

การเกษียณอายุราชการอย่างมีความสุข

ดังนั้น ผู้เกษียณอายุจึงต้องวางแผนไว้ล่วงหน้า มีการประเมินว่าวัยที่ผู้เกษียณอายุจะเสียชีวิตจากโรคร้ายไข้เจ็บมากที่สุดจะอยู่ในช่วง 2-5 ปีแรกของชีวิตหลังการทำงาน หากผ่านพ้นช่วงนี้ได้ก็แสดงว่าพอปรับตัวได้ จะมีอายุยืนได้อีก เพราะช่วงปีแรกของการเกษียณเป็นช่วงที่จะรู้สึกสบายเป็นอิสระไม่ต้องตื่นแต่เช้ารีบร้อนไปทำงานและไม่ต้องผจญกับความเครียดต่างๆ แต่พอเข้าปีที่ 2 จะเริ่มเหงา ซึ่งจะเป็นเช่นนี้ไปอีกระยะหนึ่ง จึงขอให้พวกเราปรับตัวเพื่อให้ผ่านพ้นช่วง 2-5 ปีนี้ไปได้ สหกรณ์ฯ ขอเป็นกำลังใจ และขอให้สมาชิกอยู่กับสหกรณ์ไปนานๆ

เพื่อเป็นกำลังใจให้สมาชิกสหกรณ์ที่มีอายุครบ 60 ปี สหกรณ์ฯ ได้กำหนดระเบียบว่าด้วยการจ่ายเงินสวัสดิการบำเหน็จสมาชิก ปี 2555 โดยสรุปดังนี้

1. สมาชิกอายุครบ 60 ปี และเป็นสมาชิกสหกรณ์ไม่น้อยกว่า 15 ปี ได้รับเงินบำเหน็จจำนวน 3,000 บาท
2. สมาชิกอายุครบ 60 ปี และเป็นสมาชิกสหกรณ์ไม่น้อยกว่า 20 ปี ได้รับเงินบำเหน็จจำนวน 4,000 บาท
3. สมาชิกอายุครบ 60 ปี และเป็นสมาชิกสหกรณ์ไม่น้อยกว่า 25 ปีขึ้นไป ได้รับเงินบำเหน็จจำนวน 5,000 บาท

ติดต่อขอรับเงินบำเหน็จได้ที่งานสวัสดิการสหกรณ์ออมทรัพย์กรมประมง จำกัด โทร. 0 2562 0272-3 ต่อ 14 ภายในเวลา 180 วัน นับแต่วันที่มีอายุครบ 60 ปีบริบูรณ์

สำหรับสมาชิกสหกรณ์ออมทรัพย์กรมประมง จำกัด โดยเฉพาะกลุ่มลูกจ้าง ถึงแม้ว่าท่านจะเกษียณอายุราชการ แต่ถ้าท่านไม่ลาออก ท่านก็ยังเป็นสมาชิกของสหกรณ์ตลอดไป และจะได้รับสิทธิประโยชน์ต่างๆ ในฐานะสมาชิกทุกประการ หากท่านมีรายได้ลดลง ก็สามารถขอลดเงินค่าหุ้นลงได้ตามเกณฑ์ที่กำหนด แต่ถ้าหากท่านมีความจำเป็นจริงๆ ที่จะต้องลาออกจากการเป็นสมาชิกสหกรณ์ ขอให้ออกหลังวันที่ 31 ธันวาคม ซึ่งเป็นวันสิ้นปีบัญชีของสหกรณ์ จะทำให้ท่านได้รับเงินปันผลสำหรับปีนั้นๆ ตามมติที่ประชุมใหญ่สามัญประจำปี ถ้าลาออกก่อนวันที่ 31 ธันวาคม ท่านจะไม่ได้เงินปันผลของปีนั้น

รายชื่อธนาคารและเลขที่บัญชีสหกรณ์เปิดไว้เพื่อบริการแก่สมาชิก

ธนาคาร	สาขา	เลขที่บัญชี
กรุงเทพ	พหลโยธิน 39	039-1-50927-6
กรุงศรีอยุธยา	บางเขน	047-1-10339-8

ชื่อบัญชีสหกรณ์ออมทรัพย์กรมประมง จำกัด

สมาชิกสมาคมกบปท. (สสอ.สสท.) และ สส.ชสอ. สามารถโอนเงินสงเคราะห์ล่วงหน้าเข้าบัญชี

ธนาคาร	สาขา	เลขที่บัญชี
กรุงเทพ	พหลโยธิน 39	039-0-33940-7

****เมื่อโอนเงินเข้าบัญชีเรียบร้อยแล้ว โปรดแจ้งสหกรณ์ทราบทันที พร้อมส่งสำเนาใบฝากเงินเขียนชื่อ หมายเลขโทรศัพท์ให้ชัดเจน ไปยังสหกรณ์

เจ้าของ : สหกรณ์ออมทรัพย์กรมประมง จำกัด
 ที่ปรึกษา : ดร.วิมล จันทร์โรทัย
 บรรณาธิการอำนวยการ : คณะกรรมการศึกษาและประชาสัมพันธ์
 นางสมาลี ยุคตานนท์ ประธานกรรมการศึกษาและประชาสัมพันธ์
 นายสุเมธ ตันติกุล กรรมการ
 นายจุมพล นาคะลักษณ์ กรรมการ
 นายเผด็จม รอดอินทร์ กรรมการ
 น.ส.รัชนิบูลย์ ทิพย์เนตร กรรมการและเลขานุการ
 กองบรรณาธิการ
 นายสมบุญรณ์ เอ็นเอง กรรมการทำหน้าที่ผู้จัดการ
 น.ส.นิตยา วงศ์วรารท หน.ฝ่ายอำนวยการ
 น.ส.รุ่งทิพย์ แพสงวาท หน.งานสวัสดิการ

ชำระค่าฝากเป็นรายเดือน
 ใบอนุญาตเลขที่ 28/2528
 ปทพ.เกษตรศาสตร์



ข่าวสารสหกรณ์ออมทรัพย์กรมประมง จำกัด

ถ้าไม่ถึงมือผู้รับ กรุณาส่งกลับที่ สหกรณ์ออมทรัพย์กรมประมง จำกัด 50 ถ.พหลโยธิน แขวงลาดยาว เขตจตุจักร กทม. 10900

โปรดเวียนกันอ่าน...



สหกรณ์ออมทรัพย์กรมประมง จำกัด

ข่าวสาร สอ.ป. ปีที่ 1 ฉบับที่ 3

เดือนสิงหาคม-กันยายน 2556

Website : <http://www.fishcorp.org> โทร. 0 2562 0572-3 โทรสาร. 0 2579 2790

1. การทำบัตรสมาชิกแบบใหม่

ตามที่สหกรณ์ออมทรัพย์กรมประมง จำกัด ได้แจ้งขอความร่วมมือสมาชิกกรอกแบบฟอร์มการทำบัตรประจำตัวสมาชิกสหกรณ์ โดยใช้แบบฟอร์มของธนาคารกรุงไทย นั้น ปรากฏว่ามีสมาชิกหลายท่านมีข้อสงสัย สหกรณ์จึงขอตอบข้อข้องใจ ดังนี้

** เหตุผลที่ใช้แบบฟอร์มการทำบัตรของธนาคารกรุงไทย

(1) เนื่องจากในเดือนตุลาคม 2556 จะมีบัตรประจำตัวสมาชิกสหกรณ์จำนวนประมาณ 3,000 ราย หมดอายุ และสหกรณ์จะต้องทำบัตรใหม่ให้สมาชิก และขณะนี้ทางสหกรณ์กำลังจัดทำระบบเชื่อมโยง On-line กับธนาคารกรุงไทย ที่จะทำให้สมาชิกสามารถฝาก-ถอนและกู้เงินฉุกเฉินของสหกรณ์ผ่านธนาคารได้ จึงเห็นว่าการทำบัตรนอกประสงค์จะช่วยอำนวยความสะดวกให้สมาชิกไม่ต้องเดินทางมาติดต่อที่สหกรณ์และประหยัดค่าธรรมเนียมการโอนเงิน

(2) สมาชิกของสหกรณ์ออมทรัพย์กรมประมง จำกัด ส่วนใหญ่ใช้บริการของธนาคารกรุงไทยอยู่แล้ว ประกอบกับทางธนาคารได้คิดค่าบริการและจัดทำบัตรในราคาพิเศษ โดยสหกรณ์จะรับผิดชอบค่าใช้จ่ายการจัดทำบัตร

** วิธีดำเนินการ

(1) กรณีสมาชิกเป็นลูกค้าธนาคารกรุงไทยและมีบัตร ATM อยู่แล้ว

1.1 สมาชิกสามารถนำบัตรประจำตัวสมาชิกที่จัดทำใหม่ ไปที่ธนาคารเพื่อโอนข้อมูลจากบัตร ATM เดิมลงในบัตรประจำตัวสมาชิกสหกรณ์เพื่อรวมเป็นบัตรเดียวกัน ซึ่งจะสามารถใช้บริการของธนาคารกรุงไทยและ ATM POOL ได้ตามปกติ แต่ประเด็นสำคัญคือ สมาชิกสามารถใช้บัตรนี้ฝาก-ถอน-กู้เงินฉุกเฉินจากสหกรณ์ฯลฯ รวมทั้งทำธุรกรรมทางการเงินอื่นกับสหกรณ์ได้ในอนาคต

1.2 กรณีที่สมาชิกมีเงินในบัญชีธนาคารกรุงไทย ซึ่งปัจจุบันธนาคารให้ดอกเบี้ยเงินฝากออมทรัพย์ในอัตราประมาณร้อยละ .75บาท/ปี (เจ็ดสิบบาทสตางค์ต่อปี) สมาชิกก็สามารถใช้บัตรนี้โอนเงินดังกล่าวมาเข้าบัญชีออมทรัพย์ของสมาชิกที่สหกรณ์ ซึ่งปัจจุบันสหกรณ์ให้ดอกเบี้ยร้อยละ 2.50 บาท/ปี จะทำให้สมาชิกได้ดอกเบี้ยเพิ่มมากขึ้น

(2) กรณีสมาชิกไม่ใช้บัตร ATM หรือใช้บัตร ATM ของธนาคารอื่น

2.1 กรณีสมาชิกประสงค์จะใช้บัตรประจำตัวสมาชิกสหกรณ์เป็นบัตร ATM เพื่อฝาก-ถอน-กู้เงินฉุกเฉินกับสหกรณ์รวมทั้งทำธุรกรรมทางการเงินอื่นๆ กับสหกรณ์ในอนาคต ก็สามารถยื่นความประสงค์ขอเปิดบัญชีธนาคารกรุงไทย ณ สาขาที่ท่านสะดวกและนำเลขที่บัญชีและหน้าบัญชีมาที่สหกรณ์ฯ เพื่อขอทำบัตรประจำตัวสมาชิกเป็นบัตร ATM พร้อมส่งเอกสารให้ทางสหกรณ์เพื่อดำเนินการต่อไป

2.2 กรณีสมาชิกไม่ใช้บัตร ATM หรือใช้บัตร ATM ของธนาคารอื่นอยู่แล้ว และไม่ต้องการเปิดบัญชีกับธนาคารกรุงไทย ก็สามารถนำบัตรนี้เป็นบัตรประจำตัวสมาชิกเพียงอย่างเดียว โดยการจัดทำบัตรครั้งนี้สมาชิกไม่เสียค่าใช้จ่ายใดๆ ทั้งสิ้น โดยท่านไม่ต้องใส่เลขที่บัญชีและระบุในแบบฟอร์มว่า “ไม่ประสงค์ทำบัตร ATM”

เอกสารที่ต้องใช้ในการทำบัตรสมาชิกแบบใหม่

1. กรอกแบบฟอร์มที่สหกรณ์จัดส่งให้ พร้อมติดรูปถ่ายสี ขนาด 2 นิ้ว หน้าตรง ไม่สวมหมวก หรือแว่นตา ถ่ายไม่เกิน 6 เดือน
2. สำเนาบัตรประจำตัวประชาชน/หรือบัตรประจำตัวเจ้าหน้าที่ของรัฐ
3. สำเนาทะเบียนบ้าน
4. สำเนาหน้าแรกของสมุดเงินฝากธนาคารกรุงไทย (กรณีประสงค์จะใช้บัตรสมาชิกและบัตร ATM อยู่ในบัตรเดียวกัน)

2. คุณสมบัติสมาชิกสหกรณ์

ด้วยปรากฏว่าในปัจจุบันมีสมาชิกบางท่านยังไม่ทราบข้อบังคับของสหกรณ์ออมทรัพย์กรมประมง จำกัด ในส่วนที่เกี่ยวกับคุณสมบัติของสมาชิกสหกรณ์ขอเรียนว่าตามข้อบังคับสหกรณ์ฯ ข้อ 31 ได้กำหนดคุณสมบัติของสมาชิกไว้ดังนี้

ข้อ 31. คุณสมบัติของสมาชิก สมาชิกต้องมีคุณสมบัติดังนี้

- (1) เป็นผู้เห็นชอบในวัตถุประสงค์ของสหกรณ์
- (2) เป็นบุคคลธรรมดาและบรรลุนิติภาวะ
- (3) เป็นข้าราชการ หรือลูกจ้างประจำสังกัดกรมประมง หรือเป็นเจ้าหน้าที่ของสหกรณ์นี้
- (4) เป็นผู้มีความประพฤติและนิสัยดีงาม
- (5) มิได้เป็นสมาชิกในสหกรณ์ออมทรัพย์อื่นที่มีวัตถุประสงค์ในการให้กู้ยืมเงิน

ดังนั้น สมาชิกบางท่านที่ยังคงเป็นสมาชิกของสหกรณ์ออมทรัพย์อื่นและเป็นสมาชิกสหกรณ์ออมทรัพย์กรมประมง จำกัด ด้วย จึงต้องเลือกว่าถ้าจะเป็นสมาชิกสหกรณ์ออมทรัพย์กรมประมง จำกัด ก็ต้องลาออกจากการเป็นสมาชิกสหกรณ์ออมทรัพย์แห่งอื่น

3. การฝากเงินกับ.... สหกรณ์เครดิตยูเนียน

3. การฝากเงินกับ.... สหกรณ์เครดิตยูเนียน
 มีสมาชิกหลายท่านกังวลใจว่าสหกรณ์ออมทรัพย์กรมประมง จำกัด ได้นำเงินไปฝากที่สหกรณ์เครดิตยูเนียน ซึ่งกำลังประสบปัญหาในขณะนี้หรือไม่ สหกรณ์ฯขอเรียนให้ทราบว่าไม่เคยนำเงินไปฝากที่สหกรณ์เครดิตยูเนียน จึงขอให้สมาชิกสบายใจในเรื่องนี้

การจ่ายเงินกู้ให้สมาชิก

ประเภทเงินกู้	1-30 มิ.ย. 56			1-31 ก.ค. 56			1-14 ส.ค. 56		
	จำนวน ผู้กู้/ราย	ยอดเงินอนุมัติ (บาท)	จ่ายสุทธิ (บาท)	จำนวน ผู้กู้/ราย	ยอดเงินอนุมัติ (บาท)	จ่ายสุทธิ	จำนวน ผู้กู้/ราย	ยอดเงินอนุมัติ (บาท)	จ่ายสุทธิ
เงินกู้สามัญ	98	44,548,200.00	12,061,923.00	118	53,735,100.00	20,904,241.25	44	20,134,900.00	5,084,281.75
เงินกู้สามัญเกิน 700,000 บาท	86	88,996,100.00	16,286,886.25	78	80,275,800.00	13,960,874.00	32	33,267,800.00	5,098,606.25
เงินกู้ทุนเรือนหุ้น	20	3,608,050.00	1,572,250.00	16	2,816,400.00	1,408,470.00	5	802,000.00	615,900.00
เงินกู้เพื่อเหตุฉุกเฉินและฉุกเฉิน เพื่อช่วยเหลือสมาชิกที่ประสบ ภัยพิบัติ	116	3,882,210.00	3,002,925.00	136	4,076,530.00	3,125,776.00	67	2,084,990.00	1,618,691.00

ฐานะการเงินของสหกรณ์

งบดุล ณ วันที่ 30 มิ.ย. 56		งบดุล ณ วันที่ 31 ก.ค. 56	
หนี้สิน	829,011,645.58	หนี้สิน	835,800,822.77
ทุนของสหกรณ์	1,242,681,943.00	ทุนของสหกรณ์	1,256,095,218.05
ทุนเรือนหุ้นสมาชิกปกติ	1,072,605,880.00	ทุนเรือนหุ้นสมาชิกปกติ	1,078,107,520.00
ทุนเรือนหุ้นสมาชิกสมทบ	6,341,380.00	ทุนเรือนหุ้นสมาชิกสมทบ	6,498,080.00
ทุนสำรอง	104,524,781.59	ทุนสำรอง	104,524,781.59
ทุนรักษาระดับอัตราเงินปันผล	7,386,982.65	ทุนรักษาระดับอัตราเงินปันผล	7,386,982.65
ทุนสาธารณประโยชน์	4,742,093.67	ทุนสาธารณประโยชน์	4,732,093.67
ทุนสวัสดิการสมาชิกและครอบครัว	3,000,000.00	ทุนสวัสดิการสมาชิกและครอบครัว	3,000,000.00
กำไรสุทธิ (มค.-มิย.56)	44,080,825.09	กำไรสุทธิ (มค.-กค.56)	51,845,760.14
รวมหนี้สินและทุนของสหกรณ์	2,071,693,588.58	รวมหนี้สินและทุนของสหกรณ์	2,091,896,040.82

จำนวนสมาชิก

ประเภท	ยอดยกมา ณ 31 พ.ค. 56	มิถุนายน 2556			กรกฎาคม 2556			
		เข้าใหม่	ลาออก	คงเหลือสุทธิ ณ 30 มิ.ย. 56	เข้าใหม่	ลาออก	คงเหลือสุทธิ ณ 31 พ.ค. 56	
สมาชิกสามัญ	4,500	6	6	4,500	4,500	9	8	4,501
สมาชิกสมทบ	245	2	4	243	243	5	1	247

สวัสดิการที่สหกรณ์ให้แก่สมาชิกที่เสียชีวิตเดือนมิถุนายน-สิงหาคม 2556

ลำดับ	ชื่อผู้ถึงแก่กรรม	เลขสมาชิก	หน่วยงาน	อายุสมาชิก	ค่า ทำศพ	ค่า พวงหรีด	เงินสวัสดิการ สงเคราะห์เกี่ยวกับ การศพ
1	นายม่วง มีกิริยา (ถึงแก่กรรม 22 ก.ค.56)	7062	สลก.	2 ปี 10 เดือน	5,000	1,000	10,000
2	นายถวิล ทวีรัตน์ (ถึงแก่กรรม 23 มิ.ย.56)	5727	สทป.	15 ปี 5 เดือน	5,000	1,000	150,000
3	นายเอกชัย พงษ์ศิริ (ถึงแก่กรรม 11 มิ.ย.56)	3569	ขบน.	28 ปี 2 เดือน	5,000	1,000	200,000
4	นางกฤษณา โทนโตะ (ถึงแก่กรรม 13 ก.ค.56)	2195	ขบน.	25 ปี	5,000	1,000	200,000
5	นายลิขิต บุญสิทธิ์ (ถึงแก่กรรม 30 ก.ค.56)	6642	สงน.ประจวบ	29 ปี 10 เดือน	5,000	1,000	200,000
6	นายประสา ทิมเทศ (ถึงแก่กรรม 5 ส.ค.56)	225	สทป.	34 ปี 3 เดือน	5,000	1,000	200,000
7	นายสุทิน กระจ่างวรรณ (ถึงแก่กรรม 8 ส.ค.56)	413	ลจ.บำเหน็จฯ	29 ปี 6 เดือน	5,000	1,000	200,000

สมาชิกโปรดทราบ

ประกาศสมาคมฌาปนกิจสงเคราะห์สภกรณ์ออมทรัพย์ราชการ รัฐวิสาหกิจไทย (สสอ.รทท)

สมาคมฌาปนกิจสงเคราะห์สภกรณ์ออมทรัพย์ราชการ รัฐวิสาหกิจไทย ได้ประกาศจำนวนสมาชิก สมาชิกเสียชีวิต ลาออกและเงินสงเคราะห์ศพ ดังนี้

เดือน	สมาชิกสามัญ สสอ.รทท.(ราชการ +รัฐวิสาหกิจ)	สมาชิกสมทบ (ทหาร+สถาน ประกอบการ)	รวมสมาชิก (ราย)	เสียชีวิต (ราย)	ลาออก (ราย)	การใช้เงินสงเคราะห์ ล่วงหน้า อัตรา 11 บาท /ศพ	เงินสงเคราะห์ 4% (ตาม ข้อบังคับ)	ค่าดำเนินการ ที่ทายาทได้รับ
มี.ค. 56	35,987	19,707	55,694	21	26	231	612,634.00	24,505.50
เม.ย. 56	35,970	19,677	55,647	27	13	297	612,117.00	24,434.75
พ.ค. 56	37,782	20,514	58,296	35	7	385	641,256.00	25,650.00
มิ.ย. 56	37,790	20,497	58,287	36	9	396	641,157.00	25,646.00
ก.ค. 56	37,764	20,479	58,243	29	16	319	640,673.00	25,626.75

ทั้งนี้ สมาคมฯ ได้จ่ายเงินสงเคราะห์ให้ทายาทสมาชิกที่เสียชีวิตในช่วงเดือน มิ.ย.-กค.56 ตามจำนวนที่ประกาศแล้ว สำหรับประกาศของเดือนสิงหาคม 2556 อยู่ในระหว่างการตรวจสอบ

ฌาปนกิจสงเคราะห์ : สวัสดิการเพื่อสมาชิกสหกรณ์

สมาคมฌาปนกิจสงเคราะห์สมาชิกสหกรณ์ออมทรัพย์ราชการไทย รัฐวิสาหกิจ (สสอ.รทท.) ได้เปิดรับสมัครสมาชิก รอบ 4/2556 ในระหว่างวันที่ 1 สิงหาคม - 30 กันยายน 2556 ผู้สมัครต้องมีคุณสมบัติ ดังนี้

1. เป็นสมาชิกสามัญ และสมาชิกสมทบสหกรณ์ออมทรัพย์กรมประมง จำกัด
2. อายุไม่เกิน 55 ปี (เกิดในปี 2501) เป็นต้นมา

ผู้ที่สมัครเป็นสมาชิก สสอ.รทท. แล้วมีสิทธิสมัครเป็นสมาชิกของสมาคมฌาปนกิจสงเคราะห์สภกรณ์ออมทรัพย์ชุมนุมสหกรณ์ออมทรัพย์แห่งประเทศไทย จำกัด (สส.ชสอ.) และจะมีสิทธิสมัครเป็นสมาชิกสมทบของสมาคมฌาปนกิจสงเคราะห์ฯครุไทย (สสอ.) ได้อีกทางหนึ่งด้วย ซึ่งหมายความว่าถ้าสมาชิกเสียชีวิตก็จะได้รับเงินสงเคราะห์จากสสอ.รทท. สส.ชสอ. และสสอ. ถ้าสมาชิกมีหนี้กับสหกรณ์ เงินจำนวนก็จะเพียงพอที่จะใช้คืนสหกรณ์โดยไม่เป็นภาระของผู้ค้าประกันและมีเหลือพอที่จะช่วยพัฒนาคุณภาพชีวิตและสร้างอนาคตให้ลูกหลานได้

ผู้สนใจจะสมัครในรอบนี้สามารถติดต่อขอรับใบสมัครที่สหกรณ์ ออมทรัพย์กรมประมง จำกัด หรือโหลดแบบฟอร์มใบสมัครที่ www.fishcorp.or.th ส่งใบสมัครพร้อมเงินสงเคราะห์ล่วงหน้าจำนวน 3,600 บาท ค่าสมัคร+ ค่าบำรุง 40 บาท รวม 3,640 บาท ใบรับรองแพทย์จากสถานพยาบาลของรัฐที่ออกให้ไม่เกิน 30 วัน สำเนาทะเบียนบ้าน สำเนาบัตรประจำตัวประชาชน /หรือสำเนาบัตรเจ้าหน้าที่ของรัฐของผู้สมัครและผู้รับประโยชน์มายังสหกรณ์ ออมทรัพย์กรมประมง จำกัด ตามระยะเวลาที่กำหนด โดยผู้สมัครจะได้รับสมาชิกสภาพสมบูรณ์ในวันที่ 1 พฤศจิกายน 2556

การเกษียณอายุราชการอย่างมีความสุข

เดือนกันยายนของทุกปี นั้นมีความหมายสำหรับมนุษย์เงินเดือนอย่างพวกเรา สำหรับคนที่ยังไม่เกษียณก็กำลังมองตำแหน่งต่างๆที่จะว่างลงในวันที่ 1 ตุลาคม เพื่อว่าจะโชคดีได้รับแต่งตั้งให้ดำรงตำแหน่งที่สูงขึ้น แต่สำหรับคนที่อายุ 60 ปี วันที่ 1 ตุลาคม จะเป็นวันแห่งการเปลี่ยนแปลงครั้งสำคัญในชีวิต แต่อย่าไปวิตกจนเกินเหตุ ขอให้คิดว่าการเกษียณอายุราชการไม่ใช่การเกษียณชีวิตตัวเอง แต่เราจะต้องปรับเปลี่ยนมุมมอง ปรับทัศนคติอารมณ์ โดยให้คิดใหม่ ดังนี้

☺ เป็นการเริ่มต้นชีวิตใหม่ ยังมีชีวิตข้างหน้าอีกเฉลี่ยประมาณ 20 ปี (มหาวิทยาลัยมหิดล ได้จัดทำสถิติผู้สูงอายุเมื่อมกราคม 2556 ว่าผู้มีอายุ 60 ปีไปแล้ว ผู้หญิงจะมีชีวิตอยู่ต่อไปได้อีก 21.5 ปี ส่วนผู้ชายจะอยู่ต่อไปได้อีก 19.1 ปี)

☺ ให้อยอมรับความจริง ไม่ติดยึดในลาภ ยศ สรรเสริญ

☺ เป็นนาราชของการพักผ่อนดูแลตัวเอง ดูแลครอบครัว ดูแลคนที่เรารัก ใช้ชีวิตในวันที่เรามีวิถีอิสระอย่างเต็มที่

☺ มีหลายอย่างที่รอคอยมานานแล้ว แต่ยังไม่ได้ทำให้ลงมือทำอย่างมีความสุข

แต่อย่างไรก็ตามสิ่งที่ผู้เกษียณอายุต้องประสบอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ คือ 4 จ. ได้แก่ จ.จิตใจ/ จ.เจ็บ / จ.จน / จ.จัดการ (จ.จาก)

จ.จิตใจ : ต้องยอมรับสัจธรรมการเปลี่ยนแปลง

จ.เจ็บ : ต้องรู้จักจำกัดของตนเอง ระวังดูแลสุขภาพ

จ.จน : ทรัพย์สินได้ลดลง จึงต้องบริหารจัดการรายได้อย่างเหมาะสม อย่านำเงินเก็บออมไปใช้จ่ายฟุ่มเฟือย ใช้จ่ายเป็นระเบียบ

จ.จัดการ : ต้องรู้จักจัดการเวลา จัดการระเบียบชีวิต