

วารสารเพื่อชาวไทยในสวิตเซอร์แลนด์ ปีที่ 20

รวงข้าว



RUANGKHAO

ธันวาคม 2561 / Dezember 2018



จิตอาสา



วันที่ 7- 8 กรกฎาคม พ.ศ. 2561 ร่วมงานเทศกาลไทย
จัดโดย สถานเอกอัครราชทูต ณ กรุงเบิร์น





สมาคมหญิงไทยเพื่อหญิงไทย สวิตเซอร์แลนด์
Verein Thai Frauen für Thai Frauen

Postfach 11, 3038 Kirchlindach

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:

[facebook.com/thaifrauen.swiss](https://www.facebook.com/thaifrauen.swiss)

คณะกรรมการสมาคมฯ

ประธาน : จารีย์ เคลเลอร์ คีรีโต

รองประธาน และทะเบียน: กุวัลยา รีเดอร์

เหรัญญิก : พรพรรณ เวงเงอร์

ประชาสัมพันธ์ : กัลยา ฟิงค์

เลขานุการ : ญาณพัช ดินเน่

ผู้ช่วยเลขานุการ : มณฑา คุณซ์- บุญจริง

บรรณาธิการ : กุหลาบ ไทโรโพริท์

เว็บมาสเตอร์ : Dr. Hans Rieder

ที่ปรึกษา : สมบัติ มากลั่น –เรอบิเย ศักดา บัวลอย

บรรณาธิการ จัดทำปกและรูปเล่ม: กุหลาบ ไทโรโพริท์

ช่างภาพ : กุวัลยา รีเดอร์

กองบรรณาธิการ : กุวัลยา รีเดอร์ จารีย์ เคลเลอร์ คีรีโต

พิสูจน์อักษร : จารีย์ เคลเลอร์ คีรีโต

นักเขียน : ก. ไตรคำ พี่หญิงไทย ต้นข้าว โยทะกา

บัวแก้ว เฟราฮิรี คนรักโลก และลำดวน

นักเขียนหน้าใหม่: คนปรงชา แก้วกัลยา และลอมฟาง

นักแปล : ศักดา บัวลอย แต่บุพการี และก.ไตรคำ

ขอขอบคุณ ภาพปกโดยคุณอนุชา ชัยชมภู

ภาพประกอบในเล่มจาก กูเกิ้ล และช่างภาพของสมาคมฯ

สารบัญ

เรื่องจากปก

5 อาสาสมัคร ผู้มีจิตอาสา

เรื่องจากเมืองไทย

15 พลทหารใหม่: น้องชายคนเล็ก

กฎหมายน่ารู้

- 12 ตัดบว้ยังเหลือเยื่อใย
- 13 เงินจากเสาที่ 2 ไปอยู่กับใคร ถ้า...
- 16 การเป็นทหารของบุคคลสองสัญชาติ
- 17 ชุมทรัพย์ของพวกเขา

สรรหามาเล่า

- 18 ภาษาไทยกับคนสวิส
- 19 เมื่อชีวิตถึงจุดเปลี่ยน
- 20 สมาพันธรัฐสวิสแจกเงินประชากร

สุขภาพกาย ใจ

- 22 มหัศจรรย์แห่งชา
- 23 มายมร่าทำหนาว
- 25 เป็นมิตรกับความตาย

สาระน่ารู้

- 26 หัวใจแห่งยุโรป
- 28 ปีใหม่ทำอะไรใหม่ ๆ
- 29 รายชื่อ สถานที่ติดต่อสำคัญ ๆ

หญิงไทย

- 4 บทบรรณาธิการ และ สารจากประธาน
- 27 ถามมา ตอบไป
- 30 ปฏิทินกิจกรรม



บทบรรณาธิการ

สวัสดีค่ะเพื่อนผู้อ่านรวงข้าวทุกท่าน

รวงข้าว ฉบับส่งท้ายปีเก่า ต้อนรับปีใหม่ ตามธรรมเนียมสุดฮิตของช่วงเวลานี้คือ การตั้งเป้าหมายว่าจะทำอะไร สำหรับปีต่อไป เพื่อน ๆ สมาชิกตั้งกันหรือยังคะ เมื่อตั้งเป้าหมายแล้ว ดิฉันมีเคล็ดลับวิธีมาฝาก คือ การลงมือปฏิบัติเดี๋ยวนี้ ตอนนี้ จนเกิดความเคยชิน ไม่จำเป็นต้องรอให้ถึงปีใหม่ ใคร ๆ ก็สามารทำได้ตามที่ตั้งเป้าไว้ ขอให้เริ่มที่ปัจจุบันนะคะ

เรื่องจากปก เพื่อเป็นการฉลองครั้งสุดท้ายของปีที่สมาคมทำงานจิตอาสาครบ 20 ปี ลำดวนไปสัมภาษณ์คนทำงานจิตอาสา ต่างสาขารับรองว่าเรื่องราวของแต่ละคน น่าสนใจและมีคุณค่าในการทำตาม และได้คนที่เป็เพื่อนกันมา 35 ปี ช่วยทำรูปให้ มีเพื่อนดี เพื่อนเก่ง เป็นศรีแก่ตัวนะค่ะ

ด้านกฎหมายน่ารู้ เรื่องเกี่ยวกับระบบสามเสามาแรง ทั้งเสาที่หนึ่ง เราจะรู้ว่าเขานำเงินนั้นไปทำให้มีมูลค่าเพิ่มอย่างไร และเสาที่สอง ว่าถ้ามีการเสียชีวิตเกิดขึ้นใครจะได้ หรือใครอยากรู้ว่าเงินที่เราและนายจ้างฝากไว้ให้เรานั้น มีอยู่เท่าไรแล้ว พี่หญิงไทยนำมาบอกเล่ากันแล้วค่ะ นอกจากนี้ กฎหมายใหม่ซึ่งมีผลบังคับแต่วันที่ 21 กันยายนที่ผ่านมา มีการเปลี่ยนแปลง เงินอุปการะเลี้ยงดูลูก เมื่อพ่อแม่ต้องการแยกกันอยู่

ฉบับนี้ เราได้นักเขียนหน้าใหม่มาร่วมงาน ติดตามเรื่องราวของเขาทั้ง 3 ได้จากเรื่อง ภาษาไทยกับคนสวิส เมื่อชีวิตถึงจุดเปลี่ยน และมหัศจรรย์แห่งชา

ขอให้ทุกท่าน มีความสุขกับเทศกาลส่งท้ายปีเก่าต้อนรับปีใหม่ เหมือนเช่นเคย การได้รับเสียงสะท้อนจากผู้อ่าน เป็นของขวัญชิ้นดี สำหรับทีมงานนะคะ

กุหลาบ ไพรโพธิ์ภู (saipopoo@gmx.ch)



สารจากประธาน

สวัสดีค่ะเพื่อนสมาชิกและผู้อ่านทุกคน

ปีนี้สมาคมหญิงไทยฯ บรรลุนิติภาวะ แบบไทย ๆ คือเมื่ออายุครบ 20 ปี งานสังสรรค์ เฉลิมฉลองแบบง่าย ๆ สนุกสนาน และมีสาระผ่านไปแล้ว เป็นที่ประทับใจของผู้มาร่วมงาน ซึ่งรับของขวัญ ของแจก เป็นที่ระลึก และเพื่อแสดงความขอบคุณเพื่อน ๆ สมาชิกพร้อมครอบครัว ซึ่งให้ความสนับสนุนการทำงานของสมาคมฯตลอดเวลาที่ผ่านมา

ฉบับนี้ ท่าน บรรณาธิการ มาขอสัมภาษณ์ เรื่องการทำงานจิตอาสา ต้องขอบอกว่า จะเป็นครั้งแรก และครั้งเดียว ที่จะยอมให้เขียนเรื่องเกี่ยวกับตัวเอง จะเป็นประโยชน์หรือไม่อย่างไร คงต้องยกให้เป็นหน้าที่ เป็นความเห็นและการพิจารณาของเพื่อนสมาชิกค่ะ

การทำงานของสมาคมฯ จะเดินหน้าต่อไปได้ เราต้องการคนรุ่นใหม่ นะคะ มาเป็นกำลังเสริมให้กับคนเก่า คนแก่ ยังไม่สายเกินไปที่จะเริ่มต้น ไม่มีสิ่งใดยากเกินกำลัง ถ้าเรามีความตั้งใจ สมาคมหญิงไทยเพื่อหญิงไทยรอคุณอยู่นะคะ ก่อนที่เราจะต้องส่งสัญญาณ SOS “ขอ” แทนการ “ให้” ขอขอบคุณที่เป็นกำลังกายและกำลังใจ ค่ะ

Jan 1981/25



อาสาสมัคร ผู้มีจิตอาสา

โดย ลำดวน



เนื่องจากปีนี้ สมาคมหญิงไทยเพื่อหญิงไทย สวิตเซอร์แลนด์ ก่อตั้งมาครบรอบ 20 ปี จากกลุ่มคนที่อาสาเข้ามาทำงานด้วยจิตอาสา มาให้ รุ่นแรก ๆ เมื่อ 30 ปีที่แล้ว มาช่วยกันต่อ ๆ มา มีจิตอาสาเข้ามา และจากไป ตามเหตุ และความจำเป็นของแต่ละคน รวบรวมฉบับส่งท้ายปีของการครบรอบงานจิตอาสา ลำดวนจึงไปสัมภาษณ์จิตอาสา รุ่นบุกเบิก อยู่กับสมาคมตั้งแต่ต้น จนถึงปัจจุบัน รวมทั้งจิตอาสา รุ่นต่อ ๆ มา ว่าเหตุใดจึงมาทำงานที่ไม่ได้ค่าจ้างนี้

แต่ก่อนที่จะไปถึงบทสัมภาษณ์ ลำดวนขอเล่าเรื่อง อาสาสมัคร ผู้มีจิตอาสา ว่าคืออะไรกัน และมีมาตั้งแต่เมื่อไหร่หนอ หลายคนคงสงสัยเหมือนลำดวน จึงไปค้นหา มาให้ ติดตามอ่านได้เลยค่ะ

อาสาสมัคร หมายถึง ผู้ที่สมัครใจและอาสาเข้ามา เพื่อช่วยเหลือ เยียวยา และทำงานที่เป็นประโยชน์แก่ ประชาชนและสังคม เพื่อการดูแล บำรุงกัน แก้ปัญหาเพื่อ พัฒนาสังคม โดยไม่หวังผลตอบแทนเป็นเงิน หรือสิ่งอื่นใด ผลตอบแทนที่อาสาสมัครได้รับคือ ความสุข ความภาคภูมิใจที่ได้ปฏิบัติงานที่เป็นประโยชน์แก่ประชาชน สังคม และประเทศชาติ

จิตอาสา คือ จิตที่พร้อมจะสละเวลา แรงกาย และสติปัญญา เพื่อสาธารณประโยชน์ เป็นจิตที่ไม่นิ่งดูเฉยเมื่อ

พบเห็นปัญหาหรือความทุกข์ยากเกิดขึ้นกับผู้คน เป็นจิตที่มีความสุขเมื่อได้ทำความดีและเห็นน้ำตาเปลี่ยนเป็นรอยยิ้ม เป็นจิตที่เปี่ยมด้วย “บุญ” คือความสงบเย็นและพลังแห่งความดี (คำนิยามโดยพระไพศาล วิสาโล จากหนังสือ เมื่อ ดอกไม้บานสะพรั่งทั้งแผ่นดิน)

วันที่ 5 ธันวาคม ของทุกปี เป็นวันสำคัญของพวกเราชาวไทย เพราะเป็นวันชาติ และวันพ่อแห่งชาติ นอกจากนั้นยังเป็นวันอาสาสมัคร(จิตอาสา)เพื่อพัฒนา เศรษฐกิจและสังคมสากลด้วย ก่อตั้งโดยองค์การสหประชาชาติ (UN) ในปี ค.ศ. 1985



ในสวิตเซอร์แลนด์ ข้อมูลปี ค.ศ. 2017 (<https://www.admin.ch/gov/de/start/dokumentation/medienmitteilungen.msg-id-69017.html>) บอกว่า คนสวิส 4 ใน 10 คน ทำงานอาสาสมัคร ซึ่งทั้งปีทำงานถึง 700 ล้าน ชั่วโมง โดยไม่รับค่าตอบแทน เมื่อคิดค่าทำงานต่อชั่วโมง 50 ฟรังก์ เป็นเงินที่มากมายมหาศาลทีเดียว และนี่คือเหตุผลทำไม ชาติสวิส จึงรู้สึกขอบคุณในน้ำใจของอาสาสมัครทั้งหลาย ซึ่งหัวหน้าคณะรัฐมนตรี จะออกมา กล่าวสุนทรพจน์ในคุณงามความดีของการทำงานด้วยจิตอาสา นี้ในวันที่ 5 ธันวาคม ของทุกปี

คราวนี้มาฟังคำสัมภาษณ์จากพี่ ๆ น้อง ๆ อาสาสมัคร ที่ทำงานด้วยจิตอาสา ที่ลำดวนไปขอสัมภาษณ์มานะคะ



เริ่มด้วย **พีจาร์รี่ เคลเลอร์ คีรีโต** ประธานสมาคมหญิงไทยเพื่อหญิงไทย สวิตเซอร์แลนด์ เป็นจิตอาสา**รุ่นบุกเบิก และทำติดต่อกันมาตลอด 30 ปี อย่างมีความสุข** ไปติดตามกันว่าพีมีเคล็ดลับอะไร ถึงได้ทำงานนี้มาได้ยาวนานขนาดนี้

ลัดวน : พีมีเหตุจูงใจอะไร ที่เข้ามาทำงานจิตอาสา และตั้งแต่เมื่อไหร่ อย่่างไรคะ

พีจาร์รี่ : ถ้าถามว่าเริ่มตั้งแต่เมื่อไร ต้องย้อนอดีต ถอยหลังไป 30 ปี งานรับใช้ชุมชนเริ่มที่วัดธรรมปาละ ณ เวลานั้น วัดยังที่อยู่ที่เมืองโคโนลฟิงเกน รัฐเบริน เป็นวัดป่านานาชาติ สาขาวัดหนองป่าพง เนื่องจากพระสงฆ์เป็นชาวยุโรปและแคนาดาเดียน จึงได้เข้าไปช่วยทำวารสาร หรือจดหมายข่าวของวัดภาคภาษาไทย และช่วยงานต่อเนื่องจนทุกวันนี้ ขณะนั้น ท่านเอกอัครราชทูต นายสมบุญรณ เสงี่ยมบุตร ประจำอยู่ ณ กรุงเบริน ท่านและภรรยา คุณปิยะรัตน์ เสงี่ยมบุตร ซึ่งท่านทั้งสองมาที่วัดเป็นประจำ ท่านได้ริเริ่มการทำงานส่งเสริมวัฒนธรรมไทย และส่งเสริมการค้า สินค้าไทย ร่วมกับศูนย์การค้าขนาดใหญ่หลายแห่งในประเทศสวิตเซอร์แลนด์ ท่านได้ชักชวนให้ได้มีส่วนร่วมทำงานเหล่านั้น และก่อนที่จะท่านจะเดินทางกลับ ได้ฝากให้ช่วยรักษางานส่งเสริมวัฒนธรรมไทยไว้ สมัยนั้นเราต้องทำงานหนักเพื่อสร้างความเข้าใจที่ถูกต้อง ในทัศนคติของชาวต่างชาติที่มีต่อประเทศไทย จึงเกิดชมรมไทยคลาสสิก ที่ทำงานอาสาด้านส่งเสริมศิลปวัฒนธรรมไทย การได้รับโอกาส ได้รับใช้ แล้วก็ทำเรื่อยไป จนต่อเนื่องถึงการก่อตั้ง

สมาคมหญิงไทยเพื่อหญิงไทย เมื่อ 20 ปีที่แล้ว โดย **ท่านเอกอัครราชทูตนายดอน ปรมัตถ์วินัย** (ตำแหน่งในขณะนั้น) และมีจุดเริ่มต้นจากการทำงานของ**คุณศรีสมร ไมเออร์ เจ้าหน้าที่ศูนย์เซเนีย** ซึ่งทำงานให้ความช่วยเหลือผู้หญิงไทย(อาชีพพิเศษ)ในสวิตเซอร์แลนด์ และมองเห็นปัญหาต่างๆที่เกิดขึ้น ต้องการหาหนทางแก้ไข จึงได้รวบรวมกลุ่มคนไทยที่ต่างคนต่างทำงานเอกเทศในการช่วยเหลือเพื่อนคนไทยด้วยกัน แล้วการรวมกลุ่มเป็นสมาคมฯ ก็ดำเนินเรื่อยมา การให้ข้อมูลกฎหมาย เพื่อสร้างความเข้มแข็ง

ของชุมชน ให้สามารถใช้ชีวิตในต่างแดนอย่างมีคุณภาพ ทุกวันนี้ชุมชนไทยในประเทศสวิตฯ เพิ่มขึ้นเรื่อยๆ มากขึ้น ปัญหามากขึ้นตามลำดับ ทุกคนต่างต้องการกำลังใจ ต้องการเพื่อนคู่คิด ชาติ-ภาษาเดียวกัน ก็หวังว่าสมาคมหญิงไทยฯ จะมีส่วนช่วยได้บ้าง

พูดถึงเหตุจูงใจ น่าจะเป็นเหตุพาไป แล้วมีใจจูงไปสู่การได้รับโอกาสทำงานเพื่อผู้อื่น และโดยที่ไม่ได้หวังสิ่งใด ทำได้ตามกำลังของตน ไม่เกินตัว รู้ขอบเขต จึงจะทำได้ยาวนานจนทุกวันนี้

ลัดวน : พีมีความรู้สึกอย่างไรต่องานจิตอาสา และสิ่งที่พีได้จากงานจิตอาสาคืออะไรคะ

พีจาร์รี่ : ด้านงานศิลปวัฒนธรรมนั้น เพราะมีความรักในแผ่นดินเกิด เมื่อมีโอกาสมาอยู่ต่างบ้านต่างเมือง ได้รับรู้ความคิดของต่างชาติต่อเมืองไทย จึงมีความตั้งใจเพื่อเผยแพร่ประเพณี วัฒนธรรมที่ดีงามให้ปรากฏแก่ชาวสวิส สร้างทัศนคติที่ดีของต่างชาติต่อประเทศไทย และต่อคนไทย ด้วยเหตุที่ภาษาไทยก็เป็นวัฒนธรรมไทยเช่นกัน จึงเกิดงานด้านส่งเสริมการสอนภาษาไทยให้แก่เด็กสองวัฒนธรรม เป็นงานที่สร้างความสุข อยู่กับสิ่งสวยงามรื่นรมย์

ส่วนงานของสมาคมหญิงไทยเพื่อหญิงไทย เป็นงานให้ข้อมูลกฎหมาย เมื่อเริ่มต้น ตัวเองไม่ได้มีความรู้ในสิ่งเหล่านี้มาก่อน เพราะเรียนจบสาขาวิทยาศาสตร์ ห่วงไกลความรูฏหมายมากมาย ซึ่งคงเป็นข้ออ้างทั่วไป เพราะใน

ความเป็นจริง **ประชากรทุกคนไม่ว่าจะอยู่ที่ไหน ควรรู้สิทธิ และหน้าที่พลเมือง** เพื่อการใช้ชีวิตประจำวัน เมื่อมีโอกาสได้รับใช้ ได้รับประสบการณ์จากเพื่อน ๆ ในสมาคมที่ทำงานร่วมกัน เราต้องเริ่มรวบรวมข้อมูลหัวข้อกฎหมายสวัสดิตลอดจนกฎหมายไทยที่เกี่ยวข้อง เพื่อทำสื่อ เราต้องอ่านหนังสือกันเล่มโต ๆ นำมาประชุมปรึกษา หาข้อสรุปว่าจะนำข้อมูลที่สำคัญและจำเป็น ไปบอกกล่าวต่ออย่างไร

คำกล่าวที่ว่า **ยิ่งให้ ยิ่งได้** พิสูจน์ได้ว่าเป็นจริง ตามกาลเวลาที่ผ่านไป เมื่อได้อ่าน ได้เรียน ได้รู้ ได้เขียน ได้ฟัง ได้พูด ยิ่งทำให้มีความรู้ในเรื่องนี้เพิ่มขึ้น การทำงานทำให้ได้ประสบการณ์มากขึ้น ตามด้วย การได้เพื่อนกัลยาณมิตร ได้มิตรภาพ พอกพูน เพราะเพื่อนเป็นสิ่งมีค่าอย่างยิ่ง นี่เราได้มากกว่าที่เราให้หรืออย่างไร

ลำดวน : เรื่องการบริหารจัดการเรื่องเวลา เป็นสิ่งสำคัญมาทุกยุคทุกสมัย พี่แบ่งเวลาให้กับ งานประจำ งานจิตอาสา ครอบครัว และตัวเองอย่างไรบ้างคะ

พี่จารีย์ : งานจิตอาสา เป็นงานที่จะทำได้ต้องมีปัจจัยประกอบหลายอย่าง อย่างแรกคือ **ใจเราเอง** ใจที่ยินดีรับใช้ ต้องการให้ผู้อื่นได้รับประโยชน์ โดยไม่หวังสิ่งใดตอบแทน เมื่อมีใจให้แล้ว **ครอบครัวต้องเห็นด้วย** เพราะเราต้องสละเวลา แบ่งเวลาของครอบครัว บางครั้งตอนเย็น บางคราวในวันหยุดเสาร์อาทิตย์ และหลายครั้งอาจต้องสละทรัพย์สินส่วนตัวในการออกไปรับใช้ผู้อื่น **ในช่วงชีวิตของวัยทำงาน** ผู้มีงานประจำ อาจไม่สามารถแบ่งเวลาได้มากนัก แต่อย่างทีบอกแล้ว เราให้เท่าที่จะให้ได้ โดยไม่เดือดร้อนตนเอง และครอบครัว ผู้ทำงานต้องมีขอบเขตป้องกันตัวเอง ขณะเดียวกันก็ไม่ข้ามล้ำขอบเขตของผู้ที่มาขอคำปรึกษาเช่นกัน จากสิ่งที่พี่เห็นมา คนไทยในประเทสวิตเซอร์แลนด์ส่วนใหญ่ มีประสิทธิภาพมาก มีกิจกรรมหลากหลาย มีความสามารถทำงานหลายอย่าง มีพลังล้นเหลือจริง ๆ ขึ้นกับตัวเองแล้วว่า เราจะใช้ไปในทางใด

ลำดวน : การลงมือทำอะไรสักอย่าง ไม่ว่าเล็กหรือใหญ่มักมีปัญหา และอุปสรรคบ้างไม่มาก ก็น้อย สำหรับ

พี่จารีย์แล้วเรื่องนี้เป็นอย่างไรบ้าง และพี่ก้าวผ่านปัญหาและอุปสรรคเหล่านั้นไปได้อย่างไรคะ

พี่จารีย์ : สิ่งใดที่ทำแล้วมีความสุข เราจะไม่เหนื่อย ปัญหาที่เกิดขึ้นไม่ใช่ความทุกข์ ถ้าเราไม่แบก ปัญหาไว้ให้แก้ ทุกปัญหามีทางออก **ตั้งสติให้ดีแล้วค่อย ๆ ย่อยปัญหา** เพื่อค้นพบหนทาง การมีเพื่อนกัลยาณมิตร ที่เราสามารถปรึกษา จะช่วยได้ดียิ่งขึ้น ไม่มีใครเดินผ่านหนทางข้างหน้า โดยที่ไม่พบอุปสรรค ลองนึกย้อนหลัง เราทำอย่างไรจึงผ่านเหตุการณ์มาแล้ว ทุกเหตุ ทุกสถานการณ์ แต่ ณ ปัจจุบันเราก้าวข้ามอุปสรรคเหล่านั้นมาแล้ว อย่างปลอดภัย ฉะนั้นกาลข้างหน้า ไม่ใช่เรื่องยากแน่นอน

ลำดวน : พี่มีคำแนะนำรุ่นน้อง ๆ ที่สนใจเข้ามาทำงานจิตอาสาอย่างไรบ้างคะ เพื่อน้อง ๆ จะอยู่ในงานจิตอาสาได้นาน ๆ แบบพี่คะ

พี่จารีย์ : อย่างที่เล่าแล้วว่างานจิตอาสาอาศัยปัจจัยสองสามอย่าง นอกจากนี่คือ **วิถีคิด** ทำสิ่งใดไปแล้ว จบแล้ว ไม่คิดย้อนหลังก็ไม่เหนื่อย **อยู่กับปัจจุบัน** ทำอย่างไม่มีตัวตน ทำอย่างที่ดีที่สุดตามกำลัง ไม่ฟังเสียงครหา เพราะ **ไม่มี "เรา" ไม่มี "ของเรา"** เมื่อมีเสียงชม ย่อมน่าฟัง อาจทำให้เพลิดเพลินไปบ้าง ก็รีบหลบชะแวปออกมาเถิด ทำงานอย่างมีความสุข มีความสนุกในการทำงาน เบิกบานที่มีโอกาสได้รับใช้ ไม่ใช่เฉพาะงานอาสานอกบ้าน **วิธีนี้ใช้ได้ดีที่สุดในบ้าน** ภายในบ้านมีความสุขแล้ว จึงแบ่งปันให้ผู้อื่นภายนอกได้ต่อไป

หวังว่าเรื่องเล่าเหล่านี้ จะไม่ทำให้เพื่อนๆ เครียด จนเกินไปนะคะ พวกเราอ่านเรื่องที่พี่เล่าแล้ว ไม่เครียดหรอกนะคะ



จิตอาสาคนต่อมา คือ คุณศศิธร โคโมตี้ (ครูต้อม) เป็น



หัวหน้าครูอาสา
โรงเรียนต้นกล้า
สอนภาษาไทย
ให้เด็กลูกครึ่ง
ไทย ที่เมือง
Neuenhof รัฐ
อาร์กา
ครู ต้อม อยู่
สวีตเซอร์แลนด์

มา 29 ปีแล้ว ทำงานประจำ 100 เปอร์เซ็นต์

เริ่มทำงานจิตอาสาครั้งแรก เมื่อ 28 ปีที่แล้ว โดยเป็นครู
สอนรำ ที่วัดศรีนครินทรวราราม จะไปสอนเดือนละ 1-2 ครั้ง
จากการชักชวนของคุณอัมพัน โดมัยเซ็น ผู้ก่อตั้งชมรม
ศิลปวัฒนธรรมไทย ซึ่งตั้งอยู่ที่เมืองคาม

สาเหตุที่ทำงานจิตอาสา คือ คิดถึงบ้าน อยากทำอะไรให้
เป็นประโยชน์ จึงเข้าชมรมศิลปวัฒนธรรมไทยแห่งนี้ พอมี
ลูก ตอนนี้อายุ 12 ขวบแล้ว ด้วยความตั้งใจที่จะสอน
ภาษาไทยให้ลูก จึงเริ่มสอนภาษาไทยให้กับเขาก่อน ต่อมา
ปากต่อปาก แม่ ๆ ก็พาเด็ก ๆ มาเรียนด้วย จึงเปิดโรงเรียน
สอนภาษาไทย ที่ชื่อว่า **“โรงเรียนต้นกล้า”** ซึ่งเป็นชื่อลูก
ชาย เปิดมาปีนี้เข้าปีที่ 6 แล้ว สอนคนเดียวมา 4 ปี เดียวนี้มี
ครูอาสามาช่วยสอน 4 คน ไม่ได้เรียนจบเป็นครู แต่ได้ไป
อบรมเป็นครูอาสา กับคุณครูสาลี ในปี ค.ศ. 2012 ตอนนั้นก็
ทำหน้าที่วางแผนการสอน แล้วมอบหมายให้คนอื่น ๆ ทำ
แต่จะมีการฝึกปฏิบัติกันก่อน เพราะตัวเองเริ่มรู้สึกแล้วว่า
มากเกินไป ทั้งงานประจำ 100 เปอร์เซ็นต์ งานจิตอาสา
สอนภาษาไทย แล้วยังมีงานล่ามจิตอาสาด้วย เคยเรียน
ล่ามหลักสูตรระยะสั้น ใครมีปัญหา ก็จะขอให้เราช่วย แล้วก็
ปากต่อปาก ใครมีปัญหาอะไร ก็ติดต่อ

ความรู้สึกต่องานจิตอาสา รู้สึกว่าตัวเองมีค่า มีประโยชน์
แต่ก็เครียด ทั้งงานมาก และอยู่กับปัญหาของคนอื่น ๆ
มากกว่าชีวิตส่วนตัว โชคดีที่สามี เข้าใจ และสนับสนุน
รวมทั้งให้โอกาส ถ้าไม่ได้เขา คงไม่ได้ทำอะไรต่อมิอะไร

มากมายขนาดนี้ ต้องขอบคุณเขาเป็นอย่างยิ่ง **วิธีจัดการ
กับปัญหา**คือ ปลอบใจให้คนอื่นเข้ามาทำ แล้วเราก็ช่วย
วางแผน

นี่คือ พี่ ๆ น้องๆ ที่เข้ามาช่วยกันทำงาน เป็นครูอาสาที่
โรงเรียนต้นกล้าค่ะ



จิตอาสาท่านนี้มีชื่อว่า อรณี ไพเพอร์ (แอม) เป็นจิต
อาสารุ่นกลางเก่า กลางใหม่ เพราะเคยทำงานในเครือข่าย
คนไทยในต่างแดน ประเทศเยอรมนีมาก่อน พอมาอยู่
สวีตเซอร์แลนด์ก็มาสานต่อ ริเริ่มก่อตั้งและเป็นคณะทำงาน
ในสมาคมเครือข่ายคนไทยในต่างแดน สวีตเซอร์แลนด์ และ
เขียนบทความให้วารสารรวงข้าวมา 6 ปีแล้ว เรื่องราวงาน
ด้านจิตอาสาเป็นอย่างไร ติดตามกันค่ะ



จุดเริ่มต้นงานจิตอาสาของแอม น่าจะมาจากตั้งแต่สมัย
เรียนหนังสือที่เห็นรุ่นพี่ทำกิจกรรมค่ายอาสา และมีโอกาส
ช่วยงานหลายครั้ง จนมาถึงวัยทำงาน เมื่อหลายปีก่อน
แอมมีโอกาสไปยังที่ต่าง ๆ ได้เห็นหลายสิ่ง หลายอย่างที่

ให้คิดว่า ตัวเราน่าจะลุกขึ้นมาทำอะไรเล็ก ๆ น้อย ๆ เพื่อคนอื่นบ้าง จึงเริ่มลงมือทำกับเพื่อน ทำสิ่งเล็ก ๆ ที่เราพอจะทำได้ เช่น การเดินทางไปทำกิจกรรมกับเด็ก ๆ ในถิ่นทุรกันดาร สอนหนังสือเด็ก การรวบรวมปัจจัยซื้อหนังสือไปบริจาค ฯลฯ **พอมายู่ต่างแดน** ก็ยังทำต่อเนื่อง ทุกครั้งที่กลับเมืองไทย **จนมาพบกลุ่มพี่ ๆ** ที่เขาทำโครงการต่าง ๆ เพื่อคนไทยในต่างแดน และหัวข้อที่พี่ ๆ เขาทำตรงกับความชอบของเรา ก็เลยร่วมมือทำงานกับพี่ ๆ มาเรื่อย ๆ ทั้งทำโครงการ และงานเขียนคอลัมน์



ส่วนความรู้สึกและสิ่งที่ได้จากงานจิตอาสา นั้น ความรู้สึกจริง ๆ อย่างแรก คือ ได้สนองความต้องการของตนเอง ที่อยากทำอะไรเพื่อคนอื่น ได้ใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ สมองได้ทำงานอย่างเป็นระบบระเบียบอีกครั้ง ได้ใช้ความรู้ความสามารถที่ตนเองพอจะมี ให้เกิดประโยชน์ต่อผู้อื่นและต่อตนเอง สร้างพลังชีวิต พลังใจให้ตนเองและผู้อื่น ได้เรียนรู้สิ่งใหม่ ๆ ในการทำงานเป็นทีมในต่างแดน ทั้งจากระบบการทำงาน และจากประสบการณ์ของผู้ร่วมงานคนอื่น ๆ รวมทั้งเห็นคุณค่าของตนเอง ได้ใช้ศักยภาพที่ตนเองมี และได้ความสุขทางใจ

ในเรื่องการแบ่งเวลานั้น แอ้มคิดและทำอย่างนี้ค่ะ

งานประจำ ให้ความสำคัญกับงานประจำที่ทำอยู่เป็นลำดับแรก ดูว่าเราสามารถจัดการเวลา และอารมณ์ของตนเองในการทำงานจิตอาสาได้มากน้อยแค่ไหน

งานจิตอาสา แบ่งเวลาจากงานประจำ ทำเมื่อ

งานประจำเสร็จสิ้น จัดตารางเวลาให้ดี ทำงานให้เสร็จตามที่วางแผนไว้

ครอบครัว เวลาสำหรับครอบครัวเป็นเรื่องสำคัญอย่างยิ่ง พยายามไม่ให้งานจิตอาสา หรืองานอาสาสมัครเบียดบังเวลาครอบครัว วางกรอบและขอบเขตที่ชัดเจนให้ตนเองว่า ทำงานจิตอาสาได้มากน้อยแค่ไหน อะไรคือความเหมาะสม

ตัวเอง แบ่งเวลาให้ตนเองมีช่วงพัก ช่วงทบทวนสิ่งที่ตนเองทำ ให้เวลาตนเองได้ผ่อนคลาย รักษาระยะเวลาการทำงานจิตอาสาให้เหมาะสม ไม่ให้มากจนเป็นภาระของตนเอง

ส่วนเรื่องปัญหา อุปสรรค และการก้าวผ่านนั้น แอ้มมองเป็นสองเรื่องดังนี้ คือ

➤ **ครอบครัวกับเรื่องเวลา** คือปัจจัยที่มีบทบาทสำคัญมาก เราต้องรักษาสมดุลให้ดี ไม่ให้เกิดปัญหาตามมา พุดคุยกับครอบครัวไม่ให้ถูก และสามารู้สึกว่าเราเห็นความสำคัญของงาน **“เพื่อคนอื่น”** มากกว่าพวกเขา ให้เขาได้ร่วมรับรู้ที่เราทำอะไรบ้าง และเราได้ประโยชน์รวมทั้งสนุกสนานกับสิ่งที่เราทำอย่างไร

➤ **ปัญหาในการทำงานเป็นกลุ่ม เป็นสมาคม** ปัญหาหลัก ๆ มาจากการสื่อสาร ที่ทำให้เข้าใจกันคลาดเคลื่อน และวิธีการทำงานของแต่ละคน ก็อาจจะแตกต่างกัน จึงจำเป็นอย่างยิ่ง ที่จะต้องมีการประชุมปรึกษาหารือ พุดคุยกัน แบ่งงาน แบ่งหน้าที่กันให้ชัดเจน

สำหรับคนที่สนใจทำงานจิตอาสาหรืองานอาสาสมัคร ต้องมีความพร้อมในระดับหนึ่ง เช่น ด้านครอบครัวที่พร้อมให้การสนับสนุนในสิ่งที่เราทำ (มีความเข้าใจ) มีความพร้อมเรื่องเวลา มีเวลาพอเพียงที่จะทำงานจิตอาสา โดยไม่สร้างความเครียดให้ตนเอง มีใจรักที่จะช่วยเหลือคนอื่น อยากทำตนให้เป็นประโยชน์ โดยไม่คิดถึงเรื่องค่าตอบแทน ทำงานจิตอาสาเท่าที่พลัง แรง และความสามารถที่เรามี **แต่อย่าเสพติดงานจิตอาสา** เพียงเพื่อให้ตนเอง ดูมีคุณค่าในสายตาคนอื่น และอยากให้คนอื่นยอมรับ เพราะนั่นอาจเป็นอาการของคนป่วย ควรมีวินัยในตนเอง วางกรอบให้ตนเอง

ให้ชัดเจนว่า งานจิตอาสาสำหรับเราคืออะไร จัดทุกอย่างให้มีความพอดี เปิดใจให้กว้างพร้อมรับสิ่งใหม่ ๆ มีความยืดหยุ่นในตนเอง **เริ่มทำจากสิ่งที่เราชอบ** และเราถนัดก่อน หากเราชอบเรื่องเอกสารก็เริ่มจากงานเอกสาร ถนัดเรื่องบัญชีก็ทำบัญชี ถนัดเรื่องติดต่อประสานงานก็เริ่มจากสิ่งนั้น และค่อย ๆ เรียนรู้สิ่งใหม่ ๆ เพิ่มเติม เมื่อลงมือทำก็ต้องมีความรับผิดชอบสิ่งที่เราทำอย่างเต็มที่ ไม่โยนงานไปเป็นภาระให้คนอื่น

ขอให้สนุกกับงานจิตอาสา นะคะทุกท่าน

ปิดท้าย ด้วยการสัมภาษณ์พี่ ที่นับถือของพวกเราหลายคน นั่นคือ **คุณพื้งวันดี สุวรรณทัต ไมเยอร์ ผู้ประสานงานสมาคมอาหารไทยในสวิตเซอร์แลนด์**



เมื่อถามถึง**เหตุจูงใจในงานจิตอาสา** พื้งวันดีเล่าว่า เหตุจูงใจที่เข้ามาทำงานจิตอาสานั้น ต้องขอย้อนไปเมื่อ 20 ปีที่แล้ว (ค.ศ. 1998) ตอนนั้นนายดอน ปรมดีวินัย เป็นเอกอัครราชทูต สถานเอกอัครราชทูต ณ กรุงเบิร์น (ตำแหน่งปัจจุบันรัฐมนตรีว่าการกระทรวงการต่างประเทศ) พี่เป็นคนหนึ่งที่มีโอกาส ร่วมงานกับสถานเอกอัครราชทูต ในการดูแลเรื่องอาหารการกิน ให้เชื้อพระวงศ์ที่เสด็จมาสวิตเซอร์แลนด์ทุกพระองค์ รวมทั้งข้าราชการบริพารด้วย พี่ทำงานนี้เพราะรักสถาบันชาติ ศาสนา และพระมหากษัตริย์ และต้องการให้ท่านอยู่ดี กินดี พี่เชื่อว่าคนไทยทุกคน ถ้ามี

โอกาสได้ตอบแทนจะไม่รังรอที่จะทำ คนเราต้องมีกตัญญูต่อแผ่นดินเกิด คือ ประเทศไทย และทำความเจริญออกมาให้แผ่นดินอยู่ คือ สวิตเซอร์แลนด์ เมื่อเราอยู่ที่นี้ เราก็จะไม่ทำให้ประเทศนี้เสีย เราต้องขอบคุณที่เขาให้เราสัมผัสมาอาชีพที่ดีที่นี่

เริ่มจากตอนนั้น พี่ก็ทำต่อมาเรื่อย ๆ ไม่ว่าจะเป็นการสอนทำอาหาร สอนแกะสลัก เพราะเรามีความสามารถด้านนี้ สอนให้กับคนที่สนใจเรียนรู้ ช่วยให้เขามีความสามารถเพิ่มขึ้น การหางานเพิ่มรายได้ให้กับตัวพวกเขาเองก็จะง่ายขึ้น นอกจากนี้ส่วนบุคคลก็มี เช่น ไทรมหาตอนตี 2 บอกโดนสามีทำร้าย พี่มาช่วยหนีออกไปที่ พี่ก็ไปช่วยเอาตัวออกมาจากเหตุการณ์ อีกเหตุการณ์ที่ไม่ลืมคือ มีคุณลุง คุณป้าคนหนึ่ง มาเที่ยวที่นี่ กับกลุ่มเพื่อน 30 คน แต่ลุงเกิดป่วยกระทันหันมีคนนำส่งโรงพยาบาล Bülach ไม่สบายมากต้องล้างไต พี่ไม่รู้จักเขาเลย มีพยาบาลฝรั่งบอกว่ามีร้านอาหารไทยที่ Bülach ก็มีคนนำป้ามาส่งที่ร้านพี่ และพี่ให้คุณป้าพักที่บ้าน จนสถานทูตไทยเข้ามาดูแล แล้วกลุ่มที่มาเที่ยวด้วยกัน 28 คน ไปเที่ยวกันต่อ พี่ลงกับป้าคู่นี้ไว้ ป้าก็อยู่บ้านพี่ มีคืนหนึ่งตี 3 โรงพยาบาลโทรมาบอกลุงอาการไม่ดี สามีพี่ ขับรถพาพี่ กับป้า ไปโรงพยาบาล พี่ชวนป้าจับมือลุงคนละข้างสวดอธิปิติโศ จากตีสี่ ถึงเช้า และอาการลุงก็ค่อย ๆ ดีขึ้น แต่อยู่รักษาเป็นเดือน แล้วพี่ก็ช่วยหาเงินค่าตัวเครื่องบินคนละ 900 ฟรังก์ ให้ลุงกับป้ากลับเมืองไทย

สมัยก่อนทำงานเหล่านี้ ไม่มีใครรู้ ใครเห็น เราทำเงียบ ๆ แต่สุขใจที่ได้ช่วย มาพักหลัง ๆ เริ่มมีสื่อต่าง ๆ เข้ามา คนก็จะเห็นตอนที่เราช่วยงานบุญ เช่น ทอดกฐินตามวัดต่าง ๆ ทั่วสวิตเซอร์แลนด์

พี่ไม่สังกัดสมาคม ชมรม ต่าง ๆ เพราะพี่คิดว่าพี่มีอิสระในการช่วยเหลือ สมาคม ชมรมไหน ขอความช่วยเหลือมา พี่ก็ช่วยตามกำลังและความสามารถ ส่วนใหญ่จะสนับสนุนด้านการเงิน เพื่อให้ทำกิจกรรมต่าง ๆ ของสมาคม ลงแรงกาย ก็มีบ้างในการจัดหาอุปกรณ์ รวบรวมพลพรรค ในการทำกิจกรรมต่าง ๆ

ด้านความรู้สึกต่องานจิตอาสา นั้น คือมีความสุขที่ได้ช่วย ที่ได้ทำ เพื่อคนอื่น

เรื่องการแบ่งเวลา เมื่อก่อนก็ไม่ได้คิด ทำมากเกินไป ไม่ได้หลับ ไม่ได้นอน ตัวเองก็ไม่ได้ดู เกิดความเครียด ดีที่ได้รับเสียงสะท้อนจากคุณสามี จึงทำให้เราต้องกลับมาคิด เรื่องความพอดี และเราก็ต้องอธิบายให้เขาเข้าใจในสิ่งที่เราทำ เพราะคนสวิส หรือคนต่างชาติส่วนใหญ่เขาไม่เข้าใจว่าทำไมเราต้องทำ

สำหรับปัญหาในงานจิตอาสา ไม่ค่อยพบ เพราะเป็นงานบุญ พบกันปีละครั้ง แล้วก็จากกันไป พี่ไม่ยึด ไม่คาดหวัง ว่าปีนี้มาแล้ว ปีหน้าต้องมาอีก ไม่ติดพัน เราเป็นแค่สะพาน พานั่งรถทัวร์ไปถึงที่ หลังจากนั้นก็ใครจะทำอะไรก็เรื่องของเขา มีเพียงเรื่องเวลา ความพร้อมเพรียง และขยะ ที่ต้องบอก ทำความตกลงกันไว้ก่อน พี่ว่าทุกที่มีปัญหา การแก้ปัญหา บางทีเราไม่สามารถแก้ปัญหาเดียวกัน ต้องหยุด ตั้งสติ ก่อน หรือเดินออกจากปัญหาไปก่อน แล้วดูว่าปัญหามาจากต้นตอไหน ให้แก้ที่นั่น

สำหรับเด็กรุ่นใหม่ ที่สนใจทำงานจิตอาสา พี่คิดว่า **สิ่งที่ต้องมีคือ ใจ** ใจต้องมาก่อน ถ้ามีใจ แต่ทำไม่เป็น เรามาเรียนรู้กันได้ และถ้าตั้งใจ ต่อไปก็ทำได้แน่นอน หรือไม่เมื่อมีใจที่จะช่วยแล้ว ก็นำสิ่งที่ตัวเองถนัด นั้นแหละมาช่วย เป็นวิทยาทาน เราก็เกิดความภูมิใจในตัวเอง เมื่อมีใจแล้ว ต่อมาก็ต้องมาดู **ความพร้อมของเรา** ว่ามีอะไรที่เราต้องทำ ต้องรับผิดชอบ เช่น ลูก งาน เงิน หลายๆ อย่าง แล้วเราสามารถแบ่งเวลาได้ไหม ที่สำคัญคือ **ครอบครัว** เราต้องอธิบายให้คนในครอบครัวเข้าใจ ให้เขามีส่วนร่วม สามีพี่ดีมาก ทุกครั้งที่พี่ทำกิจกรรม เช่นไปทำบุญที่วัด สามีมีส่วนร่วมในงานบุญด้วยทุกครั้ง เขาจะถามว่าเขาจะช่วยอะไรได้บ้าง บางทีเขาขอช่วยคาร์ต การที่เราไปด้วยกันตามวัด

ต่าง ๆ เขาก็เห็น และรับรู้ที่เราทำอะไร กับใคร เวลานั้นรถบัสไปกับคณะที่ไปทำบุญด้วยกัน เขาเห็นและบอกว่า คนไทยมีความคิดสร้างสรรค์ไม่เหมือนใคร เช่นเมื่อวันที่ 28 ต.ต. ที่ผ่านมา เราไปทำบุญทอดกฐินกันที่วัดไทยทิพิน แล้ววันนั้นฝนตก ก็มีคนไทย เอาถุงใส่ข้าวสารมาทำเป็นหมวกกันฝน เขาบอกคิดได้ไง และอีกครั้งเมื่อปีที่แล้ว เรากับคณะไปทำบุญที่วัดในเยอรมนี วันนั้นน้ำยาขมจีน เหลือเยอะมาก แล้วเราก็ไม่ได้เตรียมอะไรไป ก็มีน้องคนหนึ่งนำขวดเปล่ามาตัดครึ่ง ครึ่งหนึ่งใช้ตักน้ำยา อีกครึ่งทำเป็นกรวย

กรอกใส่อีกขวด สามีบอกว่าคนไทยแก้ปัญหาได้อย่างปัจจุบันทันด่วน และมีความคิดสร้างสรรค์เป็นเลิศ แต่เขาก็ตั้งข้อสังเกตว่า **คนไทยไปวัด** มีแต่ความสนุกสนาน ทำอะไรไม่ใช้ 1 วันนั้น พี่ก็ให้ตัวเองอยู่กับความเงียบสงบ และมีความสุขในการไปทำบุญ หรือไปปฏิบัติธรรม แต่กลับมาก็ยังโกรธอยู่ พี่ฟังเขา ก็เห็นเขาเป็นครูเราเลยนะ เขาพูดเสมอว่า **ทุกอย่างอยู่ที่ใจ** นะ และไม่ว่าเกิดอะไรขึ้น ใครหรืออะไรที่มากระทบ มันเป็นเหมือนลูกบอลที่ขว้างมาใส่เรา ถ้าเราไม่รับมันก็จะกระเด็นกลับไปหาคนขว้าง

และพี่อยากให้รู้ความจริงข้อหนึ่งว่า ทุกจุดมีปัญหา ในสวิตเซอร์แลนด์ มีคนไทยอยู่

ประมาณ 30,000 คน มีคนทำงานจิตอาสาประมาณ 1,000 คนได้ และอีกสิ่งที่คนทำจิตอาสาต้องมีคือ **ความอดทน มั่นคง และจิตใจที่ดี** เพราะถ้าไม่มั่นคง จะคลอนแคลน มีอะไรมากระทบ เราก็กระเทือน จะทำงานไม่ได้ เคยมีน้องคนหนึ่งโทรมาหา บอกพี่หนูท้อจ้งกับงานจิตอาสาที่ทำอยู่ พี่ก็บอกว่า สิ่งที่ท้อ คือการเรียนรู้ สิ่งที่ทำทำให้เราไปถึงเป้าหมาย คนที่ไม่ได้ทำ เขาพูดได้ทั้งนั้น แต่คนทำมักจะไม่ได้พูด เพราะเราต้องการช่วยเหลือสังคมจริง ๆ

พี่รู้สึกขอบคุณคนทำงานจิตอาสาทุกคน ทั่วโลก และขอบคุณหญิงไทย ที่เป็นจิตอาสาที่มั่นคง และขอให้อยู่ไปนาน ๆ นะคะ....



ตัดบ้ายังเหลือเยื่อใย



ครั้งนี้เรามาคุยกันเรื่อง **“ค่าอุปการะเลี้ยงดู”**

จะไม่ใช้ภาษากฎหมายค่ะ เช่น คำมารดา บิดา และบุตร แต่จะใช้ภาษาที่เราพูดคุยกันทุกวัน ที่ทุกคนเข้าใจ เราใช้คำว่า พ่อแม่ลูกดีกว่านะคะ

ถ้าพ่อแม่ลูก ยังอยู่เป็นครอบครัวอบอุ่น ใครจะทำงานก็เปอร์เซ็นต์นั้น เป็นเรื่องภายในของแต่ละครอบครัว ช่วยกันทำมาหากินแล้วแต่จะตกลงกัน

แต่ปัญหาเกิดขึ้น เมื่อพ่อแม่ไม่อยากจะอยู่ด้วยกัน คือต้องการสิ้นสุดความสัมพันธ์ ไม่ว่าจะเป็นการจดทะเบียนสมรสหรือไม่ได้จดทะเบียนสมรส

ลูกที่พ่อแม่ไม่ได้จดทะเบียนสมรส แต่พ่อจดทะเบียนรับรองลูก เด็กก็มีสิทธิ์ที่จะได้รับเงิน **“ค่าเลี้ยงดู”** ตามที่ศาลสั่ง สาระสำคัญคือ มี**กฎหมายใหม่ซึ่งมีผลบังคับใช้ตั้งแต่วันที่ 21 กันยายน 2018** ว่าด้วย **เงินอุปการะเลี้ยงดูลูก** เมื่อพ่อแม่ต้องการแยกกันอยู่ แล้วคุณลูก ผู้เป็นดั่งแก้วตาดวงใจ ฝ่ายที่เป็นผู้ดูแลดวงใจดวงน้อยนี้ ย่อมจะมีสิทธิ์ได้รับเงินค่าเลี้ยงดูจากอีกฝ่าย

ตามกฎหมายใหม่ เมื่อลูกคนสุดท้อง

-อยู่ในวัยที่จะเข้า Kindergarten (jardin d'enfants) ก็อายุ 4 ปี ฝ่ายที่เคยได้รับเงินค่าเลี้ยงดูตามศาลสั่ง ก็จะต้องไปทำงาน 50 เปอร์เซ็นต์ เพื่อลดภาระของฝ่ายที่เคยจ่าย

-เมื่อลูกเข้าโรงเรียน Sekundarstufe (secondaire) ทำงานเพิ่มขึ้นเป็น 80 เปอร์เซ็นต์

-เมื่อลูกอายุ 16 ปี ไปทำงาน 100 เปอร์เซ็นต์

กฎหมายใหม่ช่วยแบ่งเบาภาระฝ่ายที่ต้องจ่ายค่าเลี้ยงดูซึ่งส่วนมากแล้วก็ได้แก่ผู้เป็นพ่อ ตอนนี้ไปคุณแม่ต้องออกไปทำงานเร็วขึ้น

กฎหมายใหม่นี้ ศาลสูงสุดของสมาพันธรัฐสวิสกล่าวว่า **เด็กที่ได้รับการดูแลจากโรงเรียน หรือจากผู้ปกครองที่บ้านย่อมมีคุณภาพเท่าเทียมกัน**

ความสุขของลูกไม่ได้หมายถึงว่า แม่อยู่ทำงานที่บ้านเป็นระยะเวลานานจนลูกโต

จะดีสำหรับเด็กด้วย ถ้าเขาได้ไปโรงเรียนอนุบาล 2-3 วันต่อสัปดาห์ ได้เล่นและร่วมรับประทานอาหารกลางวันกับเด็กอื่น ๆ ช่วยพัฒนาการอยู่ในสังคมร่วมกับผู้อื่น

นักกฎหมายที่ทาคดีเกี่ยวกับเรื่องหย่าร้าง มีความเห็นว่าเป็นเรื่องที่ดีเพราะรอคอยมานานแล้ว ถึงอย่างไรศาลก็จะพิจารณา ในเรื่องความเหมาะสมของแต่ละฝ่าย

สำหรับสมาคมพ่อสวิส มีความพึงพอใจกับกฎหมายใหม่นี้ เขาบอกว่า หญิงชายมีสิทธิ์เท่าเทียมกัน ทำให้จึงต้องเป็นฝ่ายพ่อเป็นผู้จ่าย

คู่ที่กำลังคิดจะแยกทางกันเดิน ถ้าลูกคนเล็กอายุเกิน 4 ปี เตรียมหางานนอกบ้านไว้

พ่อหรือแม่มีสิทธิ์เรียกค่าอุปการะเลี้ยงดูจากอีกฝ่ายได้

“ลูก” สำคัญที่สุด ไม่มีพ่อหรือแม่คนไหนตัดความสัมพันธ์กับลูกได้ มันมีความรักความห่วงใยอยู่เสมอ



1. Juli 2014 หลังการหย่าร้าง แม่และพ่อได้สิทธิปกครองเด็กเท่าเทียมกัน

1. Januar 2017 ลูกที่เกิดจากแม่และพ่อที่ไม่ได้จดทะเบียนสมรสกัน ย่อมมีสิทธิได้รับค่าอุปการะเลี้ยงดู ดังเช่นเด็กที่เกิดจากแม่และพ่อที่จดทะเบียนถูกต้องตามกฎหมาย เมื่อพ่อจดทะเบียนรับรองการเป็นบุตรแล้ว

1. Januar 2017 ศาลจะพิจารณาสั่งให้เด็กอยู่ในความอุปการะของแม่หรือพ่อ เท่า ๆ กัน เช่น 50/50 หรือ 40/60 ทั้งนี้เพื่อความสุขของเด็กเป็นสำคัญ

21. September 2018 **ใหม่ที่สุด** เมื่อลูกคนเล็กสุด ไป Kindergarten ฝ่ายที่เคยรับเงินค่าเลี้ยงดูต้องไปทำงานหาเงิน เป็นงาน 50 เปอร์เซ็นต์

เมื่อเด็ก ไปเรียนชั้น Oberstufen (niveau avancé) ไปทำงาน 80 เปอร์เซ็นต์

เมื่อเด็กอายุ 16 ปี ทำงาน 100 เปอร์เซ็นต์

งานที่ทำ ภาษากฎหมายเรียก zumutbar (raisonnable) คือตามความสามารถและความเหมาะสม

ทั้งหมดนี้ก็เพื่อความสุขสบายและรักษาผลประโยชน์ให้เด็ก เพราะเขายังดูแลตัวเองไม่ได้ ปัญหาเหล่านี้เกิดขึ้น เมื่อแม่และพ่อหย่าร้าง หรือแยกทางกัน

สรุปที่กำลังคิดว่าจะหย่าหรือแยกทางกัน ถ้ามีลูกที่ต้องรับผิดชอบร่วมกัน และคนเล็กสุด อายุ 4 ปี จากที่เคยเป็นแม่บ้าน อยู่บ้านเลี้ยงลูก ต่อไปอดีตสามีอาจจะบอกว่าฉันก็อยากอยู่บ้านดูแลลูกบ้าง คุณแม่คงต้องเริ่มมองหางานที่มีรายได้ไว้บ้างนะคะ

Quelle: Medienmitteilung des Bundesgerichts vom 28. September 2018 / Source: Communiqué de presse du Tribunal fédéral du 28 septembre 2018.
แปลและเรียบเรียงโดย ก.ไตรคำ



เงินจากเสาที่ 2 ไปอยู่กับใคร ถ้า.....

โดย พี่หญิงไทย

วันนี้เรามาคำนึงกันถึงเรื่องเงิน ๆ ทอง ๆ ทั้งที่ควรเป็นของเรา แต่เราจะไม่ได้ใช้ ถ้าเราต้องจากโลกนี้ไปก่อนจะเกษียณ อ้าวแล้วเงินของเราจะตกทอดไปถึงใครหรือไม่ คราวนี้เล่าสู่กันฟัง **เรื่องเงินเสาที่ 2** ก็พอแหละ หลายคนถามว่า ถ้าคู่ชีวิตตาย แล้วฉันจะได้สมบัติอะไรบ้าง โดยลืมนึกว่า แล้วถ้าเราตาย ใครจะได้สมบัติเราไปบ้าง ตอนนั้นคนเล่าเรื่อง เริ่มแก่ (มาก ๆ) จึงคำนึงถึงแต่เรื่องตาย ๆ ให้เป็นเรื่องของกรรมะ ธรรมชาติเนอะ

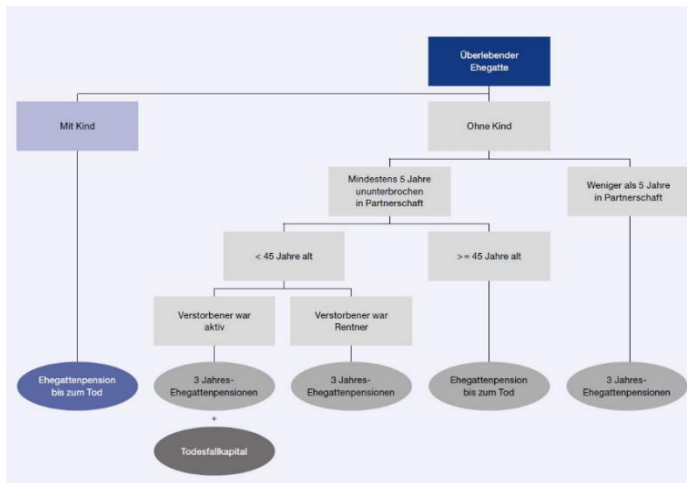
สำหรับคนที่ทำงาน ทรัพย์สินส่วนใหญ่ที่มี คือ เงินในเสาที่ 2 หวังว่าสมาชิกของเราจะรู้จักเงินประกันสังคม เสาที่ 2 ของคนที่ทำงาน ซึ่งต้องจ่ายกรรมธรรมร่วมกับนายจ้าง จะมีเงินเก็บไว้ใช้หลังเกษียณค่อนข้างสูง เมื่อเทียบกับเสาที่ 1



ถ้าเราตายก่อนเกษียณ ใครจะได้รับมรดกส่วนนี้บ้าง คนจะได้คือ **คู่สมรส** บริษัทประกันจะต้องจ่ายเงินหม้ายให้กับคู่สมรสที่ยังมีชีวิตอยู่ ถ้าผู้นั้นมีคุณสมบัติครบตามระเบียบ และให้แก่ลูก ถ้าลูกอายุไม่เกิน 18 ปี หรือจนกว่าจะเรียนจบวิชาชีพ หรือต่อเนื่องไปจนถึงอายุ 25 ปี บางครั้งชีวิตซึ่งอยู่ด้วยกันโดยไม่จดทะเบียนสมรส อาจมีคุณสมบัติที่จะได้รับเงินส่วนนี้ ซึ่งต้องไปศึกษา ดูระเบียบ และ ข้อ ก า ห น ด ที่ ทำ ไว้ กับ บริษัท ประ กัน

จึงแนะนำให้คู่ที่ไม่มีทะเบียนสมรส ไปอ่าน รายละเอียด ของการประกันสังคมเลขที่ 2 นั้น ซึ่งคุณมีกับ บริษัท เพื่อผลประโยชน์ และถ้าไม่มีทะเบียนสมรส แต่ไป ลงทะเบียนคู่ชีวิตไว้เป็นหลักฐาน กับบริษัทหรือกองทุนเงิน ประกัน อาจเป็นประโยชน์ภายหลัง

อีกอย่างหนึ่ง ที่ควรทราบคือ ในแต่ละปี ทาง นายจ้างจะส่งใบรายละเอียดของเงินจำนวนนี้มาให้ มี เนื้อหาสำคัญ ที่เราต้องรู้ว่า มีเงินเก็บจนถึงเวลานี้ เท่าไร และคาดว่าจะมีเท่าไร เมื่ออายุครบเกษียณ เราเรียก ใบสำคัญว่า PK-Ausweis (F: Certificat de prévoyance) หรือ Vorsorgeausweis (F: Certificat de la caisse de pension) อย่าลืมไปหามาอ่าน จะเห็นตัวเลขเยอะไปหมด งงๆ แต่สำคัญค่ะ



ตัวอย่างจาก Pensionskasse SBB

แล้วถ้าไม่มีคู่สมรส ไม่มีลูก เงินนี้จะไปอยู่ที่ไหน เพราะตามกฎหมาย ไม่ได้บังคับให้บริษัทประกันต้อง จ่ายเงินมรดกส่วนนี้ให้ ในกรณีที่ไม่มีทายาทดังกล่าว ข้างต้น บริษัทประกันก็รับทรัพย์ไปโดยปริยาย แต่บาง บริษัทอาจยินดีที่จะจ่ายเงินส่วนนี้ เป็นเงินก้อนจำนวนหนึ่ง จะมอบให้แก่ใคร จะแจ้งไว้ในระเบียบการ การประกัน เช่น ให้แก่พ่อแม่ผู้ตาย หรือให้แก่พี่น้อง ข้อนี้ก็เช่นกัน ขอแนะนำ ให้ไปอ่านระเบียบเหล่านั้นอีกครั้ง

มีเงินเท่าไร ตรวจสอบได้ที่ไหน

ขอแถมอีกนิด ถ้าเราอายุยืนยาวจนเกษียณ ก็ น่ายินดีในเงินรายได้ส่วนนี้ ต้องรักษาผลประโยชน์ของตน

ด้วย หลายคนย้ายงานหลายหน เราลืมหรือเปล่าว่าแต่ละ บริษัทที่เราทำงาน ต่างเก็บเงินประกันส่วนนี้ ไว้ในกองทุน ประกัน ในบริษัทที่น่าเชื่อถือ ซึ่งมีมากมาย บางบริษัทที่ ใหญ่มาก ก็ตั้งกองทุนประกันของตนเอง



อย่าลืมว่า เมื่อเราย้ายที่ทำงาน ต้องแจ้งขอให้ กองทุนเงินประกันบริษัทเดิม โอนเงินของเราทั้งหมดไปเข้า กองทุนของที่ทำงานแห่งใหม่ และแจ้งทุกครั้งที่ย้ายที่ ทำงาน เพราะมีคนจำนวนมาก ไม่รู้สิทธิและขาดทุนในเงิน ส่วนนี้ หน่วยงานของสมาพันธ์รัฐสวิส ที่ดูแลเงินกองทุนนี้ แจ้งว่ามี **“เงินที่ถูกลืม”** อยู่ประมาณ **5 พันล้านสวิตฟรังก์** คนที่ลืมคือเรา เจ้าของเงิน เพราะถ้าเราไม่ไปแจ้งว่าต้อง โอนไปที่ใด เขาก็ไม่รู้จะทำอย่างไร นอกจากเก็บไว้อย่าง น้อย 2 ปี แล้วส่งมอบให้กับหน่วยงาน Stiftung Auffangeinrichtung BVG (F: Fondation institution supplétive) รอเจ้าของมาติดต่อขอรับคืน แต่เมื่อไม่มีคนมา ขอรับ จึงมีเงินนอนรออยู่มากมาย เงินนี้มาจากรายละเอียด กายละน้อยรวม ๆ กันเป็นเงินก้อนใหญ่มาก

ผู้ใดสงสัยว่าเงินของเราไปหลงอยู่ที่ไหนบ้าง สามารถสอบถามได้(ฟรี) ที่ศูนย์ดูแลเงินเลขที่ 2 www.zentralstelle.ch เขียนเป็นลายลักษณ์อักษร โดยให้ รายละเอียดส่วนตัว และการทำงาน ทางศูนย์จะเป็นเพียงผู้ ประสานงานระหว่างกองทุนเงินเลขที่ 2 และผู้ทำประกัน หรือเราผู้ทำงาน เพราะกองทุนประกันทุกแห่งจะต้องส่ง ข้อมูลจำนวนเงินที่เข้ากองทุนของตนให้กับศูนย์ดูแลนี้ สม่ำเสมอ

หวังว่าทุกคนจะมีสุขภาพแข็งแรง มีอายุยืนยาว เพื่อเตรียมใช้เงินสะสมของตนเอง มีความสุขในวัยเกษียณ นะคะ

ที่มา <http://die-pensionskasse.ch/wp-content/uploads/2018/09/Vorsorgeverhaeltnisse.jpg>



พลทหารใหม่ : น้องชายคนเล็ก

รวงข้าวฉบับสิงหาคม นำเรื่อง **การเกณฑ์ทหารไทย** สำหรับพี่น้องชาวไทยที่แต่งงานกับชาวสวิส หรือชาติอื่น ๆ ที่มีลูกชายถือสัญชาติไทยว่า เมื่อครบกำหนดอายุต้องเข้ารับการเกณฑ์ทหาร มีคุณแม่คุณแม่พ่อหลาย ๆ คน ไม่อยากให้ลูกไปเป็นทหารที่เมืองไทย จะด้วยเหตุผลใดก็ตาม แต่เท่าที่ฟัง ๆ มาคือ กลัวการถูกกดขี่ ทำร้าย จนถึงขั้นอันตราย และอาจถึงชีวิต ตามที่เราเห็นข่าว เพื่อให้พี่น้องลดความกังวลกับการเป็นทหารในอนาคตของลูกชายเรา วันนี้ข่าวดีมาบอกค่ะ



ตามประกาศราชกิจจานุเบกษา สำนักนายกรัฐมนตรี เมื่อวันที่ 1 กันยายน พ.ศ. 2561 มีพระบรมราชโองการโปรดเกล้าโปรดกระหม่อม แต่งตั้งให้ **พล.อ.อภิรัชต์ คงสมพงษ์** เป็นผู้บัญชาการทหารบก คนที่ 41 ตั้งแต่วันที่ 1 ตุลาคม ศกนี้ และนโยบายของท่านผู้บัญชาการทหารบกคนใหม่ ที่น่าสนใจคือ การดูแลพลทหารใหม่ ตามแนวทางการสร้างทหารต้นแบบ ที่ให้ความสำคัญกับพลทหาร ซึ่งถือเป็นน้องชายคนเล็กของหน่วยทหาร การจะดูแลให้หน่วยฝึกทหารใหม่ได้ดี กำลังพลต้องอยู่ดี กินดี ดังนั้น พลทหาร ไม่ว่าจะเป็นทหารเกณฑ์หรือทหารที่สมัครเข้ามาประจำการ กองทัพจะต้องดูแลให้ดีที่สุด จึงออกระเบียบใหม่ ดูแลเรื่องอาหาร และความเป็นอยู่ให้ถูกสุขลักษณะและมีที่อยู่พอเพียง ไม่แออัด

นอกจากนี้ กองทัพยังจัดกิจกรรมต้อนรับครอบครัว และญาติทหารใหม่ เปิดให้ครอบครัวของทหารใหม่ เข้ามาดูหน่วยฝึก โรงนอน ตั้งแต่วันแรกที่รายงานตัว

เพื่อแสดงให้เห็นถึงความพร้อมของกองทัพบก ที่จะให้การดูแลสมาชิกใหม่ในทุกด้านอย่างดีที่สุด

ที่สำคัญคือเรื่องสิทธิประโยชน์ ครอบครัวของพลทหาร จะได้ว่า ลูกหลานได้รับอะไรบ้าง เบี้ยเลี้ยงเท่าไร และหลังฝึกแล้วเกิดการเปลี่ยนแปลงอย่างไร

สิ่งหนึ่งที่จะเห็นชัดหลังปลดประจำการ คือ ทุกคนมีระเบียบวินัยกลับไป การให้พลทหารทำงานต่าง ๆ นั้น ไม่ใช่การใช้งานกำลังพล แต่เป็นการปลูกจิตสำนึกให้รู้จักหน้าที่ของตนเอง ซึ่งการฝึกทหารยุคต้นแบบ ต้องมีลักษณะท่าทาง สมาร์ท ผึ่งผาย มีระเบียบวินัย เพื่อเป็นตัวอย่างให้หน่วยงานอื่น ๆ เมื่อทหารมีวินัย กองทัพแข็งแกร่ง ประเทศชาติก็เข้มแข็ง

พล.อ.อภิรัชต์ กล่าวถึงการลงโทษพลทหารที่รุนแรงเกินกว่าเหตุว่า เป็นความผิดร้ายแรง หากยังมีอีก ถือว่า ผู้บังคับบัญชาตามลำดับชั้น ไม่ใส่ใจดูแล ซึ่งเป็นนโยบายที่เข้มงวด และได้สั่งการด้วยตัวเองไปแล้ว ที่สำคัญ เราต้องให้ความรู้กับครูฝึก ผู้ช่วยครูฝึก การจะซ่อมรับพี่ หรือรับน้องอย่างไร ต้องอยู่ในความควบคุมดูแลของนายทหาร และต้องมีช่วงเวลา ไม่ใช่ใครอยากทำอะไรก็ทำ เป็นเรื่องที่กองทัพ เน้นย้ำมาตลอด ต้องไม่เกิดเรื่องแบบที่เป็นข่าวอีก และหากเกิดเรื่องขึ้นอีก จะนำไปสู่การปฏิบัติและลงโทษอย่างจริงจัง

ประเทศต่าง ๆ ทั่วโลก ล้วนมีทหาร ขอให้สบายใจว่ากองทัพจะดูแลลูกท่านให้ดี ในวันที่ฝึกจนจบและกลับไปกราบดัก กราบเท้าพ่อแม่และแม่ ท่านจะเห็นความเปลี่ยนแปลง เรายืนยันว่า จะทำให้ลูกของท่านเป็นพลเมืองที่ดีของประเทศไทย นี่คือการกล่าวของพล.อ.อภิรัชต์ คงสมพงษ์ ผู้บัญชาการทหารบกคนใหม่หมาด ๆ

หวังเป็นอย่างยิ่งว่า พวกเราจะลดความห่วงใยได้บ้างนะคะ...

ที่มา: <https://www.thaipost.net/main/detail/21263>

<https://prachatai.com/journal/2018/09/78899>

รวบรวมโดย เฟราอีริชิ



การเป็นทหาร ของบุคคลสองสัญชาติ

ขณะนี้ในสวิตเซอร์แลนด์ มีประชากรสองสัญชาติทั้งหมดราว ๆ 916,000 คน และอีก 560,000 คน ใช้ชีวิตอยู่ในต่างประเทศ รวมแล้วคนสวิสที่ถือสองสัญชาติ มีจำนวนรวม 1.48 ล้านคน (ตามรายงานตัวเลข จากหนังสือพิมพ์ NZZ am Sonntag)

เมื่อปี ค.ศ. 1992 มีการแก้ไขกฎหมายสิทธิพลเมือง ซึ่งให้สิทธิพลเมืองสองสัญชาติ แบบไม่มีข้อจำกัด เพราะมีคนกลุ่มนี้มากขึ้นเรื่อย ๆ จากการสมรสทุก 3 คู่ เป็นการสมรสระหว่างคนสวิส กับชาวต่างชาติ จึงทำให้ลูก ๆ ของคนเหล่านั้น ได้สัญชาติตามบิดาหรือมารดาของเขาด้วย เช่น พวกเราคนไทย แต่งงานกับคนสวิส ลูกของเราก็ได้สัญชาติไทยด้วย ก็กลายเป็นบุคคลสองสัญชาติ พวกเราเองก็เช่นกัน เดิมทีเรามีสัญชาติไทย พอแต่งงานมาอยู่ที่นี่เมื่อครบเงื่อนไขการขอสัญชาติ พวกเราหลายคนก็ขอสัญชาติสวิส เราก็กลายเป็นคนสองสัญชาติด้วยเหมือนกัน



เพราะชาวสวิสทุกคนอยู่ภายใต้กฎหมายและเงื่อนไขเดียวกัน ไม่ว่าผู้หนึ่งจะมีอีกสัญชาติฟ่วงมาด้วยก็ตาม หน้าที่หนึ่งที่น่าสนใจ คือ หน้าที่ป้องกันประเทศ หรือการเข้ารับราชการทหาร มีกฎระเบียบอย่างไร ไปติดตามกัน

หน้าที่ป้องกันประเทศ

ชายสองสัญชาติ ที่อาศัยอยู่ในสวิตเซอร์แลนด์ มีหน้าที่ต้องเข้ารับราชการทหาร ถึงแม้จะถือสัญชาติอื่นด้วย

แต่ถ้าบุคคลนั้นเข้ารับราชการทหาร ทำหน้าที่บริการพลเมือง หรือว่ารับหน้าที่ทดแทนในลักษณะเดียวกันในประเทศบ้านเกิด บุคคลนั้น ก็ไม่ต้องเข้ารับราชการทหารที่สวิตเซอร์แลนด์ซ้ำอีกได้ แต่จะต้องเสียเงินทดแทน และต้องแจ้งต่อทางการทหารของประเทศสวิตเซอร์แลนด์ เกี่ยวกับการเข้ารับการเกณฑ์ทหารที่ต่างประเทศนั้น ๆ ด้วย หากละเลยไม่ทำตามกฎ ก็จะมีผลความผิดครับ

ประเทศสวิตเซอร์แลนด์ ทำข้อตกลงทวิภาคีว่าด้วยกฎระเบียบพิเศษกับ 7 ประเทศคู่สัญญา ได้แก่ ประเทศเยอรมนี ฝรั่งเศส โคลัมเบีย อาร์เจนตินา สหรัฐอเมริกา ออสเตรเลีย และอิตาลี ว่าชายชาวสวิสที่มีหนังสือเดินทางของประเทศดังกล่าว สามารถเลือกได้ว่า จะไปรับราชการทหารที่ประเทศใด แต่ต้องตัดสินใจก่อนบรรลุนิติภาวะ

สำหรับประเทศฝรั่งเศสนั้น หน้าที่รับใช้ชาติ คือแค่ต้องไปรายงานตัวในวันปฐมนิเทศทหารหนึ่งวันเท่านั้น ตามรายงานของ หนังสือพิมพ์ “NZZ am Sonntag” ระบุว่า ในปี ค.ศ. 2017 มีบุคคลสองสัญชาติสวิส-ฝรั่งเศส ใช้สิทธิดังกล่าวถึง 669 คน

หมายเหตุ:

ชายที่มีสัญชาติไทยทุกคน มีหน้าที่รับราชการทหาร ตามมาตรา 7 ของ พระราชบัญญัติรับราชการทหาร พ.ศ. 2497 (คำอธิบาย ตาม พรบ.รับราชการทหารดังกล่าว เด็กลูกครึ่งชายไทย-สวิส หากรับราชการทหารที่ประเทศสวิตเซอร์แลนด์แล้ว ก็ยังต้องไปเข้ารับการเกณฑ์ทหารที่ประเทศไทย ในทางกลับกันหากชายสัญชาติไทย-สวิส เข้ารับราชการทหารที่ประเทศไทยแล้ว ไม่ต้องเข้ารับราชการที่ประเทศสวิตเซอร์แลนด์อีกครั้ง ตามข้อมูลของบทความนี้)

ข้อมูลการผ่อนผันการเกณฑ์ทหารในประเทศไทย สำหรับลูกครึ่ง อ่านเพิ่มเติมได้ที่ (สืบค้นข้อมูล ณ วันที่ 11.11.2018)<http://www.thaiembassy.ch/Content/Embassy/111.html>

จากนิตยสาร Beobachter

ฉบับวันที่ 31 กรกฎาคม ค.ศ.2018

แปลโดย ศักดา บัวลอย



ขุมทรัพย์ของพวกเรา

โดย ก. ไตรคำ

อยากรู้เหมือนกันว่าเงินที่เขาหักจากรายได้ของเรา และนายจ้างสมทบจ่ายให้เรา เขาเอาไปเก็บไว้ที่ไหน และลงทุนในธุรกิจใด ๆ บ้าง เพื่อให้เรามีเงินใช้ตลอดชีวิต

เมื่อปี 2017 ทรัพย์สินของ AHV-Fonds (Fonds AVS) หรือเรียกง่าย ๆ เงินเสาที่หนึ่ง มีกำไรจากการลงทุนเพิ่มขึ้น 2 Milliarden Franken (สองพันล้านสวิสฟรังก์) แต่จำนวนคนเกษียณก็เพิ่มขึ้นเช่นกัน รายจ่ายจึงเพิ่มขึ้นด้วย เหตุนี้ทำให้รัฐบาลสวิส คิดที่จะปฏิรูประบบรายรับของเงินเสาที่หนึ่ง

ในปี 2017 เรียกว่าเป็นปีนำโชคสำหรับพวกเราทุกคนที่ทำงานอยู่ในสวิสฯ หรือทำงานเป็นแม่บ้านเลี้ยงลูกอยู่บ้าน ทุกคนได้รับผลประโยชน์ร่วมกัน ทำให้กองทุนเงินเสาที่หนึ่งนี้ เพิ่มขึ้นเป็น 31.9 Milliarden Franken ซึ่งมาจากผลตอบแทนของเงินลงทุน 6.8 เปอร์เซ็นต์ นับว่าสูงมาก ผลจากการลงทุนที่ได้กำไรนี้เนื่องจากตลาดหุ้นปี 2017 มีการซื้อขายคล่อง จึงทำให้เงินช่วยเหลือคนทุพพลภาพ (IV) และกองทุน EO ได้รับผลกำไรไปด้วย เงินทั้งสามกองทุนนี้เหมือนอยู่ในครอบครัวเดียวกัน เกี่ยวพันกันโดยตรง ผู้บริหารเงินกองทุนนี้คือสถาบันการเงินชื่อ Compenswiss (Ausgleichsfonds AHV/IV/EO (D), Fonds de compensation AVS/AI/APG (F))

ขอบคุณเงินกำไรจากปี 2017 ถึงแม้จะต้องจ่ายออกไปมากให้คนเกษียณ แต่งบดุลก็ยังไม่ติดลบ

จริงๆ แล้ว เงินที่จ่ายให้ผู้เกษียณแต่ละปีจะเพิ่มขึ้นเรื่อยๆ เนื่องจากประชากรมีอายุมากขึ้นขยับยืน เพิ่มมากกว่ารายรับประจำ ที่ได้มาจากผู้ทำงาน รวมทั้งได้จากรัฐบาลกลาง และภาษีจากบุหรี่ย เครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ และภาษีมูลค่าเพิ่ม ในอนาคตรายได้ที่ได้มาทั้งหมดอาจจะติดลบ

ผู้เชี่ยวชาญทางการเงินคาดการณ์ว่าในปี 2020 รายจ่ายจะมากกว่ารายรับเกือบหนึ่งพันล้านฟรังก์ เงินของกองทุนจะนำไปลงทุนในต่างประเทศและในสวิสฯ โดยสถาบันการเงินต่างๆ เช่น บริษัท Black Rock ลงทุนในอสังหาริมทรัพย์ ที่อยู่อาศัยที่เราเช่ากันอยู่

การจะลงทุนได้ก็ต้องมีเงินทุน ถ้ารายจ่ายมากกว่ารายรับทุกปีแล้วจะเอาที่ไหนไปลงทุน

เวลาตลาดหุ้นซาลง ก็อาจจะมีผลตอบแทนเสาที่หนึ่ง คือมีผลกระทบไปเสาที่สองด้วย คือเป็นผลตอบแทนงอกกันไปหมด อยู่ที่ว่าการลงทุนในระดับความเสี่ยงมากน้อยต่างกัน เขาจะดูภาวะเศรษฐกิจปีนั้นว่ามีทิศทางเป็นอย่างไร

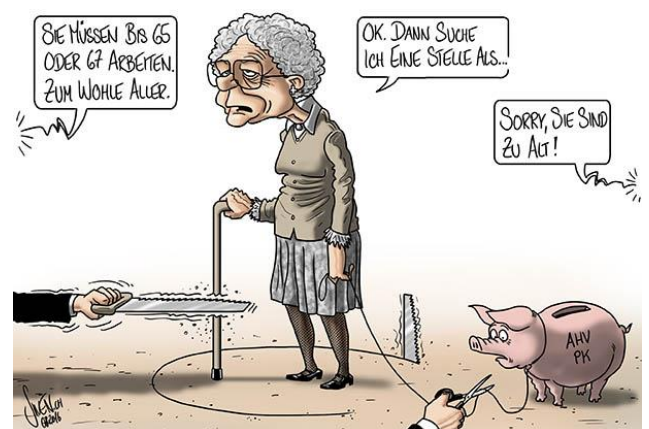
สถาบันการเงินที่นำเงินจากเสาที่หนึ่งไปบริหาร เขาคิดค่าทำงานโดยหักไปตามเปอร์เซ็นต์ที่ตกลงกัน

เมื่ออยู่ในวัยทำงาน ก็คิดเสียว่า อภินิหารของเงินออม หรือ จ่ายสนุก-สุขเกษียณ

การลงทุนทุกอย่างมีความเสี่ยง

รัฐบาลสวิสและประชาชน คือพวกเราทุกคน ช่วยกันคิด จะทำอย่างไรให้มีรายได้เข้ามาสู่กองทุนสม่ำเสมอ เช่น หักเงินสะสมจากคนทำงานและเงินสมทบจากนายจ้างเพิ่มขึ้น (ไม่จ่าย เพราะคนในวัยทำงานไม่อยากจ่ายเพิ่ม) เพิ่มอัตราภาษีมูลค่าเพิ่ม หรือผู้หญิงทำงานจนอายุ 65 ปีจึงเกษียณ

ผู้หญิงอายุยืนมากกว่าชาย กองทุนก็จ่ายเงินให้ทุกเดือนจนวาระสุดท้าย มีอยู่มีกินตลอดไป ไม่อดแค้น.....



ที่มาภาพ <https://www.swen.ch/?month=201609>



ภาษาไทยกับคนสวิส

โดย แก้วกัลยา



เครดิตภาพ Nongnut Gasser

ฉันเป็นหญิงไทยที่แต่งงานกับคนสวิส และย้ายมาอยู่ที่นี่ได้นานหลายปี ภาษาหลักที่ใช้สื่อสารในบ้านกับคุณสามีคือภาษาอังกฤษ กับลูก ๆ คือ ภาษาไทย ภาษาทางการในเมืองที่ฉันอาศัยอยู่ มีสองภาษา คือ ภาษาเยอรมันและภาษาฝรั่งเศส โดยส่วนตัวแล้ว การเรียนภาษาที่สามเป็นเรื่องที่ค่อนข้างยากสำหรับฉัน หลายปีติดๆไม่กระตือรือร้นไปไหน คงเป็นเพราะฉันศึกษาทางสายสุขภาพ ซึ่งมุ่งเน้นวิทยาศาสตร์มากกว่าภาษาศาสตร์ จึงเป็นเรื่องยากสำหรับฉัน

คนสวิสโดยส่วนมากเก่งด้านภาษา เพราะมีภาษาทางการหลากหลาย ตอนมาอยู่ใหม่ ๆ ได้ยินพี่ ๆ คนไทยที่อยู่มานานเล่าให้ฟังว่า เคยไปร้านเสื้อผ้ากับเพื่อน พวกเขากันพูดถึงคนสวิสที่มาเลือกดูเสื้อผ้าเช่นกัน คนนี้ฟังภาษาไทยออก เดินมาบอกว่า รู้นะพวกเธอว่าอะไรฉัน ฉันฟังภาษาไทยเข้าใจและพูดได้ เล่นเอาหน้าแตกไปตาม ๆ กัน มีข้อควรระวังเวลาจะพูดถึงใคร

จากประสบการณ์ตรงของฉันคือ ฉันมีเหตุให้ต้องฟังพาล่ามในการสื่อสาร ทางทางส่งล่าม มาแปลภาษาและสื่อสารให้ฉัน เธอเป็นหญิงชาวสวิส พูด อ่าน เขียนภาษาไทยได้อย่างคล่องแคล่ว สอบถามแล้ว จึงรู้ว่าเธอเคยไปอยู่ภาคใต้ของเมืองไทยสิบกว่าปี งานนี้อาจทำให้คนไทยแท้ ๆ ที่ทำงานเป็นล่าม ว่างานได้ อีกสองเหตุการณ์ที่พบ

เจอ คือ ชายชาวสวิส ยังหนุ่ม อยู่ในวัยทำงาน พบกันในวัดกัมพูชาในสวิตเซอร์แลนด์ใกล้ ๆ บ้าน พูดไทยคล่องมาก เขียนอ่านพอได้ ถามฉันว่าคำนี้ภาษาไทยสะกดอย่างไร จะส่งข้อความไปให้เพื่อนคนไทยอีกที ไฉ่โห ! ทำเอาฉันตั้งว่า **ภาษาไทย** เป็นที่สนใจขนาดนี้เขี้ยวหรือ ส่วนอีกเหตุการณ์คือ ตอนไปเที่ยวงานอาหารเอเชียช่วงฤดูร้อน ชายสวิสมาซื้ออาหารไทย พูดไทยชัดมาก บอกไม่เผ็ด ไม่กินนะ สุดยอดจริง ๆ จึงถามไปว่า คุณเคยไปอยู่เมืองไทยมานานหรือ พูดภาษาไทยเก่งมาก คำตอบที่ได้ยิ่งประทับใจกว่า เขาบอกว่ามีภรรยาไทย พูดกับภรรยาที่ **“ได้เมียดเมียดสอนให้”** ซึ่งได้พบพี่ผู้หญิงคนไทยภรรยาและลูกสาวด้วย ดูแล้วเป็นครอบครัวที่น่ารักมาก ๆ

เล่ามาถึงตรงนี้ บอกกับตัวเองว่า ภาษาที่นี้เราก็คงทำได้ มีโอกาสอีกมากมายรอเราอยู่ มีคนมากมายแสดงให้เราดู ให้เรารู้ ให้เราเห็น และเป็นตัวอย่าง เป็นแรงบันดาลใจ เราต้องสู้และพยายามต่อไป หวังว่าคงเป็นกำลังใจให้กับทุก ๆ คนที่ยังไม่คล่องเรื่องภาษานะคะ



เมื่อชีวิตถึงจุดเปลี่ยน

โดย ลอมฟาง

การจากลาเป็นเรื่องธรรมดาของมนุษย์

“ เราจะต้อง พลัดพราก จากของรัก
ไม่ย้ายยัก มันคง อย่าสงสัย
รับรู้ตัว เสียก่อน ไม่ร้อนใจ
ถึงคราวไป แล้วก็ไปไปตามกาล ”



“ชอบใจช่วงเวลาที่ดีที่สุดที่ทั้งสองคนเต็มใจ
ทำให้พ่อนะ จากนั้นต่อไปพ่อขอให้ลูกทั้งสองคนใช้
ชีวิตที่เหลืออย่างเต็มที่ และเติมเต็มความสุขให้กัน
และกันตลอดไปนะ” พ่อบอกกับเราสองคน ก่อนถอดลา
แล้วสิ้นลมหายใจอย่างสงบ เป็นความเศร้าที่ต้องพลัด
พราก แต่คำพูดพ่อทำให้อ้อมเอมใจที่รับรู้พ่อก็มีความสุข
กับทางที่เราเลือกย้ายกลับมาเมืองไทยเมื่อ 8 ปีก่อน เพื่อ
เติมเต็มความสุขในบ้านปลายชีวิตให้พ่อ

เหมือนคำพ่อพูด จากนั้นต่อไปตั้งใจใช้ชีวิตที่เหลือ
ให้เต็มที่ และนี่คือ เหตุผลของการตั้งใจ ให้ของขวัญพิเศษ
กับคู่ชีวิต เพียงแค่รอเวลาที่เหมาะสม เราทั้งสองคนมี
ความสุขกับทุกที่ ที่เราอยู่เสมอ แต่เงื่อนไขของการเลือกที่
อยู่ แต่ละคู่ต่างมีปัจจัยเฉพาะที่แตกต่างกันไป คู่เราก็ก
เช่นกัน ฉันอยากจะเล่าสู่กันฟัง แบ่งปันวิธีคิด และการ
วางแผน จากสิ่งที่ฉันได้เรียนรู้ การป้องกันปัญหากับการ
ตัดสินใจเปลี่ยนชีวิตอีกครั้ง หลังจากอยู่เมืองไทยมา 8 ปี

เดือน มี.ค - เม.ย ปี 2017 เป็นช่วงที่เชียงใหม่มี
ปัญหาหมอกควัน เราเลือกเดินทางมาท่องเที่ยวที่
สวิตเซอร์แลนด์ 2 เดือน ทุก ๆ ปี เราจะเลือกเดินทางช่วงนี้

เสมอ เรามีความสุขกับการเดินทาง ในใจคิดว่าน่าจะใกล้
ถึงเวลาที่จะมอบของขวัญชิ้นพิเศษให้คู่ชีวิตแล้ว

วันหนึ่งระหว่างเดินเล่นบนภูเขาด้วยกัน คู่ชีวิตก็
พูดเปรยขึ้นว่า “ อากาศบริสุทธิ์ เธอคิดอย่างไร ถ้าเราจะอยู่
ที่นี่ด้วยกันนาน ๆ ”

ฉันเดินไปเรื่อย ๆ เจียบไปพักใหญ่ ก่อนบอกกับ
คู่ชีวิตที่ผ่านร้อนผ่านหนาวมาด้วยกันว่า “ ถ้าจะย้าย ก็
ย้ายเลย ไม่อยากรอให้นานกว่านี้ เพราะอายุที่เยอะขึ้น อาจ
ทำให้เราปรับตัวยากขึ้น และนี่คือ ของขวัญพิเศษในเวลา
ที่เหมาะสมกับชีวิตคู่ของเรา ” ฉันรับรู้ได้ถึงพลังความสุขที่
ยิ่งใหญ่ของคนที่ยืนอยู่ตรงหน้า ในการตัดสินใจร่วมกัน เพื่อ
ย้ายกลับมาใช้ชีวิตส่วนใหญ่ที่บ้านเกิดของสามี หลังการใช้
ชีวิตอย่างมีความสุขที่บ้านเกิดภรรยา 8 ปีเต็ม

หลากหลายภาวะ ที่เราเผชิญทั้งที่สุขมาก และที่
ต้องเผชิญกับภาวะที่ยากจะเข้าใจ ความไม่ตรงไป ตรงมา
ของเจ้าหน้าที่รัฐ แต่เราทั้งสองพร้อมเปิดใจเรียนรู้และ
ตั้งใจทำทุกอย่างให้ถูกต้องตามกฎหมาย น้ำใจไม่ตรึงจาก
คนรอบข้าง และสภาวะอากาศที่ร้อนขึ้น ทุก ๆ ปี สุข ทุกข์
ปะปนกันไป คงเป็นเป้าหมายให้การตัดสินใจครั้งนี้ของเรา
ทั้งคู่ เปี่ยมไปด้วยประสบการณ์ลองผิดลองถูก แต่เราโชคดี
ที่เราสองคนมีความสุขกับทุก ๆ การตัดสินใจของเราเสมอ

ขอแบ่งปันประสบการณ์ตั้งแต่ปีแรกที่ย้ายจาก
สวิตเซอร์แลนด์กลับไปใช้ชีวิตที่ไทยนะค่ะ

ตุลาคม ปี 2009 ย้ายจากสวิตเซอร์แลนด์ไปใช้ชีวิต
ที่ จ. ตรัง บ้านเกิดผู้เขียน วีซ่าปีแรกของสามีจะต้องยื่นที่
กองตรวจคนเข้าเมืองสตูล (ต.ม สตูล) เนื่องจากตั้งอยู่ใน
พื้นที่ความรับผิดชอบของสตูล เราเตรียมเอกสารไป
ครบถ้วน เนื่องจากก่อนการเตรียมเอกสารขอวีซ่า ได้อัปเดต
ข้อมูลโดยตรงจากเว็บไซต์ของต.ม.แล้ว เพื่อป้องกันความ
ผิดพลาด เราขับรถไปชมบรรยากาศไปอย่างสบายใจ เพื่อ
เดินทางไปให้ถึงเป็นคนแรกในเวลาทำการ เมื่อยื่นเอกสาร
เรียบร้อยแล้ว จนท.ต.ม. สตูลเอ่ยปากชมว่า เอกสารเรา
เรียบร้อย ครบถ้วนทั้งหมด ไม่จำเป็นต้องขอเพิ่มเติม และ
อธิบายต่อว่า จะมีการสัมภาษณ์แยกระหว่างสามี

ภรรยา เราสองคนไม่มีความกังวลใด ๆ เพราะมันใจในความถูกต้อง นั่งรอซักพักใหญ่ ๆ เจ้าหน้าที่เอาเอกสารมาให้เซ็นต์ชื่อ พร้อมบอกว่าไม่ต้องกังวล เป็นแค่ขั้นตอนปกติ โดยไม่มีการสัมภาษณ์ใด ๆ ผู้เขียนอ่านและแปลข้อความในกระดาษให้สามีฟัง แล้วมาสะดุดที่ประโยคที่ระบุว่าเจ้าหน้าที่สัมภาษณ์ "เมื่อคืนคุณมีเช็กชัตด้วยกันไปล่าและผ้าปูที่นอนสีอะไร" บอกตรง ๆ ว่างง และรู้สึกอายสามีมากที่มีคำถามอย่างนี้ จึงสะดุดไปช่วงหนึ่ง สามีถามตาม เขียนว่าอะไร เลยบอกไปตามความเป็นจริง แต่ฉันจะเคลียร์กับเจ้าหน้าที่เอง เจ้าหน้าที่เห็นเราสองคนชะงัก พุดย้าว่าเป็นเรื่องปกติ ที่ต้องถาม ถ้าไม่เซ็นต์ก็ย้อนขอวีซ่าไม่ได้ เลยบอกกับเจ้าหน้าที่อย่างเป็นมิตรไปว่า สังคมไทยคงไม่ใช่เรื่องปกติที่เอาเรื่องเช็กชัตมาพูด และใช้เป็นหลักฐานในแง่มุมนี้ และละเมิดความเป็นส่วนตัวของเราทั้งคู่ โดยส่วนตัวแล้วไม่เห็นด้วยกับการพิมพ์ข้อความนี้ลงไป ในเอกสารประกอบการขอวีซ่า ขอให้มีการสัมภาษณ์จริง ๆ จะดีกว่า และหากเจ้าหน้าที่สงสัยในความสัมพันธ์ของเราทั้งสอง สามารถเข้าไปตรวจที่บ้านที่เราอาศัยอยู่ และตรวจสอบจากเพื่อนบ้านในหมู่บ้านของเราได้ ขอยืนยันว่าให้แก้ไขบทสัมภาษณ์นี้ น่าจะเป็นทางออกที่ดีที่สุด เมื่อเจ้าหน้าที่เห็นว่าเราไม่ไว้วางใจ เพียงแต่ขอความชัดเจนในการรักษาสิทธิของเรา เจ้าหน้าที่จึงยอมแก้ไขบทสัมภาษณ์ในกระดาษแผ่นนั้น ก่อนที่เราจะอ่านอย่างละเอียด และเซ็นต์ชื่อ แแนเอกสารประกอบการยื่นขอวีซ่า หลังจากนั้นภายใน 30 วัน เราก็ได้รับแจ้งจากเจ้าหน้าที่ว่า วีซ่าผ่านเรียบร้อยแล้ว ให้ไปรับได้ที่ ตม. สตูล วีซ่าปีแรกของสามีผ่านไปแบบคาใจเล็กน้อยถึงปานกลาง

เรื่องวีซ่ายังมีเรื่องราวจะเล่าให้ฟังอีก และอีกหลาย ๆ ประสพการณ์ที่อยากแบ่งปันกันอีกในฉบับต่อไปนะคะ.....



สมาพันธ์รัฐสวิส แจกเงินประชากร

โดย ต้นข้าว

Albinen in Wallis, Switzerland



ข่าวว่ารัฐสวิสแจกเงินคนละ 25,000 (สองหมื่นห้าพัน) สวิสฟรังก์ หรือ 800,000 (แปดแสน) บาทจริงรึเปลี่ย ไม่เคยได้ยินมาก่อน ประเทศนี้รวยมาก ถึงขนาดแจกเงินประชาชนเลยรึ แจกฟรี ๆ เลยรึ แจกเท่าไรรึ คำถามต่อคำถาม ที่ต้องการคำตอบ

ทำให้เราต้องวิ่งไปค้นหาคำตอบในเรื่องนี้ เพื่อเราจะได้รับแจกบ้าง ไม่อยากพลาดโอกาสงามๆ เราอยู่ที่นี้เหมือนกัน น่าจะได้ด้วยนิ เรื่องนี้เป็นจริงค่ะ แต่จริงเท่าไร ใครจะแจกเงินฟรีๆ ของฟรีมีที่ไหน โดยเฉพาะที่ประเทศสวิตเซอร์แลนด์ แล้วทำอะไร เราจะได้รับแจกบ้าง

เฉลยสั้นๆ ก่อนว่า มีการแจกเงินอยู่ที่ หมู่บ้าน Albinen ในรัฐ Wallis เราวิ่งไปที่นี้กันเลยคะ ตามมาคะ ว่าเรื่องนี้จะเป็นอย่างไ

หมู่บ้าน Albinen นี้อยู่บนภูเขา สูง 1300 เมตรเหนือระดับน้ำทะเล หมู่บ้านที่เงียบสงบ ทิวทัศน์งดงามอากาศดี แสงแดดอบอุ่น ทั้งยังอยู่ไม่ไกลจากแหล่งท่องเที่ยว คือเมือง Leukerbad ห่างกันเพียง 6 กิโลเมตร และไม่ไกลจากเมือง Visp แหล่งอุตสาหกรรม เมืองใหญ่ เมืองหลวง Sitten เมืองใหญ่ ในเขตรัฐ Wallis เพียงแค่ขับ

รถไป 35 นาที หมู่บ้านสวยขนาดนี้ อยู่ไม่ไกลจากแหล่งที่ทำมาหากิน ทั้งเมืองท่องเที่ยว เมืองอุตสาหกรรม และเมืองหลวงของรัฐ ทำไมมาได้แจกเงิน เพื่ออะไร เพราะว่าสวยอย่างไร ก็ยังมีปัญหาค่ะ

ปัญหาคืออะไร....ประชากรในหมู่บ้านลดน้อยลงเรื่อยๆ หลายครอบครัวย้ายออกไปจากหมู่บ้าน ไปกันหลายครอบครัว ประชากรเหลืออยู่เพียง 240 คน (ข้อมูลพฤศจิกายน 2560) (ปีที่ผ่านมาย้ายออกไป 3 ครอบครัว นำลูกหลานวัยเรียนออกไป 8 คน) ทั้งหมู่บ้านเหลือเด็กนักเรียนชั้นประถม 2 คน ชั้นมัธยม 5 คน เมื่อมีนักเรียนน้อยจึงต้องปิดโรงเรียน นักเรียนต้องนั่งรถไปไกลเพื่อไปโรงเรียน ดังนั้นนายอำเภอจึงเสนอให้มีการจ่ายเงินสนับสนุนแก่คนที่ต้องการย้ายเข้ามาอยู่ในหมู่บ้านนี้ ข้อเสนอนี้ได้รับการยอมรับจากสมาชิกสภาอัลบิเนน มีการลงคะแนนเสียง เมื่อวันที่ 30 พฤศจิกายน 2560 ประชามติเสียงส่วนใหญ่เห็นด้วย ได้ร่างกฎระเบียบการจ่ายเงิน ซึ่งสรุปได้ความว่า



คนหนุ่ม คนสาว อายุไม่เกิน 45 ปี ถ้าต้องการเข้ามาอยู่ที่นี่ ทางอำเภอมีเงินสนับสนุนในการสร้างที่อยู่อาศัย ไม่ว่าจะเป็นการสร้างบ้าน ซีโอพาร์ทเมนต์ หรือซ่อมแซมที่อยู่อาศัย จำนวนเงินที่จะให้คือ คนเดียว ได้รับ 25,000 สวิสฟรังก์ คู่สามีภรรยา 50,000 สวิสฟรังก์ ลูกได้รับ คนละ 10,000 สวิสฟรังก์ ดังนั้นเป็นครอบครัว ที่มีพ่อแม่ลูกสองคน จะได้ 70,000 สวิสฟรังก์ และถ้ามีลูกสามคน ทั้งครอบครัวจะได้รวม 80,000 สวิสฟรังก์ ถ้าเป็นชาวต่างชาติ ต้องเป็นผู้มีใบพำนักประเภท C

ข้อกำหนดอื่นๆ ในการจะขอรับเงินสนับสนุน คือ

1. ต้องเป็นการสร้างที่อยู่อาศัยแห่งแรก ไม่ใช่บ้านหลังที่สอง ไม่ใช่สร้างบ้านหรือ อพาร์ทเมนต์ให้เช่า
2. ต้องอยู่นานมากกว่า 10 ปี ถ้าย้ายออกก่อนเวลาจะต้องจ่ายเงินคืน
3. ที่อยู่อาศัยต้องมีมูลค่าไม่ต่ำกว่า 200,000 สวิสฟรังก์

ไม่ง่ายเลยใช่ไหม กว่าจะได้เงิน ก็ต้องมีระเบียบระบบ จะมาแจกจ่ายเงินกันโครมครามไม่ได้แน่ๆ

มีประโยชน์อย่างไรถ้ามีประชากรเพิ่มขึ้น

ถ้ามีคนมากขึ้น ธุรกิจก็สามารถอยู่ได้ เช่น ไปรษณีย์ ร้านขายของ คลินิกหมอ ร้านอาหาร นอกจากนี้ ยังมีแรงงานหรือพนักงาน กระตุ้นให้มีการก่อตั้งบริษัท หรือสำนักงาน ระบบสื่อสารออนไลน์ในยุคนี้ เราสามารถอยู่ที่ไหนก็ได้ อยู่ที่ Albinen หรือถิ่นห่างไกล เพื่อทำงาน ส่งการ ส่งไปในเมืองใหญ่ อย่าง Zurich หรือต่างประเทศ ก็ย่อมได้ และถ้าประชากรเพิ่มขึ้น รัฐก็มีรายได้จากภาษี ค่าธรรมเนียมต่างๆ จนถึงโรงเรียนก็ไม่ต้องถูกปิด

หลังจากข่าวนี้แพร่กระจาย อำเภอนี้ก็มียานหนักทันที ผู้คนล้นหลามเข้าไปสอบถามกันล้นหลาม แต่ก็มีความสมบัติไม่ครบตามที่กำหนดดังกล่าว เพราะการพาดหัวข่าวที่ไม่มีรายละเอียดทั้งหมด ทำให้คนอ่านคิดไม่ทัน

ครอบครัวแรก.....ผ่านไปครึ่งปี กลางปี

(2018/2561) มีครอบครัวแรกที่มีคุณสมบัติครบ ย้ายเข้ามาอยู่แล้ว ชาวแจ้งว่า ครอบครัวนี้ย้ายมาจากรัฐอาร์เกา มีลูกสองคน จึงรับเงินสนับสนุนไป 70,000 สวิสฟรังก์ ตามระเบียบ และทางอำเภอก็ยังแจ้งข่าวว่า จะมีครอบครัวคนหนุ่มสาวเพิ่มขึ้นอีกในเวลาอันใกล้ และแน่นอนจำนวนเด็กก็จะเพิ่มขึ้นด้วย

ต้นข่าว ก็อยากไปอยู่ที่นั่นนะ แต่อายุเกินเกณฑ์ซะแล้ว ก็ขอเชิญหนุ่มสาวรับไปพิจารณานะคะ....



มหัศจรรย์แห่งชา

โดย คนปรงชา



เป็นเรื่องราวที่ผู้เขียนประทับใจเกี่ยวกับชา (tee or tea or cha) อาจจะเพราะ การถูกปลูกฝังให้ดื่มชา ตั้งแต่เด็ก เพราะผู้เขียนเกิดในครอบครัวคนจีน เมื่อเป็น เด็กผู้หญิง บ่อยครั้งอาม่าจะเรียกให้มาชงชาเลี้ยงเพื่อน ๆ ของท่าน ที่มานั่งคุยกันยามบ่าย อย่างที่เราเรียกว่าล้อมวง ชงชา ผู้เขียนจะชอบเปิดกระปุกชามาดม แต่ละกระปุกก็มี ความหอมที่ต่างกัน และหน้าตาของใบชาก็ต่างรูปแบบ เช่น เป็นรูปทรงคล้ายไข่มุก รูปทรงคล้ายกันหอย บ้างก็คล้ายตัว หนอน ซึ่งต่อมาจึงทราบว่า รูปทรงเหล่านี้มีชื่อเรียกต่างกัน ตามชนิดและคุณภาพ ด้วยนิสัยที่รักการดื่มชา ทำให้ศึกษา เก็บข้อมูล สร้างสมประสบการณ์ จากการชิมชา เรียนรู้เรื่อง การผลิต และคุณประโยชน์ของชาแต่ละชนิด จนให้นิยาม ว่า **มหัศจรรย์แห่งชา**

คำว่า ชา ในภาษาจีน ประกอบไปด้วยคำ 3 คำ เมื่อแปลเป็นไทย คือ **สมุนไพร, คน และ ป่า** เมื่อนำมารวมกัน จะได้คำว่า ชา cha ใน ภาษาจีน คือ ชา นำคนไปสู่สมมุติฐานกับธรรมชาติ ซึ่งหมายความว่า ชา นอกจากจะเป็นเครื่องดื่ม เพื่อผ่อนคลายแล้ว ยังให้คุณประโยชน์ต่อ ร่างกายได้ด้วย

ต้นชานี้มีชื่อทางพฤกษศาสตร์ว่า Camellia Sinensis เป็นสายพันธุ์ที่มีต้นกำเนิดจากจีน เป็นต้นชาที่ ชอบขึ้นในที่สูงและมีอากาศหนาวเย็น จึงพบมาก ในจีน ทางเหนือของไทย ญี่ปุ่น เกาหลีใต้ ไต้หวัน และแถบ



เทือกเขาหิมาลายา เช่น ทิเบต สิบิม เนปาล ดาร์จีลิง ฯลฯ ชาที่เติบโตในที่สูง จะมีคุณลักษณะพิเศษ คือ ใบจะเล็ก เรียว รสชาติเข้มข้นกำลังดี และมีกลิ่นหอมมาก ยังมีอีกสาย พันธุ์ที่ถือกำเนิดในแคว้นอัสสัม ตอนเหนือของอินเดีย คือ Camellia Assamica เป็นต้นชาป่าที่ขึ้นในเขตร้อน มีใบ ขนาดใหญ่ ให้รสชาติเข้มข้น เหมาะสำหรับคอกาที่ชอบดื่ม ชารสเข้ม

เมื่อปริมาณความต้องการของใบชามีมากขึ้น จึงมี การคิดค้นสายพันธุ์ใหม่ ที่เกิดจาก sinensis และ assamica สายพันธุ์ที่ 3 มีคุณสมบัติ คือ มีกลิ่นหอมและ เติบโตเร็ว รสชาเข้มข้น เช่น ชาจากศรีลังกา และตอนใต้ของ อินเดีย ทุกวันนี้ ชาที่เราดื่มกันก็มาจากสายพันธุ์นี้

เมื่อเราทราบที่มาของชา การเลือกซื้อมาก็ไม่ ยาก **ชาที่ดีควรเป็นใบชาเปิด** ไม่ใช่ชาในถุงชา เพราะใบ ชามีคุณสมบัติช่วยต่อร่างกาย เมื่อชงชา สิ่งแรกคือ ชาจะให้ กลิ่นหอม สีชาเหลืองอ่อน รสชาดละมุน และไม่มีรสขม **ในขณะที่ชงชา คือ เศษชา** ที่ให้สารเทอีน สีของชาจะเข้ม รสชาด ฝาดลิ้น เมื่อดื่มในปริมาณมาก จะมีผลให้ท้องผูก หงุดหงิดง่ายและนอนไม่หลับ ชาที่ดีไม่จำเป็นต้องราคาแพง ชามีหลากหลายชนิดและเป็นที่ยอมรับหาซื้อได้ตามร้าน เช่น ชาดำ ชาเขียว ชาอูหลง เป็นต้น

การเริ่มต้นหาความชอบและรสนิยมของชาที่เข้า กับตัวเรา ควรถามตัวเองก่อนว่า ชอบดื่ม เครื่องดื่มแบบเข้มข้น กลาง หรือ รสชาดอ่อน คนที่ ชอบเครื่องดื่มรสเข้ม ก็อาจจะเลือกเป็นชาดำ ที่ ให้ความหอมละมุน รสชาดไม่เข้มข้นมากก็ต้องชา ดาร์จีลิง ถ้าชอบดื่มชาเข้มข้นควรที่จะเลือก นิล คีรี ชีลอน อาจจะผ่านมะนาวสักชิ้นลงในน้ำชา ก็ให้ความสดชื่น ส่วนคนที่ชอบชาเข้มข้น แบบ หลากอารมณ์ ควรเลือกชา อัสสัม ให้ความเข้ม แต่ไม่ขม เติมนมลงสักนิดก็หอมอีกแบบ หรือจะเติม เครื่องเทศก็หอมแบบเผ็ดร้อน

ชาที่มีรสชาดกลาง ดื่มแบบสบาย ๆ ในทุกโอกาส คงต้องยกให้ชาเขียว แหล่งที่ผลิตชาเขียวได้ดีที่สุดต้องยกให้

จีนและญี่ปุ่น ทั้งชาเขียวจีน ชาเขียวญี่ปุ่น ให้รสชาติที่ต่างกัน และคุณประโยชน์ที่ต่างกันด้วย



ชาเขียวจีน เป็นชาคั่วที่ไม่ผ่านการหมัก ดังนั้น สีน้ำชาจึงเหลืองอ่อนใส รสชาดหอมหวานในปาก จึงเป็นชาเหมาะที่จะดื่มหลังอาหาร หรือ ยามบ่าย เช่น ชาหลงจิ่น ชาเขียวยูนาน

ชาเขียวญี่ปุ่น เป็นชาหนึ่งโดยผ่านไอน้ำเพื่อคงความเขียวของใบชา ดังนั้นสีของน้ำชาจะเขียวใส มีกลิ่นหอม สดชื่น คล้ายกลิ่นหญ้าเมื่อฝนหยุดตก เช่น เซนฉะ บันฉะ เหมาะที่จะดื่มตอนเช้า และยามบ่าย

ชาที่มีรสชาติอ่อน เหมาะสำหรับคนที่ไม่เคยดื่มชา



และต้องการลิ้มลองชาขาว เป็นหนึ่งทางเลือกที่จะช่วยให้หลงรักรสชาติชาได้ เนื่องจากสีของน้ำชาใส ไม่ค่อยมีกลิ่น จึงง่ายต่อการดื่ม

หลากหลายรสชาติของชา ความน่าทึ่งของใบชา ตรงที่

ชาเพียงต้นเดียวสามารถ ผลิต ชาขาว ชาเหลือง ชาเขียว ชาแดง ชาอูหลง ชาดำ ในแต่ละขบวนการผลิต ยังให้คุณประโยชน์ของชาที่ต่างกัน และ อีกหนึ่งความมหัศจรรย์คือ ใบชาเป็นใบไม้ที่แปลก และมันก็ยังคงมีชีวิต แม้ว่าจะถูกปลิดออกจากต้นมานาน แล้วก็ตามเพียงรอยรอยให้คนปลูกให้ตื่น



มายิ้มร่ำทำหนาว

โดย โยทะกา

ลมหนาวมาเยือนแล้วนะคะ อากาศเย็นลงทุกวัน ประเทศเพื่อนบ้านอย่างเยอรมันนั้น อากาศแปรปรวนหิมะตกบนพื้นราบแล้ว แคมตกเยาะจนผู้คนตั้งรับไม่ทัน สภาพอากาศแปรเปลี่ยนแปรปรวน หนาวจัด ร้อนจัด น้ำท่วม แผ่นดินไหว ฯลฯ เป็นเรื่องของธรรมชาติที่เกี่ยวข้องกับมนุษย์เราอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้

โยทะกาเพิ่งเจอเพื่อนเก่าที่ไม่ได้เจอกันมานาน เพื่อนบ่นให้ฟังว่าเกลียดฤดูหนาวมากถึงมากที่สุด อยู่ประเทศสวิตเซอร์แลนด์อะไร ๆ ก็ดีหมด ยกเว้นฤดูหนาวและหิมะ เธออยู่ที่นั่นมา 14 ปีแล้ว ยังไม่ชินเลย พอเริ่มเข้าฤดูหนาวปั๊บหวัดก็มาทันที แคมเป็นหวัดยาวตลอดฤดู บางปีก็ป็นไข้หวัดใหญ่ ทรมานร่างกายยังไม่พอ จิตใจยังหดหู่ ซึมเศร้าอีกด้วย

โยทะกาก็ได้แต่แนะนำเพื่อนไปว่า คนภูมิคุ้มกันไม่ดีขึ้นควรไปหาหมอ ขอคำแนะนำเรื่องวัคซีน ช่วงเข้าฤดูหนาวหมออาจจะแนะนำให้ฉีดวัคซีนที่เรียกว่า Grippeimpfung เป็นวัคซีนป้องกันเชื้อไวรัสช่วงฤดูหนาว แม้จะป้องกันไวรัสไม่ได้ 100 เปอร์เซ็นต์ แต่ก็ป้องกันเชื้อไวรัสได้หลายชนิด ซึ่งควรฉีดระหว่างเดือนตุลาคม-พฤศจิกายน ไม่ควรฉีดช้าหรือเร็วเกินไป

สำหรับคนที่ชอบฤดูหนาวนั้นคงตั้งตารอให้ถึงเวลาที่หนาวจริง ๆ รอที่จะได้เล่นสกี ได้สัมผัสหิมะและบรรยากาศชาวโพลนบนยอดเขา รอคอยเทศกาลเฉลิมฉลองที่มาถึง

เรื่องของความชอบ ความรัก รสนิยมไม่มีใครเหมือนใครอยู่แล้ว คนที่เกลียดฤดูหนาวหากเลี้ยงได้ก็จะเก็บเสื้อผ้ายัดใส่กระเป๋าหนีหนาวไปเริงร่าหาแดดในอีกซีกโลก หมดหนาวเมื่อไหร่ค่อยกลับมาใหม่ แต่คนที่เลี้ยงไม่ได้ก็ต้องหาวิธีรับมือกับความหนาวนั้นให้ได้

วันนี้โยทกะกาเรียบเรียงคำแนะนำการสัณหาด้วยพลังใจ จากนักจิตวิทยา บริกิตท์ ฟุก-เมเยอร์ มาฝากทุกท่านค่ะ ใจแข็งแกร่งร่างกายก็จะแกร่งตามนะคะ มาดูกันค่ะว่ามีข้อแนะนำอย่างไรบ้าง

1. ทำใจยอมรับความมีดมัวของฤดูหนาว

ข้อดีของการมีเวลากลางวันที่สั้นลง คือทำให้เรามีเวลาอยู่กับตนเองมากขึ้น อยู่ในความสงบ ผ่อนคลาย ปิดสวิตช์ตนเอง ใช้เวลาในฤดูนี้ เพื่อเรียนรู้ตนเอง อย่างที่อัลเบิร์ต คามุส กล่าวไว้ว่า “ผ่านวณในฤดูหนาวที่ให้ความอบอุ่น แข็งแกร่งและไม่อาจทำลายได้ คือการสร้างฤดูร้อนภายในจิตใจ”

2. ใช้เวลาสำรวจตนเองว่าเรายืนอยู่จุดใด

ถามตนเองว่า ในช่วง 6 เดือนที่ผ่านมา มีอะไรดี ๆ เกิดขึ้นในชีวิตเราบ้าง และควรจดบันทึกสั้น ๆ ไว้ว่า ใครที่ช่วยเหลือและเป็นแรงบันดาลใจให้เรา ใครที่เราอยากจะขอบคุณ และเราได้เรียนรู้อะไรบ้าง

3. วางแผนอนาคต เขียนแผนการและเป้าหมายในอนาคต 5 อย่าง ที่เราอยากจะทำเป็นพิเศษ หรือฝันไว้ว่าจะทำ และใช้เวลาเล็กน้อยในแต่ละวันพยายามเดินตามฝันนั้น

4. ใช้พลังแห่งจินตนาการ วาดจินตนาการส่วนตัวที่ทำให้เรารู้สึกดี เป็นสถานที่แห่งพลังของเรา อาจจะเป็นถ้ำ เป็นสถานที่สวยงาม เป็นตึก หรือเป็นสถานที่ท่ามกลางธรรมชาติ เมื่อใดก็ตามที่เราต้องการเติมพลังให้ตนเอง เราก็จะจินตนาการว่าตนเองไปในสถานที่แห่งนั้น

5. ฝึกจิตให้คิดบวก บอกกับตนเองบ่อย ๆ และดัง ๆ ด้วยประโยคเหล่านี้ “เราคือผู้เบิกบานและเจียบสงบ” “มิตรภาพและความสำเร็จจะนำเราผ่านพ้นทุกช่วงฤดูกาล” “เราคือผู้แข็งแกร่งและเปี่ยมพลัง”

6. ยิ้มไว้ แม้จะไม่ได้รู้สึกว่าจะอยากยิ้ม

แม้แต่การแกล้งยิ้ม ก็ทำให้เราสามารถผ่อนคลายได้ กล้ามเนื้อใบหน้าจะขยับตัว สมองจะรู้สึกเบิกบาน ทำให้รู้สึกเหมือนเราโชคดีมีสุข อันนี้ถ้าไม่เชื่อต้องทดลองดูค่ะ

7. ออกกำลังกายและกินอาหารที่ดีมีประโยชน์

ข้อนี้คงไม่ต้องสงสัย ใคร ๆ ก็รู้ว่าอาหารดี ๆ นั้นส่งผลอย่างไรต่อสุขภาพ และการออกกำลังกายควบคู่ก็ยิ่งดีเข้าไปใหญ่ แค่ออกไปเดินสักครึ่งชั่วโมง สัมผัสบรรยากาศนอกบ้าน รับอากาศบริสุทธิ์ ก็สามารถเติมพลังกาย พลังใจให้ตนเองได้

ลองนำข้อแนะนำเหล่านี้ไปปฏิบัติดูนะคะ สำหรับคนที่ซึ่งช่วงฤดูหนาว อาจจะมองเห็นแง่มุมดี ๆ จนเปลี่ยนใจมารักฤดูหนาวก็เป็นได้



*** จะสัณหาด้วยเนื้อ ไหวฤฯ น่องยา
หนาวร้ายสมร่าลือ ต่างรู้
จ่านหนาวอย่าดีอ ห่มกาย เกิดหนา
ฝึกให้ใจพร้อมสู้ ผ่านหนาวยาวนาน ***

โยทกะกา®



เครดิตภาพ: <https://pixabay.com/de/valentinstag-valentine-herzen-1947567/>



เป็นมิตรกับความตาย

โดย ป้าแก้ว

รวงข้าวฉบับสิงหาคม ป้าเล่าเรื่องวิชาชีวิต ฉบับนี้ จะขอเล่าต่อตามสัญญา ที่ได้ไปเรียนในโครงการอบรม **"เป็นสุขกับชีวิต เป็นมิตรกับความตาย"** โดยพระไพศาล วิสาโล วัดป่าสุคะโต ชัยภูมิ เมื่อวันที่ 7-10 มิ.ย พ.ศ. 2561 ที่ Hasliberg Reuti รัฐเบิร์น



"เป็นมิตรกับความตาย" โปรดอย่าว่ากันเลย ที่ ป้านำเรื่องนี้มาเล่า ในช่วงสงฆ์ทำปีเก่า ต้อนรับปีใหม่ เวลา ที่ควรจะนึกถึงแต่เรื่องบันเทิง เริงใจ ด้วยป้าอยากให้มอง เรื่องตายเป็นธรรมดา เกิดขึ้นกับทุกคน แบบไม่เลือกหน้าตาย ศรัทธาบรรดาศักดิ์ ไม่เลือกเวลา และสถานที่ เพราะช่วงที่ ผ่านมา คนรู้จัก ทั้งอายุน้อยกว่า และมากกว่าป้า ต่างก็ล้ม หายตายจากกันไป แบบไม่เคยคาดคิดมาก่อน ว่าจะมาจาก กันไปได้ง่าย ๆ และเร็วขนาดนี้ การเห็นความตายบ่อย ๆ ก็ ทำให้ยิ่งคิดถึงตัวเองเมื่อวันนั้นมาถึง ที่คิดว่าตัวเอง เตรียมพร้อมแล้วนั้น พร้อมจริง ๆ หรือ ถึงแม้จะเขียน พินัยกรรมชีวิตไว้แล้ว ไม่ว่าจะเป็นการจัดการทรัพย์สินเงิน ทอง การรักษา ทั้งแบบฉุกเฉิน และเรื้อรัง หรือจะจัดการ ร่างกายอย่างไร และใครจะจัดการเรื่องทั้งหมดที่วันนี้

ในวันอบรมมีคำถามจากพี่คนหนึ่งว่า **"เมื่อวาระ สุตท้ายมาถึง เกิดอะไรขึ้นบ้าง"** พระอาจารย์ไพศาล ตอบ ว่า **"อยู่อย่างไร ก็ตายอย่างนั้น"** นั่นคือ ถ้าเราอยู่อย่าง ชาติสติ รักตัวเองไม่ถูกต้อง ปล่อยชีวิตให้อยู่กับทุกข์ ทั้ง ๆ

ที่มีสุขอยู่รอบตัว เมื่อถึงเวลาตาย ก็ตายแบบทรมาน เพราะ คุณภาพของการตาย สัมพันธ์กับการใช้ชีวิต ถ้ามีชีวิตอยู่ อย่างมีความหมาย ความตายก็ไม่ใช่ว่าเรื่องน่าหวง ดังนั้น ขอให้พวกเราใช้ชีวิต อย่างมีสติ และรู้จักการปล่อยวาง

พระอาจารย์เล่าต่อว่า ช่วงเกือบ 20 ปีที่ผ่านมา คนเราตายแบบเจ็บปวด และทรมานมากขึ้น เพราะคำว่า วิวัฒนาการโดยเฉพาะด้านการแพทย์ คนไปตายที่ โรงพยาบาล หรือบ้านพักคนชรากันมากขึ้น ในบางรายเกิด จากการยื้อชีวิต เช่น เจาะคอ ใช้เครื่องช่วยหายใจ เป็นต้น มีความทุกข์กายมากขึ้น และถ้าไม่ได้เตรียมตัวรับความ ตายไว้ ก็ทุกข์ใจมากขึ้นเช่นกัน ชีวิต เปรียบได้กับการ เดินทาง คือ ต้องมีจุดหมายปลายทาง แต่สิ่งเดียวที่ต่างกัน คือ **จุดหมาย ใคร ๆ ก็อยากไปให้ถึง กับ ปลายทางของ ชีวิต ซึ่งมาแน่ ๆ แต่ไม่มีใครอยากนึกถึง** และช่วงที่มี ชีวิตอยู่อย่าละเลยความสัมพันธ์ในหมู่คนรอบข้าง มอง ความสุขรอบ ๆ ตัว อย่ามองแต่ความสุขข้างหน้า ให้มอง ข้าง ๆ ด้วย

สำหรับคำถามที่ว่า **"จะทำตัวอย่างไร เมื่อคน ใกล้ชิด หรือคนรู้จัก อยู่ในช่วงใกล้ตาย"** พระอาจารย์ แนะนำว่า "บอกให้เขา นึกถึงพระ บุญที่เขาทำ น้อมนึกถึง พระรัตนตรัย (พระพุทธรูป พระธรรม และพระสงฆ์) พาใจละ จากทุกสิ่ง ทุกคน ทุกความรัก ความโกรธ ฯลฯ" และให้ถาม เขาเกี่ยวกับเรื่องที่ทำให้เขามีความสุขที่สุด บุญที่สุด นึกถึง สิ่งที่เราศรัทธา เพราะสิ่งเหล่านี้จะทำให้เราเกิดความสุขปราโมทย์ คือ ความปลื้มใจ ความปิติยินดี สารเอ็นโดรฟินจะถูกหลั่ง ความสุขก็จะเกิดตามมาทั้งกายและใจ ก็จะเป็นการไปแบบ มีความสุข

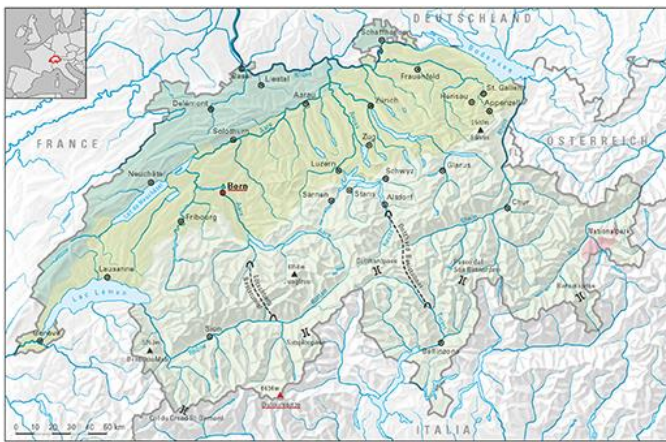
บ่อยครั้งป้าเห็นว่า คนเราขอให้ปัญหา ก่อน จึง หาทางแก้ หรือหาตัวช่วย แต่อะไรที่ยังอยู่ใกล้ ก็จะไม่ให้ ความสำคัญ ที่จะเรียนรู้ แต่ความตายเป็นเรื่องใกล้ตัว หรือ เราทุกคนไม่ว่าจะแก่หรือเด็ก มีสิทธิตายได้ทุกขณะ มี ภาสิติเบตกล่าวไว้อย่างน่าฟังว่า

"ระหว่างพຽນນີ້ກັບຊາດີນ້ຳ ໄມ່ມີໃຜຮູ້ຮອກວ່າອະໄຈຈະ ມາກ່ອນ" เล่าให้ฟังเฉย ๆ นะคะ...อย่าว่ากัน...



หัวใจของยุโรป

สวิตเซอร์แลนด์ ประเทศที่พวกเราหลายคน บอกว่าเป็นบ้านหลังที่สอง แล้วที่บอกว่าเป็นบ้านของเรา เรารู้จักบ้านหลังนี้นักมากน้อยแค่ไหน และทำไมถึงต้องทำความรู้จักด้วย ก็อยากจะบอกว่า ถ้าเป็นบ้านของเราจริง ๆ เราก็ควรรู้จักเกือบทุกซอก ทุกมุมของบ้าน เพื่ออะไรนั้น เราทุกคนมีคำตอบให้กับตัวเองอยู่แล้วใช่ไหมคะ เพียงแต่ว่า บ้านที่เราอยู่อาศัยจริง ๆ นั้น มันใกล้ตัวมาก แต่บ้านคือประเทศนี้ ใหญ่มากเกินไปที่เราจะทำความรู้จักได้หมด แต่รู้ทีละเล็กทีละน้อย ดีกว่าก็เยาะเอง เริ่มด้วยภูมิศาสตร์ละกัน



Karte der Schweiz © swisstopo

ประเทศสวิตเซอร์แลนด์ แบ่งเป็น 3 ส่วนใหญ่ ๆ คือ 60% เป็นเทือกเขา 30% พื้นที่ภาคกลาง และ 10% จุรา

- มีพื้นที่ทั้งหมด 41,285 ตารางกิโลเมตร
- ความยาวจากเหนือถึงใต้ 220 กิโลเมตร และจากตะวันตกถึงตะวันออก 348 กิโลเมตร
- มีเส้นพรมแดนยาว 1,882 กิโลเมตร ชายแดนติดต่อกับ 5 ประเทศ คือ อิตาลี ฝรั่งเศส เยอรมนี ออสเตรีย และ ลิกเตนสไตน์
- ยอดเขาที่สูงที่สุดตั้งอยู่เหนือระดับน้ำทะเล 4,634 เมตร คือ ยอดเขาดูฟไฟร์ซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของเทือกเขามอนเตโรซา เป็นยอดเขาสูงสุดในประเทศ
- จุดต่ำสุดของประเทศคือ ทะเลสาบมาจอร์ (Lago Maggiore ภาษาอิตาลี) ที่ระดับความสูง 193 เมตร อยู่ในรัฐเทซิน (Tessin)

➢ หมู่บ้านที่อยู่สูงสุดของประเทศคือ หมู่บ้านยูฟฟ์ (Juf) รัฐ Graubünden ตั้งอยู่ที่ระดับความสูง 2,126 เมตร

การใช้พื้นที่ของประเทศ

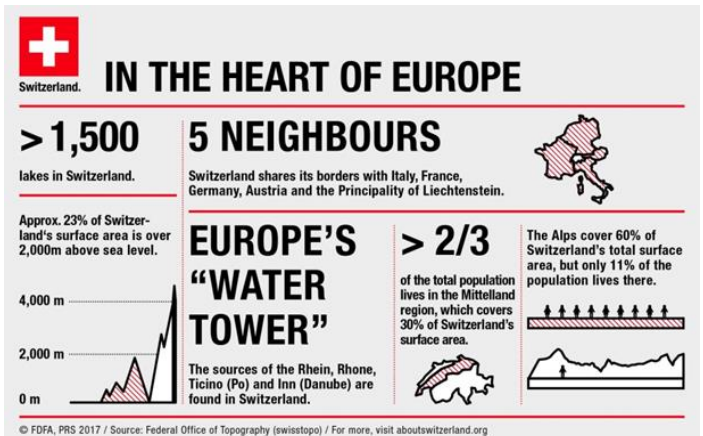
- 7.5% เป็นที่อยู่อาศัย เมือง การค้าขาย อุตสาหกรรม การขนส่ง การจัดหาพลังงาน การกำจัดขยะ สวนสาธารณะสถานที่พักผ่อน
 - 35.9% ใช้ในการเกษตรกรรม และ
 - 31.3% เป็นพื้นที่ป่า
- ป่าใหม่เริ่มมีการขยายตัวออกไปครอบคลุมพื้นที่ฟาร์มที่ถูกละทิ้งปล่อยให้ปล่อยปละละเลย

ธารน้ำแข็งปกคลุม 1,140 ตารางกิโลเมตร ของพื้นที่ ระหว่างปี ค.ศ. 1985 ถึง ปี ค.ศ. 2009 ธารน้ำแข็งสวิตซ์ หดลงมากกว่า 390 ตารางกิโลเมตร

ประมาณ 20% ของเทือกเขาแอลป์อยู่ในเขตของประเทศสวิตเซอร์แลนด์

ต้นน้ำของแม่น้ำหลัก 4 สาย คือ แม่น้ำไรน์ แม่น้ำไรน์ แม่น้ำเรยส์ และ แม่น้ำทิซิโน มาจากเทือกเขาใหญ่กอทฮาร์ด

สวิตเซอร์แลนด์ประเทศเล็ก ๆ แห่งนี้ มีทะเลสาบอยู่ถึงประมาณ 1,500 แห่ง ที่เดียวเดียว....



ที่มา :

<https://www.eda.admin.ch/aboutswitzerland/de/home/umwelt/geografie/geografie---fakten-und-zahlen.html>
แปลเรียบเรียงโดย แด่นุพการี



ถามมา ตอบไป

โดย พี่หญิงไทย



เมื่อพ่อจดทะเบียนรับรองบุตร มีผลและประโยชน์อย่างไร

คำถาม: หนูเป็นคนไทยค่ะ อยู่ในประเทศไทย แม่ไม่ได้จดทะเบียนสมรสกับพ่อผู้ให้กำเนิด ซึ่งเป็นชาวสวิส และไม่ได้อยู่ด้วยกันแล้ว หนูใช้นามสกุลของพ่อ และพ่อทำเอกสารรับรองบุตร หนูอยู่กับแม่ ไม่เคยพบพ่อผู้ให้กำเนิดเลย จนถึงตอนนี้ หนูอายุ 22 ปีแล้ว อยากถามว่าหนูจะขอสัญชาติสวิสได้หรือไม่ หนูจะต้องตามหาพ่อให้พบก่อนไหม มีวิธีใดที่หนูจะดำเนินการได้ไหมคะ

คำตอบ: กรณีพ่อแม่ไม่ได้จดทะเบียนสมรส (กฎหมายสวิสและกฎหมายไทยมีรายละเอียดต่างกันเล็กน้อย แต่ในบางข้อก็ต่างยอมรับซึ่งกันและกัน)

ในประเทศไทย ก่อนอื่นขอพูดถึงข้อกำหนดเรื่อง**การจดทะเบียนรับรองบุตรของพ่อผู้ให้กำเนิด** กรณีที่พ่อและแม่**ไม่ได้จดทะเบียนสมรส** ถ้าพ่อทำคำร้องขอจดทะเบียนรับรองบุตรกับสำนักทะเบียนราษฎร โดยที่แม่หรือบุตรให้ความยินยอม หรือขออำนาจศาลในการจดทะเบียนรับรองบุตร เช่นนี้ ลูกจะเป็นบุตรชอบด้วยกฎหมายทุกประการ เพราะการยินยอมให้ใช้นามสกุลพ่อในสูติบัตร ไม่สามารถยืนยันการเป็นบุตรตามสายเลือดได้

ในประเทศสวิตเซอร์แลนด์ กรณีที่แม่เป็นชาวต่างชาติ มีบุตรกับชาวสวิส โดยไม่ได้จดทะเบียนสมรส ถ้าพ่อ**จดทะเบียนรับรองบุตร และขอมีสิทธิปกครองร่วมกัน** บุตรจะได้สัญชาติสวิสตามพ่อ สามารถใช้นามสกุลของพ่อได้ และจะต้องแจ้งเกิด (ดูกฎระเบียบ การใช้เอกสารใดบ้าง www.admin.ch) เมื่อแจ้งเกิดกับราชการ

สวิสแล้ว ได้สัญชาติสวิสตามบิดา ก็สามารถทำหนังสือเดินทางสวิสได้ต่อไป

กรณีเด็กเกิดนอกประเทศสวิตเซอร์แลนด์ เช่น ประเทศไทย หลังจากแจ้งเกิดกับราชการไทยแล้ว ให้แจ้งเกิดและขอสูติบัตร ที่สถานทูตสวิสในประเทศนั้น ๆ แล้วนำสูติบัตรมาลงทะเบียนในถิ่นพำนักของบิดา หรือแจ้งที่สำนักงานทะเบียนในถิ่นเกิด ที่ประเทศสวิตเซอร์แลนด์



กลับมาที่คำถามนะคะ ที่แจ้งว่าพ่อทำใบรับรองบุตรแล้ว คงต้องตรวจสอบว่าจดทะเบียนเป็นทางการหรือไม่ เพราะถึงแม้ว่าจะได้ใช้นามสกุลของพ่อ ตามทะเบียนของไทย ก็ไม่ได้เป็นการยืนยันว่า เป็นพ่อผู้ให้กำเนิด ถ้ามีการจดทะเบียนเป็นทางการแล้ว ก็อาจสามารถแจ้งเกิดกับหน่วยราชการสวิสได้ต่อไป แต่ก็มีความยากในการให้สัญชาติ กรณีที่บุคคลนั้นเกิดและอาศัยอยู่นอกประเทศสวิส เป็นระยะเวลาานานมาก เช่นกรณีนี้ อาจต้องมีการสอบสวนเกี่ยวกับความสัมพันธ์ระหว่างพ่อ-ลูก

ตรวจสอบเอกสารการรับรองบุตรนะคะ ส่วนการดำเนินการเรื่องการขอสัญชาติ และสอบถามความเป็นไปได้ คุณบรรลุนิติภาวะแล้ว สามารถสอบถามด้วยตนเองโดยตรงกับเจ้าหน้าที่สถานทูตสวิส 35 ถ.วิทยุเหนือ แขวงลุมพินี เขตปทุมวัน กรุงเทพฯ โทรศัพท์ 02 674 6900 เพราะการตัดสินใจ ประกอบหลักฐานต่างๆ ขึ้นกับเจ้าหน้าที่ ที่รับผิดชอบจะพิจารณาจะ และถ้าสามารถติดตามพบพ่อ อาจเป็นประโยชน์มากขึ้น และมีความคืบหน้าอย่างไร เล่าสู่กันฟังบ้างนะคะ ขอให้โชคดีค่ะ....



ปีใหม่ ทำอะไรใหม่ ๆ

โดยคนรักโลก

ใกล้สิ้นปีอีกแล้ว หลายคนตั้งใจว่าปีหน้าจะต้องเปลี่ยนแปลงบางอย่างเพื่อให้ชีวิตดีขึ้นหรือมีความสุขมากขึ้น มาดูการเปลี่ยนแปลงง่ายๆ ที่นอกจากจะช่วยให้เราสุขใจแล้ว ยังมีส่วนสนับสนุนให้โลกใบนี้น่าอยู่ขึ้น

1. ลดซื้อเสื้อผ้าใหม่

คุณอาจตั้งเป้าว่าปี 2019 คุณจะซื้อเสื้อผ้าใหม่ แต่ถ้ามันยากไป ลองเริ่มจากลดการซื้อลงก่อน รับรองประหยัดเงินได้เยอะเลย นี่เล่าจากประสบการณ์ตรงของคนที่ไม่ได้ซื้อเสื้อผ้าใหม่ มาหลายปี และเรากำลังช่วยโลกไปพร้อมๆ กัน เพราะเสื้อผ้า กระเป๋า รองเท้า ใช้ทรัพยากรธรรมชาติในการผลิตทั้งสิ้น ตั้งแต่ที่ดิน น้ำ และพลังงานที่ใช้ในการเพาะปลูก หรือเพื่อมาใช้ในการเลี้ยงสัตว์เพื่อเอาหนังตลอดจนการขนส่งข้ามทวีปที่ใช้พลังงานมหาศาล

2. พกถุงผ้าและขวดน้ำส่วนตัว

รู้ไหมว่าประเทศไทยติด TOP5 ประเทศที่ปล่อยขยะพลาสติกลงสู่มหาสมุทรมากที่สุด เราเริ่มจากการลดพลาสติกแบบใช้ครั้งเดียวแล้วทิ้ง หันมาพกถุงผ้าหรือวัสดุอื่นที่ใช้ซ้ำได้ และพกขวดน้ำแทนการซื้อน้ำบรรจุขวดกันดีกว่า

3. ลดการกินเนื้อสัตว์

หลายคนอาจจะละเนื้อสัตว์ด้วยเหตุผลทางศีลธรรม แล้วจะเป็นไปได้ไหมกับการงดบริโภคเนื้อด้วยเหตุผลทางสิ่งแวดล้อม เพราะการทำปศุสัตว์ ใช้พื้นที่ น้ำ และทรัพยากรมากกว่า โดยเฉพาะเนื้อแดงอย่างเนื้อวัว การเลี้ยงวัวใช้พื้นที่มากกว่าปลูกพืช (เช่น ข้าวสาลี ข้าว และมันฝรั่ง) จริงไหม

4. ใช้ของจนกว่าจะพัง

ถ้าไม่พังจริงๆ ลองใช้ต่ออีกปีดีกว่าไหม ไม่ว่าจะเป็นโทรศัพท์มือถือ คอมพิวเตอร์ แท็บเล็ต และอุปกรณ์อิเล็กทรอนิกส์ต่างๆ บางทีอาจจะยังไม่จำเป็นต้องซื้อรุ่นใหม่ล่าสุดทั้งที่เครื่องเก่าก็ยังใช้ได้ดียู่

โทรศัพท์มือถือและอุปกรณ์อิเล็กทรอนิกส์ต่างๆ มีส่วนประกอบที่ทำจากแร่ ซึ่งแร่บางชนิดเกี่ยวข้องกับการทำเหมือง

ทางสังคมและสิ่งแวดล้อม โดยเฉพาะแร่ที่อยู่ภายใต้ข้อขัดแย้ง หรือ conflict minerals 4 ชนิด ได้แก่ โคลแทน ทองคำ ดีบุก และทังสแตน ซึ่งเกี่ยวข้องกับการทำเหมืองท้องถิ่นผิดกฎหมาย

5. กินให้เกลี้ยงจาน อย่าเหลืออาหาร จัดการขยะ

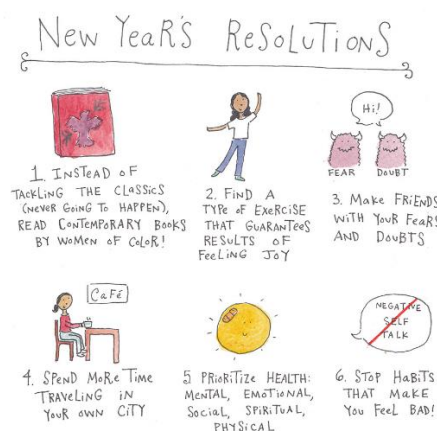
ในแต่ละวันครัวเรือนสร้างขยะจากเศษอาหารจำนวนมาก เป็นของเหลือทิ้งจากขั้นตอนการประกอบอาหารและการกินเหลือ ซึ่งกว่าจะมาเป็นอาหารต้องผ่านขั้นตอนมากมาย ตั้งแต่การเพาะปลูก ปศุสัตว์ ขนส่ง การแปรรูป ฯลฯ อาหารเหลือทิ้ง นอกจากจะหมายถึงทรัพยากรที่เสียไปโดยเปล่าประโยชน์แล้ว ในขั้นตอนเหล่านี้ยังสร้างของเสียสู่สภาพแวดล้อมอีกด้วย

6. มีส่วนร่วมในการเคลื่อนไหวทางสังคม

คงยากที่คนตัวเล็กเพียงคนเดียวจะสร้างการเปลี่ยนแปลงได้ เพราะเหตุนี้ชวนเพื่อนและครอบครัวของคุณมาร่วมขบวนการตั้งเป้าหมายปีใหม่ 2019 ที่ดีต่อคุณ ดีต่อโลก คุณสามารถแบ่งเวลาสักเล็กน้อยเพื่อติดตามข่าวสาร การเปลี่ยนแปลง และผลกระทบทางสังคมและสิ่งแวดล้อมที่เกิดขึ้น ไม่ว่าจะเป็นห่วงโซ่การผลิต วิกฤตขยะพลาสติก การบริโภคที่ยั่งยืน สิทธิมนุษยชน ตลอดจนมีส่วนร่วมการรณรงค์เมื่อสามารถทำได้ เพราะการเปลี่ยนแปลงทางสังคมจะเกิดขึ้นหรือไม่ จะสำเร็จไม่สำเร็จก็อยู่พวกเราซึ่งเป็นส่วนประกอบในสังคมนั้นๆ

ปีใหม่นี้ขอให้ผู้อ่านทุกท่านมีความสุขแบบยั่งยืนนะคะ..

ขอแถมอีก 6 อย่างตามภาพนะคะ.....



รายชื่อ สถานที่ติดต่อสำคัญๆ ในประเทศสวิตเซอร์แลนด์

บ้านพักฉุกเฉิน สำหรับผู้หญิง	http://www.frauenhaus-schweiz.ch
Aargau / Solothurn	Adresse: Postfach 2708, 5001 Aarau Telefon: 062 / 823 86 00
Basel	Adresse: Postfach, 4018 Basel Telefon: 061 / 681 66 33
Bern	Adresse: Postfach 183, 3000 Bern 7 Telefon: 031 / 332 55 33
Region Biel	Adresse: Kontrollstrasse 12, 2503 Biel Telefon: 032 / 322 03 44
Thun - Berner Oberland	Adresse: Postfach 57,3602 Thun Telefon: 033 / 221 47 47
Winterthur	Adresse: Postfach 1779,8401 Winterthur Telefon: 052 / 213 08 78
Graubünden	Adresse: Postfach,7001 Chur Telefon: 081 / 252 38 02
Graubünden	Adresse: Postfach,7001 Chur Telefon: 081 / 252 38 02
St. Gallen	Adresse: Postfach 645, 9001 St. Gallen Telefon: 071 / 250 03 45
ศาลแพ่ง ประเทศสวิตเซอร์แลนด์ สามารถค้นหาข้อมูล และดาวน์โหลดแบบฟอร์มต่างๆ เช่น แบบฟอร์มยื่นเรื่อง ขอแยก หย่า หรือ ค้นหาข้อมูล กฎหมายเกี่ยวกับ คดีแพ่ง ของแต่ละศาลได้	http://www.zivilgerichte.ch
สหภาพนาย ประเทศสวิตเซอร์แลนด์	https://www.sav-fsa.ch
เว็บข้อมูล สำนักงานแนะแนว ด้านการศึกษา (ระบบการศึกษาในประเทศสวิตเซอร์แลนด์) สำนักงาน มีประจำอยู่ทุกรัฐ ให้บริการแนะนำปรึกษาฟรี เช่น การขอเทียบวุฒิจากประเทศไทย การศึกษาต่อ	https://berufsberatung.ch
เว็บไซต์ หน่วยงานราชการของแต่ละรัฐ	https://www.ch.ch/de/behordenadressen/ https://www.ch.ch/fr/annuaire/
เว็บไซต์ ข้อมูลทั่วไป ของประเทศสวิตเซอร์แลนด์ เช่น การทำงาน ภาษี กฎหมาย วิซ่า การทำใบขับขี่ ระบบประกันสังคม การศึกษา	https://www.ch.ch
สำนักงานให้ข้อมูล ระบบสวัสดิการการเงินกองทุนเกษียณอายุ และสวัสดิการ ประกันสุขภาพ (Die Informationsstelle AHV/IV) บริการให้ข้อมูล ต่างๆ	https://www.ahv-iv.ch
สำนักงานให้คำปรึกษา เกี่ยวกับเรื่องหนี้สิน	http://www.schulden.ch
หน่วยงานให้คำปรึกษา แก่คู่สมรส 2 สัญชาติ (ทั้งสองแห่ง มีบริการจัดหาล่ามระหว่างให้คำปรึกษา) เช่น ด้านกฎหมาย แยก หย่า ด้านสังคม การดำรงชีวิต การศึกษา อาชีพ หน่วยงาน bination.ch หน่วยงาน Frabina	http://www.bination.ch https://www.frabina.ch

เบอร์โทรศัพท์ฉุกเฉิน ทั่วประเทศสวิตเซอร์แลนด์

ฉุกเฉินในยุโรป Allgemeiner Euronotruf, numéro d'urgence européen	112
ตำรวจสายด่วน Polizeinotruf, Police	117
ดับเพลิง Feuerwehrnotruf, Pompiers	118
รถพยาบาลฉุกเฉิน Sanitätsnotruf, Ambulance	144
หน่วยจราจร Strassenhilfe,	140
สายด่วนสุขภาพจิต Die Dargebotene Hand, Main tendue	143
สายด่วน หน่วยพิษวิทยา Vergiftungsnotfälle, intoxication	145
ศูนย์ช่วยเหลือ เด็กและเยาวชน Kinder/Jugendhilfe, pour les enfants et les jeunes	147



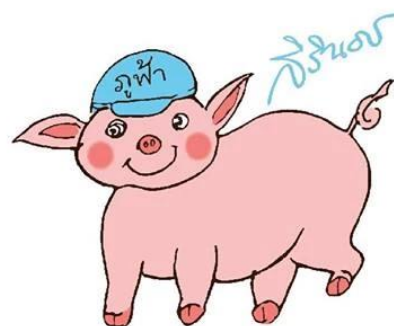
ข้อมูลนี้ รวบรวมโดย ศักดา บัวลอย เมื่อวันที่ 20 ตุลาคม 2561 ทั้งนี้อาจมีการเปลี่ยนแปลงได้ในอนาคต

ปฏิทินกิจกรรม

วันอาทิตย์ที่ 5 พ.ค. 2019	งานประชุมสามัญประจำปี ที่ Pfrundhaus Kirchlindach, Lindachstrasse 14, 3038 Kirchlindach
วันที่ 4 - 9 มิถุนายน 2019	คอร์สกรรมฐาน โดยท่านเจ้าคุณ พระภวนาเชมคุณ วิ. (พระอาจารย์สุศักดิ์ เขมรังสี) เจ้าอาวาสวัดมเหยงคณ์ พระนครศรีอยุธยา สถานที่ Hôtel La Sapinière, 1862 Les Mosses VD
วันอาทิตย์ที่ 1 ก.ย. 2019	งานวันครอบครัว ที่ Pfrundhaus Kirchlindach, Lindachstrasse 14, 3038 Kirchlindach

สัตว์สี่เท้าหม่า ๒๕๖๒ สัตว์สี่เท้าหม่าอยู่ยังยืน

เรื่องหม่าหม่าคิดว่า เป็นหม
จิตรวาทะห์ดูไม่มีอะไรง่าย
ทยละเอียดขึ้นซ้อนและมากมาย
ปัญญาหาสิ่งให้ทำได้ดี
ปีกุนหรือปีหม่าดีที่แน่
ว่าของแท่งามเลิศเกิดศักดิ์ศรี
กศกรรมเป็นทวนหนนจีว
ให้สี่ปีหม่าอยู่ยังยืน



วันสังสรรค์ครอบครัวหญิงไทยครั้งที่ 13 และ งานฉลองครบรอบ 20 ปี สมาคม
วันอาทิตย์ที่ 2 กันยายน 2018



น้องกวาง มาเพ้นท์หน้า น่ารัก ๆ ให้เด็ก ๆ
มีความสุข สนุกสนาน กันถ้วนหน้า



ได้วาทีจากทีมร้านอาหาร กับ ทีมวาดแผนไทยและสปา



เก้าอืดนตรี ไม่ชนะ ก็นั่งทับซะเลย ซะเอิงเอย



เค้กสำหรับวันครบรอบ 20 ขวบ กับมิตรคู่กาย คู่ใจค่ะ



วันสังสรรค์ครอบครัวหญิงไทยครั้งที่ 13 และ งานฉลองครบรอบ 20 ปี สมาคม
วันอาทิตย์ที่ 2 กันยายน 2018

ที่ Pfrundhaus Kirchlindach, Lindachstrasse 14, 3038 Kirchlindach

โดยเอกอัครราชทูต นายจักรี ศรีชนะ ให้เกียรติกล่าวเปิดงาน และอยู่ร่วมงาน

ชมการแสดงรำไทยจาก ด.ญ. เจนนีเฟอร์ ดาฮ์ลเกรน (น้องฟ้า)

การเดี่ยวไวโอลินจาก ด.ญ. อรุณทัย ลิซ่า ไฟเฟอร์

และรำสาวเจียงฮาย จากคุณแม่เกษร พลีสส์ และ ด.ญ. Vanessa Lalida Plüss

การโถ้วาที่จากทีมขนาดแผนไทยและสปา กับทีมร้านอาหารไทย สนุกสนานกับกิจกรรมเก๋ๆสำหรับเด็กและผู้ใหญ่ แข่งขันการเต้นสุดแสนเร้าใจ และกลับบ้านด้วยของขวัญของรางวัลเต็มกระเป๋าสบายใจ... สุขกันถ้วนหน้า...



น้องฟ้า รับของขวัญจากท่านทูต



น้องลิซ่า



คุณแม่เกษร พลีสส์ และ น้องขวัญ



พี่ ๆ และน้อง สมาชิกสมาคมหญิงไทย
ผู้อยู่เคียงบ่า เคียงไหล่กันมา 20 ปี