My GPF

วารสาร กบข.
Sep 2021

Happy Money

Happy Retirement

อยู่ที่ไหนก็เติมเต็มความรู้ได้ กับ
GPF & SET e-Learning
คอร์สเรียนออนไลน์ ฟรี! เพื่อสมาชิก กบข.

บริหารเงินก้อนสุดท้าย
ให้สุขสบายในวัยเกษียณ

ลงทุนวัยเก๋า
ใครๆ ก็ทำได้

CONTENTS

GPF EXPERIENCE
อยู่ที่ไหนก็เติมเต็มความรู้ได้ กับ
GPF & SET e-Learning
คอร์สเรียนออนไลน์ ฟรี! เพื่อสมาชิก กบข.

Deal 4 You
แผนสำรองของสุขภาพ...สมาชิก กบข.
รับส่วนลดสูงสุด 20% ที่โรงพยาบาลวิมุต

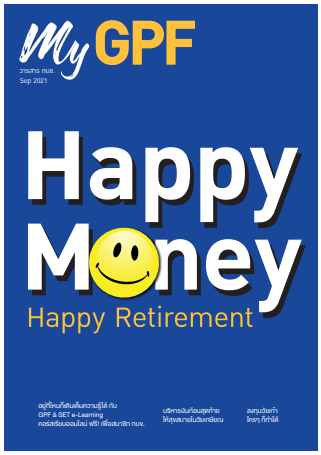
เรื่องจากปก
Happy Money
Happy Retirement

Money Buddy
บริหารเงินก้อนสุดท้าย
ให้สุขสบายในวัยเกษียณ

ลงทุนลงทุน
ลงทุนวัยเก๋า
ใครๆ ก็ทำได้

เรื่องท้ายเล่ม
สองทางเลือก “ลด” ภาระ
กับ “รถ” ติดภาระ

สารบรรณาธิการ



SEP 2021

เดือนนี้น่าจะเป็นการทำงานเดือนสุดท้ายของสมาชิก กบข. หลายๆ ท่าน เมื่อต้องเกษียณอายุราชการแล้ว เชื่อว่าจะเกิดการปรับตัวอย่างมาก ทั้งในด้านชีวิตประจำวัน การเงิน

สำหรับวารสารฉบับนี้ได้รวบรวมข้อมูลที่จำเป็นสำหรับผู้เกษียณ ทั้งการวางแผนว่าจะทำอะไรบ้าง เช่น การตรวจสอบสิทธิต่างๆ ที่ได้รับ การวางแผนการใช้เงินหรือบริหารเงินหลังเกษียณ วิธีการทำเรื่องขอรับเงินจะต้องดำเนินการอย่างไร ควรเริ่มอย่างไร เพื่อให้ทุกท่าน Happy Money Happy Retirement

คอลัมน์ลงทุ้นลงทุน มีแนวทางลงทุนหารายได้หลังจากเกษียณอายุราชการ ซึ่งเมื่อรายได้ประจำลดลง แต่ความจำเป็นในชีวิตประจำวันเท่าเดิม และมีแนวโน้มเพิ่มขึ้น การมีรายได้เสริมเข้ามา จะช่วยทำให้ลดปัญหาการมีเงินไม่พอใช้หลังเกษียณด้วย

ท้ายนี้ กองบรรณาธิการวารสาร กบข. ขอให้สมาชิก กบข. ที่เกษียณอายุราชการ มีสุขภาพร่างกายที่แข็งแรง และมีความสุขตลอดช่วงวัยเกษียณ

กองบรรณาธิการ

My GPF

เสนอแนะหรือต้องการรับข้อมูลข่าวสาร กบข. แจ้งได้ที่

โทรศัพท์ : 0-2636-1000

Email : member@gpf.or.th

GPF Contact Center : โทร. 1179

Line : @GPFcommunity

กองบรรณาธิการ

พิศุทธิ์ สัมปทานุกุล
พีรทัศน์ ชัยอภินันทิมา
วีรญา พิสุทธิ์พิบูลวงศ์
ชนษ์ชนก อยู่ชมวงษ์
สุนทรียา ช่างดำ
ชาญวิทย์ ลัภโต
ปรัชญาภรณ์ มกุลพานิช
กัญญา ศิริวราดร
นันท์นภัส จันทเสรีนนท์
ศุทธวีร์ มงคลสินธุ์
ประภาวรรณ ทองไข่

อยู่ที่ไหนก็เติมเต็มความรู้ได้ กับ GPF & SET e-Learning

คอร์สเรียนออนไลน์ ฟรี! เพื่อสมาชิก กบข.

เมื่อสถานการณ์แพร่ระบาดของเชื้อไวรัส COVID-19 ยังไม่มีทีท่าว่าจะจบลงง่าย ๆ แน่นอนว่าการเรียนรู้ในรูปแบบออนไลน์คือการเรียนที่ตอบโจทย์มากที่สุดในยุคนี้ และยังช่วยลดข้อจำกัดทำให้การหาความรู้เพิ่มเติมไม่ใช่เรื่องที่ยุ่งยากอีกต่อไป คอลัมน์ GPF EXPERIENCE ฉบับนี้ จึงขอแนะนำอีกหนึ่งบริการเพื่อสมาชิก กบข. ที่ทำให้ทุกคนสามารถเติมเต็มความรู้ได้ทุกที่ทุกเวลา และยังได้ใช้เวลาว่างที่มีเพิ่มขึ้นจากการ Work From Home มาเรียนออนไลน์กันได้อีกด้วย...

เพราะการเรียนรู้นั้นหยุดไม่ได้!

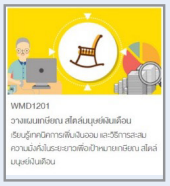
GPF & SET e-Learning คือคอร์สเรียนออนไลน์ที่ผสมผสานเทคโนโลยีมัลติมีเดีย พร้อมบทเรียนที่คัดเลือกมาเพื่อให้เหมาะกับสมาชิก กบข. โดยเฉพาะ เรียกได้ว่าเป็นแหล่งความรู้การเงินการลงทุนแบบดิจิทัลที่ช่วยให้สมาชิกสามารถลงทะเบียนเข้าเรียนได้ฟรีตลอด 24 ชั่วโมง ด้วย 2 ช่องทางการเรียนรู้ที่เชื่อมต่อกับบทเรียนได้ง่าย ๆ ผ่าน My GPF Website และ My GPF Application โดยความร่วมมือในการพัฒนาระบบ และการสนับสนุนหลักสูตรจากตลาดหลักทรัพย์แห่งประเทศไทย (ตลท.) ด้วยเนื้อหาที่ครอบคลุมความรู้การวางแผนการเงินการลงทุน สอนโดยวิทยากรผู้เชี่ยวชาญ โดดเด่นด้วยบทเรียนที่ให้ความรู้แบบ Step by Step ทำให้สะดวกและง่ายต่อการเรียนรู้จากการแบ่งหลักสูตรเป็นบทเรียนย่อย พร้อมบททดสอบวัดความรู้ก่อนและหลังการเรียนในแต่ละหลักสูตรอย่างมีมาตรฐาน อีกทั้งผู้เข้าเรียนยังสามารถขอรับวุฒิบัตรหรือใบ e-Certificate ได้อีกด้วย

แนะนำหลักสูตร

1. เงินทองต้องวางแผน

วิทยากร ดร.อัจฉรา โยมสินธุ์

เรียนรู้เทคนิคและวิธีการวางแผนจัดการเงินอย่างเป็นระบบ เพื่อให้บรรลุเป้าหมายที่ตั้งใจไว้ และสามารถต่อยอดความมั่งคั่งไปสู่การมีอิสรภาพทางการเงินได้



2. วางแผนเกษียณ สไตล์มนุษย์เงินเดือน

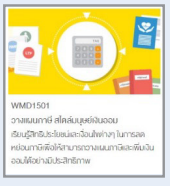
วิทยากร คุณชยุต ปริญญาธนกุล

เรียนรู้เทคนิคการเพิ่มเงินออม และวิธีการสะสมความมั่งคั่งในระยะยาว เพื่อเป้าหมายเกษียณ สไตล์มนุษย์เงินเดือน

3. วางแผนการเงินหลังเกษียณ สไตล์วัยเก๋า

วิทยากร คุณเกียรติศักดิ์ ลิมปเจริญกุล

เรียนรู้เทคนิคและวิธีการบริหารจัดการเงินหลังเกษียณ เพื่อเตรียมพร้อมก้าวสู่ชีวิตหลังเกษียณอย่างมีความสุข



4. วางแผนภาษี สไตล์มนุษย์เงินออม

วิทยากร คุณเสริมศักดิ์ มัยญะกิต

เรียนรู้สิทธิประโยชน์และเงื่อนไขต่างๆ ในการลดหย่อนภาษีเพื่อให้สามารถวางแผนภาษีและเพิ่มเงินออมได้อย่างมีประสิทธิภาพ

5. หลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง

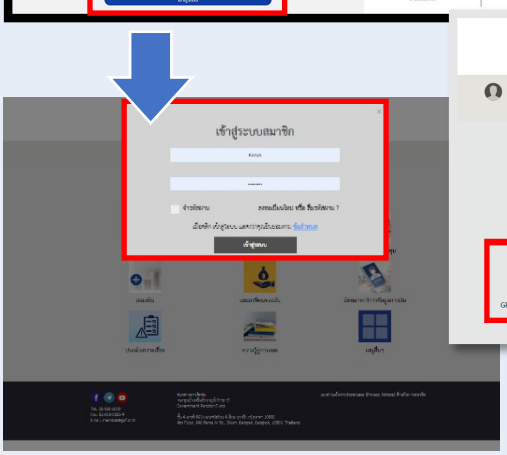
วิทยากร ดร.อัจฉรา โยมสินธุ์

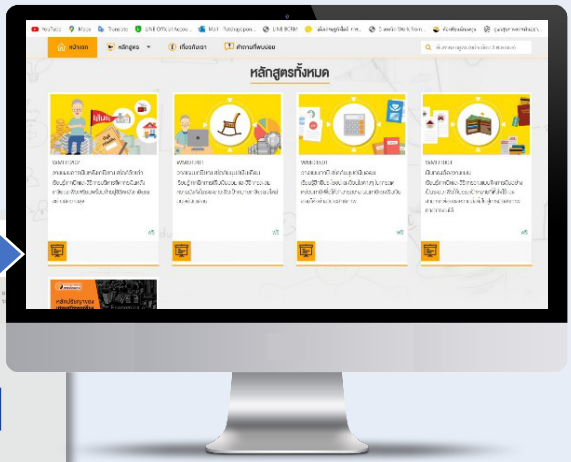
เรียนรู้หลักการและความสำคัญของปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงต่อสังคมไทย ทั้งระดับครอบครัว ระดับชุมชน และระดับประเทศ ตลอดจนการประยุกต์ใช้ปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงในการดำรงชีวิต

เข้าเรียนได้ง่าย ๆ ผ่าน 2 ช่องทาง

1. My GPF Website

1 เข้าเว็บไซต์ www.gpf.or.th และคลิกเข้าสู่ระบบ My GPF



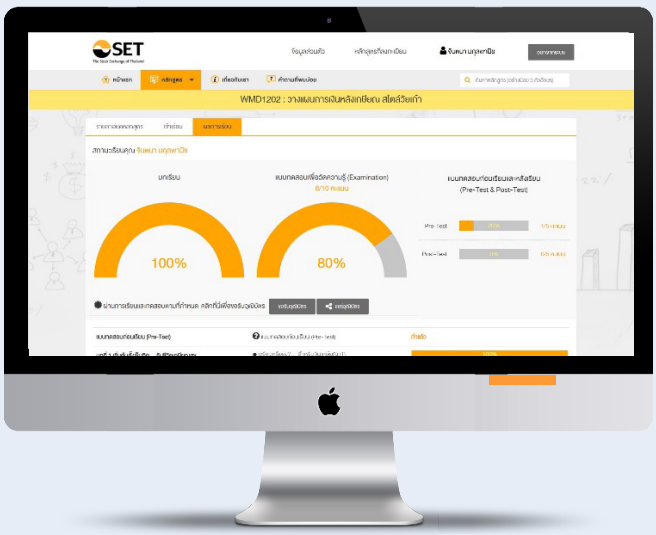


3 คลิก “เมนูอื่นๆ” และ คลิกเลือก “GPF & SET e-Learning”

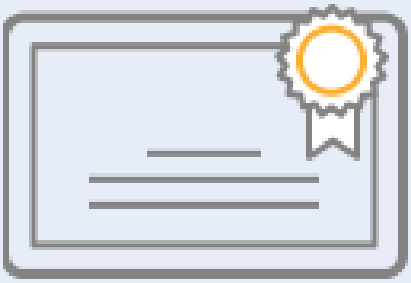
4 คลิกเลือก หลักสูตรที่สนใจ

2 กรอก User และ Password เพื่อเข้าสู่ระบบสมาชิก (กรณียังไม่เคยลงทะเบียนต้องลงทะเบียนก่อน)

เมื่อลงทะเบียนเข้าสู่เว็บไซต์ และเลือกหลักสูตรที่ต้องการเรียนเรียบร้อยแล้ว ผู้เรียนสามารถดาวน์โหลดเอกสารประกอบการบรรยายไว้ก่อน หรือจะเลือกดาวน์โหลดภายหลังก็ได้ หลังจากนั้นจะมีแบบทดสอบก่อนเข้าสู่บทเรียนจำนวน 5 ข้อ จำกัดเวลา 15 นาที ก่อนเข้าสู่บทเรียนต่อไป

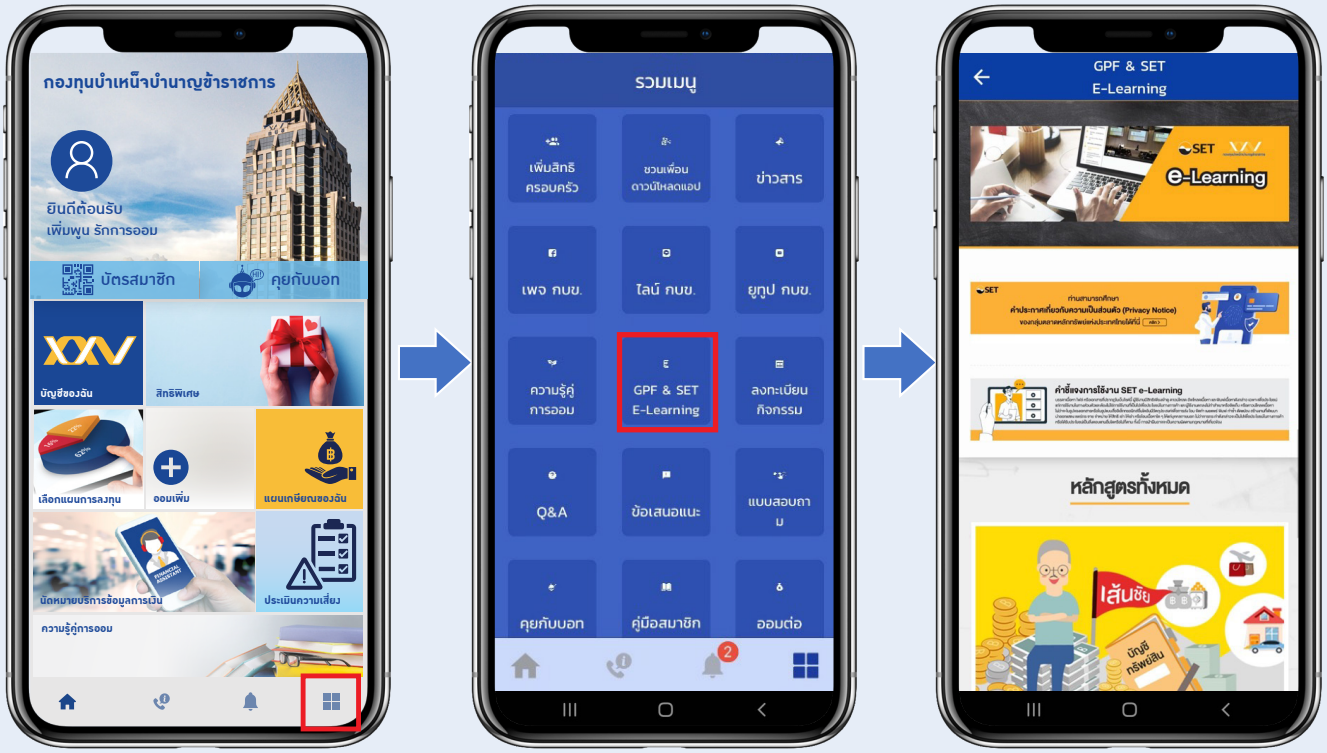


หลังจากที่เข้าเรียน และทำความเข้าใจเนื้อหาตามที่วิทยากรได้บรรยายจนครบทุกบทตามที่กำหนดแล้ว จะมีบททดสอบวัดความรู้ความเข้าใจหลังเรียน เพื่อให้ผู้เรียนได้ประเมินตนเอง 5 ข้อ จำกัดเวลา 15 นาที ตามด้วยแบบทดสอบเพื่อวัดความรู้ โดยมีข้อสอบอีก 10 ข้อ จำกัดเวลา 30 นาที และเมื่อผลการทดสอบได้คะแนนไม่น้อยกว่า 70% ของคะแนนรวม จะมีข้อความขึ้นว่า **“ผ่านการเรียน และการทดสอบตามที่กำหนด คลิกที่นี่เพื่อรับวุฒิบัตร”** ซึ่งผู้เรียนสามารถขอรับวุฒิบัตรเพื่อเป็นการยืนยันว่าได้ผ่านการเรียนครบถ้วนตามหลักสูตรเรียบร้อยแล้ว และสามารถพิมพ์วุฒิบัตรด้วยตนเองได้ทันที เพียงเท่านี้ก็จบหลักสูตร ทั้งนี้หากผู้เรียนไม่สามารถเรียนต่อเนื่องจบหลักสูตรได้ทันที ก็ยังสามารถกลับเข้ามาเรียนต่อในบทเรียนที่ค้างไว้ได้อีกด้วย



2. My GPF Application

สำหรับใครที่มีแอป กบข. ไว้ในมือถืออยู่แล้ว เพียงเข้าสู่หน้าหลักของแอปพลิเคชัน และกดที่ไอคอนเมนูรวม (รูปกล่องสี่เหลี่ยม) ที่มุมขวาด้านล่างสุดของจอ และกดเลือกเมนู “GPF & SET e-Learning” เพียงเท่านี้ก็สามารถเข้าสู่หน้าหลักสูตรได้เลย



รู้แล้วอย่ารอช้า...รีบมาเติมเต็มความรู้กับ GPF & SET e-Learning กันเถอะ ! ...

กองทุนบำเหน็จบำนาญข้าราชการ | SET

Watch & Learn

หลักสูตร e-Learning เพื่อสมาชิก กบข.
เข้าเรียนผ่านคอมพิวเตอร์ หรือมือถือสมาร์ตโฟนก็ได้
เรียนไม่จบ กลับมาต่อได้

WFH ฉบับสมาชิก กบข.

Financial Literacy

5 หลักสูตรวางแผนทางการเงิน

1. เงินทองต้องวางแผน
2. วางแผนเกษียณ สไตล์มนุษย์เงินเดือน
3. วางแผนการเงินหลังเกษียณสไตล์วัยเก๋า
4. วางแผนภาษี สไตล์มนุษย์เงินออม
5. หลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง

Home

เรียนรู้ฟรีได้ที่บ้าน
มีวุฒิบัตรหลังจบหลักสูตร

พิเศษ!

สมาชิก กบข. ที่เรียนจบหลักสูตรวางแผนการเงิน
หัวข้อใดก็ได้ และได้รับวุฒิบัตร

เพียงแชร์หัวข้อที่ชื่นชอบ พร้อมบอกเหตุผล ส่งมาที่ gpfmember@gmail.com

ลุ้นรับเลย! ของรางวัลพิเศษจาก กบข. ส่งตรงถึงมือ
หมดเขต ภายในวันที่ 15 ตุลาคม 2564

เพียงเข้า **My GPF Application** หรือ **My GPF Website** กดเลือกเมนู **"GPF&SET e-Learning"** จากนั้นลงทะเบียนเข้าเรียนตามขั้นตอน

สแกนเพื่อเข้า My GPF Application
สำหรับมือถือ

สแกนเพื่อเข้า My GPF Website
สำหรับคอมพิวเตอร์

แผนสำรองของสุขภาพ...สมาชิก กบข.
รับส่วนลดสูงสุด 20% ที่โรงพยาบาลวิมุต

ในวิกฤตการณ์ ณ ปัจจุบัน เราไม่สามารถคาดเดาได้เลยว่าโรคระบาดร้ายแรงอย่างเชื้อไวรัส COVID-19 จะส่งผลกระทบอะไรกับเราอย่างกะทันหันหรือไม่ เช่น เราหรือคนในครอบครัวอาจจะเป็นผู้ติดเชื้อ ดังนั้นการเตรียมแผนสำรองของสุขภาพกรณีเกิดเหตุไม่คาดคิด จึงเป็นอีกหนึ่งสิ่งสำคัญนอกเหนือจากการป้องกันในชีวิตประจำวันอย่างการหมั่นล้างมือหรือสวมใส่หน้ากากอนามัย

Deal4You ฉบับนี้ขอแนะนำดีลพิเศษจากโรงพยาบาลวิมุต พหลโยธิน ไว้เป็นอีกหนึ่งทางเลือกเรื่องสวัสดิการสุขภาพสมาชิก กบข. และครอบครัว รับส่วนลด 20% ค่าบริการรถพยาบาล และรับส่วนลด 10% ค่าห้อง ค่ายา สามารถดูรายละเอียดเพิ่มเติมและกดรับสิทธิ์ได้ที่ My GPF Application

Happy Money

Happy Retirement

ในเดือนกันยายนนี้ ถือเป็นการทำงานเดือนสุดท้ายของข้าราชการที่มีอายุครบ 60 ปี ที่จะต้องเกษียณอายุราชการ ผู้เกษียณทุกท่านเตรียมพร้อมกันหรือยัง?

การวางแผนว่าจะทำอะไรบ้าง เช่น การตรวจสอบสิทธิต่างๆ ที่ได้รับ การวางแผนการใช้เงินหรือบริหารเงินหลังเกษียณ วิธีการทำเรื่องขอรับเงินจะต้องดำเนินการอย่างไร ควรเริ่มอย่างไร เรื่องจากปกมีคำตอบ.....

ในขั้นตอนแรกผู้เกษียณควรเช็กตัวเอง ก่อนทำเรื่องขอรับเงิน กบข. ดังนี้

1 เช็คว่าจะเลือกรับสิทธิอะไรเมื่อเกษียณ ไม่ว่าเป็นสิทธิการขอรับเงินบำเหน็จ หรือสิทธิการขอรับเงินบำนาญ จะต้องนำมาเปรียบเทียบกัน

โดยเงินบำเหน็จคือการรับเงินก้อนครั้งเดียวจากภาครัฐ โดยจะไม่ได้รับเงินอื่นๆเพิ่มเติมแล้ว และไม่สามารถเบิกค่ารักษาพยาบาลได้

กรณีรับเงินบำนาญ ภาครัฐจะจ่ายเงินเป็นรายเดือนให้ทุกเดือนไปจนถึงเสียชีวิต ได้รับบำเหน็จดำรงชีพที่รัฐให้ในอัตรา 15 เท่าของบำนาญรายเดือน แต่ไม่เกิน 400,000 บาท รวมถึงสามารถเบิกค่ารักษาพยาบาลได้ เมื่อเสียชีวิตไปแล้วภาครัฐก็จะให้เงินบำเหน็จตกทอดอีก 1 ก้อนจ่ายให้แก่ทายาท

2 ควรเช็กความต้องการในการขอรับเงินคืน เมื่อจะเกษียณแล้วจะขอรับเงินคืนจาก กบข. แบบไหน ต้องการขอรับคืนทั้งจำนวน หรือยังอยากให้ กบข. บริหารเงินต่อให้ โดยเลือกออมต่อไว้ก่อน ถ้าจะออมต่อจะเปลี่ยนแผนการลงทุนหรือไม่ เพื่อให้เหมาะกับการบริหารเงินหลังเกษียณ

โดยผู้ที่จะเกษียณสามารถพิจารณาการออมต่อกับ กบข. ได้ ซึ่งมีข้อดี คือการให้เงิน กบข. ที่มีทำงานแทนเรา โดยเงินที่ออมต่อกับ กบข. จะได้รับผลตอบแทนจากการลงทุน ซึ่ง กบข. มีผู้เชี่ยวชาญในด้านการบริหารเงินมาดูแลให้แก่สมาชิก ที่สำคัญผลตอบแทนที่ได้สมาชิกจะได้รับการยกเว้นภาษีอีกด้วย แนวทางในการเลือกออมต่อ กบข. มีให้สมาชิกเลือกอยู่ 4 แนวทาง คือ

<u>สมาชิกที่ยังไม่มีแผนใช้เงิน</u> สามารถเลือกรูปแบบที่ 1 คือออมต่อทั้งจำนวน ซึ่งสมาชิกที่ประสงค์ให้ กบข. บริหารเงินออมที่ได้รับเมื่อออกจากราชการทั้งหมดต่อไป

<u>สมาชิกที่มีความต้องการใช้เงินอย่างต่อเนื่อง</u> สามารถเลือกรูปแบบที่ 2 คือทยอยรับเงินเป็นงวดๆ ซึ่งสมาชิกที่ความประสงค์ทยอยขอรับเงินออมที่ได้เมื่อออกจากราชการเป็นรายงวด ไม่ว่าจะเป็นงวดรายเดือน ราย 3 เดือน ราย 6 เดือน หรือรายปี โดยแต่ละงวดต้องไม่ต่ำกว่า 3,000 บาท ขณะเดียวกันก็ยังได้ผลประโยชน์ที่งอกเงยจากเงินออมในส่วนที่ กบข. ยังคงบริหารจัดการให้อยู่

Happy Money
Happy Retirement

<u>สมาชิกที่มีแผนการใช้เงินเพียงจำนวนหนึ่ง ส่วนที่เหลือยังประสงค์ให้ กบข. ยังคงบริหารจัดการ</u>สามารถเลือกรูปแบบที่ 3 ขอรับเงินบางส่วนที่เหลือให้ กบข. บริหารต่อ ซึ่งสมาชิกที่มีความประสงค์ขอรับเงินออมที่ได้รับเมื่อออกจากราชการไปก่อนส่วนหนึ่ง ส่วนที่เหลือให้ กบข. บริหารต่อไป

<u>สมาชิกที่มีแผนการใช้เงินก้อนเพียงจำนวนหนึ่ง ส่วนที่เหลือทยอยใช้</u> สามารถเลือกรูปแบบที่ 4 ขอรับเงินบางส่วน ที่เหลือทยอยรับเงินเป็นงวดๆ ซึ่งสมาชิกมีความประสงค์ขอรับเงินออมที่ได้รับเมื่อออกจากราชการไปก่อนส่วนหนึ่ง ส่วนที่เหลือทยอยขอรับเป็นรายงวด โดยสมาชิกสามารถจะเลือกได้ว่าเป็นงวดรายเดือน ราย 3 เดือน ราย 6 เดือน หรือรายปี โดยแต่ละงวดต้องไม่ต่ำกว่า 3,000 บาท

หลักเกณฑ์การออมต่อจะมีดังนี้

1. ยอดเงินในบัญชีไม่ต่ำกว่า 35,000 บาท ณ วันที่ยื่นคำขอ โดยมีเอกสารหลักฐานถูกต้องครบถ้วน
2. ยอดเงินขั้นต่ำรายงวดไม่ต่ำกว่างวดละ 3,000 บาท
3. กบข. จะโอนเข้าบัญชีธนาคารเพียงวิธีเดียวเท่านั้น
4. กรณีผู้บริหารต่อเสียชีวิต กบข. จะจ่ายให้ผู้จัดการมรดกเท่านั้น โดยใช้เอกสารประกอบการขอรับเงินคืน คือสำเนาคำสั่งศาลตั้งผู้จัดการมรดก และสำเนาสมุดบัญชีเงินฝากของผู้จัดการมรดก
5. สามารถเปลี่ยนแปลงจำนวนเงิน หรือเปลี่ยนแปลงความถี่ในการรับเงินคืนปีละ 2 ครั้ง ตามปีปฏิทินโดยเลือกดำเนินการดังนี้
   - กรอกแบบแจ้งเปลี่ยนแปลงข้อมูลผู้แจ้งความประสงค์ให้กองทุนบริหารต่อหรือทยอยรับเงิน (แบบ กบข. บต 002/2555) เว้นแต่กรณีมีเหตุจำเป็นต้องเปลี่ยนแปลงจำนวนเงินหรือความถี่ในการขอรับเงินนอกเหนือจากที่กำหนด ให้เลขาธิการคณะกรรมการ กบข. พิจารณาเป็นรายกรณี
   - ผ่าน Application บนมือถือ ที่บริการ My GPF Application โดย เลือก เมนู **“บัญชีของฉัน”** และเลือก **“รายละเอียดการออมต่อ”** หรือ ผ่านเว็บไซต์ กบข. ที่บริการ My GPF Website โดย เลือก เมนู **“บัญชีของฉัน”** และเลือก **“เปลี่ยนแปลงรูปแบบการออมต่อ”**

ขั้นตอนการขอรับเงินคืน ซึ่งสมาชิกสามารถเลือกดำเนินการดังนี้

1. สมาชิกติดต่อทำเรื่องขอรับเงินคืนกับหน่วยงานต้นสังกัด เพื่อกรอกเอกสารการขอรับเงินคืน โดยเอกสารที่ใช้ในการขอรับเงินคืนมีดังนี้

   แบบขอรับเงินคืน กบข. รง 008/1/2555

   สำเนาประกาศเกษียณหรือคำสั่งออกจากราชการ พร้อมเจ้าหน้าที่เซ็นรับรองสำเนาถูกต้อง

   สำเนาหนังสือสั่งจ่ายบำนาญ พร้อมเจ้าหน้าที่เซ็นรับรองสำเนาถูกต้อง

   สำเนาสมุดบัญชีเงินฝาก เซ็นชื่อรับรองสำเนาถูกต้อง (กรณีเลือกโอนเงิน) โดยจัดส่งมายัง กบข. ที่ ส่วนงานการจ่ายเงินคืนสมาชิกพันสภาพ ตู้ ปณ.12 ปณ.สาทร กรุงเทพฯ 10341

2. หน่วยงานต้นสังกัดสามารถเลือกบันทึกข้อมูลการขอรับเงินคืนผ่านระบบ e-Pension โดยไม่ต้องส่งเอกสารดังกล่าวข้างต้นมายัง กบข.
3. สมาชิกทำการขอรับเงิน กบข. พร้อมกับการขอรับเงินบำเหน็จหรือบำนาญ ผ่านระบบ e-Filing ของ กรมบัญชีกลาง ซึ่งในกรณีนี้เจ้าหน้าที่หน่วยงานไม่ต้องส่งเอกสารการขอรับเงินคืนมายัง กบข. เช่นกัน ...

Money Buddy
โดย ศูนย์ให้คำปรึกษาทางการเงิน

บริหารเงินก้อนสุดท้าย ให้สุขสบายในวัยเกษียณ

เดือนกันยายนของทุกปีแต่ละองค์กรก็จะมีคนเกษียณอายุราชการเพิ่มมากขึ้นมีการจัดงานร่วมแสดงความยินดีกับรุ่นพี่ที่เกษียณ แต่สำหรับคนที่เกษียณอาจมีทั้งเรื่องดีใจและมีเรื่องที่ทำให้กังวลใจอยู่ไม่น้อย เนื่องจากจะต้องปรับตัวหลังเกษียณทั้งการดำเนินชีวิตประจำวันที่เปลี่ยนไปและการใช้จ่ายที่จะต้องดูแลมากขึ้นเนื่องจากรายได้ที่มีลดลง

ใครที่วางแผนไว้ล่วงหน้าทั้งเรื่องแนวทางการใช้ชีวิตและเตรียมเก็บเงินก้อนสำรองไว้สำหรับใช้จ่ายในชีวิตหลังเกษียณอย่างเพียงพอก็สามารถสามารถเลือกใช้ชีวิตในแบบเกษียณสุขได้ตามที่ความต้องการ แต่การมีเงินก้อนเตรียมไว้สำหรับใช้จ่ายอย่างเดียวคงไม่พอต้องวางแผนการใช้เงินด้วย ไม่อย่างนั้นเงินก้อนที่มีก็จะหมดลงอย่างรวดเร็ว ซึ่งเรามักจะได้ยินคำกล่าวที่ว่า “น่าเสียดาย ถ้าตายแล้วใช้เงินไม่หมด แต่น่าสลดถ้าใช้เงินหมดแล้วยังไม่ตาย” การมีเงินไม่เพียงพอใช้ในชีวิตหลังเกษียณถือเป็นความเสี่ยงอย่างหนึ่งที่บั่นทอนทั้งสุขภาพใจและสุขภาพกาย จึงเป็นเรื่องที่น่าคิดว่าหากเราต้องการจะเกษียณอย่างมีความสุข จะทำอย่างไรให้เงินเพียงพอใช้ในช่วงชีวิตอีก 20 – 25 ปีหลังเกษียณหรือจนกว่าจะถึงวันสุดท้ายของชีวิต มีคำแนะนำเพื่อเป็นแนวทางในการบริหารเงินก้อนสุดท้ายเพื่อให้มีเงินใช้อย่างสุขสบาย ดังนี้

คำนวณรายได้หลังเกษียณ

เมื่อใกล้ถึงวันที่จะเกษียณแล้วสิ่งแรกควรทำคือสำรวจแหล่งที่มาของรายได้ว่ามาจากช่องทางไหนบ้าง โดยแบ่งกลุ่มรายได้ที่เป็นเงินก้อนหรือรายได้ประจำให้ชัดเจน เงินก้อนที่จะได้รับหลังจากที่ออกจากงาน เช่น เงินบำเหน็จ RMF SSF เป็นต้น ส่วนเงินที่เป็นรายได้ประจำหรือจ่ายออกมาเป็นงวดๆ ทั้งรายปีและรายเดือน เช่น เงินบำนาญหรือเงินสวัสดิการของรัฐ เงินคืนจากประกันบำนาญ เป็นต้น ซึ่งการแบ่งกลุ่มรายได้จะทำให้มองเห็นภาพชัดเจนมากยิ่งขึ้นช่วยให้บริหารเงินได้ง่ายขึ้น จะได้รู้ว่าตอนนี้มีเงินอยู่เท่าไร จะต้องนำไปใช้จ่ายส่วนใดบ้าง เงินที่มีอยู่จะใช้ได้อีกกี่ปี

เคลียร์หนี้สินที่มีให้เหลือน้อยที่สุด

หนี้สินถือเป็นประเด็นสำคัญเรื่องหนึ่งที่สะท้อนถึงความมั่นคงในชีวิต แม้ว่าเราจะมีรายได้ในจากเงินบำนาญหรือสวัสดิการของรัฐในทุกๆ เดือน แต่การที่จะต้องนำเงินไปจ่ายชำระหนี้ในแต่ละเดือนนั้นอาจส่งผลกระทบต่อเงินสำหรับค่าใช้จ่ายในส่วนอื่นๆตามไปด้วย ดังนั้นหลังจากที่คำนวณเงินได้จากแหล่งต่างๆ แล้ว ควรสำรวจหนี้สินด้วยว่ามีหนี้อะไรเหลืออยู่บ้าง ปัจจุบันมียอดหนี้ที่คงค้างเท่าไร อัตราดอกเบี้ยเท่าไหร่ มีหนี้ส่วนไหนบ้างที่สามารถสะสางได้บ้าง โดยอาจวางแผนแบ่งเงินก้อนไปชำระหนี้ที่เหลืออยู่ให้หมดหรือให้เหลือน้อยที่สุดเท่าที่จะทำได้ โดยเฉพาะหนี้ที่มีอัตราดอกเบี้ยสูง เช่น หนี้ค้างบัตรกดเงินสด หนี้ค้างบัตรเครดิต หรือสินเชื่อบุคคลต่างๆ เป็นต้น เพื่อลดภาระเงินที่ต้องผ่อนต่อเดือนหรือลดภาระดอกเบี้ยที่ต้องจ่าย แต่ที่สำคัญไม่ควรมีหนี้เพิ่มขึ้นอีก

กำหนดค่าใช้จ่ายต่อเดือนหลังเกษียณ

เมื่อเกษียณแล้วรายได้ลดลงแต่รายจ่ายที่มียังคงเกิดขึ้นอย่างต่อเนื่อง วิธีที่จะช่วยควบคุมค่าใช้จ่ายได้คือการจดบันทึกบัญชีรายรับรายจ่าย วิธีนี้จะช่วยให้เรารู้ค่าใช้จ่ายที่ชัดเจนและยังสามารถกำหนดงบประมาณค่าใช้จ่ายที่ต้องใช้ในแต่ละเดือนได้ตามระดับความเป็นอยู่ เช่น ค่าอาหาร ค่าน้ำ ค่าไฟ ค่าสาธารณูปโภคต่างๆ รวมถึงค่าผ่อนชำระต่างๆ ที่ยังคงค้างอยู่ (ถ้ามี) นอกจากค่าใช้จ่ายในชีวิตประจำวันแล้วยังต้องเผื่องบประมาณสำหรับค่าใช้จ่ายกรณีพิเศษด้วยอย่าง เช่น ค่าท่องเที่ยว ค่าดูแลสุขภาพ ค่าบริจาคหรือทำบุญ ค่ารักษาพยาบาล เป็นต้น สำหรับคนที่คำนวณค่าใช้จ่ายแล้วพบว่าเงินที่มีอาจไม่เพียงพอ ต้องรีบวางแผนควบคุมและลดค่าใช้จ่ายที่ไม่จำเป็นหรือจำเป็นน้อยที่สุดลงบ้าง ก่อนที่จะสายเกินไปเพื่อให้เงินที่มีเพียงพอสำหรับใช้จ่ายตลอดจนชีวิตวัยเกษียณ

แบ่งเงินก้อนลงทุนทวีค่าเงินออม

เมื่อประมาณการยอดเงินที่ต้องใช้ในแต่ละเดือนได้แล้ว ควรวางแผนแบ่งเงินสำหรับใช้จ่ายอย่างน้อย 6-12 เดือนไว้ในบัญชีออมทรัพย์ ส่วนที่เหลือควรแบ่งเงินไปลงทุนตามความเสี่ยงที่ยอมรับได้ เพื่อให้ได้ผลตอบแทนหรือต่อยอดเงินทุนให้งอกเงยเพิ่มมากขึ้น การจัดสัดส่วนเงินลงทุนควรเน้นความปลอดภัยของเงินต้น ลงทุนในทางเลือกที่ให้ผลตอบแทนสม่ำเสมอและไม่น้อยกว่าเงินเฟ้อ ควรหลีกเลี่ยงการลงทุนที่มีความเสี่ยงสูงและไม่ควรลงทุนหากไม่มีความรู้หรือยังไม่เข้าใจรูปแบบการลงทุนนั้นมากพอ เพราะหากตัดสินใจผิดพลาดโอกาสที่เริ่มสะสมเงินลงทุนให้กลับมาเท่าเดิมนั้นไม่ง่ายเลย สำหรับผู้ไม่เคยมีประสบการณ์ในการลงทุนมากพอแนะนำให้ลงทุนในกองทุนรวม หรือแจ้งออมต่อกับ กบข. เพราะมีมืออาชีพคอยบริหารจัดการให้

ทำงานเสริมสุขช่วยสร้างรายได้

แม้เกษียณไปแล้วแต่หลายคนยังมีไฟในการทำงาน การทำอาชีพเล็กๆ น้อยๆ ตามความถนัดก็เป็นการเพิ่มรายได้อีกทางหนึ่ง เช่น เพาะต้นไม้ขาย ทำอาหารขาย ทำงานฝีมือ เป็นที่ปรึกษาหรือวิทยากรถ่ายทอดประสบการณ์ เป็นต้น แม้จะไม่ได้เงินเป็นกอบเป็นกำแต่ก็เป็นการคลายเครียดหรือแก้เหงาได้บ้าง และยังช่วยทำให้มีรายได้เก็บสำรองเผื่อค่าใช้จ่ายที่เพิ่มขึ้นหรือใช้จ่ายเพื่อเพิ่มความสุขในวัยเกษียณได้มากยิ่งขึ้นนั่นเอง

ท้ายนี้สำหรับใครที่เตรียมตัวมาดีก็คงไม่มีปัญหาต่อการใช้ชีวิตหลังวัยเกษียณในแบบต้องการ แต่สำหรับใครที่ยังเก็บเงินได้บ้างไม่ได้บ้าง การเข้าสู่วัยเกษียณอาจไม่ได้สวยงามอย่างที่คิด ไม่มีใครรู้หรอกว่าอนาคตจะเป็นอย่างไร ดังนั้นควรต้องเตรียมพร้อมวางแผนการเงินอยู่เสมอทั้งก่อนเกษียณและหลังเกษียณ เพื่อให้ใช้ชีวิตเกษียณสุขได้อย่างที่ต้องการ ...

ลงทุนวัยเก๋า ใครๆ ก็ทำได้

การลงทุนเพื่อเกษียณโดยเฉพาะอย่างยิ่ง กองทุนรวมเพื่อการเลี้ยงชีพ และเงินลงทุน กบข. นั้น เป็นตัวช่วยให้ผู้ที่เกษียณสามารถสะสมเงินก้อนใหญ่เพื่อนำไปใช้จ่ายในช่วงวัยหลังเกษียณ และเมื่อถึงวันเกษียณ ก็เป็นจุดเปลี่ยนจากการสะสมออมเงิน มาเป็นการถอนเงินจากการลงทุนเพื่อนำมาเป็นค่าใช้จ่ายต่างๆ ในชีวิตประจำวัน การบริหารเงินเพื่อในวัยหลังเกษียณนั้นมีความสำคัญไม่แพ้ช่วงเวลาที่สะสมความมั่งคั่งก่อนการเกษียณเลยทีเดียว

แม้ว่าจะเกษียณแล้วก็ยังต้องลงทุน เพราะผู้เกษียณคงไม่ถอนเงินทั้งหมดมาใช้ในคราวเดียว แต่เป็นการทยอยถอนเงินออกมาใช้จ่าย และคงเหลือเงินก้อนใหญ่ลงทุนเพื่อให้เงินงอกเงยต่อไป การบริหารเงินหลังเกษียณจึงควรให้ความสำคัญกับ การวางแผนการทยอยถอนเงิน (Distribution Plan) ให้เพียงพอตลอดช่วงเวลาหลังเกษียณ ซึ่งสามารถแบ่งออกเป็น 2 รูปแบบ รูปแบบที่ 1) คือจัดการเอง (Manual) ซึ่งทำได้โดยการทยอยถอนเงิน หรือขายหน่วยลงทุนในจำนวนและเวลาที่ตนเองต้องการ ซึ่งปัญหาที่มักพบคืออาจมีการทยอยถอนเงินเป็นจำนวนมากในช่วงวัยเกษียณช่วงเริ่มต้น ทำให้มีเงินไม่พอใช้ในช่วงเกษียณตอนปลาย ส่งผลให้คุณภาพชีวิตของผู้เกษียณลดลง รูปแบบที่ 2) ซึ่งเป็นรูปแบบที่แนะนำ คือแบบอัตโนมัติ (Automatic) โดยระบุจำนวนเงินที่ต้องการได้รับไว้ล่วงหน้า เช่น บริการ “ออมต่อ” ของ กบข. นั้น สมาชิกที่เกษียณอายุราชการแล้วสามารถฝากเงินให้ กบข. บริหารต่อ และยื่นความประสงค์ทยอยถอนเงินออกจากกองทุนเป็นรายเดือน รายไตรมาส รายครึ่งปี รายปีได้ ตามจำนวนที่ต้องการ ส่วนเงินที่ยังคงอยู่กับ กบข. ทาง กบข. ก็จะบริหารการลงทุนให้กับสมาชิกเพื่อได้รับประโยชน์จากผลตอบแทนการลงทุนอย่างต่อเนื่อง สำหรับผู้ที่มีเงินออมรูปแบบกองทุนรวมต่างๆ ก็สามารถติดต่อบริษัทหลักทรัพย์จัดการกองทุนรวม (บลจ.) เพื่อสอบถามรายละเอียดเกี่ยวกับกองทุนรวมประเภทที่มีการขายคืนหน่วยลงทุนอัตโนมัติ (Auto Redemption) เนื่องจากกองทุนรวมประเภทนี้จะมีการขายคืนหน่วยลงทุนให้กับผู้ลงทุนเพื่อที่ผู้ลงทุนจะได้มีกระแสเงินสดไว้ใช้จ่าย สำหรับการลงทุนในกองทุนรวมนั้นควรเลือกกองทุนที่อยู่ในระดับความเสี่ยงไม่สูงเกินไปเพื่อให้เหมาะกับผู้ลงทุนวัยเกษียณ

โดยในช่วงก่อนเกษียณนั้นผู้ลงทุนควรปรับพอร์ตการลงทุนให้มีความเสี่ยงน้อยลง เนื่องจากระยะเวลาที่จะต้องเริ่มถอนเงินใกล้เข้ามา หากพอร์ตปรับตัวลดลงจนขาดทุนคงไม่ดีแน่ หากการลงทุนมีสัดส่วนตราสารทุนอยู่มากจะทำให้พอร์ตผันผวน แนะนำเพิ่มสัดส่วนตราสารหนี้เพิ่มมากขึ้น เมื่อถึงเวลาต้องใช้เงิน ควรถอนเงินเป็นรายเดือน เพื่อนำมาใช้จ่ายเท่าที่จำเป็น เพราะว่าเงินก้อนใหญ่ที่ยังไม่ได้นำออกมาใช้ ยังสามารถสร้างผลตอบแทนจากการลงทุนต่อไปได้

สำหรับสมาชิก กบข. จะสามารถเลือกแผนสมดุลตามอายุเกษียณอายุ 60 ปี ซึ่งจะมีการปรับลดสัดส่วนหุ้นลงให้กับสมาชิกจนเหลือสัดส่วนหุ้นไม่เกินร้อยละ 10 เมื่ออายุสมาชิกครบ 60 ปี แต่ถ้าสามารถรับความเสี่ยงได้ปานกลาง อาจเลือกนโยบายลงทุนแบบสมดุล ซึ่งจะมีการลงทุนในหลายสินทรัพย์ทั้งหุ้น ตราสารหนี้ อสังหาริมทรัพย์ สินทรัพย์ทางเลือกต่าง ๆ เป็นการกระจายความเสี่ยงและสร้างผลตอบแทนในระยะยาว สำหรับสมาชิก กบข. นั้น สามารถเลือกลงทุนในแผนหลัก

อย่างไรก็ตามผู้ลงทุนวัยเกษียณ ควรมีเงินสำรองไว้ใช้จ่ายยามฉุกเฉินเผื่อมีเหตุการณ์ไม่คาดคิด โดยควรเตรียมไว้เงิน 3-6 เท่าของค่าใช้จ่ายเฉลี่ยต่อเดือน ซึ่งเป็นเงินที่ต้องกันออกมาจากการลงทุนส่วนอื่น ๆ โดยอาจพักเงินส่วนนี้ไว้ในกองทุนรวมตลาดเงินหรืออาจเปิดบัญชีธนาคารประเภทเงินฝากดิจิทัล ซึ่งเป็นเงินฝากที่ไม่มีสมุดบัญชี ต้องทำรายการผ่าน Mobile Banking เท่านั้น ซึ่งเงินฝากประเภทนี้ให้ดอกเบี้ยสูงถึงร้อยละ 1.5 – 2.0 (ขึ้นอยู่กับเงื่อนไขของแต่ละธนาคาร) การบริหารจัดการเงินเพื่อการเกษียณเป็นเรื่องสำคัญที่ต้องปรับแต่งรายละเอียดให้เหมาะกับวัตถุประสงค์และข้อจำกัดด้านการเงินของแต่ละบุคคล บทความนี้เป็นแนวทางเบื้องต้นเท่านั้น สำหรับสมาชิก กบข. ที่ต้องการปรึกษาแนวทางการจัดสรรเงินหรือการลงทุนเพื่อการเกษียณ สามารถนัดหมายศูนย์ให้คำปรึกษาทางการเงิน กบข. ได้ที่ My GPF Application ...

กบข. สร้างสถิติ 97.44 คะแนน สู่ระดับ AA ในการประเมิน ITA Awards

กบข. คว้าคะแนน ITA สูงถึง 97.44 คะแนน อยู่ในระดับ AA สร้างสถิติคะแนนสูงสุดตั้งแต่เข้าร่วมการประเมิน ตอกย้ำจุดยืนองค์กรที่มีธรรมาภิบาลด้วยผลคะแนนเต็มด้านการแก้ไขปัญหาการทุจริต การเปิดเผยข้อมูล และป้องกันการทุจริต มุ่งมั่นขับเคลื่อนองค์กรให้เป็นผู้นำด้านการลงทุนอย่างรับผิดชอบในระดับโลก

ดร. ศรีกัญญา ยาทิพย์ เลขาธิการคณะกรรมการกองทุนบำเหน็จบำนาญข้าราชการ (กบข.) เปิดเผยว่า กบข. เข้ารับการประเมินคุณธรรมและความโปร่งใสในการดำเนินงานของหน่วยงานภาครัฐ (ITA) โดยในปี 2564 นี้ กบข. สามารถทำคะแนนได้ 97.44 คะแนน จัดอยู่ในระดับ AA ซึ่งเป็นการสร้างสถิติคะแนนสูงสุดของ กบข. นับตั้งแต่เข้ารับการประเมิน ITA ตั้งแต่ปี 2562 โดยมีหน่วยงานที่เข้าร่วมประเมินทั่วประเทศทั้งสิ้น 8,300 หน่วยงาน พร้อมทั้งได้รับคะแนนประเมินเต็ม 100 คะแนน ในด้านการแก้ไขปัญหาการทุจริต การเปิดเผยข้อมูล และการป้องกันการทุจริต

กบข. มุ่งมั่นในการดำเนินงานอย่างเต็มความสามารถโดยยึดแนวทางการกำกับกิจการที่ดี ทั้งด้านลงทุน งานบริการสมาชิก ตลอดจนการบริหารสำนักงาน เพื่อเสริมสร้างการเป็นองค์กรแห่งธรรมาภิบาลที่เข้มแข็ง โดยเฉพาะการป้องกันการทุจริตคอร์รัปชัน เปิดเผย โปร่งใส และตรวจสอบได้ พร้อมทั้งบูรณาการหลักการลงทุนอย่างรับผิดชอบต่อสังคม สิ่งแวดล้อม และธรรมาภิบาล (ESG) รวมถึงปัจจัยด้านสิทธิมนุษยชนในกระบวนการทำงานให้ครอบคลุมทุกมิติ ตอกย้ำบทบาทการเป็นนักลงทุนสถาบันที่คำนึงความรับผิดชอบของ กบข. ที่พร้อมขับเคลื่อนองค์กรให้เป็นผู้นำด้านการลงทุนอย่างรับผิดชอบของประเทศไทยสู่ระดับสากล

ทั้งนี้ กบข. ยังคงวางแผนพัฒนาการดำเนินงาน และการกำกับตรวจสอบการดำเนินงานของกองทุนอย่างต่อเนื่อง เพื่อยกระดับคุณธรรมและความโปร่งใส อันจะนำไปสู่การส่งเสริมให้เกิดประโยชน์สูงสุดและสร้างความเชื่อมั่นต่อผู้มีส่วนได้ส่วนเสียในทุกภาคส่วน ทั้งในระดับหน่วยงานและในระดับประเทศอย่างยั่งยืนต่อไป

กบข. เชื่อมั่นบริษัทที่ให้ความสำคัญด้าน ESG สามารถสร้างผลตอบแทนในระยะยาวได้ดี พร้อมแลกเปลี่ยนมุมมองนักลงทุนสถาบัน ในงานเสวนา “Thailand Focus 2021”

กบข. ร่วมเสวนาออนไลน์ในงาน “Thailand Focus 2021” ภายใต้หัวข้อ “Accelerating Sustainable Investing in Thai Capital Market” จัดโดยตลาดหลักทรัพย์แห่งประเทศไทย เพื่อแลกเปลี่ยนความรู้ประสบการณ์การบริหารกองทุนในฐานะนักลงทุนสถาบันที่ให้ความสำคัญกับการลงทุนที่คำนึงถึงปัจจัยสิ่งแวดล้อม สังคม และธรรมาภิบาล (ESG Investing) พร้อมสนับสนุนการขับเคลื่อนการลงทุนอย่างยั่งยืนในตลาดทุนไทย

ดร.ศรีกัญญา ยาทิพย์ เลขาธิการคณะกรรมการกองทุนบำเหน็จบำนาญข้าราชการ (กบข.) เผยมุมมองของนักลงทุนต่อการนำปัจจัยด้าน ESG ประกอบการพิจารณาลงทุนว่า นักลงทุนทั่วไป มักจะมองแค่ความสำคัญของผลตอบแทนและความเสี่ยงการลงทุน เช่น หากบริษัทที่ลงทุนมีผลประกอบการที่ดี ย่อมนำไปสู่การสร้างผลตอบแทนที่ดีให้กับนักลงทุน แต่หากบริษัทมีการกระทำที่สร้างความเสียหายและเกิดผลกระทบด้าน ESG ย่อมสร้างความเสี่ยงให้กับบริษัท ทำให้นักลงทุนได้รับผลตอบแทนที่ลดลง และส่งผลกระทบต่อการตัดสินใจเลือกลงทุนในบริษัทนั้น แต่สำหรับนักลงทุนสถาบัน ในฐานะเจ้าของสินทรัพย์ที่ลงทุนทั่วโลก (Universal Owner) จึงตระหนักถึงการมีส่วนร่วมรับผิดชอบต่อผลกระทบด้าน ESG ที่เกิดจากการดำเนินธุรกิจของบริษัทที่ลงทุน มีการนำปัจจัยด้าน ESG มาประกอบในกระบวนการพิจารณาลงทุน ซึ่ง กบข. ในฐานะนักลงทุนสถาบันได้มีเป้าหมายสำคัญ นั่นคือ การลงทุนที่สร้างผลตอบแทนและส่งผลกระทบเชิงบวกต่อโลกและสังคม (Impact Investing)

สำหรับข้อมูลเชิงลึกที่ใช้ประกอบการตัดสินในลงทุนอย่างยั่งยืนนั้น ขณะนี้ยังไม่มีกลยุทธ์หรือแบบแผนมาตรฐานสำเร็จรูป (No One Size Fits All) กบข. จึงได้มีการวางกระบวนการที่จำเป็นทั้งหมดเพื่อให้มั่นใจว่าสามารถเข้าถึงข้อมูลเชิงลึก สำหรับเป็นข้อมูลประกอบการพิจารณาลงทุนได้อย่างถูกต้องแม่นยำ นอกจากนี้ กบข. ยังได้เพิ่มประสิทธิภาพในกระบวนการลงทุนภายใต้กรอบ ESG โดยบูรณาการแนวทางมาตรฐานขององค์กรชั้นนำระดับสากล ได้แก่ OECD และ PRI เพื่อจัดทำหลักเกณฑ์ประเมินมาตรฐานด้าน ESG โดยเชื่อว่า บริษัทที่ให้ความสำคัญกับปัจจัยด้าน ESG จะสามารถสร้างผลตอบแทนระยะยาวได้ดีกว่า

นอกจากนี้ การเปิดเผยข้อมูลด้าน ESG อย่างมีประสิทธิภาพเป็นสิ่งที่จำเป็นยิ่ง ในขณะเดียวกัน นักลงทุนจะต้องตระหนักว่า ข้อมูลที่เปิดเผยไม่สามารถนำมาเปรียบเทียบกันได้ เพราะแต่ละแห่งมีเกณฑ์ประเมินคะแนนด้าน ESG ที่แตกต่างกัน ดังนั้น การรวบรวมข้อมูลเชิงลึกและการประเมินด้าน ESG จึงเป็นเรื่องท้าทายและจะต้องพัฒนาต่อไป เพื่อให้สอดคล้องตามแต่ละบริบทของสินทรัพย์และประเภทธุรกิจได้อย่างเหมาะสม ทันต่อการเปลี่ยนแปลงของนโยบายด้านสังคมและสิ่งแวดล้อมที่จะเกิดขึ้นในอนาคต

“ตลาดทุนไทยสามารถเกิดความยั่งยืนและมีแนวโน้มดีขึ้นในอนาคตได้ หากทุกภาคส่วนร่วมมือ และก้าวไปในทิศทางเดียวกัน” ดร. ศรีกัญญากล่าวทิ้งท้าย

สำหรับงานสัมมนาออนไลน์ดังกล่าวจัดขึ้นภายใต้งาน “Thailand Focus 2021” เมื่อวันที่ 25 สิงหาคมที่ผ่านมา โดยในช่วงเสวนานี้ได้รับเกียรติจากผู้บริหารระดับสูงที่เป็นผู้เชี่ยวชาญด้านการลงทุนในตลาดทุนไทย ได้แก่ ดร.ศรีกัญญา ยาทิพย์ เลขาธิการ กบข., ดร. คงกระพัน อินทรแจ้ง ประธานเจ้าหน้าที่บริหาร บมจ. พีทีที โกลบอล เคมิคอล, ดร.ปิติ ตัณฑเกษม ประธานเจ้าหน้าที่บริหาร บมจ. ธนาคารทหารไทยธนชาต โดยมีคุณพิมพรรณ ดิศกุลณ อยุธยา ผู้อำนวยการฝ่ายส่งเสริมความรู้ด้านความยั่งยืน ตลาดหลักทรัพย์แห่งประเทศไทย เป็นผู้ดำเนินรายการ

เช็กราคาบ้านพักคนชรา เพื่อให้เกษียณแบบ “โสด สุข สบาย”

“แก่ตัวไป ไม่มีลูกหลานเลี้ยง” น่าจะเป็นคำกังวลของกลุ่มผู้ที่เกษียณอายุหลายๆท่าน ที่อาจไม่มีคู่ชีวิต ไม่มีลูก-หลานให้คอยเลี้ยงดูในวัยชรา ปัญหาเหล่านี้จะหมดไป หากมีการเตรียมตัวให้พร้อมสำหรับการเกษียณอายุราชการ โดยควรมีการเตรียมตัวไว้ 3 ข้อ ดังนี้

1. เตรียมร่างกาย

ด้วยการเช็กร่างกายของตัวเอง ว่ามีระดับความแข็งแรงตามช่วงวัยอย่างไร หรือมีโรคประจำตัวหรือไม่ เพราะสิ่งเหล่านี้จะทำให้สามารถประเมินการมีชีวิตหลังเกษียณได้ด้วย

2. เตรียมใจ

การปรับเปลี่ยนชีวิตประจำวัน อาจทำให้ผู้เกษียณมีความเครียดกังวลได้ จึงต้องควรเตรียมใจสำหรับการเกษียณ เพื่อให้รู้สึกผ่อนคลายและเรียนรู้ถึงการมีเวลาว่างมากขึ้น และควรหากิจกรรมหรืองานอดิเรกทำ เพื่อป้องกันความรู้สึกเหงา

3. เตรียมเงิน

เงิน ถือเป็นปัจจัยสำคัญของช่วงชีวิตหลังวัยเกษียณ เพราะรายได้ประจำที่เคยมีจะลดลง หรือไม่มีเลย จึงควรวางแผนเตรียมเงินไว้ให้พร้อม ซึ่งการที่จะรู้ว่าหลังเกษียณจะใช้เงินเท่าไหร่ก็ให้ถามตัวเองว่าอยากมีเงินใช้ในแต่ละเดือนกี่บาท และคาดว่าจะมีอายุอีกกี่ปี เช่น นาย ก. อยากมีเงินใช้ 20,000 บาทต่อเดือน (หรือ 240,000 บาทต่อปี) และคาดว่าจะมีชีวิตอยู่อีก 25 ปี ดังนั้น นาย ก. ต้องเตรียมเงินเพื่อไปใช้หลังเกษียณ 6,000,000 บาท (240,000 บาท x 25 ปี)

เมื่อเตรียมความพร้อมให้ตัวเอง ทั้ง 3 ข้อแล้วเรียบร้อยแล้ว แต่ผู้ที่ขี้เหงา และไม่อยากอยู่บ้านคนเดียว สามารถใช้บริการบ้านพักคนชราได้ ซึ่งปัจจุบันมีคุณภาพหลากหลายให้เลือก คอลัมน์ WOW ขอรวบรวมราคาบ้านพักคนชรา หากมีชีวิตอยู่อีก 20 ปี ควรเตรียมเงินเพื่อที่จะพักอาศัยกี่บาท

เปิดราคาบ้านพักคนชรา อยู่ 20 ปีหลังเกษียณ ต้องมีเงินเท่าไหร่?

บ้านพักคนชรา	ค่าใช้จ่ายเริ่มต้น (บาท)		
	ต่อเดือน	ต่อปี	รวม 20 ปี
บ้านบางแค	1,500	18,000	360,000
บ้านเย็นจิต	10,000	120,000	2,400,000
คุณตา คุณยาย เนอร์สซิ่งโฮม	16,000	192,000	3,840,000
แสนสิริ โฮม แคร์	16,000	192,000	3,840,000
เอลเดอร์ลี่คลับ เนอร์สซิ่งโฮม	16,000	192,000	3,840,000
เกาจือ โฮม	20,000	240,000	4,800,000
ดิษฐ์ธราเนอสซิ่งโฮม	26,500	312,000	6,240,000
โรงพยาบาลผู้สูงอายุ กล้วยน้ำไท2	30,000	360,000	7,200,000

หมายเหตุ: คิดจากค่าใช้จ่ายเริ่มต้น ส่วนใหญ่รวมอาหาร 3 มื้อและการบริการจากพยาบาลมืออาชีพ 24 ชั่วโมง แต่ไม่รวมค่าใช้จ่ายอื่น ๆ เช่น ค่าแรกเข้า ค่ายา และค่ารักษาพยาบาล

TOOKTEE

เมื่อทราบราคาบ้านพักคนชราแล้ว แค่เตรียมเงิน เตรียมตัวให้พร้อม โสดแล้วไง เกษียณแล้วก็ “สุข” ได้ ...

สองทางเลือก “ลด” ภาระ กับ “รถ” ติดภาระ

โดย กรุงศรี ออโต้

ปฏิเสธไม่ได้เลยว่า ทุกวันนี้ เรายังต้องเผชิญกับความไม่แน่นอนของสถานการณ์เศรษฐกิจ ที่เกิดจากวิกฤตโควิด-19 ที่ดูเหมือนว่าจะส่งผลกระทบในวงกว้างและยาวนานกว่าเดิม ยิ่งหากใครมีภาระค่าใช้จ่าย ค่างวดต่างๆ ที่เข้ามาประจำทุกเดือนแล้ว ความกังวลใจอาจทวีคูณ แน่นอนว่าเมื่อเราตัดสินใจซื้อสิ่งของแบบผ่อนชำระแล้ว ภาระก็จะติดตัวไปจนงวดสุดท้าย แต่รู้หรือไม่ว่ารถยนต์ที่แม้จะติดภาระผ่อนชำระอยู่นั้นเป็นสินทรัพย์ที่สามารถนำมาเป็นตัวช่วยคลายกังวล ลดภาระค่าใช้จ่ายได้ “กรุงศรี ออโต้” ขอแนะนำสองทางเลือกเพื่อลดภาระ ด้วยรถที่ยังติดภาระอยู่

สินเชื่อเพื่อคนมีรถ

แหล่งเงินทุนหมุนเวียนเพิ่มสภาพคล่องที่ใครหลายคนคิดว่าจำกัดเฉพาะรถยนต์ที่ปลอดภาระแล้ว ปัจจุบัน “คาร์ ฟอร์ แคช” ยังมีทางเลือกให้กับเจ้าของรถยนต์ที่ยังติดภาระอยู่ เพียงแค่นำรถยนต์ที่ผ่อนชำระกับกรุงศรี ออโต้ มาแล้วไม่ต่ำกว่า 18 งวด หรือรถยนต์ที่ผ่อนชำระกับสถาบันการเงินอื่น เกินครึ่งหนึ่งของจำนวนงวดทั้งหมดในสัญญา ก็สามารถขอสินเชื่อใหม่ เพื่อผ่อนหนักให้เป็นเบาได้ โดยรวมภาระทางการเงินไว้ในที่เดียว ค่างวดที่ผ่อนชำระต่อเดือนลดลง ช่วยให้วางแผนทางการเงินได้ง่ายขึ้น และรับเงินส่วนต่างไว้เพิ่มสภาพคล่องได้อีกด้วย

“คาร์ ฟอร์ แคช” ผ่อนอยู่ ก็กู้ได้ ยังมีวงเงินสูงถึง 100% ของมูลค่าประเมินรถยนต์ ระยะเวลาผ่อนชำระนาน และรับเงินไวภายใน 1 วัน หลังจากโอนเล่มทะเบียน ทำให้เป็นอีกตัวเลือกในการเสริมสภาพคล่อง และลดภาระให้กับเจ้าของรถได้เป็นอย่างดี

สินเชื่อรถบ้าน

ทางเลือกที่สอง สำหรับผู้ที่ต้องการลดภาระ ด้วยการขายรถยนต์ที่ยังติดภาระผ่อนชำระค่างวดอยู่ เพียงแค่ผู้ซื้อและผู้ขาย เจรจาตกลงราคาขายรถยนต์ และนัดดูรถ สินเชื่อ “กรุงศรี รถบ้าน” พร้อมให้คำปรึกษาและบริการช่วยเหลือในการปิดบัญชี เมื่อผู้ซื้อได้รับอนุมัติสินเชื่อแล้ว ผู้ขายสามารถรับเงินเพื่อปิดบัญชีได้เลย ไม่ว่ารถคันนั้นจะผ่อนอยู่กับสถาบันการเงินไหนก็ตาม

“กรุงศรี รถบ้าน” จัดไว จ่ายไว มีดอกเบี้ยต่ำ ผ่อนนานสูงสุด 84 เดือน พร้อมรับวงเงินสูงถึง 90% ของราคาประเมินรถ และบริการทำสัญญาถึงบ้าน

การขอสินเชื่อเพื่อคนมีรถ และการขายรถเพื่อลดภาระที่มีอยู่ มีข้อดีข้อเสียต่างกัน ดังนั้น เจ้าของรถควรพิจารณาตัวเลือกที่เหมาะสมกับความต้องการและความจำเป็น นอกจากนี้ การปรึกษาสถาบันการเงินเพื่อทราบข้อมูลเกี่ยวกับมาตรการช่วยเหลือเบื้องต้นก็เป็นอีกวิธีที่อาจช่วยลดภาระและความกังวลใจได้อีกเช่นกัน

- สมัครสินเชื่อที่ คาร์ ฟอร์ แคช ตั้งแต่ 1 ก.ค. – 30 ก.ย. 64 นี้ และได้รับอนุมัติเป็นเลขที่สัญญา ภายในวันที่ 31 ต.ค. 64 รับบัตรเติมน้ำมัน ปตท.มูลค่า 1,500 บาท
- สมัครสินเชื่อ กรุงศรี รถบ้าน ตั้งแต่ 1 ก.ค. – 30 ก.ย. 64 นี้ และได้รับอนุมัติเป็นเลขที่สัญญา ภายในวันที่ 31 ต.ค. 64 รับบัตรเติมน้ำมัน ปตท.มูลค่า 1,000 บาท

“สมาชิก กบข. สามารถเลือกใช้บริการสินเชื่อของกรุงศรี ออโต้ พร้อมรับคำปรึกษาทั้งเรื่องรถและเรื่องเงิน ช่วยให้เรื่องเงินเป็นเรื่องง่าย ผ่านสาขากรุงศรี ออโต้ 51 สาขาทั่วประเทศ รวมทั้งสาขาของธนาคารกรุงศรีอยุธยาทั่วประเทศ หรือติดต่อ "กรุงศรี ออโต้ คอล เซ็นเตอร์" โทร 02-740-7400 กด 1 ติดตามรายละเอียดเพิ่มเติมที่ www.krungsriauto.com www.facebook.com/krungsriauto หรือแอปพลิเคชัน GO Application by Krungsri Auto”

กองทุนบำเหน็จบำนาญข้าราชการ

@GPFcommunity

กองทุนบำเหน็จบำนาญข้าราชการ (กบข.)

www.gpf.or.th

กองทุนบำเหน็จบำนาญข้าราชการ (กบข.)