



# THE BALANCE

Volume 1, Issue 04 - 05 July - October 2015

## บก. ทักทาย

มาพบกับเราอีกครั้งแล้วนะค่ะใน THE BALANCE

ฉบับเดือน กรกฎาคม - ตุลาคม 2558

ก็ต้องขอล่าสวัสดิ์ชาว AGE ทุกท่านกันก่อน

ใน THE BALANCE ฉบับนี้

จะขอล่าถึงวิธีการออมเงินที่น่าสนใจ

ว่ามีวิธีการอะไรบ้าง และสามารถนำไปใช้ในชีวิตประจำวันของเราได้อย่างไรบ้าง

และนอกจากนี้ ปลายปีนี้ในเดือน ธันวาคม 2558 ทางบริษัทฯ ของเรา

มีการจัดงาน Teambuilding

@ Brookside Valley Resort จ.ระยอง

**แล้วพบกันใหม่ในฉบับต่อไปนะค่ะ**

- 01 LET'S SAVE MONEY
- 02 กิจกรรม วันแม่แห่งชาติ
- 03 ข่าวประชาสัมพันธ์ Teambuilding
- 04 work hard OR work SMART
- 05 ก่อนขับ...ปรับเช็กรถยนต์ ก่อนเดินทางไกล
- 06 เคล็บลับวางแผนการเงินสำหรับชีวิตคู่
- 07 ร่วม Share ไอเดีย ลุ้นขอรางวัล

# LET'S SAVE MONEY

คงปฏิเสธไม่ได้ใช่ไหมคะว่า เศรษฐกิจในยุคข้าวยากหมากแพงเช่นนี้ มนุษย์เงินเดือนหรือหนุ่มสาวออฟฟิศอย่างเรา จะต้องได้รับผลกระทบทางการเงินไม่มากนักน้อย แม้ว่าเงินเดือนหรือค่าตอบแทนที่เราได้รับอาจจะไม่มากมาย แต่หากเรารู้จักวางแผน และแบ่งส่วนการใช้จ่ายเงินให้ถูกต้อง ก็จะช่วยให้เรามีเงินเพียงพอและไม่เป็นปัญหาในอนาคตค่ะ ซึ่งการออมเงินเป็นอีกวิธีหนึ่งที่จะช่วยให้เรามีเงินสำรองไว้ใช้ในอนาคตหรือยามจำเป็นได้

เรามาดูกันดีกว่าค่ะ ว่ามีวิธีในการออมเงินอย่างไรบ้าง

## ธนาคารที่รัก

จะเป็นการฝากออมทรัพย์หรือประจำทุกเดือนก็แล้วแต่คุณเลือก ทุกครั้งที่มีรายได้เข้ามา คุณต้องหักเงินเข้ามาบัญชีออมเงิน อาจจะเป็นเศษของเงินเดือนประมาณ 10% หรือเท่าไรก็ได้ตาม มันเป็นกฎที่ทุกคนรู้แต่ไม่ใช่ทุกคนที่ทำ

ถ้ายังไม่มีบัญชีที่คุณเอาเงินเข้าเป็นประจำ รีบไปเปิดเดี๋ยวนี้เลย หรือถ้าคุณมีบัญชีเหล่านี้อยู่แล้วก็ถือเป็นเรื่องดี แต่ยังมีเรื่องที่ดีกว่าคือ คุณควรหาเวลาไปเดินเล่นเข้า-ออกธนาคารอย่างน้อย 2-3 เดือนต่อครั้ง เพื่อเข้าไปถามเจ้าหน้าที่ติดตามอัตราดอกเบี้ยที่ได้รับ แล้วเปรียบเทียบกับธนาคารอื่นๆ เพราะบางครั้งรายละเอียดดอกเบี้ยขึ้นๆลงๆ พวกนี้ ก็ไม่ได้ถูกแปะโฆษณาอยู่บนหน้าสาขา



## เหรียญเปลี่ยนชีวิต

คุณเคยรู้สึกไหมว่า ทำไมตอนเด็กๆ เรารวยกว่าตอนเป็นผู้ใหญ่ ถ้าคุณกำลังรู้สึกอย่างนั้นลองกลับไปเป็นเด็กอีกครั้ง ด้วยการหากระปุกหมูหรือแบบไหนก็ได้ที่คุณชอบ อาจจะเป็นกล่องคุกกี้ปีใหม่ทั้งหมดแล้ว อะไรก็ได้ที่เป็นภาชนะสำหรับใส่เหรียญ ขอเน้นว่าเหรียญเท่านั้น



แล้วหลังจากวันนี้ไป คุณจะหยอดกระปุกนี้ด้วยเหรียญที่เหลือในแต่ละวัน สิ้นปีค่อยเอาออกมานับ แล้วคุณจะเซอร์ไพรส์ว่าทำไมมันเยอะอย่างนี้

เงินก้อนนี้เป็นส่วนขยายมาจากเงินออมระยะสั้น คุณน่าจะเอาไปซื้อของขวัญให้ตัวเองในวันปีใหม่ โดยไม่ต้องแบ่งเงินโบนัสมาเลย

หลายคนมีวิธีออมขั้นแอดวานซ์ด้วยการมีหลายกระปุก แล้วติดป้ายบอกเป้าหมายประจำกระปุก เช่น สำหรับทริปกลางปี สำหรับซื้อสมาร์ตโฟนเครื่องใหม่ สำหรับซื้อโซฟาเบดแต่งบ้าน เป็นต้น ขอบอกว่ามันเยอะขนาดนั้นจริงๆ พวกเหรียญห้า เหรียญสิบ หรือแบงก์ยี่สิบเก่ๆ นี่แหละ



## ธนบัตรมหัศจรรย์

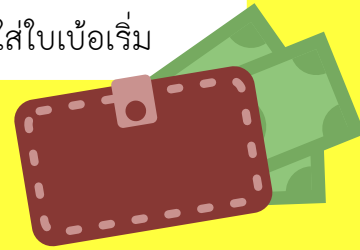
มีหลายวิธีในการเก็บแบงก์ บางคนใช้วิธีเก็บแบงก์ห้าสิบบาท เพื่อเป็นเงินออม ซึ่งวิธีนี้เราได้ไอเดียมาจากสาวคนหนึ่งในเว็บไซต์พันทิปดอทคอม เธอตั้งกระทู้ยอดนิยมแบ่งปันเรื่องนี้สักพักใหญ่ ซึ่งหนุ่มๆ จะนำเคล็ดลับแบบนี้ไปใช้ก็ไม่มีใครว่า

ทำไมต้องแบงก์ห้าสิบบาท เพราะเป็นแบงก์ที่เจอไม่ได้บ่อยนัก พอเก็บได้จำนวนหนึ่งก็นำไปฝากธนาคาร หรือบางคนใช้วิธีเก็บแบงก์ใหม่ จะแบงก์ใหญ่แบงก์เล็ก ก็เก็บหมด เลือกเอาตามความเหมาะสม อย่าให้ถึงกับต้องอดมือกินมือ เพราะบังเอิญเจอแบงก์ใหม่ทุกวัน



## บริษัทสัมพันธ์

ทุกครั้งที่บริษัทมีโครงการอะไรก็ตาม ที่ทำเพื่อช่วยออมเงินสำหรับพนักงาน ขอให้คุณพาตัวเองเข้าไปเป็นสมาชิกทันที โดยเฉพาะโครงการหักเงินจากบัญชีเงินเดือน เพราะวิธีนี้จะเป็นการบังคับตัวเองไปโดยปริยาย และเบียดไม่ได้ด้วย นานๆเข้าคุณก็จะออมเงินก้อนนี้ไปเลย พอถึงสิ้นปีหรือถึงระยะเวลาครบกำหนดโครงการ ก็มักจะมีการสมทบเงินจากบริษัท หรือมีผลตอบแทนอะไรก็ตาม เท่ากับว่าจู่ๆคุณก็ได้รับเงินปันผลหรือเงินก้อนพร้อมกำไรคืน ให้ความรู้สึกเหมือนสัมพันธ์ใส่ใบเบ้อเริ่ม



**DON'T SAVE WHAT IS LEFT AFTER SPENDING.  
BUT SPEND WHAT IS LEFT AFTER SAVING.**

**Warren Buffett**

เห็นไหมคะว่าวิธีการออมเงินนั้นไม่ยากอย่างที่คิดและมีหลากหลายวิธีด้วยกัน และที่เราแนะนำไปนั้นเป็นวิธีการออมเงินในระยะสั้นซึ่งง่ายและสามารถลงมือทำได้ทันที

และบริษัทฯ ของเราก็มีกองทุนสำรองเลี้ยงชีพที่เป็นสวัสดิการให้กับพนักงาน นอกจากพนักงานจะได้ออมเงินแล้ว บริษัทก็มีเงินสมทบให้พนักงานด้วยเช่นกัน

ถึงแม้ตอนนี้เราอาจจะยังไม่เห็นคุณค่าของเงินที่เราเก็บ แต่ในอนาคตเงินก้อนเล็กๆ นี้ อาจจะมีค่ามหาศาลก็ได้ใครจะไปรู้ ฉะนั้น เรามีเริ่มออมเงินกันตั้งแต่นี้เองค่ะ



# ประมวลภาพกิจกรรม วันแม่แห่งชาติ ๒๕๕๘



ทำนพร้อมแล้วหรือยัง!!!  
วันที่ 18 - 19 ธันวาคม 2558 ที่ใกล้จะถึง  
กับงาน

# อินเต้อ อินเตอส์



@ Brookside Valley Resort จ.ระยอง



# การประกวด Fancy Theme

## อินเต้อ์ อินเตอรส์

ร่วมชิงเงินรางวัลมูลค่าสูงสุด **๒,๐๐๐** บาท



### กติกาการแข่งขัน

จะมาแบบกลุ่ม หรือเดี่ยว ก็ได้

แต่ละทีมต้องมีการแสดงประกอบไม่เกิน 3 นาที

ส่งชื่อทีมได้ทาง [pornthip\\_a@agecoal.com](mailto:pornthip_a@agecoal.com)

## หมดเขตส่งชื่อ ๑๖ พ.ย. ๕๘ นี้เท่านั้น

# กิจกรรมเสริมสร้างความเป็นทีม

## Team Get...Get Together



วาระเปิด



Black Hole



Super Wheel

หลากหลายกิจกรรมที่เราจะได้

ร่วมกันสร้างความเป็นทีม

ในวันที่ 18 ธันวาคม 2558

# คุณจะ Work Hard? หรือจะ Work อย่าง Smart?

หลายคนทุ่มเทในการทำงานหนัก แต่ผลการทำงานกลับออกมาไม่เป็นที่น่าพอใจ เพราะ?

โดยคนไทย... มีสถิติการทำงาน ใช้เวลามากที่สุดถึง

**48 ชั่วโมง** สัปดาห์

หรือเท่ากับ **9.6 ชั่วโมง** วัน โดยเป็นอันดับ **3** ของโลก

## “ขยันทำงานแบบโง่ๆ”



## สาเหตุของอาการ “บ้างาน”



### ว่างมากเกินไป

คิดแต่เพียงว่างกลับบ้าน ก็ไม่มีอะไรทำ อยู่ทำงาน ที่ออฟฟิศจะดีกว่า

### บริหารเวลาไม่เป็น

มาแต่เช้า แต่กลับเที่ยงคืน จนกระทั่งนำงานกลับบ้าน ทำที่บ้าน

### หวังลาภยศ

หวังการเลื่อนตำแหน่ง อำนาจ บารมี และ เงินเดือนที่สูงขึ้น

### เชื่อว่าไม่มีเรา งานช่วยแน่ๆ

ทำให้รับผิดชอบงาน มากเกินไป จนเกินรับไหว

## ผลเสียจาก “โรคบ้างาน”



### ชี้ขาดক্তি

มองอะไรก็ขวางหูขวางตา ใส่อารมณ์กับเพื่อนร่วมงาน



### กินไม่ลง

หิวงานจนไม่ทานอะไร ขอให้งานเสร็จเป็นพอ



### ร่างระบม

มีอาการปวดหัว ปวดหลัง ปวดตัว สายตาพร่ามัว



### โรคตามหา

สาเหตุของโรคหัวใจ, โรคกระเพาะ, เบาหวาน

## เปลี่ยนวิธีซะใหม่...ให้ “Work Smart” ยิ่งขึ้น

**S**

### Smile

มองปัญหาเป็นสิ่งที่ท้าทาย ยิ้มรับและพร้อมที่จะแก้ไขมัน

**M**

### Manage

รู้จักบริหารเวลาให้กับงาน ครอบครัว เพื่อนฝูง และตัวเอง

**A**

### Analyze

รู้จักวิเคราะห์ว่าจะไรควรทำ ตระหนักในศักยภาพของตนเองว่ามีแค่ไหน?



**R**

### Relax

หาเวลาออกกำลังกาย พักผ่อนไปเที่ยว นอกสถานที่บ้าง

**T**

### Train

ฝึกฝนทักษะให้กับสมาชิกในทีม ให้สามารถรับผิดชอบงาน บางอย่างแทนคุณได้

รู้จักทำงานอย่างฉลาด เพื่อชีวิตที่ดียิ่งกว่า

**การเดินทางสมัยนี้** จะไปไหนมาไหนก็เห็นแต่คนใช้รถยนต์เป็นพาหนะในการเดินทาง ด้วยเหตุผลที่สะดวกและรวดเร็ว จนทำให้ยอดการซื้อรถยนต์สูงขึ้นทุกปี เมื่อยอดการซื้อรถยนต์สูงขึ้น ยอดการใช้น้ำมันก็สูงขึ้นเป็นเงาตามตัว ซึ่งถ้าหากเป็นเมื่อก่อนที่ราคาน้ำมันไม่แพงมาก การขับรถไปไหนมาไหนก็ไม่ต้องคิดมากเรื่อง ค่าน้ำมัน แต่สำหรับในปัจจุบันนี้ หากจะใช้รถยนต์เดินทางก็ต้องคำนึงถึงการประหยัดน้ำมันและประหยัดเงินในกระเป๋าด้วย และนี่คือเหตุผลที่ทำให้**สำนักงานนโยบายและแผนพลังงาน (สนพ.)** ได้ช่วยหาแนวทางที่ทำให้คุณ ๆ ทั้งหลายประหยัดน้ำมันในการเดินทาง ซึ่ง**ขอแนะนำวิธีง่าย ๆ** ที่สามารถช่วยประหยัดเงินในกระเป๋าของคุณได้



## ก่อนขับ...

### ปรับเช็กรถยนต์ก่อนเดินทางไกล

#### เบรก (ดรัมเบรก) — — —

ตรวจสอบ ดูและระบบเบรกอย่างสม่ำเสมอ หากผ้าเบรกเสียดสีจานล้อเสียงดังเอี๊ยด จะสิ้นเปลืองน้ำมันเพิ่มขึ้นประมาณเดือนละ 12 ลิตร

#### ไส้กรองอากาศ — — —

ควรทำความสะอาดอย่างน้อยเดือนละ 1 ครั้ง หรือทุก ๆ 1,000 กม. สำหรับรถที่ขับในกทม. และ 3,000 กม. สำหรับรถที่วิ่งในต่างจังหวัด หากอุดตันทำให้สิ้นเปลืองน้ำมันเดือนละ 1.95 ลิตร

#### น้ำมันเครื่อง — — —

เปลี่ยนน้ำมันเครื่องและไส้กรองน้ำมันทุก 6 เดือน ช่วยลดแรงเสียดทานภายในเครื่องยนต์และช่วยทำให้ประหยัดน้ำมันมากขึ้น

#### คาร์บูเรเตอร์ — — —

หมั่นตรวจดูคาร์บูเรเตอร์ ถ้าคาร์บูเรเตอร์สกปรกจะทำให้ไอเสียที่ปล่อยออกมามีกลิ่นเหม็น เครื่องยนต์เดินไม่เรียบ และสิ้นเปลืองน้ำมันเดือนละ 3 ลิตร

#### หัวเทียน — — —

ควรเปลี่ยนหัวเทียนทุก 1 ปี ถ้าหัวเทียนบอด หรือเสื่อมสภาพจะทำให้รถสตาร์ทไม่ติด มีกลิ่นน้ำมันจากไอเสีย และทำให้สิ้นเปลืองน้ำมันเดือนละ 0.6 ลิตร

#### ลมยาง — — —

ควรเติมลมยางตามแรงดันที่กำหนด เพราะหากลมยางอ่อนกว่ากำหนดเพียง 1 ปอนด์ จะทำให้สิ้นเปลืองน้ำมันเดือนละ 2.4 ลิตร

#### หม้อน้ำ — — —

ตรวจระดับน้ำในถังให้อยู่ที่ขีดกำหนด ถ้าน้ำในหม้อน้ำแห้ง หรือรั่ว เครื่องยนต์จะร้อนและพังได้

#### ความเร็วรอบ — — —

ควรปรับความเร็วรอบให้อยู่ในเกณฑ์มาตรฐานของผู้ผลิต หรือประมาณ 800 รอบ/นาที ถ้าความเร็วรอบสูงเกินไป จะทำให้สิ้นเปลืองน้ำมัน

# 4+1 เคล็ดลับวางแผนการเงินสำหรับชีวิตคู่



สำหรับภรรยา

1 ทำบัญชีรายรับรายจ่ายในครอบครัว

2 งดรายจ่ายส่วนตัวที่ไม่จำเป็น

3 อย่าลืม! จัดสรรเงินออมให้พร้อมสำหรับอนาคต

4 มองหาวิธีการลงทุนที่เหมาะสมสำหรับเงินส่วนที่เหลือ

สุดยอด !! สำหรับสามี สั้นๆ ง่ายๆ

1 หาได้เท่าไรให้ภรรยาเก็บหมด



ร่วม share ไม่เสีย ส่วนของรางวัล

เชิญเพื่อนๆ ชาว AGE share วิธีออมเงินสุดเจ๋ง!!!



สามารถส่งคำตอบได้ทาง

e-mail: pornthip\_a@agecoal.com หรือฝ่ายทรัพยากรบุคคล

ส่งคำตอบได้ถึงวันอังคารที่ 24 พฤศจิกายน พ.ศ.2558

ประกาศผล วันศุกร์ที่ 27 พฤศจิกายน พ.ศ.2558



**Asia Green Energy Public Company Limited**

เลขที่ 273/1 ถนนพระราม 2 แขวงสามด้า เขตบางขุนเทียน กรุงเทพฯ 10150