



จดหมายข่าว

ชมรมข้าราชการอาวสุโส ภาสิด.

ฉบับที่ 141 (ปีที่ 22) เดือนพฤศจิกายน - ธันวาคม 2560



เรื่องในเล่ม

- สารจากประธาน
- จากใจ มก.
- ข่าวชมรม แวดวง ชอส.
- เดือนละนิด เพื่อชีวิตที่ดีขึ้น
- แต่ผู้แก่มึงน้าขงแดง
- ทิวอาร์โต้ด สังคมไร้เงินสด
- โมแลนด์แดนตีวีไลซ์

ธรรมะใด ๆ ก็ไร้ค่า ถ้าไม่ประพฤติปฏิบัติ

สารจากประธาน

เรียน สมาชิกชมรมข้าราชการอาวุโส ทุกท่าน

วารสารของชมรมข้าราชการอาวุโสฉบับนี้ เป็นฉบับส่งท้ายปี 2560 และยังเป็นฉบับที่ชมรมฯ ของเรามีอายุครบ 22 ปีด้วย ตลอดเวลา 22 ปีที่ผ่านมาชมรมฯ ได้รับความร่วมมือร่วมใจจากสมาชิกอย่างต่อเนื่อง ทำให้ชมรมฯ สามารถดำรงสถานภาพองค์กรและมีความเข้มแข็งเพียงพอในการให้บริการแก่สมาชิกตลอดมา งานที่สำคัญงานหนึ่งคือการจัดทำวารสารซึ่งถือว่าเป็นสะพานเชื่อมโยงให้สมาชิกมีความผูกพันกับชมรมฯ และสร้างความสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกกับสมาชิกอีกทางหนึ่งโดยการรับรู้ข่าวสาร วารสารฉบับนี้เป็นฉบับที่ 141 แล้ว และคณะกรรมการฯ มั่นใจว่าการจัดทำวารสารจะคงอยู่คู่กับชมรมฯ ตราบเท่าที่สมาชิกต้องการ

ในรอบปี 2560 คณะกรรมการได้ดำเนินการประชุมทุก 2 เดือน เพื่อวางแผนและปรับปรุงการให้บริการแก่สมาชิกรวมทั้งติดตามความเคลื่อนไหวในแวดวงสหกรณ์ งานที่ชมรมต้องทำเป็นประจำคือการติดตามข่าวของสมาชิก การเยี่ยมเยียนสมาชิกที่เจ็บป่วยและการร่วมเป็นเจ้าภาพสวดอภิธรรมศพสมาชิกที่ถึงแก่กรรมทั้งในส่วนกลางและต่างจังหวัด และในปีที่ผ่านมา ชมรมฯ ยังได้ร่วมกับกรมส่งเสริมสหกรณ์บริจาคเงินให้แก่โรงพยาบาลศิริราช และโรงพยาบาลรามารักษาติ เนื่องในวันคล้ายวันสถาปนากกรมส่งเสริมสหกรณ์ด้วย และในการเตรียมการจัดงาน 100 ปี สหกรณ์ไทยและการจัดพิมพ์หนังสือรวมเรื่องเล่า 100 ปีแรก สหกรณ์ไทย คณะกรรมการของชมรมฯ ก็ได้รับการแต่งตั้งเข้าร่วมเป็นคณะกรรมการด้วย

งานหลักอีกงานหนึ่งที่ปฏิบัติกันมาเป็นประจำทุกปีในช่วงเวลาของการประชุมใหญ่ในเดือนเมษายน คือการมอบเกียรติบัตรให้แก่สมาชิกอาวุโสที่มีอายุครบ 80 ปี เพื่อแสดงความชื่นชมในการรักษาสุขภาพแม้อายุจะสูงถึง 80 ปีแล้วก็ยังแข็งแรงมีสุขภาพดีสมควรเป็นแบบอย่างแก่คนรุ่นหลังในการรักษาสุขภาพ และการมอบไม้เท้าให้แก่สมาชิกที่มีอายุ 75 ปี เพื่อเป็นการเตรียมตัวให้มีอุปกรณ์สำหรับการเดินที่มั่นคงและปลอดภัย แต่ที่ผ่านมา สมาชิกที่รับไม้เท้าไปแล้ว ส่วนใหญ่ก็ยังแข็งแรงดูแลสุขภาพเป็นอย่างดี ในโอกาสของการมอบเกียรติบัตรและไม้เท้าแก่สมาชิกผู้อาวุโส ชมรมฯ ได้จัดพิธีรดน้ำคำห้วยขอพรจากผู้อาวุโสที่มาร่วมงานเพื่อเป็นสิริมงคลแก่ชีวิต ซึ่งในพิธีรดน้ำคำห้วยนี้ผู้บริหารของกรมส่งเสริมสหกรณ์ได้มาร่วมด้วย

ปี 2559 เป็นปีที่สหกรณ์มีอายุครบ 100 ปี ชมรมฯ ได้รวบรวมเรื่องราวและประสบการณ์ในการทำงานของสมาชิกผู้อาวุโสจัดทำเป็นหนังสือ “เรื่องเล่า 100 ปี สหกรณ์ไทย” ในรูปแบบของการเล่าประสบการณ์ในการทำงาน รวมทั้งความเป็นมาของเหตุการณ์ที่สำคัญ เช่น การสร้างพระรูปองค์แรกของพระราชวรรังค์เธอ กรมหมื่นพิทยาลงกรณ์ พระบิดาของการสหกรณ์ไทย ขณะนี้กำลังเตรียมการจัดพิมพ์ และคาดว่าจะเสร็จสมบูรณ์ภายในต้นปี 2561

วันที่ 26 ตุลาคม 2560 เป็นอีกวันหนึ่งที่ต้องประทับใจในความทรงจำที่แสนเศร้าของปวงชนชาวไทย เนื่องจากเป็นวันถวายพระเพลิง พระบาทสมเด็จพระปรมินทรมหาภูมิพลอดุลยเดช บรมนาถบพิตร ในหลวงรัชกาลที่ ๙ ก่อนถึงพระราชพิธีถวายพระเพลิงประชาชนทุกหมู่เหล่าต่างถวายความจงรักภักดี ด้วยการช่วยกันประดิษฐ์ดอกไม้จันทน์เพื่อใช้ในพระราชพิธี ชมรมฯ ของเราก็ได้มีส่วนร่วมในการถวายความจงรักภักดีโดยจัดทำ “โครงการ จิตอาสา ดอกไม้จันทน์แทนใจ” โดยเชิญชวนสมาชิกชมรมฯ และบุคคลทั่วไปที่สนใจมาฝึกและประดิษฐ์ดอกไม้จันทน์ โดยใช้เวลาเพียง 2 วัน ประดิษฐ์ดอกไม้จันทน์ 1,000 ดอก มอบให้แก่มูลนิธิพระดาบส ซึ่งเป็นความปลาบปลื้มใจของชมรมฯ และสมาชิกผู้ร่วมโครงการเป็นอย่างยิ่ง

สุดท้ายนี้ ดิฉันในนามของคณะกรรมการ ที่ปรึกษา และผู้ตรวจบัญชีของชมรมฯ ขอขอบคุณผู้ที่ให้การสนับสนุนงานของชมรมฯ มาโดยตลอด คือ กรมส่งเสริมสหกรณ์ โดยได้จัดสถานที่ทำงาน ห้องประชุม ยานพาหนะ อุปกรณ์ต่างๆ และอนุญาตให้ข้าราชการและเจ้าหน้าที่ช่วยอำนวยความสะดวกให้ชมรมฯ ตลอดมา ทำให้ชมรมฯ สามารถดำเนินกิจการได้อย่างราบรื่นและต้องขอขอบคุณสหกรณ์ข้าราชการสหกรณ์ จำกัด ที่ให้การสนับสนุนด้านการเงินแก่ชมรมฯ เป็นประจำทุกปี ทำให้ชมรมฯ มีความเข้มแข็งสามารถจัดทำวารสาร และกิจกรรมอื่นๆ เพื่อบริการสมาชิกได้มากขึ้น และคณะกรรมการต้องขอขอบคุณสมาชิก ที่ให้ความร่วมมือทั้งด้านการเงินและกำลังใจ ทำให้คณะกรรมการและผู้ปฏิบัติงานทุกคนมีแรงที่จะทำงานต่อไป และดิฉันในนามของประธานขอขอบคุณจากใจจริงต่อกรรมการทุกท่านท่านที่ปรึกษา และน้องๆ ที่มาช่วยงานโดยไม่ขอรับตำแหน่งใดๆ ถ้าไม่มีความร่วมมือจากพวกท่านเหล่านี้ ประธานคนเดียวก็ไม่สามารถทำให้งานของชมรมสำเร็จลุล่วงไปได้

ในวาระดิถีขึ้นปีใหม่ ดิฉันขออาราธนาคุณพระศรีรัตนตรัย และสิ่งศักดิ์สิทธิ์ทั้งหลายได้โปรดอำนวยการให้สมาชิกชมรมข้าราชการอาวุโสทุกท่าน กรรมการ ที่ปรึกษา ผู้มีอุปการคุณผู้ร่วมงาน ตลอดทั้งครอบครัวของทุกท่าน จงประสบแต่ความสุข ความสำเร็จ ปราศจากอุปสรรคใดๆ และมีพลานามัยสมบูรณ์แข็งแรง ตลอดปีใหม่ 2561 และตลอดไป

(วรรณิ รัตนวราหะ)

ประธานชมรม ฯ

จากใจ... บก.

จดหมายข่าวชมรมข้าราชการอาวุโส กสส. ฉบับ 141 เดือนพฤศจิกายน - ธันวาคม 2560 ฉบับส่งท้ายปีเก่า ต้อนรับปีใหม่พุทธศักราช 2561

ในนามของคณะผู้จัดทำจดหมายข่าวฯ ขอส่งความปรารถนาดีมายังสมาชิกทุกท่าน ในปีใหม่ 2561 นี้ ขอให้มีความสุข มีความสุขความเจริญ และมีสุขภาพแข็งแรงคิดสิ่งใดก็ขอให้ได้สมดังปรารถนาทุกประการ

ในส่วนที่เกี่ยวกับชมรมของเรานั้น ณ วันนี้ ชมรมของเราเติบโตขึ้นตามลำดับ จากสมาชิก 24 คนในวันก่อตั้ง จนปัจจุบัน (ธ.ค. 2560) ชมรมมีสมาชิกถึง 670 คน ในจำนวนนี้ ประมาณครึ่งหนึ่งอยู่ในต่างจังหวัด อีกประมาณครึ่งหนึ่งอยู่ในกรุงเทพฯ และปริมณฑล โดยที่ชมรมมีสมาชิกกระจายไปทั่วประเทศ ฉะนั้น การมีวารสารที่ใช้สื่อสารถึงสมาชิก เพื่อร้อยรัดความผูกพันระหว่างสมาชิกกับชมรมจึงเป็นเรื่องที่จำเป็น ต้องขอบคุณพี่เฟื่อง วิเชียรชมและพี่ ๆ ร่วมคณะ ที่ริเริ่มทำขึ้นเป็นฉบับที่ 1 ตั้งแต่ปี 2539 และได้มีการสืบทอดเจตนารมณ์ของรุ่นพี่ ๆ และได้พัฒนามาตามลำดับ

ในปี 2557 ชมรมได้เปลี่ยนชื่อเป็น “ชมรมข้าราชการอาวุโส กรมส่งเสริมสหกรณ์” วารสารของชมรมจึงได้เปลี่ยนชื่อให้สอดคล้องกันเป็นชื่อ “จดหมายข่าวชมรม ข้าราชการอาวุโส กรมส่งเสริมสหกรณ์” โดยใช้นโยบาย “บาง” “เบา” “บ่อย” ตลอดมา จดหมายข่าวของเราไม่ได้ส่งให้เฉพาะสมาชิกเท่านั้น แต่เราส่งให้สำนักงานสหกรณ์จังหวัดทุกจังหวัด ศูนย์ถ่ายทอดเทคโนโลยีการสหกรณ์ ทั้ง 20 ศูนย์ และข้าราชการกองและสำนักต่างๆ ในส่วนกลางด้วย

จดหมายข่าวฉบับ 141 นี้ มีเรื่องราวน่าสนใจทั้งสิ้น...ประธานชมรม (นางวรรณิ รัตนวราหะ) มีสารถึงสมาชิกชมรมในโอกาสชมรมเริ่มต้นปีที่ 22 และอวยพรปีใหม่ 2561 สำหรับสมาชิกด้วย... เรื่องที่ทันสมัยมากในยุคดิจิทัล 4.0 และน่าอ่านมาก ๆ คือ “คิวอาร์โค้ด” ลังคมไร้เงินสด เอ๊ะไม่ใช่เงินสดแล้วจะซื้อ

ของกันยังงต้องอ่านนะครับ.....ขอบคุณ ร.ศ.วิวัฒน์ชัย อยู่ยืนยง พาไปเที่ยว ไปแลนด์แดนคิวโลซ์ และเรื่องที่น่าสนใจอีกหลายเรื่อง

อนึ่ง ในฉบับนี้ ขออนุญาตเรียนเพื่อนสมาชิกชมรมว่า ผมได้ใช้ชีวิตภายหลังเกษียณอายุราชการ ชั้นอาสาจัดทำวารสารให้ชมรมตั้งแต่ปี 2541 เป็นต้นมานับถึงวันนี้จำนวน 127 ฉบับ โดยออกอย่างสม่ำเสมอเป็นเวลา 20 ปี นานจนทำให้ผมมีความคุ้นชินกับมัน มีความรู้สึกว่าการทำวารสารเป็นส่วนหนึ่งของภารกิจของชีวิตไปแล้ว

ผมขอหยุดพักการทำจดหมายข่าวชมรม ตั้งแต่วันที่นี้เป็นต้นไปเนื่องจากปัญหาสุขภาพ สภาพร่างกายอ่อนล้าสวนทางกับอายุที่มากขึ้น แต่ที่ร้ายคือ มีอาการหัวใจล้มเหลว เต็มซ้ำ และเดินไม่สม่ำเสมอ (หมอบอกว่าสาเหตุเพราะแก่) รวมทั้งดวงตาข้างขวา ที่เป็นต้อหินมานานปี การใช้คอมพิวเตอร์ เป็นอันตรายต่อดวงตา มาก จึงต้องขอดวงตาไว้ใช้ก่อนสิ้นอายุขัย ซึ่งบรรดาน้อง ๆ ที่ยังแข็งแรงทั้งกายใจจะสืบสานงานต่อไป

ผมขอขอบคุณเพื่อนสมาชิกทุกท่านที่ได้ให้การสนับสนุน และจากการทำโพลล์หลายครั้งก็ได้ให้ข้อเสนอแนะในการปรับปรุงแก้ไขตลอดมา

ต้องขอโทษเพื่อนร่วมทีมงาน ที่ผมต้องละทิ้งงานโดยกะทันหัน โดยเฉพาะฉบับที่ 141 นี้ เป็นเหตุให้สมาชิกได้รับจดหมายข่าวล่าช้ากว่าปกติไปด้วย

ขออภัยด้วยอาลัยครับ

สอาด แก้วเกษ / สมาชิกหมายเลข 100 / บก.



ข่าวชมรม

ชมรมรับสมาชิกใหม่ 3 ราย ดังนี้

1. นายเจริญ ศรีไชยา สมาชิกเลขที่ 857
จังหวัดพระนครศรีอยุธยา
2. นางพรกมล เครือโสภณ สมาชิกเลขที่ 858
จังหวัดปทุมธานี
3. นายวินัย กลีรักษ์ สมาชิกเลขที่ 859
จังหวัดเพชรบุรี

สมาชิกชมรมเสียชีวิต 2 ราย

1. นายเนตร เชษฐอง สมาชิกเลขที่ 176 อายุ 82 ปี
เสียชีวิตเมื่อ 3 พฤศจิกายน 2560 (เสียชีวิตเป็น
รายที่ 196)
2. นายกิตติพันธ์ ลินธุระวิทย์ สมาชิกเลขที่ 84 อายุ
84 ปี เสียชีวิตเมื่อ 25 กันยายน 2560 ด้วยมะเร็ง
ต่อมลูกหมาก (เสียชีวิตเป็นรายที่ 197)

จำนวนสมาชิกทั้งสิ้น 867 เสียชีวิต 197 คน
สมาชิกคงเหลือ ณ ธันวาคม 2560 จำนวน 670 คน

สมาชิกเปลี่ยนแปลงที่อยู่

1. นางสุภา แจ่มจันทร์ (290) ที่อยู่เดิมแต่เทศบาล
เปลี่ยนชื่อซอยเป็น 52/26 ซอยงามวงศ์วาน 18
แยก 6/3 ถนนงามวงศ์วาน อ. เมือง จ. นนทบุรี
11000
2. นายโอภาส กลั่นบุศย์ (782) จากอุดรดิตถ์ เป็น
บ้านเลขที่ 410 หมู่ 5 ซอยสบายใจ ถนนเขาพระ
ต. อุ่ทอง อ. อุ่ทอง จ. สุพรรณบุรี 72160

ชมรมส่งบัตรอวยพรวันเกิดสมาชิก

สำหรับสมาชิกที่เกิดเดือนตุลาคม จำนวน 56 คน

ผู้ที่เกิดเดือนพฤศจิกายน จำนวน 54 คน

ขอให้สุขสันต์วันเกิด มีสุขภาพแข็งแรงทุกท่าน
นะครับ

สมาชิกบริจาคเงินให้ชมรม มีรายชื่อ ดังนี้

รายละเอียด 2,000 บาท

คุณสุรพิน-คุณนันทรัตน์ เหล่าบรรเทา

รายละเอียด 1,000 บาท

คุณคำใจ วงษ์วิทย์กรณ์ คุณนารี พงษ์อนันต์

รายละเอียด 500 บาท

คุณจิตรกร สามประดิษฐ์ คุณธีระวีร์ ธีร์ธัญสิริ

คุณโกศล ทิพยอาสน์ คุณเกรียงศักดิ์ สิงทพ

รายละเอียด 300 บาท

คุณโอภาส กลั่นบุศย์

รายละเอียด 200 บาท

คุณชัชกร บุริมสิทธิ์

ฐานะการเงินของชมรม ณ 31 ตุลาคม 2560

ยอดยกมา ณ 1 กันยายน	533,714.11 บาท
รายรับเดือนกันยายน+ตุลาคม	11,673.29 บาท
รายจ่ายเดือนกันยายน+ตุลาคม	32,102.00 บาท
ยอดยกไป 31 ตุลาคม	513,285.40 บาท
เงินสด	7,204.00 บาท
เงินฝากสหกรณ์ ฯ	483,659.67 บาท
เงินฝากธนาคารกรุงไทย	22,421.73 บาท

แฉดวง ๒๐๘.

ใคร ทำอะไร ที่ไหน ถ้าหากเรารู้เราจะนำมา
เขียนในคอลัมน์นี้ เพื่อเป็นสื่อกลางให้เพื่อนสมาชิก
ได้รู้ข่าวสารของกันและกันเป็นสื่อสัมพันธ์ที่ใกล้ชิดกัน
มากยิ่งขึ้น

คุณสอาด แก้วเกษ ถูกหมอสั่งพักการทำงาน
และห้ามใช้สายตามากจึงทำให้จดหมายข่าวชมรมฉบับ
นี้อลวล อลเวงกันนิดหน่อย เพราะบรรณาธิการซึ่งทำ
วารสารชมรมฯ มาตั้งแต่ฉบับแรก ต้องวางมืออย่าง
กะทันหัน แต่อย่างไรท่านก็ยังเป็นกำลังใจและให้คำ
ปรึกษาที่ทีมงานชุดใหม่ต่อไปอย่างแน่นอน

คุณวรรณิ รัตนวราหะ ประธานชมรมฯ จัด
กิจกรรมช่วยเหลือเด็กกำพร้าและขอรับบริจาคเงินจาก
ผู้มีจิตเมตตาเพื่อนำไปบริจาคช่วยเหลือเด็กกำพร้าที่
วัดดอนจั่น ต.ท่าศาลา จ.เชียงใหม่ นับว่าเป็นกิจกรรม

ดีๆ ที่ชมรมฯ ดำเนินการเพื่อช่วยเหลือสังคมโดยจะนำคณะไปมอบให้ในระหว่างวันที่ 15-19 มกราคม 2561 สมาชิกท่านใดสนใจ เดินทางไปร่วมมอบเงิน และประสงค์บริจาคเงิน ติดต่อได้ที่ประธานชมรมฯ

คุณแพทย์ เณิมพัทธ์ อดีตหัวหน้าฝ่าย แพทย์ กองวิชาการ ผู้มีประสบการณ์ด้านการจัดทำเอกสารเผยแพร่ถึงเวลาต้องมารับช่วงทำงานจัดทำวารสารชมรมฯ ต่อจากบรรณาธิการคนเก่า แบบรีบด่วน ท่านบอกว่าสบายมาก สู้ไหว วารสารส่งทันเวลาแน่เพราะมีเพื่อนแท้อย่าง คุณสุภา แจ่มจันทร์ ร่วมด้วยช่วยกันรวบรวมเรียบเรียง

Happy Happy มีความสุขรับปีใหม่ **คุณมานิตย์ กมลเวช** และคณะ เดินทางไปท่องเที่ยว จ.ปราจีนบุรี โดยมีอดีตสหกรณ์จังหวัด **คุณศุภชัย และคุณคุณณี ดานาพงศ์** เจ้าของถิ่นให้การต้อนรับนำท่องเที่ยว งานนี้ชื่นมื่นกันถ้วนหน้า



คุณวิเชียร แทนธรรมโรจน์ อดีตผู้เชี่ยวชาญฯ ผู้มีความสามารถ และประสบการณ์ทำงานร่วมกับโครงการ Jica มานาน แม้เกษียณอายุราชการแล้ว แต่ยังคงใช้ความสามารถทำงานให้กับสถาบันสหกรณ์ของประเทศเวียดนาม ขอชื่นชมในความสามารถ แล้วอย่าลืมนำประสบการณ์มาเล่าสู่กันฟังบ้างนะ

สนุก สนาน เฮฮาตามประสาคนโสด ต้องยกนิ้วให้**คุณกานดา หนูแก้ว** กลุ่มนันทบุรี ที่แต่ละสัปดาห์จะต้องมีเวลาพบปะเพื่อนฝูงทำกิจกรรมไม่น้อยกว่า 2 วัน เพื่อสังสรรค์ ร้องเพลงและเต้นรำ เป็นการออกกำลังกายและสร้างความสุข ให้กับตนเองซึ่งเป็นวิถีปฏิบัติที่ดีที่ถูกต้องสำหรับผู้สูงวัย ทำให้ไม่เจียบเหงา เฉาอยู่คนเดียว

อึ้งมูอึ้ง อึ้งมอ อึ้งใจ ในสายบุญ ขออนุโมทนากับการประพฤติปฏิบัติ สำหรับสมาชิกหลายๆ ท่านในการเข้าวัดปฏิบัติธรรมก่อนปีใหม่ เช่น **คุณอัมมรสภาวุฒิ** ไปไกลถึงลำพูนแต่ที่ทำบุญเลี้ยงพระอยู่เป็นประจำคงเป็น **คุณวิลาวัลย์ ศรีประเสริฐ** สำหรับ**คุณเพชรภรณ์ โชติถาวรรัตน์** ได้ข่าวว่าอยู่ระหว่างการเรียนธรรมะอีกไม่นานคงสำเร็จขั้นสูง जबเมื่อใดคงได้ร่วมแสดงความยินดี, **คุณเกียรติพงศ์ เฟื่องฟู** ผู้เกษียณใหม่ป้ายแดง เดินทางไปเยือนดินแดนพุทธภูมิ นมัสการสังเวชนียสถานในประเทศอินเดีย เพื่อสงบจิตสงบใจ และเพิ่มความเป็นศิริมงคลแก่ชีวิต ขออนุโมทนาบุญ กับพี่ๆ ทั้งหลายที่ตั้งใจปฏิบัติและเจริญในธรรม มีอะไรดีๆ ที่จะบอกต่อขอให้เขียนส่งเพื่อแบ่งปันเพื่อนสมาชิกและนำลงในวารสารชมรม

เจ้าของนามคุณปู่ (คนเคยหนุ่ม) คือ **คุณชวาลุขต ไชยนุวัต** อดีตอธิบดีกรมส่งเสริมสหกรณ์ ท่านมีความสุขกับงานเขียนมีลีลาการเล่าเรื่องที่น่าสนใจ สนุกสนาน เห็นภาพพจน์และเหมือนร่วมอยู่ในบรรยากาศเรื่องที่เล่า แรกๆ เขียนเล่าเรื่องราวชีวิตจากอดีตจนถึงปัจจุบัน ฉบับสุดท้ายเขียนเล่าเรื่องที่ได้พบเห็นจากการเดินทางไปวังน้ำเขียว สนใจเปิดอ่านใน Facebook ของปู่ปู่ ไชยนุวัต อ่านแล้ว สนุกเพลิดเพลินได้ความรู้เพิ่มเติมในสถานที่นั้นๆ อีกด้วย

สำหรับผู้สูงวัยที่ชอบชมภาพยนตร์ ขอแนะนำกิจกรรมภาพยนตร์สำหรับผู้สูงอายุ ณ โรงภาพยนตร์ศรีศาลายา หอภาพยนตร์ (องค์กรมมหาชน) กระทรวงวัฒนธรรม ซึ่งตั้งอยู่ที่พุทธมณฑลสาย 5 พุทธมณฑลนครปฐม โดยจัดฉายภาพยนตร์เก่าย้อนยุค และก่อนชมภาพยนตร์จัดให้มีการร้องเพลงคาราโอเกะเพื่อสร้างความสุขแก่ผู้สูงวัย สมาชิกท่านใดสนใจรวมกลุ่มจองไปได้ครั้งละไม่น้อยกว่า 15 ท่านโดยไม่เสียค่าใช้จ่าย

จ่ายใดๆทั้งสิ้นรวมทั้งมีอาหารกลางวันเลี้ยงฟรีอีกด้วย
มีฉายวันละ 2 รอบสนใจดูตัวอย่างกิจกรรมในเว็บไซต์
<http://www.youtube.com>

วิถีปฏิบัติสำหรับผู้สูงวัย มีหลายรูปแบบใคร
อยากทำอะไรที่ทำให้ตนเองมีความสุข ก็ทำไป ใคร
อยากเที่ยว...เที่ยว ใครอยากกิน...กิน มีเรื่องกลุ่มใจอย่า

เก็บไว้ สุขสบายทุกเพลลา เวลาที่ยังจับมือไหวให้เชิญ
เพื่อนไปเข้าวัด เวลาที่ยังกอดไหวให้โอบกอดให้ชื่นใจ
ทำหน้าที่ พ่อ แม่ ลูกสามี ภรรยา พี่ น้อง เพื่อนที่ดีต่อไป
เวลาที่อยู่ด้วยกันอย่าโกรธกันง่ายๆ (คัดจากไลน์)

บ้าย บาย ฉบับนี้ แล้วเจอกันใหม่จะ

Laead



สำหรับคนที่ไม่เคยสนใจการออกกำลังกายหรือ
เห็นว่าการออกกำลังกายเป็นเรื่องยุ่งยาก อยากให้ลอง
เริ่มต้นง่ายๆ ด้วยการเดิน เพราะการเดินเป็นการออก
กำลังกายอย่างหนึ่งที่ได้ทุกที่ทุกเวลา

จากการศึกษาในประเทศสหรัฐอเมริกา พบ
ว่าผู้หญิงอายุ 45 ปีขึ้นไป เมื่อลองเดินเร็วหรือเดินจน
รู้สึกเหนื่อยพอประมาณเพียงวันละนิด แค่อัฒตาลีละ
1 ชั่วโมง ก็สามารถช่วยลดความเสี่ยงจากการเป็นโรค
หลอดเลือดหัวใจตีบได้ถึงร้อยละ 50 ดังนั้นจึงควรหา
เวลาว่างในการเดินอย่างน้อย สัปดาห์ละ 9 นาที ก็เพียงพอ
แล้วสำหรับการเคลื่อนไหวร่างกายที่ทำให้ชีวิตดี
กว่าเดิมและหากเดินเร็วๆ สะสมได้วันละ 30 นาที
อย่างน้อย 5 วันต่อสัปดาห์ ก็จะยิ่งได้ประโยชน์มากขึ้น

เคล็ดลับการเดิน ให้ได้ประโยชน์

- เดิน 1 ชั่วโมงต่อวัน ลดโอกาสเป็นเบาหวาน ร้อยละ 34
- เดิน 10,000 ก้าว / วัน นาน 12 สัปดาห์ ลดความดันโลหิต 8-12 มิลลิเมตรปรอท
- เดินเร็ว 1 ชั่วโมง / วัน นาน 3 เดือน ร่วมกับการควบคุมอาหาร ลดน้ำ หนักได้ 7 กิโลกรัม

เดินหนักแค่ไหนถึงจะดีต่อหัวใจ

ควรเดินด้วยความเร็ว 2.4 - 3.2 กิโลเมตรต่อ
ชั่วโมง หรือ 360 - 480 เมตรใน 9 นาที เพื่อให้หัวใจ
เต้น 102 - 120 ครั้งต่อนาที

สูตรคำนวณ

เช่น ขณะนี้อายุ 35 ปี ดังนั้นค่าอัตราการเต้น
ของหัวใจที่ต้องการคือ $(220 - 35) \times 0.6 = 111$ นั่น
หมายความว่า คุณต้อง พยายามเดินให้ชีพจรเต้นได้
111 ครั้งต่อนาที จึงจะเป็นการออกกำลังกายของหัวใจ
ได้ดี

ข้อปฏิบัติเกี่ยวกับการเดิน

1. สวมรองเท้าที่เหมาะสมกับการเดิน
2. ยืดเหยียดร่างกายก่อนและหลังเดิน โดยเฉพาะกล้ามเนื้อต้นขา สะโพก ประมาณ 5 - 10 นาที
3. อย่าให้ร่างกายขาดน้ำ ควรดื่มน้ำ 1 แก้วก่อนออกเดินและพกขวดน้ำไปด้วย
4. อย่าสาวเท้ายาวเกินไป เพราะจะทำให้เกิดการกระแทกที่ข้อต่อและเดินช้าลง
5. อย่าถ่วงน้ำหนักที่ข้อเท้าหรือแขนในขณะที่เดิน เพราะจะทำให้จังหวะการเดินผิดไป ไม่เป็นไปตามธรรมชาติ

เดินอย่างไร

1. ลำตัวตั้งตรง ยืดตัวเต็มที่ ไม่งอหลัง
2. โมน้อมตัวไปด้านหน้าหรือเอนไปด้านหลัง
3. ตามองตรงไปข้างหน้า
4. ก้าวให้พอดีจังหวะเดินให้ส้นเท้ารับน้ำหนัก
5. แกว่งแขนขนานลำตัว

แต่ ผู้เกษียณข้ายแดง

“ทำมี่ยใคร ๆ ถึงไม่อยากแก่ ดูอย่างลุงซี พอเกษียณปุ๊บก็ได้ฟันปลอมชุดใหม่ปั๊บ เลย..... ผมก็สีใหม่ ขึ้นรถที่หนึ่งก็มีคนลุกให้หนึ่ง ถ้ายังออกไปเที่ยวก็ยิ่งช้ำบาย”

นั่นเป็นตอนหนึ่งของสปอตวิทยุ เมื่อหลายปีก่อน...จากหนังสือ ข่าวสารบ้านาณุสहरณฉบับเดือนตุลาคม-ธันวาคม 2541 เห็นว่าเป็นเวลาที่เหมาะแก่เหตุการณ์ในระยะนี้จึงขอคัดลอกมานำเสนอ

“สรรพสิ่งในโลก ล้วนไม่พ้นจากความเป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ไม่มีสิ่งใดหยุดนิ่ง ล้วนเต็มไปด้วยความเปลี่ยนแปลง ความทุกข์ ความสุข จึงขึ้นอยู่กับว่า เรา จะฉลาดเลือกเอาประโยชน์ จากการเปลี่ยนแปลงได้เพียงใด.....

โลกนี้คือละคร.... เราเกิดมาในโลกต่างต้องแสดงบทบาทที่ต่างกัน สำหรับผู้ที่แสดงบทเป็นข้าราชการ



นั่น วันหนึ่งต้องถอดวางหัวโขน ยุติบทบาทของตน หลังจากที่ได้แสดงมานาน ทั้งเหนื่อยยาก ผจญขวากหนาม สมหวัง ผิดหวัง มีทั้งยับเยิน ยกย่อง รุ่งเรือง มี

คนรัก คนชอบ คนชัง มาตลอด เวลาที่รับราชการ

“บัดนี้ท่านลอยพ้นหน้าที่ ความรับผิดชอบมากมาย หลายนาน ท่านผจญพมหนามมานมนาน มาถึงกาลพ้นแล้วไวย โปรยยิ้มมา” บัดนี้ละครชีวิตเปลี่ยนฉากมาเป็น “ความพ้นแล้วไวย” ตามที่พุทธทาสภิกขุได้แสดงไว้ในโรงมหรสพทางวิญญาณ ที่สวนโมกขพลาราม จังหวัดสุราษฎร์ธานี

ถ้าเปรียบกรรมส่งเสริมสहरณ เหมือนต้นไม้ ใบไม้ที่ผลิใหม่ ก็เหมือนผู้เข้ารับราชการใหม่ ใบไม้เหล่านั้นเจริญเติบโต สดใสขึ้นตามลำดับ ใบไม้ซึ่งครั้งหนึ่งเคยสดใสนั้น ก็ร่วงโรยร่วงโรยและร่วงหล่นไปในที่สุด เป็นสังขารที่ทุกคนหนีไม่พ้น”

ชมรมข้าราชการอาวุโส กสส. ขอแสดงความยินดีกับผู้เกษียณในปี 2560 ทั้ง 89 ที่จะมาสู่โลกของความมีอิสระ Free is now หรือพ้นแล้วไวย แม้จะสลายไปหน่อยก็ตามทีและยินดีกับผู้ได้เลื่อนตำแหน่งทุกท่าน

พูดถึงเรื่องการเกษียณอายุ ขอฝากคำแนะนำจากสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดา ฯ สยามบรมราชกุมารี ในวัน 100 ปี จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ตอนหนึ่งว่า

อายุมากอย่าคิดมากให้มากเรื่อง
คิดให้เปลืองเวลายังมันน้อย
อายุมากต้องเรีงร่าอย่าเหม่อลอย
ต้องหมั่นคอยปล่อยวางบ้างจะดี
อายุมากต้องคิดบวกอยู่เสมอ
คงได้เจอความสงบความสุขศรี
อายุมากไม่ต้องหวังความมั่งมี
เป็นเศรษฐีไม่ดีจะตายไว
อายุมากมีเมตตาเป็นเข้ตั้ง
อยู่ยืนยั่งให้ผู้คนได้กราบไหว้
อายุมากถูกเบียดบังไม่เป็นไร
ถึงยังไองเขาเบียดได้ไมก็ขี้
อายุมากอยากอะไรหากินได้
ดื่มกินไปกับเพื่อนให้สุขวิ
ร้องเพลงบ้างเต้นรำบ้างเพลิดเพลินดี
ทบทวีให้สดใสด้วยทรา

คำแนะนำพระราชทานจากสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี

ส่วน ลี กวนยู นายกรัฐมนตรีประเทศสิงคโปร์ ทักตะตอนหนึ่งว่า “อายุมากต้องไม่แยกตัวเองไปอยู่อย่างโดดเดี่ยว เพราะมนุษย์เป็นสัตว์สังคม ต้องการมีอะไรกระตุ้นตลอดเวลาและต้องพบปะผู้คน ต้องคอยติดตามเรื่องราวของสังคมและโลก” “ถ้าคุณอายุ 55 และบอกตัวเองว่า จะเกษียณเพื่ออ่านหนังสือ เล่นกอล์ฟและดื่มไวน์ ผมว่า คุณเสร็จแน่ ๆ เพราะหลังจากสองสามเดือน คุณจะเริ่มเบื่อ ไม่มีอะไรทำ ไม่มีเป้าหมายในชีวิต คุณจะเริ่มเหี่ยวทั้งร่างกายและจิตใจ”

ทุกวันนี้ หากใครมาบอกผมว่า อายุ 60 แล้ว กำลังจะเหงา ไม่มีอะไรทำแล้ว ผมถามเขาว่า “คุณอยากตายเร็วหรือไง” ลี กวนยู ผากบอกผู้สูงวัยทั้งหลายว่า “ถ้าคุณต้องการเห็นพระอาทิตย์ขึ้น พรุ่งนี้ คุณต้องหาเหตุผล ต้องมีอะไรมากระตุ้น ให้คุณต้องการใช้ชีวิตสนุกสนานต่อไปเรื่อย ๆ ไม่ใช่พักผ่อนนอนหลับ อย่างเดียว อย่างนี้เท่ากับรอวันตายเท่านั้น”

นั่นก็เป็นความเห็นของแต่ละบุคคล ซึ่งอาจไม่เหมือนกัน ก็ให้ พิจารณาเลือกเอา

ในฐานะที่เกษียณมานานนับสิบปี นอกจากจะ ได้รับเงินบำนาญประมาณสี่แสนบาท/ปีแล้ว ยังมีค่ารักษา พยาบาลอีกเดือนละหลายพันบาท ซึ่งก็มีใช้น้อย ด้วยสำนึกในบุญคุณของทางราชการที่จ่ายเงินให้มากมาย ทั้งที่ไม่ได้ทำงานให้เลย ทำให้นึกถึงคนที่ สมัยรับราชการ ที่ ไม่ได้ทำงานให้สมเงินเดือน เมื่อเกษียณก็ยังได้ใช้ภาษีราษฎรทั้งที่ไม่ได้ทำงานให้ อาจเป็นสิ่งที่น่าละอาย จึงขอฝากผู้ใกล้เกษียณหรือยังทำราชการอยู่ ให้เป็นอนุสติอีกประการหนึ่ง

ในชีวิตราชการ เดือนตุลาคมเป็นช่วงของการเปลี่ยนแปลงหรือเปลี่ยนบท เก้าไปใหม่มา ใหม่มาอีก หนอยก็เก้า..เป็นเช่นนี้เรื่อยไป เป็นห่วงคนที่ยังติดยึดในตำแหน่งอยู่แล้วจะเกิดความทุกข์ เพราะหลังเกษียณสถานะเปลี่ยนไปไม่เหมือนเดิม ภูมิใจได้แต่อย่าติดยึด ชีวิตเหมือนละคร เมื่อเล่นจบบทแล้ว ก็ต้องถอดหัวโขนออก ให้คนอื่นสวมต่อไป

ผมชอบเรื่องราวที่คุณอัจฉรวรรณ โพสต์ใน

กลุ่มไลน์ ตอนหนึ่งว่า

“เราไม่ได้เป็น ผอ. ตลอดไปหรอกเป็นแค่ตัวสมมุติทำหน้าที่อยู่ขณะหนึ่ง

เป็น ผอ.ก็ตอนลงนามในหนังสือที่โต๊ะทำงาน
ตอนตรวจคนไข้ เราเป็นหมอ
เดินไปหน้าโรงพยาบาลถูกรถชน เราเป็นคนไข้
ไปสอนหนังสือ เราเป็นครู
ถ้าครูเราเดินมาพอดี เราก็เป็นศิษย์
กลับไปบ้าน ไปเจอภรรยา เราเป็นสามี
ไปเจอลูก เราเป็นพ่อ
ไปเจอพ่อ เรากลายเป็นลูก

ฯลฯ

โดยสรุปเราเป็นโดยสมมุติ ขณะทำหน้าที่ขณะหนึ่งเท่านั้น แล้วมนุษย์ก็ไปหลงตัวเอง ว่าเป็นนั่นเป็นนี่แล้วยึดติดกันเอง ถ้าถอดสมมุติออก ถอดความเป็นตัวเป็นตนออก ชีวิตก็จะเบาสบาย...ทุกสิ่งคือเรื่องชั่วคราวเท่านั้น

ปีระกา ไก่แก้ว ลาแล้วควีน
ปีจอจ้อ รอรับ ไม่ลับสน
ขอจ้อจ่าย ความสุข ให้ทุกคน
ถูกหวยโดน รางวัลใหญ่ ปีใหม่เทอญ

ขอให้มีความสุขในชีวิตวัยเกษียณ นะครับ !!!

สมาชิกหมายเลข 100



“คิวอาร์โค้ด” ลังคมไร้เงินสด

พูดถึงกันมากในช่วงนี้ ในแบบที่ชาวบ้าน หรือ สว. (ผู้สูงวัย) อย่างเราๆ เองอาจยังตั้งตัวไม่ทันเมื่อ เมืองไทยกำลังก้าวไปสู่ “สังคมไร้เงินสด” แต่ในประเทศจีนเป็นที่นิยมกันมาก หลายเมืองได้กลายเป็นสังคมไร้เงินสดไปแล้ว

ได้ยินข่าวจากทีวี หรืออ่านหนังสือพิมพ์เจอก็บอกว่า ภายในปีนี้คนไทยจะสามารถซื้อสินค้าจากห้างสรรพสินค้าออนไลน์ ขึ้นแท็กซี่ ขึ้นมอเตอร์ไซด์รับจ้าง โดยไม่ต้องจ่ายเงินสดและจ่ายเริ่มต้นเพียงหนึ่งบาทได้ โดยการจ่ายเงินผ่านระบบ “คิวอาร์โค้ดมาตรฐาน” แถมยังไม่ต้องจ่ายค่าธรรมเนียมใดๆ

คำถามเกิดขึ้นมากมายว่า มันคืออะไร ใช้อย่างไร หรือจ่ายเพียงใด ปลอดภัยหรือไม่ เงินสดที่พกอยู่ทุกวันนี้ไม่จำเป็นแล้วหรือ? บัตรเอทีเอ็ม บัตรเครดิต ยังต้องมีอยู่หรือไม่ และที่รณรงค์กันมาให้ใช้ระบบพร้อมเพย์ ก็ยังอยู่ในขั้นของการเริ่มต้นเรียนรู้ ยังจะใช้กันต่อไหม? มันเกี่ยวข้องกับดอกเบี้ยหรือเปล่า?

คงต้องบอกว่ายุคนี้สารพัดเทคโนโลยีที่เข้ามาช่วยให้ชีวิตสะดวกสบายมากขึ้น เราก็ต้องเรียนรู้ตามกันไป เหมือนยุคหนึ่งในปี 2526 ที่คนไทยเริ่มรู้จักบัตร เอทีเอ็ม ที่ลดความยุ่งยากในการเดินทางไปธนาคาร และกลายเป็นเรื่องธรรมดาไปในตอนนี้ นวัตกรรมการเงินที่เข้ามาใหม่จะยิ่งช่วยให้การใช้ชีวิตง่ายขึ้นไปอีก ระบบการจ่ายเงินทางอิเล็กทรอนิกส์หรือ e - Payment จะช่วยทำการทำธุรกิจคล่องตัวมากขึ้น เพิ่มประสิทธิภาพ และลดต้นทุนในการทำงาน นำไปสู่การยกระดับความสามารถการแข่งขันของประเทศ

ชาวบ้านเองไม่ต้องกลัวว่าเงินจะหล่นหาย ไม่ต้องยุ่งยากหาเงินสดไว้จ่าย หมดปัญหาจ่ายแบงค์พันแล้วแท็กซี่ไม่มีเงินทอน สะดวกในการ ซื้อ ขาย จ่ายโอน ค่าสินค้าและบริการ รวมถึงการลงทุน รวมทั้งลดปัญหาการปลอมแปลงบัตรต่างๆ เพราะลูกค้าไม่ต้องให้บัตรเครดิต หรือบัตรเดบิต กับร้านค้า บั๊มน้ำมัน ฯลฯ เพื่อไปรูดผ่านเครื่อง ซึ่งอาจจะเสี่ยงกับการถูกคัดลอกข้อมูลจากบัตร

ถอดรหัสคิวอาร์โค้ดชำระเงิ

เมื่อวันที่ 20 ส.ค. ที่ผ่านมาธนาคารแห่งประเทศไทยได้เปิดตัว “มาตรฐานคิวอาร์โค้ด” (Qr code) กลางของประเทศเพื่อการชำระเงิ เป็นอีกช่องทางหนึ่งที่ทำให้การชำระเงิทางอิเล็กทรอนิกส์ง่ายขึ้น และปลอดภัยมากขึ้น และหวังให้เป็น “ช่องทางด่วน” ที่ทำให้เราไปสู่ “สังคมไร้เงินสด” ได้เร็วขึ้นด้วย

“คิวอาร์โค้ด” คืออะไร

คิวอาร์โค้ด ย่อมาจาก Quick Response Code ซึ่งเป็น “รหัสเก็บข้อมูล” ประเภทหนึ่งที่ถูกพัฒนามาจากระบบรหัสบาร์โค้ด (barcode) แต่ทำให้ใช้งานได้ง่ายขึ้น เก็บข้อมูลได้มากขึ้น โดยสามารถใช้โทรศัพท์มือถือที่เป็น “สมาร์โฟน” สแกนอ่านคิวอาร์โค้ดได้ ใครที่ใช้แอปพลิเคชัน “Line” ในโทรศัพท์มือถือ คงคุ้นเคยคิวอาร์โค้ด รหัสรูปสี่เหลี่ยมที่มีไว้แสดงข้อมูลตัวตน บัญชีไลน์ของเรา คนที่ต้องการเป็นเพื่อนกับเรา ใช้มือถือสแกนคิวอาร์โค้ดของเรา ก็เข้ามาเป็นเพื่อนกันได้

“คิวอาร์โค้ด” เพื่อการชำระเงิก็เช่นกัน จะเปรียบเสมือนเป็นรหัส “ตัวแทนข้อมูลส่วนตัวทางการเงิน รวมทั้งบัญชีเงินฝาก” ที่เก็บไว้ในโค้ดส่วนตัว ซึ่งถือว่าเป็น “โค้ดลับ” ของใครของมัน

หากใครต้องการโอนเงินให้เรา หรือเราต้องการโอนเงิน หรือชำระเงิค่าสินค้าและบริการให้กับร้านค้าร้านไหน สามารถใช้การสแกน “คิวอาร์โค้ด” ด้วยโทรศัพท์มือถือ โอนเงิหรือชำระเงิได้ทันที “สแกนปุ๊บ จ่ายปั๊บ” ไม่ต้องควักเงิสด ไม่ต้องถามข้อมูลชื่อเสียงเรียงนาม เบอร์บัญชี หรือแม้แต่เบอร์โทรศัพท์มือถือ

ตอบโจทย์ “ไลฟ์สไตล์” ของคนไทยวันนี้ ซึ่งพกโทรศัพท์มือถือติดตัวเป็นประจำ

ข้อดีของการชำระเงิผ่านการสแกน “คิวอาร์โค้ด” คือ ผู้ใช้สามารถที่จะเลือกชำระเงิได้หลากหลายช่องทาง ทั้งบัตรเครดิต บัตรเดบิต บัตรเติมเงิ

กระเป๋าตังค์อิเล็กทรอนิกส์ และบัญชีอินเทอร์เน็ต หรือโมบายแบงก์กิ้ง

สแกนคิวบิล จ่ายบิล รับเงินทันที

ในส่วนของการชำระเงินที่ต้องการมีคิวอาร์โค้ดเป็นของตนเอง ขณะนี้ธนาคารพาณิชย์เริ่มเปิดให้บริการสร้างคิวอาร์โค้ดส่วนตัวขึ้นมา โดยขอได้ที่สาขาธนาคารพาณิชย์ไม่ต้องเสียค่าใช้จ่าย หรือสามารถสร้างคิวอาร์โค้ดจากบัญชีอินเทอร์เน็ตแบงก์กิ้ง หรือสร้างผ่านระบบพร้อมเพย์ก็ได้ จากนั้นร้านค้าสามารถพิมพ์ “คิวอาร์โค้ด” มาแปะไว้หน้าร้านเพื่อให้ลูกค้าสแกนจ่ายเงิน ถ้าเป็นมอเตอร์ไซค์รับจ้างก็อาจทำป้ายแขวนคอมมีคิวอาร์โค้ด ส่วนแม่ค้าหาบเร่แผงลอยก็พกคิวอาร์โค้ดติดตัวได้ตามสะดวก เมื่อลูกค้าสแกนคิวอาร์โค้ดของท่านแล้ว การจ่ายเงินก่อนหน้านี้ก็จะเข้าสู่บัญชีธนาคารของคิวอาร์โค้ดทันที

ส่วนฝั่งผู้ใช้บริการ หรือลูกค้า ซึ่งเป็นผู้จ่ายเงิน จะต้องมี 3 สิ่ง ลำดับแรกเลยต้องมีโทรศัพท์มือถือ ประเภทสมาร์ตโฟนที่สามารถสแกนคิวอาร์โค้ดได้ ลำดับต่อมาจะต้องมีช่องทางชำระเงินทางอิเล็กทรอนิกส์ เช่น บัญชีอินเทอร์เน็ต หรือโมบายแบงก์กิ้ง บัญชีเงินฝากที่ผูกไว้กับระบบพร้อมเพย์ บัตรเครดิต บัตรเดบิต บัตรเติมเงิน อย่างใดอย่างหนึ่ง หรือมีทุกอย่างก็ไม่ผิด ลำดับที่ 3 คือ “แอปพลิเคชัน” การโอนเงินของธนาคารพาณิชย์ หรือแอปพลิเคชันที่เป็นกระเป๋าตังค์อิเล็กทรอนิกส์ หรือ e-Wallet

วิธีการชำระเงินก็คือ ฝั่งของผู้จ่ายเงินจะเปิดเข้าไปในแอปพลิเคชันการชำระเงิน กดรหัสส่วนตัวในลักษณะเดียวกับบัตรเอทีเอ็ม เลือกช่องทางการจ่าย เช่น จ่ายจากบัตรเครดิต บัตรเดบิต หรือบัตรเงินสด หรือพร้อมเพย์ ฯลฯ จากนั้นให้สแกนคิวอาร์โค้ดผู้ที่ให้บริการ ไม่ว่าจะป็นร้านค้า แท็กซี่ มอเตอร์ไซค์ หรือหาบเร่แผงลอย กดใส่จำนวนเงินที่ต้องการจ่าย และกดตกลง ถือว่าเสร็จสิ้นกระบวนการ และระบบก็จะมีบริการส่งข้อความให้ผู้รับเงินได้ทราบว่ามี การโอนเงินเข้าไปในบัญชีเจ้าของคิวอาร์โค้ดแล้ว

ประโยชน์ของการชำระเงินผ่านระบบ “คิวอาร์โค้ดมาตรฐาน” นอกจากจะสะดวกแล้ว ยังไม่ต้องพกเงินสดและบัตรจำนวนมากให้ยุ่งยาก และช่วยในเรื่องความปลอดภัย ลดความผิดพลาดทางเทคนิคต่างๆ เช่นกรณีทอนเงินผิด กดเลขบัญชีที่จะโอนเงิน หรือเบอร์โทรศัพท์ที่จะโอนเงินผิด รวมทั้งลดปัญหาการปลอมแปลงบัตรต่างๆอีก ร้านค้าก็จะบริหารจัดการเงินสดได้ดีขึ้น ส่งผลการทำบัญชีและตรวจสอบยอดเงินที่เข้าง่ายกว่าการทำธุรกรรมด้วยเงินสด สามารถรู้ ว่าได้รับเงินจากใครในแต่ละรายการ ลดต้นทุนได้โดยเฉพาะร้านค้าขนาดเล็กๆ

อย่างไรก็ตาม การชำระเงินผ่านคิวอาร์โค้ด เปิดบริการเร็วสุดเดือน พ.ย.นี้ เป็นรูปแบบการชำระเงินผ่านพร้อมเพย์ และชำระบิลต่างๆ ส่วนบัตรเดบิต และบัตรเครดิต เริ่มเปิดให้บริการต้นปี 2561

ธนาคารพาณิชย์ทดลองใช้จริง

ระบบการชำระเงินสดด้วยการสแกนคิวอาร์โค้ดนี้ ยังอยู่ในขั้นการทดลอง การโอนเงินข้ามธนาคารระหว่างบัญชีผู้ใช้บริการของธนาคารหนึ่งกับการสแกนคิวอาร์โค้ดที่สร้างขึ้นโดยอีกธนาคารหนึ่งยังไม่สมบูรณ์นั้นอาจยังไม่สามารถสแกนจ่ายข้ามธนาคารได้โดยสะดวก ธนาคารคาดว่าจะทำงานได้เต็มระบบในไตรมาสที่ 4 ของปีนี้ ช่วงนี้จะเป็นการเรียนรู้ทั้งผู้ซื้อและผู้ขาย อย่างไรก็ตาม ช่วงที่ผ่านมาธนาคารพาณิชย์ที่ได้รับอนุญาตจาก ธปท. ทำการทดลองชำระเงินผ่านคิวอาร์โค้ด แล้ว

โดยธนาคารกสิกรไทย เปิดตัวบริการ K PLUS SHOP แหล่งช้อปปิ้งขนาดใหญ่ในกรุงเทพฯ ได้แก่ สยามสแควร์ ตลาดนัดจตุจักร และเดอะแพลทินัม แฟชั่นมอลล์ ประตูน้ํา ซึ่งมีจำนวนร้านรวมตัวกันมากกว่า 10,000 ร้านค้า มีร้านค้าชั้นนำเข้าร่วมกว่า 2,000 ร้านค้า

ขณะที่ธนาคารกรุงเทพ ทดลองชำระเงินผ่านคิวอาร์โค้ด กับร้านค้าในย่านต่างๆ ในกรุงเทพฯ เช่น ตลาดละลายทรัพย์ และตลาดในพื้นที่หัวเมืองใหญ่ เช่น เชียงใหม่ และขอนแก่น ตลอดจนการชำระ

ค่าโดยสารสาธารณะ เช่น สมาร์ทแท็กซี่ การชำระเงิน
ค่าส่งสินค้าออนไลน์ต่างๆ และชำระค่าส่งอาหารแบบ
เดลิเวอรี่ จากนั้น ในเดือนพฤศจิกายนนี้จะเริ่มขยาย
บริการไปยังร้านค้าต่างๆในวงกว้างขึ้นทั่วประเทศ

ธนาคารไทยพาณิชย์ ทดลองชำระเงินผ่านคิวอาร์
โค้ด ที่ตลาดนัดสวนจตุจักร และวินรรถมอเตอร์ไซด์
ซอยพหลโยธิน 14

ธนาคารกรุงไทย ทดลองชำระเงินผ่านคิวอาร์
โค้ดที่ห้องอาหารสวัสดิการพนักงาน สำนักงานใหญ่
ซอยนานา และในวันที่ 10 กันยายน นี้จะไปทดลองใช้
ที่ร้านอาหารกระทรวงการคลัง

เทคโนโลยีช่วยให้เกิดความสะดวกสบาย แต่ผู้
ใช้บริการก็ต้องศึกษาหาความรู้ควบคู่ไปด้วย เช่น เรื่อง
ของความปลอดภัย โดยเฉพาะเมื่อโทรศัพท์มือถือ

เริ่มทำงานได้ “ทุกสิ่ง” การรักษาความลับในการเข้า
ถึงโทรศัพท์มือถือเป็นเรื่องสำคัญ รวมถึงการปกปิด
“รหัสลับ” ต่างๆไม่ให้คนอื่นรู้ ที่สำคัญกว่านั้น ยิงการ
จ่ายเงินง่ายขึ้นเท่าไร ยิ่งต้องยึด “สติ” ไว้ให้มั่น อย่า
“สแกนปุ๊บจ่ายปั๊บ” แบบไม่คิด เดียวเงินหมดบัญชี
แบบไม่รู้ตัว อย่างเช่นการใช้บัตรเครดิต บางคนใช้
สะดวก “รูดปุ๊บ รูดปั๊บ” ก็เลยเป็นหนี้แบบไม่รู้ตัว

สำหรับ สว. (ผู้สูงวัย)ทั้งหลายที่มักจะวางลิ้ม
โทรศัพท์เสมอ ฟังระวัง มีฉันทวิมปีมีความสามารถ
พิเศษที่จะล้วงรหัสของเราได้ เช่นเดียวกับรหัส เอ.ที.
เอ็ม และถ้าเราตั้งรหัสให้ยากๆ ตามคำแนะนำของ
ธนาคาร เราก็จะจำไม่ได้เสียเอง บางท่านจดรหัสไว้บน
บัตร เอ.ที.เอ็ม ชะเลย 555

Cr. Thairath on line

สมาชิกที่ต้องการบริจาคเงินชมรม โดยโอนเข้าบัญชีชมรม
ข้าราชการ กรมส่งเสริมสหกรณ์ ธนาคารกรุงไทย เลขที่บัญชี
070-1-088494 แล้วส่งสำเนาใบโอนเงินมาที่ชมรมฯ หรือ จ่าย
ที่สหกรณ์ออมทรัพย์ข้าราชการสหกรณ์ แล้วแจ้งว่าบริจาคให้
ชมรม

ลูก: ผมชอบลูกสาวหน้าบ้านเรา เซอหน้ารักดี
พ่อ: หน้าบ้านเรานี่เ็นรอ เอ็งจิมไม่ได้เ็นะ! น้หน้าองสาวตนะ=แม่ก้มเอ็ง
อง่ามอกแม่เ็นะ
ลูก: พ่อๆ ลูกสาวหลังบ้านเราเซอสวยจัง
พ่อ: หลังบ้านก็จิมไม่ได้เ็นะ! อง่าเซ็งว น้หน้าองสาวเอ็ง ตนะ=แม่ อง่า
ไม่มอกแม่เอ็งละ
ลูกชายโมโนพ่อมากแล้วเ็นแม่ก้มทั้งนมด
แม่! น้เ็นะ=มาๆ มอกลูก เอ็งจิมได้ทั้งหน้าบ้าน=และหลังบ้าน เพราะเอ็ง
ไมใช้ลูกพ่อ อง่ามอกพ่อเอ็งเ็นะ

โปแลนด์แดนศิวิไลซ์

รศ.วิวัฒน์ชัย อยู่ยืนยง

หญิงเทพพรพรากวากวามระงมเงือง
สู่คอร์ซอร์มืองโกโมแลนดิส
โทรุนและพอดนันฉินไดโม
ฉิดโคไล วรดตสวัพ ดันลากสัจ
ตราตุฟเมืองเนมืองเกลื่อนลือชื่อนัก
กึ่งวสัทักกิงแอสซอร์ดองรอนวง
สัณณคิน เด่นเด่นมิมิราสาทถง
เมืองดวามนลิ่งฝงใจไดโมมา
หญิงเทพพรพรากวาทรงประกายเพชร
กึ่งวดรมเจ็ดเมืองแมนแดนใฝ่นา
สวช...สดีโส ใจ...สขสันต์ ฉนทอล
จักกล้มมาเจือนในมนี้ไดออง

ปีสองพันห้าร้อยหกสิบ ผู้เขียนมีโอกาสไปเที่ยวต่างประเทศเป็นครั้งที่สอง ครั้งนี้เลือกไปประเทศโปแลนด์กับบริษัท รีเจนซีเทรฟเวลซ ซึ่งโปรแกรมการจัดเที่ยวนี้เป็นแบบแกรนด์โปแลนด์ คือเที่ยวเฉพาะประเทศนี้เพียงประเทศเดียว มีการประสานงานจัดเที่ยวร่วมกันกับบริษัทอื่นๆ อีกเช่น โกฮอลิเดย์ บีชท์ เพื่อจะได้ให้บริการหาลูกค้าท่องเที่ยวได้สะดวกขึ้น ช่วงเวลา ท่อเที่ยวครั้งนี้ระหว่างวันที่ 16-24 กันยายน 2560

เริ่มต้นจากค่ำวันที่ 16 กันยายน 2560 จำนวนคณะท่องเที่ยวไนทริปนี้รวม 22 คน นัดพบกันที่สนามบินสุวรรณภูมิและเวลาตีสองเศษ ได้เดินทางโดยสายการบินเอมิเรตส์แอร์ไลน์ สุนครดูโบ ของประเทศอาหรับเอมิเรตส์ ซึ่งใช้เวลาเดินทางประมาณห้าชั่วโมงครึ่ง แวะรอเปลี่ยนเครื่องบินซึ่งแวะพักราวสี่ชั่วโมง จากนั้นเดินทางต่อไปยังกรุงวอร์ซอว์ ซึ่งใช้เวลาประมาณ 6 ชั่วโมง ก็ถึงสนามบินโซแปง กรุงวอร์ซอว์ (Warsaw Frederic Chopin Airport) สนามบินนี้อยู่ห่างจากเมืองวอร์ซอว์ทางทิศตะวันตกเฉียงใต้ 10 กิโลเมตร

วันที่ 17 กันยายน 2560 เวลาที่ประเทศโปแลนด์นี้ช้ากว่าเวลาที่เมืองไทยบ้านเรา 5 ชั่วโมง ในระหว่างที่รอรถบัสที่จะมารับคณะพวกเรา ผู้เขียนรีบแบ่ง

เงินยูโร ซึ่งเตรียมมาโปแลนด์เป็นเงินของโปแลนด์ซึ่งเรียกว่า โพลิชสล็อตตี(Polish Zloty) หรือเรียกกันย่อๆว่า PLN โดยแลก 50 ยูโร ได้มา 162.5 PLN (อัตราแลก 1 ยูโร เท่ากับ 3.25 PLN) และเดินสำรวจสนามบินแห่งนี้ ขนาดความใหญ่ของสนามบินน่าจะเท่าเทียมกับสนามบินดอนเมืองของเรา และมองไปทางด้านขวามือจะเห็นป้ายชี้ทางไปโรงแรม Courtyard Warsaw Airport ก็สอบถามคนในร้านกาแฟเขาบอกว่าอยู่ใกล้ๆนี้เอง โดยข้ามฝั่งแล้วเดินไปอีกราว 400 เมตร และเขาได้อธิบายเพิ่มเติมว่า ยังมีโรงแรมอีกแห่งหนึ่งซึ่งอยู่ห่างราว 700 เมตร ชื่อโรงแรม Gromada Hotel โรงแรมนี้ราคาถูกคินละประมาณ 240 PLN รวมอาหารเช้า และด้านล่างเดินเยื้องไปทางซ้ายมือก็สามารถจะเดินทางเข้าเมืองวอร์ซอว์ได้ด้วยรถ City Train สาย 53 (Szybka Kolej Miejska) ราคาตัว 4.40 PLN คณะท่องเที่ยวรออีกสักครู่หนึ่งก็มีรถบัสซึ่งให้บริการคณะท่องเที่ยว เที่ยวชมแหล่งท่องเที่ยวต่างๆ ตลอดโปรแกรมการท่องเที่ยวครั้งนี้ ได้เดินทางสู่เมืองวอร์ซอว์

เมืองวอร์ซอว์(Warsaw City) เมืองนี้สร้างขึ้นตอนปลายศตวรรษที่ 13 เป็นเมืองหลวง จากประวัติความเป็นมามีสามยุค คือ เริ่มแรกเป็นยุคเก่า ต่อมายุคคอมมิวนิสต์และจึงเป็นยุคสมัยใหม่แห่งทุนนิยม เป็นเมืองหลวงมาตั้งแต่ปี ค.ศ.1596 เจริญรุ่งเรืองโดยมีสถาปัตยกรรมงดงามอยู่มากมาย แล้วเมื่อเกิดสงครามโลกครั้งที่สอง กองทัพนaziได้บุกยึดครองโปแลนด์และวอร์ซอว์เสียหายถูกทำลายอย่างมาก และเมื่อสงครามสิ้นสุดลง ชาวโปแลนด์ได้ร่วมกันฟื้นฟูปรับปรุงเมืองขึ้นมาใหม่ โดยรวมเอาสถาปัตยกรรมในยุคคอมมิวนิสต์และตีกระฟ้าในยุคทุนนิยมไว้ยู่ควบคู่กัน สำหรับการท่องเที่ยวที่ผู้เขียนได้ไปเที่ยวชมในเมืองวอร์ซอว์คือ

1. ย่านเมืองเก่า(Old Town)

1.1 อนุสาวรีย์เฟเดอริค ฟรอง ชัวร์ โซแปง (Lazienki Park and Chopin's Monument)

ตั้งอยู่ในสวนข้างๆ พระราชวังลาเซียนสกี ผู้เขียนได้เข้าไปชมใกล้ด้านฐานของรูปปั้นลักษณะคล้ายหินอ่อนสีน้ำตาลอ่อน ก่อเรียงซ้อนกันหลาย

แผ่นและรูปปั้นโซแปง นั่งเอียงไปทางด้านขวา และ ด้านบนคริสต์ชนมีสวนมาปรกอยู่ อันทำให้อนุสาวรีย์นี้ ดูแปลกและเด่นเป็นสง่าท่ามกลางสวนรายล้อมด้วย พรรณไม้เขียวชอุ่ม

1.2 พระราชวังลาเซียนสกี (Lazienki) เป็น พระราชวังขนาดเล็กตั้งอยู่กลางสระน้ำ ผู้เขียนถ่าย รูปทางด้านสระน้ำ ดึงดงามมาก จะมีต้นไม้ขนาดใหญ่ อยู่ริมสระน้ำทางซีกขวา แผ่กิ่งก้านให้ความร่มรื่นแก่ พระราชวัง และเห็นมีเรือมังกรให้บริการรับนักท่องเที่ยว เทียวชมวิวของพระราชวังด้วยความงดงาม โร แมนติกของพระราชวัง จึงมีเจ้าชายหลายพระองค์ใน ยุโรปเคยเสด็จประพาส เนื่องด้วยหลงใหลเสน่ห์ในความงามแห่งนี้ และแม้แต่พระบาทสมเด็จพระจุลจอมเกล้าเจ้าอยู่หัว ท่านก็ได้เสด็จประพาสในปี ค.ศ.1897 เมื่อเข้าชมภายในก็พบรูปปั้นและรูปภาพ ประดับอยู่ตามห้องต่างๆ ซึ่งแสดงประวัติความเป็นมา ของโปแลนด์

1.3 บริเวณถนน Nowy Swiat เมื่อชมพระราชวัง ลาเซียนสกีแล้วได้เดินตัดถนนย่อยไปและพบถนน Nowy Swiat พบว่าสองข้างของถนนมีร้านอาหาร ร้านค้าและสถานที่สำคัญอื่นๆ อีกมากมาย

1.4 โบสถ์กางเขนศักดิ์สิทธิ์ (Holy Cross Church) ลักษณะโบสถ์เป็นแบบสถาปัตยกรรม บา รอคที่สวยงาม ซึ่งผู้เขียนเห็นไม้กางเขนที่สวยงามอยู่ ส่วนยอดดวงใจกลางหลังคาโบสถ์ด้านหน้า ด้านซ้าย และขวามีโดมสีเขียวเข้ม ซึ่งมีไม้กางเขนที่ยอดโดมนี้ ด้วย

2. พระราชวังหลวง (Royal Castle) แต่เดิม พระราชวังหลวงตั้งอยู่ที่เมืองคราคูฟ แล้วย้ายมาอยู่ที่ เมืองวอร์ซอว์ในปี ค.ศ.1596 เมื่อเข้าไปชมพระราชวัง ก็พบว่า มีการประดับประดาอย่างหรูหรา อาทิเช่น ห้องบรรทมนั้นประทับใจผู้เขียนมากคือ บริเวณด้าน หัวของแท่นบรรทมเป็นโลหะรูปโค้ง และส่วนบนสุด ของโค้งนั้นเป็นทองอร่ามตา มีลวดลายที่สวยงาม พื้น แท่นบุด้วยผ้าสีเขียวอ่อนโดยมีเบาะสีนวลปูทับ และ ด้านบนของแท่นบรรทมจะมีส่วนเหมือนม่าน(หรือมุ้ง) ได้รวบจับไว้บริเวณส่วนด้านหัวของแท่นบรรทมอย่าง เป็นระเบียบ ส่วนด้านบนสุดของม่านนี้มีรูปโคมโลหะสี ทองงามมาก นอกจากนี้ยังได้ชมห้องอื่นเช่น ห้องเสวย ห้องฉลองพระองค์ และห้องอื่นๆ ซึ่งมีภาพวาดประดับ

ด้านบนของฝาผนังห้อง แสดงเรื่องราวของพระ ราชวงศ์ในอดีต ต่อจากนั้นก็แวะรับประทานอาหารมื่อ เย็น ณ ภัตตาคารจีน แล้วได้เข้าพักที่โรงแรม Double Tree Hilton Warsaw(ได้ถามราคาค่าที่พัก ถ้าติดต่อ จองเอง ห้องพักคู่ราคา 430 PLN ประมาณ 4,300 บาท พักห้องเดี่ยว 382 PLN ประมาณ 3,800 บาท รวมอาหารเช้า)

วันที่ 18 กันยายน 2560 เมื่อรับประทานอาหาร เข้าที่โรงแรมแล้ว จึงได้เดินทางไปทางทิศตะวันตกเฉียงเหนือ ระยะทาง 260 กิโลเมตรถึงเมืองโทรุน

เมืองโทรุน (Torun) เมืองนี้ตั้งอยู่บนที่ราบลุ่ม แม่น้ำวิสลา (Vistula River) ได้ชมสถานที่ท่องเที่ยว ของเมืองโทรุน ดังนี้

1. ศาลากลางเก่า (Old Town Hall) ลักษณะ อาคารเป็นแบบโกธิค ซึ่งคำบอกเล่าว่าสวยที่สุดใน ยุโรป เมื่อเข้าชมภายในพบว่า มีการจัดแสดงแกลล อรี่อันเกี่ยวกับศิลปะแบบโกธิคกับทั้งนิทรรศการต่างๆ เกี่ยวกับเมืองโทรุน

2. โบสถ์พระวิญญาณ (Holy Spirit Church) ตั้ง อยู่ใกล้กับศาลากลางเก่า ลักษณะของศิลปะแบบบา ร็อค

3. อาคารบ้านเรือนในสมัยยุคกลาง ได้เดินลัด เลาะไปตามย่านเมืองเก่า จะเห็นอาคารบ้านเรือนใน สมัยยุคกลาง มีความงดงามในแบบโกธิคก็มี และใน แบบของบาร็อคก็มี และมักจะมีการประดับด้วยลาย ปูนปั้นและหินแกะสลัก

4. โบสถ์เซนต์แมรี่ (St. Mary's Church) สร้าง ในศตวรรษที่ 14 มีลักษณะศิลปะแบบโกธิค ภายใน โบสถ์จะพบห้องโถงที่มีความสูงมาก โดยจัดว่าสูงที่สุดใน ยุโรป หน้าต่างก็จะแคบและสูง มีการประดับด้วย กระจกสี ทั้งยังมีภาพจิตรกรรมฝาผนังด้วย

5. โบสถ์เซนต์เจมส์ (St. James Church) มี ลักษณะของศิลปะแบบผสมผสานของโกธิคและแบบ บาร็อค เมื่อเข้าชมด้านในก็จะเห็นแท่นบูชาทรงสูง และมีภาพจิตรกรรมฝาผนังรูปแบบโกธิค นอกจากนี้มี ไม้กางเขนที่ประดับรูปปั้นของพระเยซูคริสต์ถูกตรึงไม้ กางเขน และมีสิ่งอื่นๆ ที่งดงามอีกมาก

6. มหาวิหารเซนต์จอห์น (St. Johns Cathedral) จัดว่าเป็นมหาวิหารที่เก่าที่สุดแห่งหนึ่งของ โปแลนด์ และทราบว่าจะสร้างในศตวรรษที่ 14 แล้ว

ปรับปรุงต่อเติมในศตวรรษที่ 15 รูปแบบอาคารเป็นศิลปะแบบโกธิค แบบเรเนสซองและแบบบาร็อค สิ่งที่ผู้เขียนประทับใจคือ เห็นมีระฆังที่ดูใหญ่มากสูง 2 เมตร ขนาดเส้นผ่าศูนย์กลาง 2.27 เมตร มีน้ำหนักถึง 7.5 ตัน นอกจากนี้ฝาผนังตกแต่งด้วยภาพจิตรกรรมแบบโกธิคที่งามมากๆ ซึ่งผู้เขียนได้แวะถ่ายภาพมาหลายภาพ และขอล่าวย้อนมาช่วงระหว่างชมเมืองโทรุณได้ราวสามแห่ง ได้แวะรับประทานอาหารเที่ยงที่ภัตตาคารท้องถิ่นเมืองโทรุณชื่อร้านKawiarnia จะขอล่าวยถึงอาหารมื้อนี้เป็นตัวอย่างสักแห่งหนึ่งเพื่อแสดงวัฒนธรรมด้านอาหารของชาวโปแลนด์คืออาหารที่นำมาเสิร์ฟลำดับแรกเป็นครีวของและซูปมีชื่อว่า โรสซุ (Rosol) น้ำซูปมีสีเหลืองอ่อน ถัดมาจึงเป็นจานหลักคือ เนื้อปลาซูปแบ่งทอด ซึ่งมีมันฝรั่งวางอยู่ข้างๆ พร้อมกับมะเขือเทศ ลำดับสุดท้ายเป็นขนมหวานเรียกว่า Babka ซึ่งดูดีๆ แล้วเหมือนขนมเค้กบ้านเรานั้นแหละ แต่มีซ็อกโกแลต ราดหน้ามาและมีถั่วอัลมอนต์วางเรียงอยู่ด้วยจึงดูงามกลมกลืนน่ารับประทาน(แตกต่างจากประเทศอื่นๆ ในยุโรปคือ ที่อื่นจะมีผักสลัดจานใหญ่เพิ่มอีกรายการหนึ่ง จะเสิร์ฟเป็นลำดับที่สองคือ เสิร์ฟสลัดก่อนอาหารจานหลัก ดังนั้นที่อื่นเสิร์ฟ 4 รายการ โปแลนด์มีแค่ 3 รายการ

เมืองพอซนัน (Poznan) เมื่อถึงเมืองพอซนันซึ่งเป็นเวลาค่ำได้แวะรับประทานอาหารมื้อเย็นที่ภัตตาคารท้องถิ่นแล้วเข้าพักที่โรงแรม Sheraton Poznan Centrum (ราคาที่พักถ้าติดต่อกัน ห้องพักคู่ 450 PLN ห้องพักเดี่ยว 390 PLN รวมอาหารเช้า

วันที่ 19 กันยายน 2560 หลังจากรับประทานอาหารเช้าที่โรงแรมแล้วได้ไปชมเมืองพอซนัน จะเห็นว่าเมืองนี้ตั้งอยู่ริมแม่น้ำวอร์ตา เมืองนี้เป็นเมืองใหญ่จัดเป็นลำดับที่ห้าของโปแลนด์ ได้แวะชมจุดสำคัญสามแห่งคือ

1. ศาลากลางจังหวัด (Poznan Town Hall) ซึ่งตั้งอยู่บริเวณตลาดเก่า ลักษณะของอาคารเป็นศิลปะแบบโกธิค แต่เดิมได้ใช้งานมาจนถึงปี ค.ศ. 1939 ซึ่งปัจจุบันกลายเป็นพิพิธภัณฑ์ประวัติศาสตร์ประจำเมือง

2. แกรนด์เธียเตอร์ (Grand Theatre) ลักษณะแบบนีโอคลาสสิคโอเปร่าเฮาสส์ ซึ่งผู้เขียนเห็นเสาศาขนาดใหญ่หกต้นตั้งงามอยู่ทางด้านหน้า และรูปปั้นคล้ายนักรบขี่เสือทั้งสองข้างบริเวณทางขึ้นบันได

3. ปราสาทอิมพีเรียล (Imperial Castle) เป็นศิลปะแบบนีโอโรมาเนสก์ (Neo Romancesque Style) จุดเด่นที่เห็นชัดคือ หลังคาสีแดง ผู้เขียนได้แค่ชมภายนอก และทราบว่าปัจจุบันใช้เป็นห้องฉายภาพยนตร์ หอศิลป์และอื่นๆ

เมื่อชมสถานที่สำคัญสามแห่งที่เมืองพอซนันแล้วก็เดินทางมุ่งหน้าไปทางทิศใต้ ระยะทาง 168 กิโลเมตร ก็ถึงเมืองวรอตสวัฟ

เมืองวรอตสวัฟ (Wroelaw) เมื่อถึงเมืองนี้และพักรับประทานอาหารเที่ยงที่ภัตตาคารท้องถิ่นแล้ว ได้ชมเมืองซึ่งทราบมาว่าเมืองนี้ตั้งอยู่ใกล้กับสาธารณรัฐเช็กและห่างจากกรุงปราก 280 กิโลเมตร อยู่ติดกับเยอรมันนีโดยอยู่ห่างจากกรุงเบอร์ลิน 350 กิโลเมตร ห่างจากเวียนนาของออสเตรีย 390 กิโลเมตร จึงมักจะใช้เป็นสถานที่นัดพบของยุโรป จุดเด่นของเมืองนี้จะเห็นว่าอาคารร้านค้าและสถานที่ต่างๆ มักมีขนาดใหญ่ เช่น สถานีรถไฟ (Main railway station) ที่ได้นั่งรถชมก็มีพื้นที่กว้างขวางเป็นระเบียบ สวยงาม และย่านเมืองเก่า (old town) มีสีส้มทั้งดงาม และนับว่ามีขนาดใหญ่ที่สุดของโปแลนด์ ผู้เขียนได้แวะไปถ่ายรูปบริเวณมุมหนึ่งของสี่แยก ซึ่งมีโรงแรมขนาดใหญ่ (Hotel Piast) สังเกตเห็นว่า หลังคาของโรงแรมนี้สร้างเป็นโดมสีส้มดูโดดเด่นมาก และได้ผ่านไปอีกด้านหนึ่ง มีแม่น้ำโอเดอร์ (Older) มีต้นไม้ขึ้นอยู่ริมน้ำ ทั้งมีนกนางนวลและนกเป็ดน้ำว่ายเล่นในน้ำอยู่ประปราย ทำให้เป็นทิวทัศน์ที่มีชีวิตชีวา และพบว่ามีสะพานข้ามแม่น้ำจำนวนหลายแห่ง ซึ่งทราบจากไกด์ว่า มีสะพานรวมๆ แล้วเกินกว่าร้อยสะพาน ที่ได้ไปแวะชมใกล้ๆ คือ สะพานชื่อ Tumski เป็นสะพานเหล็กเชื่อมจากบริเวณเมืองเก่าข้ามไปถึงเกาะแห่งหนึ่งที่มีโบสถ์อยู่บนเกาะนั้นด้วย (Cathedral Island) เมื่อชมเมืองวรอตสวัฟแล้วก็ออกเดินทางไปทางทิศตะวันออกเฉียงใต้ ระยะทาง 270 กิโลเมตร ก็ถึงเมืองคราคูฟ

เมืองคราคูฟ (Krakow) ได้แวะรับประทานอาหารมื้อเย็นที่เมืองนี้ ที่ภัตตาคารท้องถิ่น แล้วเข้าพักโรงแรม Novotel Krakow City West (ราคาห้องพักถ้าติดต่อกัน 507 PLN พักได้ 2 คน รวมอาหารเช้า และราคา 458 PLN ถ้าพักคนเดียว รวมอาหารเช้า

(อ่านต่อฉบับหน้า)

สิ่งตีพิมพ์

กรุณาส่ง

ชมรมข้าราชการอาวุโส กรมส่งเสริมสหกรณ์
20 ถนนพิชัย เขตดุสิต กทม. 10300

ครึ่งหนึ่งเมื่อมีคนถามองค์ดาไลลามะว่า
อะไรเป็นเรื่องที่ท่านรู้สึกแปลกใจมากที่สุด
เกี่ยวกับมนุษยชาติ ท่านตอบว่า
“มนุษย์เรานี้ ขอมสูญเสียสุขภาพเพื่อให้ได้เงินมา
แล้วต้องขอมสูญเสียเงินตรา เพื่อฟื้นฟูรักษาสุขภาพ
แล้วก็เฝ้าเป็นกังวลกับอนาคต จนไม่มีเวลาชื่นชมกับปีปัจจุบัน
ผลที่เกิดขึ้นจริงๆ ก็คือ เราไม่ได้อยู่กับปัจจุบัน
หรือแม้กระทั่งอยู่กับอนาคต
เราดำเนินชีวิตเสมือนหนึ่งว่าเราไม่มีอนาคต
และแล้วเราก็ต่างอย่างไม่เคยมียุติอยู่จริง”

จดหมายข่าวชมรมข้าราชการอาวุโส กสส.

เจ้าของ ชมรมข้าราชการอาวุโส กรมส่งเสริมสหกรณ์
ที่ปรึกษา นายเชิฐ บำรุงวงศ์ นายเสียม มาหมื่นไวย นางวรรณิ รัตนวราหะ
นายสุรศักดิ์ นาคสวัสดิ์ นายดำรงค์ ปั้นประณต นายบุญส่ง พานิชการ
คณะผู้จัดทำ ร.ต.สอาด แก้วเกษ นางสุภา แจ่มจันทร์ น.ส.สุภัคณิซ ไวศยารัทธ์ น.ส.วาสนา ศุกระศร
น.ส.สุนันทา ศิริวัฒน์ นายวิเชียร แทนธรรมโรจน์
ประสานงาน โทร. 0 2972 5724, 08 5099 5782, zaardk@hotmail.com