

ประกาศธุรกิจ

ปีที่ 7 ฉบับที่ 758 วันที่ 26 มกราคม 2569 เลขที่ใบอนุญาตจดทะเบียนการพิมพ์ สสช 17/2568 ISSN 2730-4019

8 อาหารธาตุเหล็กสูง กินบำรุงเลือด แก่ภาวะโลหิตจางได้เยี่ยม !

ภาวะโลหิตจางเกิดจากร่างกายขาดธาตุเหล็ก ใครที่กำลังมองหาอาหารธาตุเหล็กสูง มากินบำรุงเลือด ให้สมบูรณ์กันอยู่ละก็ อาหารที่มีธาตุเหล็กเหล่านี้ ช่วยคุณได้ค่ะ

อาหารธาตุเหล็กสูง กินบำรุงเลือด

1.ตับ เลือด และเนื้อสัตว์ต่าง ๆ

อาหารประเภทตับ เลือด และเนื้อสัตว์นั้น อุดมไปด้วยธาตุเหล็กในรูปแบบสารประกอบฮีม (Heme Iron) ที่ร่างกายคนเราสามารถดูดซึมสารอาหารและนำไปใช้ได้เป็นอย่างดี แนะนำให้กินอาหารในกลุ่มนี้เพื่อช่วยบำรุงเลือด โดยเฉพาะเนื้อแดงเป็นประจำสัปดาห์ละ 1-2 ครั้ง

2.ธัญพืช แป้ง ไข่ และผักสีเขียวเข้ม

ธาตุเหล็กจากอาหารกลุ่มนี้เป็นสารประกอบธาตุเหล็กที่ไม่ใช่ฮีม (Nonheme Iron) พบได้มากจากอาหารกลุ่มประเภทธัญพืช แป้ง ไข่และผักใบเขียวเข้ม อย่างเช่น ผักคะน้า บรอกโคลี หน่อไม้ฝรั่ง ผักบุ้ง และมะรุม แต่ควรกินพร้อมกับอาหารที่มีวิตามินซีสูง เช่น มะละกอ ส้ม และมะนาว ฯลฯ เพื่อให้การดูดซึมสารดังกล่าวทำงานได้ดียิ่งขึ้น

3.อาหารทะเล ปลา เบ็ด ไก่ ม้าม และไข่แดง

อาหารกลุ่มนี้เป็นธาตุเหล็กที่อยู่ในรูปของสารประกอบฮีม (Heme Iron) ที่ร่างกายสามารถดูดซึมนำสารอาหารไปใช้งานได้เป็นอย่างดี เพราะมีอัตราการดูดซึมถึงร้อยละ 20-30 และหากกินอาหารกลุ่มนี้ร่วมกับวิตามินซีจากผลไม้ด้วยแล้ว ก็จะยิ่งเสริมประสิทธิภาพทำให้การดูดซึมธาตุเหล็กไปสู่ลำไส้เล็กยิ่งได้ผลดียิ่งขึ้น

4.อัลมอนต์ ซีเรียล ข้าวโอ๊ต ถั่วแดง ถั่วดำ และจมูกข้าวสาลี

อาหารธัญพืชกลุ่มนี้ก็เป็นแหล่งของธาตุเหล็กสูงเช่นกัน เพราะฉะนั้น หากใครที่ไม่ชอบกินเนื้อสัตว์ก็สามารถหันมากินอาหารเหล่านี้แทนได้

5.ข้าวเสริมธาตุเหล็ก ข้าวหอมนิล และข้าวสายพันธุ์ 313

แหล่งคาร์โบไฮเดรตอย่างข้าวก็มีธาตุเหล็กค่อนข้างสูงเช่นกันนะคะ โดยเฉพาะข้าวเหล่านี้ซึ่งนอกจากจะมีธาตุเหล็กแล้วยังมีกรดโฟลิก และคลอโรฟิลล์ สารดังกล่าวเป็นสารที่มีโมเลกุลคล้ายคลึงกับฮีโมโกลบินจากในเม็ดเลือดแดง จึงเหมาะสำหรับผู้ที่ต้องการกินอาหารเสริมธาตุเหล็กที่ไม่ใช่เนื้อสัตว์อย่างมากทีเดียว

6.แครอท ฟักทอง และมะเขือเทศ

อาหารเหล่านี้ก็มีธาตุเหล็กอยู่บ้างเช่นกัน แต่อย่างไรก็ตาม ธาตุเหล็กจากผักผลไม้ก็มักเป็นธาตุเหล็กที่ค่อนข้างละลายยาก การดูดซึมสารอาหารเพื่อนำไปใช้จึงเป็นไปได้น้อยมาก ดังนั้น แนะนำให้กินอาหารประเภทเนื้อสัตว์ อย่างตับ ไข่แดงและเนื้อแดงควบคู่กันด้วยจะดีกว่า

7. กระเทียม พริก และขมิ้น

กระเทียม พริก และขมิ้น เป็นสมุนไพรที่มีส่วนช่วยกระตุ้นให้ระบบไหลเวียนเลือดทำงานได้อย่างคล่องตัวยิ่งขึ้น จึงช่วยลดระดับความดันโลหิตได้ด้วย

8. น้ำว่านหางจระเข้

น้ำว่านหางจระเข้ เป็นเครื่องดื่มที่ชาวต่างประเทศมักนิยมดื่มเพื่อกระตุ้นให้ร่างกายผลิตเลือด ทั้งนี้ก็เนื่องจากในว่านหางจระเข้เปี่ยมไปด้วยสารคลอโรฟิลล์ เอนไซม์ กรดอะมิโน วิตามินและแร่ธาตุอีกหลายชนิดที่มีคุณสมบัติในการกำจัดของเสีย ช่วยต่อต้านการอักเสบ และยังมีบทบาทส่งเสริมให้ระบบการไหลเวียนเลือดทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพยิ่งขึ้นด้วย

และนี่ก็คือ 8 กลุ่มอาหารที่มีธาตุเหล็ก ซึ่งเป็นสารอาหารที่ช่วยบำรุงเลือดได้อย่างสมบูรณ์ ใครที่อยากกินอาหารบำรุงเลือด ต้องหันมากินอาหารเหล่านี้เป็นประจำนะคะ ส่วนใครไม่ชอบกินเนื้อสัตว์ จะหาผักผลไม้หรืออาหารธัญพืชมากินควบคู่กับวิตามินซีก็ได้เช่นกัน

แหล่งที่มา [HTTPS://WWW.SANOOK.COM/WOMEN/56171/](https://www.sanook.com/women/56171/)



ธนาคาร
อาคารสงเคราะห์
Government
Housing Bank

สำนักงานใหญ่
63 ถนนพหลโยธิน 9 แขวง
กทม. 10310
โทรศัพท์ 0 2645 9000
โทรสาร 0 2645 9001

Head Office
63 Rama IX Rd., Huaykwang,
Bangkok 10310 Thailand
T +66 (0) 2645 9000
F +66 (0) 2645 9001

วันที่ 10 ธันวาคม 2568

เรื่อง ขอให้ชำระหนี้และไถ่ถอนจำนอง

เรียน นาย จิรวัดณ์ โกรตประโคน

ตามที่ นาย จิรวัดณ์ โกรตประโคน

ได้ทำสัญญากู้ยืมเงินจากธนาคารอาคารสงเคราะห์ 3 บัญชี เป็นจำนวนเงิน 2,549,000.00 บาท โดยมีรายละเอียดข้อตกลงแต่ละบัญชี ดังนี้

1) บัญชีเงินกู้เลขที่ 040660002264 ทำสัญญาเงินกู้เมื่อวันที่ 13 มีนาคม 2566 วงเงินกู้ 39,000.00 บาท อัตราดอกเบี้ยร้อยละ 6.2450 ต่อปี โดยตกลงชำระดอกเบี้ยพร้อมเงินต้นเป็นรายเดือนทุกๆเดือนไม่ต่ำกว่าเดือนละ 300.00 บาท

2) บัญชีเงินกู้เลขที่ 040660002272 ทำสัญญาเงินกู้เมื่อวันที่ 13 มีนาคม 2566 วงเงินกู้ 752,000.00 บาท อัตราดอกเบี้ยร้อยละ 4.3950 ต่อปี โดยตกลงชำระดอกเบี้ยพร้อมเงินต้นเป็นรายเดือนทุกๆเดือนไม่ต่ำกว่าเดือนละ 3,900.00 บาท

3) บัญชีเงินกู้เลขที่ 040660002280 ทำสัญญาเงินกู้เมื่อวันที่ 13 มีนาคม 2566 วงเงินกู้ 1,758,000.00 บาท อัตราดอกเบี้ยร้อยละ 4.3950 ต่อปี โดยตกลงชำระดอกเบี้ยพร้อมเงินต้นเป็นรายเดือนทุกๆเดือนไม่ต่ำกว่าเดือนละ 9,100.00 บาท

โดยท่านได้นำ ห้องชุดเลขที่ 57/33 ชั้น 6 อาคารเลขที่ 57 ชื่ออาคารชุด บล็อก 44 คอนโดมิเนียม ทะเบียนอาคารชุดเลขที่ 1/2562 โฉนดที่ดินเลขที่ 7184 ตำบล เสนานิคม อำเภอ จตุจักร จังหวัด กรุงเทพมหานคร

พร้อมทั้งสิ่งปลูกสร้างมาจดทะเบียนจำนองไว้เป็นประกันกับธนาคารฯ ซึ่งท่านทราบแล้วจากสำเนาสัญญาที่ท่านมีอยู่ ปรากฏว่าท่านมิได้ผ่อนชำระหนี้ให้แก่ธนาคารเป็นประจำทุกเดือนตามสัญญา จึงถือว่าการผิดสัญญาทั้งหมด นับตั้งแต่วันที่ 9 ธันวาคม 2568 ท่านมีหนี้ทั้งหมด

1) ตามบัญชีเงินกู้เลขที่ 040660002264 เป็นต้นเงินจำนวน 38,273.49 บาท ดอกเบี้ย 5,359.01 บาท ระยะเวลาค้างชำระ 728 วัน ค่าธรรมเนียมประกันภัย 0.00 บาท รวมเป็นเงินทั้งหมด 43,632.50 บาท

2) ตามบัญชีเงินกู้เลขที่ 040660002272 เป็นต้นเงินจำนวน 743,435.59 บาท ดอกเบี้ย 68,609.89 บาท ระยะเวลาค้างชำระ 728 วัน ค่าธรรมเนียมประกันภัย 0.00 บาท รวมเป็นเงินทั้งหมด 812,045.48 บาท

3) ตามบัญชีเงินกู้เลขที่ 040660002280 เป็นต้นเงินจำนวน 1,678,111.47 บาท ดอกเบี้ย 7,888.60 บาท ระยะเวลาค้างชำระ 0 วัน ค่าธรรมเนียมประกันภัย 1,149.47 บาท รวมเป็นเงินทั้งหมด 1,687,149.54 บาท

รวม 3 บัญชี เป็นต้นเงินจำนวน 2,459,820.55 บาท ดอกเบี้ย 81,857.50 บาท ค่าธรรมเนียมประกันภัย 1,149.47 บาท รวมเป็นเงินทั้งสิ้น 2,542,827.52 บาท

ทั้งนี้ ในกรณีที่สัญญาเงิน กำหนดเงื่อนไข การคิดเบี้ยปรับการปรับดอกเบี้ยย้อนหลัง หรือค่าธรรมเนียม เพื่อการชำระหนี้ทั้งหมดหรือบางส่วน หรือขอไถ่ถอนจำนองก่อนระยะเวลาที่กำหนดไว้ เป็นต้น ท่านยังคงต้องชำระค่าเบี้ยปรับ ดอกเบี้ยที่ถูกปรับย้อนหลัง หรือค่าธรรมเนียมเพื่อการชำระหนี้ทั้งหมดหรือแต่บางส่วน หรือขอไถ่ถอนจำนองก่อนระยะเวลาที่กำหนดดังกล่าว หรือค่าใช้จ่ายอื่นๆ เช่น ค่าจ้าง-ค่าใช้จ่าย ในการดำเนินคดี (ถ้ามี) เพิ่มเติมอีกส่วนหนึ่ง

ธนาคารฯ จึงเรียนมาเพื่อขอให้ท่านนำเงินจำนวนดังกล่าว พร้อมดอกเบี้ยในแต่ละบัญชีในอัตราดังต่อไปนี้

1. บัญชีเงินกู้เลขที่ 040660002264 อัตราดอกเบี้ยร้อยละ 9.2450 ต่อปี ของยอดเงินคงค้าง
2. บัญชีเงินกู้เลขที่ 040660002272 อัตราดอกเบี้ยร้อยละ 8.4950 ต่อปี ของยอดเงินคงค้าง

3. บัญชีเงินกู้เลขที่ 040660002280 อัตราดอกเบี้ยร้อยละ 8.2450 ต่อปี ของยอดเงินคงค้าง

นับจากวันที่ 9 ธันวาคม 2568 จนถึงวันที่ชำระหนี้เสร็จสิ้น ไปชำระให้กับธนาคารฯ และทำการไถ่ถอนจำนวนให้เสร็จสิ้นภายใน 60 วัน นับแต่วันที่ได้รับหนังสือฉบับนี้ หากพ้นกำหนดวันดังกล่าวแล้วธนาคารฯ จำเป็นต้องดำเนินคดีกับท่านตามกฎหมายต่อไป ทั้งนี้ ธนาคารฯ จะเรียกเก็บค่าบอกกล่าวขอให้ชำระหนี้ไถ่ถอนจำนวน ครั้งละ 100 บาท จากลูกหนี้ที่ธนาคารบอกกล่าวขอให้ชำระหนี้ไถ่ถอนจำนวนก่อนฟ้องคดี เว้นแต่ลูกหนี้มีหนี้ค้างชำระหรือมีหนี้ที่ถึงกำหนดชำระสะสมไม่เกินหนึ่งพันบาท พร้อมทั้ง ธนาคารฯ มีแนวทางการปรับปรุงโครงสร้างหนี้ เพื่อแก้ไขหนี้ของผู้กู้ให้สอดคล้องกับความสามารถในการชำระหนี้ของผู้กู้ รายละเอียดตามเอกสารแนบท้ายหนังสือฉบับนี้

- เลขที่บัญชีเงินกู้ 1) 040660002264, 2) 040660002272, 3) 040660002280
- โครงการ 1) บล๊อค 44 คอนโดมิเนียม (BZP), 2) บล๊อค 44 คอนโดมิเนียม (BZP), 3) บล๊อค 44 คอนโดมิเนียม (BZP)
- گردناติดต่อ ฝ่ายบริหารหนี้ กทม.และปริมณฑล
- โทรศัพท์ 022021770-5

ขอแสดงความนับถือ
เพื่อธนาคารอาคารสงเคราะห์
Shiraka
(นายศุภกิจ สิงห์ประเสริฐ)
ทนายความผู้รับมอบอำนาจ

ในการติดต่อกับธนาคารฯ ทุกครั้ง เพื่อประหยัดค่าใช้จ่ายของท่านโปรดไปติดต่อด้วยตนเอง ไม่ควรเชื่อบุคคลอื่นที่แอบอ้างว่าจะช่วยเหลือหรือดำเนินการทางศาลให้แก่ท่าน

กรณีถูกดำเนินคดี
ผู้ที่มีสิทธิในการขอไกล่เกลี่ยหนี้กับธนาคารได้ การไม่ไปศาลอาจเกิดผลเสีย เช่น ศาลพิพากษาตามข้อเสนองของธนาคาร ซึ่งผู้กู้ อาจจะไม่สามารถจ่ายชำระได้

หากท่านได้ชำระหนี้ก่อนได้รับหนังสือฉบับนี้ ธนาคารต้องกราบขอภัยเป็นอย่างสูง ณ โอกาสนี้ด้วย หากไม่ได้รับความสะดวกในการรับบริการ และต้องการแจ้งกรรมการผู้จัดการโดยตรง โปรดแจ้งที่ตู้ ปณ.70 ปณ.ฝ.สุทธิสาร 10321

เอกสารแนบท้ายหนังสือบอกกล่าวขอให้ชำระหนี้ได้ก่อนจำนวน

มาตรการแก้ไขปัญหานี้สินภาคครัวเรือน ปี 2568

โดยให้ความช่วยเหลือนาน 1 ปี จำนวน 2 มาตรการ ประกอบด้วย

1. มาตรการภาคครัวเรือน "HD1" สำหรับกลุ่มลูกค้าสถานะ SM ที่กู้เงินกับธนาคารมาแล้วไม่น้อยกว่า 3 ปี ผ่อนชำระเงินงวดเดือนที่ 1-3 จำนวน 1,000 บาท อัตราดอกเบี้ย 0% ต่อปี, เดือนที่ 4-6 ผ่อนชำระเงินงวดคำนวณจากอัตราดอกเบี้ย 1.90% +100 บาท และเดือนที่ 7-12 ผ่อนชำระเงินงวดคำนวณจากอัตราดอกเบี้ย 3.90% + 100 บาท กรณีลูกค้าชำระเกินที่ธนาคารกำหนดให้นำไปตัดดอกเบี้ยค้างชำระ (หากมี)

2. มาตรการภาคครัวเรือน "HD2" สำหรับกลุ่มลูกค้าสถานะ SM ที่กู้เงินกับธนาคารมาแล้วไม่น้อยกว่า 1 ปี ผ่อนชำระเงินงวดเดือนที่ 1 - 3 คำนวณจากอัตราดอกเบี้ย 1.90% +100 บาท, เดือนที่ 4 - 6 ผ่อนชำระเงินงวดคำนวณจากอัตราดอกเบี้ย 3.90% +100 บาท และเดือนที่ 7 - 12 ผ่อนชำระเงินงวดคำนวณจากอัตราดอกเบี้ย MRR-2% +100 บาท (ปัจจุบันอัตราดอกเบี้ย MRR ธอส. เท่ากับ 6.545% ต่อปี) กรณีลูกค้าชำระเกินที่ธนาคารกำหนดให้นำไปตัดดอกเบี้ยค้างชำระ (หากมี)

มาตรการช่วยเหลือลูกหนี้ (เพิ่มเติม)

1. มาตรการ M17 ลูกหนี้รายย่อยสถานะ NPL หรือลูกหนี้ที่ยังมีสถานะเป็น NPL ที่อยู่ระหว่างการใช้มาตรการปรับโครงสร้างหนี้กับธนาคาร อัตราดอกเบี้ยเงินกู้และเงินงวดผ่อนชำระ (ระยะเวลา 12 เดือน) เดือนที่ 1-3 = 0% ต่อปี ผ่อนชำระเงินงวด 1,000 บาท เดือนที่ 4-6 = 1.99% ต่อปี เงินงวด คำนวณจากอัตราดอกเบี้ย 1.99% + 100 บาท และเดือนที่ 7-12 = 3.90% ต่อปี เงินงวด คำนวณจากอัตราดอกเบี้ย 3.90% + 100 บาท

2. มาตรการ M24 ลูกหนี้ที่ได้รับผลกระทบจากภาวะเศรษฐกิจจากชะลอตัว และผลกระทบจากภาวะเศรษฐกิจไทย อัตราดอกเบี้ยเงินกู้และเงินงวดผ่อนชำระ (ระยะเวลา - 12 เดือน) เดือนที่ 1 - 12 = 3.90% ต่อปี เงินงวด คำนวณจากอัตราดอกเบี้ย 3.90%+100 บาท

มาตรการช่วยเหลือลูกหนี้ผู้ได้รับผลกระทบทางเศรษฐกิจ

โดยให้ความช่วยเหลือลูกหนี้จำนวนสูงสุด 2 ปี จำนวน 3 มาตรการ ประกอบด้วย

1. มาตรการช่วยเหลือ "DC1" สำหรับกลุ่มลูกค้าสถานะ SM, ลูกค้าสถานะ NPL และลูกหนี้สถานะมีโจทก์นอก ที่กู้เงินกับธนาคารมาแล้วไม่น้อยกว่า 1 ปี สามารถผ่อนชำระเงินงวดที่คำนวณจากอัตราดอกเบี้ยที่ 3.55% ต่อปีและ +100 บาท เป็นระยะเวลา 2 ปีกรณีลูกค้าชำระเกินกว่าที่ธนาคารกำหนดให้นำไปตัดดอกเบี้ยค้างชำระ (หากมี)

2. มาตรการช่วยเหลือ "DC2" สำหรับกลุ่มลูกค้าสถานะ NPL และลูกหนี้สถานะมีโจทก์นอก ที่กู้เงินกับธนาคารมาแล้วไม่น้อยกว่า 1 ปี จะได้รับอัตราดอกเบี้ย 4 เดือนแรก 0% ต่อปีโดยผ่อนชำระเงินงวดเพียง 1,000 บาทต่อเดือน, เดือนที่ 5-8 ผ่อนชำระเงินงวดที่คำนวณจากอัตราดอกเบี้ยที่ 1.90% เพียง 50% และ +100 บาท และเดือนที่ 9 - 12 ผ่อนชำระเงินงวดคำนวณจากอัตราดอกเบี้ยที่ 3.90% เพียง 50% และ +100 บาท กรณีลูกค้าชำระเกินที่ธนาคารกำหนดให้นำไปตัดดอกเบี้ยค้างชำระ (หากมี) ทั้งนี้ ดอกเบี้ย 50% ของงวดที่ 5-12 ธนาคารจะพักชำระไว้ เมื่อลูกค้าผ่อนชำระครบตามเงื่อนไขจะได้รับส่วนลดดอกเบี้ย 50% ช่วงที่อยู่ในมาตรการ

3. มาตรการช่วยเหลือ "DC3" สำหรับกลุ่มลูกค้าสถานะ SM ที่กู้เงินจากธนาคารมาแล้วไม่น้อยกว่า 1 ปี ผ่อนชำระเงินงวดเดือนที่ 1-6 จำนวน 1,000 บาท อัตราดอกเบี้ย 0% ต่อปี, เดือนที่ 7-9 ผ่อนชำระเงินงวดคำนวณจากอัตราดอกเบี้ย 1.90% +100 บาท และเดือนที่ 10-12 ผ่อนชำระเงินงวดคำนวณจากอัตราดอกเบี้ย 3.90% + 100 บาท กรณีลูกค้าชำระเกินที่ธนาคารกำหนดให้นำไปตัดดอกเบี้ยค้างชำระ (หากมี)

สำหรับลูกค้าที่ประสงค์เข้าร่วมมาตรการข้างต้น สามารถลงทะเบียนได้ตั้งแต่วันที่ 31 ธันวาคม 2568 ผ่านทาง Application :GHB ALL BFRIEND โดยลูกค้าจะต้อง Upload หลักฐานยืนยันการได้รับผลกระทบทางรายได้เพื่อให้ธนาคารพิจารณาด้วย ส่วนกรณีที่ลูกค้าไม่มีสมาร์ตโฟนสามารถกรอกข้อมูลเพื่อแจ้งความประสงค์ขอรับ ความช่วยเหลือได้ที่สาขาทั่วประเทศ โดยสอบถามรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่ ธอส.ทุกสาขาทั่วประเทศ G H Bank Call Center โทร.0-2645-9000 หรือ Facebook Fanpage ธนาคารอาคารสงเคราะห์และติดตามข่าวสารของธนาคารได้ที่ Application : GHB ALL GEN และ www.ghbank.co.th

หมายเหตุ : ลูกค้าสถานะ S M หมายความว่า มีวันค้างชำระตั้งแต่ 31-90 วัน

: อัตราดอกเบี้ย MRR คือ อัตราดอกเบี้ยเพื่อลูกค้ารายย่อยชั้นดี สามารถเปลี่ยนแปลงเพิ่มขึ้นหรือลดลงได้ ตามประกาศธนาคาร

: การปรับปรุงโครงสร้างหนี้ อาจทำให้ระยะเวลาการผ่อนชำระงวดนานขึ้น



ธนาคาร
อาคารสงเคราะห์
Government
Housing Bank

สำนักงานใหญ่
63 ถนนพหลโยธิน 9 แขวง
ถนนพหลโยธิน เขตจตุจักร
กรุงเทพฯ 10310
โทรศัพท์ 0 2645 9000
โทรสาร 0 2645 9001

วันที่ 10 ธันวาคม 2568

Head Office
63 Rama IX Rd., Huaykwang,
Bangkok 10310 Thailand
T +66 (0) 2645 9000
F +66 (0) 2645 9001

เรื่อง **ขอให้ชำระหนี้และได้ถอนจำนอง**

เรียน นาง สมรัก แพรไพศาล

ตามที่ นาง สมรัก แพรไพศาล

ได้ทำสัญญากู้ยืมเงินจากธนาคารอาคารสงเคราะห์ 579,000.00 บาท โดยมีรายละเอียด ดังนี้

บัญชีเงินกู้เลขที่ 001640034106 ทำสัญญาเงินกู้เมื่อวันที่ 30 กันยายน 2564 วงเงินกู้ 579,000.00 บาท

อัตราดอกเบี้ยร้อยละ 5.7450 ต่อปี โดยตกลงชำระดอกเบี้ยพร้อมเงินต้นเป็นรายเดือนทุกๆเดือนไม่ต่ำกว่าเดือนละ 5,900.00 บาท

โดยท่านได้นำ ห้องชุดเลขที่ 9/1475 ชั้น 1 อาคารเลขที่ 06 ชื่ออาคารชุด เคหะชุมชนและบริการชุมชนประชาธิปไตย

ทะเบียนอาคารชุดเลขที่ 1/2563 โฉนดที่ดินเลขที่ 1728 ตำบล ไนคลองบางปลากด อำเภอ พระสมุทรเจดีย์ จังหวัด สมุทรปราการ

พร้อมทั้งสิ่งปลูกสร้างมาจดทะเบียนจำนองไว้เป็นประกันกับธนาคารฯ ซึ่งท่านทราบแล้วจากสำเนาสัญญาที่ท่านมีอยู่ปรากฏว่าท่าน

มิได้ผ่อนชำระหนี้ให้แก่ธนาคารเป็นประจำทุกเดือนตามสัญญา จึงถือว่าเป็นการผิดสัญญาทั้งหมดนับตั้งแต่วันที่ 9 ธันวาคม 2568

ท่านมีหนี้ตามบัญชีเงินกู้เลขที่ 001640034106 เป็นต้นเงินจำนวน 397,280.67 บาท ดอกเบี้ย 8,323.82 บาท ระยะเวลา

ค้างชำระ 71 วัน ค่าธรรมเนียมประกันภัย 1,008.68 บาท รวมเป็นเงินทั้งสิ้นจำนวน 406,613.17 บาท ทั้งนี้ในกรณีที่สัญญาเงิน

กำหนดเงื่อนไข การคิดเบี้ยปรับ การปรับดอกเบี้ยย้อนหลัง หรือค่าธรรมเนียม เพื่อการชำระหนี้ทั้งหมดหรือบางส่วน หรือขอได้ถอน

จำนอง ก่อนระยะเวลาที่กำหนดดังกล่าว หรือค่าใช้จ่ายอื่นๆ เช่น ค่าจ้าง-ค่าใช้จ่าย ในการดำเนินคดี (ถ้ามี) เพิ่ม

เดิมอีกส่วนหนึ่ง

ธนาคารฯ จึงเรียนมาเพื่อขอให้ท่านนำเงินจำนวนดังกล่าว พร้อมดอกเบี้ยอัตราร้อยละ 8.7450 ต่อปี ของยอดเงินต้นคงค้าง นับ

จากวันที่ 9 ธันวาคม 2568 จนถึงวันที่ชำระหนี้เสร็จสิ้น ไปชำระให้กับธนาคารฯ และทำการได้ถอนจำนองให้เสร็จสิ้นภายใน 60 วัน นับ

แต่วันที่ได้รับหนังสือฉบับนี้ หากท่านกำหนดวันดังกล่าวแล้วธนาคารฯ จำเป็นต้องดำเนินคดีกับท่านตามกฎหมายต่อไป

ทั้งนี้ ธนาคารฯ จะเรียกเก็บค่าบอกกล่าวขอให้ชำระหนี้ได้ถอนจำนอง ครั้งละ 100 บาท จากลูกหนี้ที่ธนาคารฯ บอกกล่าว ขอให้

ชำระหนี้ได้ถอนจำนองก่อนฟ้องคดี เว้นแต่ลูกหนี้มีหนี้ค้างชำระหรือมีหนี้ที่ถึงกำหนดชำระสะสมไม่เกินหนึ่งพันบาท พร้อมทั้งธนาคาร

มีแนวทางการปรับปรุงโครงสร้างหนี้ เพื่อแก้ไขหนี้ของผู้กู้ให้สอดคล้องกับความสามารถในการชำระหนี้ของผู้กู้

ขอแสดงความนับถือ

เพื่อธนาคารอาคารสงเคราะห์

gkba

(นายศุภกิจ สิงห์ประเสริฐ)

นายความผู้รับมอบอำนาจ

เลขที่บัญชีเงินกู้ 001640034106

โครงการ กศร-เคหะชุมชนและบริการชุมชนฯ.สมุทรปราการ(ประชาธิปไตย)

กรุณาติดต่อ ฝ่ายบริหารหนี้ กทม. และปริมณฑล

โทรศัพท์ 022021770-5

ในการติดต่อกับธนาคารฯ ทุกครั้ง เพื่อประหยัดค่าใช้จ่ายของท่านโปรดไปติดต่อด้วยตนเอง ไม่ควรเชื่อบุคคลอื่นที่แอบอ้างว่าจะช่วย
เหลือหรือดำเนินการทางศาลให้แก่ท่าน

กรณีถูกดำเนินคดี

ผู้ที่มีสิทธิในการขอไกล่เกลี่ยหนี้กับธนาคารได้ การไม่ไปศาลอาจเกิดผลเสีย เช่น ศาลพิพากษาตามข้อเสนอของธนาคารซึ่งผู้
อาจจะไม่สามารถจ่ายชำระได้

หากท่านได้ชำระหนี้ก่อนได้รับหนังสือฉบับนี้ ธนาคารต้องกราบขออภัยเป็นอย่างสูง ณ โอกาสนี้ด้วย

หากไม่ได้รับความสะดวกในการรับบริการ และต้องการแจ้งกรมการผู้จัดการโดยตรง โปรดแจ้งที่ ตู้ ปณ. 70 ปณฝ. สุทธิสาร 10321

เอกสารแนบท้ายหนังสือบอกกล่าวขอให้ชำระหนี้ได้ถอนจำนวน

มาตรการแก้ไขปัญหานี้สินภาคครัวเรือน ปี 2568

โดยให้ความช่วยเหลือนาน 1 ปี จำนวน 2 มาตรการ ประกอบด้วย

1. **มาตรการภาคครัวเรือน "HD1"** สำหรับกลุ่มลูกค้าสถานะ SM ที่กู้เงินกับธนาคารมาแล้วไม่น้อยกว่า 3 ปี ผ่อนชำระเงินงวดเดือนที่ 1-3 จำนวน 1,000 บาท อัตราดอกเบี้ย 0% ต่อปี, เดือนที่ 4-6 ผ่อนชำระเงินงวดคำนวณจากอัตราดอกเบี้ย 1.90% +100 บาท และเดือนที่ 7-12 ผ่อนชำระเงินงวดคำนวณจากอัตราดอกเบี้ย 3.90% + 100 บาท กรณีลูกค้าชำระเกินที่ธนาคารกำหนดให้นำไปตัดดอกเบี้ยค้างชำระ (หากมี)

2. **มาตรการภาคครัวเรือน "HD2"** สำหรับกลุ่มลูกค้าสถานะ SM ที่กู้เงินกับธนาคารมาแล้วไม่น้อยกว่า 1 ปี ผ่อนชำระเงินงวดเดือนที่ 1 - 3 คำนวณจากอัตราดอกเบี้ย 1.90% +100 บาท, เดือนที่ 4 - 6 ผ่อนชำระเงินงวดคำนวณจากอัตราดอกเบี้ย 3.90% +100 บาท และเดือนที่ 7 - 12 ผ่อนชำระเงินงวดคำนวณจากอัตราดอกเบี้ย MRR-2% +100 บาท (ปัจจุบันอัตราดอกเบี้ย MRR ธอส. เท่ากับ 6.545% ต่อปี) กรณีลูกค้าชำระเกินที่ธนาคารกำหนดให้นำไปตัดดอกเบี้ยค้างชำระ (หากมี)

มาตรการช่วยเหลือลูกหนี้ (เพิ่มเติม)

1. **มาตรการ M17** ลูกหนี้รายย่อยสถานะ NPL หรือลูกหนี้ที่ยังมีสถานะเป็น NPL ที่อยู่ระหว่างการใช้มาตรการปรับโครงสร้างหนี้กับธนาคาร อัตราดอกเบี้ยเงินกู้และเงินงวดผ่อนชำระ (ระยะเวลา 12 เดือน) เดือนที่ 1-3 = 0% ต่อปี ผ่อนชำระเงินงวด 1,000 บาท เดือนที่ 4-6 = 1.99% ต่อปี เงินงวด คำนวณจากอัตราดอกเบี้ย 1.99% + 100 บาท และเดือนที่ 7-12 = 3.90% ต่อปี เงินงวด คำนวณจากอัตราดอกเบี้ย 3.90% + 100 บาท

2. **มาตรการ M24** ลูกหนี้ที่ได้รับผลกระทบจากภาวะเศรษฐกิจจากชะลอตัว และผลกระทบจากภาวะเศรษฐกิจไทย อัตราดอกเบี้ยเงินกู้และเงินงวดผ่อนชำระ (ระยะเวลา - 12 เดือน) เดือนที่ 1 - 12 = 3.90% ต่อปี เงินงวด คำนวณจากอัตราดอกเบี้ย 3.90%+100 บาท

มาตรการช่วยเหลือลูกหนี้ผู้ได้รับผลกระทบทางเศรษฐกิจ

โดยให้ความช่วยเหลือลูกหนี้จำนวนสูงสุด 2 ปี จำนวน 3 มาตรการ ประกอบด้วย

1. **มาตรการช่วยเหลือ "DC1"** สำหรับกลุ่มลูกค้าสถานะ SM, ลูกค้าสถานะ NPL และลูกหนี้สถานะมีใจทักนอกที่กู้เงินกับธนาคารมาแล้วไม่น้อยกว่า 1 ปี สามารถผ่อนชำระเงินงวดที่คำนวณจากอัตราดอกเบี้ยที่ 3.55% ต่อปีและ +100 บาท เป็นระยะเวลา 2 ปีกรณีลูกค้าชำระเกินกว่าที่ธนาคารกำหนดให้นำไปตัดดอกเบี้ยค้างชำระ (หากมี)

2. **มาตรการช่วยเหลือ "DC2"** สำหรับกลุ่มลูกค้าสถานะ NPL และลูกหนี้สถานะมีใจทักนอก ที่กู้เงินกับธนาคารมาแล้วไม่น้อยกว่า 1 ปี จะได้รับอัตราดอกเบี้ย 4 เดือนแรก 0% ต่อปีโดยผ่อนชำระเงินงวดเพียง 1,000 บาทต่อเดือน,เดือนที่ 5-8 ผ่อนชำระเงินงวดที่คำนวณจากอัตราดอกเบี้ยที่ 1.90% เพียง 50% และ +100 บาท และเดือนที่ 9 - 12 ผ่อนชำระเงินงวดคำนวณจากอัตราดอกเบี้ยที่ 3.90% เพียง 50% และ +100 บาท กรณีลูกค้าชำระเกินที่ธนาคารกำหนดให้นำไปตัดดอกเบี้ยค้างชำระ (หากมี) ทั้งนี้ ดอกเบี้ย 50% ของงวดที่ 5-12 ธนาคารจะพักชำระได้ เมื่อลูกค้าผ่อนชำระครบตามเงื่อนไขจะได้รับส่วนลดดอกเบี้ย 50% ช่วงที่อยู่ในมาตรการ

3. **มาตรการช่วยเหลือ "DC3"** สำหรับกลุ่มลูกค้าสถานะ SM ที่กู้เงินจากธนาคารมาแล้วไม่น้อยกว่า 1 ปี ผ่อนชำระเงินงวดเดือนที่ 1-6 จำนวน 1,000 บาท อัตราดอกเบี้ย 0% ต่อปี, เดือนที่ 7-9 ผ่อนชำระเงินงวดคำนวณจากอัตราดอกเบี้ย 1.90% +100 บาท และเดือนที่ 10-12 ผ่อนชำระเงินงวดคำนวณจากอัตราดอกเบี้ย 3.90% + 100 บาท กรณีลูกค้าชำระเกินที่ธนาคารกำหนดให้นำไปตัดดอกเบี้ยค้างชำระ (หากมี)

สำหรับลูกค้าที่ประสงค์เข้าร่วมมาตรการข้างต้น สามารถลงทะเบียนได้ตั้งแต่วันที่ 31 ธันวาคม 2568 ผ่านทาง Application: GHB ALL BFRIEND โดยลูกค้าจะต้อง Upload หลักฐานยืนยันการได้รับผลกระทบทางรายได้เพื่อให้ธนาคารพิจารณาด้วย ส่วนกรณีลูกค้าไม่มีสมารถโทรสามารถกรอกข้อมูลเพื่อแจ้งความประสงค์ขอรับ ความช่วยเหลือได้ที่สาขาทั่วประเทศ โดยสอบถามรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่ ธอส.ทุกสาขาทั่วประเทศ G H Bank Call Center โทร.0-2645-9000 หรือ Facebook Fanpage ธนาคารอาคารสงเคราะห์และติดตามข่าวสารของธนาคารได้ที่ Application : GHB ALL GEN และ www.ghbank.co.th

หมายเหตุ : ลูกค้าสถานะ S M หมายความว่า มีวันค้างชำระตั้งแต่ 31-90 วัน

: อัตราดอกเบี้ย MRR คือ อัตราดอกเบี้ยเพื่อลูกค้ารายย่อยชั้นดี สามารถเปลี่ยนแปลงเพิ่มขึ้นหรือลดลงได้ ตามประกาศธนาคาร

: การปรับปรุงโครงสร้างหนี้ อาจทำให้ระยะเวลาการผ่อนชำระงวดนานขึ้น



ธนาคาร
อาคารสงเคราะห์
Government
Housing Bank

สำนักงานใหญ่
63 ถ.พระราม 9 ห้วยขวาง
กทม. 10310
โทรศัพท์ 0 2645 9000
โทรสาร 0 2645 9001

วันที่ 10 ธันวาคม 2568

เรื่อง **ขอให้ชำระหนี้และไถ่ถอนจำนอง**

เรียน นางสาว นราวดี มนต์วิเศษ

ตามที่ นางสาว นราวดี มนต์วิเศษ

ได้ทำสัญญากู้ เงินจากธนาคารอาคารสงเคราะห์ 2 บัญชี เป็นจำนวนเงิน 1,820,790.00 บาท โดยมีรายละเอียดข้อตกลงแต่ละบัญชี ดังนี้

1) บัญชีเงินกู้เลขที่ 029670000222 ทำสัญญาเงินกู้เมื่อวันที่ 30 มกราคม 2567 วงเงินกู้ 1,760,000.00 บาท

อัตราดอกเบี้ยร้อยละ 3.8000 ต่อปี โดยตกลงชำระดอกเบี้ยพร้อมเงินต้นเป็นรายเดือนทุกๆเดือนไม่ต่ำกว่าเดือนละ 7,400.00 บาท

2) บัญชีเงินกู้เลขที่ 029670000230 ทำสัญญาเงินกู้เมื่อวันที่ 30 มกราคม 2567 วงเงินกู้ 60,790.00 บาท อัตราดอกเบี้ยร้อยละ 3.8000 ต่อปี โดยตกลงชำระดอกเบี้ยพร้อมเงินต้นเป็นรายเดือนทุกๆเดือนไม่ต่ำกว่าเดือนละ 700.00 บาท

โดยท่านได้นำ โฉนดที่ดินเลขที่ 18888 ตำบล บางเพรียง อำเภอ บางบัว จังหวัด สมุทรปราการ

พร้อมทั้งสิ่งปลูกสร้างมาจดทะเบียนจำนองไว้เป็นประกันกับธนาคารฯ ซึ่งท่านทราบแล้วจากสำเนาสัญญาที่ท่านมีอยู่ ปรากฏว่าท่านมิได้ผ่อนชำระหนี้ให้แก่ธนาคารเป็นประจำทุกเดือนตามสัญญา จึงถือว่าเป็นการผิดสัญญาทั้งหมด นับตั้งวันที่ 9 ธันวาคม 2568 ท่านมีหนี้ทั้งหมด

1) ตามบัญชีเงินกู้เลขที่ 029670000222 เป็นต้นเงินจำนวน 1,726,603.52 บาท ดอกเบี้ย 69,329.42 บาท ระยะเวลาค้างชำระ 345 วัน ค่าธรรมเนียมประกันภัย 0.00 บาท รวมเป็นเงินทั้งหมด 1,795,932.94 บาท

2) ตามบัญชีเงินกู้เลขที่ 029670000230 เป็นต้นเงินจำนวน 55,465.77 บาท ดอกเบี้ย 2,332.15 บาท ระยะเวลาค้างชำระ 345 วัน ค่าธรรมเนียมประกันภัย 0.00 บาท รวมเป็นเงินทั้งหมด 57,797.92 บาท

รวม 2 บัญชี เป็นต้นเงินจำนวน 1,782,069.29 บาท ดอกเบี้ย 71,661.57 บาท ค่าธรรมเนียมประกันภัย 0.00 บาท รวมเป็นเงินทั้งสิ้น 1,853,730.86 บาท

ทั้งนี้ ในกรณีที่สัญญาเงิน กำหนดเงื่อนไข การคิดเบี้ยปรับการปรับดอกเบี้ยย้อนหลัง หรือค่าธรรมเนียม เพื่อการชำระหนี้ทั้งหมดหรือบางส่วน หรือขอไถ่ถอนจำนองก่อนระยะเวลาที่กำหนดไว้ เป็นต้น ท่านยังคงต้องชำระค่าเบี้ยปรับ ดอกเบี้ยที่ถูกปรับย้อนหลัง หรือค่าธรรมเนียมเพื่อการชำระหนี้ทั้งหมดหรือแต่บางส่วน หรือขอไถ่ถอนจำนองก่อนระยะเวลาที่กำหนดดังกล่าว หรือค่าใช้จ่ายอื่นๆ เช่น ค่าจ้าง-ค่าใช้จ่าย ในการดำเนินคดี (ถ้ามี) เพิ่มเติมอีกส่วนหนึ่ง

ธนาคารฯ จึงเรียนมาเพื่อขอให้ท่านนำเงินจำนวนดังกล่าว พร้อมดอกเบี้ยในแต่ละบัญชีในอัตราดังต่อไปนี้

1. บัญชีเงินกู้เลขที่ 029670000222 อัตราดอกเบี้ยร้อยละ 8.7450 ต่อปี ของยอดเงินคงค้าง
2. บัญชีเงินกู้เลขที่ 029670000230 อัตราดอกเบี้ยร้อยละ 8.7450 ต่อปี ของยอดเงินคงค้าง

นับจากวันที่ 9 ธันวาคม 2568 จนถึงวันที่ชำระหนี้เสร็จสิ้น ไปชำระให้กับธนาคารฯ และทำการไถ่ถอนจำนองให้เสร็จสิ้นภายใน 60 วัน นับแต่วันที่ได้รับหนังสือฉบับนี้ หากท่านกำหนดวันดังกล่าวแล้วธนาคารฯ จำเป็นต้องดำเนินคดีกับท่านตามกฎหมายต่อไป

ทั้งนี้ ธนาคารจะเรียกเก็บค่าบริการชำระหนี้ได้ถอนจำนวน ครั้งละ 100 บาท จากลูกหนี้ที่ธนาคารบอกกล่าวขอให้ชำระหนี้ได้ถอนจำนวนก่อนฟ้องคดี เว้นแต่ลูกหนี้มีหนี้ค้างชำระหรือมีหนี้ที่ถึงกำหนดชำระสะสมไม่เกินหนึ่งพันบาท พร้อมกันนี้ ธนาคารมีแนวทางการปรับปรุงโครงสร้างหนี้ เพื่อแก้ไขหนี้ของผู้กู้ให้สอดคล้องกับความสามารถในการชำระหนี้ของผู้กู้ รายละเอียดตามเอกสารแนบท้ายหนังสือฉบับนี้

เลขที่บัญชีเงินกู้	1) 029670000222, 2) 029670000230	ขอแสดงความนับถือ
โครงการ	1) -, 2) -	เพื่อธนาคารอาคารสงเคราะห์
กรุณาติดต่อ	ฝ่ายบริหารหนี้ กทม.และปริมณฑล	<i>Shobha</i>
โทรศัพท์	022021770-5	(นายศุภกิจ สิงห์ประเสริฐ)
		หนายความผู้รับมอบอำนาจ

ในการติดต่อกับธนาคารฯ ทุกครั้ง เพื่อประหยัดค่าใช้จ่ายของท่านโปรดไปติดต่อด้วยตนเอง ไม่ควรเชื่อบุคคลอื่นที่แอบอ้างว่าจะช่วยเหลือหรือดำเนินการทางศาลให้แก่ท่าน

กรณีถูกดำเนินคดี
ผู้กู้มีสิทธิในการขอไกล่เกลี่ยหนี้กับธนาคารได้ การไม่ไปศาลอาจเกิดผลเสีย เช่น ศาลพิพากษาตามข้อเสนอรของธนาคาร ซึ่งผู้กู้ อาจไม่สามารถจ่ายชำระได้

หากท่านได้ชำระหนี้ก่อนได้รับหนังสือฉบับนี้ ธนาคารต้องกราบขออภัยเป็นอย่างสูง ณ โอกาสนี้ด้วย
หากไม่ได้รับความสะดวกในการรับบริการ และต้องการแจ้งกรรมการผู้จัดการโดยตรง โปรดแจ้งที่ตู้ ปณ.70 ปณ.ฝ.สุทธิสาร 10321

เอกสารแนบท้ายหนังสือบอกกล่าวขอให้ชำระหนี้ได้ก่อนจำนวน

มาตรการแก้ไขปัญหานี้สินภาคครัวเรือน ปี 2568

โดยให้ความช่วยเหลือนาน 1 ปี จำนวน 2 มาตรการ ประกอบด้วย

1. **มาตรการภาคครัวเรือน "HD1"** สำหรับกลุ่มลูกค้าสถานะ SM ที่กู้เงินกับธนาคารมาแล้วไม่น้อยกว่า 3 ปี ผ่อนชำระเงินงวดเดือนที่ 1-3 จำนวน 1,000 บาท อัตราดอกเบี้ย 0% ต่อปี, เดือนที่ 4-6 ผ่อนชำระเงินงวดคำนวณจากอัตราดอกเบี้ย 1.90% +100 บาท และเดือนที่ 7-12 ผ่อนชำระเงินงวดคำนวณจากอัตราดอกเบี้ย 3.90% + 100 บาท กรณีลูกค้าชำระเกินที่ธนาคารกำหนดให้นำไปตัดดอกเบี้ยค้างชำระ (หากมี)

2. **มาตรการภาคครัวเรือน "HD2"** สำหรับกลุ่มลูกค้าสถานะ SM ที่กู้เงินกับธนาคารมาแล้วไม่น้อยกว่า 1 ปี ผ่อนชำระเงินงวดเดือนที่ 1 - 3 คำนวณจากอัตราดอกเบี้ย 1.90% +100 บาท, เดือนที่ 4 - 6 ผ่อนชำระเงินงวดคำนวณจากอัตราดอกเบี้ย 3.90% +100 บาท และเดือนที่ 7 - 12 ผ่อนชำระเงินงวดคำนวณจากอัตราดอกเบี้ย MRR-2% +100 บาท (ปัจจุบันอัตราดอกเบี้ย MRR ธอส. เท่ากับ 6.545% ต่อปี) กรณีลูกค้าชำระเกินที่ธนาคารกำหนดให้นำไปตัดดอกเบี้ยค้างชำระ (หากมี)

มาตรการช่วยเหลือลูกหนี้ (เพิ่มเติม)

1. **มาตรการ M17** ลูกหนี้รายย่อยสถานะ NPL หรือลูกหนี้ที่ยังมีสถานะเป็น NPL ที่อยู่ระหว่างการใช้มาตรการปรับโครงสร้างหนี้กับธนาคาร อัตราดอกเบี้ยเงินกู้และเงินงวดผ่อนชำระ (ระยะเวลา 12 เดือน) เดือนที่ 1-3 = 0% ต่อปี ผ่อนชำระเงินงวด 1,000 บาท เดือนที่ 4-6 = 1.99% ต่อปี เงินงวด คำนวณจากอัตราดอกเบี้ย 1.99% + 100 บาท และเดือนที่ 7-12 = 3.90% ต่อปี เงินงวด คำนวณจากอัตราดอกเบี้ย 3.90% + 100 บาท

2. **มาตรการ M24** ลูกหนี้ที่ได้รับผลกระทบจากภาวะเศรษฐกิจจากชะลอตัว และผลกระทบจากสภาวะเศรษฐกิจไทย อัตราดอกเบี้ยเงินกู้และเงินงวดผ่อนชำระ(ระยะเวลา - 12 เดือน) เดือนที่ 1 - 12 = 3.90% ต่อปี เงินงวด คำนวณจากอัตราดอกเบี้ย 3.90%+100 บาท

มาตรการช่วยเหลือลูกหนี้ผู้ได้รับผลกระทบทางเศรษฐกิจ

โดยให้ความช่วยเหลือลูกค้ำนานสูงสุด 2 ปี จำนวน 3 มาตรการ ประกอบด้วย

1. **มาตรการช่วยเหลือ "DC1"** สำหรับกลุ่มลูกค้าสถานะ SM, ลูกค้าสถานะ NPL และลูกหนี้สถานะมีโจทก์นอกที่กู้เงินกับธนาคารมาแล้วไม่น้อยกว่า 1 ปี สามารถผ่อนชำระเงินงวดที่คำนวณจากอัตราดอกเบี้ยที่ 3.55% ต่อปีและ +100 บาท เป็นระยะเวลา 2 ปีกรณีลูกค้าชำระเกินกว่าที่ธนาคารกำหนดให้นำไปตัดดอกเบี้ยค้างชำระ (หากมี)

2. **มาตรการช่วยเหลือ "DC2"** สำหรับกลุ่มลูกค้าสถานะ NPL และลูกหนี้สถานะมีโจทก์นอก ที่กู้เงินกับธนาคารมาแล้วไม่น้อยกว่า 1 ปี จะได้รับอัตราดอกเบี้ย 4เดือนแรก 0% ต่อปีโดยผ่อนชำระเงินงวดเพียง 1,000 บาทต่อเดือน,เดือนที่ 5-8 ผ่อนชำระเงินงวดที่คำนวณจากอัตราดอกเบี้ยที่ 1.90% เพียง 50% และ +100 บาท และเดือนที่ 9 - 12 ผ่อนชำระเงินงวดคำนวณจากอัตราดอกเบี้ยที่ 3.90% เพียง 50% และ +100 บาท กรณีลูกค้าชำระเกินที่ธนาคารกำหนดให้นำไปตัดดอกเบี้ยค้างชำระ (หากมี) ทั้งนี้ ดอกเบี้ย 50% ของงวดที่ 5-12 ธนาคารจะพักชำระไว้ เมื่อลูกค้าผ่อนชำระครบตามเงื่อนไขจะได้รับส่วนลดดอกเบี้ย 50% ช่วงที่อยู่ในมาตรการ

3. **มาตรการช่วยเหลือ "DC3"** สำหรับกลุ่มลูกค้าสถานะ SM ที่กู้เงินจากธนาคารมาแล้วไม่น้อยกว่า 1 ปี ผ่อนชำระเงินงวดเดือนที่ 1-6 จำนวน 1,000 บาท อัตราดอกเบี้ย 0% ต่อปี, เดือนที่ 7-9 ผ่อนชำระเงินงวดคำนวณจากอัตราดอกเบี้ย 1.90% +100 บาท และเดือนที่ 10-12 ผ่อนชำระเงินงวดคำนวณจากอัตราดอกเบี้ย 3.90% + 100 บาท กรณีลูกค้าชำระเกินที่ธนาคารกำหนดให้นำไปตัดดอกเบี้ยค้างชำระ (หากมี)

สำหรับลูกค้าที่ประสงค์เข้าร่วมมาตรการข้างต้น สามารถลงทะเบียนได้ตั้งแต่วันที่ 31 ธันวาคม 2568 ผ่านทาง Application :GHB ALL BFRIEND โดยลูกค้าจะต้อง Upload หลักฐานยืนยันการได้รับผลกระทบทางรายได้เพื่อให้ธนาคารพิจารณาด้วย ส่วนกรณีลูกค้าไม่มีสมาร์โฟนสามารถกรอกข้อมูลเพื่อแจ้งความประสงค์ขอรับ ความช่วยเหลือได้ที่สาขาทั่วประเทศ โดยสอบถามรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่ ธอส.ทุกสาขาทั่วประเทศ G H Bank Call Center โทร.0-2645-9000 หรือ Facebook Fanpage ธนาคารอาคารสงเคราะห์และติดตามข่าวสารของธนาคารได้ที่ Application : GHB ALL GEN และ www.ghbank.co.th

หมายเหตุ : ลูกค้าสถานะ S M หมายความว่า มีวันค้างชำระตั้งแต่ 31-90 วัน

: อัตราดอกเบี้ย MRR คือ อัตราดอกเบี้ยเพื่อลูกค้ารายย่อยชั้นดี สามารถเปลี่ยนแปลงเพิ่มขึ้นหรือลดลงได้ ตามประกาศธนาคาร

: การปรับปรุงโครงสร้างหนี้อาจทำให้ระยะเวลาการผ่อนชำระงวดนานขึ้น



ธนาคาร
อาคารสงเคราะห์
Government
Housing Bank

สำนักงานใหญ่
63 ถ.พระราม 9 ห้วยขวาง
กทม. 10310
โทรศัพท์ 0 2645 9000
โทรสาร 0 2645 9001

วันที่ 10 ธันวาคม 2568

เรื่อง ขอให้ชำระหนี้และไถ่ถอนจำนอง

เรียน นางสาว ปุณยาพร โพชวิวัฒน์

ตามที่ นางสาว ปุณยาพร โพชวิวัฒน์

ได้ทำสัญญากู้ยืมเงินจากธนาคารอาคารสงเคราะห์ 2 บัญชี เป็นจำนวนเงิน 625,230.00 บาท โดยมีรายละเอียดข้อตกลงแต่ละบัญชี ดังนี้

- 1) บัญชีเงินกู้เลขที่ 202680005852 ทำสัญญาเงินกู้เมื่อวันที่ 1 กรกฎาคม 2568 วงเงินกู้ 599,000.00 บาท อัตราดอกเบี้ยร้อยละ 3.0000 ต่อปี โดยตกลงชำระดอกเบี้ยพร้อมเงินต้นเป็นรายเดือนทุกเดือนไม่ต่ำกว่าเดือนละ 2,500.00 บาท
- 2) บัญชีเงินกู้เลขที่ 202680005860 ทำสัญญาเงินกู้เมื่อวันที่ 1 กรกฎาคม 2568 วงเงินกู้ 26,230.00 บาท อัตราดอกเบี้ยร้อยละ 4.2450 ต่อปี โดยตกลงชำระดอกเบี้ยพร้อมเงินต้นเป็นรายเดือนทุกเดือนไม่ต่ำกว่าเดือนละ 200.00 บาท

โดยท่านได้นำ ห้องชุดเลขที่ 188/38 ชั้น 5 อาคารเลขที่ 88 ชื่ออาคารชุด บ้านเอื้ออาทรวิฑูว์ 4 ทะเบียนอาคารชุดเลขที่ 4/2555 โฉนดที่ดินเลขที่ 41519 ตำบล บางพูด อำเภอ ปากเกร็ด จังหวัด นนทบุรี

พร้อมทั้งสิ่งปลูกสร้างมาจดทะเบียนจำนองไว้เป็นประกันกับธนาคารฯ ซึ่งท่านทราบแล้วจากสำเนาสัญญาที่ท่านมีอยู่ ปรากฏว่าท่าน มิได้ผ่อนชำระหนี้ให้แก่ธนาคารเป็นประจำทุกเดือนตามสัญญา จึงถือว่าเป็นการผิดสัญญาทั้งหมด นับถึงวันที่ 9 ธันวาคม 2568 ท่านมีหนี้ทั้งหมด

1) ตามบัญชีเงินกู้เลขที่ 202680005852 เป็นต้นเงินจำนวน 597,050.19 บาท ดอกเบี้ย 4,918.37 บาท ระยะเวลาค้างชำระ 70 วัน ค่าธรรมเนียมประกันภัย 0.00 บาท รวมเป็นเงินทั้งหมด 601,968.56 บาท

2) ตามบัญชีเงินกู้เลขที่ 202680005860 เป็นต้นเงินจำนวน 26,026.88 บาท ดอกเบี้ย 303.96 บาท ระยะเวลาค้างชำระ 70 วัน ค่าธรรมเนียมประกันภัย 0.00 บาท รวมเป็นเงินทั้งหมด 26,330.84 บาท

รวม 2 บัญชี เป็นต้นเงินจำนวน 623,077.07 บาท ดอกเบี้ย 5,222.33 บาท ค่าธรรมเนียมประกันภัย 0.00 บาท รวมเป็นเงินทั้งสิ้น 628,299.40 บาท

ทั้งนี้ ในกรณีที่สัญญาเงิน กำหนดเงื่อนไข การคิดเบี้ยปรับการปรับดอกเบี้ยย้อนหลัง หรือค่าธรรมเนียม เพื่อการชำระหนี้ทั้งหมดหรือบางส่วน หรือขอไถ่ถอนจำนองก่อนระยะเวลาที่กำหนดไว้ เป็นต้น ท่านยังคงต้องชำระค่าเบี้ยปรับ ดอกเบี้ยที่ถูกปรับย้อนหลัง หรือค่าธรรมเนียมเพื่อการชำระหนี้ทั้งหมดหรือบางส่วน หรือขอไถ่ถอนจำนองก่อนระยะเวลาที่กำหนดดังกล่าว หรือค่าใช้จ่ายอื่นๆ เช่น ค่าจ้าง-ค่าใช้จ่าย ในการดำเนินคดี (ถ้ามี) เพิ่มเติมอีกส่วนหนึ่ง

ธนาคารฯ จึงเรียนมาเพื่อขอให้นำเงินจำนวนดังกล่าว พร้อมดอกเบี้ยในแต่ละบัญชีในอัตราดังต่อไปนี้

1. บัญชีเงินกู้เลขที่ 202680005852 อัตราดอกเบี้ยร้อยละ 8.4950 ต่อปี ของยอดเงินคงค้าง
2. บัญชีเงินกู้เลขที่ 202680005860 อัตราดอกเบี้ยร้อยละ 8.7450 ต่อปี ของยอดเงินคงค้าง

นับจากวันที่ 9 ธันวาคม 2568 จนถึงวันที่ชำระหนี้เสร็จสิ้น ไปชำระให้กับธนาคารฯ และทำการไถ่ถอนจำนองให้เสร็จสิ้นภายใน 60 วัน นับแต่วันที่ได้รับหนังสือฉบับนี้ หากพ้นกำหนดวันดังกล่าวแล้วธนาคารฯ จำเป็นต้องดำเนินคดีกับท่านตามกฎหมายต่อไป

ทั้งนี้ ธนาคารจะเรียกเก็บค่าบริการกล่าวขอให้ชำระหนี้ได้ก่อนจำนวน ครั้งละ 100 บาท จากลูกหนี้ที่ธนาคารบอกกล่าวขอให้ชำระหนี้ได้ก่อนจำนวนก่อนฟ้องคดี เว้นแต่ลูกหนี้มีหนี้ค้างชำระหรือมีหนี้ที่ถึงกำหนดชำระสะสมไม่เกินหนึ่งพันบาท พร้อมกันนี้ ธนาคารมีแนวทางการปรับปรุงโครงสร้างหนี้ เพื่อแก้ไขหนี้ของผู้ให้สอดคล้องกับความสามารถในการชำระหนี้ของผู้ รายละเอียดตามเอกสารแนบท้ายหนังสือฉบับนี้

เลขที่บัญชีเงินกู้ 1) 202680005852, 2) 202680005860
โครงการ 1) -, 2) -
กรุณาติดต่อ ฝ่ายบริหารหนี้ กทม.และปริมณฑล
โทรศัพท์ 022021770-5

ขอแสดงความนับถือ
เพื่อธนาคารอาคารสงเคราะห์
ชานันท์
(นายศุภกิจ สิงห์ประเสริฐ)
นายความผู้รับมอบอำนาจ

ในการติดต่อกับธนาคารฯ ทุกครั้ง เพื่อประหยัดค่าใช้จ่ายของท่านโปรดไปติดต่อด้วยตนเอง ไม่ควรเชื่อบุคคลอื่นที่แอบอ้างว่าจะช่วยเหลือหรือดำเนินการทางศาลให้แก่ท่าน

กรณีถูกดำเนินคดี
ผู้ที่มีสิทธิในการขอไกล่เกลี่ยหนี้กับธนาคารได้ การไม่ไปศาลอาจเกิดผลเสีย เช่น ศาลพิพากษาตามข้อเสนองของธนาคาร ซึ่งผู้กู้จะไม่สามารถจ่ายชำระได้

หากท่านได้ชำระหนี้ก่อนได้รับหนังสือฉบับนี้ ธนาคารต้องกราบขอภัยเป็นอย่างสูง ณ โอกาสนี้ด้วย
หากไม่ได้รับความสะดวกในการรับบริการ และต้องการแจ้งกรรมการผู้จัดการโดยตรง โปรดแจ้งที่ตู้ ปณ.70 ปณฝ.สุทธิสาร 10321

เอกสารแนบท้ายหนังสือบอกกล่าวขอให้ชำระหนี้ได้ถอนจำนวน

มาตรการแก้ไขปัญหาหนี้สินภาคครัวเรือน ปี 2568

โดยให้ความช่วยเหลือนาน 1 ปี จำนวน 2 มาตรการ ประกอบด้วย

1. **มาตรการภาคครัวเรือน "HD1"** สำหรับกลุ่มลูกค้าสถานะ SM ที่กู้เงินกับธนาคารมาแล้วไม่น้อยกว่า 3 ปี ผ่อนชำระเงินงวดเดือนที่ 1-3 จำนวน 1,000 บาท อัตราดอกเบี้ย 0% ต่อปี, เดือนที่ 4-6 ผ่อนชำระเงินงวดคำนวณจากอัตราดอกเบี้ย 1.90% +100 บาท และเดือนที่ 7-12 ผ่อนชำระเงินงวดคำนวณจากอัตราดอกเบี้ย 3.90% + 100 บาท กรณีลูกค้าชำระเกินที่ธนาคารกำหนดให้นำไปตัดดอกเบี้ยค้างชำระ (หากมี)

2. **มาตรการภาคครัวเรือน "HD2"** สำหรับกลุ่มลูกค้าสถานะ SM ที่กู้เงินกับธนาคารมาแล้วไม่น้อยกว่า 1 ปี ผ่อนชำระเงินงวดเดือนที่ 1 - 3 คำนวณจากอัตราดอกเบี้ย 1.90% +100 บาท, เดือนที่ 4 - 6 ผ่อนชำระเงินงวดคำนวณจากอัตราดอกเบี้ย 3.90% +100 บาท และเดือนที่ 7 - 12 ผ่อนชำระเงินงวดคำนวณจากอัตราดอกเบี้ย MRR-2% +100 บาท (ปัจจุบันอัตราดอกเบี้ย MRR ธอส. เท่ากับ 6.545% ต่อปี) กรณีลูกค้าชำระเกินที่ธนาคารกำหนดให้นำไปตัดดอกเบี้ยค้างชำระ (หากมี)

มาตรการช่วยเหลือลูกหนี้ (เพิ่มเติม)

1. **มาตรการ M17** ลูกหนี้รายย่อยสถานะ NPL หรือลูกหนี้ที่ยังมีสถานะเป็น NPL ที่อยู่ระหว่างการใช้มาตรการปรับโครงสร้างหนี้กับธนาคาร อัตราดอกเบี้ยเงินกู้และเงินงวดผ่อนชำระ (ระยะเวลา 12 เดือน) เดือนที่ 1-3 = 0% ต่อปี ผ่อนชำระเงินงวด 1,000 บาท เดือนที่ 4-6 = 1.99% ต่อปี เงินงวด คำนวณจากอัตราดอกเบี้ย 1.99% + 100 บาท และเดือนที่ 7-12 = 3.90% ต่อปี เงินงวด คำนวณจากอัตราดอกเบี้ย 3.90% + 100 บาท

2. **มาตรการ M24** ลูกหนี้ที่ได้รับผลกระทบจากภาวะเศรษฐกิจจากชะลอตัว และผลกระทบจากสภาวะเศรษฐกิจไทย อัตราดอกเบี้ยเงินกู้และเงินงวดผ่อนชำระ(ระยะเวลา - 12 เดือน) เดือนที่ 1 - 12 = 3.90% ต่อปี เงินงวด คำนวณจากอัตราดอกเบี้ย 3.90%+100 บาท

มาตรการช่วยเหลือลูกหนี้ผู้ได้รับผลกระทบทางเศรษฐกิจ

โดยให้ความช่วยเหลือลูกค้ายานสูงสุด 2 ปี จำนวน 3 มาตรการ ประกอบด้วย

1. **มาตรการช่วยเหลือ "DC1"** สำหรับกลุ่มลูกค้าสถานะ SM, ลูกค้าสถานะ NPL และลูกหนี้สถานะมีใจทักนอกที่กู้เงินกับธนาคารมาแล้วไม่น้อยกว่า 1 ปี สามารถผ่อนชำระเงินงวดที่คำนวณจากอัตราดอกเบี้ยที่ 3.55% ต่อปีและ +100 บาท เป็นระยะเวลา 2 ปีกรณีลูกค้าชำระเกินกว่าที่ธนาคารกำหนดให้นำไปตัดดอกเบี้ยค้างชำระ (หากมี)

2. **มาตรการช่วยเหลือ "DC2"** สำหรับกลุ่มลูกค้าสถานะ NPL และลูกหนี้สถานะมีใจทักนอก ที่กู้เงินกับธนาคารมาแล้วไม่น้อยกว่า 1 ปี จะได้รับอัตราดอกเบี้ย 4เดือนแรก 0% ต่อปีโดยผ่อนชำระเงินงวดเพียง 1,000 บาทต่อเดือน,เดือนที่ 5-8 ผ่อนชำระเงินงวดที่คำนวณจากอัตราดอกเบี้ยที่ 1.90% เพียง 50% และ +100 บาท และเดือนที่ 9 - 12 ผ่อนชำระเงินงวดคำนวณจากอัตราดอกเบี้ยที่ 3.90% เพียง 50% และ +100 บาท กรณีลูกค้าชำระเกินที่ธนาคารกำหนดให้นำไปตัดดอกเบี้ยค้างชำระ (หากมี) ทั้งนี้ ดอกเบี้ย 50% ของงวดที่ 5-12 ธนาคารจะพักชำระไว้ เมื่อลูกค้าผ่อนชำระครบตามเงื่อนไขจะได้รับส่วนลดดอกเบี้ย 50% ช่วงที่อยู่ในมาตรการ

3. **มาตรการช่วยเหลือ "DC3"** สำหรับกลุ่มลูกค้าสถานะ SM ที่กู้เงินจากธนาคารมาแล้วไม่น้อยกว่า 1 ปี ผ่อนชำระเงินงวดเดือนที่ 1-6 จำนวน 1,000 บาท อัตราดอกเบี้ย 0% ต่อปี, เดือนที่ 7-9 ผ่อนชำระเงินงวดคำนวณจากอัตราดอกเบี้ย 1.90% +100 บาท และเดือนที่ 10-12 ผ่อนชำระเงินงวดคำนวณจากอัตราดอกเบี้ย 3.90% + 100 บาท กรณีลูกค้าชำระเกินที่ธนาคารกำหนดให้นำไปตัดดอกเบี้ยค้างชำระ (หากมี)

สำหรับลูกค้าที่ประสงค์เข้าร่วมมาตรการข้างต้น สามารถลงทะเบียนได้ตั้งแต่วันที่ 31 ธันวาคม 2568 ผ่านทาง Application : GHB ALL BFRIEND โดยลูกค้าจะต้อง Upload หลักฐานยืนยันการได้รับผลกระทบทางรายได้เพื่อให้ธนาคารพิจารณาด้วย ส่วนกรณีลูกค้าไม่มีสมาร์โฟนสามารถกรอกข้อมูลเพื่อแจ้งความประสงค์ขอรับ ความช่วยเหลือได้ที่สาขาทั่วประเทศ โดยสอบถามรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่ ธอส.ทุกสาขาทั่วประเทศ G H Bank Call Center โทร.0-2645-9000 หรือ Facebook Fanpage ธนาคารอาคารสงเคราะห์และติดตามข่าวสารของธนาคารได้ที่ Application : GHB ALL GEN และ www.ghbank.co.th

หมายเหตุ : ลูกค้าสถานะ S M หมายความว่าถึง ลูกค้าที่มีวันค้างชำระตั้งแต่ 31-90 วัน

: อัตราดอกเบี้ย MRR คือ อัตราดอกเบี้ยเพื่อลูกค้ารายย่อยชั้นดี สามารถเปลี่ยนแปลงเพิ่มขึ้นหรือลดลงได้ ตามประกาศธนาคาร

: การปรับปรุงโครงสร้างหนี้ อาจทำให้ระยะเวลาการผ่อนชำระงวดนานขึ้น



แบบ พ.๒

หนังสือสำคัญแสดงการจดทะเบียน
ตามพระราชบัญญัติจดทะเบียนการพิมพ์ พุทธศักราช ๒๕๕๐

เลขทะเบียน รส๑๗/๒๕๖๘

หนังสือสำคัญนี้ออกให้ไว้เพื่อแสดงว่า บริษัท วัชรินทร์ การบัญชี จำกัด โดย นายวัชรินทร์ วิศิษฎ์โรดม เลขประจำตัวประชาชน ๓-๑๐๑๒-๐๒๓๔๕-๐๘-๔ เชื้อชาติ ไทย สัญชาติ ไทย อายุ ๕๐ ปี อาชีพ นักธุรกิจ ถิ่นที่อยู่บ้านเลขที่ ๕๕/๑ หมู่ที่ - ซอย เอกชัย ๖๖ ถนน - แขวง / ตำบล คลองบางพราน เขต / อำเภอ บางบอน จังหวัด กรุงเทพมหานคร เป็น เจ้าของ หนังสือพิมพ์ชื่อ ประกาศศรภกิจ มีวัตถุประสงค์เพื่อเผยแพร่ข้อมูลข่าวสารทางด้านธุรกิจ ด้านบัญชี ภาษี ด้านกฎหมายและข่าวสารของบริษัทและบุคคลทั่วไป รับประกาศเชิญประชุมผู้ถือหุ้น เพิ่มทุน ลดทุน ย้ายที่ตั้ง เปลี่ยนแปลงกรรมการ ประกาศจ่ายเงินปันผล เลิกบริษัท ชำระบัญชี ตามประมวลกฎหมายแพ่งและพาณิชย์ มาตรา ๑๑๗๕ รวมทั้งประกาศต่างๆ และโฆษณา

ภาษาที่หนังสือพิมพ์จะออก ภาษาไทย

ชนิดของหนังสือพิมพ์ที่ออก เป็นแผ่น

ระยะเวลาที่ออกหนังสือพิมพ์ รายไม่แน่นอน

ชื่อสำนักงานของหนังสือพิมพ์ บริษัท วัชรินทร์ การบัญชี จำกัด

ตั้งอยู่ ณ ที่ - เลขที่ ๒๙/๑๗๖ ชั้น - หมู่ที่ ๔ ซอย - ถนน สุขสวัสดิ์

แขวง / ตำบล บางพิง เขต / อำเภอ พระประแดง จังหวัด สมุทรปราการ

ชื่อสำนักงานของผู้โฆษณา บริษัท วัชรินทร์ การบัญชี จำกัด

ตั้งอยู่ ณ ที่ - เลขที่ ๒๙/๑๗๖ ชั้น - หมู่ที่ ๔ ซอย - ถนน สุขสวัสดิ์

แขวง / ตำบล บางพิง เขต / อำเภอ พระประแดง จังหวัด สมุทรปราการ

ชื่อโรงพิมพ์ที่พิมพ์ บริษัท วัชรินทร์ การบัญชี จำกัด

ตั้งอยู่ ณ ที่ - เลขที่ ๒๙/๑๗๖ ชั้น - หมู่ที่ ๔ ซอย - ถนน สุขสวัสดิ์

แขวง / ตำบล บางพิง เขต / อำเภอ พระประแดง จังหวัด สมุทรปราการ

หนังสือพิมพ์ฉบับนี้



นายวัชรินทร์ วิศิษฎ์โรดม

เป็นผู้พิมพ์

นายวัชรินทร์ วิศิษฎ์โรดม

เป็นผู้โฆษณา

นายวัชรินทร์ วิศิษฎ์โรดม

เป็นบรรณาธิการ

บริษัท วัชรินทร์ การบัญชี จำกัด

เป็นเจ้าของกิจการหนังสือพิมพ์

ออกให้ตั้งแต่วันที่ ๒๖ เดือน สิงหาคม พุทธศักราช ๒๕๖๘

(ลงชื่อ)

(นางสาวบุบผา ชูชาติ)

ผู้อำนวยการสำนักหอสมุดแห่งชาติ

พนักงานเจ้าหน้าที่จดทะเบียนการพิมพ์สำหรับจังหวัด สมุทรปราการ

กรมศิลปากร