ข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้สู่ชุมชน ครั้งที่ ๔๓ / ๒๕๖๓

ลำดับ	เรื่อง	หน่วยงาน	เอกสารประกอบ
มาตรการด้านการสร้างโอกาส ความเสมอภาค และเท่าเทียมกันทางสังคม			
๑.	แนะประชาชนรีบใช้จ่ายเงินโครงการ “คนละครึ่ง” เพื่อรักษาสิทธิภายใน ๑๔ วัน	กระทรวงการคลัง	-
๒.	จัดเต็ม! โครงการประกันรายได้เกษตรกรผู้ปลูกข้าว ๑.๑ ล้านครัวเรือน	กระทรวงพาณิชย์	-
๓.	ไฟเขียว! เพิ่มประโยชน์ทดแทนผู้ประกันตน ม.๔๐	กระทรวงแรงงาน	อินโฟกราฟิค ๑ ชุด
๔.	ธ.ก.ส. เตรียมจ่ายเงินโครงการประกันรายได้เกษตรกรผู้ปลูกมันสำปะหลัง ปี ๒๕๖๓/๖๔	กระทรวงการคลัง	-
มาตรการด้านการพัฒนาและเสริมสร้างศักยภาพคน			
๕.	๕ วิธี จัดการความเครียด : รับฟังข่าวสารอย่างไรไม่เครียด	กระทรวงสาธารณสุข	อินโฟกราฟิค ๑ ชุด

หมายเหตุ

๑. ข้อมูลดังกล่าวเป็นข้อมูลเพื่อการสร้างการรับรู้ที่มาจากทุกกระทรวง ตามบันทึกข้อตกลงความร่วมมือการบูรณาการเสริมสร้างการรับรู้สู่ชุมชน จังหวัดสามารถหาข้อมูลเพิ่มเติมหรือขยายความข้อมูลที่ใช้เฉพาะพื้นที่ได้ตามความถูกต้องและเหมาะสม

๒. ให้จังหวัดนำข้อมูลเพื่อสร้างการรับรู้ตามแนวทางที่กำหนด ตามหนังสือกระทรวงมหาดไทย ด่วนที่สุด ที่ มท ๐๒๐๖.๒/ว ๑๔๔๙ ลงวันที่ ๕ มีนาคม ๒๕๖๒ เรื่อง แนวทางการสร้างการรับรู้สู่ชุมชน

๓. จังหวัดสามารถดาวน์โหลดข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้สู่ชุมชน ได้ที่ ช่องทางไลน์ (Line) กลุ่ม “ข้อมูลข่าวสารเพื่อการสร้างการรับรู้” และเว็บไซต์กองสารนิเทศ สป. หัวข้อ “การสร้างการรับรู้สู่ชุมชน”

****

ข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้สู่ชุมชน
ครั้งที่ ๔๓ / ๒๕๖๓ วันที่ ๑๑ พฤศจิกายน ๒๕๖๓

กระทรวง กระทรวงการคลัง
กรม / หน่วยงาน กระทรวงการคลัง
หน่วยงานเจ้าของเรื่อง กระทรวงการคลัง
ช่องทางการติดต่อ ศูนย์บริการข้อมูลภาครัฐเพื่อประชาชน โทร. ๑๑๑๑

๑) หัวข้อเรื่อง แนะประชาชนรีบใช้จ่ายเงินโครงการ “คนละครึ่ง” เพื่อรักษาสิทธิภายใน ๑๔ วัน

๒) ข้อความสำหรับใช้ประชาสัมพันธ์

เรื่อง แนะประชาชนรีบใช้จ่ายเงินโครงการ “คนละครึ่ง” เพื่อรักษาสิทธิภายใน ๑๔ วัน

หลังจากโครงการ "คนละครึ่ง" ได้เปิดให้ประชาชนใช้จ่าย ตั้งแต่วันที่ ๒๓ ต.ค.๖๓ ที่ผ่านมา มีร้านค้าสมัครเข้าร่วมโครงการทั่วประเทศกว่า ๔๗๐,๐๐๐ ร้านค้า กระทรวงการคลัง จึงขอย้ำประชาชนที่ลงทะเบียนก่อนวันที่ ๒๓ ตุลาคม ๒๕๖๓ และได้รับ SMS ยืนยันสิทธิเรียบร้อยแล้ว ขอให้ดำเนินการติดตั้งแอปพลิเคชั่น "เป๋าตัง" รวมทั้งยืนยันตัวตนให้เรียบร้อย ซึ่งขั้นตอนการยืนยันตัวตนสามารถดำเนินการได้ด้วยตนเองโดยง่าย และ**จะต้องมีการใช้จ่ายผ่านแอปพลิเคชัน "เป๋าตัง" ภายในวันที่ ๕ พฤศจิกายน ๒๕๖๓**

โดยเมื่อท่านเติมเงินจำนวนเท่าใดก็ได้ตามต้องการเข้าไปในแอปพลิเคชัน "เป๋าตัง" ก็จะสามารถใช้สิทธิซื้อสินค้ากับผู้ประกอบการร้านค้าที่มีแอปพลิเคชัน "ถุงเงิน" ที่เข้าร่วมโครงการ “คนละครึ่ง” ได้ทันที ซึ่งสามารถใช้จ่ายได้ถึงวันที่ ๓๑ ธันวาคม ๒๕๖๓ รัฐช่วยออกให้ไม่เกินวันละ ๑๕๐ บาท รวมจำนวน ๓,๐๐๐ บาท หากไม่ใช้จ่ายภายใน ๑๔ วัน นับจากวันถัดจากวันที่ได้รับ SMS แจ้งรับสิทธิ ท่านจะถูกตัดสิทธิและไม่สามารถลงทะเบียนเข้าร่วมโครงการได้อีก

****

ข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้สู่ชุมชน
ครั้งที่ ๔๓ / ๒๕๖๓ วันที่ ๑๑ พฤศจิกายน ๒๕๖๓

กระทรวง กระทรวงพาณิชย์

กรม / หน่วยงาน กรมการค้าภายใน

หน่วยงานเจ้าของเรื่อง กรมการค้าภายใน

ช่องทางการติดต่อ สายด่วนกรมการค้าภายใน โทร.๑๕๖๙

๑) หัวข้อเรื่อง จัดเต็ม! โครงการประกันรายได้เกษตรกรผู้ปลูกข้าว ๑.๑ ล้านครัวเรือน

๒) ข้อความสำหรับใช้ประชาสัมพันธ์

เรื่อง จัดเต็ม! โครงการประกันรายได้เกษตรกรผู้ปลูกข้าว ๑.๑ ล้านครัวเรือน

คณะรัฐมนตรีอนุมัติโครงการประกันรายได้เกษตรกรผู้ปลูกข้าว สูงสุดตันละ ๑๕,๐๐๐ บาท จำนวน ๑.๑ ล้านครัวเรือนทั่วประเทศ โดยเกษตรกรที่เข้าร่วมโครงการจะต้องเป็นผู้ขึ้นทะเบียนผู้ปลูกข้าว ปีการผลิต ๖๓/๖๔ (รอบที่ ๑) กับกระทรวงเกษตรและสหกรณ์ ที่ปลูกข้าวระหว่างวันที่ ๑ เมษายน ๒๕๖๓ ถึง ๓๑ ตุลาคม ๒๕๖๓ ยกเว้นภาคใต้ที่ปลูกข้าวระหว่างวันที่ ๑๖ มิถุนายน ๒๕๖๓ ถึง ๒๘ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๔ และมีเงื่อนไข คือ เกษตรกรสามารถเข้าร่วมโครงการประกันฯ ได้แปลงละ ๑ ครั้ง เท่านั้น เพื่อป้องกันการจ่ายเงินซ้ำซ้อน โดยที่ข้าวที่ร่วมโครงการประกันรายได้ฯ จะต้องมีความชื้นไม่เกิน ๑๕% มีทั้งสิ้น ๕ ชนิด ได้แก่

๑. ข้าวเปลือกหอมมะลิ ราคาประกันตันละ ๑๕,๐๐๐ บาท ไม่เกินครัวเรือนละ ๑๔ ตัน

๒. ข้าวเปลือกหอมมะลินอกพื้นที่ ราคาประกันตันละ ๑๔,๐๐๐ บาท ไม่เกินครัวเรือนละ ๑๖ ตัน

๓. ข้าวเปลือกเจ้า ราคาประกันตันละ ๑๐,๐๐๐ บาท ไม่เกินครัวเรือนละ ๓๐ ตัน

๔. ข้าวเปลือกหอมปทุมธานี ราคาประกันตันละ ๑๑,๐๐๐ บาท ไม่เกินครัวเรือนละ ๒๕ ตัน

๕. ข้าวเปลือกเหนียว ราคาประกันตันละ ๑๒,๐๐๐ บาท ไม่เกินครัวเรือนละ ๑๖ ตัน

นอกจากนี้ คณะรัฐมนตรียังอนุมัติ ๓ มาตรการคู่ขนาน และโครงการสนับสนุนค่าบริหารจัดการและพัฒนาคุณภาพชีวิตผลผลิตเกษตรกรผู้ปลูกข้าว ในปีการผลิต ๖๓/๖๔ ดังนี้

๑. โครงการสินเชื่อชะลอการขายข้าวเปลือกนาปี วงเงิน ๑๙,๘๒๖ ล้านบาท
ระยะเวลาโครงการ ๑ พ.ย. ๖๓ – ๓๑ ธ.ค. ๖๔

๒. โครงการสินเชื่อเพื่อรวบรวมข้าวและสร้างมูลค่าเพิ่มโดยสถาบันเกษตรกร วงเงิน ๑๕,๐๐๐ ล้านบาท
ระยะเวลาโครงการ ต.ค. ๖๓ – ธ.ค. ๖๔

๓. โครงการชดเชยดอกเบี้ยให้ผู้ประกอบการค้าข้าวในการเก็บสต๊อก วงเงิน ๖๑๐ ล้านบาท
ระยะเวลาโครงการ ๑ ต.ค. ๖๓ – ๓๑ ต.ค. ๖๕

๔. โครงการสนับสนุนค่าบริหารจัดการและพัฒนาคุณภาพผลผลิตเกษตรกรผู้ปลูกข้าว โดยให้จ่ายเงินเกษตรกรที่ขึ้นทะเบียนเกษตรกรผู้ปลูกข้าวกับกรมการส่งเสริมการเกษตร ไร่ละ ๕๐๐ บาท ไม่เกินครัวเรือนละ ๒๐ ไร่ หรือครัวเรือนละไม่เกิน ๑๐,๐๐๐ บาท

ทั้งนี้ ท่านสามารถสอบถามข้อมูลเพิ่มเติมได้ที่ สายด่วนกรมการค้าภายใน โทร.๑๕๖๙

****

ข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้สู่ชุมชน
ครั้งที่ ๔๓ / ๒๕๖๓ วันที่ ๑๑ พฤศจิกายน ๒๕๖๓

กระทรวง กระทรวงแรงงาน
กรม / หน่วยงาน สำนักงานประกันสังคม
หน่วยงานเจ้าของเรื่อง สำนักงานประกันสังคม
ช่องทางการติดต่อ สายด่วนประกันสังคม ๑๕๐๖

๑) หัวข้อเรื่อง ไฟเขียว! เพิ่มประโยชน์ทดแทนผู้ประกันตน ม.๔๐

๒) ข้อความสำหรับใช้ประชาสัมพันธ์

เรื่อง ไฟเขียว! เพิ่มประโยชน์ทดแทนผู้ประกันตน ม.๔๐

ข่าวดีสำหรับแรงงานอิสระ ไม่มีนายจ้าง หรือกลุ่มฟรีแลนซ์ที่เป็นผู้ประกันตนภาคสมัครใจตามมาตรา ๔๐ ของ พ.ร.บ.ประกันสังคม ล่าสุด คณะรัฐมตรีได้เห็นชอบเพิ่มประโยชน์ทดแทนเงินค่าทำศพและเงินสงเคราะห์ หากผู้ประกันตนเสียชีวิต เพื่อให้สอดคล้องกับสภาพเศรษฐกิจในปัจจุบัน และสร้างหลักประกันให้กับท่าน โดยกำหนดอัตราการจ่ายประโยชน์ทดแทนใหม่ ดังนี้

• **ผู้ประกันตนที่จ่ายเงินสมทบเข้ากองทุนเดือนละ ๗๐ บาท และเดือนละ ๑๐๐ บาท** จะได้รับเงินค่าทำศพ เพิ่มขึ้นเป็น ๒๕,๐๐๐ บาท (เดิม ๒๐,๐๐๐ บาท) และเพิ่มเงินสงเคราะห์เป็น ๘,๐๐๐ บาท (เดิม ๓,๐๐๐ บาท) โดยต้องจ่ายเงินสมทบมาแล้วไม่น้อยกว่า ๖๐ เดือน ก่อนเดือนที่เสียชีวิต

• **ผู้ประกันตนที่จ่ายเงินสมทบเข้ากองทุนเดือนละ ๓๐๐ บาท** จะได้รับเงินค่าทำศพเพิ่มขึ้นเป็น ๕๐,๐๐๐ บาท (เดิม ๔๐,๐๐๐ บาท) โดยต้องจ่ายเงินสมทบมาแล้วไม่น้อยกว่า ๖ เดือน ภายในช่วง ๑ ปี ก่อนเดือนที่เสียชีวิต

ทั้งนี้ หากท่านมีข้อสงสัยสามารถสอบถามข้อมูลเพิ่มเติมได้ที่ สายด่วนประกันสังคม โทร.๑๕๐๖

****


เพิ่มเงินทดแทนกรณีเสียชีวิต
ประกันสังคมมาตรา 40
ประโยชน์เพิ่มเติมที่ผู้ประกันตนจะได้รับ
จ่าย 70 บาท/เดือน
อัตราค่าทำศพเดิม 20,000 บาท เพิ่มเป็น 25,000 บาท
อัตราเงินสงเคราะห์กรณีถึงแก่ความตาย เดิม 3,000 บาท เพิ่มเป็น 8,000
จ่าย 100 บาท/เดือน
อัตราค่าทำศพเดิม 20,000 บาท เพิ่มเป็น 25,000 บาท
อัตราเงินสงเคราะห์กรณีถึงแก่ความตาย เดิม 3,000 บาท เพิ่มเป็น 8,000
จ่าย 300 บาท/เดือน
อัตราค่าทำศพเดิม 40,000 บาท เพิ่มเป็น 50,000 บาท
ไทยคู่ฟ้า

ข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้สู่ชุมชน
ครั้งที่ ๔๓ / ๒๕๖๓ วันที่ ๑๑ พฤศจิกายน ๒๕๖๓

กระทรวง กระทรวงการคลัง
กรม / หน่วยงาน ธนาคารเพื่อการเกษตรและสหกรณ์การเกษตร (ธ.ก.ส.)
หน่วยงานเจ้าของเรื่อง สำนักสื่อสารการตลาดและประชาสัมพันธ์ ธนาคารเพื่อการเกษตรและสหกรณ์การเกษตร (ธ.ก.ส.)
ช่องทางการติดต่อ โทร. ๐ ๒๕๕๕ ๐๕๕๕

๑) หัวข้อเรื่อง ธ.ก.ส. เตรียมจ่ายเงินโครงการประกันรายได้เกษตรกรผู้ปลูกมันสำปะหลัง ปี ๒๕๖๓/๖๔

๒) ข้อความสำหรับใช้ประชาสัมพันธ์

เรื่อง ธ.ก.ส. เตรียมจ่ายเงินโครงการประกันรายได้เกษตรกรผู้ปลูกมันสำปะหลัง ปี ๒๕๖๓/๖๔

ธนาคารเพื่อการเกษตรและสหกรณ์การเกษตร (ธ.ก.ส.) เตรียมจ่ายเงินประกันรายได้เกษตรกรผู้ปลูกมันสำปะหลัง ปี ๒๕๖๓/๖๔ เพื่อช่วยเหลือและสร้างความมั่นคงด้านรายได้แก่ผู้ปลูกมันสำปะหลังทั่วประเทศ เป้าหมายเกษตรกร ๕๒๔,๐๐๐ ครัวเรือน โดยดำเนินการ ดังนี้

- เกษตรกรผู้ปลูกมันสำปะหลังต้องขึ้นทะเบียนผู้ปลูกและแจ้งระยะเวลาเก็บเกี่ยวกับกรมส่งเสริมการเกษตร กระทรวงเกษตรและสหกรณ์ ระหว่างวันที่ ๑ เมษายน ๒๕๖๓ - ๓๑ มีนาคม ๒๕๖๔ โดยมีระยะเวลาใช้สิทธิ์ตามช่วงการเก็บเกี่ยวที่ระบุไว้ในทะเบียนเกษตรกร โดยกรมส่งเสริมการเกษตรจะตรวจสอบข้อมูล เพื่อให้ ธ.ก.ส. โอนเงินเข้าบัญชีเกษตรกรโดยตรง

- **ประกันรายได้หัวมันสำปะหลังสดเชื้อแป้ง ๒๕% กิโลกรัมละ ๒.๕๐ บาท ครัวเรือนละไม่เกิน ๑๐๐ ตัน** ในพื้นที่เพาะปลูกมันสำปะหลังทั่วประเทศ ซึ่งเงินประกันรายได้ดังกล่าวเป็นส่วนต่างระหว่างราคามันสำปะหลังที่ประกันรายได้กับราคาเกณฑ์กลางอ้างอิงที่กำหนดโดยคณะอนุกรรมการกำกับดูแลและกำหนดเกณฑ์การอ้างอิงโครงการประกันรายได้เกษตรกรผู้ปลูกมันสำปะหลัง โดยใช้ราคาเฉลี่ยรับซื้อหัวมันสำปะหลังจากจังหวัดที่เป็นแหล่งเพาะปลูกสำคัญ ครอบคลุมทุกภูมิภาค

โดยจะเริ่มจ่ายเงินชดเชยส่วนต่างการประกันรายได้ครั้งแรก วันที่ ๑ ธันวาคม ๒๕๖๓ และจ่ายต่อไปทุกวันที่ ๑ ของเดือน รวม ๑๒ ครั้ง (ถึงเดือนพฤศจิกายน ๒๕๖๔) ทั้งนี้ เกษตรกรสามารถตรวจสอบการโอนเงินได้ผ่านทางแอปพลิเคชัน ธ.ก.ส. A-Mobile ตลอด ๒๔ ชั่วโมง หรือที่ ธ.ก.ส. ทุกสาขาทั่วประเทศ สอบถามข้อมูลเพิ่มเติม โทร. ๐ ๒๕๕๕ ๐๕๕๕

****

ข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้สู่ชุมชน
ครั้งที่ ๔๓ / ๒๕๖๓ วันที่ ๑๑ พฤศจิกายน ๒๕๖๓

กระทรวง กระทรวงสาธารณสุข
กรม / หน่วยงาน กรมสุขภาพจิต
หน่วยงานเจ้าของเรื่อง กรมสุขภาพจิต
ช่องทางการติดต่อ สายด่วนสุขภาพจิต โทร.๑๓๒๓

๑) หัวข้อเรื่อง ๕ วิธี จัดการความเครียด : รับฟังข่าวสารอย่างไรไม่เครียด

๒) ข้อความสำหรับใช้ประชาสัมพันธ์

<u>เรื่อง ๕ วิธี จัดการความเครียด : รับฟังข่าวสารอย่างไรไม่เครียด</u>

ปัจจุบันด้วยสภาพสังคมที่มีการเปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลา สื่อมวลชนต่าง ๆ เป็นช่องทางการประชาสัมพันธ์ข่าวสารและมีการนำเสนอเนื้อหาที่เป็นที่สนใจของประชาชนอย่างมาก ซึ่งในบางคนอาจมีการติดตามข่าวแบบใกล้ชิด ซึ่งการติดตามข่าวที่มากเกินไปอาจส่งผลเสียต่อสุขภาพอันนำมาซึ่งความเครียดและความวิตกกังวลได้ ดังนั้น เพื่อลดผลกระทบที่อาจเกิดขึ้น กรมสุขภาพจิตได้ให้คำแนะนำในการติดตามข่าวสาร ๕ วิธี เสพข่าวอย่างไรไม่ให้เครียด ดังนี้

๑. ให้ความสำคัญกับสติของตนเองเมื่อต้องเสพข่าว หมั่นสังเกตอารมณ์ของตนเองและผลกระทบจากอารมณ์นั้น

๒. จัดสรรเวลาติดตามข่าวสารบ้านเมืองอย่างพอดี โดยไม่ควรติดตามต่อเนื่องนานไป

๓. พยายามทำกิจวัตรประจำวันให้เป็นปกติ หันเหความสนใจจากข่าวสารไปเรื่องอื่นบ้าง

๔. เคารพความเชื่อและความคิดเห็นแบบประชาธิปไตยที่มีความแตกต่างหลากหลายได้

๕. พักผ่อนและผ่อนคลายความเครียด เช่น การนอน ออกกำลังกาย ฝึกโยคะ ทำสมาธิ ฝึกผ่อนคลายกล้ามเนื้อ เป็นต้น

หากอาการยังไม่ดีขึ้น สามารถขอรับบริการปรึกษาผู้เชี่ยวชาญด้านสุขภาพจิตที่สถานบริการสาธารณสุขใกล้บ้าน หรือ โทร. สายด่วนสุขภาพจิต ๑๓๒๓ ตลอด ๒๔ ชม. เพื่อหาทางแก้ไขที่ถูกต้องและเหมาะสม

****

5 วิธีจัดการความเครียด

รับฟังข่าวสารอย่างไรไม่เครียด

กรมสุขภาพจิต
DEPARTMENT OF MENTAL HEALTH



1 ให้ความสำคัญกับ ***สติของตนเอง*** ทุกครั้ง เมื่อต้องเสพข่าว

สังเกตอารมณ์ของตนเองและผลกระทบจากอารมณ์นั้น
และติดตามจิตใจของตนเองสม่ำเสมอในระยะยาว



2 ***จัดสรรเวลา*** ติดตามข่าวสารบ้านเมืองอย่างพอดี

โดยไม่ควรติดตามต่อเนื่องนานไป

3 พยายาม ***ทำกิจวัตรประจำวัน*** ให้เป็นปกติ

หันเหความสนใจจากข่าวสารไปเรื่องอื่นบ้าง
ละเว้นการรับรู้ข่าวสารที่ส่งผลต่อความเครียดชั่วคราว
ไม่ละเลยหน้าที่ของตนเองทั้งการทำงาน การเรียน
และการใช้เวลาที่มีคุณภาพกับครอบครัว



4 ***เคารพความเชื่อและความคิดเห็น*** แบบประชาธิปไตย ที่มีความแตกต่างหลากหลายได้

โดยไม่ดูข่าวหรือรับข้อมูลข่าวสารเพียงด้านเดียวหรือสื่อเดียว
ฝึกการเปิดใจกว้างและทดลองรับข้อมูลข่าวสารที่ไม่ตรงกับความเชื่อเดิม
ควรรับฟังและเปิดใจรับฟังความคิดและความเชื่อของคนรอบข้างด้วย





5 ***การพักผ่อนและการผ่อนคลายความเครียด***

เช่น การนอน ออกกำลังกาย ฝึกโยคะ ทำสมาธิ
ฝึกผ่อนคลายกล้ามเนื้อ การฝึกหายใจคลายเครียด เป็นต้น



หากอาการยังไม่ดีขึ้น เช่น ควบคุมอารมณ์ตัวเองไม่ได้ มีความเครียดรุนแรง
สูญเสียความสัมพันธ์กับคนรอบข้าง สามารถขอรับบริการปรึกษาผู้เชี่ยวชาญด้านสุขภาพจิตที่สถานบริการสาธารณสุขใกล้บ้าน
หรือโทรปรึกษาสายด่วนสุขภาพจิต 1323 ได้ฟรีตลอด 24 ชั่วโมง เพื่อหาทางแก้ไขที่เหมาะสมต่อไป

สายด่วนสุขภาพจิต 1323 ปรึกษาออนไลน์

Mental health is happy life

กรมสุขภาพจิต