

ปัจจัยที่ทำให้การเกษียณมีความสุขและไม่มีความสุข

จากการศึกษา อ.ดร.จอร์จ เวลแลนด์ วิทยาลัยแพทยฮาร์วาร์ด พบว่า การเกษียณเป็นทั้ง "จักรกฤษณ์" และโอกาส โดย

ปัจจัยที่ทำให้คนเราเกษียณได้อย่างมีความสุข ได้แก่

1. มิตรภาพที่มีความหมายประเภทจริงใจและมีใจให้กันและกัน โดยเฉพาะกับคู่สมรส
2. ทำงานอาสาสมัครที่ได้มีส่วนช่วยเหลือคนอื่น
3. มีงานอดิเรกที่ชอบ และทำกิจกรรมที่มีความหมาย มีคุณค่า
4. เข้าสังคมพอประมาณ
5. มีความหวัง ได้ทำอะไรที่ตั้งใจไว้นานแล้วเช่น ท่องเที่ยว ทำงานที่ยากทำ ฯลฯ

ปัจจัยที่ทำให้คนเราเกษียณอย่างไม่มีความสุข ได้แก่

1. ปิดตัว ไม่เข้าสังคม
2. ทำงานที่ไม่ค่อยมีความหมายหรือมีคุณค่า
3. ฆ่าเวลา คือ ทำเวลาให้ผ่านไปมากกว่าสนุกกับการทำอะไร เช่น ดูโทรทัศน์หรือเล่นการพนันทั้งวัน ฯลฯ
4. ใช้เครื่องหมายแห่งความสำเร็จจากภายนอก เช่น ตั้งเป้าความสำเร็จในชีวิตด้วยลาภยศ สรรเสริญ เงินทอง ตำแหน่ง ฯลฯ ซึ่งเมื่อหยุดทำงานแล้ว มีแนวโน้มที่ชีวิตจะสะดุดทันที

“ต้องแยกแยะให้ได้ว่า ชีวิตมีหลายช่วง ในชีวิตช่วงทำงานก็ทำให้ดีที่สุดเพื่อให้ถึงจุดสูงสุดของอาชีพ แต่เมื่อเกษียณแล้วก็ได้ไม่ได้หมายความว่ายุติทุกสิ่งทุกอย่างของชีวิตลง แต่เป็นอีกก้าวหนึ่งของช่วงชีวิตซึ่งสามารถถึงจุดสูงสุดของชีวิตในช่วงนี้ได้ด้วยเช่นกันเพียงแต่จะเป็นรูปแบบที่เปลี่ยนบทบาทไป”

ที่มา : <http://www.dailynews.co.th/Content/Article/23506>



ศูนย์พัฒนาการจัดสวัสดิการสังคมผู้สูงอายุบ้านธรรมปกรณ์ (เชียงใหม่)
เลขที่ ๑ ถนนมูลเมือง ตำบลพระสิงห์ อำเภอเมืองเชียงใหม่
จังหวัดเชียงใหม่ ๕๐๒๐๐

ชำระค่าฝากส่งเป็นรายเดือน
ใบอนุญาตที่ 1/2537
ไปรษณีย์โทรเลขพระสิงห์



เมื่อวันที่ 13 มกราคม 2557 นางอุบลวรรณ จันทรสุรินทร์ ผู้อำนวยการศูนย์ฯ และคณะเจ้าหน้าที่ของศูนย์ฯ ให้การต้อนรับคณะศึกษาดูงาน จากสำนักงานปลัดกระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ และสำนักงานคณะกรรมการพัฒนาระบบราชการ (กพร) โดยผู้อำนวยการศูนย์ฯ ได้บรรยายสรุปภารกิจศูนย์ฯ และมีการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นระหว่างเจ้าหน้าที่ของศูนย์ฯ และคณะศึกษาดูงานในเรื่องการพัฒนาคุณภาพบริการและแนวทางการจัดสวัสดิการผู้สูงอายุ

ศูนย์การจัดสวัสดิการสังคมผู้สูงอายุแบบสถาบัน



ศูนย์ฯ ร่วมกับศูนย์สร้างเสริมสุขภาพ โรงพยาบาลมหาราชนครเชียงใหม่ จัดกิจกรรม ตักบาตรข้างเตียงทุกวันศุกร์ เพื่อให้ผู้สูงอายุที่เจ็บป่วยเรื้อรังและอยู่ในภาวะที่พึ่งพิงมีโอกาส ได้ทำกิจกรรมทางศาสนา



งานสังคมสงเคราะห์ออกเยี่ยมบ้านผู้สูงอายุในตำบลสันปุยเลย อำเภออดอยสะเกิด จังหวัดเชียงใหม่ เพื่อพิจารณารับเข้าอุปการะในสถานสงเคราะห์ เนื่องจากเป็นผู้สูงอายุที่ ประสบปัญหาไม่มีผู้อุปการะเลี้ยงดู ช่วยเหลือตนเองไม่

หน่วยบริการผู้สูงอายุปิยะมาลัย



ให้การต้อนรับและอำนวยความสะดวกแก่ นางสาวสุมาลี จินดาพล อาจารย์คณะสถาปัตยกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ศึกษาต่อปริญญาเอก คณะ Built Environment มหาวิทยาลัยนิวเซาท์เวลส์ (University of New South Wales) เข้าเก็บข้อมูลสัมภาษณ์ผู้สูงอายุบ้านปิยะมาลัย หัวข้อศึกษา “ปรากฏการณ์เกาะความร้อนเมืองกับสภาวะน่าสบายของผู้สูงอายุประเทศไทย” (Urban Heat Island and Thermal Comfort of Elderly People in Thailand)



สมาชิกบ้านปิยะมาลัย รับมอบเสื้อและผ้าห่มกันหนาวจากการสนับสนุน ของเทศบาลนครเชียงใหม่ และองค์การบริหารส่วนจังหวัดเชียงใหม่

ศูนย์ ๓ วิสาขาสายใยรักแห่งครอบครัว แม่เหียะ



เมื่อวันเสาร์ที่ 12 มกราคม 2557 ศูนย์ ๓ วิสาฯ แม่เหียะฯ ร่วมกับเทศบาลเมืองแม่เหียะ และองค์กรภาคีเครือข่ายในเขตพื้นที่ตำบลแม่เหียะ จัดกิจกรรมวันเด็กแห่งชาติ เปิดโลกแห่งจินตนาการ เพื่อเสริมสร้างพัฒนาการเรียนรู้ผ่านการละเล่นต่างๆ แก่เด็กและเยาวชนในเขตพื้นที่ตำบลแม่เหียะ ณ เทศบาลเมืองแม่เหียะ อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่

ศูนย์การเรียนรู้



เมื่อวันที่ 16 มกราคม 2557 องค์การบริหารส่วนจังหวัดนครสวรรค์ นำผู้สูงอายุและเจ้าหน้าที่ของสถานสงเคราะห์คนชราบ้านเขาบ่อแก้ว เข้าศึกษาดูงานภารกิจและการดูแลผู้สูงอายุของศูนย์ฯ บ้านธรรมปกรณ์ (เชียงใหม่) เพื่อนำไปปรับใช้ในการดูแลผู้สูงอายุของสถานสงเคราะห์ฯ ต่อไป



เมื่อวันที่ 16 มกราคม 2557 โรงเรียนมุขิตาประชารักษ์ จังหวัดเชียงใหม่ นำนักศึกษาลัทธิสุตตวิภาการดูแลเด็กและผู้สูงอายุ เข้าศึกษาดูงานด้านการดูแลผู้สูงอายุ จำนวน 15 คน

ศูนย์บริการให้คำแนะนำปรึกษาและส่งต่อ



บริการให้คำปรึกษาแนะนำแก่
ผู้สูงอายุที่ประสบปัญหาและประสาน
ครอบครัวเพื่อให้การดูแลอย่าง
เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุ

ศูนย์ข้อมูลและสารสนเทศงานสวัสดิการผู้สูงอายุ



ให้บริการข้อมูลองค์กรและการบริหารจัดการของศูนย์ฯ
แก่นักศึกษาจากสถาบันการศึกษาต่าง ๆ

ศูนย์การจัดสวัสดิการสังคมผู้สูงอายุในชุมชน



ศูนย์ฯ บ้านธรรมปกรณ (เชียงใหม่) เชื่อมบ้านผู้สูงอายุ ตำบลสบเตี๊ยะ อำเภอ
จอมทอง จังหวัดเชียงใหม่ เนื่องจากเป็นผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่กับลูกชายพิการช่วยเหลือ
ตัวเองไม่ได้ พร้อมทั้งมอบเครื่องอุปโภคบริโภค เพื่อบรรเทาความเดือดร้อนเบื้องต้น
และจะได้ร่วมกับองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น พิจารณาให้การซ่อมแซมบ้านของ
ผู้สูงอายุต่อไป