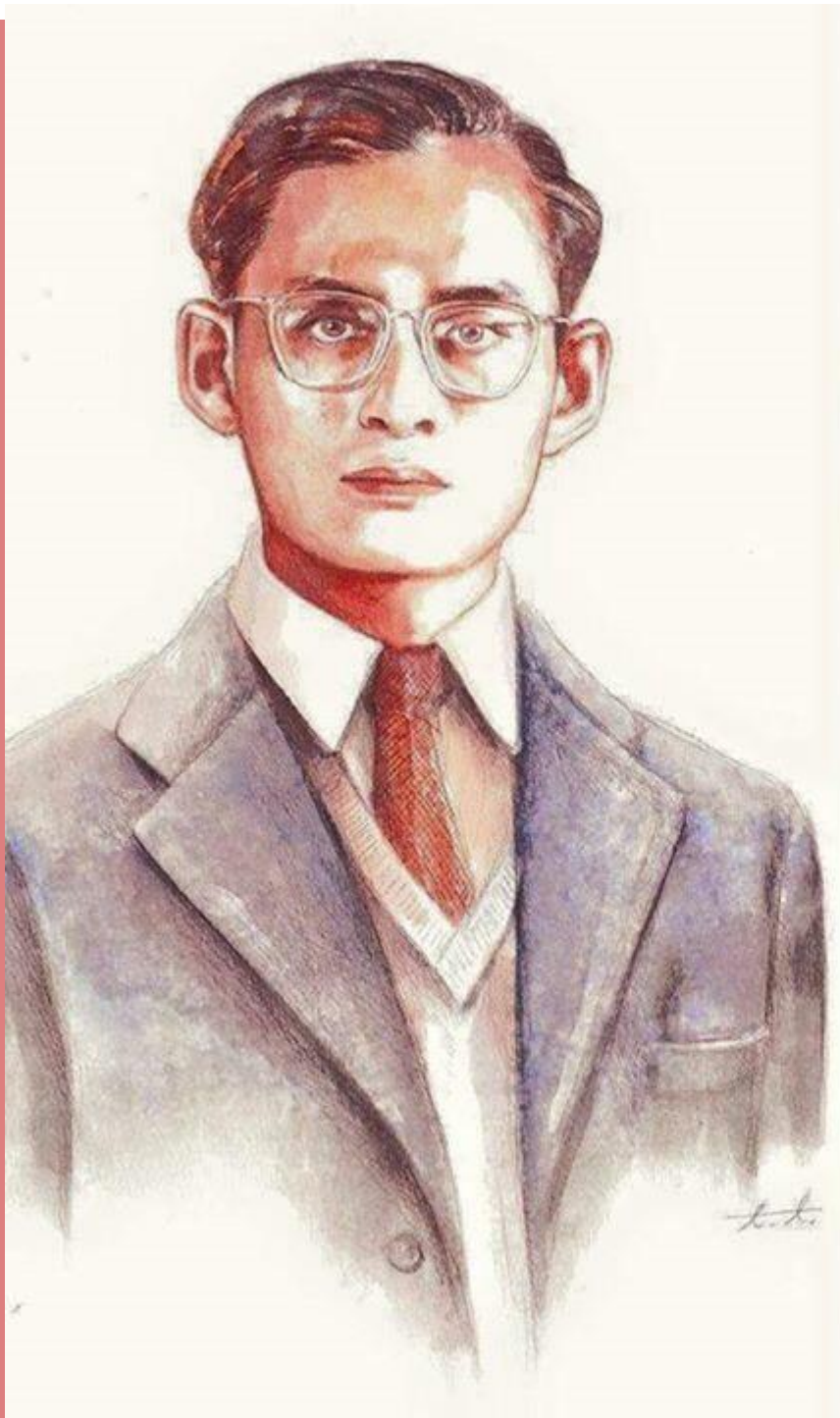




สานต่อ ที่พ่อทำ

การที่จะให้งานประสานกันนั้น
มีหลักสำคัญอยู่ว่า
ทุกฝ่ายจะต้องไม่แบ่งแยกกัน
ไม่แย่งประโยชน์ ไม่แย่งความชอบกัน
แต่ละฝ่ายแต่ละคนต้องทำงาน
ด้วยความบริสุทธิ์ใจ มุ่งหวังผลสำเร็จ
ในการทำงานเป็นใหญ่ ยิ่งกว่าสิ่งอื่น
ความบริสุทธิ์ใจและความมุ่งมั่น
อันเที่ยงตรงเป็นอย่างเดียวกันนั้น
จะทำให้เข้าใจกันได้

พระบรมราชาวาท ในพิธีพระราชทานปริญญาบัตร
ของสถาบันเทคโนโลยีการเกษตร
แม่โจ้ เชียงใหม่ ครั้งที่ ๒
วันที่ ๑๐ กุมภาพันธ์ ๒๕๒๒

ภาพโดย: ชีรวัฒน์ เทียบรบประสิทธิ์

สานต่อที่พ่อทำ (ปณิธานของคนไทย)

พวกเรามีภาพในหลวงรัชกาลที่ 9 ติดอยู่ที่ฝาบ้าน

เราชอบมองภาพของพระองค์ท่าน แล้วก็ชื่นชมที่ท่านทรงทำงานหนัก

วันนี้ จะเป็นวันที่พวกเราจะไม่झेแค่มอง และแค่ชื่นชมพระองค์ท่านอีกต่อไป...

เราจะต้องเริ่มสานต่องานของพระองค์ท่าน ไม่ว่าจะเป็นงานในโครงการพระราชดำริ
ทำตามแนวทางปรัชญาคำสอนของพระองค์ท่าน หรือกระทั่งทำสิ่งต่าง ๆ โดยยึดถือ
ประโยชน์ส่วนรวมเป็นที่ตั้ง เท่านั้นก็นับว่าเป็นการสานต่องานของพระองค์ท่านแล้ว

ครั้งนี้ ภาพของพระองค์ท่านจะเป็นเครื่องเตือนใจให้พวกเราทุกคน...ลงมือทำ

รวงข้าว



RUANG KHAO

เมษายน 2560 / April 2017

สานต่อ
ที่พ่อทำ

ทุกคนจำเป็นต้องหมั่นใช้ปัญญา
พิจารณาการกระทำของตน
ให้รอบคอบอยู่เสมอ
ระมัดระวังทำการทุกอย่าง
ด้วยเหตุผล ด้วยความมีสติ
และด้วยความรู้ตัว เพื่อเอาชนะ
ความชั่วร้ายทั้งมวลให้ได้โดยตลอด
และสามารถก้าวไปถึง
ความสำเร็จที่แท้จริง
ทั้งในการทำงานและการครองชีวิต

พระบรมราโชวาท ในพิธีพระราชทานปริญญาบัตร
และอนุปริญญาบัตรของจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
วันที่ ๑๒ กรกฎาคม ๒๕๑๖

ภาพโดย: อธิวัฒน์ เทียรประสิทธิ์

โครงการ เรียนแกะสลัก ฟักและผลไม้ กับคุณบุษยารัตน์ โสมภีร์ (ครูแจง)
เมื่อวันที่ 11 ธันวาคม พ.ศ 2559 ที่ Pfrundhaus Kirchlindach



ขอขอบคุณ

คุณ Arom และ
Prof. Matthias Steinmann

ปราสาท (Schlössli) Ursellen
Konolfingen และ
ปราสาท Wyl, Switzerland
<http://www.schloss-wyl.ch>

ผู้มีอุปการคุณ ต่อสมาคมหญิงไทยเพื่อหญิงไทย
สวีตฯ เสมอมา



**เรียนแกะสลัก ฟักและผลไม้ กับคุณบุษยารัตน์ ไสุมภีร์ (ครูแจง) โครงการ 2
เมื่อวันที่ 26 กุมภาพันธ์ พ.ศ 2560 ที่ Pfrundhaus Kirchlindach**



เมื่อวันที่ 15 กุมภาพันธ์ 2560

ประธานสมาคมหญิงไทยฯ คุณจารย์ เคลเลอร์ คีร์โต
เข้าเยี่ยมคารวะ และ มอบหนังสือคู่มือการดำเนินชีวิตฯ
"เส้นทางสู่สวีตเซอร์แลนด์"

แต่ ท่านรัฐมนตรีว่าการกระทรวงการต่างประเทศ

นายดอน ปรมัตถ์วินัย

ผู้สนับสนุนการก่อตั้งสมาคมหญิงไทยหญิงไทย
เพื่อหญิงไทย สวีตเซอร์แลนด์ เมื่อ 19 ปีที่แล้ว





สมาคมหญิงไทยเพื่อหญิงไทย สวิตเซอร์แลนด์
Verein Thai Frauen für Thai Frauen

Postfach 11, 3038 Kirchlintach

Tel. +41 79 649 34 32

PC-Konto: 87- 677365 -7

IBAN : CH26 0900 0000 8767 7365 7

<http://www.thaifrauenverein.ch>

E-Mail: vorstand@thaifrauenverein.ch

เฟสบุ๊ก สมาคมหญิงไทยเพื่อหญิงไทย:

<http://www.facebook.com/thaifrauen.swiss>

คณะกรรมการสมาคมฯ

ประธาน : จารีย์ เคลเลอร์ คีรีโต

รองประธาน : กุวัลยา รีเดอร์

เหรัญญิก : อรัญญา อุดรี

ทะเบียน : พรพรรณ เวงเกอร์

ประชาสัมพันธ์ : กัลยา ฟิงค์

เลขานุการ : ญาณพัช ดินเน่

บรรณาธิการ : กุหลาบ ไทโรวิทซ์

เว็บมาสเตอร์ : Dr. Hans Rieder

ที่ปรึกษา : สมบัติ มากลั่น –เรอปีเย คักดา บัวลอย

บรรณาธิการ: กุหลาบ ไทโรวิทซ์

ฝ่ายศิลป์ : ชนิกา เกียรตินันท์ มาร์แชลล์

กองบรรณาธิการ : กุวัลยา รีเดอร์ อรัญญา อุดรี

พิสูจน์อักษร : จารีย์ เคลเลอร์ คีรีโต

นักเขียน : ก. ไตรคำ นกสูง พี่หญิงไทย ลำดวน

โยทะกา แด่นุพการี เปสโลภิกขุ เฟราฮ์ริช

นักแปล : คักดา บัวลอย แมลิง และวีรณา ฟอเธอร์

ขอบคุณภาพปก จากโครงการสานต่อที่พ่อทำ และภาพประกอบในเล่ม

จาก Beobachter และกูเกิ้ล

ขอบคุณภาพ ส.ค.ส.2560: สยาม เนียมมนำ

สารบัญ

เรื่องจากปก

5 สานต่อ ที่พ่อทำ

เรื่องจากเมืองไทย

6 ถวายอาลัย

กฎหมายน่ารู้

8 กฎหมาย ที่เปลี่ยนไป ปี 2560

10 กฎหมายประกันสังคม ในสวิตฯ (ตอนที่ 2)

11 กฎหมายคุ้มครองบุตรนอกสมรส

สรรหาแม่เล่า

14 6 ปีที่รอคอย แล้วความสุขน้อยๆก็เบ่งบาน

15 อุทาหรณ์ สอนใจ

17 เมื่อฉันมาอยู่บ้านหลังที่ 2

สุขภาพกาย ใจ

18 ครอบครัว ครอบครัวคน

20 กฎ 4 ข้อ ในการกินให้ปลอดภัย

สาระน่ารู้

12 สวิตเซอร์แลนด์ แบรินด์ที่อยู่ในใจ

21 เปิดอกลูก

22 Mobbing

24 การทำงานในสวิตเซอร์แลนด์

25 ร้องทุกข์ ในต่างแดน

หญิงไทย

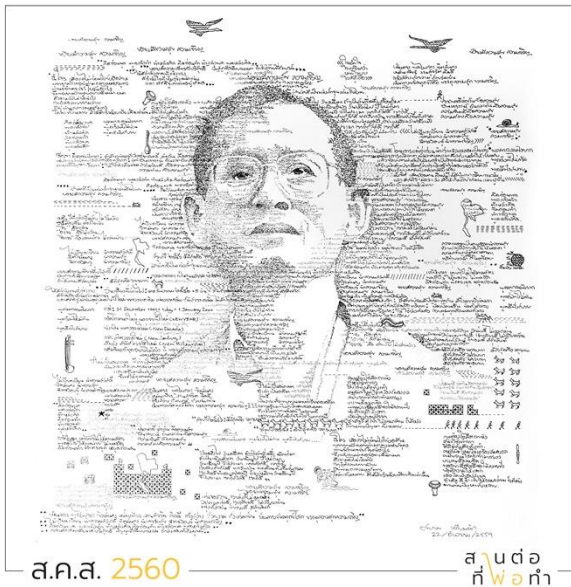
4 บทบรรณาธิการ และ สารจากประธาน

26 ถามมา ตอบไป

28 ปฏิทินกิจกรรม

29 รายงานกิจกรรมสมาคมฯปี 2016

30 รายงานการเงินสมาคมฯปี 2016



บทบรรณาธิการ

ถึงแม้ชีวิตของเรา จะเดินทางมาถึงปีที่ ไม่
มี “ส.ค.ส.พระราชทาน” จากในหลวงรัชกาลที่ 9 อีก
ต่อไป แต่การ “ส่งความสุข” ตามความหมายของการ์ด
อวยพรปีใหม่จากพระองค์ท่าน จะไม่มีวันหายไปไหน หาก
พวกเราชาวไทยร่วมกัน “สานคำสอน” ให้คงอยู่ในดวงใจ
แล้ว พระองค์จะทรงอยู่กับพวกเราตลอดไป
เช่นเดียวกับ “ส.ค.ส.2560” ฉบับ “สานคำสอน” ที่เห็นนี้
ก็เป็นอีกหนึ่งตัวอย่างที่สะท้อนออกมาให้เห็น เป็นรูปธรรม
ได้อย่างชัดเจนแล้วว่า “พระบาทสมเด็จพระปรมินทรมหา
ภูมิพลอดุลยเดช” ไม่ได้ทรงหายไปไหน แต่ยังคงอยู่กับเรา
ตลอดไป トラバโดที่ “ลูกของพ่อ” มองเห็นคำในคำสอนที่
ท่านเคยให้ไว้ แล้วนำมาสานต่อให้เกิดสิ่งดีๆ เพื่อแผ่นดิน
ของพ่อ เพื่อบ้านเมืองของเรา....

รวงข้าวฉบับแรกของปี คงไว้ซึ่งเรื่องราว ที่อัด
แน่นไปด้วยสาระ และบันเทิงเริงนเคย

และขอเชิญชวนสมาชิก รวมทั้งผู้สนใจร่วมงาน
ประชุมสามัญประจำปี ในวันอาทิตย์ที่ 21 พ.ค.นี้ ที่



Pfrundhaus Kirchlindach
และร่วมฟังการสัมมนา ส่วนจะ
เป็นเรื่องอะไร ต้องติดตามกัน
ต่อไป แล้วพบกันคะ
กุหลาบ ไทรโพธิ์

สารจากประธาน

สวัสดิ์ค่ะเพื่อนสมาชิก สารฉบับนี้ส่งมาไกลจากอำเภอ
เขมราฐ (ชื่อนี้มี ความหมายว่า “ดินแดนแห่งเกษมสุข”)
จังหวัดอุบลราชธานีริมฝั่งแม่น้ำโขง เขตแดนระหว่างไทย
และลาว โดยปกติในช่วงฤดูหนาวเหน็บในสวิตฯ ก็จะไปหลบ
ไปรับลม(แสน)ร้อนที่เมืองไทย และหาโอกาสเดินทาง ครั้ง
นี้สามเดือน ทำสถิติขึ้น-ลงเครื่องบิน 18 ครั้ง เครื่องบิน
ไม่ได้วิเศษจนเกินไป แต่เป็นยานพาหนะชนิดหนึ่งซึ่ง
รวดเร็ว และถ้านับรวมการเดินทางด้วยรถบัสระหว่าง
จังหวัด และรถยนต์ด้วย คงมากกว่าหมื่นกิโลเมตร

ชีวิต คือการเดินทาง โดยส่วนตัวมองว่า ทุกขณะ
ของชีวิต ที่เคลื่อนไป เราได้พบ เห็น ได้ยิน ได้กลิ่น ได้
สัมผัส ได้ประสบการณ์ การเคลื่อนไหวที่เปรียบเหมือน
การเดินทาง เกิดขึ้นตลอดเวลา ไม่มีสิ่งใดหยุดนิ่ง สิ่งใกล้
ตัว ในบ้าน นอกบ้าน ที่ทำงาน ทุกเหตุการณ์ ใหม่-สด
ทั้งหมด คนละที่ คนละเวลา แต่บางครั้งสิ่งแวดล้อม
ประจำวัน อาจดูเหมือนจำเจ เราจึงต้องการออกไปให้ไกล
กว่านั้น การออกเดินทางคือ การออกไปเรียนรู้ รับ
ประสบการณ์ใหม่ๆ สิ่งแวดล้อมอื่นๆ เรียนรู้เพื่อนำมาปรับ
ใช้ เมื่อการเดินทางสิ้นสุด เราจะกลับบ้านอย่างสดชื่น เป็น
สุข กลับมาดูแลตนเองด้วยประสบการณ์ใหม่ๆที่ได้รับมา

พวกเราชาวหญิงไทยฯจึงสลับกันออกเดินทาง
นานบ้าง สั้นบ้าง เพื่อกลับมาด้วยแบตเตอรี่ที่เต็ม เพื่อ
กลับมาปรับใช้เพื่อนำด้วยความเบิกบาน หวังว่าเพื่อนๆชาว
ไทยและครอบครัว จะให้เวลากับการเดินทางแบบนี้บ้าง
แล้วนำประสบการณ์ใหม่ๆ มาแบ่งปันกันบ้างนะคะ

19/1/25



สานต่อ ที่พ่อทำ



โดย ลำดวน

เรื่องจากปก ของรวงข้าวฉบับแรกของปี พ.ศ. 2560 นี้ ลำดวนขอเล่าเรื่องราวของบุคคลกลุ่มหนึ่ง ที่ลำดวนไม่รู้จัก ว่าพวกเขาเป็นใครกันบ้าง แต่เรื่องราวสิ่งที่พวกเขาทำ ทำให้ลำดวนต้องนำมาบอกต่อ ด้วยหวังว่าพวกเราจะร่วมมือกับพวกเขา สานต่อที่พ่อทำ...

เริ่มต้นเดือน พฤษภาคม พ.ศ. 2559 “เครือข่ายสานต่อที่พ่อทำ” ได้ก่อกำเนิดขึ้น จากการรวมตัวของกลุ่มคนในวงการสื่อสารมวลชนและโฆษณา ที่มีความตั้งใจจะทำอะไรดีๆ เพื่อ “พ่อ” ในโอกาสที่พระองค์ท่านขึ้นครองราชย์ครบ 70 ปี ด้วยพวกเขาเชื่อว่า วิธีที่ดีที่สุดที่จะทำให้การฉลองครั้งนี้ยั่งยืน คือ การสืบสานพระราชปณิธาน ด้วยการส่งต่อวิธีคิดในการทำงาน และการดำเนินชีวิตที่พระองค์ท่านทำไว้เป็นแบบอย่าง ให้ประชาชนของท่านได้นำไปปรับใช้ เป็นธรรมเนียมประจำใจในการดำเนินชีวิต

1 ตุลาคม พ.ศ. 2559 เขาเปิดตัว “เดิน|ทาง|พ่อ” เป็นโครงการแรกของพวกเขา ตามแผน ที่พวกเขาวางไว้ นั่น จะมีงานอื่นๆมากมาย ทอยออกสู่สายตาชาวไทยในเวลาอันใกล้ โดยมีเพจสานต่อที่พ่อทำ ในเฟสบุ๊ก เป็นพื้นที่รวบรวมงานทั้งหมด

แต่เมื่อวันที่ 13 ตุลาคม พ.ศ. 2559 เกิดความสูญเสียครั้งยิ่งใหญ่ในประวัติศาสตร์ชาติไทย กับการสวรรคตของพระบาทสมเด็จพระปรมินทรมหาภูมิพลอดุลยเดช ในความเศร้าโศกที่พวกเขามี เหมือนกับคนไทยทุกคน ... เขาถามตัวเองว่า “สานต่อที่พ่อทำ” จะไปต่ออย่างไร... และคำตอบที่ได้ คือ พวกเขาควรสานต่อ สิ่งที่เขาได้ตั้งใจไว้ เพราะการแสดงความจงรักภักดี และความอาลัย ที่ดีที่สุดคือ การสานต่อที่พ่อทำ เพราะสิ่งนี้เอง “พ่อ” จะอยู่กับเราตลอดไป และไม่นาน พวกเขาก็ได้สืบสานพระราชปณิธาน ด้วยการจัดทำ 70 ภาพ 70 คำสอนตลอด 70 ปี ที่ทรงครองราชย์ โดยคัดเลือก 70 พระบรมราโชวาท และพระราชดำรัส ที่พระราชทานแก่ปวงชนชาวไทย ในวาระต่างๆ ประกอบกับพระบรมสาทิสลักษณ์ที่บรรจงวาด และออกแบบด้วยความจงรักภักดีจาก 10 ศิลปินร่วมสมัย โดยได้เผยแพร่วันละ 10 ภาพ ต่อเนื่องกันเป็นเวลา 7 วัน ตั้งแต่วันที่ 24-30 ตุลาคม พ.ศ. 2559 เพื่อให้ประชาชนชาวไทยได้เก็บบันทึก ส่งต่อ พร้อมยึดเป็นแนวทางในการ ดำเนินชีวิตสืบไป...

ทั้งปกหน้าและปกหลัง ของวารสารรวงข้าว ที่อยู่ในมือสมาชิกนี้ พวกเราได้ร่วมกันคัดเลือก ให้สอดคล้องกับการนำมาใช้ในการดำเนินชีวิต และการทำงานของพวกเรา หากทุกคน อ่านแล้วคิด และนำมาใช้ดำเนินชีวิตแล้วชีวิตของเรา จะมีพ่อเป็นผู้นำทางเสมอ....

สำหรับพวกเราชาวสมาชิกหญิงไทย เพื่อหญิงไทย สวิตฯ ลำดวนเชื่อมั่นเหลือเกินว่า พวกเราจะสานต่อที่พ่อทำ ไปด้วยกันอย่างแน่นอนใช่ไหมคะ เพราะเพียงเรา สานต่อที่พ่อทำ “พ่อ” ก็จะอยู่กับเราตลอดไป....
สนใจติดตามเรื่องราวของพ่อได้ที่

<https://www.facebook.com/fulfillingfatherslegacy/>
และชมภาพ อีก 68 ภาพได้ที่

<http://www.chicministry.com/70-years-royal-duties/>



ถวายอาลัย

โดย นกฐก



มีคนถามว่า ช่วงนี้กลับไปอยู่เมืองไทยหลายเดือน มีอะไรจะเล่าสู่กันฟังบ้าง คิดว่าคงไม่พ้นเรื่องเกี่ยวกับ พระบาทสมเด็จพระปรมินทรมหาภูมิพลอดุลยเดช มหิตลาธิเบศรรามาธิบดี จักรีนฤพดินทร สยามมินทราธิราช บรมนาถบพิตร หลังการเสด็จสวรรคตเมื่อวันที่ 13 ตุลาคม พ.ศ. 2559 ที่ผ่านมา พสกนิกรไทยทั่วโลก ต่างโศกเศร้าอาดูร ร่ำไห้ หลังน้ำตาด้วยความสูญเสียครั้งยิ่งใหญ่นี้ ทรงครองแผ่นดินโดยธรรม ยาวนานถึง 70 ปี ดังนั้น คนรุ่นเราส่วนใหญ่จึงเกิดได้พระบรมโพธิสมภาร และในประเทศที่มีพระมหากษัตริย์ที่รักพสกนิกรมากกว่าสิ่งใด ทรงเป็นพระมหากษัตริย์นักพัฒนา ที่ทรงดูแลทุกข์สุข ความเป็นอยู่ของพสกนิกรดังลูกหลาน

แม้เวลาจะผ่านมาหลายเดือนแล้ว ความโศกเศร้ายังมิได้จืดจางจากหัวใจของเราเหล่าชาวไทย ทั้งในประเทศไทย และที่อยู่ในต่างประเทศ ทางสำนักพระราชวังอนุญาตให้พสกนิกร ได้รับโอกาสเข้าไปน้อมถวายบังคมพระบรมศพ ในพระที่นั่งดุสิตมหาปราสาท พระบรมมหาราชวัง ในแต่ละวัน จึงมีชาวไทยทั่วทุกสารทิศ เดินทางมากราบถวายบังคมพระบรมศพ บางวันมีจำนวนหลายหมื่นคน ทำให้ต้องรอเข้าแถว เป็นเวลานาน บางราย รอเพียง 1 ชั่วโมง แต่ส่วนใหญ่ต้องรอนานเป็น 10 หรือนานกว่านั้น เกือบ 20

ชั่วโมง ขึ้นกับว่าเป็นเวลาไหน หรือเป็นวันเทศกาล วันหยุด เพราะในวันหยุดเช่นปีใหม่ มีประชาชนไปมากกว่า 7 หมื่นคน ลองคิดว่าจะต้องรอนานเท่าใด บางคนเดินทางมาจากต่างจังหวัดไกลๆ เดินทางข้ามคืน ข้ามวัน 2-3 วัน แล้วต้องมายืนรอ นั่งรอ ท่ามกลางอากาศร้อนจัด อีกเป็นเวลาหลายชั่วโมง แต่สิ่งเหล่านี้ไม่ใช่อุปสรรค แม้จะเหนื่อยเมื่อยล้าเพียงใด ก็ไม่มีใครแสดงอาการ ทุกคนมีความอดทนอย่างยิ่ง ด้วยในหัวใจของตน เห็นแต่ภาพการทรงงาน ตรากตรำพระวรกายของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวในพระบรมโกศ ที่พระเสโทไหลอาบพระพักตร์ และฉลองพระองค์ที่เปียกชุ่ม ท่านทรงงานมายาวนานกว่านั้น หลายคนไปกราบถวายอาลัยแล้ว 3-4-5-6 ครั้ง นอกจากนี้ยังมีหมู่คณะที่เป็นเจ้าภาพสวดอภิธรรม วันละหลายกลุ่ม และหลายคน ไม่เคยมีโอกาสดูเข้าไปใกล้ซิดขณะทรงพระชนม์ชีพ การเข้าน้อมกราบถวายบังคมพระบรมศพ ขอเป็นครั้งหนึ่งในชีวิต เท่านั้นเอง ก็ปลื้มจนน้ำตาไหล ทุกคนมีโอกาสเข้าไปกราบถวายสักการะเบื้องหน้าพระบรมโกศ



บรรยากาศทั่วไป

ทุกหนแห่ง ทุกมุมเมือง ในอาคาร ในร้านค้า ในสถานที่ทุกแห่ง ตามท้องถนน ประดับด้วยพระบรมฉายาลักษณ์ พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวในพระบรมโกศ พร้อมคำถวายอาลัย ประชาชนมากกว่าแปดสิบล้านเปอร์เซ็นต์ พร้อมใจกันแต่งกายไว้ทุกข์ แสดงให้เห็นว่าประชาชนยังรำลึกถึงพระมหากรุณาธิคุณของพระองค์ท่าน อย่างไม่จืด

จากทั้งประเทศแต่งกายเป็นสีเดียวกัน ทั้งหญิงและชาย ดำทั้งชุดหรือขาว-ดำ ความจริงก็สะดวกและเรียบง่าย ขณะเดียวกัน ก็ทำให้เราระลึกถึงท่านตลอดเวลา จึงมีเรื่องราวมากมาย ที่สื่อสารผ่านทุกช่องทางเกี่ยวกับ “แผนที่ชีวิตของพ่อ” หรือ “เดินตามรอยเท้าพ่อ” เพื่อเตือนตนเองที่จะก้าวเดินตามรอยพระบาทต่อไป ที่วี ทุกช่อง เผยแพร่พระราชกรณียกิจย้อนหลัง เป็นระยะๆ อย่างต่อเนื่อง เพราะเป็นเรื่องราวเล่าขาน ได้อย่างไม่รู้จัก อีกทั้งยังเตือนผู้ชมให้ได้รับทราบว่าทรงงานตรากตรำเพื่อพสกนิกรอย่างหาที่เปรียบมิได้



พระที่นั่งดุสิตมหาปราสาท (ข้อมูล วิกิพีเดีย)

เมื่อปี พ.ศ. 2332 พระบาทสมเด็จพระพุทธยอดฟ้าจุฬาโลกมหาราช โปรดเกล้าฯ ให้สร้างพระที่นั่งดุสิตมหาปราสาทขึ้น บนพื้นที่ซึ่งเคยเป็นที่ตั้งของ พระที่นั่งอมรินทราภิเษกมหาปราสาท ซึ่งถูกฟ้าผ่าไหม้จนหมด จึงมีพระบรมราชโองการโปรดเกล้าฯ ให้สร้างมหาปราสาทขึ้นใหม่บนพื้นที่เดิม นามว่า พระที่นั่งดุสิตมหาปราสาท

พระที่นั่งดุสิตมหาปราสาท เป็นพระที่นั่งองค์ประธานของหมู่พระมหাপราสาทใน พระบรมมหาราชวัง ตั้งอยู่ในเขตพระราชฐานชั้นกลาง ทางทิศตะวันตกของพระที่นั่งจักรีมหาปราสาท มีพระที่นั่งพิมานรัตยา พระปรัศว์ซ้าย พระปรัศว์ขวา และ เรือนบริวาร หรือ เรือนจันทร์ ต่อเนื่องทางด้านหลังในเขตพระราชฐานชั้นใน พระที่นั่งองค์นี้ ได้รับยกย่องว่าเป็นสถาปัตยกรรมชั้น

เอกของกรุงรัตนโกสินทร์ และเป็นพระที่นั่งทรงไทยแท้องค์เดียว ในพระบรมมหาราชวัง โดยเฉพาะเรือนยอดพระมหาปราสาท (กุฎาคาร) มีรูปทรงต้องด้วยศิลปะลักษณะอันวิจิตรงดงาม



ความภูมิใจที่ได้เกิดเป็นคนไทย ในแผ่นดินไทย ปณิธานที่จะเดินตามรอยพระบาท เพื่อตอบแทนคุณแผ่นดิน ถวายแด่พระองค์ท่าน ทางหนึ่งที่เราสามารถทำได้ คือการสานต่อพระราชภารกิจ ที่ทรงพระราชทานไว้ จำนวนมากมายหลายพันโครงการ ในทุกสาขา เพื่อการอยู่ดีมีสุขของประชาชน และเพื่อพัฒนาประเทศชาติ เราไม่สามารถทำได้ทุกอย่าง แต่จะตั้งใจตามพระราชปณิธานเท่าที่จะทำได้ หรืออย่างน้อยการช่วยเหลือคนรอบข้าง ให้เป็นคนที่ไม่สร้างภาระแก่ผู้ใด

ข้าพระพุทธเจ้า ขอน้อมเกล้าน้อมกระหม่อม รำลึกในพระมหากรุณาธิคุณอย่างหาที่สุดมิได้



กฎหมาย ที่เปลี่ยนไป ตั้งแต่วันที่ 1 มกราคม 2560

สวัสดีครับเพื่อนสมาชิก ชาวสมาคมหญิงไทยฯ รวบรวมฉบับแรกของปีนี้ ผมได้นำเรื่องราวเกี่ยวกับกฎหมายที่มีการเปลี่ยนแปลง มาบอกเล่าให้กับทุกท่าน เหมือนเช่นปีที่ผ่านมา ปีนี้มีอะไรที่น่าสนใจบ้างนั้น ไปติดตามกันเลยครับ

การหลีกเลี่ยงภาษี:



ธนาคารในประเทศ สวิตเซอร์แลนด์ทุกแห่ง มีหน้าที่ ต้องเปิดเผยข้อมูลของลูกค้าชาวต่างชาติ (เช่น ชื่อ เบอร์บัญชี และจำนวนเงินฝาก) และส่งข้อมูลให้แก่สรรพากรแห่ง

สมาพันธ์รัฐสวิส ซึ่งทางกรมสรรพากรแห่งสมาพันธ์รัฐสวิส ก็จะส่งข้อมูลของลูกค้าเหล่านั้นต่อไปยังสรรพากรประเทศต้นทาง โดยจะ**เริ่มส่งข้อมูลตั้งแต่ปี พ.ศ. 2561** ซึ่งก็คือปีหน้านั้นเอง เช่นเดียวกันทางสถาบันการเงินต่างชาติในแต่ละประเทศคู่สัญญา ก็มีหน้าที่ส่งข้อมูลบัญชีลูกค้าชาวสวิส ให้แก่สรรพากรของประเทศตัวเอง และหนึ่งปีหลังจากนั้นก็ต้องส่งข้อมูลให้สรรพากรแห่งสมาพันธ์รัฐสวิสต่อไป การแลกเปลี่ยนข้อมูลอัตโนมัตินี้เป็นมาตรการป้องกันการหลีกเลี่ยงภาษี ซึ่งเป็นข้อตกลงสัญญาทวิภาคี ระหว่างประเทศ สวิตเซอร์แลนด์และสหภาพยุโรป และคาดว่าอีก 70 ประเทศอื่นๆ ก็จะดำเนินการตามเช่นกัน

หย่าร้าง:

เมื่อหย่าร้างกัน เงินฝากสะสมในกองทุนหลังเกษียณ ที่มีระหว่างการจัดทะเบียนสมรส จะถูกนำมาแบ่งครึ่ง โดยจะคำนวณจาก วันที่จดทะเบียนสมรส จนถึง วันที่ เริ่มดำเนินเรื่องขอหย่า และ**กฎหมายใหม่**นี้ ก็ครอบคลุมไปถึงคู่สมรสที่เกษียณ

แล้ว หรือผู้พิการที่ได้รับเงินบำนาญทุพพลภาพด้วยเช่นกัน (กฎหมายเก่า ถ้าครบเกษียณงาน หรือได้รับเงินบำนาญทุพพลภาพ เงินฝากนี้จะไม่ถูกแบ่ง) สำหรับผู้ที่หย่าขาดกันไปก่อนหน้านี้แล้วนั้น ก็สามารถยื่นเรื่องต่อศาล เพื่อขอแบ่งเงินฝากสะสมย้อนหลังได้ จนถึงสิ้นปีนี้ ถ้าหากมีคุณสมบัติครบตามเงื่อนไขที่กำหนดไว้

อุบัติเหตุ:

ผู้ที่อายุครบรับเงินบำนาญ (ชายอายุ 65 ปี / หญิงอายุ 64 ปี) ตาม**กฎหมายใหม่** เงินบำนาญนี้จะลดลง ถ้าหากว่า ณ เวลาที่ประสบอุบัติเหตุ บุคคลนั้นมีอายุ



มากกว่า 45 ปี การลดเงินบำนาญนี้ สูงสุดถึง 40 % ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับระดับความทุพพลภาพ และอายุของผู้มีสิทธิรับเงินสวัสดิการนี้ **ผู้ที่ไม่ถูกลดเงินบำนาญ** คือ บุคคลที่จะเกษียณอายุงานในปี พ.ศ. 2567 ส่วนบุคคลใดที่ป่วยเนื่องจากการทำงานกับแร่ใยหิน (Asbest) มีสิทธิที่จะได้รับเงินค่าเสียหาย เริ่มตั้งแต่เมื่ออาการป่วย

หนี้สิน:



เริ่มแต่นี้ ไบแรง์หนี้สิน ที่ออกก่อนปี พ.ศ. 2540 (ค.ศ. 1997) จะหมดอายุความ กฎหมายใหม่นี้ บังคับใช้ทั่วประเทศสวิสฯ ซึ่งระบุไว้ว่า **ไบแรง์หนี้สิน** ที่มีอายุเกินกว่า 20 ปีขึ้นไป จะถูกจำหน่ายออกจากระบบ และ**กฎหมายใหม่อีกข้อ** คือ กองมรดกที่ยังไม่ได้แบ่ง

สามารถบังคับขายทอดตลาดได้ ถึงแม้ว่าลูกหนี้จะอาศัยอยู่ต่างประเทศ แต่ทั้งนี้เจ้าของมรดก ต้องอาศัยอยู่ที่ประเทศสวิสฯ ก่อนตาย

ดื่มแอลกอฮอล์ก็ขับรถได้:



พนักงานอาสาสมัครดับเพลิง สามารถดื่มเบียร์ได้ในเวลาว่าง และสามารถขับรถดับเพลิงได้ เพราะตามกฎหมายใหม่ อนุญาตให้มีระดับแอลกอฮอล์ในเลือดได้ไม่เกิน 0.5 มิลลิกรัม เช่นเดียวกับกับผู้ปฏิบัติหน้าที่ขับรถฉุกเฉิน ไม่ว่าจะอยู่ระหว่างการปฏิบัติหน้าที่ หรือระหว่างรอเรียกให้ทำงานฉุกเฉิน

ไฟฟ้า:

ค่าใช้จ่ายสำหรับพลังงานทดแทนใหม่สูงขึ้นจากอัตรา 1.3 Rappen เป็น 1.5 Rappen ต่อ กิโลวัตต์ ถึงกระนั้นบริษัทผู้ให้บริการไฟฟ้า ก็ลดอัตราค่าไฟฟ้าลง เพราะซื้อไฟฟ้าได้ถูกลง ในส่วนของครัวเรือนที่ใช้ไฟฟ้าเพียง 4,500 กิโลวัตต์ ต่อปีนั้น จะลดค่าใช้จ่ายไฟฟ้าได้โดยเฉลี่ยถึง 2% ประหยัดไปได้อีก 20 ฟรังก์ อัตราค่าไฟฟ้าในเขต อ่า เภอ ต่าง ๆ สามารถดูข้อมูลได้ที่ www.strompreis.elcom.admin.ch

งาน: ส่งเสริมการศึกษาต่อเนื่อง

กฎหมายใหม่ มีการบัญญัติเพิ่มในส่วนของการส่งเสริมการศึกษาตลอดชีพให้แก่ลูกจ้าง แต่ไม่ได้บังคับให้เจ้านาย เป็นผู้จ่ายค่าการศึกษาต่อเนื่องแก่ลูกจ้าง **นายจ้างจะต้องจ่าย** ก็ต่อเมื่อ นายจ้างเป็นผู้ออกคำสั่ง และเป็นไปตามกฎระเบียบของบริษัท หรือว่าตามที่ระบุไว้ในสัญญาข้อตกลงแล้วแต่เงื่อนไขที่มี กับสภาองค์กรสาขาอาชีพนั้นๆเป็นกรณีไป

เงินช่วยเหลือสังคมสงเคราะห์:

แม่หรือพ่อ ที่เลี้ยงลูกคนเดียว และรับเงินช่วยเหลือสังคมสงเคราะห์ จะถูกให้ออกไปหางานทำเร็วขึ้น หรือให้เข้าอบรมในโครงการบูรณาการเพื่อเตรียมตัวทำงาน นั่นคือ เมื่อลูกคนเล็กอายุครบ 1 ปี ก็จะต้องออกไปหางานทำแล้ว ซึ่งแต่ก่อน จะออกไปหางานทำ เมื่อลูกคนเล็กอายุครบ 3 ปี

ความเป็นสวิส “ผลิตในประเทศสวิตเซอร์แลนด์” จำกัดไว้เฉพาะกับสินค้าของสวิตเซอร์แลนด์เท่านั้น

คำว่า “ผลิตในประเทศสวิตเซอร์แลนด์” อนุญาตให้ใช้ได้เฉพาะกับสินค้าหรือบริการ ที่มีคุณสมบัติครบตามเงื่อนไขเท่านั้น เช่น ของใช้จำเป็นในชีวิตประจำวัน วัตถุดิบที่นำมาใช้ 80 เปอร์เซ็นต์ ต้องผลิตจากสวิตเซอร์แลนด์ สำหรับ**สินค้าอุตสาหกรรม** (เช่น นาฬิกา มีด) จะต้องมีการใช้จ่ายในการผลิต 60 เปอร์เซ็นต์ ในสวิสฯ (เช่น ค่าจ้าง) และสัญลักษณ์ “กากบาทสวิส” อนุญาตให้ใช้ได้กับสินค้าเช่นเดียวกัน ไม่จำกัดเฉพาะด้านบริการเท่านั้น

คอร์สสุนัข: ไม่บังคับอีกต่อไป

เมื่อเกือบ 10 ปีที่ผ่านมา กฎหมายทั่วประเทศสวิสฯ ระบุว่าเจ้าของสุนัข ต้องเข้าคอร์ส การเลี้ยงสุนัข



กฎหมายนี้ ยกเลิกแล้วตั้งแต่วันที่ 1 มกราคม พ.ศ 2560 แต่ทั้งนี้ ทางรัฐบาลของแต่ละรัฐ ยังสามารถออกกฎข้อบังคับใช้ได้ต่อไป ตัวอย่างเช่น ในรัฐซูริค มีกฎหมายบังคับให้เจ้าของสุนัขที่เลี้ยงสุนัขตัวบึกๆ ใหญ่ๆ ต้องไปเข้าคอร์สดังกล่าว....

ที่มา : Beobachter ฉบับวันที่ 8 ธันวาคม 2016

เรื่องโดย: Michael Krampf

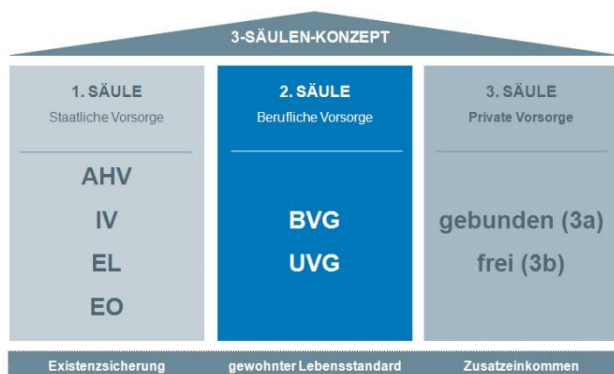
ภาพประกอบโดย Martin Haake

แปลโดย ศักดา บัวลอย

กฎหมายประกันสังคม ในสวีตเซอร์แลนด์ (ตอนที่ 2)

โดย นกชุก

เมื่อฉบับ เดือนธันวาคม 2559 / 2016 ได้เล่าถึง
กฎหมายประกันสังคม ระบบสามเสา แต่เล่าไปเพียง**เสาที่**
1 เท่านั้น ในฉบับนี้ จะขอเล่าถึง**เสาที่ 2** ว่าคืออะไร มี
ประโยชน์ต่อผู้มีประกันอย่างไร



ก่อนอื่นขอกล่าวทบทวนที่มาที่ไปของ กฎหมาย
ฉบับนี้ ตามย่อหน้าข้างล่างนี้

สวีตเซอร์แลนด์ บัญญัติกฎหมายประกันสังคม
เริ่มใช้มาตั้งแต่ ปี พ.ศ. 2490 / ค.ศ. 1947 นั่นคือ เริ่มมีมา
ประมาณ 70 ปีแล้ว กฎหมายนี้ เชื้อประโยชน์ต่อสังคม
เพื่อดูแลให้ประชากรทุกระดับ ทุกช่วงอายุ มีความเป็นอยู่
สุขสบายพอประมาณ เมื่อประสบวิกฤติทางเศรษฐกิจ และ
เมื่อทำงานเลี้ยงชีพ ก็บัญญัติส่งเสริมให้มีการออมทรัพย์
เพื่อสะสมไว้ใช้เมื่อถึงวัยเกษียณอายุ เพื่อให้อยู่อย่างสุข
สบายเท่าเทียมกับครั้งที่ยังอยู่ในวัยทำงาน

สำหรับสมาชิกของหญิงไทยเพื่อหญิงไทย คง
คุ้นเคยกับระบบประกันสังคม ซึ่งเราได้รวบรวมโดยย่อไว้
ในหนังสือคู่มือการดำรงชีวิตในสวีตเซอร์แลนด์ **“เส้นทางสู่
สวีตเซอร์แลนด์”** บทที่ 9 หัวข้อ “กฎหมายประกันสังคม”
หน้าที่ 116 ถึงอย่างไร ข้อมูลในหนังสือเป็นเพียง ข้อความ
โดยย่อ และข้อมูลบางอย่างอาจเปลี่ยนแปลง ตามบัญญัติ
กฎหมาย ซึ่งรัฐบาลได้ปรับปรุงเปลี่ยนแปลงตามกาลเวลา

เช่น จำนวนการจ่ายค่าประกันสังคม การรับเงินสวัสดิการ
เป็นต้น

เสาที่ 1 นั้น เป็นรากฐานเบื้องต้นเพื่อดูแลประชากรทั่วไป
ให้อยู่กิน อย่างพอเพียง ยามแก่เฒ่า ยามเจ็บป่วย ยามที่
กำพร้า หรือเป็นม่าย **เน้นคำว่าพอเพียง** คือรัฐจะจ่ายให้
ในจำนวนจำกัดขั้นต่ำ ซึ่งต้องใช้จ่ายอย่างประหยัดมัธยัสถ์
เพื่อสิ่งจำเป็นในการดำรงชีวิต เพราะสำหรับคนทำงาน
จำนวนเงินสูงสุดที่ได้รับหลังเกษียณ คือ ไม่เกิน 2,350
สวิสฟรังก์ ต่อเดือน ไม่ว่าคุณจ่ายเข้ากองทุนไปแล้ว
เท่าไร จึงมีกฎหมายที่จะช่วยให้สถานะทางการเงินในปี
ปลายชีวิตดีขึ้น คือ**เสาที่ 2** หรือ การประกันเงินสะสมจาก
การทำงาน กำหนดไว้เพื่อคนที่มียรายได้จากการทำงาน เบี้ย
ประกันจะถูกหักจากเงินเดือน

เสาที่ 2 การประกันนี้จะคุ้มครองกรณีทุพพลภาพ ตาย
หรือ/และ ได้รับเงินผู้สูงวัยหลังเกษียณ เป็นการประกัน
รายได้สำหรับคนที่ทำงาน ทั้งที่เป็นลูกจ้าง (กฎหมาย
บังคับ) และผู้ที่ทำงานส่วนตัว (มีสิทธิทำประกัน แต่
กฎหมายไม่บังคับ) จึงเรียกการประกันประเภทนี้ ว่า
Berufliche Vorsorge (BVG) (caisse de pension (LPP)
cassa pensioni (LPP)) หรือ Pensionskasse (PK) การ
ประกันเงินสะสมจากการทำงาน ซึ่งจำนวนเบี้ยประกัน
ขึ้นกับรายได้และอายุ ของผู้เอาประกัน กรณีที่เป็นลูกจ้าง
การจ่ายเงินประกันมีสองส่วนคือที่ลูกจ้างและนายจ้าง
แบ่งจ่ายจำนวนเท่ากัน

การจ่ายเงินประกัน

หลักการ ในการคำนวณการจ่ายเงินสะสมของเสาที่ 2
การคำนวณเงินประกันที่ต้องจ่าย ตามฐานของเงินเดือน
และอายุนั้น ผู้เอาประกัน มีสิทธิจ่ายเงินประกันตามที่
กฎหมายบังคับ เมื่อทำงานและมีเงินเดือนตั้งแต่ 21,150
สวิสฟรังก์ต่อปี (ข้อมูลปี 2017/2560) มีอายุครบ 17 ปี
บริบูรณ์ขึ้นไป เงินเดือนสูงสุดไม่เกิน 84,600 สวิสฟรังก์ต่อ
ปี (เงินเดือนสูงกว่นั้น ต้องการจ่ายเงินประกัน เป็นการ
เก็บเงินสะสม สามารถทำได้ด้วยความสมัครใจ)

จำนวนเงินประกันที่ต้องจ่ายคิดตามอายุ ดังนี้

อายุ 25-34 ปี จ่าย 7% ของเงินเดือน

อายุ 35-44 ปี จ่าย 10% ของเงินเดือน

อายุ 45-54 ปี จ่าย 15% ของเงินเดือน

อายุ 54-64/65 ปี จ่าย 18% ของเงินเดือน

กรณีที่**ทำงานส่วนตัว** มีสิทธิจ่ายเงินประกัน(ไม่บังคับ) ด้วยความสมัครใจ จำนวน 20% ของรายได้ แต่จ่ายได้ไม่เกิน 33,840 สวิสฟรังก์ต่อปี เงินทั้งหมดนำเข้ากองทุนเงินสะสมของบริษัท หรือของบริษัทประกัน ซึ่งนายจ้างให้ความไว้วางใจ เงินสะสมนี้จะได้ออกเบี้ยจำนวนหนึ่งด้วย

ผลประโยชน์เป็นจำนวนเงินที่จะได้รับ

บำนาญ จำนวนเงินซึ่งผู้รับผลประโยชน์จะได้รับ คิดเป็น 6.8% ของเงินสะสมที่มีทั้งหมด เช่น มีเงินเก็บสะสม 100,000 สวิสฟรังก์ ดังนั้น 6.8% เท่ากับ 6,800 สวิสฟรังก์ต่อปี เป็นต้น

บำนาญ กรณีที่ ผู้มีประกัน ต้องการเงินก้อน แทนเงินเดือน หรือชอก่อนเกษียณอายุ สามารถขอได้ในกรณีดังต่อไปนี้

- นำเงินไปลงทุนทำธุรกิจส่วนตัว
- ต้องการใช้จ่ายเงินในการซื้อที่อยู่อาศัย (ถ้าอายุต่ำกว่า 50 ปี ขอเบิกได้ทั้งหมด ถ้าอายุเกิน 50 ปี เบิกได้เพียงบางส่วนเท่านั้น)
- เมื่อย้ายถิ่นออกนอกประเทศ EU/EFTA
- การได้รับเงินประกันสะสมจากการทำงาน ไม่มีกำหนดขั้นสูงสุด แต่จ่ายให้ตามจำนวนเงินสะสมที่มีอยู่ ซึ่งต่างกับเงินประกันเสาที่ 1

ที่เล่ามานี้คือ ข้อมูลเบื้องต้น สามารถสอบถามเพิ่มเติมได้ที่ Help Point BVG โทรศัพท์ 0800 80 80 80

วันจันทร์-วันศุกร์ เวลา 08:00-18:00 น.

หรือสอบถามเบื้องต้น ที่สมาคมหญิงไทยเพื่อหญิงไทย เรายินดีช่วยหาข้อมูลให้ค่ะ

อ้างอิง: <https://www.kmu.admin.ch>



กฎหมายคุ้มครอง บุตรนอกสมรส

โดย ก.ไตรคำ

เพราะโลกปัจจุบัน เรามีสิทธิ์เลือกในการใช้ชีวิตมากขึ้น จึงมีชายหญิงหลายคู่อยู่ด้วยกันจนมีบุตร โดยไม่ได้จดทะเบียนสมรส บุตรที่เกิดจากบิดามารดาที่ไม่ได้จดทะเบียนสมรสจึงเรียก “บุตรนอกสมรส”

รัฐบาลสวิส มีกฎหมายใหม่ ซึ่งมีผลบังคับใช้ตั้งแต่ 1 มกราคม 2017 เพื่อคุ้มครองให้ “บุตรนอกสมรส” ได้รับสวัสดิการเท่าเทียมกับ “บุตรในสมรส” ทั้งนี้เพื่อให้ผู้เยาว์ทุกคนได้รับการดูแลอย่างเหมาะสม และมีความสุขตามอัตภาพ ซึ่งประเทศสวิสฯ ให้ความสำคัญในการดูแลเด็กเป็นอย่างยิ่ง

สำหรับจำนวนเงินค่าเลี้ยงดู และระยะเวลาที่ต้องจ่าย ศาลเป็นผู้ตัดสิน โดยพิจารณาจากสภาพทางเศรษฐกิจของฝ่ายที่จะต้องจ่ายค่าอุปการะเลี้ยงดู

สำหรับสมาชิกสมาคมหญิงไทยเพื่อหญิงไทยทุกท่านได้รับคู่มือการดำรงชีวิตในสวิตเซอร์แลนด์แล้ว กรุณาอ่านรายละเอียดได้ที่หน้า 99 หัวข้อการจ่ายค่าเลี้ยงดู ขอเรียนให้ทราบว่า ขณะนี้กฎหมายบังคับใช้แล้วเพื่อเด็กทุกคน

ถ้าบุตรยังเป็นผู้เยาว์ บิดาหรือมารดา จะนำเงินจาก Pensionskasse (D), caisse de pension (F) ออกมาหมดไม่ได้ ในกรณีที่บิดาไม่มีรายได้เพียงพอสำหรับจ่ายค่าอุปการะเลี้ยงดูบุตร มารดาต้องขอเงินช่วยเหลือจากสังคมสงเคราะห์ เงินส่วนนี้มารดาไม่ต้องจ่ายคืนญาติ เช่น ปู่ ย่า ตา ยาย หรือญาติอื่นๆ ไม่จำเป็นต้องเข้ามารับผิดชอบในการอุปการะ เจ้าหน้าที่พิทักษ์สิทธิเด็ก จะเข้ามาเป็นผู้พิจารณา.....

ที่มา: Beobachter Nr. 24, 25. November 2016
und Internetseite des Bundes,
Medienmitteilung vom Januar 2017



สวิตเซอร์แลนด์ แบรนด์ที่อยู่ในใจ

โดย แดนุพการี



แบรนด์-ยี่ห้อ คือ ชื่อ คำเรียกเฉพาะ รูปแบบตรา หรือเอกลักษณ์อื่นๆ ที่บ่งบอกแยกสินค้าของผู้ขายคนหนึ่ง ออกจากผู้ขายอื่นๆ แบรนด์ถูกนำมาใช้ทางธุรกิจ การตลาด และการโฆษณา

จะเป็นเช่นไรหากคุณ หรือฉันเป็นแบรนด์ จริงๆ แล้วเราต่างเป็นแบรนด์ไม่แบบใดก็แบบหนึ่ง เพื่อนๆ ของเรา หรือผู้คนที่พบเจอเรา ต่างมีมุมมองเกี่ยวกับตัวเรา ไม่ว่าจะเป็น ตลก มีเมตตา เจ้าอารมณ์ ฉลาด สวย สร้างสรรค์ ดังนั้นอาจกล่าวได้ว่า ความหมายของยี่ห้อใด ยี่ห้อหนึ่ง คือ สิ่งต่างๆ ที่ผู้คนนึกถึง เมื่อพูดถึงสิ่งของ หรือบุคคลนั้นๆ แล้วถ้า **สวิตเซอร์แลนด์เป็นยี่ห้อละ** ผู้คนจะพูดถึงประเทศของเราอย่างไร แท้จริงแล้ว **ฟิวเจอร์แบรนด์** มีหน้าที่ทำสิ่งนี้โดยเฉพาะ พวกเขาจะศึกษาว่า ผู้คนคิดอย่างไร เกี่ยวกับยี่ห้อ และยี่ห้อต่างๆ มีความเสมอภาคกันอย่างไรในกลุ่มประชากร และทำการจัดอันดับยี่ห้อนั้นๆ จากรายงานล่าสุดระบุว่า **“ดัชนียี่ห้อประเทศ”** (The Country Brand Index) ในอดีตได้ทำการศึกษารูปแบบเดียวกับที่เรา วัดผู้บริโภคของเราเอง หรือต่อยี่ห้อ องค์กรเกี่ยวกับมุมมองต่อยี่ห้อต่างๆ จาก 118 ประเทศทั่วโลก โดยจัดตามลำดับความเข้มข้นของมุมมอง โดยเชื่อมโยง

กับมิติต่างๆ” ซึ่งแน่นอนใน 118 ประเทศนั้น มีสวิตเซอร์แลนด์รวมอยู่ด้วย รายงานการจัดลำดับเหล่านี้ถูกนำมาใช้อย่างไร จากมุมมองธุรกิจ การทำการตลาดที่ไหน สินค้าอะไร หรือสำหรับใคร (โดยตั้งใจและไม่ตั้งใจ) ไปจนถึงจะเดินทาง ไปพำนักร หรือ เรียนที่ใด

ประเทศสวิตเซอร์แลนด์ มาเป็นอันดับ **สอง** จากการสำรวจยี่ห้อทั่วโลก และเป็นอันดับ **หนึ่งในยุโรป** สิ่งที่สำคัญที่สุดคือ การค้นหาว่า **ผู้คนคิดอย่างไรเกี่ยวกับประเทศสวิตเซอร์แลนด์** เรามาดูกันทีละข้อดังนี้



สวิตเซอร์แลนด์ถูกมองว่าเป็น : ประเทศที่มีความสวยงามทางธรรมชาติ มีโครงสร้างพื้นฐาน(ทางเศรษฐกิจ)ที่ดี มีความปลอดภัย และมีมาตรฐานความเป็นอยู่ สุขภาพอนามัย และการศึกษาที่ยอดเยี่ยม เป็นมิตรกับสิ่งแวดล้อม และมีสภาพทางการเมือง

สิ่งที่ผู้คนเห็นว่า สวิตเซอร์แลนด์ ไม่มี (บางเรื่องก็ทำให้ฉันต้องประหลาดใจ) : อาหาร ความคุ้มค่าของเงิน (ฉันพอจะเข้าใจมุมมองข้อนี้ได้ บางอย่างก็แพงเกินไปสำหรับนักท่องเที่ยว หรือแม้แต่สำหรับพวกเราที่อาศัยอยู่ที่นี้) มรดก ศิลปะ และ วัฒนธรรม (เราจำเป็นต้องโฆษณาเกี่ยวกับ พิพิธภัณฑ์ ห้องแสดงงานศิลปะ ศิลปิน เหตุการณ์สำคัญต่างๆ ให้มากขึ้น) ความสนใจในด้านประวัติศาสตร์ โอกาสทางธุรกิจ (ออกจะเป็นเรื่องซ้ำ เพราะ

มีสำนักงานใหญ่ของหลายบริษัทตั้งอยู่ที่นั่น) ความอดทน
อดกลั้น

เรามีความชำนาญด้านอะไรในฐานะ ประเทศๆหนึ่ง:

การบริการด้านความหรูหราและการเงิน

เราขาดความชำนาญด้านใด :

การขายปลีก (ห่างไกลจากการเป็นสวรรค์ของการช้อปปิ้ง
ถึงแม้ถนน Rue du Rhone และ Rue du Marche จะ
หนาแน่นมากแค่ไหน)

ยานยนต์ (ไม่ได้รับเครดิตใดๆจากการจัดแสดงงานยาน
ยนต์ที่ใหญ่ที่สุดในโลก)

แอลกอฮอล์ (สิ่งนี้ไม่ตรงกับที่ฉันเห็นทุกวันหยุดสุด
สัปดาห์ แต่ก็ต้องยอมรับว่า ค่าเครื่องดื่ม 30 ฟรังก์ ก็ไม่
ช่วยให้เราดูดีในด้านนี้)

สำหรับคนที่ชอบการจัดลำดับ (ฉันก็เป็นคนหนึ่ง)
ต่อไปนี้เป็น **ความสำเร็จ** อีกส่วนหนึ่งของประเทศ
สวิตเซอร์แลนด์

ความเป็นจริง ประสบการณ์ทุกวันของเรา คือ ข้อพิสูจน์ที่มี
ค่ายิ่งว่า **ชีวิตในประเทศนี้เป็นเช่นไร** โดยส่วนตัว เมื่อ
ฉันเดินทาง ฉันจะบอกเล่าให้ผู้ที่ไม่ได้มีถิ่นฐานอยู่ใน
ประเทศนี้ฟังว่า **ประเทศสวิตเซอร์แลนด์** มีความ
มหัศจรรย์เช่นไร ด้วยวิธีนี้ไม่แน่ว่าในป็นหน้า เราอาจทำคะแนน
เป็นที่หนึ่ง และทำคะแนนได้ดีขึ้นในหลายๆคุณลักษณะ
แต่สิ่งที่สำคัญที่สุดคือ สิ่งที่อยู่ในใจ และความคิดของเรา
ซึ่งฉันบอกได้แต่เพียงว่า มันมากกว่าการเป็นยี่ห้อใดๆ

หมายเหตุ ฉันขอขอบคุณ บริษัท ฟิวเจอร์แบรนด์ ที่
อนุญาตให้ใช้ข้อมูลจากการสำรวจของบริษัท (14
พฤศจิกายน พ.ศ. 2557) คุณสามารถเรียนรู้เกี่ยวกับบริษัท
และรายงานต่างๆได้เพิ่มเติมที่ <http://futurebrand.com>
เพื่อดูรายละเอียดของภาพด้านบนได้ดียิ่งขึ้นคลิกที่
<http://evageneva.com/switzerland-strongest-brand/>



- มีสภาพความเป็นอยู่ที่ดีอันดับหนึ่ง
- ระบบการให้คุณค่า อยู่ในระดับ 3
- มีเครดิต (Made In credibility) ที่ดีในระดับ 3
- และจัดอยู่ 1 ใน 10 ด้านการท่องเที่ยว

คนส่วนใหญ่เชื่อว่ามองมุม/ความเข้าใจ คือ ความเป็นจริง
ซึ่งก็ถูกต้องในระดับหนึ่ง แต่เมื่อสิ่งนั้นหมายถึงประเทศๆ
หนึ่ง **พวกเราในฐานะประชากรของประเทศ** จะ
สามารถแยกแยะได้ดีกว่า ว่าสิ่งไหน คือ ข้อเท็จจริงและ



6 ปีที่รอคอย... แล้วความสุขน้อย ๆ ก็เบ่งบาน

โดย โยทะกา



โยทะกาเป็นคนชอบปลูกต้นไม้ ดอกไม้ แต่ไม่มีสวนให้ปลูก เพราะอะพาร์ตเมนต์ที่พักอาศัยอยู่นั้น อยู่บนชั้นสองของตึก มีเพียงกระถางยักษ์ ที่ระเบียงหลังบ้านให้ปลูกต้นไม้ ใบหญ้า พอได้ชื่นชม ไม่ค่อยแต่จะแอบไปดมในสวนของเพื่อนบ้าน

ดอกไม้ในกระถางยักษ์เริ่มแตกใบขยายก้าน ออกลูกออกหลาน โยทะกาก็ขยายออกไปใส่กระถางเล็ก สวนกระถางของโยทะกาจึงใหญ่ขึ้นเรื่อยๆ บางชนิดบานปีเดียวพอหิมะลงก็เหี่ยวตายจาก บางชนิดหนีหนาวไปนอนจำศีล พอหิมะละลายก็แตกใบ รากงอกออกดอก มาเรียงว่าในฤดูร้อน บางชนิดทิ้งเมล็ดพันธุ์ไว้ทุกปี ร่วงโรยแล้วก็งอกใหม่ ประหนึ่งแมวเก้าชีวิต ซึ่งเป็นข้อดีทำให้ไม่ต้องเสียสตังค์ ไปซื้อดอกไม้มาปลูกใหม่ แต่ยามต้นฤดูใบไม้ผลิอย่าเผลอไปถอนต้นอ่อนเขาทิ้ง เพราะเข้าใจผิดคิดว่าเป็นวัชพืช...ละไว้ ให้ชีวิตก็ได้ชีวิตเช่นนั้น

โยทะกาไม่เพียงแต่มีสวนกระถางนอกบ้าน แต่มันแผ่ขยายเบ่งบานไปถึงข้างในบ้านด้วย สวนกระถางข้างในบ้านนั้น ต้องดูแลใส่ใจมากกว่าสวนข้างนอก เขาจึงจะพากันออกดอกงอกงามให้ชมชื่น

สวนกระถางในบ้านส่วนใหญ่ โยทะกาจะปลูกด้วยการใช้น้ำที่เรียกว่า ไฮโดรโปนิคส์ (Hydroponic) ซึ่ง

ช่วยเพิ่มความชื้นในบ้านได้ด้วย อากาศยามฤดูหนาวนั้นแห้งนัก อาจอึดอัดไม่สบายกาย พาลป่วยไข้ได้ นอกจากเครื่องช่วยเพิ่มความชื้นแล้ว น้ำในกระถางต้นไม้ก็ยังช่วยได้อีกทาง

เมื่อหกปีที่แล้วพ่อของลูกมีภารกิจต้องเดินทางไปเมืองไทยคนเดียว ขากลับจากไทย เขาหิ้วขวดมาฝาก 1 ใบ ในขวดมีกล้วยไม้จิ๋วๆ ใบเพ็ญจะงอก เป็นกล้วยไม้ที่เพาะมาในขวด อ่านฉลากวิธีการเลี้ยง เขาบอกว่าต้องรอให้มีรากงอก 2-3 ราก แล้วค่อยหุบขวดนำกล้วยไม้ออกมาปลูกลงกระถาง

โยทะกาจึงนำขวดไปตั้งไว้ ตรงที่มีแสง ข้างหน้าต่าง แอบส่องดูทุกอาทิตย์ หลายเดือนผ่านไปจึงมีรากงอกออกมา พอรากขาวๆ งอกยาวให้เห็น ก็ไม่กล้าหุบขวด จึงใช้คีมค่อยๆ คีบกล้วยไม้มน้อยออกจากขวด นำมาลงกระถางในดินกล้วยไม้ที่เตรียมไว้ ได้กล้วยไม้มน้อยๆ สามกระถาง กล้วยไม้แต่ละกอมีใบจิ๋วๆ สามใบ แบ่งไปให้พ่อ เขาหนึ่งกระถาง พ่อเขารักกล้วยไม้ไม่ต่างอะไรกับเรา

รดน้ำ ดูแลตามวิธีที่เขาบอกไว้ แต่ไม่ได้ใส่ใจปุ๋ยเคมีใดๆ เพราะพ่อบอกว่ากล้วยไม้ตามธรรมชาติ ก็ค่อยๆ เติบโตเอง ไม่มีใครไปเร่งให้เขาเจริญเติบโต...เขาเลี้ยงง่าย ถ้าเราเข้าใจเขา

ปีแรกลุ้นมาก กลัวว่ากล้วยไม้มน้อยๆ จะตาย.. โชคดีที่เขาไม่ตาย แต่ก็ไม่ได้มีที่ท่าว่าเติบโตไปจากเดิม

ปีที่สองดูยังโตเท่าเดิม แต่ดูเหมือนใบจะมีสีเขียวขึ้น

ปีที่สาม ตรงกลางกอมีใบน้อยๆ โผล่ออกมาอีกใบ กล้วยไม้โตขึ้นอีกนิด

ปีที่สี่มีใบเพิ่มขึ้น เติบโตขึ้นอย่างเห็นชัด ดูเหมือนเขาจะโตเป็นวัยรุ่นแล้ว

ปีที่ห้า ก้านใบแข็งแรง อวดก้านแกร่ง มีความรู้สึกมั่นใจว่าเขาไม่ตายแน่ แต่ก็ไว้ใจแววของสิ่งที่รอคอย

ปีที่หก...วันหนึ่งหลังจาก รดน้ำก็เย็นพิณจ ลูบใบแข็งแรง แล้วพุดคุยกับกล้วยไม้ไปตามประสา จึงสะดุดตา

ได้ใบมีตุ่มอะไรโผล่ออกมา จับตาดูทุกเช้า โผล่มาทีละนิด ทีละนิด เรายังอดทนรอดู..



พอถึงปลายปี ความยินดีก็แผ่ซ่าน...มันเป็นความ ปลื้มปิติในใจ จากน้ำมือ น้ำ และความอดทน เขาจึงแบ่ง บานให้เห็น จากตุ่มเป็นก้าน จากก้าน เริ่มมีกลีบ จากกลีบ น้อยๆ เริ่มแย้มบาน แม้จะไม่ไ้กล้วยไม้พิศดาร งามเลิศ แต่มันเป็นกล้วยไม้กอพิเศษ

โยทะกาพินิจดูหลายวันก็อดจะเปรียบเทียบกับ การสอนภาษาไทยให้ลูกไม่ได้ ก็ปีที่อดทน ก็ปีที่อดกลั้น ก็ ปีที่พยายาม จนถึงวันที่ลูกพูด อ่าน เขียนภาษาไทย(พอ)ได้ วันที่ลูกช่วยแม่แต่งแปลภาษาเยอรมัน แล้วบอกแม่ว่า "แม่อย่าใช้คำว่าผ้าในครัวนะ เพราะคนเขาจะคิดว่ามันเป็น ผ้าชีว์ แม่ต้องใช้คำว่าผ้าที่ใช้เช็ดมือ หรือผ้าที่ใช้เช็ดจาน แทน" มันช่างงดงามและนำความปลื้มมาให้ ไม่ต่าง อะไรกันเลย ตั้งใจ ใส่ใจ อดทน และรอคอย...คาถาดีที่ท่อง ไว้ในใจ

ขอยกบทกวีของท่าน ม.ล. ปิ่น มาลากุล มา อ้างอิงให้เห็นแจ่มชัด

กล้วยไม้มีดอกช้า ฉันใด

การศึกษาเป็นไป เช่นนั้น

แต่ออกดอกคราวไร งามเด่น

งานสั่งสอนปลูกปั้น เสร็จแล้วแสนงาม



อุทาหรณ์ สอนใจ

โดย เฟราฮิรัชิ

เรื่องนี้มีอยู่ว่า ฉันได้รับคำถาม จากน้องสาวไทย คนหนึ่งว่า น้องเข้ามาในสวีตเซอร์แลนด์ ด้วยวีซ่าท่องเที่ยว แต่ขณะนี้ อยู่เกินวีซ่ากำหนด เป็นเวลา 4 เดือน และน้อง ท้องได้ 2 เดือนแล้ว กับชายชาวสวีต แต่พ่อของเด็กไม่รับ และหายตัวไป ติดต่อกไม่ได้ น้องบอกว่า น้องอาศัยอยู่กับ คนรู้จัก และบอกฉันว่า อยากเก็บเด็กไว้ และคลอดที่นี่ ฉัน พอลจะมีคำแนะนำอะไรได้บ้าง ฉันได้แต่อึ้ง และคิดในใจว่า ทำไมเหตุการณ์แบบนี้จึงเกิดขึ้นได้ เกิดอะไรขึ้นหรือ ฉันรู้ แต่เพียงว่า เมื่อวีซ่าหมดอายุ ถ้าตำรวจรู้ เขาก็จะจับ ส่งกลับบ้าน แต่เนี่ย น้องมีท้อง และต้องการจะคลอดที่นี่ โอ๊ยๆๆๆ ยากจัง และฉันก็เกิดคำถามมากมายในหัว แต่ สุดท้ายได้บอกน้องไปว่า พี่ขอเวลาไปถามจากพี่ ผู้มีความรู้ แล้วจะมาตอบคำถามนะคะ

ฉันได้ส่งคำถามไปหาพี่ตั๋อย เมเยอร์ ที่เคยเป็น เจ้าหน้าที่สังคมสงเคราะห์ ให้คำแนะนำด้านกฎหมายกับ สตรีต่างชาติ (ปัจจุบันพี่เขาเกษียณแล้ว) และในเวลาไม่ นาน ฉันก็ได้คำตอบดังนี้

1. การที่น้องคนนี้อยู่สวีตฯ เกินกำหนด ก็น่า ห่วง เพราะหากมีการติดตามข้อมูลของเจ้าหน้าที่ ว่ายัง ไม่ได้ออกนอกประเทศสวีตฯ อาจมีหมายให้ติดตามหาตัว เพื่อส่งกลับ และถือว่าผิดกฎหมายว่าด้วยคนต่างด้าว คือ อยู่สวีตฯ โดยไม่มีใบอนุญาตพำนัก **ความผิดนี้**จะรวมถึงผู้ ที่ค้าประกันในสวีตฯ ที่เชิญน้องคนนี้มา จะมากหรือน้อย ขึ้นกับ ผลของการสืบสวน แต่ตราบไต่ที่ตำรวจยังไม่ ตรวจสอบสวน น้องคนนี้ก็อยู่แบบมืดไปได้เรื่อยๆ

2. การท้อง ที่ไม่ทราบข้อมูลเกี่ยวกับพ่อของเด็ก ในท้องเลย เป็นเรื่องยากที่จะตามหา เพื่อมาฟ้องร้องให้รับ เป็นบิดาของบุตรได้ เรื่องการท้องกับคนสวีต ในกรณีนี้ จึง มิใช่เหตุผลที่ แม่และเด็กจะอยู่ในประเทศสวีตฯได้

ถึงแม้จะตามตัวมาได้ และศาลสั่งให้รับเป็นบุตร ตามผลการตรวจสอบดีเอ็นเอ (DNA) ถ้าบิดาของเด็กไม่ต้องการใช้ชีวิตกับแม่และบุตรของตน ก็ต้องกลับประเทศไทย ทั้งแม่และลูก โดยศาลจะสั่งให้บิดาจ่ายค่าเลี้ยงดู ตามมาตรฐานของรัฐ หากบิดาเบี้ยว ไม่ยอมจ่าย ก็เป็นปัญหาของแม่และเด็กที่กลับไทยแล้ว เพราะรัฐจะไม่ตามทวงค่าเลี้ยงดูให้ เนื่องจากไม่ได้อยู่ในสวิสฯ

3. หากน้องคนนี้ต้องการ**คลอดบุตรที่สวิสฯ** เมื่อเข้าโรงพยาบาล จะมีการซักถามข้อมูล และประวัติส่วนบุคคล และเจ้าหน้าที่ จะทราบทันทีว่า น้องคนนี้อยู่แบบไม่มีใบอนุญาตพำนัก **ปัญหาที่ตามมา** คือ ค่าใช้จ่ายในการคลอดบุตร ถ้าไม่มีประกันสุขภาพ ค่าใช้จ่ายก็จะแพงมาก คำถามคือ น้องจะจ่ายค่ารักษาพยาบาลเองเป็นหมื่นๆ ได้เองหรือไม่ **ถ้าจ่ายเองไม่ได้** แต่ต้องไปคลอด ทางโรงพยาบาลจะแจ้งเจ้าหน้าที่สังคมสงเคราะห์ของโรงพยาบาล เพื่อให้ยื่นคำร้องขอให้รัฐรับค่าใช้จ่าย และเจ้าหน้าที่ ต้องแจ้งเจ้าหน้าที่ตรวจคนเข้าเมือง เพื่อรอให้คลอดเสร็จแล้วส่งกลับประเทศไทย **กระบวนการให้ความช่วยเหลือ** นี้จะเป็นปัญหากับหลายฝ่าย คือ ผู้ที่ให้ที่พักอาศัย และหากไม่มีเป็นหลักแหล่ง เจ้าหน้าที่ ต้องหาที่พักฉุกเฉินให้อยู่หลังคลอด จนกว่าจะเดินทางกลับไทย ต้องหาถามหาหน่วยงานที่ให้ความช่วยเหลือเรื่องนี้มารองรับ รวมเป็นค่าใช้จ่ายของรัฐที่สูงมากๆ แล้วในที่สุดก็ต้องกลับไทยอยู่ดี แถมยังจะถูกห้ามเข้าประเทศสวิสฯ อีกหลายปี

4. หากน้องคนนี้ **ถูกชักพามาค้าประเวณี** แม้จะเต็มใจก็ตาม แต่เมื่อทำแล้ว เงื่อนไข ไม่เป็นไปตามที่ตกลงกันมาก่อน ถูกเอาเปรียบให้เป็นหนี้เพิ่มขึ้น โดยไม่อาจจ่ายคืนได้ ถูกริบหนังสือเดินทาง ถูกล่อลวงให้เสพยาเสพติดเพื่อทนทำงานทั้งวันทั้งคืน เมื่อหาเงินไม่ได้ และไม่อาจทำผลประโยชน์ให้แม่/พ่อแล้ว มักถูกผลักไส ถูกทอดทิ้ง

**กรณีแบบนี้
จัดว่าเธอเป็น
เหยื่อของ
การค้ามนุษย์
ควรแนะนำให้**



ติดต่อศูนย์ฟิช เพื่อจะได้รับความช่วยเหลือในฐานะผู้เสียหายอย่างเต็มที่ ก่อนจะถูกส่งกลับไทย โดยไม่ได้รับสิทธิใดๆ

พี่ต๋อยแนะนำว่า ควรให้น้องคนนี้ ไปปรึกษาที่ศูนย์ฟิช เพื่อรับทราบแนวทางแก้ไขปัญหา หรือรับความช่วยเหลือ เมื่อไปคุยแล้ว คิดว่าไม่ต้องการความช่วยเหลือก็ไม่ต้องไปอีก ศูนย์จะรักษาข้อมูลที่ได้รับทราบจากน้องคนนี้ได้ เป็นความลับและยอมรับการตัดสินใจของผู้มาขอคำแนะนำ

ที่อยู่ของศูนย์ ฟิช ศูนย์คุ้มครองสิทธิและช่วยเหลือทางกฎหมายแก่สตรีต่างชาติและสตรีที่ถูกค้า

FIZ Fachstelle Frauenhandel und Frauenmigration

Badenerstrasse 682, 8048 Zürich

โทร 044 436 90 00

contact@fiz-info.ch

ฉันนำข้อมูล (ความรู้ใหม่ๆ สำหรับฉัน) ที่ได้นี้ ไปบอกน้อง และสุดท้าย น้องก็ตัดสินใจเดินทางกลับเมืองไทยไปเรียบร้อยแล้ว ฉันได้แต่ขอให้น้องโชคดี และมีสติในการดำเนินชีวิตต่อไป และคงไม่มีใคร อยากจะเจอเหตุการณ์แบบนี้ ทั้งกับตนเอง และคนรอบข้าง แต่ถ้าพลาดพลั้งเผลอไป อย่างน้อย สิ่งที่คุณนำมาฝากไว้ เป็นอุทาหรณ์ สอนใจนี้ ก็ทำให้เรารู้ว่า เราจะต้องทำอย่างไรต่อไป ฉันได้แต่หวังว่า เหตุการณ์แบบนี้จะไม่เกิดขึ้นอีก ไม่ว่ากับใครๆ....



เมื่อฉันมาอยู่บ้านหลังที่ 2

โดย บุปผา คาซาล

ชีวิตฉันในสวีตเซอร์แลนด์ ก็คงเหมือนสาวไทยอีกหลายคน ที่บุพเพสันนิวาสหรือกามเทพแผลงศร ให้แต่งงานและย้ายจากบ้านเกิดเมืองนอน มาตั้งหลักปักฐานที่บ้านเกิดของผู้ชายที่เราเลือกแล้ว ชีวิตแม่บ้านของฉันมีอะไรหลายอย่างให้ทำ และสิ่งที่ชอบทำในยามว่างที่ทำให้ฉันเพลิดเพลินและมีความสุขทุกครั้งที่ได้ทำคือ **งานฝีมือ** เช่น ดอกไม้ใยบัว ดอกไม้กระดาษ ถักไม้ขีด เช่น ถักถุงเท้าให้สามี ถักหมวกให้ลูกสาว ตัวเอง และเพื่อน ๆ ไว้ใส่ในฤดูหนาว และถักชุดตุ๊กตาบาร์บี้ให้ลูกสาว **แกะสลักผักผลไม้ และสับ บั่นเทียนให้เป็นดอกกุหลาบ** ไว้ใช้ในเทศกาลวันคริสต์มาส หรือในโอกาสต่าง ๆ เหตุที่ชอบทำงานฝีมือ ก็เพราะว่าเป็นการฝึกสมาธิ และทำให้มีรายได้พิเศษ ซึ่งฉันจะนำเงินส่วนนี้ ส่งไปให้คุณพ่อคุณแม่ที่เมืองไทย เพราะเราเป็นแม่บ้านไม่ได้มีอาชีพประจำ



การทำอาหารคาวหวาน ตอนอยู่เมืองไทย ไม่ค่อยได้ทำ เพราะพี่สาวจะเป็นคนทำให้กินประจำ หรือไม่ถ้าอยากกินอะไร ก็หาซื้อจากตลาดข้างบ้านได้ง่ายดาย แต่พอย้ายมาอยู่ที่สวีตเซอร์แลนด์ ทุกอย่างที่เรอยากกินเราก็ต้องหัดทำเอง ถ้าอาหารชนิดไหนที่อยากกิน แต่ไม่เคยทำ ก็จะไปสอบถามแม่ หรือแม่พี่สาว เช่น **ปอเปี๊ยะทอด** ถือเป็นอาหารสร้างรายได้ให้กับฉันเป็นอย่างมาก เพราะคนสวีตเซอร์แลนด์ ชอบมาก ทำให้ฉันมีรายได้เพิ่มเข้ามา ที่มาของการมีรายได้ คือ ก่อนปิดภาคเรียน ทางโรงเรียนจะมีงานเลี้ยง ระหว่างครูนักเรียนและผู้ปกครอง เราทำอาหารมากินด้วยกัน ทำให้มีผู้ปกครองที่สนใจและชอบกิน มา

ขอให้ฉันทำขาย และวันหนึ่งซึ่งเป็นวันคล้ายวันเกิดของสามี ฉันก็ทำปอเปี๊ยะทอด และนำไปให้เพื่อนร่วมงานของสามีชิม ตอนพักดื่มกาแฟ เพื่อนที่ทำงานสามีชอบ เขาก็เลยสั่งมากับสามี ให้ฉันทำขาย และฉันก็ทำขายมาจนถึงทุกวันนี้ **จากงานอดิเรก**ที่ฉันชอบทำ และสามีชอบกินอาหารไทยเกือบทุกวัน ฉันจำต้องเรียนรู้ การทำอาหารให้ได้หลากหลายชนิดเพื่อความไม่ซ้ำซากจำเจ สุดท้ายด้วยหลักการตลาด ตามวิถีคิดของตนเอง คือทำแล้วแบ่งปัน ถ้ามีฝีมือ ถูกปากคนกิน ทำได้ที่สุด ก็เป็นที่มาของรายได้พิเศษ ความคิดเรานี้ ดีไม่ใช่เล่นเลย....

และเพราะเป็นคนที่ชอบกินขนมไทยมาก ก็เป็นที่มาของการฝึกหัดทำ ขนมหวานด้วยเหมือนกัน เช่น ขนมเทียน ขนมถ้วย ขนมไส้ไก่ ขนมถั่วแปบ ขนมลอดช่อง และอื่น ๆ อีกหลายอย่าง

การที่ฉันใช้เวลาว่างในการฝึก และหัดทำอาหาร



คาวหวานจนรสชาติถูกปากคนในครอบครัวและเพื่อนสนิท ทำให้ฉันเกิดความรู้สึกดี มีความภาคภูมิใจ และความสุขง่าย ๆ แบบนี้ก็เกิดขึ้น

อยากจะบอกเพื่อนๆว่า แม้เราจะมีเวลาว่างมากบ้าง น้อยบ้าง แต่เราสามารถใช้เวลากับสิ่งที่เรารัก และชอบทำ ได้เสมอ ถ้าเราทำได้ดีและมีคนเห็นคุณค่า และชื่นชอบในผลงานของเรา อาจจะทำให้เรามีรายได้เข้ามาโดยไม่รู้ตัวก็ได้เนอะคะ เหมือนเช่น...ฉัน ที่ไม่เคยคิดว่า จะทำอาหารเป็นกับเขา แต่จากการฝึกฝน ทำให้มีรายได้จากการทำอาหาร และขนมไทยเหล่านั้น มาช่วยเหลือเจือจุนครอบครัวที่เมืองไทยได้ไม่น้อยเลยทีเดียว แถมยังเป็นการอนุรักษ์ศิลปและวัฒนธรรมไทย ให้อยู่กับชาวไทยตลอดไป จากรุ่นส่งต่ออีกรุ่น อย่างแน่นอน เพราะลูกสาวตัวน้อยของฉัน ก็คงแอบจดจำ สิ่งที่แม่เขาทำให้เห็น อยู่อย่างเงิบๆ แล้วค่ะ....



ครอบครัว ครอบครัว

โดยเปสโลภิกขุ

ไม่บ่อยครั้งนัก ที่ข้าฯ จะสบโอกาสเข้าร่วมพิธีเจริญพระพุทธมนต์ในงานมงคลสมรส ในแต่ละครั้งที่ไป ก็จะได้ฟังเทศน์ ประเภทสแลบซึ่งเสียวไส้ “เมื่อก่อนเราอยู่อย่างมีอิสระ จะไปไหนมาไหนก็สะดวกสบาย แต่พอแต่งงานมีครอบครัว ก็เหมือนมีกรงมาครอบเอาไว้ ในครัวก็มีทั้งพริก ทั้งน้ำปลา ทั้งควัน ทั้งไฟ แสบร้อนวุ่นวาย” ดูจากรูปการแล้ว ธรรมะที่มีเนื้อหาประมาณนี้ ท่านพระอาจารย์ คงมีเจตนา จะมอบให้พระที่กำลังนั่งหวนไหวนอยู่ในที่นั้น ส่วนเจ้าบ่าวเจ้าสาว ก็คงใจเต้นระทึกนึกไหวนั้นไปตามพระธรรมเทศนาไม่มากก็น้อย แต่ธรรมะประเภทอ่อนโยนให้กำลังใจก็เคยปรากฏเช่นกัน “การมีเพื่อนรู้ใจไม่ใช่สิ่งที่หาได้ง่ายๆ หากใครได้พบก็ถือว่าเป็นโชคดี คนที่แต่งงานกันใหม่ๆ มักจะมองเห็นแต่ข้อดีของกันและกัน แต่พออยู่ด้วยกันไปนานๆ ก็จะเห็นแต่ข้อเสียของกันและกัน คู่ที่หย่าร้างไม่ใช่เพราะไม่รักกัน แต่เป็นเพราะไม่เป็นเพื่อนกัน”



ขอบคุณภาพจากคุณ Arom Steinmann

ในเดือนเมษายนที่ผ่านมา คณะสงฆ์วัดป่าอภัยคีรี มีโอกาสแวะไปเยี่ยมโยมฝรั่งครอบครัวหนึ่ง ตัวบ้านได้รับการออกแบบอย่างดีและมีอุปกรณ์อำนวยความสะดวกครบครัน สวนประดับประดาด้วยดอกไม้สวยงามและเงียบสงบ แต่บ้านทั้งหลังอยู่กันล่ำฟ้างเพียงคุณตาของคุณยาย คุณตาป่วยด้วยโรคมะเร็งระยะสุดท้ายนอนชมอยู่บนเตียง โดยมีคุณยายคอยช่วยเหลือดูแล แรกๆ ข้าฯ เกิดความสังเวชใจ เจื้อยคร่ำถามว่าลูกหลานหายไปไหนไม่มาเหลียวแล แต่หนึ่งเดือนถัดมา ข้าฯ รู้สึกตื่นตันในความผูกพันและกรุณา ที่คุณตาของคุณยายมีให้แก่กัน จะมีหนุ่มสาวสักกี่คู่ในยุคนี้ ที่จะไปกันได้ตลอดรอดฝั่ง ดังคำอวยพรในวันแต่งงานที่ว่า “ขอให้ถือไม้เท้ายอดทอง กระบองยอดเพชร”

หากเราจะสืบสาว ถึงสาเหตุที่ทำให้ความสัมพันธ์ของคุณตาของคุณยาย ยั่งยืนยาวนาน ข้าฯ มองไม่เห็นธรรมหมวดใดจะเหมาะสม และน่าประทับใจไปกว่า “สมรวาสธรรม” หรือธรรมะสำหรับผู้ครองเรือน ขอบุชาเนื้อความจากพจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม ของพระเดชพระคุณพระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตโต) มาเพื่อการพิจารณาร่วมกันดังต่อไปนี้

1.สัจจะ หมายถึง ความจริง ซื่อตรง ซื่อสัตย์จริงใจ

พูดจริง ทำจริง

2.ทมะ หมายถึง การฝึกฝน การข่มใจ ฝึกนิสัย ปรับตัว รู้จักควบคุมจิตใจ ฝึกหัดตัดนิสัย แก้ไขข้อบกพร่อง ปรับปรุงตนให้เจริญก้าวหน้าด้วยสติปัญญา

3.ขันติ หมายถึง ความอดทน ตั้งหน้าทำหน้าที่การงาน ด้วยความขยันหมั่นเพียร เข้มแข็ง ทนทาน ไม่หวั่นไหว มั่นในจุดหมาย ไม่ท้อถอย

4.จาคะ หมายถึง ความเสียสละ สละกิเลส สละความสุขสบาย และผลประโยชน์ส่วนตนได้ ใจกว้าง พร้อมที่จะรับฟังความทุกข์ ความคิดเห็น และความต้องการของผู้อื่น พร้อมที่จะ

ร่วมมือ ช่วยเหลือ เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ ไม่คับแคบเห็นแก่ตนหรือ
เอาแต่ใจตัว

หลังจากอ่านบทพจนนหลายรอบ ข้าฯถึงกับหลุด
อุทาน Man!! นี่มันเข้มข้นพอๆกับธรรมะ สำหรับนักบวช
เลยนะเนี่ย!! เมื่อหายสะดุ้ง ข้าฯก็พบว่า เป็นเพราะปัญหา
ในชีวิตของผู้ครองเรือนมันเข้มข้น ธรรมะจึงต้องเข้มข้น
พอพัดพอเหวี่ยงกัน จึงจะเอาอยู่ ในหนหลังที่ข้าฯ ยังไม่ได้
รับอนุญาตให้ออกเดินดูตงค์ตามลำพัง เพราะอายุพรรษา
ยังไม่ผ่านห้ากัลป์ แต่ข้าฯ ก็มักจะขอโอกาสติดสอย
ห้อยตังครุบาอาจารย์ออกจาริกตงค์เป็นบางครั้งคราว
เย็นย่ำวันหนึ่งหลังจากที่เดิน กรำแดดกันมาเกือบตลอดทั้ง
วัน เราก็เข้าไปพักปักกลดที่ศาลาร้าง ในวัดประจำหมู่บ้าน
แห่งหนึ่ง ซึ่งกำลังมีงานบูรณะปฏิสังขรณ์โบสถ์ขนาดใหญ่
ห่างจากศาลาออกไป สิบกว่าเมตรเป็นบ้านของคณงาน
ก่อสร้าง ขณะที่ข้าฯกำลังเอนหลัง จะเคลิ้มหลับก็ได้ยิน
เสียงผิวเผินคนหนึ่ง ทะเลาะกันสะเทือนเลื่อนลั่น ต่างฝ่าย
ต่างพ่นถ่ม บ้วนคำพรุสวาท ถล่มกันชนิดไม่เกรงหน้าอินทร์
หน้าพรหม และหน้าพระ ส่วนเรื่องที่ทั้งคู่ ขนมาก่นด่า
โพนทะนากัน ข้าฯฟังไม่ได้ศัพท์ จับได้แต่อารมณ์ร้อนร้าย
รุนแรง กว่าจะยุติเลิกเขาก็ไปเข้าไปค่อนข้าง ทำเอาพระ
ตงค์หนุ่มน้อยเช่นข้าฯ ออกสั่นขวัญแขวน แน่นทวาร แต่ถึง
กระนั้น คำสอนของหลวงพ่อบุญ ก็ยังโคจรมาให้ได้คืบ
จำ “คนที่ผ่านการมีครอบครัว แล้วมาบวช เขาจะไป(ถึง
ที่สุดของการปฏิบัติ)ก่อนเรา เพราะเขาประสบกับความ
ทุกข์ยากลำบาก มากับตัวเองจริงๆ ส่วนพวกเราที่บวช
ตั้งแต่ยังหนุ่มมันมีแต่การคาดเดา”

เปสโลภิกขุ พระภิกษุผู้เชื่อมโยงธรรมะ ศิลปะ และคนหนุ่ม
สาวเข้าไว้ด้วยกัน ติดตามงานเขียนของเปสโลภิกขุ ได้ที่
อีบุ๊กส์ www.issuu.com/dhammavalley

กฎ 4 ข้อ ในการกินให้ปลอดภัย

ในแต่ละปีกระทรวงสาธารณสุข ของ
สวีตเซอร์แลนด์ ได้รับการร้องเรียนเรื่องอาหารกว่า 10,000
ราย และ 7 ถึง 8 พันราย เป็นเรื่องของอาหาร ที่ทำให้เกิด
สาเหตุของ**อาหารเป็นพิษ** และที่ได้รับการร้องเรียนมาก
ที่สุด คือ**อาการท้องเสีย**จากอาหารที่รับประทานเข้าไป

ปัญหาดังกล่าวทำให้ต้องสูญเสียค่าใช้จ่ายต่างๆ
โดยเฉลี่ยถึง 50 ล้านฟรังก์สวิสต่อปี โดยจำนวน 10 ล้าน
ฟรังก์สวิส คือค่าเสียหายของอาหารที่เป็นต้นเหตุทำให้เกิด
อาหารเป็นพิษ



จากการศึกษาของสถาบัน Swiss Tropical and
Public Health (Swiss TPH) รายงานว่า ผู้ที่ระมัดระวังใส่
ใจเกี่ยวกับกฎพื้นฐานในเรื่องอาหาร 4 ข้อ จะช่วยลด
ความเสี่ยงเรื่องอาหารเป็นพิษได้ และสามารถรับประทาน
อาหารได้อย่างปลอดภัย มาดูกฎ 4 ข้อที่ว่านี้กันค่ะ

1. ใช้ความร้อนให้ถูกต้อง

การใช้อุณหภูมิต่ำปรุงอาหาร เชื้อโรคจะไม่ตาย
โดยเฉพาะในอาหารจำพวกสัตว์ปีก และเนื้อบด ดังนั้น

- เนื้อสัตว์ สัตว์ปีก ปลา และอาหารทะเล ควร
นำมาปรุงให้สุกที่อุณหภูมิ 70 องศา ก่อนรับประทาน

- อาหารที่ปรุงสุกแล้ว แต่รับประทานไม่หมด ควร
นำมาอุ่นอีกครั้ง ด้วยความร้อนที่อุณหภูมิ 70 องศา

2. แยกอาหารให้ถูกต้อง

เชื้อโรคในอาหารสดแต่ละชนิด สามารถติดต่อ
แพร่กระจายสู่กันได้ เพราะฉะนั้น

- หลีกเลี่ยงการเก็บเนื้อสด สัตว์ปีก ปลา อาหารทะเล และอาหารอื่นๆ ไว้ในภาชนะเดียวกัน

- แยกใช้ภาชนะ เช่น มีด เขียง และอุปกรณ์ต่างๆ สำหรับอาหารที่จะปรุงด้วยความร้อน และอาหารที่จะรับประทานสด

- แยกอาหารที่ปรุงสุกแล้ว และอาหารสด ออกจากกันเสมอ

- อาหารประเภทฟองดูเนอ (Fondue Chinoise) ต้องแยกภาชนะ สำหรับใส่เนื้อสดแต่ละชนิด

- อาหารปิ้งย่าง ไม่นำภาชนะที่บรรจุเนื้อสด หรือเนื้อหมักสำหรับปิ้งย่าง มาใช้ใส่อาหารที่ปิ้งสุกแล้ว อาหารที่ปิ้งสุกจากเตา ควรนำใส่จานที่จะรับประทานเลย

- ไม่นำน้ำหมักที่เหลือจากการหมักเนื้อสำหรับปิ้งย่าง มาใช้ทำเป็นน้ำสำหรับปรุงรส

3. ล้างอย่างถูกต้อง

เชื้อโรคสามารถแพร่กระจายผ่านมือของเรา รวมทั้ง เขียง มีด ภาชนะที่ใช้ และผ้าที่ใช้ในครัว เพราะฉะนั้น

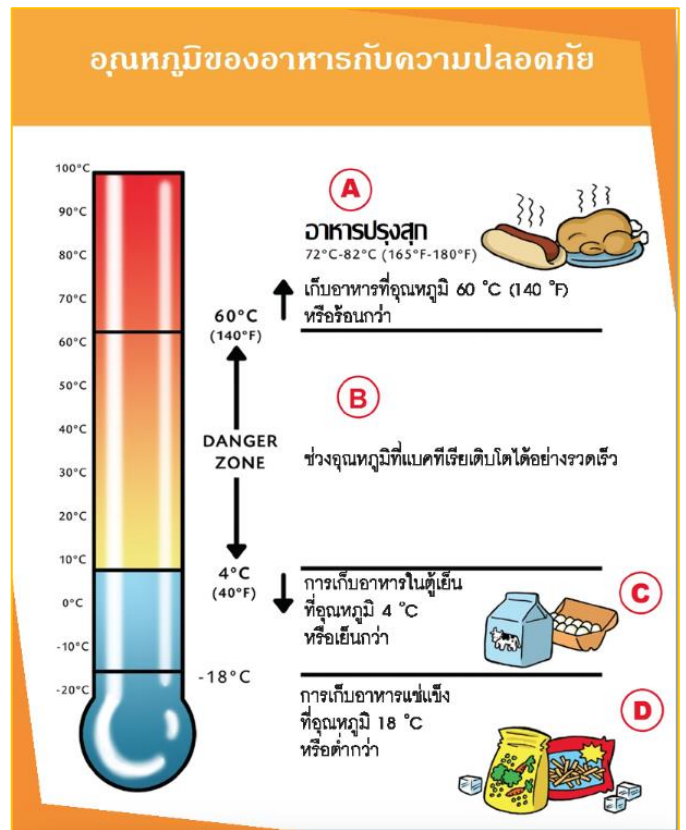
- **ก่อนและหลัง** การประกอบอาหาร ควรล้างมือด้วยสบู่ทุกครั้ง โดยเฉพาะอย่างยิ่ง หลังการสัมผัสกับเนื้อสัตว์ ปลา และอาหารทะเล



- เมื่อทำอาหารเสร็จ ควรล้างทำความสะอาดภาชนะ และพื้นที่ที่ใช้ประกอบอาหารด้วยน้ำร้อนและน้ำยาทำความสะอาด

4. เก็บในอุณหภูมิที่ถูกต้อง

* ที่อุณหภูมิห้อง เชื้อโรคสามารถแพร่กระจายได้ ดังนั้น



- เนื้อสัตว์ สัตว์ปีก ปลา และอาหารทะเล ควรเก็บในตู้เย็นที่อุณหภูมิ ต่ำกว่า 5 องศาเซลเซียสเสมอ

- เก็บอาหารที่ปรุงสุกแล้ว และอาหารที่เน่าเสียง่ายในตู้เย็นที่อุณหภูมิ ต่ำกว่า 5 องศา

- อาหารที่นำออกมาจาก ช่องแช่แข็งแล้ว ไม่ควรนำไปแช่แข็งอีกครั้ง

- อาหารที่แช่เย็น หรือแช่แข็ง เมื่อซื้อมาแล้ว ควรนำเข้าตู้เย็นหรือช่องแช่ทันที

กฎ 4 ข้อ ไม่ยากเย็นอะไร จำให้แม่นยำปฏิบัติให้ถูก กินปลอดภัย โรคไม่มาเยือนทุกท่านนะคะ

แปลและเรียบเรียงโดย แม่ลิ่ง

ที่มา <https://www.blv.admin.ch>



เปิดอกลูก

สิ่งแรกที่ต้องดูคือตัวเรา ว่าเราฟังแล้วเรามีปฏิกิริยาอย่างไรกับสิ่งที่ลูกพูด แล้วมาวิเคราะห์ตามคำแนะนำ ว่ามีความเป็นไปได้มากน้อยแค่ไหน ในการนำไปปรับใช้กับลูกๆของเรา แล้วต่อไป เวลาที่ลูกๆ เล่าถึงปัญหาหรือระบายความรู้สึกออกมา เราจะพูดให้พวกเขาพูดอย่างเปิดอก หรือ ชักชวนให้พวกเขาเล่าให้พ่อแม่ฟังต่อไป นั่นคือการฟัง และการพูดแบบไม่แสดงการตัดสิน และไม่แสดงความคิดเห็นของเรา วิธีนี้จะเปิดโอกาสให้เด็กระบายความในใจอย่างเปิดอก วิธีการพูดง่าย ๆ ดังตัวอย่างต่อไปนี้ ซึ่งเป็นการตอบแบบไม่แสดงความคิดเห็น

- เหนื่อยลูก จริงหรือนี่ ใช้ได้เลยลูก
- น่าสนใจจัง
- อย่างนั้นเลยหรือนะลูก

และวิธีการพูดแบบอื่น ๆ ที่สามารถสื่อข้อความให้เด็กพูดต่อ หรือเล่าเพิ่มอีก ตัวอย่างเช่น

- “ไหนเล่าให้แม่ฟังหน่อยสิลูก”
- “แม่อยากรู้ว่า ลูกคิดอย่างไรกับเรื่องนี้”
- “เราน่าจะคุยกันต่ออีกสักหน่อย”
- “ลูกช่วยเล่าให้ฟังตั้งแต่ต้นจนจบได้มั๊ย”
- “เล่าเลยลูก แม่ฟังอยู่”
- “ดูเรื่องนี้สำคัญกับลูกมาก ๆ เลยนะอะ”

ฟังอย่างไร ให้ได้ผล คนก็เป็นสุข

1. เราต้องมีเวลาที่จะรับฟัง ถ้าเราไม่มีเวลาจะรับฟัง เราต้องบอกให้เด็กรับรู้
2. เราต้องอยากจะช่วยเหลือเด็กในปัญหานั้น ๆ อย่างจริงจัง
3. เราต้องยอมรับความรู้สึกของเด็กได้ ไม่ว่าความรู้สึกนั้น จะแตกต่างจากความรู้สึกของเรากก็ตาม ซึ่งเรื่องนี้เป็นเรื่องที่ไม่ง่าย แต่เราจะต้องใช้เวลาในการพัฒนาให้ดีขึ้น

4. เราต้องมั่นใจในตัวเด็ก ว่าเด็กับความรู้สึก พิจารณาความรู้สึกของตนเองได้ และหาทางออกให้ปัญหาของตนเองได้ เราต้องเข้าใจว่า **ความรู้สึก** นั้นไม่ถาวร จะเกิดขึ้นแล้วหายไปได้ ความรู้สึกสามารถเปลี่ยนแปลงได้ เปลี่ยนได้ก็รักได้ ความรู้สึกหมดหวัง อาจถูกเปลี่ยนเป็นความรู้สึกที่เต็มไปด้วยความหวังได้ ดังนั้นเราจึงไม่ควรกลัว การระบายความรู้สึกออกมา เพราะว่าความรู้สึกนั้น จะไม่ติดอยู่กับตัวเด็กไปตลอด
5. เราต้องมองเด็ก อย่างคนอีกหนึ่งคน ที่ไม่ใช่ส่วนใดส่วนหนึ่งของตัวเราเอง เราเป็นเพียงผู้ให้ชีวิตและตัวตนของเด็กเท่านั้น เด็กมีความรู้สึกของเขาเอง และมีความคิดเกี่ยวกับแต่ละเรื่องของตนเอง เมื่อเราตัดขาดได้เช่นนี้ เราจึงจะสามารถช่วยเหลือเด็กได้ เราต้องอยู่เคียงข้างเด็ก เวลาที่เขาแก้ไขปัญหา แต่ไม่ใช่ผูกติดกับตัวเด็กตลอดเวลา

ปัญหาของลูก

1. ลูกเริ่มต้นการสื่อสาร พ่อแม่เป็นที่ปรึกษา พ่อแม่อนุญาตให้ลูกแก้ปัญหาของตัวเอง
 2. ช่วยให้พวกเขาเติบโต ช่วยให้พวกเขาพัฒนาทักษะการแก้ปัญหา
- แนะนำให้ใช้ ไอ สเตตเมนต์ (I statement) นั่นคือ พูดในลักษณะนี้ **พฤติกรรม + ความรู้สึก + ผล**
- เช่น เมื่อลูกกลับบ้านดึกและไม่โทรมาบอก (**พฤติกรรม**) แม่รู้สึก กังวลมาก (**ความรู้สึก**) เพราะแม่ไม่รู้ว่าลูกปลอดภัยหรือเปล่า (**ผล**)
- หวังเป็นอย่างยิ่งว่า การพูดคุยกับลูก หรือแม้กับสามีหรือภรรยา ครั้นต่อไป จะเป็นแบบ ไอ สเตตเมนต์ เพราะสิ่งนี้จริงๆแล้วใช้ได้กับทุกคนเลยนะ....

ขอขอบคุณ: คุณทศยา เรืองศรี นักจิตบำบัด ที่มาให้ความรู้ในงานหญิงไทยพบจิตแพทย์ เมื่อปี พ.ศ. 2559



Mobbing



Mobbing คำนี้หลายท่านคงรู้จัก และเคยได้ยินได้ฟังมาแล้ว แต่หลายท่านก็อาจจะสงสัยว่ามันคืออะไร **Mobbing** หมายถึง การข่มเหงรังแก ซึ่งเกิดขึ้นได้ ไม่ว่าจะเป็นในโรงเรียน ที่ทำงาน หรือบนโลกโซเชียลเน็ตเวิร์ค วันนี้แม่ลิงนำเรื่องของการข่มเหงรังแก**ในโรงเรียน**มาให้อ่านกัน เผื่อจะเป็นประโยชน์แก่พ่อแม่ ที่มีลูกหลานในวัยเรียนค่ะ

เลโอนี นั่งอยู่บนจุดที่สูงที่สุด ของบันไดลิงในสนามเด็กเล่น ของโรงเรียนอนุบาล มือของเธอจับราวบันไดไว้แน่น เธออยู่ในสภาพสิ้นหวัง ที่ยืนอยู่ด้านล่าง คือ เจสซีก้า คู่อาฆาตกับลูกสมุนของเธออีกห้าคน **“อยู่บนนั้นไปให้ตลอดเลยนะ ห้ามลงมา ถ้าเธอลงมาพวกฉันจะฆ่าเธอ”** เจสซีก้า ตะโกนขึ้นไปด้านบน เลโอนี ยิ่งเกาะราวบันไดแน่นขึ้นกว่าเดิม จนกระทั่งเสียงครูอนุบาลบอกหมดเวลาพักดั่งขึ้น พวกที่อยู่ด้านล่าง ส่งเสียงหัวเราะและพากันเดินจากไป คล้อยหลังพวกนั้นแล้ว เลโอนีจึงได้ลงมาจากบันไดลิงด้วยขาอันสั่นเทา

ประสบการณ์ที่เด็กอายุสี่ขวบอย่างเลโอนีได้รับ มันไม่ใช่แค่การทะเลาะเบาะแว้งกันอย่างธรรมดาทั่วไป แต่เป็นการโดนข่มเหงรังแกที่แย่มากที่สุด จากเพื่อนร่วมห้อง

จากข้อมูลการศึกษาด้านการพัฒนาจิตใจ ของศาสตราจารย์ Francoise Alsaker ระบุว่ารูปแบบของความรุนแรงในลักษณะนี้จะเริ่มต้น ตั้งแต่ในโรงเรียนอนุบาล ไปตลอดช่วงเวลาในวัยเรียน ซึ่งจะมีเด็กและวัยรุ่น

ตกเป็นเหยื่อการถูกข่มเหงรังแก ประมาณ 10-15 เปอร์เซ็นต์

การข่มเหงรังแกส่วนใหญ่ จะไม่กระทำอย่างเปิดเผย ผู้กระทำจะลงมือ โดยไม่ให้ ผู้ที่ตกเป็นเหยื่อรู้ตัวล่วงหน้า ซึ่งต้องอาศัยการสังเกต จึงจะเข้าใจว่า นั่นเป็นการข่มเหงรังแก เช่นเดียวกับในกรณีของเลโอนี

เลโอนี มีอาการไม่อยากไปโรงเรียน นอนหลับไม่สนิท มีอาการเศร้าซึม แม่ของเลโอนี ไปพูดคุยกับครูอนุบาล รวมทั้งพูดคุยกับเด็กๆ ที่มีส่วนเกี่ยวข้อง แต่ก็ไม่ได้ช่วยให้เลโอนีเป็นผู้บริสุทธิ์ในสายตาของครูขึ้นมาได้

ลักษณะเด่นอีกอย่างของการข่มเหงรังแก คือ ผู้กระทำสามารถบิดาหลอกลวง ผลักความผิด ไปให้ผู้ถูกกระทำ โดยทำให้คนอื่นเชื่อว่า เป็นความผิดของเหยื่อ คนที่ไม่ได้สังเกตพฤติกรรม หรือจับตามูลักษณะท่าทางของเด็กอย่างใกล้ชิด จะเข้าใจผิดได้ง่าย ว่าเหยื่อเป็นผู้ที่ข่มเหงรังแกคนอื่น

การข่มเหงรังแก ไม่ใช่ความขัดแย้ง ระหว่างคนสองคน แต่เป็นลักษณะของการกระทำเป็นกลุ่ม ประกอบไปด้วยหัวหน้าทีม ผู้ช่วย และผู้ชมที่ดูเหตุการณ์อยู่เฉยๆ ส่วนใหญ่จะร่วมมือด้วย เพราะกลัวว่าจะตกเป็นเหยื่อเสียเอง ซึ่งสถานการณ์อาจเปลี่ยนแปลงไปเป็นเช่นนั้นได้ เพราะการข่มเหงรังแกนั้น ขึ้นอยู่กับพลังของกลุ่มเป็นหลัก

เช่นเดียวกับกรณีของเลโอนี แต่เดิมนั้น เจสซีก้า เป็นเพื่อนกับเลโอนี แต่ได้รับการก่อกวน รังควานจากเด็กคนอื่น จนทำให้เจสซีก้าเปลี่ยนไป แรกเริ่มเจสซีก้าก็แค่ออกคำสั่ง ให้เลโอนีทำตาม และก็ตามด้วยการข่มขู่ให้ยอมตาม ไม่เช่นนั้นก็จะไม่ยอมเล่นด้วย

ในกรณีที่เกิดเหตุการณ์ลูกโดนข่มเหงรังแก พ่อแม่ไม่ควรเข้าไปแทรกแซง ควรรักษาท่าที สังเกตดูอยู่เฉยๆ ตั้งใจฟังเรื่องที่ลูกเล่าอย่างจริงจัง

การข่มเหงรังแกนั้น มีหลายรูปแบบ บางครั้งอาจจะเป็นแค่การกล่อกตาใส่ ส่งสายตาโกรธแค้นมาไว้ ไม่ให้ความสำคัญ หรือขยิบตา จนถึงขั้นกดดันทำให้คนนั้นต้องแยกตัวออกจากกลุ่มไป

แต่ที่แย่กว่านั้นคือ การใช้กำลัง เช่น ในระหว่างทางไปโรงเรียน อาจแกล้งผลัก หรือแย่งสิ่งของ ทำลายสิ่งของ ซึ่งมีหลากหลายวิธีที่นำมาใช้ โดยให้ผลชี้เฉพาะไปที่ผู้ตกเป็นเหยื่อเท่านั้น

ผลจากการวิจัย ชี้ให้เห็นว่าเด็กผู้หญิงส่วนใหญ่จะข่มเหงรังแกโดยกระทำเป็นนัยๆ ไม่แสดงออกโจ่งแจ้ง ส่วนเด็กผู้ชาย จะแสดงออกทางร่างกาย อีกประเภทคือการข่มเหงรังแก ที่ก่อให้เกิดความอับอาย บนโลกไซเบอร์ โดยใช้มือถือถ่ายวิดีโอลงในอินเทอร์เน็ต ในห้องแชต โซเชียล เน็ตเวิร์ค เช่น เฟซบุ๊ก เป็นต้น นั่นถือเป็นการกระทำที่เลวร้ายมาก เพราะแม้ว่าจะเลิกข่มเหงรังแกคนผู้นั้นไปแล้ว แต่ก็ไม่มีใครลบข้อมูลออกจากอินเทอร์เน็ตได้

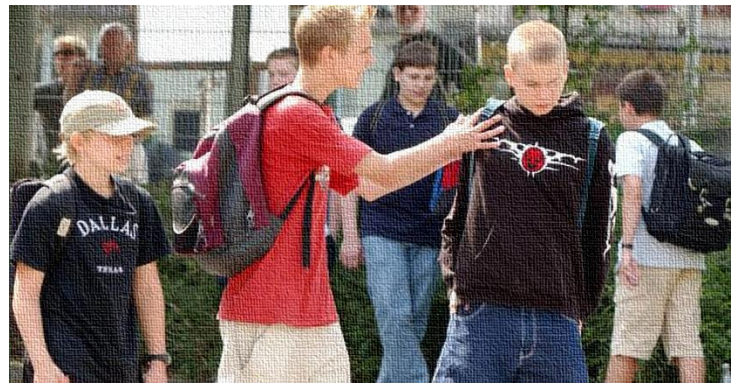
หากพ่อแม่เห็นร่องรอยแปลกๆ เช่น ข้าวของที่ถูกนำไปโรงเรียนพังเสียหายบ่อยๆ หรือในวันที่ต้องไปโรงเรียน ลูกจะมีอาการปวดท้องเสมอ ลูกนอนไม่หลับสนิทเป็นประจำ ไม่มีเพื่อนในห้องคบด้วย หรือการเรียนตก และสงสัยว่าลูกกำลังถูกข่มเหงรังแก พ่อแม่ควรไปพูดคุยกับครูประจำชั้น ไม่ควรพูดคุยกับผู้ปกครองของเด็กผู้ลงมือกระทำโดยตรง เพราะนั่นอาจนำไปสู่การ ไล่อายป้ายสี ซึ่งไม่ใช่วิธีการที่สร้างสรรค์แต่อย่างใด

การหยุดการข่มเหงรังแกให้ได้เร็วที่สุด ควรใช้วิธีการที่ “แยบยล” โดยครู เป็นผู้เรียกเด็กกลุ่มที่ข่มเหงรังแกคนอื่นทั้งหมด มาพูดคุย เล่าปัญหาของเด็ก ที่ถูกข่มเหงรังแก ให้พวกเขาฟัง และขอความเห็นจากพวกเขาในฐานะ “**ผู้เชี่ยวชาญ**” ให้พวกเขาช่วยกันคิดและหาวิธีการเพื่อช่วยเด็กคนนั้น ซึ่งวิธีการดังกล่าวเรียกว่า “**No-Blame-Ansatz**” การไม่ตำหนิตายิน มักได้ผลที่ดี เพราะผู้ลงมือกระทำจะเลิกการกระทำนั้น โดยไม่รู้สึกละอายหน้า ขณะเดียวกัน ผู้ตกเป็นเหยื่อ ก็จะได้เห็นความเป็นมิตรของคู่ปรปักษ์ สิ่งจำเป็นในขั้นตอนนี้คือ **ความเข้าใจของผู้ที่เคยตกเป็นเหยื่อ**

ครูควรพูดคุยกับนักเรียนอย่างตรงไปตรงมาในเรื่องนี้ และควรฝึกทักษะทางสังคมในชั้นเรียน เช่น ฝึกเรื่อง

จริยธรรมทางสังคม เพื่อให้ชั้นเรียนมั่นคง และเป็นไปตามเป้าหมาย

การเปลี่ยนโรงเรียนของเหยื่อนั้น เหยื่ออาจจะหลุดพ้นจากการถูกข่มเหงรังแก แต่ไม่ได้ทำให้กลุ่มผู้กระทำยุติ การข่มเหงรังแกผู้อื่นลง เพราะพวกเขาจะเข้าใจว่าการกระทำนั้นประสบความสำเร็จ จึงมองหาเหยื่อรายใหม่ต่อไป และเด็กที่ถูกข่มเหงรังแกเอง เมื่อถูกข่มเหงรังแกมาเป็นเวลานาน ก็จะถูกครอบงำด้วยความรู้สึกของการตกเป็นเหยื่อ ซึ่งนั่นอาจเป็นปัญหาในการปรับตัวในชั้นเรียนใหม่



ข้อเสนอแนะสำหรับผู้ปกครอง

- *ให้ความสำคัญกับเรื่องที่เกิดขึ้น ฟังลูกให้ชัดเจน ว่าการแยกตัวจากกลุ่มเพื่อน เป็นแค่การทะเลาะเบาะแว้งธรรมดา หรือเป็นการข่มเหงรังแก
- *ชี้ให้ลูกเห็นถึงศักยภาพของตนเอง ทำให้ลูกรู้สึกเข้มแข็ง และเห็นคุณค่าในตัวเอง
- *จัดการกับการข่มเหงรังแกอย่างระมัดระวัง คุยกับครูประจำชั้นโดยไม่ตำหนิตายินและโยนความผิดให้ใคร
- *หากไม่ได้รู้จักกันดี ไม่ควรติดต่อกับเด็กผู้กระทำผิด หรือติดต่อกับผู้ปกครองของเด็กคนนั้นโดยตรง

แปลและเรียบเรียงโดย แมลิ่ง
ที่มา <http://www.beobachter.ch>



การหางานในสวิตเซอร์แลนด์



หลายคนเมื่อย้ายมาอยู่สวิสฯ ก็ไม่อยากเป็นแม่บ้านอย่างเดียว มีอะไรทำนอกบ้านบ้าง มีรายได้เข้ามาบ้างก็น่าจะเป็นเรื่องที่น่ายินดีไม่น้อย แต่การหางานในสวิสฯ ไม่ได้หาได้ง่ายนัก แต่ก็ไม่อยากจนเกินไป เพราะสาวไทยที่รู้จักหลายคน ก็สามารถเข้าไปนั่งทำงานได้ในหลายๆ ตำแหน่ง ทั้งในวงการตลาด ธนาคาร การศึกษา สุขภาพ และประกอบธุรกิจส่วนตัวก็มากมาย ไม่ว่าจะเป็นร้านอาหาร หรือร้านนวดและสปา เพียงแต่เราต้องรู้ว่า งานไหนจะเหมาะกับเรา และเราจะได้งานในสายนั้นได้อย่างไร

และเราควรต้องรู้ว่า ตำแหน่งงานส่วนใหญ่ **ไม่มี** การโฆษณาในหน้าหนังสือพิมพ์หรืออินเทอร์เน็ต เพราะเขาจะรับการบรรจุกันเองภายในบริษัท หรือเสนอให้กับบุคคลที่ติดต่อกับบริษัทโดยตรง เช่นพวกเราคนไทย ที่มีกิจการเป็นของตนเอง ก็หาลูกจ้างกันเอง จากคนรู้จัก แนะนำกันมา ในทำนองเดียวกันบริษัทที่ก็เป็นแบบนี้เช่นเดียวกัน

แต่อย่างไรก็ตาม **สถานะงานว่าง ในหน้าหนังสือพิมพ์ และบนอินเทอร์เน็ต ก็ยังพอมีอยู่** โดยเราสามารถค้นหาได้ที่ www.zeitung.ch และ www.onlinenewspapers.com

นอกจากนี้ อีกช่องทางที่เราสามารถหางานได้ คือจากสำนักงานจัดหางานของภาครัฐและเอกชน

สำนักงานจัดหางานแห่งชาติในสวิตเซอร์แลนด์ดูแลโดย Labour Directorate at the State Secretariat for Economic Affairs (SECO) อย่างไรก็ตามก็ดี ความรับผิดชอบในการจัดหางานในแต่ละรัฐ คือ RAV (Regional Employment Centres) ศูนย์เหล่านี้ให้ความช่วยเหลือ

จัดหางานให้แก่คนว่างงานซึ่งรวมถึงชนชาติในในกลุ่ม EU/EFTA ที่หางานทำได้ด้วย

เว็บไซต์ศูนย์การจัดหางาน RAV: www.jobarea.ch

เราสามารถลงทะเบียนที่หน่วยงาน จัดหางานภาคเอกชน อีกหลายแห่งหรือหน่วยงานชั่วคราวได้เช่นกัน ตามเว็บไซต์ต่อไปนี www.avg-seco.admin.ch

การรับรองวุฒิการศึกษา

ในสวิตเซอร์แลนด์ ผู้จ้างงานให้ความสำคัญกับวุฒิการศึกษา และค่ารับรองการทำงานเป็นอย่างยิ่ง



➤ สำนักงานเลขาธิการด้าน

การศึกษา วิจัย และนวัตกรรม (The State Secretariat for Education, Research and Innovation (SERI) เป็นสำนักงานประเมินใบประกาศนียบัตรวิชาชีพและใบประกาศนียบัตรต่างๆ

www.sbf.admin.ch, info@sbfi.admin.ch

โทรศัพท์ : +41 58 462 28 26 (จันทร์ – ศุกร์)

เวลา 9.30 – 11.30 น. อังคาร-พุธ เวลา 14 - 16 น.)

Email: kontaktstelle@sbfi.admin.ch

➤ ระดับปริญญาบัตรประเมินโดย

Rectors' Conference of the Swiss Universities CRUS: www.crus.ch)

หมายเหตุ : การรับรองวุฒิการศึกษาใช้กับการประกอบอาชีพที่ควบคุมเท่านั้น **อาชีพควบคุม** ได้แก่ วิชาชีพที่ต้องประกอบไปด้วย ใบประกาศนียบัตรหรือปริญญาบัตรตามสาขาวิชา ใบประกาศนียบัตรสำหรับพยาบาลและแพทย์บำบัดต่างๆ ทำการรับรองโดย สภากาชาดสวิส (www.redcross.ch)

และแน่นอนภาษามีส่วนสำคัญทีเดียว เพราะฉะนั้น การเรียนภาษาราชการในแถบถิ่นที่เราอยู่อาศัยจึงน่าจะเป็นบันไดขั้นแรกๆ ที่เราต้องเดิน....เป็นกำลังใจให้หางานตามความสามารถ ความถนัด ความฝันกันได้ทุกคนนะคะ.....



ร้องทุกข์ ในต่างแดน

ผู้ตกทุกข์หรือญาติของผู้ตกทุกข์ สามารถยื่นคำร้องขอความช่วยเหลือได้โดย ผู้ตกทุกข์ที่อยู่ในต่างประเทศ สามารถยื่นคำร้อง ขอความช่วยเหลือได้โดยตรงที่ สถานเอกอัครราชทูต และสถานกงสุลใหญ่ ในประเทศที่ตนตกทุกข์อยู่ สำหรับญาติของผู้ตกทุกข์ สามารถยื่นคำร้องขอความช่วยเหลือได้ที่ กองคุ้มครองและดูแลผลประโยชน์คนไทยในต่างประเทศ กรมการกงสุล กระทรวงการต่างประเทศ

ขั้นตอนการยื่นเรื่องร้องทุกข์

1. ผู้ร้องทุกข์ยื่นใบคำร้อง และ เอกสารประกอบการร้องเรียนให้ครบถ้วน อันประกอบด้วย

ผู้ยื่นคำร้องในประเทศ

- ชื่อ สกุล ผู้ยื่นคำร้อง
- บัตรประจำตัวประชาชน 1 ชุด
- ทะเบียนบ้าน พร้อมสำเนา 1 ชุด
- ทะเบียนสมรสพร้อมสำเนา 1 ชุด (กรณีที่เป็นสามี ภรรยา)
- สูติบัตรบุตร พร้อมสำเนา 1 ชุด (กรณีเป็นสามี - ภรรยา โดยมีได้จดทะเบียนสมรสตามกฎหมาย)

ผู้ตกทุกข์ในต่างประเทศ

- ชื่อ นามสกุล ผู้ตกทุกข์
- สำเนาหนังสือเดินทาง (ถ้ามี)
- สำเนาบัตรประชาชน (ถ้ามี)
- สำเนาทะเบียนบ้าน (ถ้ามี)
- สำเนาจ้างงาน (ถ้ามี)

2. ผู้ร้องทุกข์อธิบายเรื่องที่ตน ตกทุกข์ และเหตุการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นโดยละเอียด พร้อมเรื่องที่จะขอให้ช่วยดำเนินการกับเจ้าหน้าที่

3. กองคุ้มครองฯ รับเรื่องและพิจารณาในเบื้องต้นถึงความเป็นไปได้ และอธิบายขั้นตอนให้ผู้ร้องทราบ

4. กองคุ้มครองฯ แจ้งเรื่อง ที่ผู้ร้องทุกข์มาร้องขอความช่วยเหลือ ให้สถานเอกอัครราชทูตหรือสถานกงสุลใหญ่ใน

ประเทศ ที่มีหน้าที่รับผิดชอบเพื่อดำเนินการในส่วนที่เกี่ยวข้องต่อไป

5. เมื่อสถานเอกอัครราชทูตหรือสถานกงสุลใหญ่ที่เกี่ยวข้อง ได้ดำเนินการให้ความช่วยเหลือแล้ว หรือมีความคืบหน้าอย่างใด กองคุ้มครองฯ จะแจ้งให้ผู้ร้องทุกข์ทราบ ผู้ร้องทุกข์สามารถสอบถามความคืบหน้าได้ที่ กองคุ้มครองและดูแลผลประโยชน์คนไทยในต่างประเทศ กรมการกงสุล ถ. แจ้งวัฒนะ กรุงเทพฯ

โทร. 02-575-1047 ถึง 49

พวกเราคนรุ่นใหม่ ใครๆก็รู้จักแอปพลิเคชันกันทั้งนั้น ก็เลยนำ เรื่องนี้มาบอกต่อกันด้วย เผื่อพี่น้องทุกคน ทั้งที่ยังอาศัยอยู่ในประเทศ หรือที่ต้องการจะเดินทางไปยังต่างประเทศ หรือที่อาศัยอยู่ในต่างประเทศแล้ว อัฟโหลดแอปพลิเคชัน และเยี่ยมชมเว็บไซต์ที่เป็นประโยชน์ต่อไปนี้ ตามลิงค์ด้านล่างนะคะ

✚ ค้นหาได้ใน google play หรือ app store : yingthai หรือ <http://yingthai.net/>

ศูนย์ช่วยเหลือหญิงไทยในต่างประเทศ เป็นช่องทางในการให้คำปรึกษา ช่วยเหลือ ให้ความรู้ กับหญิงไทยที่อาศัยอยู่ในต่างประเทศ

✚ อีก แอปพลิเคชัน คือ thaiconsular หรือ <http://www.consular.go.th/> หรือ อีเมล Consular02@mfa.go.th

✚ สายด่วน สำหรับคนไทยในต่างประเทศ คือ 0066 99 130 1300

จะมีเจ้าหน้าที่ ที่ยินดีรับฟัง และให้คำปรึกษา ไม่ว่าจะเป็น การโทร การส่งข้อความ หากต้องการความช่วยเหลือ ก็ติดต่อไปได้เลยคะ

ที่มา : <http://www.consular.go.th/main/th/services/1308>





โดย พี่หญิงไทย

คำถาม: ผู้มีใบอนุญาตพำนักประเภท บี สามารถย้ายที่อยู่ไปรัฐอื่นได้ไหม

คำตอบ: สามารถย้ายได้ แต่ต้องดำเนินเรื่องขออนุญาตรัฐใหม่ ที่จะย้ายไปอยู่ เมื่อได้รับอนุญาตแล้ว จึงสามารถย้าย แล้วต้องแจ้งอำเภอที่อยู่เดิม ภายใน 14 วัน ก่อนย้าย ดูเหมือนง่ายใช่ไหมคะ แต่มีข้อกำหนดของการได้ใบอนุญาตพำนัก และผลของการย้ายรัฐ ที่ควรทราบ และต้องนำมาพิจารณา

ก่อนอื่น เรามาทำความเข้าใจ เรื่องคำเรียกต่างๆ เพื่อความเข้าใจตรงกันนะคะ



ใบอนุญาตพำนักสำหรับชาวต่างชาติ (ที่เมืองไทย เรียก ใบต่างด้าว) คือเอกสารบัตร ซึ่งทางราชการออกให้ คล้ายบัตรประจำตัวที่แจ้งประเภทบัตร และแจ้งช่วงเวลา ซึ่งเจ้าของบัตร มีสิทธิพำนักในประเทศฯ ภาษาที่นี้เรียก **Ausländerausweis (เยอรมัน) / Livret pour étranger (ฝรั่งเศส) / Libretto pe stranieri (อิตาลี)** **ใบอนุญาตพำนักสำหรับชาวต่างชาติ (ไทย)** ซึ่งไม่ใช่ **วีซ่า** และ **ไม่ใช่พาสปอร์ต** ที่บางครั้งเราเรียกกันผิด ทำให้พูดคุยกันไปคนละเรื่อง ต่อไปนี้ จะเรียกสั้นๆ ว่า **ใบอนุญาตพำนัก**

ใบอนุญาตพำนัก ในประเทศสวิสซ์ มีหลายประเภท เช่น L, F, N, G, C, Ci, B, S แล้วยังแยกประเภทใบอนุญาตทุกชนิดนั้นเป็นสองหมวด คือ สำหรับชาวต่างชาติที่เป็นชาว EU/EFTA และสำหรับชาวต่างชาติจากประเทศที่สาม ซึ่งรวมถึงประเทศไทย

วันนี้จะพูดถึงใบอนุญาตพำนักที่เกี่ยวข้องกับคนไทยส่วนใหญ่ ซึ่งกลุ่มหนึ่งได้ใบอนุญาตพำนัก เพราะติดตามครอบครัวมาอาศัยอยู่ที่นี้ และอีกกลุ่มซึ่งเข้ามาทำงาน สำหรับฉบับนี้ขอกล่าวถึงกลุ่มแรกก่อน คือ **กลุ่มที่จดทะเบียนสมรส แล้วเข้ามาพำนักอยู่กับครอบครัว ซึ่งจะได้รับใบอนุญาตพำนัก ประเภท B** ถ้าสมรสกับชาวสวิส จะได้รับใบอนุญาตพำนักประเภท B (**Aufenthaltbewilligung B / l'autorisation de séjour B / permesso di dimora B**) ซึ่งมีอายุใช้งานเพียง 1 ปี นั่นคือ ต้องขอต่ออายุ ทุกปี

- ถ้าสมรสกับชาว EU/EFTA จะได้รับใบอนุญาตพำนักประเภท B ซึ่งมีอายุใช้งาน 5 ปี โดยที่คู่ครองจะต้องมีหลักฐาน หนังสือยืนยันการทำงาน(อย่างน้อย 365 วัน) เมื่อพำนักกับครอบครัวครบ 5 ปี สามารถขอใบอนุญาตพำนักถาวร C (**Niederlassungsbewilligung C / l'autorisation d'établissement C / permesso di domicilio C**)

คราวนี้กลับมาที่คำถาม เรื่องการขอย้ายที่อยู่ไปอยู่ในรัฐอื่น การออกใบอนุญาตอยู่ในอำนาจของเจ้าหน้าที่ในรัฐที่อยู่อาศัย ดังนั้นการขอย้าย จึงต้องดำเนินเรื่องขอต่ออำเภอของรัฐ ซึ่งเราต้องการย้ายไปพำนัก โดยที่มีเหตุผลเพียงพอ กรณีที่ไม่ได้ติดตามครอบครัวหรือคู่ครอง จึงต้องแสดงหลักฐาน ได้แก่

- ใบรับรองไม่ต้องคดี
- ใบรับรองไม่เป็นบุคคลล้มละลาย
- ไม่เป็นบุคคลที่ขอรับเงินช่วยเหลือจากหน่วยงานสังคมสงเคราะห์
- มีสัญญาจ้างงาน
- มีสัญญาเช่าที่พักอาศัย

- สำเนาทรัพย์สิน เช่น บัญชีธนาคาร กรณีที่ไม่ได้ทำงาน

เมื่อเจ้าหน้าที่ในรัฐใหม่อนุญาต หรือออกใบอนุญาตพำนักให้แล้ว จึงจะแจ้งย้ายออกจากอำเภอในรัฐที่อยู่ปัจจุบัน ไม่ควรแจ้งย้ายออกก่อน เพราะถ้ารัฐใหม่ไม่รับ ก็ไม่รับรองว่ารัฐเก่าจะยอมรับคุณกลับไปอีกหรือไม่ แต่สิ่งที่ควรคำนึงอีกอย่างหนึ่งคือ **ผลกระทบต่อการขอใบอนุญาตพำนักถาวร (C)** ซึ่งกำหนดว่า เมื่อได้รับ

ใบอนุญาตพำนัก B แล้ว 5 ปี สามารถขอใบพำนักถาวรได้ เมื่อพำนักในรัฐนั้นติดต่อกันครบ 5 ปี ดังนั้นถ้าย้ายรัฐ ก็ต้องเริ่มนับเวลาใหม่ ไม่สามารถนำระยะเวลาพำนักในรัฐเก่ามานับรวมกันได้ ดังนั้นถ้าอยากได้สัญชาติสวิสเร็วขึ้น ก็ต้องคิดให้ดีก่อนจะย้ายรัฐ และถ้าต้องการย้ายไปอยู่เพียงชั่วคราวด้วยเหตุผลใดก็ตาม แต่ไม่เกิน 3 เดือน ก็ไม่จำเป็นต้องแจ้งย้าย นะคะ

(อ้างอิง: <https://www.sem.admin.ch>)

คำถาม : สวัสดิ์ค่ะ พี่หญิงไทย หนูอยู่สวิส มาได้ 3 ปีครึ่งแล้วค่ะ และตอนนี้ มีลูกกับสามี 1 คน อายุ 1 ขวบค่ะ หนูต้องการหย่ากับสามี แต่สามีไม่ยอมหย่า เพราะไม่อยากจ่ายเงินค่าเลี้ยงดูให้ลูกค่ะ เขาบอกว่าหย่าได้ แต่จะไม่ให้ลูก ไม่ให้เงิน และจะส่งหนูกลับไทยตัวเปล่าค่ะ เขาขู่และเคยทำร้ายร่างกายหนู จนหนูต้องแจ้งตำรวจค่ะ จากนั้นเขาก็ไม่ตีอีก แต่เวลาทะเลาะกัน เขาจะขู่ตลอดว่า จะตี จะส่งกลับไทย จะไม่ให้ลูก ก็เลยอยากทราบว่า หนูต้องไปแจ้งฟ้องหย่าที่ไหนค่ะ



คำตอบ : สวัสดิ์ค่ะ ตามกฎหมายของสวิส เราสามารถทำเรื่องแยกอยู่ได้ 2 ปี เพราะเป็นสิทธิ์ที่เราควรจะได้ในเรื่องการแบ่งเงินสะสมจากการทำงาน เป็นต้น แต่ถ้าสามีไม่ยินยอมหย่า ขอให้ไปขอความช่วยเหลือ เพื่อปรึกษา และอาจขอให้เขาพูดคุยกับสามี เพื่อหาทางตกลงกัน ที่หน่วยงานสังคมสงเคราะห์ในอำเภอที่อยู่ค่ะ ซึ่งจะมีเจ้าหน้าที่บริการให้คำปรึกษา และช่วยเหลือปัญหาครอบครัว คงต้องเล่าเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นให้เขาฟัง (คิดว่าไม่มีปัญหาด้านภาษานะคะ) โดยไม่เสียค่าใช้จ่ายนะคะ ถ้าทั้งสองฝ่ายสามารถตกลงกันได้อย่างสันติ เจ้าหน้าที่จะช่วยเหลือสัญญาแยกกันอยู่ แต่ถ้าไม่สำเร็จ ก็จำเป็นต้องใช้ทนาย ส่วนนี้มีค่าใช้จ่าย แต่ถ้าเราไม่มี ให้บอกทนาย ขอคำแนะนำ ว่าเราควรต้องทำอะไร มีหน่วยงานให้ความช่วยเหลือค่ะ



ปฏิทินกิจกรรม

วันอาทิตย์ที่ 21 พ.ค. 2017 เวลา 10.00 – 16.00 น.	งานประชุมสามัญประจำปี ที่ Pfrundhaus Kirchlindach, Lindachstrasse 14, 3038 Kirchlindach
วันที่ 8 - 9 ก.ค. 2017 เวลา 10.00 - 18.00 น.	งานเทศกาลไทย ที่สถานเอกอัครราชทูต ณ กรุงเบิร์น
วันเสาร์ที่ 2 ก.ย 2017 เวลา 10.00 – 17.00 น.	งานสัมมนา “ Anti-Aging “ โดยแพทย์หญิง อภิสมัย ศรีรังสรรค์ และคณะจากโรงพยาบาลกรุงเทพ ที่ซูริค
วันอาทิตย์ที่ 3 ก.ย. 2017 เวลา 09.30 – 17.30 น.	งานวันครอบครัว และสัมมนา “ Anti-Aging ” โดยแพทย์อภิสมัย ศรีรังสรรค์ และคณะจากโรงพยาบาลกรุงเทพ ที่ Pfrundhaus Kirchlindach, Lindachstrasse 14, 3038 Kirchlindach

.....ตัดตามรอยปรู.....



ใบสมัครสมาชิก สมาคมหญิงไทยเพื่อหญิงไทย ในสวิตเซอร์แลนด์

ชื่อ.....นามสกุล.....

ชื่อคู่สมรส.....ที่อยู่..(ถนน,เลขที่).....

เมือง.....รหัสไปรษณีย์.....โทรศัพท์.....

อีเมล.....

ลายมือชื่อ.....วันที่.....

โปรดส่งใบสมัครนี้ไปที่ Verein Thai Frauen für Thai Frauen, Postfach 11, 3038 Kirchlindach

โปรดส่งจ่ายที่ PC Konto: 87-677365-7 IBAN : CH26 0900 0000 8767 7365 7

ค่าบำรุงสมาชิก รายบุคคล กลุ่ม ชมรม ห้างร้านและองค์กรต่างๆ ปีละ 50 ฟรังก์สวิส

ท่านจะได้รับวารสารรวมข่าว 3 ฉบับต่อปี เข้าร่วมสัมมนา ร่วมกิจกรรมต่างๆ รวมทั้งได้รับข้อมูลความรู้ต่างๆ

โดยมีค่าสมาชิกเป็นรายได้ ที่สมาคมฯ นำมาใช้ในการจัดทำเอกสาร และกิจกรรมต่างๆสำหรับสมาชิก



รายงานกิจกรรมสมาคมหญิงไทยเพื่อหญิงไทย ปี 2016

ลำดับที่	เดือน	วันที่	รายการ
1	มีนาคม	20	ตัวแทนคณะกรรมการสมาคมฯ รับเชิญเป็นวิทยากรให้โรงเรียนนวดแผนไทย วัดศรีฯ
2	เมษายน	3	ประชุมคณะกรรมการสมาคมฯ ที่ Kirchliindach, Bern
3	เมษายน	8	ตัวแทนคณะกรรมการเข้าพบฯพณฯเอกอัครราชทูต นพปฎล กรุณินวลย์ ที่ สอท เบิร์น
4	พฤษภาคม	1	ประชุมสามัญประจำปี ที่ Kirchliindach, Bern
5	มิถุนายน	5	ประชุมคณะกรรมการ และให้คำปรึกษาด้านกฎหมาย ร่วมกับกงสุลสัญจร ที่ Lugano
6	มิถุนายน	25-26	ตัวแทนคณะกรรมการ ให้คำปรึกษา และร่วมงานฉลองครบรอบ 20 ปี ที่วัดศรีฯ
7	กรกฎาคม	4	ประธานและรองประธาน ไปให้ความรู้ที่ศูนย์ Xenia, เบิร์น
8	มิถุนายน	12	ตัวแทนกรรมการประชุมการจัดงานเทศกาลไทย ที่สถานเอกอัครราชทูต ณ กรุงเบิร์น
9	กรกฎาคม	9-10	ร่วมงานเทศกาลไทย ที่สถานเอกอัครราชทูต ณ กรุงเบิร์น
10	สิงหาคม	28	ประชุมคณะกรรมการสมาคมฯ ที่ Kirchliindach, Bern
11	กันยายน	3	สัมมนาเรื่อง “สื่อรักในครอบครัว” และเรื่อง “สื่อสารด้วยหัวใจทำอะไรให้ลูกรับฟัง” โดย แพทย์หญิงอภิสมัย ศรีรังสรรค์ และคณะ ที่วัดศรีนครินทรวราราม
12	กันยายน	4	วันสังสรรค์ครอบครัวหญิงไทยปีที่ 11 และสัมมนาเรื่อง “สื่อรักในครอบครัว” และเรื่อง “สื่อสารด้วยหัวใจทำอะไรให้ลูกรับฟัง” โดย แพทย์หญิงอภิสมัย ศรีรังสรรค์ และคณะ ที่ Pfrundhaus Kirchliindach
13	กันยายน	10-11	อบรมสัมมนา เรื่อง “เรียนรู้การให้คำปรึกษา การสื่อสารกับคนรอบข้าง ตามหลักจิตวิทยา” โดย แพทย์หญิงอภิสมัย ศรีรังสรรค์ และคณะ ที่สถานเอกอัครราชทูต ณ กรุงเบิร์น
14	กันยายน	27	ตัวแทนคณะกรรมการร่วมงานเลี้ยงส่ง ฯพณฯเอกอัครราชทูต นพปฎล กรุณินวลย์ ที่ สอท เบิร์น
15	ตุลาคม	20	ร่วมกิจกรรม “จุดเทียนถวายอาลัย พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว เสด็จสวรรคต” โดย คณะผู้แทนถาวรไทยประจำสหประชาชาติ ณ นครเจนีวา สถานเอกอัครราชทูต ณ กรุงเบิร์น และ คณะผู้แทนถาวรไทยประจำองค์การการค้าโลก ณ นครเจนีวา
16	ตุลาคม	22	ประชุมคณะกรรมการ ที่ Kirchliindach
17	ตุลาคม	23	ประธาน เป็นวิทยากร เรื่อง “กฎหมายประกันสังคม” ที่วัดศรีนครินทรวราราม
18	พฤศจิกายน	5	ตัวแทนกรรมการร่วมงาน “เดินเพื่อพ่อ” ที่ซูริค
19	ธันวาคม	11	จัดกิจกรรม “เรียนแกะสลัก ผักและผลไม้ กับครูแจ้” ที่ Pfrundhaus Kirchliindach

กิจกรรมประจำ - ตอบปัญหาและให้คำแนะนำทางโทรศัพท์ (079 649 34 32) ทางเฟสบุ๊ก และทางอีเมล
 - เว็บไซต์ <http://www.thaifrauenverein.ch>
 - วารสารรวงข้าว 3 ฉบับ เดือนเมษายน สิงหาคมและธันวาคม

รายงานการเงินประจำปี ๒๕๕๙ สมาคมหญิงไทยเพื่อหญิงไทย
Finanzabschluss 2016 des Vereins Thai Frauen für Thai Frauen

Eröffnungsbilanz		2015	2016
1010 Postcheck-Konto	บัญชีเงินฝาก	28,561.08	35,795.16
1000 Handkasse	เงินสดหมุนเวียน	554.45	1,185.90
Saldo		29,115.53	36,981.06
Erfolgsrechnung			
3400 Mitgliederbeiträge	ค่าบำรุงสมาชิก	15,980.00	11,940.00
3600 Unterstützungsbeiträge	เงินบริจาค	10,267.25	10,652.55
1176 Verrechnungssteuer / Zinsen	ดอกเบี้ยเงินฝาก	2.55	0.00
Total Erträge		26,249.80	22,592.55
Ausgaben detailliert			
5810 Weiterbildung	ค่าศึกษาเพิ่มเติม	125.00	0.00
5880 Honorare	ค่าธรรมเนียม	314.00	3,309.00
6130 Geräte / Reparaturen	เทคโนโลยีสื่อสาร / ค่าซ่อมแซม	805.35	1,145.50
6360 Fachliteratur	ข้อมูล / เอกสารอ้างอิง	10.40	40.00
6500 Büromaterial	อุปกรณ์สำนักงาน	511.20	166.70
6510 Porti / Telephon	ไปรษณียากร / โทรคมนาคม	1,755.92	1,607.58
6600 Drucksachen	สิ่งตีพิมพ์	6,345.00	5,669.50
6640 Verwaltungsaufwand (Spesen)	ค่าใช้จ่ายทั่วไป	5,577.80	5,340.45
6700 Seminar / Tagung / GV	ค่ากิจกรรม / สัมมนา / ประชุมสามัญฯ	2,657.30	7,640.60
6800 Spesen PostFinance	ค่าธรรมเนียมธนาคาร	282.30	252.65
Total Ausgaben		18,384.27	25,171.98
Gewinn / Verlust		7,865.53	-2,579.43
Bilanz			
Aktiv			
1010 Postfinance	บัญชีเงินฝาก	35,795.16	33,869.78
1000 Kasse	เงินสดหมุนเวียน	1,185.90	1,891.25
Total flüssige Mittel		36,981.06	35,761.03