



คำขวัญวันแม่แห่งชาติ ปี 2556

“คำโบราณว่าธูนางธูอย่างแม่
คือ คำแปลว่าแม่ก็มีลูกเล่น
จะชายหญิงรู้ชั่วก็มีกฎเกณฑ์
เพราะจิตเขนแบบอย่างในทางดี”

สมเด็จพระนางเจ้าฯ พระบรมราชินีนาถ

ทรงพระกรุณาโปรดเกล้าฯ

พระราชทานคำขวัญวันแม่แห่งชาติ ปี 2556

ขอพระองค์ทรงพระเจริญ

ด้วยเกล้าด้วยกระหม่อมขอเดชะ

ข้าพระพุทธเจ้า สหกรณ์ออมทรัพย์มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ จำกัด

อัตราดอกเบี้ยเงินฝาก

ณ 31 กรกฎาคม 2556

เงินฝากออมทรัพย์	อัตราดอกเบี้ย 1.00 % ต่อปี
เงินฝากออมทรัพย์สินทวี	อัตราดอกเบี้ย 2.00 % ต่อปี
เงินฝากออมทรัพย์พิเศษเพื่อสวัสดิการ	อัตราดอกเบี้ย 2.75 % ต่อปี
เงินฝากประจำทวีทรัพย์	อัตราดอกเบี้ย 3.25 % ต่อปี
เงินฝากประจำ	อัตราดอกเบี้ย 3.50-4.75 % ต่อปี
อัตราดอกเบี้ยเงินกู้	5.25 ต่อปี

ใ น เ ล ม

- ☛ วันนี้...ออมช. 2
- ☛ ประสาน พบ สมาชิก 3
- ☛ โครงการความรู้สู่อาชีพ 5
- ☛ 10 คาถา ฝ่าวิกฤต 6
- ☛ ซื่อขายแลกเปลี่ยน 7
- ☛ บรรณาธิการแถลง 8



วันนี้.....สอมธ.

หน่วย : บาท

	31 ธ.ค.55	31 พ.ค.56	30 มิ.ย.56
จำนวนสมาชิก	7,704 คน	7,794 คน	7,810 คน
1. สินทรัพย์รวม	18,108,844,312.68	19,268,760,479.50	19,298,299,109.22
1.1 เงินให้สมาชิกกู้	3,040,908,412.43	3,277,523,568.63	3,315,421,750.63
1.2 เงินให้สหกรณ์อื่นกู้	8,300,039,000.00	9,337,207,000.00	9,534,211,000.00
1.3 เงินลงทุน			
1.3.1 เงินสด/เงินฝากธนาคาร	1,446,390,078.96	1,421,879,444.90	1,311,111,186.95
1.3.2 เงินลงทุนระยะสั้นและยาว	5,225,237,366.34	5,196,531,434.66	5,096,531,434.66
1.4 สินทรัพย์อื่น	96,269,454.95	35,619,031.31	41,023,736.98
2. หนี้สินรวม			
2.1 เงินรับฝากจากสมาชิก	11,439,583,244.86	11,782,728,981.38	11,709,830,081.51
2.2 เงินกู้ยืม - ระยะสั้น	2,040,000,000.00	2,880,000,000.00	2,930,000,000.00
2.3 หนี้สินอื่น	353,330,997.30	278,234,504.76	272,225,708.36
3. ทุนของสหกรณ์			
3.1 ทุนเรือนหุ้น	2,946,573,550.00	3,081,520,320.00	3,111,003,420.00
3.2 ทุนสำรอง	796,893,910.36	859,859,890.13	859,859,890.13
3.3 ทุนสะสมและอื่น ๆ	148,109,134.23	150,952,839.06	150,708,539.06
3.4 กำไรจากเงินลงทุนที่ยังไม่เกิดขึ้น	70,732,777.08	70,478,638.28	70,478,638.28
4. การให้ทุนสวัสดิการต่าง ๆ	ม.ค. - ธ.ค.	ม.ค. - พ.ค.	ม.ค. - มิ.ย.
4.1 ทุนการศึกษาบุตรของสมาชิก	3,559,100.00 (1,306 ราย)	35,750.00 (13 ราย)	35,750.00 (13 ราย)
4.2 ทุนเพื่อช่วยเหลือสมาชิกเมื่อทำการสมรส	148,500.00 (99 ราย)	58,500.00 (39 ราย)	64,500.00 (43 ราย)
4.3 ทุนเพื่อสมทบเป็นค่ารักษาพยาบาลให้แก่สมาชิก	362,500.00 (363 ราย)	220,500.00 (148 ราย)	261,300.00 (179 ราย)
4.4 ทุนเพื่อการสงเคราะห์เกี่ยวกับการศพของคู่สมรส หรือบุตรหรือบิดามารดา	1,802,000.00 (202 ราย)	708,000.00 (79 ราย)	904,000.00 (100 ราย)
4.5 ทุนสมทบเป็นเจ้าของภาพสวดพระอภิธรรมศพ	60,000.00 (12 ราย)	30,000.00 (6 ราย)	30,000.00 (6 ราย)
4.6 ทุนเพื่อสงเคราะห์สมาชิกหรือคู่สมรสหรือบิดามารดา ประสบภัยพิบัติ	3,057,500.00 (616 ราย)	3,500.00 (1 ราย)	3,500.00 (1 ราย)
4.7 ทุนเพื่อสวัสดิการสำหรับสมาชิกผู้เป็นโสด	19,500.00 (13 ราย)	10,500.00 (7 ราย)	12,000.00 (8 ราย)
4.8 กองทุนทดแทนกรณีสมาชิกเสียชีวิต หรือได้รับอันตราย แก่ร่างกายจากอุบัติเหตุ	381,311.65 (100 ราย)	403,454.00 (30 ราย)	406,849.00 (32 ราย)
4.9 กองทุนทดแทนกรณีสมาชิกถึงแก่กรรม	1,220,000.00 (13 ราย)	837,000.00 (8 ราย)	1,012,000.00 (10 ราย)
4.10 กองทุนทดแทนกรณีสมาชิกอายุ ครบ 61 - 65 ปีบริบูรณ์	1,590,000.00 (60 ราย)	1,548,000.00 (101 ราย)	1,660,000.00 (115 ราย)
4.11 กองทุนทดแทนกรณีสมาชิกอายุ ครบ 66 - 70 ปีบริบูรณ์	1,085,000.00 (40 ราย)	1,016,000.00 (76 ราย)	1,100,000.00 (82 ราย)
4.12 กองทุนทดแทนกรณีสมาชิกอายุ ครบ 71- 75 ปีบริบูรณ์	370,000.00 (16 ราย)	466,000.00 (34 ราย)	560,000.00 (39 ราย)
4.13 กองทุนทดแทนกรณีสมาชิกอายุ ครบ 76 - 80 ปีบริบูรณ์	135,000.00 (5 ราย)	257,000.00 (13 ราย)	261,000.00 (14 ราย)
4.14 กองทุนทดแทนกรณีสมาชิกอายุ ครบ 81 - 85 ปีบริบูรณ์	- -	58,000.00 (4 ราย)	73,000.00 (5 ราย)
4.15 กองทุนเกษียณอายุราชการ	4,215,000.00 (105 ราย)	455,000.00 (11 ราย)	455,000.00 (11 ราย)



รองศาสตราจารย์ ดร.วรุณี หิรัญรักษ์

ประธาน พบ สมาชิก

เรียน สมาชิก สอมธ. ที่เคารพทุกท่าน สอมธ. ไม่ได้ฝากเงินกับ สหกรณ์เครดิตยูเนียนครับ

เดือนกรกฎาคมปีนี้ มีวันหยุดยาว 4 วัน ระหว่างวันที่ 19-23 กรกฎาคม 2556 เนื่องจากวันอาสาฬหบูชาและวันเข้าพรรษา ตรงกับวันจันทร์และวันอังคาร ทำให้สมาชิก สอมธ. ที่ปฏิบัติงานในมหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ และเจ้าหน้าที่ สอมธ. ได้มีโอกาสหยุดพักผ่อนยาว ไปท่องเที่ยวหรือเดินทางกลับบ้านต่างจังหวัดเพื่อเยี่ยมเยียนบ้านเกิดและญาติพี่น้อง สมาชิก สอมธ. หลายคน ได้มีโอกาสกลับไปทำบุญเวียนเทียนเข้าพรรษาที่วัดใกล้บ้าน กระผมก็ขอถือโอกาสอนุโมทนาบุญ ขอให้ทุกท่านมีความสุขและมีสุขภาพแข็งแรง และมีความเจริญก้าวหน้าตลอดไปนะครับ สำหรับท่านที่เข้าร่วมโครงการ “อดเหล้าเข้าพรรษา” กระผมก็ขอแสดงความชื่นชมและขอสนับสนุนให้ท่านเข้าร่วมโครงการ “อดเหล้านอกพรรษา” ไปด้วย จะได้ประหยัดค่าใช้จ่ายในครัวเรือนและเพิ่มเงินออมได้นะครับ

วันเข้าพรรษาปีนี้ มีสมาชิก สอมธ. ใจบุญสองท่านที่ไม่ประสงค์จะออกนาม และไม่ประสงค์จะมาแจกทุนด้วยตนเอง ได้บริจาคทุนการศึกษาให้แก่บุตรสมาชิกที่ขาดแคลนทุนทรัพย์ ซึ่งจะมีพิธีมอบทุนในวันอังคารที่ 15 ตุลาคม 2556 ที่หอประชุมเล็ก มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ท่าพระจันทร์ ดังนี้คือ

1. สมาชิกเลขทะเบียนที่ 2104 (ข้าราชการบำนาญสตรี) บริจาคเงินทุนการศึกษาจำนวน 16,000.00 บาท
2. สมาชิกเลขทะเบียนที่ 0832 (ข้าราชการบำนาญสตรี) บริจาคเงินทุนการศึกษาจำนวน 3,500.00 บาท

กระผมขอกราบขอบพระคุณสมาชิกทั้งสองท่าน (“คุณแม่บุญธรรม” ของบุตรสมาชิก) สอมธ. จะดำเนินการให้เป็นไปตามวัตถุประสงค์ของท่านทั้งสอง และจะรายงานผลการศึกษานักเรียนที่ได้รับทุนการศึกษาของท่าน ให้ท่านทราบต่อไป เนื่องจากท่านแจ้งว่าอาจจะให้ทุนการศึกษาต่อเนื่องทุกปี ถ้าหากผลการเรียนของเด็กนักเรียนมีความก้าวหน้าไปด้วยดีครับ สำหรับสมาชิกท่านอื่น ๆ ที่ประสงค์มอบทุนการศึกษาให้แก่บุตรสมาชิก สอมธ. ที่ขาดแคลนทุนทรัพย์ ก็ขอได้โปรดอย่าลังเลใจ ที่จะแจ้งให้กระผมทราบนะครับ

เมื่อเข้าสู่เดือนกรกฎาคมของทุกปี สอมธ. จะทำการสรุปผลการดำเนินงานในรอบหกเดือนที่ผ่านมา ผลปรากฏว่าในรอบหกเดือนแรกของปีนี้ สอมธ. ทำผลกำไรได้สูงกว่าเป้าหมาย ถ้าหากในรอบหกเดือนหลังของปี ไม่มีค่าใช้จ่ายที่มีได้คาดหมายเอาไว้ สูงเกินกว่าปกติมากนัก (เช่นมีมหาอุทกภัยเกิดขึ้นอีก) ในตอนปลายปี และวันประชุมใหญ่สามัญประจำปี พวกเราทุกคนก็คงจะมีความสุขกันได้ถ้วนหน้าครับ

เมื่อวันที่ 5 กรกฎาคม 2556 กระผมได้รับจดหมายตอบจากท่านอธิการบดี ลงวันที่ 4 กรกฎาคม 2556 เรื่องการให้กองคลังหักเงิน ณ ที่จ่าย เพื่อชำระหนี้ที่สมาชิกจะต้องส่งต่อสหกรณ์ สรุปใจความว่า

“เมื่อคำนึงถึงประโยชน์ของสมาชิกสหกรณ์ ความมั่นคงของสหกรณ์ และระบบการทำงานของมหาวิทยาลัย ผมจึงเห็นว่า อัตราร้อยละ 15 จึงเป็นอัตราที่เหมาะสมที่สุด”

ศ. ดร.สมคิด เลิศไพฑูรย์
อธิการบดี

ถ้าสมาชิก สอมธ. ต้องการเห็นจดหมายฉบับเต็ม ท่านสามารถ ขอดูได้จากกรรมการ สอมธ. ทุกท่านและที่ สอมธ. ทั้งนี้ กระผมได้มอบหมายให้คณะกรรมการเงินกู้สามัญและคณะกรรมการเงินกู้พิเศษและฉุกเฉินไปดำเนินการต่อไป และจะแจ้งขอความร่วมมือจากกองคลังและหน่วยงานต่างๆ ในมหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ต่อไป

กระผมได้รับการชี้แจงจากคุณนวลรักษ์ ขอบชื่น เหรณญิก ซึ่งเป็นผู้อำนวยการกองคลัง อธิบายว่าคำว่า เงินเดือนสุทธิเหลือร้อยละ 15 นั้น ไม่ได้หมายความว่า สมาชิกสามารถใช้เงินร้อยละ 85 ของเงินเดือนทั้งก่อนมาเป็นฐานในการคำนวณวงเงินกู้จาก สอมธ. เสมอไป ได้ แต่หมายถึงเงินเดือนที่เหลืออยู่ หลังจากกองคลังหรือหน่วยงานที่จ่ายเงินเดือน ได้หักหนี้สินอื่นๆ ที่มีอยู่ก่อนแล้วและหักหนี้สหกรณ์ในลำดับต่อมาต้องไม่ต่ำกว่าร้อยละ 15 ของเงินเดือน ดังนั้น การที่สมาชิกจะกู้เงินจาก สอมธ. ได้มากน้อยเพียงใดนั้น จึงต้องขึ้นอยู่กับภาระหนี้สินผูกพันอื่นๆ ที่ท่านมีก่อนหน้าที่จะมาขอกู้เงินจากสหกรณ์ด้วยนะครับ เพราะวงเงินกู้ของสมาชิกจะต้องคำนวณจากความสามารถของสมาชิกในการชำระหนี้สหกรณ์ หลังจากที่สมาชิกได้ถูกหักเงินเดือนไปชำระหนี้สินอื่นๆ ไปก่อน

แล้ว และเมื่อชำระหนี้ให้สหกรณ์ในลำดับต่อมา สมาชิกจะต้องมีเงินเดือนสุทธิเหลือไม่ต่ำกว่าร้อยละ 15 ถ้าหากสมาชิกกู้เงินไม่ได้ตามวงเงินที่ต้องการ สมาชิกจะต้องพิจารณาตัวเองด้วยว่าควรจะลดหนี้สินอื่นๆ ที่มีอยู่ก่อนได้อย่างไร เพราะกระผมได้ช่วยแก้ไขปัญหาระงับเงินเดือนสุทธิที่ใช้ในการคำนวณเงินกู้สหกรณ์ให้ท่านแล้วครับ

ที่นี่ มาพูดถึงเรื่องความทุกข์ใจของสมาชิกที่มีเงินเหลือมากนำมาฝากออมไว้กับ สอมธ. บ้างครับ มีสมาชิกหลายคนโทรศัพท์มาสอบถามกระผมว่า สอมธ. ได้มีธุรกรรมทางการเงินกับสหกรณ์เครดิตยูเนียนแห่งหนึ่งที่มีข่าวโด่งดังไปทั่วประเทศหรือไม่ กระผมขอเรียนให้สมาชิกทุกท่านสบายใจได้ว่า สอมธ. มิได้ทำธุรกรรมใดๆ กับสหกรณ์เครดิตยูเนียนดังกล่าว เพราะเป็นสหกรณ์คนละประเภทกัน เนื่องจากสหกรณ์เครดิตยูเนียนเป็นประเภทของสหกรณ์ที่ตั้งอยู่ในชุมชนแห่งใดแห่งหนึ่ง มีสมาชิกหลากหลายอาชีพ สมาชิกจะต้องนำเงินสดมาฝาก หรือซื้อหุ้น หรือชำระหนี้เงินกู้ของสหกรณ์ด้วยตนเอง ไม่มีการหัก ณ ที่จ่ายไม่เหมือนกับสหกรณ์ออมทรัพย์ที่เป็นสหกรณ์ที่ตั้งอยู่ในสถานประกอบการเอกชนหรือสถานที่ทำงานราชการ ที่สมาชิกมีอาชีพเดียวกันและสหกรณ์สามารถหักเงินชำระหนี้เงินกู้ และเงินค่าหุ้นหรือเงินฝากได้ ณ ที่จ่าย สหกรณ์ออมทรัพย์จึงมีความมั่นคงมากกว่า

สาเหตุที่เกิดปัญหาขึ้นในสหกรณ์เครดิตยูเนียนแห่งนั้น ก็สืบเนื่องมาจากผู้ที่เกี่ยวข้องทุกฝ่ายทั้งสมาชิกสหกรณ์ สมาชิกสมทบ กรรมการและเจ้าหน้าที่ ละเลยและไม่ยึดมั่นในแนวทางปฏิบัติของปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว ในเรื่อง “ความพอเพียง พอประมาณ” ความมีเหตุผลและมีภูมิคุ้มกันที่ดี ทุกฝ่ายมุ่งแสวงหาผลประโยชน์สูงสุดให้แก่ตนเอง โดยมีได้คำนึงถึงผลเสียที่จะเกิดขึ้นต่อบุคคลอื่นและสังคมส่วนรวม เพราะสมาชิกสหกรณ์ทุกคนสนใจแต่เพียงอัตราเงินปันผลสูงสุดทุกปี และสมาชิกผู้ฝากก็ต้องการอัตราดอกเบี้ยเงินฝากสูงมาก ๆ เท่านั้น โดยไม่สนใจว่าคณะกรรมการ เจ้าหน้าที่สหกรณ์จะมีวิธีการบริหารการเงินและการลงทุนอย่างไรและมีความถูกต้องมากน้อยเพียงใด ซึ่งผลสุดท้าย เมื่อสิ้นปีสหกรณ์ประกาศจ่ายอัตราเงินปันผลในอัตราสูงสุดคือร้อยละ 10 ในขณะที่ให้อัตราดอกเบี้ยเงินฝากสูงถึงร้อยละ 5.5 ซึ่งสูงมากผิดปกติจนทำให้มีสมาชิกสมทบจำนวนมาก (ส่วนหนึ่งเป็นสมาชิกสหกรณ์อื่น) และสหกรณ์อื่นหลายแห่ง นำเงินออมของตนมาฝาก โดยที่สมาชิกสหกรณ์ผู้กู้เงินสหกรณ์ต้องเสียอัตราดอกเบี้ยเงินกู้ในอัตราร้อยละ 12 ต่อปี ซึ่งสูงมากเมื่อเทียบกับอัตราดอกเบี้ยเงินกู้ของ สอมธ. ซึ่งเท่ากับร้อยละ 5.25 ต่อปี เท่านั้น เพื่อที่สหกรณ์จะสามารถจ่ายเงินปันผลในอัตราร้อยละ 10 ได้ แต่เมื่อสมาชิกที่มาขอถอนเงินปันผลและเงินฝากเป็นเงินสดต่างก็ไม่ได้รับเงินทั้งเงินปันผลและเงินฝาก จนต้องไปร้องทุกข์กล่าวโทษผู้ที่เกี่ยวข้องกับ กรมสอบสวนคดีพิเศษ (DSI) และสำนักงานป้องกันและปราบปรามการฟอกเงิน (ปปง.) ไปจนถึงชั้นอัยการพิทักษ์สิทธิผู้ที่เกี่ยวข้องตามที่เห็นข่าวกันนั้นแหละครับ

ถ้าสมาชิก สอมธ. ถามว่าเหตุการณ์ดังกล่าว จะเกิดขึ้น ใน สอมธ. ได้หรือไม่ กระผมขอยืนยันว่าจะไม่เกิดขึ้นกับ สอมธ. แน่นอนครับ เพราะสมาชิก สอมธ. ทุกท่าน เป็นผู้ที่มีเหตุผล มีความพอเพียงและพอประมาณ สมาชิกทุกท่านทราบดีว่า การจ่ายเงินปันผลในอัตราสูงลิบลู่ ในขณะที่ให้อัตราดอกเบี้ยเงินฝากสูงมากเกินปกติแต่ให้อัตราดอกเบี้ยเงินกู้ต่ำมากนั้น เป็นเรื่องที่เป็นไปไม่ได้ ยกเว้นจะมีการบริหารการลงทุนที่เสี่ยงภัย หรือไม่ถูกต้องตามวิธีการสหกรณ์เท่านั้น สมาชิก สอมธ. จึงไม่กดดันให้กรรมการดำเนินการต้องใช้วิธีการบริหารเงินที่ไม่ถูกต้อง เพื่อจะได้กำไรสูง ๆ จนสามารถจ่ายเงินปันผลในอัตราสูงสุดทุกปีนะครับ

สอมธ. ของเรายังมีคณะกรรมการและเจ้าหน้าที่ที่มีความซื่อสัตย์สุจริต ทำงานโปร่งใส สอมธ. มีผู้ตรวจสอบกิจการและผู้สอบบัญชีที่มีคุณภาพเชื่อถือได้ ทำหน้าที่รายงานผลการตรวจสอบทางการเงินต่อคณะกรรมการดำเนินการและกรมตรวจบัญชีสหกรณ์และนายทะเบียนสหกรณ์ (กรมส่งเสริมสหกรณ์) ทุก ๆ เดือน และ สอมธ. ยังต้องรายงานธุรกรรมทางการเงินต่อสำนักงานป้องกันและปราบปรามการฟอกเงิน (ปปง.) ทุก 15 วันของทุกเดือนด้วยครับ นอกจากนี้ สอมธ. ของเรายังมีเหรียญกษาปณ์ผู้ว่าราชการกองคลัง เป็นผู้ดูแลเรื่องการใช้จ่ายของ สอมธ. อีกด้วย สมาชิก สอมธ. จึงมั่นใจในเรื่องความโปร่งใสทางการเงินของ สอมธ. ได้ครับ ซึ่งถ้ามองโลกในแง่ดี วิกฤตการณ์ที่เกิดขึ้นครั้งนี้ จะช่วยให้ สอมธ. มีความมั่นคงมากขึ้นไปอีก เพราะทั้งกรรมการและเจ้าหน้าที่ จะต้องมีความรอบคอบและมีความรัดกุมในการบริหารการเงินของ สอมธ. มากขึ้น และสมาชิกก็จะสนใจติดตามตรวจสอบการทำงานของคณะกรรมการดำเนินการและเจ้าหน้าที่มากขึ้น ถ้าหากสมาชิก สอมธ. มีข้อสงสัยใด ๆ เกี่ยวข้องกับการบริหารงานสหกรณ์ของเรา ก็สามารถตรวจสอบได้ โดยสอบถามกระผมโดยตรงทางโทรศัพท์หรือมาขอตรวจดูข้อมูลได้ที่สำนักงาน สอมธ. หรือร้องเรียนไปยังกรมตรวจบัญชีสหกรณ์และกรมส่งเสริมสหกรณ์ ซึ่งตั้งอยู่ริมคลองเทเวศน์ ใกล้ท่าเรือเทเวศน์ ทั้งสองกรมและกรมสอบสวนคดีพิเศษ (ดีเอสไอ) ที่ถนนแจ้งวัฒนะ ซอย 9 และสำนักงานป้องกันและปราบปรามการฟอกเงิน (ปปง.) ที่ถนนพญาไท ใกล้สยามเซ็นเตอร์ปทุมวัน ได้เลยนะครับ

สุดท้ายนี้ เหลือเวลาอีกสองเดือนแล้วนะครับ สำหรับสมาชิก สอมธ. ที่จะเกษียณอายุราชการในเดือนกันยายนปีนี้ ท่านได้เตรียมความพร้อมทั้งด้านการปรับตัวปรับใจ ด้านการเงิน และการวางแผนชีวิตในอนาคตแล้วหรือยังครับ สำหรับท่านที่ยังมีภาระการเงินผูกพันอยู่กับ สอมธ. อยู่ ได้โปรดมาติดต่อขอข้อมูลกับเจ้าหน้าที่ สอมธ. แต่เนิ่น ๆ นะครับ ชีวิตหลังเกษียณที่ไม่มีหนี้สินใดๆ เลยจะเป็นชีวิตที่มีความสุขอย่างแท้จริง กระผมจะเป็นกำลังใจให้ท่านต่อไปครับ

สวัสดิ์ครับ

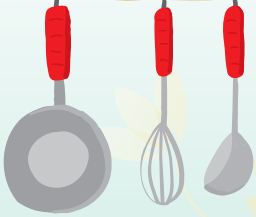
รองศาสตราจารย์ ดร.วรุฒิ หิรัญรักษ์

ประธานกรรมการดำเนินการ

(โทรศัพท์ 08-1835-2408)



โครงการความรู้สู่อาชีพ



สวัสดิ์ค๊ะ ท่านสมาชิกที่รักทุกท่าน ในรอบครึ่งปีที่ผ่านมา สอมธ. ได้ดำเนินการจัดโครงการความรู้สู่อาชีพ ให้สมาชิกไปเรียบร้อยแล้ว จำนวน 2 หลักสูตร โดยวัตถุประสงค์เพื่อให้สมาชิกได้นำความรู้ที่ได้ไปต่อยอดทำเป็นอาชีพเสริมสร้างรายได้เสริม ให้แก่ตนเองและครอบครัว

สำหรับหลักสูตรที่ได้ดำเนินการจัดไปเรียบร้อยแล้ว ได้แก่ หลักสูตรก๋วยเตี๋ยวสุโขทัย และหลักสูตรน้ำพริกกุ้งแแก้วและน้ำพริกกุ้งเสียบสมุนไพร เป็นหลักสูตรที่น่าสนใจมาก วิธีทำไม่สลับซับซ้อน สามารถนำไปรับประทาน หรือทำแจกเพื่อนๆ ช่วงเทศกาลต่าง ๆ หรือ ถำรสชาติถูกปาก ก็สามารถทำขายได้เลยค่ะ

สอมธ. ขอนำบรรยากาศการอบรมมาฝากสมาชิกที่ไม่ได้มาร่วมกิจกรรมให้ได้ชมกันค่ะ ยังมีกิจกรรมที่น่าสนใจให้สมาชิกได้มาร่วมกันทำอีกหลายกิจกรรม เช่น การสัมมนาสมาชิกนอกสถานที่ ครั้งที่ 2 ที่จะเปิดรับสมัครประมาณเดือนตุลาคม และโครงการความรู้สู่อาชีพ อีก 2 หลักสูตรที่ได้ประกาศรับสมัครไปก่อนหน้านี้แล้ว



หลักสูตรก๋วยเตี๋ยวสุโขทัย ที่ศูนย์รังสิต เมื่อวันที่ 16 มิถุนายน 2556



หลักสูตรน้ำพริกกุ้งเสียบสมุนไพรและน้ำพริกกุ้งแแก้ว ท่าพระจันทร์ วันที่ 6 กรกฎาคม 2556 และ ศูนย์รังสิต วันที่ 17 กรกฎาคม 2556

บทความดี ๆ จากกรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข

จากสภาวะในปัจจุบัน ไม่ว่าจะ เป็น ฝนตก รถติด ปัญหาส่วนตัว ปัญหาครอบครัว หรือปัญหาการทำงาน ฯลฯ ทำให้เกิดความเครียดได้ สอธ. ขอแนะนำบทความดี ๆ จากกรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข มาฝากท่านสมาชิกเพื่อเป็นแนวทางในการแก้ไขปัญหา **ไม่ว่าจะยากแค่ไหน อย่างไร ปัญหา ก็สามารถเกิดขึ้นได้กับทุกฝ่าย** อยู่ที่ว่าเราคิดหาวิธีที่เหมาะสมในการแก้ไขปัญหาและสถานการณ์ต่าง ๆ ให้ลุล่วงไปได้ ชีวิตจะได้อยู่ดีมีสุข ยิ่งๆ ขึ้นไป **สอธ. เป็นกำลังใจให้สมาชิกทุกท่านค่ะ**

1. เมื่อรู้สึกว่ กำลังจะสติแตก ให้บอกตัวเองว่า “ทุกปัญหามีทางออก แค่งงหาไม่เจอ”

(ยามภาวะวิกฤติ การสูญเสียความมั่นคงทางกายและใจ เพราะการรู้สึกถูกคุกคามอย่างกะทันหัน ทำให้ตั้งสติได้ยาก สติไม่มี ปัญญาไม่เกิด จึงมองไม่เห็นทางออกของปัญหา)

วิธีคือ ถ้ารู้ว่าเรากำลังจะเจอปัญหา ให้ใช้เวลากับการเตรียมตัวและหาข้อมูล ถ้ากำลังเผชิญกับปัญหาหายใจเข้าออกอย่างผ่นคลาย แล้วเตือนตัวเอง เพื่อตั้งสติ

2. เมื่อรู้สึกว่ ในหัวเต็มไปด้วยความคิด ให้บอกตัวเองว่า “อย่าคิดเองเออเอง”

(ความเครียดทำให้เราฟังกันน้อยลง คิดเอาเองมากขึ้น)

วิธีคือ เดินออกไปพูดคุยกับคนใกล้ๆ คุณบ้าง รับฟังความทุกข์ของเขาแทนการหมกมุ่นแต่เรื่องของตัวเอง)

3. เมื่อรู้สึกว่ ยิ่งพูดยิ่งกังวล ให้บอกตัวเองว่า “จงเปลี่ยนคำพูด เป็นการกระทำ”

วิธีคือ มองหาโอกาสในการช่วยเหลือคนอื่น เข้าร่วมกิจกรรม เพราะการเอาใจใส่คนอื่นมากขึ้นจะให้ความทุกข์ของเราลดลง

4. เมื่อรู้สึกว่ เราช่างโชคร้าย ให้บอกตัวเองว่า “คู่มือ โชคดีก็มีอยู่”

(เวลาจิตตกเรามักมองทุกอย่างในแง่ลบ และคิดว่าตนเองเป็นผู้ถูกรบกวนทำเกิดความเป็นจริง)

วิธีคือ มองหาสิ่งดี ๆ ที่ง่ายที่สุด ใกล้ตัวที่สุด เช่น เสียทรัพย์แต่โชคดีปลอดภัย, โชคดีที่เราไม่ป่วย, ถึงป่วยก็โชคดีที่เราไม่ตาย, โชคดีที่ยังได้รับความช่วยเหลือ เป็นต้น

5. เมื่อรู้สึกว่ โกรธ ให้บอกตัวเองว่า “โกรธคือโง่ โง่คือโง่บ้า”

(ในภาวะวิกฤต ทุกคนย่อมมีสัญชาตญาณในการเอาตัวรอดโดยธรรมชาติ เกิดความกลัวในการพูด คิด หรือลงมือทำตามความต้องการของตนเอง จนอาจเกิดเป็นความขัดแย้งกับคนอื่นได้ง่าย)

วิธีคือ ไม่ด่า ไม่ว่า ไม่หับถม ออกไปทำกิจกรรมอะไรก็ได้ที่ทำให้ได้ออกแรง จำไว้ว่าไม่ว่าจะทำอะไรในเวลาโกรธ สุดท้ายมันจะกลายเป็นการทำร้ายตัวเองและคนรอบข้าง

6. เมื่อรู้สึกว่ ท้อแท้ ให้บอกตัวเองว่า “เดี๋ยวมันก็ผ่านไป”

(ความท้อแท้เกิดขึ้นเมื่อเรามองไม่เห็นทางออกของปัญหา ไม่รู้จะทำอย่างไร รู้สึกโดดเดี่ยว ไร้จุดหมาย นี่คือสัญญาณของการขาดกำลังใจ)

วิธีคือ เร่งสร้างกำลังใจโดย คิดถึงสิ่งที่ทำให้รู้สึกมั่นคงเช่น ความรักของคนในครอบครัว ศรัทธาที่เคยยึดมั่น เป้าหมายชีวิตที่มี

7. เมื่อรู้สึกว่ เหนื่อยล้า ให้บอกตัวเองว่า “เหนื่อยนัก ก็พักบ้าง”

(เมื่อเราเจอวิกฤตไปสักระยะ สิ่งที่ต้องทำ เรื่องที่ต้องคิด ภาพที่ต้องเห็น เสียงที่ต้องได้ยิน อาจทำให้รู้สึกเหนื่อยกาย เหนื่อยใจ ซึ่งทั้งสองสิ่งนี้มีความสัมพันธ์กัน)

วิธีคือ สร้างความสงบ เพื่อให้เกิดการผ่อนคลายจากภายใน โดยให้รู้สึกตัวไปกับลมหายใจเข้าออกช้า ๆ อย่างผ่อนคลาย

8. เมื่อรู้สึกว่ ใต้เวลานอน ให้บอกตัวเองว่า “การนอนคือสิ่งสำคัญ”

วิธีคือ เข้านอนซะ ถึงแม้ว่าจะนอนไม่หลับก็ให้นอนแผ่ในท่าที่สบาย แล้วก็หลับตา จินตนาถึงบรรยากาศที่ผ่อนคลาย หรือรู้สึกตัวอยู่กับลมหายใจไปเรื่อยๆ จะหลับหรือไม่ก็ช่างมัน

9. เมื่อรู้สึกว่ ไม่มีอะไรทำ ให้บอกตัวเองว่า “บริหารร่างกายเข้าไว้ ให้ร่างกายแข็งแรง”

(เมื่อพ้นช่วงขุลงมนุ ขนข้าวของอพยพกันแล้ว การอยู่ในบ้านที่ถูกตัดขาดหรือศูนย์อพยพ อาจทำให้กิจกรรมต่างๆ ในชีวิตประจำวันของเราหายไป)

วิธีคือ กายบริหารง่าย ๆ ตามสถานที่และเวลาที่เหมาะสม ประมาณ 30 นาที เพราะการไหลเวียนเลือดที่ดีจะทำให้สมองมีพลังและดีต่อการคิดตัดสินใจ

10. เมื่อรู้สึกว่ มีอะไรต้องทำมากมาย ให้บอกตัวเองว่า “เราทำทุกอย่างไม่ได้ แต่เลือกทำสิ่งที่สำคัญได้”

(การเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นตลอดเวลา อาจทำให้รู้สึกว่ามีสิ่งที่จะต้องคิด ต้องทำมากมาย)

วิธีคือ เอากระดาษกับปากกามาจด แยกระหว่าง สิ่งสำคัญที่รีบด่วน กับสิ่งสำคัญไม่รีบด่วน แล้วค่อยๆ ลงมือทำ



ข้อ-บาย แลกเปลี่ยน



คอนโด คอนโดมิเนียม ริมน้ำเจ้าพระยา เนื้อที่ 40 ตารางเมตร ชั้น 11 มีเฟอร์นิเจอร์ พร้อมเข้าอยู่ใกล้ท่าพระอาทิตย์ มช. ท่าพระจันทร์ ราคา 3 ล้านบาท ติดต่อ คุณประพันธ์ โทรศัพท์ 08-9133-9984

บรรยายตามหน่วยงาน

สหกรณ์ออมทรัพย์มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ จำกัด ร่วมบรรยายให้ความรู้ ในโอกาสที่หน่วยงานภายในมหาวิทยาลัย จัดการสัมมนาพร้อมร่วมสนับสนุนเงินเพื่อการสัมมนาด้วย



คณะศิลปศาสตร์ เมื่อวันที่ 27 มิถุนายน 2556 มอบเงินสนับสนุนการสัมมนาเป็นจำนวนเงิน 10,000 บาท

โรงพยาบาลธรรมศาสตร์ เมื่อวันที่ 5 กรกฎาคม 2556 มอบเงินสนับสนุนการสัมมนาเป็นจำนวนเงิน 10,000 บาท



แสดงความยินดี



สอมธ. ร่วมแสดงความยินดี ในโอกาสที่สถาบันประมวลข้อมูลครบรอบ 31 ปี แห่งการก่อตั้ง เมื่อวันที่ 24 มิถุนายน 2556 ณ มธ. ศูนย์รังสิต



สอมธ. ร่วมแสดงความยินดี ในโอกาสที่ คณะพยาบาลศาสตร์ครบรอบ 17 ปี แห่งการก่อตั้ง เมื่อวันที่ 28 มิถุนายน 2556 ณ มธ. ศูนย์รังสิต

แวดวงสหกรณ์



ร่วมแสดงความยินดีในโอกาสเปิดอาคารสำนักงาน สหกรณ์ออมทรัพย์ครูพิษณุโลก จำกัด เมื่อวันที่ 18 กรกฎาคม 2556 จังหวัดพิษณุโลก

ขอแสดงความเสียใจ

สอมธ. เป็นเจ้าภาพงานสวดพระอภิธรรมศพสมาชิก พร้อมมอบเงินช่วยเหลือค่าจัดพิธีศพรายละ 5,000 บาท โดย สอมธ. ขอแสดงความเสียใจต่อครอบครัวของสมาชิก มา ณ ที่นี้



คุณเกศินี อนันตรุการ เลขทะเบียนที่ 00417 สังกัด ทัวไป เมื่อวันที่ 1 กรกฎาคม ณ วัดมกุฏกษัตริยารามธรรมมหาวิทยาลัย



คุณบุหงา กระทงน้อย เลขทะเบียนที่ 00232 สังกัด ขร.บ้านาญ (ทัวไป) เมื่อวันที่ 2 กรกฎาคม 2556 ณ บ้านเลขที่ 38 เขตธนบุรี กรุงเทพฯ



คุณธวัชชัย ปิยะวัฒนาพันธ์ เลขทะเบียนที่ 00579 สังกัด ขร.บ้านาญ (ทัวไป) เมื่อวันที่ 3 กรกฎาคม 2556 ณ วัดกุนนทีรุทธาราม (วัดห้วยขวาง) กรุงเทพฯ

บรรณาธิการแถว



ช่วงนี้บรรยากาศอึมครึมไปกันทั่ว แม้กระทั่งฝนฟ้าอากาศก็พลอยเป็นใจไปด้วย ขอให้ทุกท่านระวังรักษาสุขภาพกันด้วยนะคะ สำหรับคำถามที่ว่าเราไปทำธุรกรรมอะไรบ้างกับสหกรณ์เครดิตยูเนียนที่กำลังมีข่าวหนาหูเกี่ยวกับความไม่ชอบมาพากลนั้น ท่านจะได้อ่านคำตอบเต็มๆ จากประธานवरวุฒิ และสำหรับสมาชิก สอมธ. ที่ต้องการทราบว่า จากระเบียบของกระทรวงศึกษาธิการ ว่าด้วยการหักเงินเดือนข้าราชการ เงินบำเหน็จบำนาญ เพื่อชำระหนี้เงินกู้ให้แก่สวัสดิการในส่วนราชการและสหกรณ์ พ.ศ. 2551 ที่กำหนดให้ส่วนราชการหักเงินเดือนสุทธิคงเหลือไม่น้อยกว่าร้อยละ 30 ซึ่งทำให้สมาชิก สอมธ. จำนวนหนึ่งเดือดร้อน จึงต้องไปกู้เงินนอกระบบแทนนั้น ได้รับการแก้ไขอย่างไร คำตอบ คือท่านอธิการบดีได้เล็งเห็นถึงความเดือดร้อนจึงได้อนุมัติตามที่คณะกรรมการ สอมธ. เสนอขอ คือให้เหลือเงินในของไม่น้อยกว่าร้อยละ 15 โดยคำนึงถึงประโยชน์ของสมาชิก สอมธ. ความมั่นคงของ สอมธ. และ

ระบบการทำงานของมหาวิทยาลัยเป็นสำคัญ อย่างไรก็ตาม รายละเอียดเกี่ยวกับเรื่องเงินเหลือในของว่าหมายถึงอะไรบ้างนั้น ขอให้ท่านอ่านจากสารประชนพบสมาชิกด้วยนะคะ

นอกจากนี้ ยังมีข่าวดีๆ เป็นบุคคลที่มีสมาชิกซึ่งเป็นข้าราชการบำนาญสตรี 2 ท่าน ได้บริจาคเงินทุนการศึกษาแก่บุตรสมาชิกโดยไม่ประสงค์ออกนาม ก็ขอให้ผลบุญจงสำเร็จและเป็นปัจจัยให้ท่านมีสุขภาพแข็งแรง จิตผ่องใสคะ และขอบพระคุณที่กรุณาเป็นตัวอย่างนำร่องให้สมาชิกท่านอื่นๆ ด้วยคะ

ปล. สำหรับสมาชิก สอมธ. ที่สมัครสัมมนาสมาชิกนอกสถานที่ ครั้งที่ 1 ระหว่างวันที่ 14-15 กันยายน 2556 ณ โรงแรมรอยัลพลา คลิฟฟ์ บีช รีสอร์ท แอนด์ สปา ระยอง อย่าลืมมาดูประกาศรายชื่อด้วยนะคะ และสำหรับสมาชิก สอมธ. ที่สมัครเข้าอบรม “ขนมทองเอก ขนมเส้นทึบจันทร์แจ่มขมิ้น” ซึ่งจะอบรมในเดือนสิงหาคมนี้ และได้รับการตอบรับให้เข้าร่วมอบรมแล้วนั้น อย่าลืม อย่าพลาดเข้าอบรมนะคะ ขอขอบคุณคะ

ทรงศรี สนธิทรัพย์

บรรณาธิการ

การโอนเงินเข้าบัญชี ของ สอมธ.		
ชื่อบัญชี สหกรณ์ออมทรัพย์มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ จำกัด		
ประเภท ออมทรัพย์		
ชื่อธนาคาร	สาขา	เลขที่บัญชี
ธนาคารกรุงศรีอยุธยา จำกัด	บางลำพู	011-1-21678-4
ธนาคารกรุงไทย จำกัด	ท่าเตียน	026-1-01958-9
ธนาคารกรุงเทพ จำกัด	บางลำพู	116-4-27595-8
ธนาคารทหารไทย จำกัด	มธ. ท่าพระจันทร์	155-2-00006-7
ธนาคารไทยพาณิชย์ จำกัด	ท่าพระจันทร์	114-2-07341-0
ธนาคารกสิกรไทย จำกัด	มธ. ท่าพระจันทร์	645-2-00582-2
หมายเหตุ เมื่อโอนเงินแล้วโปรดส่งแฟกซ์ใบนำฝากที่หมายเลข 0-2225-9487 พร้อมระบุชื่อ-นามสกุลให้ชัดเจนและโทรศัพท์มาตรวจสอบอีกครั้งว่า สอมธ. ได้รับเอกสารของท่านหรือไม่ เพื่อประโยชน์ของท่าน		

ไม่ถึงมือผู้รับกรุณาส่งคืนที่
สหกรณ์ออมทรัพย์มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ จำกัด (สอมธ.)
 เลขที่ 2 ถนนพระจันทร์ แขวงพระบรมมหาราชวัง เขตพระนคร กรุงเทพฯ 10200
 โทร. 0-2224-1343, 0-2226-1877 แฟกซ์ 0-2225-9487

โทรศัพท์ สอมธ.		
ท่าพระจันทร์	ศูนย์รังสิต	
0-2623-5086-7	0-2564-4499	
ภายใน 3880-2	ภายใน 1158-9	
ประธานกรรมการ	102	ผู้ช่วยผู้จัดการ
ผู้จัดการ	111	ฝ่ายบริการเงินฝาก
ผู้ช่วยผู้จัดการ	103	ฝ่ายบริการสินเชื่อ
ฝ่ายบริการเงินฝาก	106	สาขาย่อย
ฝ่ายบริการสินเชื่อ	104	คณะแพทยศาสตร์
ฝ่ายธุรการ	108	โทรศัพท์ 0-2926-9665
ฝ่ายบัญชี	109	โทรสาร 0-2986-9188

คณะผู้จัดทำ

ประธานอนุกรรมการ	นางสาวทรงศรี	สนธิทรัพย์
อนุกรรมการ	นายสิทธิชัย	พิเศษ
	รศ.บำรุง	สุขพรรณ
	นางสาวมณฑิรา	ตุลาคุปต์
	นางกาญจนาภรณ์	จิตต์สง่า
	นายรังษี	ธารารมย์
เลขานุการ	นางสุนันทา	ญาณศิลป์