทุนลงทุน” ที่จะพาคุณเปิดโลกการลงทุนต่างประเทศ คอลัมน์ “Money Buddy” ที่ชวนคุณพิสูจน์ใจตัวเองกับเทรนด์ใหม่ No Buy Challenge 30 วัน และคอลัมน์ “Check Now” ที่จะมาชวนคุณเช็คสัญญาณ “หมดไฟ” พร้อมวิธีดูแลใจให้กลับมาสดใสอีกครั้ง

เราเชื่อว่า GPF Challenge จะไม่เพียงมอบทั้งความรู้และความสุข แต่ยังเป็นแรงบันดาลใจให้คุณกล้าก้าวจากก้าวเล็กๆ สู่เป้าหมายใหญ่ในอนาคต แล้วพบกันใหม่ในฉบับหน้า พร้อมสาระดีๆ ที่ กบข. ตั้งใจส่งถึงคุณเสมอ



เสนอแนะหรือต้องการรับข้อมูลข่าวสาร กบข. แจ้งได้ที่

โทรศัพท์ : 0-2636-1000

Email : member@gpf.or.th

GPF Contact Center : Ins. 1179

Line : @GPFcommunity

กองบรรณาธิการ

ชนิตา จุลชาติ

นันทกานันท์ จันทะเสนันท์

พิรภัสน์ ชัยอนันท์กามา

วีรญา พิสุทธพิบูลวงศ์

ประภาวรรณ ทอไช

กัญญา ศิริวรสาร

สทิสพร เกตุอินทร์



เข้าใจเงิน กบข. และสิทธิการรับเงินคืน

ในเดือนกันยายนของทุกปี นับเป็นช่วงเวลาสำคัญของการเกษียณอายุราชการ สำหรับข้าราชการหลายคนอาจนึกถึงเพียงสิทธิในการรับ “บำเหน็จบำนาญ” เป็นหลัก เพราะถือเป็นสิทธิพื้นฐานที่ทุกคนคุ้นเคย แต่สิ่งที่สมาชิก กบข. จำนวนไม่น้อยอาจยังไม่รู้คือ... นอกจากบำนาญแล้ว ยังมีเงิน กบข. ที่คุณเก็บออมมาตลอดช่วงเวลารับราชการรออยู่ด้วย

เงิน กบข. คือ “เงินออมเพื่อเกษียณ” ที่สมาชิกสะสมระหว่างที่ยังรับราชการ และเมื่อเกษียณก็ได้รับคืนกลับไปเป็นเงินก้อน และเงินก้อนนี้ไม่ได้มาจากที่เดียว แต่ประกอบด้วยหลายส่วนรวมกัน ไม่ว่าจะเป็น เงินสะสมที่คุณถูกหักส่งทุกเดือน เงินสมทบที่รัฐช่วยเพิ่มให้ และผลประโยชน์จากการนำเงินทั้งหมดไปลงทุนสะสมต่อเนื่องตลอดเวลาที่คุณรับราชการ และยังสะสมมาก ผลลัพธ์ปลายทางก็ยิ่งทวีคูณช่วยเติมเต็มคุณภาพชีวิตวัยเกษียณของคุณ คอลัมน์ IGPF EXPERIENCE ฉบับนี้ จะพาสมาชิกมาทบทวนเงินออมใน กบข. พร้อมทั้งทำความเข้าใจสิทธิในการรับเงินคืน ว่านอกจากกรณีเกษียณอายุราชการแล้ว มีเหตุและสิทธิได้อีกบ้าง

ก่อนอื่นสิ่งที่คุณต้องเข้าใจเป็นพื้นฐานแรกคือ สมาชิก กบข. ทุกคนจะมีเงินออมในบัญชีของตัวเอง เริ่มตั้งแต่เป็นสมาชิก โดยเงินออมที่สมาชิกมีใน กบข. แบ่งเป็น 2 ส่วนหลัก ๆ คือ “ส่วนที่สมาชิกเป็นผู้นำส่งเอง” กับ “ส่วนที่รัฐเป็นผู้นำส่งให้” โดยเงินในแต่ละส่วนแยกย่อยดังนี้

ส่วนที่สมาชิกเป็นผู้นำส่งเอง

ประกอบด้วยเงิน 2 ประเภท คือ



1 “เงินสะสม”

เป็นเงินที่สมาชิกนำส่งทุกเดือน ในอัตรา 3% ของเงินเดือน ซึ่งเงินเดือนดังกล่าวไม่รวมกับเงินเพิ่มพิเศษรายเดือนหรือเงินเพิ่มอย่างอื่นนะครับ และสมาชิกจะมีสิทธิได้รับเงินส่วนนี้คืนกลับไปเมื่อสิ้นสุดสมาชิกภาพทุกกรณี



2 “เงินสะสมส่วนเพิ่ม หรือ ออมเพิ่ม”

เป็นเงินที่สมาชิกแจ้งความประสงค์นำส่งเงินเพิ่มขึ้นมากกว่าอัตราที่กฎหมายกำหนดไว้ หรือออมเพิ่มให้มากขึ้นอีกด้วยความสมัครใจ โดยสามารถเลือกอัตราออมเพิ่มได้ตั้งแต่อัตรา 1-27% ของเงินเดือน และสมาชิกจะมีสิทธิได้รับเงินส่วนนี้คืนกลับไปเมื่อสิ้นสุดสมาชิกภาพทุกกรณี

ส่วนที่รัฐเป็นผู้นำส่งให้

ในส่วนนี้จะประกอบด้วยเงินทั้งหมด 3 ประเภท คือ



1 “เงินสมทบ”

เป็นเงินที่ภาครัฐนำส่งให้สมาชิก กบข. ที่สะสมเงินเข้ากองทุนทุกเดือน ในอัตรา 3% ของเงินเดือนสมาชิก และสมาชิกจะมีสิทธิได้รับเงินส่วนนี้คืนกลับไปเมื่อสิ้นสุดสมาชิกภาพทุกกรณี



2 “เงินชดเชย”

เป็นเงินที่ภาครัฐนำส่งให้สมาชิกทุกเดือนในอัตรา 2% ของเงินเดือนสมาชิก เพื่อชดเชยเงินบำนาญที่ลดลง และสมาชิกจะมีสิทธิได้รับเงินส่วนนี้คืนกลับไปเมื่อสิ้นสุดสมาชิกภาพและเลือกรับบำนาญเท่านั้น



3 “เงินประเดิม”

เป็นเงินที่รัฐจะนำส่งให้เฉพาะสมาชิก กบข. ที่เป็นข้าราชการอยู่ก่อนวันที่ 27 มีนาคม 2540 โดยนำส่งเป็นเงินก้อนในวันที่สมัครเป็นสมาชิก กบข. ครั้งเดียวเท่านั้น เพื่อชดเชยบำนาญที่ลดลง และสมาชิกจะมีสิทธิได้รับเงินส่วนนี้คืนกลับไปเมื่อสิ้นสุดสมาชิกภาพและเลือกรับบำนาญ

เท่ากับว่า สมาชิก กบข. จะได้รับเงินจากรัฐเพิ่มในทุกๆ เดือน คือเงินที่คุณออมเองตามกฎหมายกำหนดขั้นต่ำ 3% ของเงินเดือน และรัฐช่วยออมให้อีก 5% ของเงินเดือน ซึ่งมาจากเป็นเงินสมทบ 3% ของเงินเดือน และเงินชดเชยอีก 2% ของเดือนนั้นเอง

ภาพสรุปเงินก้อนจาก กบข. มี 2 ส่วน

ส่วนที่สมาชิกนำส่ง



เงินที่สมาชิกส่งสะสมทุกเดือน
เดือนละ **3%** ของเงินเดือน
ตามกฎหมาย



เงินที่สมาชิกส่งสะสมส่วนเพิ่ม
ได้อีกเดือนละ **1-27%** ของเงินเดือน
ตามความสมัครใจ



**เงิน 2 ก้อนนี้ไปลดหย่อนภาษีประจำปีได้
ตามยอดเงินที่สมาชิกนำส่งในปีนั้น**



ส่วนที่รัฐนำส่ง



รัฐส่งเข้าบัญชีให้สมาชิกทุกเดือน
เดือนละ **3%** ของเงินเดือน



รัฐส่งเข้าบัญชีให้สมาชิกทุกเดือน
เดือนละ **2%** ของเงินเดือน



รัฐส่งเข้าบัญชีให้สมาชิกทุกเดือน
เฉพาะผู้ที่เลือกเป็นสมาชิก กบข.
(บรรจุเข้ารับราชการก่อนวันที่ 27 มี.ค. 40)

สำหรับสิทธิในการรับเงิน กบข. นั้น สมาชิกแต่ละคนจะมีสิทธิได้รับแตกต่างกันออกไปตามสาเหตุต่าง ๆ โดยขึ้นอยู่กับ 3 เงื่อนไขหลัก คือ 1. สาเหตุที่ออกจากราชการ 2. อายุราชการ และ 3. การเลือกรับเงินบำเหน็จหรือบำนาญจากรัฐ ซึ่งสามารถพิจารณาได้จากตารางต่อไปนี้

สิทธิการรับเงิน กบข. ขึ้น เมื่อสมาชิกออกจากราชการในกรณีต่างๆ

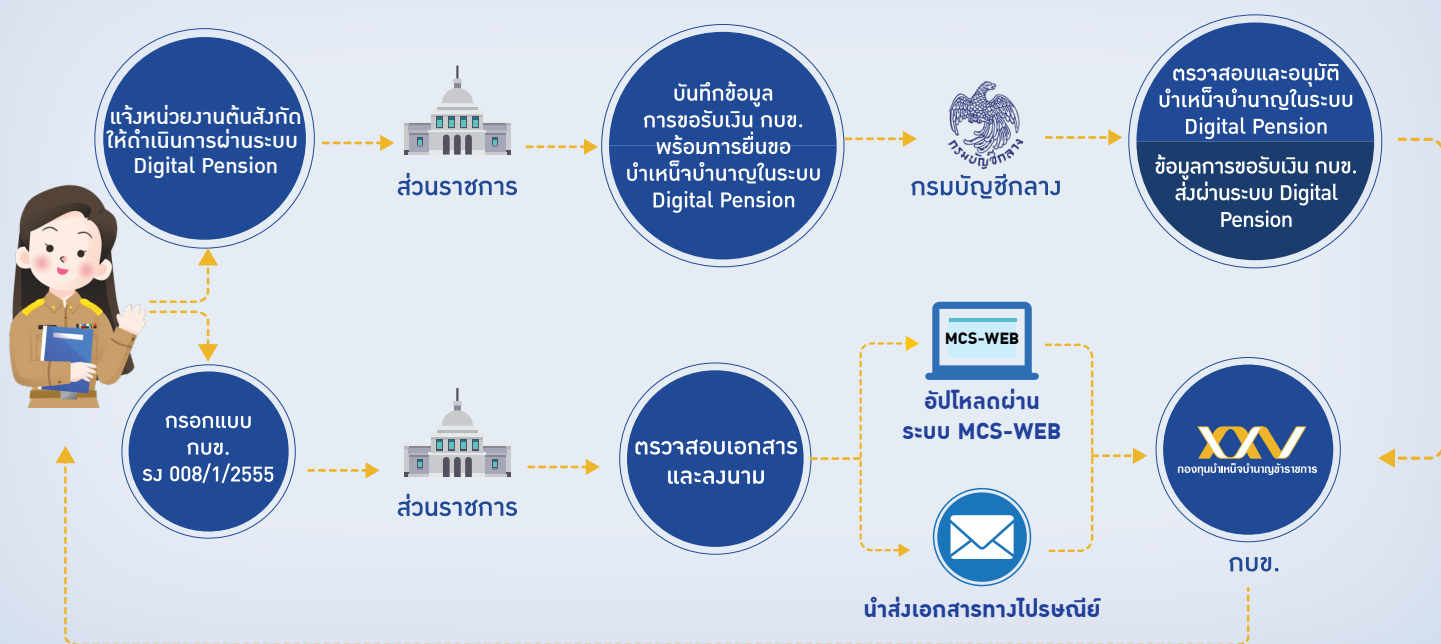
เหตุออกจากราชการ	อายุราชการ (เวลารวมวันทวิคูณ)	สิทธิรับเงินบำเหน็จ/ เงินบำนาญ จากกรมบัญชีกลาง	สิทธิรับเงินจาก กบข.				
			เงินสะสม + ผลประโยชน์	เงินออมเพิ่ม (ถ้ามี) + ผลประโยชน์	เงินสมทบ + ผลประโยชน์	เงินประกัน (ถ้ามี) + ผลประโยชน์	เงินชดเชย + ผลประโยชน์
กรณี ลาออก ให้ออก/ปลดออก	< 10 ปี	ไม่มี				-	-
	10 ปีขึ้นไป แต่ไม่ถึง 25 ปี	รับบำเหน็จ				-	-
	25 ปีขึ้นไป	รับบำเหน็จ				-	-
		รับบำนาญ					
กรณี เกษียณ/ สูงอายุ/ ทุพพลภาพ/ ทดแทน	< 10 ปี	ไม่มี				-	-
	10 ปีขึ้นไป แต่ไม่ถึง 25 ปี	รับบำเหน็จ				-	-
	10 ปีขึ้นไป	รับบำเหน็จ				-	-
		รับบำนาญ					
กรณี เสียชีวิต (ปกติ)	< 10 ปี	ไม่มี				-	-
	1 ปีขึ้นไป	รับบำเหน็จตกทอด (วิธีคำนวณ เงินเดือนเดือนสุดท้าย x อายุราชการ)				-	-

“เงิน กบข. อาจเป็นสิทธิที่หลายคนมองข้าม เพราะคุ้นชินกับคำว่า ‘บำนาญ’ มากกว่า แท้จริง ๆ แล้ว เงิน กบข. คือผลลัพธ์จากการออมและการลงทุนที่คุณได้สะสมมาตลอดเวลารับราชการ และยังเป็นอีกหนึ่งหลักประกันสำคัญในชีวิตหลังเกษียณ การเข้าใจสิทธิของตนเองอย่างครบถ้วน ไม่เพียงช่วยให้วางแผนการเงินได้รอบคอบขึ้น แต่ยังทำให้มั่นใจได้ว่า คุณจะไม่พลาดผลประโยชน์ที่ควรได้รับในทุกช่วงชีวิตตั้งแต่ยังรับราชการจนถึงวันเกษียณ”...

สมาชิกที่จะเกษียณอายุราชการ ในวันที่ 1 ต.ค. 2568

สามารถแจ้งความประสงค์ขอรับเงินค้ำล้งหน้าได้
ตั้งแต่วันที่ - 30 ก.ย. 2568

ขั้นตอนการขอรับเงินค้ำ เมื่อสมาชิกเกษียณอายุราชการ



กบข. จ่ายเงินค้ำสมาชิกภายใน 7 วันทำการนับแต่วันที่ได้รับข้อมูล
และเอกสารครบถ้วนถูกต้อง และประกาศเกษียณมีผลบังคับใช้แล้ว





Book Lover's Deal

เติมคลังความรู้ในวันการรู้หนังสือ

ในโลกที่เต็มไปด้วยข้อมูลข่าวสารรอบตัว การอ่านหนังสือยังคงเป็น “กุญแจสำคัญ” ที่ช่วยเปิดประตูความรู้สู่การสร้างแรงบันดาลใจได้อย่างไม่มีวันหมดสิ้น วันที่ 8 กันยายนของทุกปี จึงถูกกำหนดให้เป็น “วันการรู้หนังสือสากล” (International Literacy Day) เพื่อย้ำเตือนคุณค่าของการอ่านและการเรียนรู้ตลอดชีวิต

และหากคุณเป็นคนหนึ่งที่รักและชื่นชอบการอ่าน วันนี้ไม่เพียงแต่เป็นวันพิเศษที่ชวนให้หวนกลับมาตระหนักถึงคุณค่าของหนังสือ แต่ยังเป็นโอกาสดีที่จะได้เติมเต็มคลังความรู้ให้กับตัวเองและแบ่งปันแรงบันดาลใจสู่คนรอบข้าง เพราะยิ่งอ่านมากเท่าไร มุมมองและความรู้ของคุณก็จะยิ่งกว้างขึ้น และยังช่วยหล่อหลอมให้เกิดนิสัยรักการเรียนรู้ที่ติดตัวไปได้ทุกช่วงวัย อีกทั้งยังเป็นพลัมปลอบประโลมใจในวันที่คุณอ่อนไหวได้อีกด้วย DEAL4YOU ฉบับนี้ จึงอยากชวนคุณกลับมาเปิดหนังสือ หยิบเวลาไว้กับตัวอักษร และปล่อยให้ความคิดสร้างสรรค์ได้เบ่งบานอยู่เสมอ



การเลือกหนังสืออ่านเติมเต็มทั้งความรู้และแรงบันดาลใจ

• สำหรับคนทำงาน

หนังสือด้านการพัฒนาทักษะอาชีพหรือการจัดการเวลา คือเพื่อนคู่คิดที่ช่วยเพิ่มประสิทธิภาพงาน



• สำหรับผู้ที่ชอบการผจญภัย

วรรณกรรมหรือหนังสือแนวจิตวิทยาเชิงบวก จะช่วยเติมเต็มใจในวันที่เหนื่อยล้า



• สำหรับครอบครัว

หนังสือสำหรับเด็กคือของขวัญล้ำค่าที่ปลูกฝังนิสัยรักการอ่านตั้งแต่วัยเยาว์



สำหรับสมาชิก กบข. คุณสามารถเติมเต็มคลังความรู้ให้ตัวเองได้อย่างคุ้มค่า ผ่านสิทธิพิเศษส่วนลดสุดคุ้ม ที่ใช้ได้ทั้งร้านหนังสือและเครื่องเขียน B2S รวมถึงร้านหนังสือ SE-ED

B2S

ลดทันที

10%

สูงสุด 100 บาท (1 คน / 1 ใบเสร็จ / เดือน)

เฉพาะสินค้าที่ร่วมรายการ
เมื่อซื้อสินค้าครบ 100 บาทขึ้นไป



ซื้อหนังสือที่ SE-ED

ลด 10%

SE-ED

หนังสือสำหรับเด็ก

XXXV

กลุ่มงานพัฒนาวิชาการ

สมาชิก กบข. สามารถดูรายละเอียดเงื่อนไขและกดใช้สิทธิได้ที่ My GPF Application หรือ LINE กบข. @gpfcommunity

เลือกเมนู “สิทธิพิเศษ และ GPF Point” พร้อมกดรับสิทธิได้เลย! ...

GPF Challenge

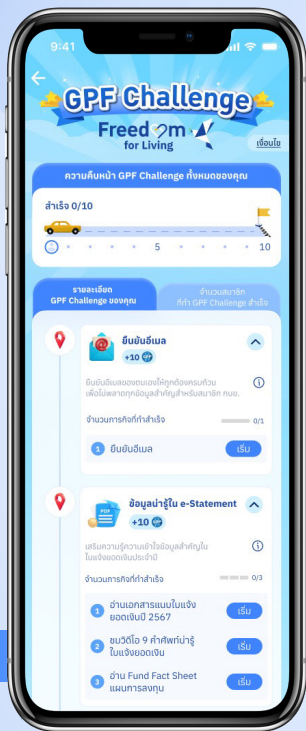
Freedom for Living

กบช. ชวนสมาชิกร่วมท้าทายภารกิจ "เกษียณมีสุข"
รับ GPF Point พร้อมชิงรางวัลแฟนตัวยงแห่งปี



กบช. ชวนคุณมาสนุกและเติมความรู้สู่เส้นทางเกษียณมีสุขไปกับ GPF Challenge : Freedom for Living
แคมเปญแห่งปีที่รวมภารกิจเล็ก ๆ แต่ทรงพลัง มาเพิ่มสีสัน สร้างความสนุกสนาน และ
เติมเต็มประสบการณ์ให้สมาชิกได้มีส่วนร่วมไปกับ กบช. อย่างต่อเนื่องในทุกๆ วัน”

ด้วยความตั้งใจที่จะส่งเสริมให้สมาชิกก้าวสู่เป้าหมาย ‘เกษียณมีสุข’ ได้อย่างมั่นใจ ผ่านกิจกรรมเล็ก ๆ ที่สามารถทำได้ง่ายในชีวิตประจำวัน กบข. ได้จัดแคมเปญ GPF Challenge : Freedom for Living ในรูปแบบ ‘เกมชาเลนจ์’ ที่ผสมผสานความสนุก ความท้าทาย และสาระความรู้เข้าไว้ด้วยกัน โดยได้รับรวม 10 ภารกิจจาก กบข. ที่ทั้งทำได้ง่าย สนุกสนาน และเต็มไปด้วยประโยชน์มาสร้างประสบการณ์รูปแบบใหม่ให้กับสมาชิก ไม่ว่าจะเป็นภารกิจที่ชวนให้ติดตามข้อมูลข่าวสารผ่าน My GPF Application เพื่อให้ไม่พลาดทุกความเคลื่อนไหวสำคัญ ภารกิจสร้าง My GPF My Twin 1 และ My Twin 2 ให้ครบที่เมนู My GPF & My GPF Twins หรือภารกิจเรียนรู้ผ่าน “หลักสูตรออนไลน์” ได้ทุกที่ทุกเวลา ภารกิจเหล่านี้ไม่เพียงช่วยเสริมสร้างความรู้ด้านการออมและการลงทุน แต่ยังปลูกฝังวินัยทางการเงินอย่างต่อเนื่อง ผ่านกิจกรรมเล็ก ๆ ที่ค่อย ๆ หล่อหลอมให้คุณหลงรักการออม เข้าใจการลงทุน และใส่ใจการวางแผนเกษียณอย่างมั่นคง พร้อมทั้งมอบความเพลิดเพลินจากการมีส่วนร่วมในกิจกรรม และยังเปิดโอกาสให้คุณลุ้นรับของรางวัลสุดพิเศษ ซึ่งจะกลายเป็นแรงบันดาลใจให้ก้าวสู่เป้าหมายที่ละก้าวในทุก ๆ วัน นอกจากนี้ ทุกกิจกรรมที่สมาชิกเข้าร่วมยังสามารถสะสมเป็นคะแนนแห่งความสุข GPF Point เพื่อนำไปแลกกับของรางวัลมากมาย พร้อมทั้งมีสิทธิ์ลุ้นรับรางวัล ‘แพนด้ายักษ์แห่งปี’ อีกด้วย



เปิด 10 ภารกิจ “GPF Challenge” ท้าทายความเป็นแฟนตัวยง กบข. ในตัวคุณ



สำหรับสมาชิก กบข. ที่ติดตามความเคลื่อนไหวของกิจกรรมอย่างต่อเนื่อง...ขอบอกเลยว่าภารกิจทั้งหมดในแคมเปญนี้ไม่ยากอย่างที่คิด! เพียงเข้าไปที่เมนู Activity บน My GPF Application จากนั้นให้เลือกภารกิจที่คุณสนใจ และเริ่มทำได้ทันที โดยไม่จำเป็นต้องทำตามลำดับใด ๆ และทุกครั้งที่ทำภารกิจสำเร็จ ระบบจะบันทึกความคืบหน้าและสะสมคะแนน GPF Point ให้โดยอัตโนมัติ ซึ่งจะคะแนนที่ได้รับนอกจากสามารถนำไปแลกกับของรางวัลสุดพิเศษได้แล้ว ยังมีสิทธิ์ลุ้นรับรางวัล “แพนด้ายักษ์ กบข.” สำหรับสมาชิก 1,000 ท่านแรกที่ทำครบ 8 ภารกิจภายในวันที่ 30 พฤศจิกายน 2568 อีกด้วย และภารกิจทั้ง 10 จะมีอะไรบ้างนั้น...วารสาร กบข. ได้รวบรวมรายละเอียดมาให้คุณติดตามไปพร้อมกัน...



Challenge

“My GPF Application และ LINE กบข.”



ระยะเวลา 1 มกราคม 2568 - 30 พฤศจิกายน 2568



ภารกิจ Challenge นี้ ประกอบด้วย 2 ภารกิจ คือ ลงทะเบียนเข้าใช้งานให้ครบ 2 ช่องทาง ทั้ง My GPF Application และ LINE กบข.

“My GPF Application และ LINE กบข.” คือเพื่อนคู่หูคนสำคัญที่จะไม่ทำให้คุณพลาดข่าวสารและบริการสำคัญของ กบข. Challenge นี้ ประกอบด้วย 2 ภารกิจย่อย เพียงลงทะเบียนเข้าใช้งานให้ครบทั้ง 2 ช่องทางก็ถือว่าสำเร็จภารกิจ ทั้งนี้หากสมาชิกเคยลงทะเบียนทั้ง 2 ช่องทางนี้มาก่อนวันที่เริ่มกิจกรรม (ก่อนวันที่ 1 มกราคม 2568) จะถือว่าคุณได้ทำภารกิจนี้สำเร็จแล้ว



Challenge

“ยืนยันอีเมล”



รางวัล รับ GPF Point 10 คะแนน



ระยะเวลา 5 กันยายน 2568 - 30 พฤศจิกายน 2568



ภารกิจ ยืนยันอีเมลของคุณให้สำเร็จภายในระยะเวลาที่กำหนดก็สามารถสะสมคะแนนได้ทันที ทั้งนี้หากสมาชิกเคยยืนยันอีเมลไว้แล้วมาก่อนวันที่เริ่มกิจกรรม ถือว่าคุณได้ทำภารกิจนี้สำเร็จแล้ว เพียงแต่จะไม่ได้รับ GPF Point จากภารกิจนี้



Challenge

“ข้อมูลน่ารู้ใน e-Statement”



รางวัล

รับ GPF Point 10 คะแนน



ระยะเวลา

24 มกราคม 2568 – 30 พฤศจิกายน 2568



ภารกิจ

Challenge นี้ ประกอบด้วย 3 ภารกิจ

1. “อ่านเอกสารแนบใบแจ้งยอดเงินปี 2567” รู้หรือไม่ว่าเรื่องสำคัญที่สมาชิกควรรู้ได้ถูกรวบรวมไว้ในเอกสารแนบใบแจ้งยอดโดยสมาชิกต้องเข้าร่วมภารกิจผ่านเมนู Activity เลือกหัวข้อ “GPF Challenge” บน My GPF Application จึงจะได้รับ GPF Point และจะต้องทำภารกิจให้สำเร็จในช่วงระยะเวลาที่กำหนด ทั้งนี้ หากสมาชิกเคยเข้าร่วมภารกิจ “อ่านเอกสารแนบใบแจ้งยอดเงินปี 2567” ผ่าน My GPF Application หรือ LINE กบข. หรือช่องทางอื่น ๆ มาก่อนระยะเวลาที่กำหนด ถือว่าภารกิจยังไม่สำเร็จ และจะต้องเข้าร่วมภารกิจนี้ใหม่ จึงจะได้รับ GPF Point

2. “ชมวิดีโอ 9 คำศัพท์น่ารู้ใบแจ้งยอดเงิน” เข้าใจข้อมูลในใบแจ้งยอดได้ง่าย ไม่สับสน เพียงชมวิดีโอ 9 คำศัพท์น่ารู้ใบแจ้งยอดเงิน ผ่าน My GPF Application หรือ LINE กบข. ตั้งแต่วันที่เริ่มเผยแพร่คลิปบนเมนูหลักสูตรออนไลน์ คือ 24 มกราคม 2568 – 30 พฤศจิกายน 2568 ถือว่าคุณได้ทำ Challenge “ข้อมูลน่ารู้ใน e-Statement” สำเร็จ

3. “อ่าน Fund Fact Sheet แผนการลงทุน” ข้อมูลสำคัญที่จะทำให้คุณเข้าใจวัตถุประสงค์และนโยบายการลงทุน โดยสมาชิกต้องเข้าร่วมภารกิจนี้ผ่านเมนู Activity เลือกหัวข้อ “GPF Challenge” บน My GPF Application จึงจะได้รับ GPF Point จาก Challenge นี้ ทั้งนี้ หากสมาชิกเคยเข้าร่วมภารกิจนี้ผ่าน My GPF Application หรือ LINE กบข. หรือช่องทางอื่น ๆ มาก่อนระยะเวลาที่กำหนดถือว่าภารกิจไม่สำเร็จ และต้องเข้าร่วมภารกิจนี้ใหม่



Challenge

“หลักสูตรออนไลน์”



รางวัล

รับ GPF Point 15 คะแนน



ระยะเวลา

5 กันยายน 2568 – 30 พฤศจิกายน 2568



ภารกิจ

Challenge นี้ ประกอบด้วย 6 ภารกิจ คือ เข้าเรียนหลักสูตรออนไลน์ให้ครบ 6 หลักสูตรที่กำหนด

สมาชิก กบข. สามารถเพิ่มเติมความรู้ด้านการออม การลงทุน และการวางแผนการเงิน กับ “หลักสูตรออนไลน์” จาก กบข. ด้วยเนื้อหาที่กระชับ เข้าใจง่าย ช่วยให้พัฒนาทักษะการจัดการเงิน ได้ทุกที่ ทุกเวลา กับ 6 หลักสูตรที่คัดสรรมาเพื่อสมาชิก กบข. อย่างครบถ้วน เพียงทำภารกิจใน Challenge “หลักสูตรออนไลน์” ครบทั้งหมด ผ่าน My GPF Application หรือ LINE กบข. ในช่วงระยะเวลาที่กำหนดที่เมนู Activity เลือกหัวข้อ “GPF Challenge” หรือ เมนู หลักสูตรออนไลน์ กบข. ถือว่าคุณได้ทำภารกิจใน Challenge “หลักสูตรออนไลน์” สำเร็จและได้รับ GPF Point

หากสมาชิกเคยทำภารกิจใน Challenge “หลักสูตรออนไลน์” บางส่วนหรือทั้งหมด ผ่าน My GPF Application หรือ LINE กบข. มาก่อนวันเริ่มกิจกรรม ถือว่าไม่สำเร็จ ต้องเริ่มทำใหม่ภายในระยะเวลาที่กำหนด



Challenge

“My GPF & My GPF Twins”



รางวัล

รับ GPF Point 20 คะแนน เมื่อทำครบทุกภารกิจจะได้รับ



ระยะเวลา

30 กันยายน 2567 – 30 พฤศจิกายน 2568



ภารกิจ

Challenge นี้ ประกอบด้วย 3 ภารกิจ คือสร้าง (1) My GPF (2) My Twin 1 และ (3) My Twin 2 ให้ครบ

My GPF & My GPF Twins คือ หนึ่งในเมนูสำคัญบน My GPF Application ที่จะช่วยให้สมาชิกบริหารเงิน กบข. อย่างเข้าใจ และวางแผนเกษียณได้แม่นยำยิ่งขึ้นจากข้อมูลที่สามารถกำหนดได้เอง โดย สมาชิกต้องทำ Challenge นี้ให้ครบทั้ง 3 ภารกิจย่อย ภายในระยะเวลาที่กำหนด จึงจะได้รับ GPF Point หากสมาชิกเคยทำภารกิจบางส่วนแล้ว ตั้งแต่วันที่ 30 กันยายน 2567 (วันที่เปิดให้บริการเมนูอย่างเป็นทางการ) ให้ทำส่วนที่เหลือให้ครบภายในระยะเวลาที่กำหนด จะถือว่าคุณได้ทำ Challenge นี้สำเร็จ หรือหากสมาชิกเคยทำครบทั้ง 3 ภารกิจย่อยแล้ว ถือว่า Challenge นี้สำเร็จทันที และจะได้รับ GPF Point



Challenge

“ติดตามและเปรียบเทียบ Twins ประจำเดือน”



รางวัล รับ GPF Point 3 คะแนน (ภารกิจละ 1 คะแนน)



ระยะเวลา 1 กันยายน 2568 – 30 พฤศจิกายน 2568



ภารกิจ Challenge นี้ มี 3 ภารกิจย่อย

สมาชิกจะต้องกดเข้าเมนู Activity ที่ My GPF Application เพื่อติดตามประมาณการเงิน กบข. กับ Twins ของตนเองเป็นประจำทุกเดือน เดือนละ 1 ครั้ง ตั้งแต่วันที่เริ่มกิจกรรม GPF Challenge จนถึงวันที่สิ้นสุดระยะเวลากิจกรรม (รวม 3 เดือน นับเป็น 3 ภารกิจ) โดยจะได้รับ GPF Point 1 คะแนนต่อครั้ง ต่อเดือน ต่อคน และหากสมาชิกไม่ได้เข้าร่วมภารกิจภายในเดือนนั้นจะถือว่าภารกิจไม่สำเร็จและจะไม่ได้รับ GPF Point จากกิจกรรมประจำเดือนนั้น



Challenge

“ออมเพิ่ม”



รางวัล รับ GPF Point 20 คะแนน



ระยะเวลา 1 มกราคม 2568 – 30 พฤศจิกายน 2568



ภารกิจ แจ้งออมเพิ่มกับ กบข. ที่ % ก็ได้

บริการ “ออมเพิ่ม” ไม่เพียงช่วยให้สมาชิกมีเงินใช้จ่ายหลังเกษียณมากขึ้น และได้รับสิทธิประโยชน์ทางภาษีไปในตัว แต่ยังเป็นเครื่องมือในการสร้างวินัยการออมอย่างต่อเนื่อง โดยสมาชิกสามารถเลือกออมเพิ่มได้ตั้งแต่ **1-27% ของเงินเดือน** และเมื่อรวมกับเงินสะสมปกติ 3% จะออมได้สูงสุดถึง 30% ของเงินเดือนเลยทีเดียว โดย Challenge นี้ เพียงสมาชิกแจ้งออมเพิ่มกับ กบข. ในอัตราที่ % ก็ได้ผ่านช่องทางออนไลน์ของ กบข. ได้แก่ My GPF Application หรือ LINE กบข. หรือหน่วยงานต้นสังกัดของสมาชิกที่ต้องนำส่งเงินออมเพิ่มเข้ามายัง กบข. ระหว่างวันที่กำหนดจึงจะถือว่า Challenge “ออมเพิ่ม” สำเร็จ และจะได้รับ GPF Point จาก Challenge นี้ หรือหากสมาชิกออมเพิ่ม กับ กบข. ในอัตรา 27% อยู่แล้ว จะถือว่า Challenge “ออมเพิ่ม” สำเร็จ และจะได้รับ GPF Point จาก Challenge นี้



Challenge

“กิจกรรมของฉัน”



ระยะเวลา 1 กันยายน 2568 – 30 พฤศจิกายน 2568



ภารกิจ Challenge นี้ ประกอบด้วย 5 ภารกิจย่อย

สมาชิกต้องเข้าร่วมกิจกรรมผ่านช่องทางต่างๆ ของ กบข. ได้แก่ Facebook กบข. LINE กบข. My GPF Application และ TikTok กบข. ช่องทางใดก็ได้ให้ครบทั้งหมด 5 ครั้ง ภายในระยะเวลาที่กำหนด จึงจะถือว่า Challenge “กิจกรรมของฉัน” สำเร็จ และเมื่อสมาชิกร่วมกิจกรรมแล้วระบบจะอัปเดตสถานะของ Challenge “กิจกรรมของฉัน” ภายหลังจากที่แต่ละกิจกรรมได้ประกาศผลการจัดกิจกรรมเรียบร้อยแล้ว



Challenge

“ลงทะเบียนอบรม”



ระยะเวลา 5 กันยายน 2568 – 30 พฤศจิกายน 2568



ภารกิจ Challenge นี้ ประกอบด้วย 2 ภารกิจ

สมาชิกจะต้องลงทะเบียนเข้าร่วมอบรมผ่านช่องทางออนไลน์ของ กบข. ได้แก่ My GPF Application หรือ LINE กบข. ช่องทางใดก็ได้ และเข้าร่วมอบรมกับ กบข. ครบทั้งหมด 2 ครั้ง ภายในระยะเวลาที่กำหนด จึงจะถือว่า Challenge “ลงทะเบียนอบรม” สำเร็จ สำหรับสมาชิกที่เคยลงทะเบียนเข้าร่วมอบรมกับ กบข. ผ่านช่องทางออนไลน์ของ กบข. หรือเคยลงทะเบียนเข้าร่วมอบรมกับ กบข. ครบ 2 ครั้งแล้วตั้งแต่วันที่ 1 มกราคม 2568 จนถึงก่อนวันที่เริ่มกิจกรรม GPF Challenge ถือว่า Challenge “ลงทะเบียนอบรม” ไม่สำเร็จ และจะต้องร่วม Challenge นี้ใหม่อีกครั้งภายในระยะเวลาที่กำหนด



Challenge

“สิทธิพิเศษ”



สิทธิพิเศษ และ
GPF Point



ระยะเวลา 5 กันยายน 2568 – 30 พฤศจิกายน 2568



ภารกิจ Challenge นี้ ประกอบด้วย 2 ภารกิจ

สมาชิกจะต้องกดรับสิทธิพิเศษให้ครบทั้งหมด 2 สิทธิพิเศษ ภายในระยะเวลาที่กำหนดจึงจะถือว่า Challenge นี้สำเร็จ โดยสามารถกดรับสิทธิ์ได้ผ่าน My GPF Application หรือ LINE กบข. ที่เมนู สิทธิพิเศษ และ GPF Point ในรูปแบบแสดงโค้ดส่วนลด หรือบาร์โค้ด หรือคิวอาร์โค้ด หรือกดรับสิทธิพิเศษเพื่อเชื่อมต่อไปยังเว็บไซต์ของพาร์ทเนอร์สวัสดิการ หรือกดรับสิทธิพิเศษเพื่อให้เจ้าหน้าที่บริษัทติดต่อกลับ หรือกดแลกรับของรางวัลในเมนู GPF Point ซึ่งไม่รวมการกดรับสิทธิในรูปแบบบัตรสมาชิก กบข. (ทั้งพลาสติกและดิจิทัล) สำหรับสมาชิกที่เคยกดรับสิทธิพิเศษในรูปแบบดังกล่าวก่อนวันที่เริ่มกิจกรรม GPF Challenge ถือว่า Challenge “สิทธิพิเศษ” ไม่สำเร็จ และจะต้องร่วมทำภารกิจนี้ใหม่ให้ครบภายในระยะเวลากิจกรรม

ริบมาสนุกและได้สาระไปกับ GPF Challenge: Freedom for Living ภารกิจเล็ก ๆ ที่จะพาคุณก้าวสู่เป้าหมาย “เกษียณมีสุข” ไปด้วยกันได้แล้ววันนี้ ที่เมนู Activity บน My GPF Application แล้วมาลุ้นกันว่ารางวัล “แพลนตวง กบข.” อาจเป็นของคุณ! ... 

หมายเหตุ : *คำตัดสินของ กบข. ถือเป็นที่สุด *ส่วนสิทธิ์การร่วมกิจกรรมสำหรับสมาชิก กบข. เก่านั้น *เงื่อนไขเป็นไปตามที่ กบข. กำหนด อ่านเพิ่มเติมได้ที่เมนู Activity

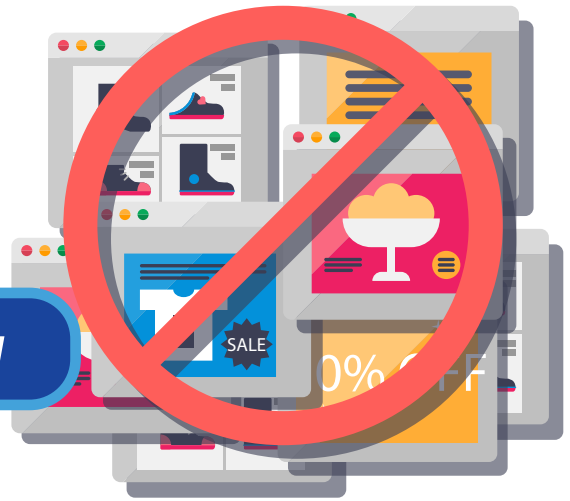


ทำพิสูจน์!



No Buy Challenge 30 วัน

กับเทรนด์เปลี่ยนชีวิตการเงิน



โลกยุคนี้เต็มไปด้วยการช้อปปิ้งออนไลน์ที่สะดวกเพียงปลายนิ้ว อยากได้อะไรก็กดเพียงไม่กี่คลิก ของที่อยากได้ก็มาส่งถึงบ้านอย่างรวดเร็ว สะดวก ง่ายดาย แต่มันก็เป็นเหมือนดาบสองคมที่หลายคนอาจไม่ทันรู้ตัวว่าเงินเดือนกำลังละลายหายไปกับของไม่จำเป็น ถ้าคุณเคยรู้สึกว่าเป็นหมดไวกว่าแบบจับต้นชนปลายไม่ถูก อาจถึงเวลาที่ต้องรีเซ็ตพฤติกรรมการใช้จ่ายใหม่เสียที คอลัมน์ Money Buddy ฉบับนี้จะพาคุณไปรู้จักกับ “No Buy Challenge” เทรนด์มาแรงบนโซเชียลที่ชวนคุณงดซื้อของที่ไม่จำเป็น ที่เปลี่ยนการช้อปปิ้งเป็นการฝึกใจและฟื้นฟูวินัยทางการเงินของตัวเอง บอกเลยว่าถ้าได้ลองทำตามแล้วจะช่วยเซฟเงินในกระเป๋าได้ไม่น้อยเลยทีเดียว

No Buy Challenge คืออะไร? ทำไมถึงกลายเป็นเทรนด์

กระแส No Buy Challenge หรือ “ชาเลนจ์ไม่ซื้อของที่ไม่จำเป็น เป็นเวลา 30 วัน” เริ่มต้นจากแนวคิดในขบวนการ Minimalism และ Intentional Living ที่เน้นการใช้ชีวิตเรียบง่ายและมีสติ รู้ว่าตัวเองใช้เงินไปกับอะไร และสิ่งนั้นตอบโจทย์ชีวิตจริง ๆ หรือไม่ จากเดิมที่เป็นเพียงวิถีฝึกวินัยการเงินของคนบางกลุ่มแต่เมื่อผู้คนเริ่มแชร์ประสบการณ์ลงบนโซเชียลมีเดีย ไม่ว่าจะเป็น TikTok, Instagram, X หรือ YouTube ความจริงจูงใจความสนุกของชาเลนจ์นี้ ทำให้หลายคนอยากลอง เพราะมันไม่ใช่การฝืนใจอยู่คนเดียวแต่คือการ “ทำไปพร้อม ๆ กัน” กับผู้คนทั่วโลก

No Buy Challenge 30 วัน กลายเป็นเทรนด์ที่ตอบโจทย์คนรุ่นใหม่ที่ชอบความท้าทายและอยากพิสูจน์ใจตัวเอง เพียงตั้งกติกาง่าย ๆ ว่า “จะหยุดซื้อของเกินความจำเป็นตลอด 30 วัน” ความเรียบง่ายและทำตามได้จริงนี่เองที่ทำให้ชาเลนจ์นี้แพร่หลายและกลายเป็นเทรนด์ไวรัล หลักการก็ไม่ซับซ้อนยิ่งซื้อของได้ แต่ต้องเป็นสิ่งจำเป็นจริง ๆ ต่อการใช้ชีวิต เช่น อาหาร ของใช้ประจำวัน หรือค่าเดินทาง ขณะเดียวกันก็ทำลิสต์รายการสินค้าที่จะงดซื้อ หรือหยุดซื้อให้ชัดเจน เช่น เครื่องสำอางหรือสกินแคร์ชิ้นใหม่ (ทั้งที่ของเดิมยังใช้ได้) เสื้อผ้าแฟชั่นที่ซื้อตามกระแส มืออาหารหรูที่เกินงบ ของสะสมหรือแอดเจ็คทีฟที่ไม่ได้ใช้ ในการทำ No Buy Challenge สามารถช่วยลดพฤติกรรมใช้เงินตามอารมณ์ และช่วยให้ประหยัดเงินในกระเป๋าเพียงเพราะตัดค่าใช้จ่ายที่ไม่จำเป็นออกไป เงินที่เหลือจากการงดซื้อของฟุ่มเฟือยเหล่านี้สามารถนำไปเก็บออมหรือต่อยอดเพิ่มความมั่งคั่งได้



ขั้นตอนทำ No Buy Challenge 30 วัน ให้สำเร็จแบบไม่กดดันตัวเอง



ขั้นตอนที่ 1 ตั้งกติกาให้ตัวเองแบบที่ทำได้จริง

โดยเริ่มจากสิ่งที่คุณพอจะทำซ้ำ ๆ ได้ทุกวัน แทนที่จะห้ามทุกอย่าง ลองเลือกงดสิ่งที่ไม่จำเป็นจริงหรือของที่ยังมีใช้อยู่ และอนุญาตตัวเองซื้อสิ่งเล็ก ๆ ที่ให้ความสุขได้บ้าง เช่น งดซื้อกาแฟร้านประจำวันสัปดาห์ละ 1 วัน ซื้อเครื่องดื่มได้แต่ลดขนาดจากแก้วใหญ่เป็นแก้วเล็ก จำกัดอาหารฟุ่มเฟือยไม่เกินสัปดาห์ละ 1 ครั้ง ไม่ซื้อเสื้อผ้าใหม่ตลอด 30 วัน ถ้าสกินแคร์หรือเครื่องสำอางยังไม่หมดไม่ซื้อเพิ่มเด็ดขาด สิ่งเล็กน้อยเหล่านี้ที่คุณสามารถทำได้จะช่วยให้คุณเพิ่มกำลังใจให้ทำต่อได้เรื่อยๆ



ขั้นตอนที่ 2 วางแผนการใช้จ่ายต่อวันแบบมีบซัดเจน

ตั้งงบประมาณรายวัน เช่น “ใช้ไม่เกินวันละ 200 บาท” ถ้าใช้เกินในวันหนึ่ง วันถัดไปอาจต้องใช้น้อยลงเพื่อให้ยังอยู่ในงบรวม แยกรายการของที่จำเป็นและของที่ควรเลี่ยงไว้ล่วงหน้า จดบันทึกค่าใช้จ่ายหรือใช้แอปพลิเคชันที่ช่วยจัดการรายจ่ายในแต่ละวันเพื่อดูพฤติกรรมการใช้เงินของตัวเองแบบชัดๆ และเพื่อลดการเสียเงินไปกับสินค้าที่ไม่จำเป็น



ขั้นตอนที่ 3

ควบคุมพฤติกรรมกรอช้อ (Pause ก่อนซื้อ)

ทุกครั้งที่ยากได้อะไร ให้จดไว้ก่อนอย่าซื้อทันที รอให้ครบ 30 วัน แล้วกลับมาดูอีกครั้งว่า "ยังอยากได้อยู่ไหม?" หลายครั้งจะพบว่า บางอย่างแค่อยากได้เป็นเพราะอารมณ์ชั่ววูบเท่านั้น แต่ถ้ายังอยากได้จริง ๆ และมีเงินพร้อมก็ค่อยตัดสินใจอีกครั้งหลังจบชาเลนจ์



ขั้นตอนที่ 4

หากิจกรรมทดแทนที่ไม่ต้องใช้เงิน

เวลารู้สึก "มือไม่ยักยกดสิ่งของ" ให้เบี่ยงพล่งออกไปทำอย่างอื่น เช่น เดินเล่น ออกกำลังกาย ดื่มน้ำ ฟังเพลง อ่านหนังสือที่ซื้อมาแล้วยังไม่ได้อ่าน ใช้ของเดิมให้คุ้ม หรือแลกเปลี่ยนกับเพื่อน ยืม ใช้ร่วม หรือการนำสิ่งที่มีอยู่แล้วมา DIY แทนการซื้อใหม่ เปลี่ยนความอยากซื้อเป็นโอกาสสร้างนิสัยใหม่ที่ดีกว่า



ขั้นตอนที่ 5

มีวันพักเบรกเป็นระยะ

หากทำตลอด 30 วันแล้วรู้สึกตึงเกินไป อาจตั้งวัน "Free Day" 1 วัน ต่อการงดซื้อของ 7 วัน อารมณ์เหมือนชีทเดย์ (Cheat Day) เลย เป็นวันที่อนุญาตให้ใช้จ่ายเล็ก ๆ น้อย ๆ ภายใต้งบที่กำหนด เพื่อป้องกันไม่ให้รู้สึกเครียดจนล้มเลิกกลางคันได้



ขั้นตอนที่ 6

บันทึกทุกวันสร้างแรงผลักดัน

จดสิ่งที่คุณทำได้ในแต่ละวันลงในสมุด หรือโพสต์สั้น ๆ ในโซเชียลมีเดีย เช่น "Day 7 ของ No Buy Challenge ฉันงดคาเฟ่ได้ครบ 3 วันแล้วนะ" การแชร์กับเพื่อนหรือคนรอบตัวจะช่วยให้คุณสร้างแรงผลักดัน ยิ่งแชร์ยิ่งอยากทำให้ถึงเป้าหมาย



ขั้นตอนที่ 7

ให้รางวัลแทนการช้อปปิ้ง

ทุกครั้งที่เราปล่อยให้เงินบวมที่ตังไว้แทนที่จะรู้สึกผิด ลองเปลี่ยนมามอบรางวัลให้ตัวเองเมื่อทำได้ตามเป้า เช่น ถ้างดซื้อของครบ 7 วัน อนุญาตให้ตัวเองดื่มเครื่องดื่มแก้วใหญ่ได้ 1 วันแบบไม่รู้สึกลิ้น หรือเก็บเงินส่วนที่ประหยัดได้ไว้ซื้อของที่มีความหมายจริง ๆ ในภายหลัง

มาถึงตรงนี้จะเห็นว่าการทำ No Buy Challenge 30 วัน เป็นวิธีหนึ่งที่ช่วยให้คุณสามารถรีเซ็ตพฤติกรรมการใช้จ่ายได้จริง วิธีการทำชาเลนจ์นั้นไม่ยากเลยเพียงแค่นำวิธีหลักการเหล่านี้ไปลองปรับใช้ให้เข้ากับตัวเองกันดู หากคุณสามารถลองเข้าร่วมชาเลนจ์สักครั้ง แล้วจะพบว่าวิธีการใช้จ่ายของคุณจะเปลี่ยนไป เปลี่ยนจากความสุขชั่วคราวที่ได้จากการซื้อมาเป็นความภูมิใจในตัวเองที่สามารถควบคุมการใช้จ่ายได้ ที่สำคัญเป้าหมายที่แท้จริงของชาเลนจ์นี้ ไม่ได้อยู่ที่การงดซื้อเพียงอย่างเดียว แต่คือการรู้คุณค่าของสิ่งที่มีอยู่แล้วและใช้เงินอย่างมีสติ ลดการใช้จ่ายตามอารมณ์ ไม่จำเป็นต้องเริ่มต้นจากการหักดิบไม่ซื้ออะไรเลย ขอแค่ทำสิ่งเล็ก ๆ แต่ทำต่อเนื่อง ผลลัพธ์จะค่อย ๆ ปรากฏทั้งในพฤติกรรม ความคิด และสถานะทางการเงิน จนกลายเป็นการเปลี่ยนแปลงที่อาจส่งผลต่อชีวิตคุณได้ในระยะยาว ... 



เปิดโลก สร้างโอกาสกับการ ลงทุนต่างประเทศ

“การลงทุนต่างประเทศ” เป็นแนวคิดที่มักถูกใช้เพื่อสื่อถึงการมองหาโอกาสใหม่ ๆ ในยุคที่ระบบเศรษฐกิจโลกเชื่อมต่อกันได้อย่างสะดวกและรวดเร็ว การลงทุนจึงไม่ได้จำกัดอยู่เพียงภายในประเทศอีกต่อไป นักลงทุนยุคใหม่จำเป็นต้องมองหาแนวทางในการขยายพอร์ตสู่ตลาดต่างประเทศ เพื่อเพิ่มโอกาสในการสร้างผลตอบแทนที่มั่นคงและยั่งยืน ทั้งยังช่วยกระจายความเสี่ยงจากปัจจัยเฉพาะถิ่นที่อาจส่งผลกระทบต่อเศรษฐกิจภายในประเทศ ดังนั้น การลงทุนต่างประเทศถือเป็นก้าวสำคัญในการ “เปิดโลก” และสร้างโอกาสใหม่ๆ ให้กับนักลงทุน

แล้วทำไมเราต้องลงทุนต่างประเทศ??? นี่คงเป็นคำถามที่ใครหลายๆ คนอยากรู้คำตอบ คอลัมน์ลงทุนลงทุนฉบับนี้จึงได้รวบรวมเหตุผลและข้อดีของการลงทุนต่างประเทศเพื่อเป็นแนวทางสำหรับการตัดสินใจลงทุนมาฝากกัน

1 เพื่อกระจายความเสี่ยง (Diversification) เพราะการลงทุนเฉพาะในประเทศเดียว เปรียบเสมือน “ใส่ไข่ทั้งหมดไว้ในตะกร้าใบเดียว” หากลงทุนเฉพาะในประเทศเดียว จะขึ้นอยู่กับเศรษฐกิจ การเมือง และนโยบายภายในประเทศนั้น ๆ ซึ่งหากเศรษฐกิจหรือการเมืองในประเทศเกิดความไม่แน่นอนจะกระทบกับการลงทุนโดยตรง ดังนั้น การลงทุนต่างประเทศช่วยกระจายพอร์ต ทำให้ผลตอบแทนไม่ขึ้นอยู่กับปัจจัยในประเทศเพียงอย่างเดียว

2 โอกาสในการสร้างผลตอบแทนที่สูงขึ้น การลงทุนในต่างประเทศเปิดโอกาสให้นักลงทุนเข้าถึงผลิตภัณฑ์การลงทุนที่หลากหลาย ซึ่งอาจไม่มีให้เลือกในตลาดหุ้นไทย เช่น หุ้นเทคโนโลยีชั้นนำอย่าง Apple, Microsoft, Tesla หรือ Alibaba รวมถึงพันธบัตรรัฐบาลของประเทศเศรษฐกิจขนาดใหญ่ การเข้าถึงธุรกิจระดับโลกเหล่านี้ทำให้นักลงทุนสามารถรับประโยชน์จากศักยภาพการเติบโตของเศรษฐกิจโลกได้โดยตรง นอกจากนี้ การกระจายการลงทุนไปยังหลายภูมิภาคยังเพิ่มความยืดหยุ่นให้กับพอร์ต การถือครองสินทรัพย์ต่างประเทศสามารถช่วยรักษาเสถียรภาพ และช่วยรักษาผลตอบแทนโดยรวมได้

3 ป้องกันความเสี่ยงจากค่าเงิน การลงทุนในต่างประเทศมีบทบาทสำคัญต่อการรักษาเสถียรภาพของระบบเศรษฐกิจไทยในหลายมิติ โดยเฉพาะด้าน กระแสเงินทุนเคลื่อนย้าย (Capital Flows) การกระจายเงินลงทุนไปยังต่างประเทศช่วยให้กระแสเงินไหลเข้า-ออกประเทศมีความสมดุลมากขึ้น ไม่พึ่งพาเงินทุนไหลเข้าเพียงด้านเดียวเหมือนในอดีต ซึ่งที่ผ่านมาไทยมักเผชิญการไหลเข้าของเงินทุนสูงจากการเกินดุลบัญชีเดินสะพัดและการลงทุนในหลักทรัพ์จากต่างชาติ และยังทำหน้าที่เสมือน “shock absorber” ลดแรงกระแทกต่อเศรษฐกิจในกรณีเกิดวิกฤตการเงินระหว่างประเทศ ซึ่งเมื่อเงินทุนเคลื่อนย้ายมีทั้งขาเข้าและขาออกที่สมดุลขึ้น อัตราแลกเปลี่ยนย่อมมีความยืดหยุ่นมากขึ้น ส่งผลให้ภาคการส่งออกและภาคการผลิตปรับตัวได้ดีขึ้น และช่วยลดภาระของภาครัฐ

นอกจากนี้ ในมุมมองของนักลงทุนรายบุคคล การถือครองสินทรัพย์ต่างประเทศยังเป็นเครื่องมือ **ป้องกันความเสี่ยงจากค่าเงิน (Currency Risk Hedging)** ได้อย่างมีประสิทธิภาพ หากค่าเงินบาทอ่อนค่าลง มูลค่าการลงทุนที่เป็นเงินตราต่างประเทศจะเพิ่มขึ้นเมื่อแปลงกลับเป็นเงินบาท ทำให้พอร์ตการลงทุนโดยรวมมีโอกาสรสร้างกำไรจากอัตราแลกเปลี่ยน และรักษามูลค่าในภาวะที่เศรษฐกิจภายในประเทศผันผวน

สำหรับ กบข. การลงทุนในต่างประเทศถือเป็นกลยุทธ์เชิงยุทธศาสตร์ที่สำคัญในการบริหารพอร์ตการลงทุนระยะยาว และกระจายความเสี่ยงไม่ให้กระจุกตัวอยู่ในตลาดใดตลาดหนึ่ง โดยในปี พ.ศ. 2565 ได้มีการแก้ไขเพิ่มเติม พระราชบัญญัติกองทุนบำเหน็จบำนาญข้าราชการ พ.ศ. 2539 และประกาศในกฎกระทรวงว่าด้วยหลักเกณฑ์และวิธีการจัดการเงินของ กบข. (ฉบับที่ 4) พ.ศ. 2565 ซึ่งกำหนดให้กองทุนสามารถลงทุนในสินทรัพย์ต่างประเทศได้สูงสุด ไม่เกินร้อยละ 60 ของพอร์ตการลงทุน เพื่อให้สอดคล้องกับสภาพเศรษฐกิจโลกและเศรษฐกิจไทยที่เปลี่ยนแปลงรวดเร็ว และเพิ่มความคล่องตัวในการบริหารเงินกองทุน และยกระดับประสิทธิภาพการจัดการลงทุนเพื่อสร้างผลตอบแทนที่เหมาะสมและยั่งยืน อันจะก่อให้เกิดประโยชน์สูงสุดแก่สมาชิกกองทุนในระยะยาว

โดยปัจจุบัน กบข. มีนโยบายและแผนการลงทุนที่หลากหลาย เพื่อให้สมาชิกสามารถเลือกลงทุนได้อย่างเหมาะสมกับเป้าหมายและระดับความเสี่ยงที่ต้องการ โดยครอบคลุมทั้งการลงทุนในประเทศและต่างประเทศ แบ่งออกเป็น 2 รูปแบบหลัก คือ “**แผนสำรอง**” เป็นแผนที่ กบข. จัดสัดส่วนการลงทุนโดยครอบคลุมสินทรัพย์หลากหลายประเภท เช่น หุ้นไทย หุ้นต่างประเทศ ตราสารหนี้ไทย ตราสารหนี้ต่างประเทศ และสินทรัพย์ทางเลือก มีทั้งหมด 4 แผนได้แก่ : แผนหลัก แผนหุ้น 35 แผนหุ้น 65 และแผนสมดุลตามอายุ (สัดส่วนใหม่) สมาชิกเพียงเลือกแผนที่เหมาะสมโดยไม่ต้องกำหนดสัดส่วนการลงทุนเอง และ “**แผนสินทรัพย์**” เป็นแผนการลงทุนแบบที่มีนโยบายลงทุนในสินทรัพย์ประเภทเดียว โดยสมาชิกสามารถนำแผนสินทรัพย์มากำหนดสัดส่วนการลงทุนได้ด้วยตนเองตามความต้องการ มีทั้งสิ้น 7 แผนได้แก่ : แผนเงินฝากและตราสารหนี้ระยะสั้น แผนตราสารหนี้ แผนกองทุนอสังหาริมทรัพย์ไทย แผนหุ้นไทย แผนหุ้นต่างประเทศ แผนตราสารหนี้ต่างประเทศ และแผนทองคำ (ลงทุนได้ไม่เกิน 25% ของเงินลงทุนทั้งหมด)

ท้ายนี้ แผนการลงทุนของ กบข. แต่ละแผนมีจุดเด่นและตอบโจทย์ความต้องการของสมาชิกที่แตกต่างกัน ซึ่งก่อนเลือกลงทุนควรศึกษา นโยบายการลงทุนและทำความเข้าใจปัจจัยเสี่ยงของแผนการลงทุนนั้น ๆ อย่างถี่ถ้วนก่อนตัดสินใจเลือก เพื่อให้มั่นใจได้ว่าแผนการลงทุนที่สมาชิกเลือกนั้นเป็นไปตามวัตถุประสงค์และความเสี่ยงที่สามารถยอมรับได้หรือไม่ หากสมาชิกต้องการข้อมูลเพิ่มเติมเกี่ยวกับการลงทุนหรือแผนการลงทุน สามารถนัดหมายที่ปรึกษาทางการเงินได้ที่ My GPF Application เมนู “นัดหมายปรึกษา” โดยเลือกวันและเวลาทำการที่ท่านสะดวก เพื่อให้เจ้าหน้าที่โทรติดต่อให้ข้อมูลสำหรับประกอบการตัดสินใจเลือกแผนการลงทุนด้วยความเข้าใจ โดยไม่เสียค่าใช้จ่ายใดๆ ... 



**กบข. ร่วมงานวันครบรอบวันสถาปนา
150 ปี การตรวจเงินแผ่นดินไทย**

นายรณชัย วินทุมากร ผู้ช่วยเลขาธิการและผู้บริหาร
กลุ่มงานบริหารความเสี่ยง เป็นตัวแทน กองทุนบำเหน็จบำนาญ
ข้าราชการ (กบข.) ร่วมแสดงความยินดี เนื่องในโอกาสวันครบ
รอบวันสถาปนา 150 ปี การตรวจเงินแผ่นดินไทยและร่วมบริจาค
เงินสมทบทุนโรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์ สภากาชาดไทย โดยมีนาย
มณฑิเร จเรจิผล ผู้ว่าการตรวจเงินแผ่นดินให้การต้อนรับและ
รับมอบเงินสมทบทุน ณ สำนักงานการตรวจเงินแผ่นดิน เมื่อ
วันที่ 18 กันยายน 2568

กบข. เตรียมเงิน 2.5 หมื่นล้านบาท จ่ายเงินให้สมาชิกเกษียณปี 68 พร้อมเสนอบริการออมต่อ ทางเลือกการบริหารเงินหลังเกษียณ



กบข. เตรียมเงินสด 2.5 หมื่นล้านบาท เพื่อจ่ายเงินให้กับสมาชิกที่เกษียณอายุราชการปีนี้ กว่า 18,000 ราย พร้อมกระตุ้นให้สมาชิกเลือกใช้บริการออมต่อ ทางเลือกการบริหารเงิน สร้างผลตอบแทนหลังเกษียณ

นายทรงพล ชีวะปัญญาโรจน์ เลขาธิการคณะกรรมการกองทุนบำเหน็จบำนาญข้าราชการ (กบข.) เปิดเผยว่า ในวันที่ 30 กันยายน 2568 มีสมาชิก กบข. ที่จะเกษียณอายุราชการ จำนวน 18,174 ราย จากปัจจุบัน มีสมาชิกรวม 1.27 ล้านราย ซึ่ง กบข. ได้เตรียมจ่ายเงินก้อน กบข. ประกอบด้วย เงินสะสมของสมาชิก เงินสมทบจากรัฐ และเงินผลประโยชน์ที่ กบข. นำไปบริหารสร้างผลตอบแทนให้ นับตั้งแต่เป็นสมาชิกถึงวันเกษียณ ให้แก่สมาชิกที่จะเกษียณอายุราชการปีนี้ ประมาณ 25,500 ล้านบาท

โดย กบข. ได้คาดการณ์ยอดเงินที่สมาชิกจะได้รับเฉลี่ย 1.49 ล้านบาท ต่อราย ยอดเงินที่ได้รับสูงสุด อยู่ที่ 7.59 ล้านบาท ซึ่งจะสามารถดำเนินการจ่ายเงินให้กับสมาชิกภายใน 7 วันทำการ หลังจากที่ กบข. ได้รับเอกสารที่ครบถ้วนถูกต้อง และประกาศเกษียณอายุราชการมีผลบังคับใช้

อย่างไรก็ตาม สมาชิก กบข. ที่จะเกษียณอายุราชการ และยังไม่มีการใช้เงินก้อน สามารถพิจารณาใช้บริการออมต่อกับ กบข. เพื่อให้ กบข. บริหารเงินลงทุนเพื่อสร้างผลตอบแทนให้อย่างต่อเนื่อง ซึ่งข้อมูล ณ 31 ส.ค. 68 มีอดีตสมาชิกที่ยังใช้บริการออมต่อเกือบ 8 พันราย มีอัตราผลตอบแทนเฉลี่ย 3 ปี ประมาณ 4%

“สมาชิ กบข. ที่เกษียณอายุราชการ จะได้รับเงิน 2 ทาง คือ เงินจาก กบข. และเงินบำเหน็จบำนาญจากกรมบัญชีกลาง สมาชิกที่ยังไม่มีแผนการ ใช้เงินก้อนของ กบข. สามารถพิจารณาเลือกออมต่อ เพื่อให้ กบข. บริหาร เงินสร้างผลตอบแทนให้อย่างต่อเนื่อง เพิ่มระดับความมั่นคงของคุณภาพชีวิต รวมถึงป้องกันเงิน กบข. จากมิฉฉาชีพ เนื่องจาก กบข. มีมาตรการป้องกัน ภัยจากมิฉฉาชีพอย่างรัดกุมและมีประสิทธิภาพสูงสุด มุ่งสู่การเกษียณ อย่างมีสุข” นายทรงพล กล่าว

สมาชิกที่สนใจบริการออมต่อ สามารถแจ้งความประสงค์ได้ 2 ช่องทาง คือ 1) แจ้งความประสงค์ทางระบบบำเหน็จบำนาญและสวัสดิการ วิทยาลัยพยาบาล (Digital Pension) ของกรมบัญชีกลาง และ 2) แจ้งความประสงค์ผ่านหน่วยงานต้นสังกัด พร้อมกรอกแบบ กบข. รง 008/1/2555 และเลือกบริการออมต่อที่มี 4 รูปแบบ คือ 1. ออมต่อทั้งจำนวน 2. พอยยรับเงินเป็นงวดๆ อาทิ รายเดือน รายสามเดือน รายหกเดือน หรือรายปี 3. ขอรับเงินบางส่วน ที่เหลือให้ กบข. บริหารต่อ 4. ขอรับเงินบางส่วน ที่เหลือ พอยยรับเงินเป็นงวดๆ สอบถามข้อมูลเพิ่มเติม ศูนย์บริการข้อมูล สมาชิก 1179

กบข. ร่วมแชร์มุมมองการลงทุน บนเวที Thailand Focus 2025



นายทรงพล ชีวะปัญญาโรจน์ เลขาธิการคณะกรรมการกองทุนบำเหน็จบำนาญข้าราชการ (กบข.) เข้าร่วมงาน “Thailand Focus 2025 : Beyond the Challenges” จัดโดยตลาดหลักทรัพย์แห่งประเทศไทย (ต.ล.ท.) โดยมีนายเผ่าภูมิ โรจนสกุล รัฐมนตรีช่วยว่าการกระทรวงการคลัง เป็นผู้กล่าวเปิดงาน

โดยในช่วงเสวนา หัวข้อ Reforming the Market: Capital Markets at an Inflection Point นายทรงพล ได้แชร์มุมมองที่จะช่วยปฏิรูปตลาดทุนให้ตอบโจทย์นักลงทุนอย่างยั่งยืน ซึ่ง กบข. มีสินทรัพย์การลงทุนประมาณ 1.5 ล้านล้านบาท มีการกระจายการลงทุนใน 21 สินทรัพย์ทั่วโลก ขณะนี้ กบข. กำลังทบทวนการจัดสรรการลงทุนระยะยาว (SAA) เพิ่มการลงทุนในสินทรัพย์เติบโตสูง โดยเฉพาะหุ้นไทย ใช้เทคนิคการคัดเลือกหุ้นรายตัว นำเกณฑ์ Set50 Free Float มาเป็นตัวชี้วัด

กบข. ในฐานะนักลงทุนสถาบัน มีความต้องการความเสถียรภาพของภาคการลงทุน มีกฎเกณฑ์ที่ชัดเจน ซึ่งต้องอาศัยความร่วมมือจากทุกฝ่าย ทั้งตลาดหลักทรัพย์แห่งประเทศไทย (ต.ล.ท.) และสำนักงานคณะกรรมการกำกับหลักทรัพย์และตลาดหลักทรัพย์ (ก.ล.ต.) ที่ต้องดำเนินการให้เกิดความชัดเจน รวมถึงบริษัทที่จดทะเบียน นักลงทุน และผู้ที่เกี่ยวข้องในภาคการลงทุน

อย่างไรก็ตาม ยังต้องติดตามการพัฒนาในด้านต่างๆ เพื่อให้นักลงทุนระยะกลางถึงระยะยาวมากกว่านักลงทุนที่เน้นการซื้อขายระยะสั้น และหวังว่าการดำเนินการของ ก.ล.ต. และ ต.ล.ท. จะสำเร็จในเร็วๆ นี้ เพื่อให้ตลาดลงทุนในไทยมีความยั่งยืนในอนาคต



Check Now

Burnout หรือแค่เหนื่อย?

เช็กสัญญาณหมดไฟ และวิธีดูแลใจให้กลับมาสดใสอีกครั้ง



ในชีวิตการทำงาน หลายคนคงเคยรู้สึก “เหนื่อยล้า” จนอยากพัก แต่บางครั้งความเหนื่อยนั้นกลับไม่หายไปแม้จะนอนเต็มที่หรือหยุดพักจากการทำงานไปหลายวัน จนต้องเริ่มตั้งคำถามกับตัวเองว่า...นี่คือแค่อาการ “เหนื่อยชั่วคราว” หรือจริง ๆ แล้วกำลังเผชิญกับภาวะ **Burnout หรือ หมดไฟในการทำงาน** กันแน่?

หลายคนอาจไม่ทันสังเกตว่าความแตกต่างเล็กน้อยระหว่าง “ความเหนื่อยธรรมดา” กับ “Burnout” มีความสำคัญมาก เพราะหากปล่อยให้อาการสะสมเรื้อรังอาจส่งผลกระทบต่อสุขภาพกาย จิตใจ และความสุขในการทำงานได้ **เพราะการหมดไฟในการทำงาน** เป็นสภาวะที่เกิดจากความเครียดสะสมยาวนาน จนทำให้ร่างกายและจิตใจอ่อนล้า ไม่เพียงแค่ว่า “เหนื่อย” แต่รู้สึกหมดแรงใจในการทำงาน ขาดแรงบันดาลใจ และบางครั้งถึงขั้นไม่อยากตื่นมาทำงานเลย ซึ่งต่างจากความเหนื่อยล้าทั่วไปที่มักหายไปหลังจากได้พักผ่อน แต่ Burnout จะเรื้อรังและค่อย ๆ บั่นทอนคุณภาพชีวิตโดยไม่รู้ตัว

“เหนื่อย” เป็นสิ่งที่ทุกคนเจอได้ แต่ถ้าเหนื่อยเรื้อรังจนกระทบจิตใจและชีวิตประจำวัน อาจเป็นสัญญาณของ Burnout การรู้จักสังเกตตัวเองและหาวิธีดูแลใจตั้งแต่เนิ่น ๆ จะช่วยให้คุณกลับมามีพลัง และทำงานได้อย่างมีความสุขมากขึ้น ซึ่งคอลัมน์ Check Now ฉบับนี้ กลับมาพร้อมความรู้ดี ๆ สำหรับชีวิตประจำวันเพื่อพาคุณไปเช็กสัญญาณเตือนสำคัญว่าคุณอาจกำลังหมดไฟหรือแค่เหนื่อยเกินไป พร้อมแนะนำวิธีดูแลใจให้กลับมาสดใสและมีพลังในการทำงานอีกครั้ง

สัญญาณเตือนว่าคุณอาจกำลัง Burnout

หากสงสัยว่าตัวเองหมดไฟจริง ๆ หรือแค่เหนื่อย ลองสังเกตสัญญาณเหล่านี้

- **เหนื่อยล้าเรื้อรัง** แม้จะนอนหลับพักผ่อนเต็มที่แล้วก็ยังรู้สึกหมดแรง
- **เฉยชาและหมดไฟ** งานที่เคยทำด้วยความตั้งใจกลับไม่รู้สึกมีความหมาย
- **อารมณ์แปรปรวน** หงุดหงิดง่าย เป้อุนหาย หรือรู้สึกไร้คุณค่า
- **สมาธิลดลง** ทำงานได้ช้าลง ผลัดวันประกันพรุ่งมากขึ้น
- **สุขภาพกายแย่ลง** ป่วยบ่อย ปวดศีรษะ ปวดเมื่อยโดยไม่มีสาเหตุชัดเจน

ถ้าหลายข้อ “ใช่” แสดงว่าคุณอาจไม่ใช่แค่เหนื่อย แต่กำลังเผชิญภาวะ Burnout ซึ่งไม่เพียงทำให้คุณรู้สึกหมดแรงและหมดใจในการทำงาน แต่ยังส่งผลกระทบต่อสุขภาพกาย อารมณ์ และความสัมพันธ์กับคนรอบตัวในระยะยาวด้วย ข่าวดีคือ Burnout ไม่ได้อยู่กับเราไปตลอด หากเรารู้ทันและเริ่มต้นดูแลตัวเองตั้งแต่นี้นี้ ก็สามารถค่อย ๆ ฟื้นฟูพลังใจให้กลับมาได้อีกครั้ง การดูแลใจไม่จำเป็นต้องซับซ้อน แต่เป็นเรื่องเล็ก ๆ ที่ทำได้ในชีวิตประจำวัน และเมื่อทำอย่างต่อเนื่อง ก็จะช่วยให้คุณกลับมาสดใส พร้อมเริ่มต้นทำงานด้วยพลังใหม่

วิธีดูแลใจง่ายๆ ให้กลับมาสดใสและมีพลังในการทำงานอีกครั้ง

- 1 **กำหนดขอบเขตงานและชีวิตส่วนตัว**
แยกเวลาให้ชัดเจน เช่น เลิกงานแล้วหยุดเช็กอีเมล
- 2 **พักผ่อนสั้น ๆ ระหว่างวัน**
ลุกขึ้นยืดเส้น สูดหายใจลึก ๆ หรือเดินออกไปเปลี่ยนบรรยากาศ 5 นาที
- 3 **ใส่ใจสุขภาพกาย**
นอนให้พอ กินอาหารที่ดี และออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ
- 4 **ตั้งเป้าหมายเล็ก ๆ**
แบ่งงานใหญ่เป็นส่วนย่อย ๆ แล้วให้รางวัลตัวเองเมื่อทำสำเร็จ
- 5 **พูดคุยกับคนที่ไว้ใจได้**
การระบายความรู้สึกช่วยลดภาระในใจ และบางครั้งยังได้คำแนะนำที่ช่วยให้มีกำลังใจกลับมา

ในเส้นทางการทำงาน คุณอาจหลีกเลี่ยงความเหนื่อยไม่ได้ แต่สิ่งสำคัญคือการรู้จักแยกแยะว่า คุณแค่ “เหนื่อยชั่วคราว” หรือกำลังเผชิญภาวะ “Burnout” ที่บั่นทอนทั้งกายและใจ การใส่ใจสัญญาณเตือนเล็กๆ และหมั่นดูแลตัวเองอยู่เสมอ คือการลงทุนที่คุ้มค่าที่สุด เพราะสุขภาพใจที่ดีจะเป็นพลังงานหลักในการทำงานและการใช้ชีวิตอย่างยั่งยืน และคุณควรรู้ไว้เสมอว่า บางครั้งการหยุดพักไม่ได้แปลว่าคุณล้มเหลว แต่เป็นการให้โอกาสตัวเองได้ชาร์จพลัง เพื่อกลับมาเดินต่ออย่างมั่นคงและมีความสุขกว่าเดิม ... 

GPF Fund Fair

จ.กรุงเทพฯ

พบกันเต็มวัน พุธที่ 16 ตุลาคม 2568 เวลา 8.30 - 15.30 น.

ณ ศูนย์ประชุมวายุภักษ์ ชั้น 4

โรงแรม เซ็นทารา โหล่ ศูนย์ราชการ และคอนเวนชันเซ็นเตอร์ แจ้งวัฒนะ



มหกรรมแห่งปีที่ กบข. จัดสรรกิจกรรมสุดพิเศษ พร้อมชวนทัพไปพบสมาชิกถึงที่

เลขาธิการฯ
พบสมาชิก กบข.



ทีมลงทุนพบสมาชิก
โดยรองเลขาธิการฯ กบข.
และทีมลงทุน



พร้อมด้วยกิจกรรมอีกมากมาย

ความรู้จัดแน่น



Money Freedom

เส้นทางสู่ชีวิตการเงินที่เลือกได้



โดยโค้ชหนุ่ม
จักรพงษ์ เมฆพันธุ์

- จัดการเงินให้เป็นระเบียบ บริหารสภาพคล่องการเงิน
- จัดการหนี้สิน วางแผนการออมเงิน

สนุกสานกับเกมสัการะเงิน

กิจกรรม

รวยไม่ใช่เล่น



- แทะรอยเส้นทางการเงินของตัวเองด้วยการจดบันทึกรายรับ-รายจ่าย
- ถ้าเราสถานการณ์การเงินไม่คาดคิดแบบนี้ ต้องรับมืออย่างไร?
- ทดลองเป็นนักลงทุน สไลด์ไลน์ที่ใช้สำหรับเรา จำลองสถานการณ์ต่างๆ ผ่านการเล่นเกม

เสริมทักษะสร้างรายได้

กิจกรรม

สร้างรายได้จาก TikTok

- เปลี่ยน TikTok ให้เป็นเครื่องมือสร้างรายได้หลักแสน
- เรียนรู้กลยุทธ์การเลือกสินค้า เทคนิคการสร้างคอนเทนต์
- เคล็ดลับการไลฟ์สดที่จะทำให้คุณโดดเด่นและประสบความสำเร็จในโลกของ TikTok



พิเศษ!



- รับคำปรึกษาจากผู้เชี่ยวชาญทางการเงินฟรี
- ลุ้นรับบัตร Tesco Lotus มูลค่า 100 บาท
- รับ GPF Point ให้สะสมคะแนนแลกของที่ระลึก
- ของที่ระลึกสุดพิเศษจาก กบข. เพื่อสมาชิกทุกคน



ห้ามพลาด! กิจกรรมดีๆ ที่จัดให้สมาชิก กบข. โดยเฉพาะ

รับเลย ลงทะเบียนเข้าร่วม สำรองที่นั่งก่อนใคร (ที่นั่งมีจำนวนจำกัด)



สอบถามข้อมูลเพิ่มเติม
ศูนย์บริการข้อมูลสมาชิก โทร 1179



GPF



@GPFcommunity



กองทุนบำเหน็จบำนาญข้าราชการ (กบข.)



www.gpf.or.th



กองทุนบำเหน็จบำนาญข้าราชการ (กบข.)