

# SUPALAI

@ HOME

SUPALAI  
ICON

# SMART LIVING

การใช้ชีวิตอย่างชาญฉลาด



www.supalai.com



**มหกรรม  
ศิลปะ  
การแสดง  
ที่ยิ่งใหญ่ที่สุด  
ในประเทศไทย**

**MARIE ANTOINETTE**  
By MALANDAIN BALLET  
WITH VERSAILLES ORCHESTRA



เสาร์  
7 ก.ย.  
19.00 น.

**SWAN LAKE**  
By BOLSHOI BALLET



ศุกร์  
13 ก.ย.  
19.00 น.  
เสาร์  
14 ก.ย.  
19.00 น.  
อาทิตย์  
15 ก.ย.  
14.30 น.

**NUTCRACKER**  
By TOKYO CITY BALLET



พร  
18 ก.ย.  
19.00 น.

**PAUL TAYLOR**  
DANCE COMPANY



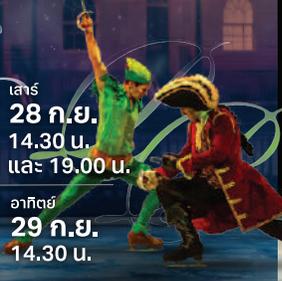
เสาร์  
21 ก.ย.  
19.00 น.

**SWAN LAKE ON ICE**  
By IMPERIAL ICE STARS



พฤหัสบดี  
26 ก.ย.  
19.00 น.  
ศุกร์  
27 ก.ย.  
19.00 น.

**PETER PAN ON ICE**  
By IMPERIAL ICE STARS



เสาร์  
28 ก.ย.  
14.30 น.  
และ 19.00 น.  
อาทิตย์  
29 ก.ย.  
14.30 น.

**VERTIGO**  
CONTEMPORARY DANCE



อังคาร  
1 ต.ค.  
19.00 น.

**STATE SYMPHONY ORCHESTRA**  
By UZBEKISTAN



เสาร์  
5 ต.ค.  
19.00 น.

**SPARTACUS**  
By NOVOSIBIRSK BALLET



พร  
9 ต.ค.  
19.00 น.

**DON QUIXOTE**  
By NOVOSIBIRSK BALLET



ศุกร์  
11 ต.ค.  
19.00 น.

**CARMEN SUITE AND BALLET FANTASIA**  
By NOVOSIBIRSK BALLET



เสาร์  
12 ต.ค.  
19.00 น.

**LA BOHEME**  
By CHINA NATIONAL OPERA HOUSE



พฤหัสบดี  
17 ต.ค.  
19.00 น.

**TURANDOT**  
By CHINA NATIONAL OPERA HOUSE



อาทิตย์  
20 ต.ค.  
16.00 น.

**จัดเต็ม  
18  
รอบ  
การแสดง  
ตลอด  
6 สัปดาห์**

มหกรรมศิลปะการแสดงและดนตรีนานาชาติ กรุงเทพฯ ครั้งที่ 26

**BANGKOK'S 26<sup>TH</sup> INTERNATIONAL FESTIVAL OF DANCE & MUSIC**



7 กันยายน -  
20 ตุลาคม 2567

ศูนย์วัฒนธรรม  
แห่งประเทศไทย  
THAILAND CULTURAL CENTRE

[www.bangkokfestivals.com](http://www.bangkokfestivals.com)

**จำหน่ายบัตร  
แล้ววันนี้**

ที่ **THAI TICKET MAJOR** ทุกสาขา | [Thaiticketmajor.com](http://Thaiticketmajor.com)



# SUPALAI VILLE

ราชพฤกษ์ - กาญจนภิเษก

## โครงการใหม่

เพียง 1 กม. จาก ถ.กาญจนภิเษก

“สวนขนาดใหญ่...วิวทะเลสาบ”



บ้านแฝด ซีรีส์ใหม่ เริ่ม 3.89 ล้าน

บ้านเดี่ยว 4 นอน เริ่ม 4.99 ล้าน

**ฟรี!** แอร์ | ทุกค่าใช้จ่ายวันโอนฯ

**Solar Cell\***

\*เฉพาะบ้านเดี่ยวเท่านั้น

Google Map



Supalai

supalai.com

Supalai

@supalai

Supalai\_PLC

Supalai

**SUPALAI**  
1720

อำนาจการออกแบบและก่อสร้างโดย คุณประทีป ตั้งแต้สม (ทีเอสเอ็ม) จาก M.Arch.(Hons)/(Housing) U. of Illinois และวิศวกรสถาปัตย์บัณฑิตศึกษาศาสตร์ สาขาวิศวกรรมพัฒนาสารนิเทศ ธรรมศาสตร์ • เจ้าของโครงการ บริษัท สุภาลัย จำกัด (มหาชน) เลขที่ 1011 อาคารสุภาลัย ทรานส์ ทาวน์ 3 ทาวน์สองชั้น  
พลาซ่า อาคาร 10120 ประชากรบริการ คส.ประทีป ตั้งแต้สม • หมายเลข 1, 955,666,261.00 บาท (ชำระแล้ว 1,953,054,030.00 บาท) • โครงการ สุภาลัย วิลล่า ราชพฤกษ์-กาญจนภิเษก ที่ดินและก่อสร้างที่ดำเนินการโดย สุภาลัย จำกัด (มหาชน) เลขที่ 62-2-11.3.16 โฉนดที่ดินเลขที่ 3813 (บางส่วน), 106517, 112778 (บางส่วน),  
112779 (บางส่วน), 114849 (บางส่วน) และ 114850 (บางส่วน) เลขที่ดิน 17, 134, 75, 429, 138 และ 139 โฉนดที่ดินเลขที่ 33888-89-90-91-92-93-94-95-96-97-98-99-100-101-102-103-104-105-106-107-108-109-110-111-112-113-114-115-116-117-118-119-120-121-122-123-124-125-126-127-128-129-130-131-132-133-134-135-136-137-138-139-140-141-142-143-144-145-146-147-148-149-150-151-152-153-154-155-156-157-158-159-160-161-162-163-164-165-166-167-168-169-170-171-172-173-174-175-176-177-178-179-180-181-182-183-184-185-186-187-188-189-190-191-192-193-194-195-196-197-198-199-200-201-202-203-204-205-206-207-208-209-210-211-212-213-214-215-216-217-218-219-220-221-222-223-224-225-226-227-228-229-230-231-232-233-234-235-236-237-238-239-240-241-242-243-244-245-246-247-248-249-250-251-252-253-254-255-256-257-258-259-260-261-262-263-264-265-266-267-268-269-270-271-272-273-274-275-276-277-278-279-280-281-282-283-284-285-286-287-288-289-290-291-292-293-294-295-296-297-298-299-300-301-302-303-304-305-306-307-308-309-310-311-312-313-314-315-316-317-318-319-320-321-322-323-324-325-326-327-328-329-330-331-332-333-334-335-336-337-338-339-340-341-342-343-344-345-346-347-348-349-350-351-352-353-354-355-356-357-358-359-360-361-362-363-364-365-366-367-368-369-370-371-372-373-374-375-376-377-378-379-380-381-382-383-384-385-386-387-388-389-390-391-392-393-394-395-396-397-398-399-400-401-402-403-404-405-406-407-408-409-410-411-412-413-414-415-416-417-418-419-420-421-422-423-424-425-426-427-428-429-430-431-432-433-434-435-436-437-438-439-440-441-442-443-444-445-446-447-448-449-450-451-452-453-454-455-456-457-458-459-460-461-462-463-464-465-466-467-468-469-470-471-472-473-474-475-476-477-478-479-480-481-482-483-484-485-486-487-488-489-490-491-492-493-494-495-496-497-498-499-500-501-502-503-504-505-506-507-508-509-510-511-512-513-514-515-516-517-518-519-520-521-522-523-524-525-526-527-528-529-530-531-532-533-534-535-536-537-538-539-540-541-542-543-544-545-546-547-548-549-550-551-552-553-554-555-556-557-558-559-560-561-562-563-564-565-566-567-568-569-570-571-572-573-574-575-576-577-578-579-580-581-582-583-584-585-586-587-588-589-590-591-592-593-594-595-596-597-598-599-600-601-602-603-604-605-606-607-608-609-610-611-612-613-614-615-616-617-618-619-620-621-622-623-624-625-626-627-628-629-630-631-632-633-634-635-636-637-638-639-640-641-642-643-644-645-646-647-648-649-650-651-652-653-654-655-656-657-658-659-660-661-662-663-664-665-666-667-668-669-670-671-672-673-674-675-676-677-678-679-680-681-682-683-684-685-686-687-688-689-690-691-692-693-694-695-696-697-698-699-700-701-702-703-704-705-706-707-708-709-710-711-712-713-714-715-716-717-718-719-720-721-722-723-724-725-726-727-728-729-730-731-732-733-734-735-736-737-738-739-740-741-742-743-744-745-746-747-748-749-750-751-752-753-754-755-756-757-758-759-760-761-762-763-764-765-766-767-768-769-770-771-772-773-774-775-776-777-778-779-780-781-782-783-784-785-786-787-788-789-790-791-792-793-794-795-796-797-798-799-800-801-802-803-804-805-806-807-808-809-810-811-812-813-814-815-816-817-818-819-820-821-822-823-824-825-826-827-828-829-830-831-832-833-834-835-836-837-838-839-840-841-842-843-844-845-846-847-848-849-850-851-852-853-854-855-856-857-858-859-860-861-862-863-864-865-866-867-868-869-870-871-872-873-874-875-876-877-878-879-880-881-882-883-884-885-886-887-888-889-890-891-892-893-894-895-896-897-898-899-900-901-902-903-904-905-906-907-908-909-910-911-912-913-914-915-916-917-918-919-920-921-922-923-924-925-926-927-928-929-930-931-932-933-934-935-936-937-938-939-940-941-942-943-944-945-946-947-948-949-950-951-952-953-954-955-956-957-958-959-960-961-962-963-964-965-966-967-968-969-970-971-972-973-974-975-976-977-978-979-980-981-982-983-984-985-986-987-988-989-990-991-992-993-994-995-996-997-998-999-1000-1001-1002-1003-1004-1005-1006-1007-1008-1009-1010-1011-1012-1013-1014-1015-1016-1017-1018-1019-1020-1021-1022-1023-1024-1025-1026-1027-1028-1029-1030-1031-1032-1033-1034-1035-1036-1037-1038-1039-1040-1041-1042-1043-1044-1045-1046-1047-1048-1049-1050-1051-1052-1053-1054-1055-1056-1057-1058-1059-1060-1061-1062-1063-1064-1065-1066-1067-1068-1069-1070-1071-1072-1073-1074-1075-1076-1077-1078-1079-1080-1081-1082-1083-1084-1085-1086-1087-1088-1089-1090-1091-1092-1093-1094-1095-1096-1097-1098-1099-1100-1101-1102-1103-1104-1105-1106-1107-1108-1109-1110-1111-1112-1113-1114-1115-1116-1117-1118-1119-1120-1121-1122-1123-1124-1125-1126-1127-1128-1129-1130-1131-1132-1133-1134-1135-1136-1137-1138-1139-1140-1141-1142-1143-1144-1145-1146-1147-1148-1149-1150-1151-1152-1153-1154-1155-1156-1157-1158-1159-1160-1161-1162-1163-1164-1165-1166-1167-1168-1169-1170-1171-1172-1173-1174-1175-1176-1177-1178-1179-1180-1181-1182-1183-1184-1185-1186-1187-1188-1189-1190-1191-1192-1193-1194-1195-1196-1197-1198-1199-1200-1201-1202-1203-1204-1205-1206-1207-1208-1209-1210-1211-1212-1213-1214-1215-1216-1217-1218-1219-1220-1221-1222-1223-1224-1225-1226-1227-1228-1229-1230-1231-1232-1233-1234-1235-1236-1237-1238-1239-1240-1241-1242-1243-1244-1245-1246-1247-1248-1249-1250-1251-1252-1253-1254-1255-1256-1257-1258-1259-1260-1261-1262-1263-1264-1265-1266-1267-1268-1269-1270-1271-1272-1273-1274-1275-1276-1277-1278-1279-1280-1281-1282-1283-1284-1285-1286-1287-1288-1289-1290-1291-1292-1293-1294-1295-1296-1297-1298-1299-1300-1301-1302-1303-1304-1305-1306-1307-1308-1309-1310-1311-1312-1313-1314-1315-1316-1317-1318-1319-1320-1321-1322-1323-1324-1325-1326-1327-1328-1329-1330-1331-1332-1333-1334-1335-1336-1337-1338-1339-1340-1341-1342-1343-1344-1345-1346-1347-1348-1349-1350-1351-1352-1353-1354-1355-1356-1357-1358-1359-1360-1361-1362-1363-1364-1365-1366-1367-1368-1369-1370-1371-1372-1373-1374-1375-1376-1377-1378-1379-1380-1381-1382-1383-1384-1385-1386-1387-1388-1389-1390-1391-1392-1393-1394-1395-1396-1397-1398-1399-1400-1401-1402-1403-1404-1405-1406-1407-1408-1409-1410-1411-1412-1413-1414-1415-1416-1417-1418-1419-1420-1421-1422-1423-1424-1425-1426-1427-1428-1429-1430-1431-1432-1433-1434-1435-1436-1437-1438-1439-1440-1441-1442-1443-1444-1445-1446-1447-1448-1449-1450-1451-1452-1453-1454-1455-1456-1457-1458-1459-1460-1461-1462-1463-1464-1465-1466-1467-1468-1469-1470-1471-1472-1473-1474-1475-1476-1477-1478-1479-1480-1481-1482-1483-1484-1485-1486-1487-1488-1489-1490-1491-1492-1493-1494-1495-1496-1497-1498-1499-1500-1501-1502-1503-1504-1505-1506-1507-1508-1509-1510-1511-1512-1513-1514-1515-1516-1517-1518-1519-1520-1521-1522-1523-1524-1525-1526-1527-1528-1529-1530-1531-1532-1533-1534-1535-1536-1537-1538-1539-1540-1541-1542-1543-1544-1545-1546-1547-1548-1549-1550-1551-1552-1553-1554-1555-1556-1557-1558-1559-1560-1561-1562-1563-1564-1565-1566-1567-1568-1569-1570-1571-1572-1573-1574-1575-1576-1577-1578-1579-1580-1581-1582-1583-1584-1585-1586-1587-1588-1589-1590-1591-1592-1593-1594-1595-1596-1597-1598-1599-1600-1601-1602-1603-1604-1605-1606-1607-1608-1609-1610-1611-1612-1613-1614-1615-1616-1617-1618-1619-1620-1621-1622-1623-1624-1625-1626-1627-1628-1629-1630-1631-1632-1633-1634-1635-1636-1637-1638-1639-1640-1641-1642-1643-1644-1645-1646-1647-1648-1649-1650-1651-1652-1653-1654-1655-1656-1657-1658-1659-1660-1661-1662-1663-1664-1665-1666-1667-1668-1669-1670-1671-1672-1673-1674-1675-1676-1677-1678-1679-1680-1681-1682-1683-1684-1685-1686-1687-1688-1689-1690-1691-1692-1693-1694-1695-1696-1697-1698-1699-1700-1701-1702-1703-1704-1705-1706-1707-1708-1709-1710-1711-1712-1713-1714-1715-1716-1717-1718-1719-1720-1721-1722-1723-1724-1725-1726-1727-1728-1729-1730-1731-1732-1733-1734-1735-1736-1737-1738-1739-1740-1741-1742-1743-1744-1745-1746-1747-1748-1749-1750-1751-1752-1753-1754-1755-1756-1757-1758-1759-1760-1761-1762-1763-1764-1765-1766-1767-1768-1769-1770-1771-1772-1773-1774-1775-1776-1777-1778-1779-1780-1781-1782-1783-1784-1785-1786-1787-1788-1789-1790-1791-1792-1793-1794-1795-1796-1797-1798-1799-1800-1801-1802-1803-1804-1805-1806-1807-1808-1809-1810-1811-1812-1813-1814-1815-1816-1817-1818-1819-1820-1821-1822-1823-1824-1825-1826-1827-1828-1829-1830-1831-1832-1833-1834-1835-1836-1837-1838-1839-1840-1841-1842-1843-1844-1845-1846-1847-1848-1849-1850-1851-1852-1853-1854-1855-1856-1857-1858-1859-1860-1861-1862-1863-1864-1865-1866-1867-1868-1869-1870-1871-1872-1873-1874-1875-1876-1877-1878-1879-1880-1881-1882-1883-1884-1885-1886-1887-1888-1889-1890-1891-1892-1893-1894-1895-1896-1897-1898-1899-1900-1901-1902-1903-1904-1905-1906-1907-1908-1909-1910-1911-1912-1913-1914-1915-1916-1917-1918-1919-1920-1921-1922-1923-1924-1925-1926-1927-1928-1929-1930-1931-1932-1933-1934-1935-1936-1937-1938-1939-1940-1941-1942-1943-1944-1945-1946-1947-1948-1949-1950-1951-1952-1953-1954-1955-1956-1957-1958-1959-1960-1961-1962-1963-1964-1965-1966-1967-1968-1969-1970-1971-1972-1973-1974-1975-1976-1977-1978-1979-1980-1981-1982-1983-1984-1985-1986-1987-1988-1989-1990-1991-1992-1993-1994-1995-1996-1997-1998-1999-2000-2001-2002-2003-2004-2005-2006-2007-2008-2009-2010-2011-2012-2013-2014-2015-2016-2017-2018-2019-2020-2021-2022-2023-2024-2025-2026-2027-2028-2029-2030-2031-2032-2033-2034-2035-2036-2037-2038-2039-2040-2041-2042-2043-2044-2045-2046-2047-2048-2049-2050-2051-2052-2053-2054-2055-2056-2057-2058-2059-2060-2061-2062-2063-2064-2065-2066-2067-2068-2069-2070-2071-2072-2073-2074-2075-2076-2077-2078-2079-2080-2081-2082-2083-2084-2085-2086-2087-2088-2089-2090-2091-2092-2093-2094-2095-2096-2097-2098-2099-2100-2101-2102-2103-2104-2105-2106-2107-2108-2109-2110-2111-2112-2113-2114-2115-2116-2117-2118-2119-2120-2121-2122-2123-2124-2125-2126-2127-2128-2129-2130-2131-2132-2133-2134-2135-2136-2137-2138-2139-2140-2141-2142-2143-2144-2145-2146-2147-2148-2149-2150-2151-2152-2153-2154-2155-2156-2157-2158-2159-2160-2161-2162-2163-2164-2165-2166-2167-2168-2169-2170-2171-2172-2173-2174-2175-2176-2177-2178-2179-2180-2181-2182-2183-2184-2185-2186-2187-2188-2189-2190-2191-2192-2193-2194-2195-2196-2197-2198-2199-2200-2201-2202-2203-2204-2205-2206-2207-2208-2209-2210-2211-2212-2213-2214-2215-2216-2217-2218-2219-2220-2221-2222-2223-2224-2225-2226-2227-2228-2229-2230-2231-2232-2233-2234-2235-2236-2237-2238-2239-2240-2241-2242-2243-2244-2245-2246-2247-2248-2249-2250-2251-2252-2253-2254-2255-2256-2257-2258-2259-2260-2261-2262-2263-2264-2265-2266-2267-2268-2269-2270-2271-2272-2273-2274-2275-2276-2277-2278-2279-2280-2281-2282-2283-2284-2285-2286-2287-2288-2289-2290-2291-2292-2293-2294-2295-2296-2297-2298-2299-2300-2301-2302-2303-2304-2305-2306-2307-2308-2309-2310-2311-2312-2313-2314-2315-2316-2317-2318-2319-2320-2321-2322-2323-2324-2325-2326-2327-2328-2329-2330-2331-2332-2333-2334-2335-2336-2337-2338-2339-2340-2341-2342-2343-2344-2345-2346-2347-2348-2349-2350-2351-2352-2353-2354-2355-2356-2357-2358-2359-2360-2361-2362-2363-2364-2365-2366-2367-2368-2369-2370-2371-2372-2373-2374-2375-2376-2377-2378-2379-2380-2381-2382-2383-2384-2385-2386-2387-2388-2389-2390-2391-2392-2393-2394-2395-2396-2397-2398-2399-2400-2401-2402-2403-2404-2405-2406-2407-2408-2409-2410-2411-2412-2413-2414-2415-2416-2417-2418-2419-2420-2421-2422-2423-2424-2425-2426-2427-2428-2429-2430-2431-2432-2433-2434-2435-2436-2437-2438-2439-2440-2441-2442-2443-2444-2445-2446-2447-2448-2449-2450-2451-2452-2453-2454-2455-2456-2457-2458-2459-2460-2461-2462-2463-2464-2465-2466-2467-2468-2469-2470-2471-2472-2473-2474-2475-2476-2477-2478-2479-2480-2481-2482-2483-2484-2485-2



CEO Talk	05	Home Clinic	48
Supalai's Pride	08	Inspiration	50
Supalai Living	12	Living Idea	52
Garden	16	Home Refreshment	54
Garden Tips	20	Special Report	56
Herbs For Life	22	New Home	58
Dining Out	24	Pet	60
Supalai Impression	26	Playground	61
ความรู้คู่บ้าน	30	Entertainment	62
Beautiful Heart	32	Travel	64
Talk of The Town	33	Must Visit	68
Healthy Life	34	Art	70
Happy Wealth	36	Save Our World, Save Your Money	72
The World at Home	38	What's News	74
Supalai Cuisine	40	Supalai CSR	76
Care & Share	44	New Project	78
Home Joy	45	Community Care	80
Green Tips	46	Flower	81



**ปก :** สุภาลัย ไอคอน สาทร์  
Supalai Icon Sathorn

\*นิตยสาร Supalai@Home เป็นนิตยสารราย 3 เดือน จัดทำขึ้นเพื่อเป็นอีกหนึ่งทางเลือก แก่ลูกค้าครอบครัวสุภาลัยทุกโครงการ และสมาชิกอื่นๆ (เพื่อคนรักบ้านและครอบครัวว่ากันสมัย) ช้อเขียนและทัศนะต่างๆ ที่ปรากฏใน นิตยสารฉบับนี้ เป็นทัศนะส่วนบุคคลของผู้เขียนคอลัมน์ ไม่เกี่ยวข้องกับบริษัท สุภาลัย จำกัด (มหาชน) การนำช้อเขียนหรือภาพใดๆ ไปเผยแพร่หรือตีพิมพ์ ต้องได้รับอนุญาตก่อนทุกครั้ง

ขอเชิญแนะนำหรือติชมนิตยสารได้ที่ Email [pr.supalai@supalai.com](mailto:pr.supalai@supalai.com)

**เจ้าของ บริษัท สุภาลัย จำกัด (มหาชน)**  
**คณะที่ปรึกษา** ดร.ประทีป ตั้งมติธรรม, อัจฉรา ตั้งมติธรรม, อธิป พิษานนท์, ดร.ประศาสน์ ตั้งมติธรรม, ไตรเดชะ ตั้งมติธรรม, วาฤทธิ์ ลภิสานาวัฒน์, กิตติพงษ์ ศิริลักษณ์ตระกูล, บุญชัย ชัยอนันต์บวร, ธีรวัฒน์ ปัญญารัตน์, ศิริพร วังศพ่าห์, กริช จันทร์เจริญสุข, ราชัย ปิยะวานุสรณ์, ชัยจักร วัฏญญ **บรรณาธิการบริหาร** วิรอนงค์ วิวัฒน์กิจเจริญ **บรรณาธิการ** วรณศิริ ศรีวารานบุลย์ **กองบรรณาธิการ** ประทุมทิพย์ รอดเจริญ, กัลยพัชร์ บัตรสมบุรณ์, ณัชชา พึ่งพระ, กมลชนก ศักดิ์เจริญกุล, จิรภา แจ่มศรี, ธนพงษ์ วสุธนทรัพย์, พรทิพย์ ทองขวัญใจ, วีร์ ศรีวารานบุลย์, ศจีรัตน์ พุ่มเรืองศักดิ์, ศศิธร กุ่มพัฒน์, ชลาชัย ไพรวรรณ, พงศ์ธร อุปถัมภ์ **จัดทำโดย** ฝ่ายประชาสัมพันธ์ บริษัท สุภาลัย จำกัด (มหาชน)  
 1011 อาคารสุภาลัย แกรนด์ ทาวเวอร์ ถนนพระราม 3 แขวงช่องนนทรี เขตยานนาวา กทม. 10120  
 โทรศัพท์ 0-2725-8888



People who have been through much of the world and seen the changes in society for a long time are likely to agree that the development of technology, economy, and society in most countries around the world, including Thailand, tends to improve people's quality of life, more comfortable and safer.

The definition of smart in each era also changes with time. From the old days when smart meant being able to take advantage, being smart has changed to being able to trade fairly, and now being smart means being able to create success along with the ability to help society.

That is why good activities from various organizations that are successful in business today are made with the good intention of creating good deeds in various dimensions along with their business developments such as taking care of the environment, reducing pollution, reducing wasteful use of resources, helping society and creating public benefits.

Supalai is one of the business organizations that are committed to participation in development to create society and preserve the environment along with our continuous business development for more than 35 years. In addition to being a leader in creating 'good homes' that brings happiness, convenience and safety to our customers, we are also proud to create a new definition of 'Smart Living' for this era, which means having a good quality of life in a good society, and environmentally friendly living.

(Dr. Prateep Tangmatitham)  
President

เราคงคุ้นชินกันดีกับการเริ่มต้นบทสนทนาที่มีการเปิดประโยคว่า เด็กสมัยนี้ หรือคนสมัยนี้ ซึ่งมักตามมาด้วยการบ่นเชิงเปรียบเทียบถึงสิ่งที่เป็นมาในอดีตว่าดีกว่าปัจจุบัน เพราะมีหลายสิ่งดีๆ ในอดีตที่เราอยากให้อยู่ตรงต่อไป แต่ในขณะที่เดียวกันก็ต้องยอมรับว่า มีหลายสิ่งเหมือนกันที่โลกของเราได้เปลี่ยนไปในทิศทางที่ดีขึ้นกว่าเดิม

คนที่ผ่านโลกมามาก เห็นความเปลี่ยนแปลงของโลกมานาน หากมองด้วยใจเป็นกลางก็คงเห็นตรงกันว่า การพัฒนาของเทคโนโลยี เศรษฐกิจ และสังคมในแทบทุกประเทศทั่วโลก รวมถึงประเทศไทยของเรา มีแนวโน้มที่จะทำให้ชีวิตของผู้คนมีความสุขสบายมากขึ้น มีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น และมีความปลอดภัยขึ้น แม้จะมีบางอย่างที่อาจเปลี่ยนแปลงไปในทิศทางตรงกันข้าม เช่น พื้นที่ชุมชนดั้งเดิมที่ลดลงจากการขยายตัวของชุมชนเมือง รูปแบบความสัมพันธ์และวัฒนธรรมการใช้ชีวิตแบบดั้งเดิมที่ถูกแทนที่ด้วยวิถีชีวิตรูปแบบใหม่ๆ รวมถึงทรัพยากรทางธรรมชาติและสิ่งแวดล้อมที่ถูกทำลายในอัตราที่รวดเร็วขึ้น แต่ความเปลี่ยนแปลงในด้านลบเหล่านั้น ก็ได้ทำให้ผู้คนได้เกิดการเรียนรู้ เกิดความตระหนักร่วมกันถึงปัญหา ซึ่งนำไปสู่การร่วมกันแก้ไขพัฒนาให้ดีขึ้น

เช่นเดียวกับนิยามของความเก่ง หรือความฉลาดของผู้คนในแต่ละยุคสมัยก็เปลี่ยนไปตามวิวัฒนาการของสังคม จากในยุคอดีตที่คนเก่งหรือคนฉลาดหมายถึง ผู้ที่มีความได้เปรียบ สามารถหาประโยชน์จากการแข่งขันเอาชนะคนอื่น หาประโยชน์จากสิ่งแวดล้อมได้มากกว่าคนอื่น มีอำนาจมากกว่าคนอื่น มาสู่ยุคยุคหนึ่งที่มีความเก่งหรือความฉลาดหมายถึง ความสามารถในการสร้างสังคมที่ผู้คนมีความเท่าเทียม มีสิทธิ์มีเสียง มีความรู้ความสามารถในการพึ่งพาตัวเองได้ ร่วมกันขับเคลื่อนเศรษฐกิจได้ด้วยกลไกของระบบตลาดเสรี จนถึงยุคปัจจุบันที่นิยามของคนเก่งคือ คนที่ไม่เพียงแต่สร้างความสำเร็จให้กับตัวเอง หรือธุรกิจของตัวเองได้เท่านั้น แต่ยังมีรู้ความสามารถในการทำสิ่งดีๆ เพื่อสร้างสรรค์สังคม ช่วยดูแลรักษาโลกของเราให้น่าอยู่ยิ่งขึ้นด้วย

เราจึงได้เห็นกิจกรรมดีๆ จากหลากหลายองค์กรที่ประสบความสำเร็จทางธุรกิจในยุคนี้ เกิดขึ้นด้วยความตั้งใจอันดีที่จะร่วมสร้างสรรค์สิ่งดีงามให้เกิดขึ้นในมิติต่างๆ ด้วยการพัฒนาธุรกิจควบคู่ไปกับการดูแลสิ่งแวดล้อม ลดมลภาวะ ลดการใช้ทรัพยากรอย่างฟุ่มเฟือย การช่วยเหลือสังคมและชุมชนในพื้นที่ การสร้างสาธารณประโยชน์และสาธารณกุศล ฯลฯ ซึ่งศุภกัลยาเองก็เป็นหนึ่งในองค์กรธุรกิจที่มุ่งมั่นให้ความสำคัญกับการมีส่วนร่วมในการพัฒนาเพื่อสร้างสรรค์สังคมและดูแลรักษาสิ่งแวดล้อม ควบคู่ไปกับการพัฒนาธุรกิจอย่างต่อเนื่องมาโดยตลอดระยะเวลาในการทำธุรกิจของเรามากกว่า 35 ปี นอกเหนือไปจากการเป็นผู้นำในการสร้าง 'บ้านที่ดี' ซึ่งมอบความสุข ความสะดวกสบาย และความปลอดภัย ให้กับลูกค้าของเรา เรายังภาคภูมิใจที่ได้ร่วมกำหนดนิยามใหม่ของ 'Smart Living' สำหรับยุคนี้ ที่หมายถึงการมีคุณภาพชีวิตที่ดีในสังคมที่ดีควบคู่ไปกับการใช้ชีวิตที่เป็นมิตรกับสิ่งแวดล้อม

ไม่ว่าเวลาที่ผ่านไปจะนำความเปลี่ยนแปลงมาสู่โลกของเรามากน้อยเพียงใด สิ่งที่ลูกค้าศุภกัลยาจะมั่นใจได้ก็คือ เราจะเดินทางพัฒนาสิ่งที่ดีขึ้นและดีกว่าให้เกิดขึ้นอย่างไม่หยุดนิ่ง เพื่อความสุขของทุกการอยู่อาศัยและเพื่อดูแลโลกที่เรารักให้น่าอยู่ตลอดไป

(ดร. ประทีป ตั้งมติธรรม)  
ประธานกรรมการบริหาร

# SUPALAI PARK VILLE

แยกเวียง

บ้านที่ใช้...กับแนวคิดที่เหนือระดับ



เพิ่มความเหนือระดับของการอยู่อาศัยพร้อมสัมผัสการพักผ่อนที่แท้จริง กับบ้านเดี่ยว Modern Tropical  
สังคมคุณภาพเพียง 132 ยูนิต มาตรฐานต้นแบบวิถีวัฒนธรรมศิลปะ-ราชบุรี สู่ความลงตัว กับการใช้ชีวิตอย่างมีสีสัน  
ให้ทุกพื้นที่ คือความสุขของคุณและครอบครัว

"เลือกสิ่งที่ดีที่สุดเพื่อคนที่คุณรัก"

LIVING UP TO  
THE STANDARD  
OF QUALITY

PRE-SALES

กันยายน 2567

โครงการบ้านเดี่ยว จากศุภาลัย  
ครั้งแรกในจังหวัดราชบุรี

เริ่ม 4.99 ลบ.

 Supalai

 Supalai

 Supalai\_PLC

 Supalai

 @supalai

 supalai.com

**SUPALAI**  
 1720

อำนาจออกใบอนุญาตโดย อป.บ.ป.บ. (พิเศษ) พวฯ M.Arch.(Hons)(Housing) U. of Illinois 2-วิชาศาสตราจารย์บัณฑิตพิเศษ สาขาวิศวกรรมโยธาบริหาร ธรรมศาสตร์ • เจ้าของโครงการ บริษัท ศุภาลัย จำกัด (มหาชน) เขตที่ 1011 อาคาร ศุภาลัย ถนนสีหราชบุรี อ.พระราม 3 แขวงอมรบุรี เขตบางครุฑ กรุงเทพมหานคร 10120 • ปรึกษาโครงการ ส.ป.บ.บ.พิเศษ กรุงเทพ-ชัยภูมิ 1.955.666.261.00 บาท (โทร-ฟรี) 1.955.054.030.00 บาท • โครงการ ศุภาลัย พาร์คไฮสเปซ โครงการ ดีไซน์โดยสถาปนิกชาวอเมริกันรายแรกในจังหวัดราชบุรี โดยที่ 33-4-20.6 ไร่ โฉนดที่ 41 (บางบัว) 30584 เขตพัฒนาที่ 422 (บางบัว) 423 ในเขตอุตสาหกรรม อยู่ระหว่างดำเนินการเริ่มดำเนินการก่อสร้าง 20 ก.ค.2566 คาดว่า-แล้วเสร็จ 20 ก.พ.2569 ตั้งอยู่ในทำเล-ชุมชนที่เติบโตในท้องถิ่น • โครงการสามารถทำการโอนกรรมสิทธิ์ได้ภายใน 1-12 เดือน หลังจากผู้ซื้อชำระ-ครบถ้วนตามสัญญา • ทำพื้นที่ดินเป็นพาหุ-อสังหาริมทรัพย์ • ใ้ดูแล-และ-รับผิดชอบ ในโครงการ ฉบับนี้แยกเป็นเนื้อที่โดยมีโฉนดที่ดินครบถ้วน • พื้นที่มี 5 ก.บ. 2567





# SUPALAI CELEBRATES 35 YEARS

ON THE PATH TO SUCCESS, DECLARING THE POTENTIAL  
OF A NATIONAL REAL ESTATE LEADER THAT IS GROWING  
TO A WORLD-CLASS LEVEL

ศุภาลักษณ์ฉลอง 35 ปียิ่งใหญ่ ย้ำจุดยืนผู้นำอสังหาริมทรัพย์ระดับประเทศ  
พร้อมเติบโตอย่างแข็งแกร่งและยั่งยืนสู่ระดับโลก

ผ่านไปอย่างยิ่งใหญ่กับงานเฉลิมฉลองอย่างก้าวสำคัญแห่งความสำเร็จในปีที่ 35 ของ บมจ. ศุภาลักษณ์ บนเส้นทางที่มุ่งมั่นของผู้นำการพัฒนาโครงการอสังหาริมทรัพย์ระดับแนวหน้าของไทย ที่พร้อมก้าวสู่ศตวรรษที่ 4 ด้วยความภาคภูมิใจ กับผลงานสร้างสรรค์นวัตกรรมที่อยู่อาศัยระดับมาตรฐานสากล ที่ควบคู่กับการดำเนินการก่อสร้างสรรค์สังคมอย่างต่อเนื่องด้วยความยึดมั่นในแนวทางแห่งความยั่งยืน ที่ให้ความสำคัญกับการบริหารธุรกิจตามหลักธรรมาภิบาล การใส่ใจสิ่งแวดล้อม ด้วยจิตสำนึกแห่งความรับผิดชอบต่อชุมชนและสังคม



โดยในงานนี้ ดร. ประทีป ตั้งมติธรรม ประธานกรรมการบริหาร บริษัท ศุภาลัย จำกัด (มหาชน) ผู้ก่อตั้งและผู้นำองค์กรสู่ความสำเร็จ ได้เปิดเผยว่า จากจุดเริ่มต้นเมื่อวันที่ 26 มิถุนายน 2532 ถึงปี 2567 นับเป็นปีที่ 35 ที่บริษัท ศุภาลัย จำกัด (มหาชน) ได้พัฒนาโครงการที่อยู่อาศัย ทั้งบ้านเดี่ยว ทาวน์โฮม และคอนโดมิเนียม ที่ครอบคลุมทุกเซกเมนต์และทุกระดับราคา ครอบคลุม 29 จังหวัดทั่วประเทศ (รวมกรุงเทพฯ และปริมณฑล) โดย ณ เดือนมีนาคม 2567 ศุภาลัยมีโครงการรวมทั้งสิ้น 414 โครงการ มูลค่ารวม 468,048 ล้านบาท อีกทั้งมีตัวเลขสินทรัพย์รวม 90,795 ล้านบาท ซึ่งแสดงให้เห็นถึงความแข็งแกร่งของสถานะ

ทางการเงินมาอย่างยาวนาน นอกจากนี้ ศุภาลัยยังได้ การรับรองมาตรฐานสากล ISO 9001:2015 มีการออกแบบถูกต้องตามกฎหมาย และมาตรฐานวิชาชีพ พร้อมทั้งใช้วัสดุต่างๆ ตามมาตรฐานผลิตภัณฑ์อุตสาหกรรม (มอก.) เน้นการออกแบบเป็นบ้านประหยัดพลังงาน ทำให้ช่วยลดค่าไฟฟ้าของผู้อยู่อาศัย อีกทั้งมีการบริการหลังการขายต่างๆ เช่น Supalai Care ให้ลูกบ้านรวมถึงบุคคลทั่วไป สามารถปรึกษาและขอคำแนะนำเรื่องการซ่อมแซม การดูแลบำรุงรักษาบ้านและคอนโดฯ หรือจะมีปัญหาเรื่องข้อกฎหมายใดๆ หรืออื่นๆ เสมือนมีผู้ช่วยส่วนตัวคอยดูแล 24 ชั่วโมง

ขณะเดียวกันในปีนี้ ศุภาลัยได้เดินหน้าลงทุนต่อเนื่องในประเทศออสเตรเลีย ด้วยการจับมืออสังหาริมทรัพย์แถวหน้าแดนจิงโจ้ Stockland Communities Partnership HoldCo Pty Ltd. พัฒนาโครงการที่อยู่อาศัยขยายเพิ่ม 12 โครงการ มูลค่าโครงการ 137,700 ล้านบาท ใน 4 รัฐ 6 เมืองสำคัญ ซึ่งทำให้ปัจจุบัน บริษัทฯ ได้มีการพัฒนาแล้วรวม 24 โครงการ มูลค่าโครงการ 187,700 ล้านบาท คิดเป็นเงินทุนรวมศุภาลัย 22,300 ล้านบาท

นอกจากนี้ ศุภาลัยยังคงยึดมั่นการบริหารงานและกำกับดูแลองค์กรตามหลักความสุจริต จริยธรรม ธรรมาภิบาล พร้อมทั้งส่งมอบสิ่งดีๆ คืนกลับสู่สังคมด้วยกิจกรรม ‘สร้างดี’ กับเหล่า Stakeholders ของบริษัทฯ อย่างต่อเนื่อง จนเป็นที่ยอมรับและได้รับรางวัลจากสถาบันระดับชาติมากมาย ไม่ว่าจะเป็นรางวัลเกียรติยศ บริษัทยอดเยี่ยมแห่งปี 2566 กลุ่มอสังหาริมทรัพย์และก่อสร้าง “หุ้นยั่งยืน ระดับ AA” (SET ESG Ratings: AA) จากตลาดหลักทรัพย์แห่งประเทศไทย รางวัลการจัดอันดับในกลุ่ม “ดีเลิศ” ระดับ 5 ดาว ต่อเนื่องเป็นปีที่ 11 จากผลของการสำรวจการกำกับดูแล





กิจการที่ตีบริษัทจดทะเบียน รางวัลใหญ่ระดับเอเชีย BCI ASIA AWARDS ในสาขา Top 10 Developers of Thailand ต่อเนื่องเป็นปีที่ 13 เป็นต้น

ด้านแผนการดำเนินงานในอนาคต บริษัทฯ ตั้งเป้าหมายการเติบโตทั้งด้านยอดขาย รายได้ และกำไร ด้วยการพัฒนาโครงการที่อยู่อาศัยครอบคลุมทั่วประเทศมากยิ่งขึ้น และสร้างสรรค์ผลิตภัณฑ์พร้อมนวัตกรรมที่ตอบโจทย์ความต้องการของลูกค้า ด้วยความพร้อมทางต้นทุนทางการเงิน การตลาดและการขาย การบริการอย่างครบวงจร รวมทั้งยึดมั่นการดำเนินธุรกิจด้วยความยั่งยืนและเป็นมิตรต่อสิ่งแวดล้อม

และเพื่อประกาศความสำเร็จในวาระครบรอบ 35 ปี และการก้าวสู่ศตวรรษที่ 4 บมจ. ศุภลัยได้จัดงานเฉลิมฉลองครั้งสำคัญและเปิดตัวโครงการเมกะโปรเจกต์ Mixed Use สุดยิ่งใหญ่ “ศุภลัย ไอคอน สากล” บน Financial District ใจกลางกรุงเทพฯ ที่มีมูลค่ากว่า 20,000 ล้านบาทบนทำเลทอง ซึ่งรวมที่อยู่อาศัยระดับ Luxury สำนักงาน ร้านค้าเกรด A พร้อมสิ่งอำนวยความสะดวกต่างๆ ด้วยออกแบบระดับ Master Piece ที่มีเอกลักษณ์ที่ได้แรงบันดาลใจจากธรรมชาติและสีสันเส้นสายลวดลายแบบ Australia หล่อหลอมเป็นสถาปัตยกรรมอันทรงคุณค่าเหนือกาลเวลาเพื่อให้ลูกค้าทุกๆ ท่านภูมิใจที่ได้เป็นเจ้าของ และพร้อมให้ได้สัมผัสโครงการจริง วิวจริง ที่หาไม่ได้จากโครงการอื่นๆ

โดยในวาระพิเศษของการเฉลิมฉลองและการเปิดตัวโครงการเมกะโปรเจกต์ Luxury “ศุภลัย ไอคอน สากล” อย่างเป็นทางการ ศุภลัยได้รับเกียรติจาก ฯพณฯ ดร. แอนเจลา แมคโดนัลด์ เอกอัครราชทูตออสเตรเลียประจำประเทศไทย ร่วมพิธีเปิดประติมากรรม LEAPING-FORWARD KANGAROOS หรือรูปปั้นหมูจิ้งจอกที่กระโดดสู่อากาศข้างหน้า ซึ่งเป็นสัญลักษณ์สัตว์ประจำประเทศออสเตรเลียที่จะกลายเป็น “ไอคอนิกใหม่ ใจกลางสากล” เพื่อสื่อสารถึงความสัมพันธ์อันดีในการดำเนินธุรกิจของศุภลัยกับประเทศออสเตรเลียที่กำลังมีอนาคตอันสดใส และเป็นอีกหนึ่งสัญลักษณ์แห่งความสำเร็จก้าวสำคัญของศุภลัยที่เติบโตอย่างน่าภาคภูมิใจ จนเป็นที่ยอมรับทั้งในประเทศและระดับสากล





From the beginning on June 26, 1989 to 2024, this marks 35 years of success that Supalai Public Company Limited has developed residential projects covering every segment and every price level throughout the country with a total of 414 projects for a total value of 468,048 million baht and total assets of 90,795 million baht, which shows the strength of its financial position for a long time. The company has been certified to the international standard ISO 9001 : 2015 with a design

that complies with the law and professional standards, uses quality materials according to industrial product standards, saves energy and has excellent after-sales services.

Supalai is ready to enter the 4th century with strength and determination to be a leader in the development of national real estate projects that create innovations for all housing needs with sustainable business operations and adhering to the concept of management according to the principles of good governance.

Not only is Supalai committed to creating innovations for business success, the company is also committed to carrying out social missions together with the company's stakeholders continuously until it is evident and has received awards from many national institutes.

Meanwhile, this year Supalai has continued to invest in Australia, by joining hands with the leading real estate developer in Australia, Stockland Communities Partnership HoldCo Pty Ltd, to develop 12 additional residential projects with a project value of 137,700 million baht in 4 states and 6 important cities, which makes the company currently a total of 24 projects have been

developed, with a project value of 187,700 million baht, accounting for Supalai's total capital of 22,300 million baht.

To announce the success of Supalai's 35th anniversary and entering its 4th century, the company held a big celebration and launched the grand mega project "Supalai Icon Sathorn", a mixed use project with a value of more than 20,000 million baht in a prime location of Bangkok that includes luxury residences, offices, grade A shops, with various amenities and a unique design inspired by nature and colorful lines and patterns of Australian motifs.

On this special occasion, the company was honored by the Australian Ambassador to Thailand to attend the sculpture opening ceremony "LEAPING-FORWARD KANGAROOS", a statue of a group of kangaroos leaping into the future. This sculpture is an official symbol of Australia that will become a "new icon in the heart of Sathorn". In addition to communicating Supalai's good business relationship with Australia that has a bright future, it is also another Supalai's symbol of the 35 years of success, which has proudly grown both domestically and internationally.





# KHUN CHUTIMUN THAMMAKHAN

## SUPALAI GRAND VILLE MAEKORN-CHIANG RAI

### บ้านแสนสุขของ คุณชุติมันต์ ธรรมขันธ์ ศุภาลัย แกรนด์วิลล์ แม่กรณ์-เชียงใหม่

วิถีชีวิตแบบ Slow Life ที่เพียงพร้อมด้วยความสะดวกสบาย ท่ามกลางธรรมชาติอันงดงามของจังหวัดเชียงใหม่ เป็นความฝันของใครหลายคน Supalai Living ฉบับนี้ เราได้รับเกียรติให้มาเยือนบ้านหลังงาม และรับแบ่งปันประสบการณ์แห่งความสุข ณ โครงการ “ศุภาลัย แกรนด์วิลล์ แม่กรณ์-เชียงใหม่” ที่หรูหราด้วยสไตล์ Modern Tropical กับการดีไซน์ที่เข้าใจการใช้ชีวิตของคนยุคใหม่ในทุก รายละเอียด ด้วยแนวคิด “The New Definition of Luxury Lifestyle นิยามใหม่แห่งความหรูหรา เพื่อการใช้ชีวิตที่แตกต่าง” บนพื้นที่โครงการกว่า 93 ไร่ บนทำเลศักยภาพ ซึ่งเป็นบ้านแสนรักของ คุณชุติมันต์ ธรรมขันธ์ และครอบครัวที่อบอุ่นของเธอ

“เหตุผลที่เรามาซื้อบ้านที่โครงการนี้คือชื่อเสียงของแบรนด์ที่มีชื่อเสียงระดับประเทศ ประเด็นสำคัญที่เราต้องการก็คือ สภาพแวดล้อมที่ดีสำหรับครอบครัว ก็เลยทำให้เราเกิดความสนใจอยากเข้ามาเยี่ยมชมที่โครงการค่ะ โลกทัศน์มีความสะดวกสบายครบทุกด้าน ไม่ว่าจะเป็นไลฟ์สไตล์ของการช้อปปิ้ง ในส่วนของการเดินทาง ไปโรงเรียน ไปทำงาน หรือแม้กระทั่งการเดินทางไปขึ้นเครื่องบิน และถ้าหากว่าเจ็บป่วยฉุกเฉินก็สามารถเดินทางไปโรงพยาบาลได้อย่างทันที่ทั้งที่สะดวกสบายจริงๆ ค่ะ

“เราเลือกแบบบ้านศุภาลัยสำหรับครอบครัวของเราค่ะ สมาชิกในครอบครัวมีด้วยกัน 4 คน ประกอบด้วยพ่อแม่และลูกอีก 2 คน บ้าน Type นี้ตอบโจทย์ครอบครัวเราดีมาก มีห้องนอนสำหรับเด็กๆ มีห้องนอนสำหรับพ่อแม่ ซึ่งแบบบ้านศุภาลัยจะมีห้องน้ำอยู่ในห้องนอนทุกห้อง มีพื้นที่พักผ่อนทั้งส่วนชั้นบนและชั้นล่างของบ้าน ทุกวันที่เราอยู่บ้านเราก็ได้บรรยากาศของการพักผ่อนเหมือนรีสอร์ททุกวันค่ะ”

คุณชุติมันต์และคู่ชีวิตประกอบธุรกิจส่วนตัว และเป็นนักวิชาการด้านกฎหมายที่มีผลงานเผยแพร่ เป็นที่ยอมรับอย่างกว้างขวางในระดับประเทศ ทั้งสองเลือกจะใช้บ้านเป็นโฮมออฟฟิศที่ตอบสนองการทำงานซึ่งต้องการสมาธิและความเป็นส่วนตัวสูงได้เป็นอย่างดี และบ้านหลังงามแห่งนี้ยังเป็นพื้นที่พักผ่อนอันเยี่ยมสำหรับทุกคนในครอบครัวอีกด้วย

“อยู่ที่นี้ไลฟ์สไตล์เป็นยังไง เราต้องบอกว่า Slow Life ค่ะ บ้านเราอยู่หน้าสวน เราก็จะได้

เดินเล่น ตอนเช้าจิบกาแฟชมสวน ไม่ต้องเร่งรีบอะไร ไปส่งลูกที่โรงเรียนเสร็จแล้วก็กลับมาทำงานที่บ้าน เราก็จะสามารถใช้พื้นที่ในบ้านได้ค่อนข้างเยอะค่ะ

“เด็กๆ เมื่อมาอยู่ที่โครงการนี้ เขาก็รู้สึกมีความสุขมากขึ้น อากาศดี ท้องฟ้าแจ่มใส เขาสามารถเตะฟุตบอลในสนามได้ ปั่นจักรยานได้ เล่นในสนามเด็กเล่นได้ มีพื้นที่เย็นๆ ในส่วนคลับเฮาส์ มีห้องเกมให้เล่น แม้กระทั่งช่วงเย็นที่สามารถว่ายน้ำหรือเล่นบาสเกตบอลได้ ในส่วนของฟิตเนส

เวลาที่พ่อแม่ไม่อยากจะออกไปว่ายน้ำกับลูกก็สามารถมาเข้าฟิตเนส เพราะเครื่องเล่นก็ทันสมัยค่ะ”

นอกเหนือจากการออกแบบสถาปัตยกรรม การตกแต่งภายใน และการออกแบบภูมิทัศน์ที่ตอบสนองรูปแบบการใช้ชีวิตได้อย่างสมบูรณ์แบบอีกหนึ่งปัจจัยสำคัญที่มีผลต่อการตัดสินใจเลือกโครงการของศุภาลัยสำหรับคนฉลาดเลือกอย่างคุณชุติมันต์ คือบริการที่ถูกต้อง ทั้งก่อนและหลังการขาย





“นิยามคำว่าบ้านสำหรับพี่  
“บ้าน” เป็นพื้นที่ของ  
ความสุข สิ่งที่ทำให้เราอยู่  
แล้วมีความสุข ประกอบด้วย  
ความปลอดภัย ความสงบ  
ความสะดวกสบาย”

“พี่ได้มาเจอเซลล์ที่เทพ ดูแลได้ดีมาก การดำเนินการเกี่ยวกับสินเชื่อกองทางธนาคารใช้ระยะเวลาเพียงแค่อาทิตย์เดียว รปภ. ที่นี่ พี่ๆ เขาก็น่ารัก ทุกชั่วโมงก็จะเดินตรวจตราในหมู่บ้าน ช่วยตรวจเช็คความเรียบร้อยตลอดทั้งวันและทั้งคืนที่เขาดูแลอยู่ก็ทำให้มีความรู้สึกมั่นคงปลอดภัยในชีวิตเรามากขึ้น”

การเลือกสรรบ้านที่ดี นำมาสู่การมีคุณภาพชีวิตที่ดี ในสังคมที่ดี

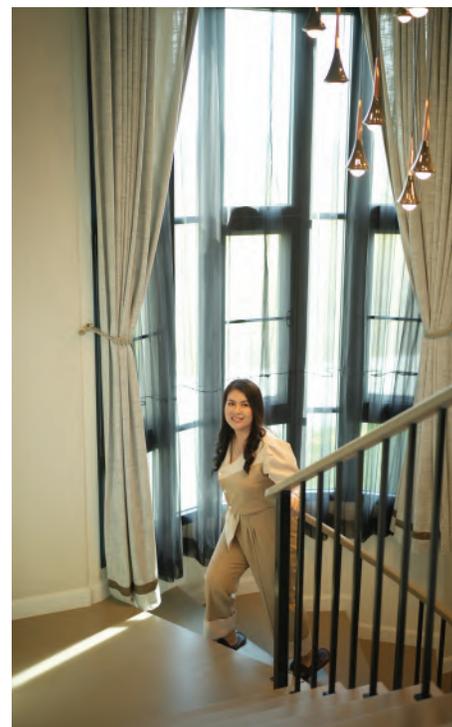
“มุมมองโปรดในบ้าน คือสวนหน้าบ้าน ที่เป็นคนชอบธรรมชาติ พี่จะชอบนั่งอยู่ตรงส่วนชั้นล่างเป็นหลัก ในส่วนของมุมรับประทานอาหารซึ่งอยู่ตรงกับน้ำพุ ตรงนั้นพี่จะสามารถทานข้าวอย่างเอร็ดอร่อย นั่งคุยงานไปด้วย เป็นทั้งพื้นที่นั่งทำงาน

และเด็ดๆ ก็ได้นั่งทำการบ้าน เป็นมุมอเนกประสงค์ของครอบครัวของเราค่ะ”

ความสุขยามว่างของครอบครัว คือการใช้เวลาคุณภาพร่วมกัน ในพื้นที่อันแสนสบายของบ้านซึ่งตอบโจทย์ไลฟ์สไตล์การพักผ่อนได้เต็มรูปแบบ

“อาชีพของเราคือทนาย เป็นลักษณะงานที่ค่อนข้างเครียด งานอดิเรกของเราจึงต้องเป็นงานที่เราไม่เครียด สำหรับพี่คือการดูทีวี ดูหนัง ซึ่งในส่วนของฟังก์ชันบ้านชั้นล่าง พี่สามารถใส่โซฟาตัวใหญ่ที่สามารถนอนได้ 4 คนเต็มๆ นอนดูทีวีในห้องกันได้สบายจนไม่อยากจะไปโรงหนังแล้วค่ะ อยู่ที่บ้านก็ดูหนังได้ สบายกว่าโรงหนัง เพราะพื้นที่กว้างขวางค่ะ

“เราเป็นครอบครัวนักกฎหมาย ทำบริษัทกฎหมายที่ให้คำปรึกษา รับว่าความ และจำหน่ายตำราด้านกฎหมาย บริษัทของเราเป็นลักษณะโฮมออฟฟิศ ซึ่งการทำงานที่บ้านก็ทำให้ทั้งตัวเราและผู้ที่มาติดต่องานกับเราสามารถมีความเป็นส่วนตัวได้อย่างเต็มที่ ตรงนี้จึงเป็นพื้นที่ปลอดภัยค่ะ



ใครที่อยากพบกับสิ่งดีๆ ในบ้านดีๆ กลางทำเลศักยภาพของเมืองเชียงใหม่ ก็แวะมาชมโครงการแห่งนี้ได้ นอกจากคุณจะได้พบกับที่อยู่อาศัยระดับคุณภาพในสังคมที่ดีเยี่ยมแล้ว ยังได้มีเพื่อนบ้านที่ดีๆ รออยู่อีกมากมาย ที่จะทำให้ความสุขของการใช้ชีวิตสมบูรณ์แบบอย่างแท้จริง

Khun Chutimun Thammakhan is one of the happy homeowners in the Supalai Grand Ville Maekorn-Chiang Rai, a premium residential project in a potential location in Chiang Rai province with a luxurious Modern Tropical style design under the concept of "The New Definition of Luxury Lifestyle. Khun Chutimun chose the house in this project because of confidence in Supalai brand which guarantees the quality of both products and services.

Khun Chutiman and her husband are expert lawyers and respected legal academics. Working from a home office provides great privacy and allows them more quality time to spend with their loved ones. The functions and luxurious design of Supalai's house in the Supalai Grand Ville Maekorn-Chiang Rai, perfectly meet their personal and working lifestyles with comfort and safety that make them happy at all times. Khun Chutiman enjoys living in this house because it makes her feel like staying in a resort with a slow life.



บ้านหลังนี้เป็นทุกอย่างสำหรับเรา ทั้งที่ทำงาน และที่พักผ่อนอยู่อาศัย”

การมีบ้านที่ตรงใจผู้อยู่อาศัย ทั้งด้านการทำงานและการใช้ชีวิต เป็นเงื่อนไขสำคัญของความสุขและความสำเร็จในทุกด้าน อีกทั้งยังเป็นพื้นที่แห่งความรักและความอบอุ่นสำหรับทุกคนในครอบครัว

“นิยามคำว่าบ้านสำหรับพี่ “บ้าน” เป็นพื้นที่ของความสุข สิ่งที่ทำให้เราอยู่แล้วมีความสุข ประกอบด้วยความปลอดภัย ความสงบ ความสะดวกสบาย เมื่อเราได้อยู่ในบ้านที่มีองค์ประกอบเหล่านี้ครบ ความอบอุ่นในครอบครัวก็จะตามมาค่ะ” คุณชุติมันต์ทั้งทำด้วยรอยยิ้มอันเปี่ยมสุข และฝากคำเชิญชวนไปถึงเพื่อนบ้านในอนาคต

“โครงการนี้เป็นโครงการที่ดีนะค่ะ อยากเชิญชวนให้มาอยู่ด้วยกันที่ สุภาลัย แกรนด์วิลล์ แม่กรณ์-เชียงใหม่ สภาพแวดล้อมดี สังคมดี ชีวิตมีคุณภาพค่ะ”

# EFFORTLESS GARDEN

## สวนสวยสะดวกสบาย

สวนสวยเป็นสิ่งที่ใครๆ ก็อยากได้ แต่ไม่ใช่ทุกคนที่พร้อมจะแบกรับภาระมากมายในการดูแล ไม่ว่าจะเป็นแรงงาน เวลา หรือเงิน การเลือกแบบสวนที่ดูแลง่ายจึงเป็นคำตอบ

**ภาระในการดูแลสวน** นอกจากการเตรียมพื้นที่และงบประมาณในการเริ่มต้นจัดสวน โดยทั่วไป ถ้าเจ้าของบ้านไม่มีเวลาดูแลสวนด้วยตัวเองก็ต้องมีการเตรียมงบประมาณในการจ้างทีมงานมืออาชีพมาช่วยดูแลสวนของเราอย่างต่อเนื่องด้วย ไม่ว่าจะเป็นการตัดหญ้าและตัดแต่งกิ่งไม้ การบำรุงดิน การกำจัดวัชพืชและศัตรูพืช เรื่อยไปจนถึงการปลูกเพิ่มเติมหรือซ่อมแซมส่วนที่สึกหรอ ซึ่งมีทั้งงาน

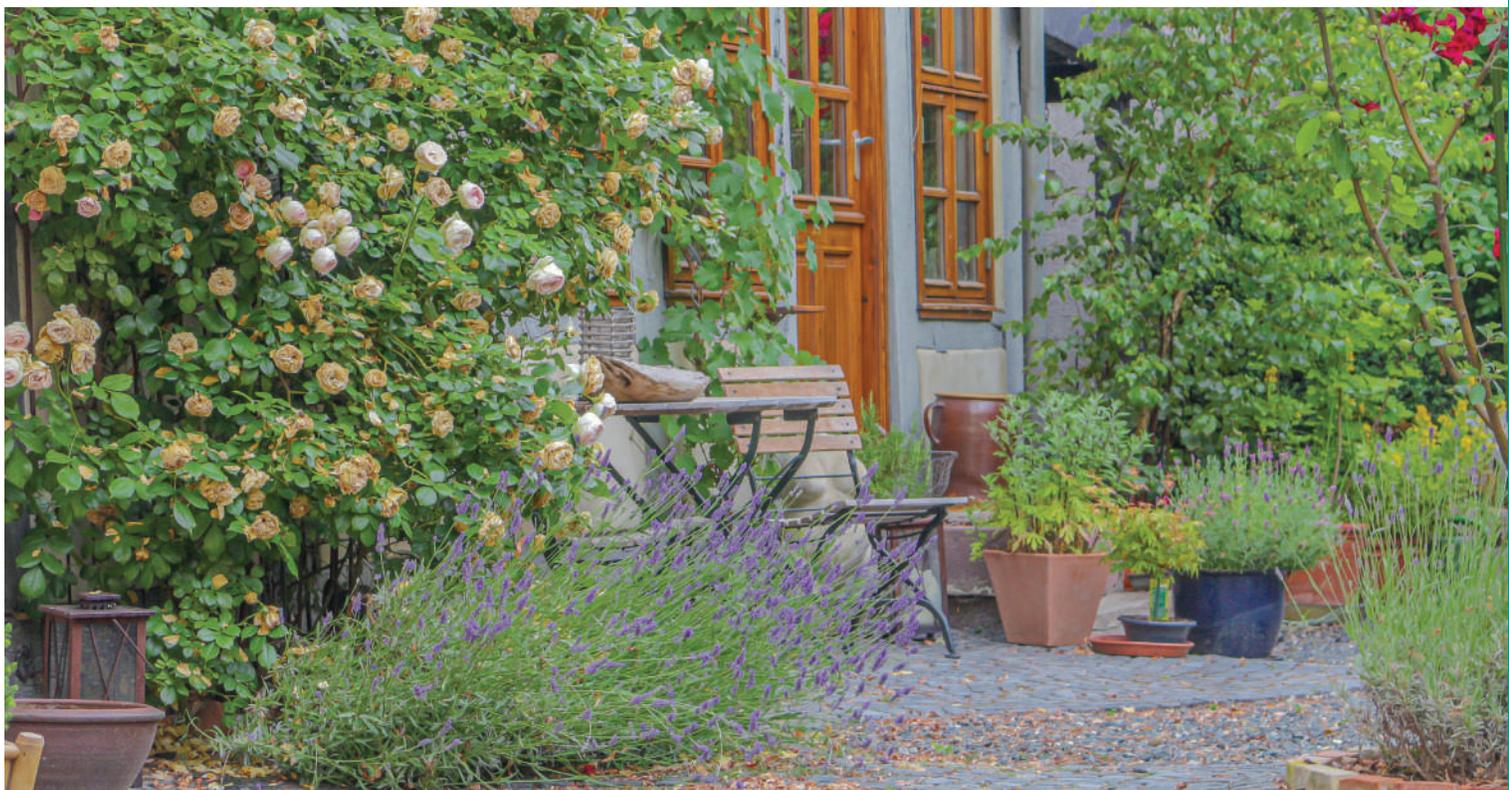
รายวัน รายเดือน และรายปี โดยงานรายวันก็คือ การรดน้ำ การกวาดทำความสะอาด หรือการแก้ปัญหาเฉพาะหน้า เช่น ต้นไม้โค่นล้มเพราะลมพายุ ในหน้าฝน ปัญหาโรคและแมลง ฯลฯ ปัญหาเหล่านี้จะลดน้อยลงไปหรือไม่เกิดขึ้นถ้ามีการวางแผนที่ดี

**สวนที่ไม่ต้องกวาดบ่อย** เลือกปลูกพืชที่ไม่ทั้งใบ ผล หรือ ดอก ไม่ว่าจะเป็นไม้ยืนต้น ไม้พุ่มสูง ไม้พุ่มเตี้ย หรือไม้คลุมดิน เน้นปลูกไม้ยืนต้นที่มี

ใบเขียวสวยงามตลอดทั้งปี และมีรอบในการผลิดอกออกผลที่ยาวนาน เช่น สนฉัตร แก้วมุกดา มะฮอกกานี ประยงค์ ประดู่ พิกุล ลำดวน รวมถึงหมากและปาล์มที่มีใบขนาดใหญ่ นานๆ จะร่วงที่ไม่ต้องลำบากเก็บกวาดทุกวัน นอกจากนี้ การให้น้ำต้นไม้อย่างเพียงพอในทุกฤดูกาลก็จะช่วยลดอัตราการร่วงของใบได้อีกวิธีหนึ่ง

**สวนที่ไม่ต้องตัดหญ้า** ถ้าเลือกปลูกหญ้าในสนามก็มักจะตัดหญ้างานอย่างน้อยเดือนละครั้ง ใครที่ไม่อยากตัดหญ้างานก็อาจเปลี่ยนมาใช้หญ้าเทียมหรือเลือกการปูพื้นด้วยหินหรือกรวดแทนหญ้าที่ยังคงให้บรรยากาศเป็นธรรมชาติ แต่ดูแลสะดวกตา ไม่ต้องลำบากตัดหญ้า ดูแลง่าย นอกจากนี้





ยังสามารถเลือกปลูกไม้คลุมดินชนิดอื่นแทนการปลูกหญ้า เช่น หญ้าเกล็ดหอย ใบต่างเหรียญ ถั่ว บราซิล กระดุมทอง เกล็ดปลาสร้อย หนวดปลาชุก ฟ้าประติษฐ์ และบัวดิน โดยในการเลือกก็ต้องดูว่าพืชคลุมดินชนิดใดที่ทนการเหยียบย่ำได้มากน้อย ถ้าเป็นบริเวณที่ต้องเดินย่ำบ่อยๆ ก็ควรเลือกชนิดที่มีความทนทาน หรือทางที่ดีก็เลือกปูหญ้าเทียม

**สวนที่ไม่ต้องรดน้ำบ่อย** มีแนวทางมากมาย ในการลดภาระที่จะต้องรดน้ำต้นไม้ ไม่ว่าจะเป็นการเลือกปลูกพืชที่ต้องการน้ำน้อย เช่น พืชกลุ่มแคคตัส และไม้อวบน้ำ พญาไร้ใบ ว่านหางจระเข้ อะกาเว และจันทร์ผา การเลือกปลูกไม้ยืนต้นที่ทนแล้ง เช่น ดูน อโศกอินเดีย ทับบิม สะเดา ไทร ใผ่ และหมาก

**การเลือกปลูกต้นไม้ลงดิน แทนการปลูกในกระถางก็จะทำให้ต้นไม้ที่ปลูกดำรงชีวิตอยู่ได้เองโดยอาศัยความชื้นในดินตามธรรมชาติ ไม่ต้องรดน้ำนานกว่าไม้ในกระถางที่จะต้องให้น้ำสม่ำเสมอ**



หรือในทางกลับกันก็เป็นการเลือกวางระบรดน้ำอัตโนมัติแบบตั้งเวลาให้ทำงานเอง หรือสั่งงานได้ทางไกลผ่านหน้าจอโทรศัพท์ ก็ช่วยลดภาระในการรดน้ำต้นไม้ได้มากเหมือนกัน นอกจากนี้ การเลือกปลูกต้นไม้ลงดินแทนการปลูกในกระถางก็ทำให้ต้นไม้ที่ปลูกดำรงชีวิตอยู่ได้เองโดยอาศัยความชื้นในดินตามธรรมชาติ ไม่ต้องรดน้ำนานกว่าไม้ในกระถางที่ต้องให้น้ำสม่ำเสมอ

**สวนที่สวนนานไม่ต้องตัดแต่งบ่อย** การเลือกไม้ที่โตเร็ว แม้จะทำให้สวนดูสวยเขียวขจีได้เร็วในช่วงแรกที่ปลูก แต่ปัญหาที่ตามมาคือภาระในการตัดแต่งที่บ่อยกว่าการเลือกปลูกพืชโตช้า การเลือกปลูกต้นไม้โตช้า และมีฟอร์มค่อนข้างคงที่ไม่แตกกิ่งก้านสาขาเยอะ เช่น พวกหมาก ปาล์ม



สน ไม้ เข็ม จันทน์ผา วาสนา เรือโยไปจนถึงพืชทะเลทรายอย่างเช่น กระบองเพชร ไม้อบน้ำต่างๆ รวมถึงไม้เนื้อแข็งอย่างเช่น กก พุทธรักษา จะช่วยลดภาระในการตัดแต่งกิ่งไม้ได้มาก โดยเฉพาะอย่างยิ่งในช่วงหน้าฝนที่พืชส่วนใหญ่เติบโตไว นอกจากนี้จะต้องเสียแรง เสียเวลา เสียเงินจ้างคนมาตัดกิ่งไม้แล้วก็ต้องคำนึงถึงการขนไปทิ้ง ซึ่งเป็นภาระที่ต้องคิดหนักเหมือนกันหากไม่วางแผนการปลูกเอาไว้ตั้งแต่ต้น



**สวนที่ไม่ต้องบำรุงดูแลมาก** การเลือกปลูกไม้พื้นถิ่นที่เน้นการปลูกลงดินแทนการปลูกในกระถาง (ถ้าคุณภาพดินที่บ้านของคุณดีพอสำหรับการปลูกพืช) โดยถ้าจะดีควรเลือกวิธีการปลูกด้วยต้นกล้า การเพาะเมล็ด หรือการปักชำจากต้นเล็กๆ แล้วค่อยๆ เลี้ยงให้เติบโตอย่างเป็นธรรมชาติ จะทำให้ต้นไม้ในสวนมีความทนทานต่อสภาพแวดล้อมมากกว่าต้นไม้ที่ซื้อแบบต้นโตแล้วหรือซื้อไม้ล้อมขนาดใหญ่มาปลูก เพราะต้นไม้สายพันธุ์พื้นถิ่นที่เพาะและเติบโตตามธรรมชาติในพื้นที่ของเราเองจะมีรากแก้วที่แข็งแรง หาอาหารตามธรรมชาติได้ดี มีความมั่นคงกว่าไม้ล้อมที่ไม่มีรากแก้ว มีระบบรากฝอยตามธรรมชาติที่กว้างและลึกทำให้ทนแล้งได้นานกว่า เวลาที่มีพายุมาก็ไม่โค่นล้มง่าย นอกจากนี้ ยังทนต่อโรคและแมลงศัตรูพืชได้มากกว่าพืชต่างถิ่น เพราะไม้ประดับยอดนิยมจากต่างถิ่นอาจไม่สามารถเติบโตได้ดีในสภาพแวดล้อมของบ้านเรา หรือในทางกลับกัน พืชต่างถิ่นบางชนิดถือเป็น Alien Species หรือพืชชุกกรานที่อาจจะเติบโตเร็วเกินไปจนทำลายระบบนิเวศ และอาจนำพาโรคและแมลงต่างถิ่นเข้ามาบกรวนสวนของเราด้วย การเลือกปลูกพืชสายพันธุ์พื้นถิ่นจึงเป็นทางเลือกที่ลงตัวที่สุด

แนวคิดในการสร้างสวนที่สวยงาม แต่ดำรงอยู่ได้ด้วยตัวเอง ไม่เป็นภาระในการดูแลรักษานั้น ถือเป็นแนวคิดสำคัญส่วนหนึ่งของการสร้างความยั่งยืนในระบบนิเวศที่สามารถนำไปปรับใช้ได้ใ

หลายๆ เรื่อง ไม่ใช่แค่เฉพาะเรื่องการจัดสวน แต่ยังรวมถึงการออกแบบสถาปัตยกรรม การออกแบบผลิตภัณฑ์ หรือแม้แต่การจัดการธุรกิจ เพราะการวางแผนทำสิ่งใดด้วยพื้นฐานของการสร้างความยั่งยืน จะเป็นการสร้างความสมดุลที่ทำให้สิ่งต่างๆ ดำรงอยู่ได้โดยไม่รบกวน ไม่สร้างภาระ อีกทั้งยังไม่ทำลายสิ่งอื่นในระบบนิเวศหรือในระบบนิเวศนั่นเอง

A beautiful garden is something that everyone wants. But not everyone is ready to bear the burden of taking care of it, whether it be labor, time or money. Choosing a garden that is easy to care for is the answer.

The idea of creating a beautiful garden that can survive on its own without being a burden to maintain is an important concept in creating ecological sustainability that can be applied in many matters. Not only gardening, but also architectural design, product design, or even business management, planning anything with the basics of creating sustainability creates a balance that allows things to survive without disturbing, not creating a burden and also not destroying other things in nature or in the ecosystem.





# SOIL CONDITIONING

## การปรับสภาพดิน

การปลูกพืชลงดินหรือลงกระถางให้ได้ผลผลิตที่ดีจำเป็นต้องมีการเตรียมดินให้เหมาะกับความต้องการของพืชแต่ละชนิดสำหรับการจัดสวนในบ้าน โดยเฉพาะโครงการบ้านจัดสรรที่มีพืชน้ำดินส่วนใหญ่เป็นดินถมซึ่งอาจมีคุณสมบัติไม่ตอบโจทยกับการเพาะปลูกพืช การปรับสภาพดินเพื่อจัดสวนในบ้านจึงเป็นสิ่งจำเป็น สามารถทำได้หลายวิธีตามความต้องการและเป้าหมายของการจัดสวนของคุณ โดยมีขั้นตอนดังนี้

**วิเคราะห์ดิน** ก่อนที่จะเริ่มต้นปรับสภาพดิน ควรทราบสภาพดินปัจจุบัน เช่น ระดับความเป็นกรด-ด่าง ความอุดมสมบูรณ์ โดยใช้เครื่องมือวัด pH ดินและทำการตรวจสอบค่าสารอาหารในดิน ซึ่งซื้อได้ที่ร้านขายเครื่องมือสวนหรือทางออนไลน์

**ปรับปรุงธาตุอาหารในดิน** โดยทั่วไปแล้ว การใส่ปุ๋ยอินทรีย์ เช่น มูลสัตว์ ปุ๋ยคอก หรือปุ๋ยหมัก เป็นวิธีที่ดีในการเพิ่มธาตุอาหารและสร้างโครงสร้างดิน แต่ถ้าต้องการลดขั้นตอนให้ง่ายขึ้น การใช้ปุ๋ยเคมีก็เป็นทางเลือกอีกทางหนึ่ง โดยเราต้องตรวจสอบความเข้มข้นของปุ๋ยเพื่อป้องกันการใส่มากเกินไป ทางที่ดีควรเลือกใช้อินทรีย์วัตถุในการปรับปรุงดินจะดีที่สุด

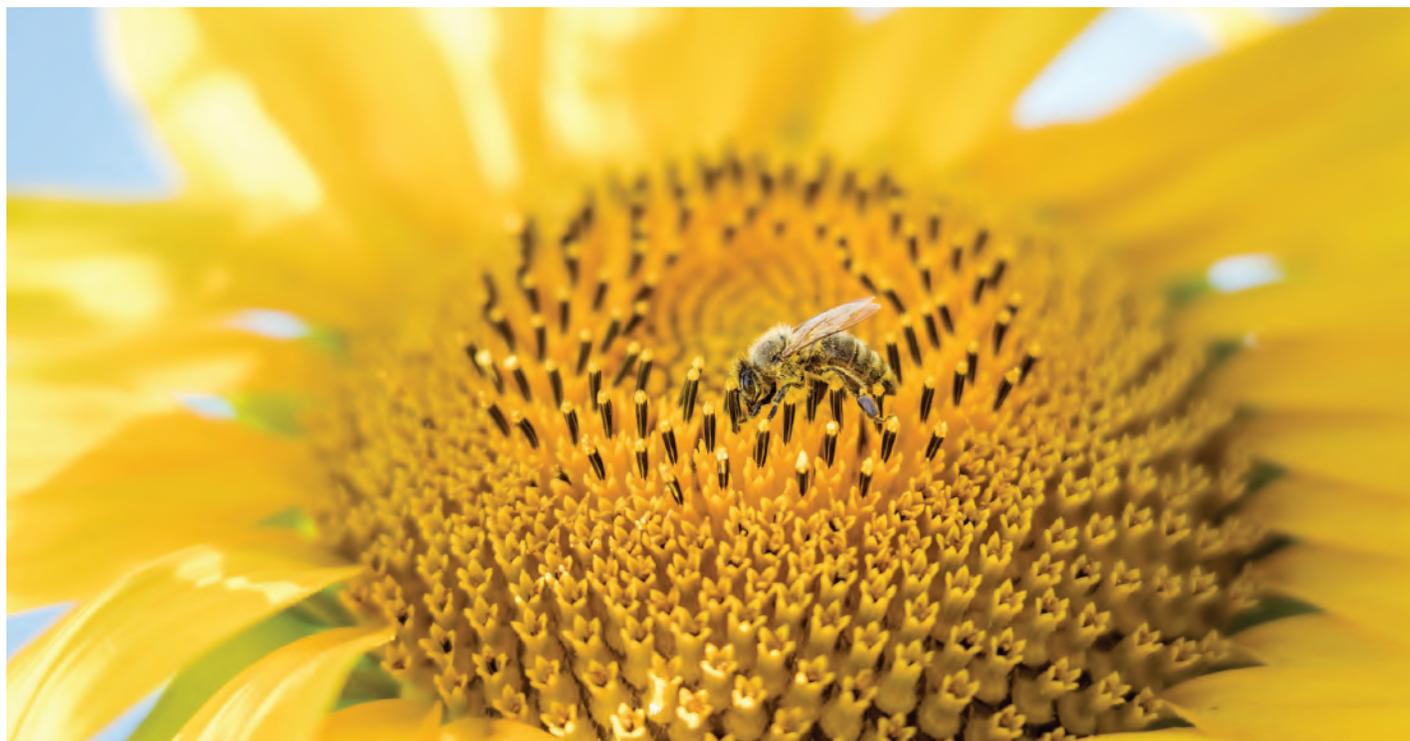
**การระบายน้ำ** คุณสมบัติของดินในการระบายน้ำที่สำคัญมากสำหรับการเติบโตของพืช ถ้าดินมีลักษณะแข็งหรือแน่นเกินไป เราอาจต้องใช้วิธีการเพิ่มการระบายน้ำในดิน โดยเพิ่มวัสดุที่ระบายน้ำดีเข้าไป เช่น แกลบดิบ หรือเติมขุยมะพร้าวลงไปเพื่อเพิ่มความสามารถในการเก็บกักความชื้นให้กับดิน

**การเตรียมพื้นที่** หลังจากที่ดินได้รับการปรับสภาพข้างต้นแล้ว เราก็สามารถเตรียมพื้นที่สำหรับการปลูกพืชโดยการพรวนดิน ขุดหลุม ทำ

ร่องหรือยกแปลง ขึ้นอยู่กับว่าพืชแต่ละชนิดต้องการสภาพพื้นที่ปลูกแบบใด

นอกจากวิธีการปรับสภาพดินดังกล่าวมาแล้ว หากดินในพื้นที่สวนของเรายังมีสภาพไม่อุดมสมบูรณ์มากพอ อาจจำเป็นต้องหาซื้อดินคุณภาพดีสำหรับการปลูกพืชมาใช้ก่อนในระยะแรกและค่อยๆ ปรับสภาพดินโดยรวมด้วยการเติมอินทรีย์วัตถุหรือปลูกพืชตระกูลถั่วเพื่อเพิ่มความอุดมสมบูรณ์ให้กับดิน เพราะพืชตระกูลถั่วมีคุณสมบัติในการฟื้นฟูดินด้วยการเพิ่มไนโตรเจนในดิน และยังเป็นการลดการใช้ปุ๋ยเคมีได้อีกด้วย

Growing plants in the ground or in pots for good growth requires soil preparation to suit the needs of each type of plant. For home gardening, especially in housing projects, the surface of the soil is mostly filled soil, which may not have properties suitable for growing plants. Soil conditioning for home gardening is therefore necessary. It can be done in many ways according to your gardening needs and goals.



# POLLINATION

## การผสมเกสร

ในการปลูกพืชบางชนิด เราอาจพบว่าหลังจากที่ออกดอกบานสะพรั่งเต็มต้น เมื่อถึงเวลาที่พืชของเราควรผลิตดอกออกผลให้เก็บเกี่ยว กลับไม่ติดผลหรือติดผลไม่มากเท่าที่ควร นั่นเป็นเพราะพืชของเราไม่มีการผสมเกสร เนื่องจากพืชบางชนิดมีเกสรตัวผู้และเกสรตัวเมียอยู่คนละต้นหรือคนละดอกกัน หรือแม้แต่พืชที่มีเกสรตัวผู้และตัวเมียอยู่ในต้นเดียวกันหรือดอกเดียวกัน แต่ขาดสิ่งที่เป็นตัวกลางหรือตัวนำเกสรให้มาผสมกันตามธรรมชาติ ซึ่งส่วนใหญ่เป็นหน้าที่ของแมลง เช่น ผีเสื้อ แมลงภู่ หรือนกบางชนิด ซึ่งอาจเกิดจากสาเหตุที่ระบบนิเวศในสวนของเราไม่เอื้อต่อการดำรงชีวิตของสัตว์ที่ช่วยผสมเกสร

ดังนั้นหากเราต้องการให้กระบวนการผสมเกสรของพืชเกิดขึ้น เราจึงต้องมีการสร้างสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการดำรงชีวิตของแมลงหรือสัตว์ที่ช่วยผสมเกสรอย่างเหมาะสมในสวนของเรา นอกจากนี้ ยังสามารถผสมเกสรเองได้โดยใช้วิธีการต่างๆ เช่น

**การใช้แปรง** ใช้แปรงแบบเสียบต้นพืชที่มีดอกดั้งเดิมเพื่อเก็บเกี่ยวเกสรตัวผู้และเกสรตัวเมียมาผสมรวมกันในดอกใหม่

**การใช้นิ้วมือ** ใช้นิ้วมือหรือเครื่องมือเล็กๆ เพื่อเก็บเกี่ยวเกสรจากดอกตัวผู้และนำไปผสมกับเกสรจากดอกตัวเมีย

**การใช้สเปรย์** ใช้สารตัวช่วยผสมที่มีอยู่ในตลาดเพื่อช่วยในกระบวนการผสมเกสร

**การกระตุ้นการผสมเกสร** ใช้วิธีการต่างๆ เช่น การปรับแสง การปรับอุณหภูมิ หรือการใช้สารเคมีเพื่อกระตุ้นการออกดอกและการผสมเกสร

การเลือกใช้วิธีการจะขึ้นอยู่กับสภาพแวดล้อมและพืชที่เราปลูก อย่างไรก็ตาม ควรทดลองวิธีการต่างๆ เพื่อหาวิธีที่เหมาะสมและมีประสิทธิภาพในการผสมเกสรของพืชในสวนของเราได้ดีที่สุด ทั้งนี้การผสมเกสรตามธรรมชาติโดยสัตว์ที่เป็นตัวกลางจะเกิดขึ้นได้ดีกว่า เพราะการใช้

สารเคมีในการกำจัดศัตรูพืชหรือใช้ในการบำรุงพันธุ์พืชบางชนิด อาจทำให้ลักษณะทางพันธุกรรมของพืชมีความผิดปกติไปจากธรรมชาติ และทำให้แมลงไม่เข้ามาดูดกินน้ำหวานจากดอกไม้ของพืชชนิดนั้น จนส่งผลให้อัตราการผสมเกสรลดลงหรือหมดไปอย่างน่าเสียดาย

In growing some plants, we may find that after the plants are in full bloom, when the time is right for our plants to blossom and bear fruit, they may not bear as many fruits as they should or may not bear fruit at all. That may be because our plants are not pollinated as some plants have stamens and pistils on different plants or flowers. Even plants that have stamens and pistils in the same plant or flower but lack an intermediary or conductor to naturally mix the stamens and pistils, which is mostly the function of insects such as butterflies, bumblebees or some birds, which may be caused by the ecosystem in our garden that is not conducive to the life of pollinating animals.

# DILL

## ผักชีลาว

ผักชีลาวเป็นสมุนไพรชนิดหนึ่งในวงศ์ผักชี Apiaceae (Umbelliferae) มีใบคล้ายขนนก มักใช้ในการปรุงอาหารเพื่อเพิ่มรสชาติให้กับอาหาร มีชื่อทางวิทยาศาสตร์ว่า *Anethum graveolens* L. เชื่อกันว่าเป็นพืชที่มีต้นกำเนิดในภูมิภาคเมดิเตอร์เรเนียน มีหลักฐานการปลูกมานับพันปีเพื่อใช้ในการทำอาหารและรักษาโรค ชาวอียิปต์โบราณ ชาวกรีก และชาวโรมันต่างใช้ผักชีลาวเพื่อวัตถุประสงค์ต่างกัน เช่น เครื่องปรุง ยารักษาโรค และแม้แต่ในพิธีกรรมทางศาสนา ในปัจจุบันผักชีลาวมีการปลูกและนำไปใช้ทั่วโลกในอาหารหลากหลายประเภท โดยเฉพาะอย่างยิ่งในอาหารจากภูมิภาคที่มีพรมแดนติดกับทะเลเมดิเตอร์เรเนียน



ผักชีลาวเป็นสมุนไพรโบราณที่ถูกพบในหลุมฝังศพของฟาโรห์อาเมนโฮเทปที่ 2 แห่งอียิปต์ ซึ่งมีอายุประมาณ 1,400 ปีก่อนคริสตกาล ต่อมาพบในเมืองซามอสของกรีกราวศตวรรษที่ 7 ก่อนคริสตกาล และถูกกล่าวถึงในงานเขียนของธีโอฟราสตัส (371-287 ปีก่อนคริสตกาล) ในตำนานเทพเจ้ากรีก เดิมทีดิลล์เป็นชายหนุ่มชื่อแอนทัสซึ่งได้กลายร่างเป็นพืชชนิดนี้

ในประเทศไทย ผักชีลาวมีชื่อเรียกแตกต่างกันไปในหลายท้องถิ่น เช่น ผักชีเมือง (น่าน) ผักชีเทียน ผักชีตึกแตน (พิจิตร) ผักชี (เลย ขอนแก่น) เทียนข้าวเปลือก และเทียนตาตึกแตน (ภาคกลาง)

ผักชีลาวเป็นพืชล้มลุก มีอายุ 1-2 ปี ลำต้นเรียบและตั้งตรง สีเขียวอ่อน แตกกิ่งก้านต้นมีกลิ่นหอม สูง 40-170 เซนติเมตร มีข้อปล้องเห็นได้ชัดเจน มีกาบใบหุ้มลำต้นเล็กน้อย ใบเป็นใบเดี่ยว ออกตรงกันข้าม ใบรูปขอบขนานถึงรูปไข่กลับ สีเขียวสด เมื่อดูแนวรูปใบโดยรวมมีขนาดกว้าง 11-20 เซนติเมตร ยาว 10-35 เซนติเมตร ขอบใบหยักลึกเป็นแฉกแบบขนนกหลายชั้น แฉกย่อยที่สุดมีลักษณะแคบยาวเป็นริ้ว กว้างน้อยกว่า 0.5 มิลลิเมตร ยาว 4-20 มิลลิเมตร ก้านใบยาว 5-6 เซนติเมตร แผ่นเป็นกาบ ดอกสีเหลืองออกเป็นช่อ ก้านช่อดอกซี่ร่มหลายชั้นหลวมๆ ก้านช่อดอกยาว 7-16 เซนติเมตร ดอกย่อยมีขนาดเล็ก กลีบเลี้ยงมีขนาดเล็กมากหรือไม่มี กลีบดอกมี 5 กลีบ สีเหลือง เกสรเพศผู้มี 5 อัน ติดบนฐานดอก เรียงสลับกับกลีบดอก รังไข่อยู่ใต้วงกลีบ มี 2 ช่อง ผลแก่แห้งไม่แตก รูปรี สีน้ำตาลอมเหลืองคล้ายตาตึกแตน ขนาดกว้างราว 2 มิลลิเมตร ยาวราว 4 มิลลิเมตร ผิวเรียบ ผลแก่แห้งเรียกตามตำรายาไทยว่า “เทียนตาตึกแตน” เป็นตัวยาหนึ่งในพิภดเทียนทั้งเจ็ด ใช้ปรุงยา และเป็นเครื่องเทศ ต้นและใบสด ใช้ปรุงอาหาร หรือเป็นผักจิ้ม จะเก็บต้นและใบสดก่อนออกดอก

สรรพคุณทางยาของผักชีลาวในตำรายาไทยมีมากมาย ส่วนลำต้นใช้บำรุงธาตุ แก้ไข้ แก้สะอึก แก้ร้อนในกระหายน้ำ แก้คลื่นไส้อาเจียน แก้เจ็บตา แก้ปวดท้องในเด็ก แก้บวม แก้เหน็บชา ต้นสดมีฤทธิ์ฆ่าเชื้อกลากเกลื้อน ผลมีรสขม เผ็ดเล็กน้อย ใช้ขับลมในลำไส้ แก้ท้องอืดเฟ้อ แก้ไอ แก้หอบหืด แก้คลื่นไส้ บำรุงธาตุ บำรุงกำลัง แก้เสมหะพิการ เจริญอาหาร แก้นอนสะดุ้ง คลุ้มคลั่ง ขับปัสสาวะ ลดความดันโลหิต ลดไขมันและน้ำตาลในเลือด ฆ่าเชื้อบิดและเชื้อที่ทำให้ท้องเสีย เมล็ดช่วยขับลม แก้หอบ บำรุงปอด แก้ไอ แก้ลมที่ทำให้สะอึก แก้ลมวิงเวียน แก้อาเจียน ใบช่วยในการทำงานของกระเพาะอาหาร ม้าม และตับ ราก แก่ระคายคอ

สำหรับองค์ประกอบทางเคมี ผักชีลาวมีน้ำมันระเหยจากผล เรียกว่า น้ำมันเทียนตาตึกแตน (Dill Seed Oil) มีองค์ประกอบหลักทางเคมีเป็น



**กลิ่นของผักชีลาวทั้งใบและผลเป็นที่นิยมของชาวตะวันตกมานาน ประกอบกับสรรพคุณทางยาที่มากมายทำให้เป็นผักสมุนไพรที่ใช้กันอย่างแพร่หลายในหลายประเทศทั่วโลก**

สารคาร์ไวโน (+)-(Carvone) ร้อยละ 35-60 ส่วน น้ำมันหอมระเหยจากต้น ประกอบด้วยสารหลักคือ Alpha-phellandrene, Limonene และ Carvone (สาร Carvone พบน้อยกว่าในผล)

ประโยชน์ของผักชีลาวมีมากในส่วนผลหรือเมล็ดที่มีน้ำมันหอมระเหย จะถูกนำมาผลิตใช้ในอุตสาหกรรมอาหารและอุตสาหกรรมเครื่องสำอาง เช่น สบู่ โลชั่นบำรุงผิว ส่วนใบผักชีลาวในครัวอาหารไทย โดยเฉพาะไทยอีสานนิยมนำมาใส่แกงอ่อม แกงหน่อไม้ ห่อหมก น้ำพริกปลาร้า ผักชีลาวผัดไข่ ยอดของใบใช้กินกับลาบ ช่วยชูรสชาติอาหาร

ผักชีลาวอาจไม่ใช่ผักยอดนิยมในอาหารไทยทั่วทุกภาค แต่ปรากฏว่ามีการใช้ผักชีลาวอย่างแพร่หลายในเมนูอาหารตะวันตกมาตั้งแต่ครั้งโบราณ โดยในครัวอาหารตะวันตกนิยมนำลูกผักชีลาวมาบดโรยบนมันฝรั่งบดหรือสลัดผัก เพื่อช่วยเพิ่มรสชาติของอาหาร ใบสดและแห้งนิยมนำมาโรยบนอาหารประเภทปลาเพื่อช่วยดับ

กลิ่นคาว ส่วนน้ำมันผักชีลาวนำมาใช้แต่งกลิ่นผักดอง สตู น้ำซอส ของหวาน และเครื่องดื่ม รวมไปถึงเหล้า กลิ่นของผักชีลาวทั้งใบและผลเป็นที่นิยมของชาวตะวันตกมานาน ประกอบกับสรรพคุณทางยาที่มากมายทำให้เป็นผักสมุนไพรที่ใช้กันอย่างแพร่หลายในหลายประเทศทั่วโลก

แม้ผักชีลาวจะไม่ใช่พืชดั้งเดิมของไทย แต่ก็ยังเป็นสมุนไพรมากประโยชน์ที่ปลูกง่าย มีกลิ่นหอม ช่วยเสริมรสชาติอาหารได้หลายชนิด หากใครจะปลูกไว้เป็นพืชสวนครัวก็เป็นความคิดที่ไม่เลว อีกทั้งฟอรัมต้นและสีสันก็มีความสวยงาม สามารถนำมาปลูกประดับในสวนได้อย่างเก๋ไก๋ และดูแลไม่ยากเลย

Dill is an annual herb in the celery family Apiaceae. It is native to North Africa, Iran, and the Arabian Peninsula. It is grown widely in Eurasia, where its leaves and seeds are used as a herb or spice for flavoring food.

Dill has been found in the tomb of Egyptian Pharaoh Amenhotep II, dating to around 1400 BC. It was also later found in the Greek city of Samos, around the 7th century BC, and mentioned in the writings of Theophrastus (371-287 BC). In Greek mythology, the dill was originally a young man named Anethus who was transformed into the plant.

In Laos and parts of northern Thailand, dill is known in English as Lao coriander, and served as a side with salad yum or papaya salad.

อ้างอิง  
ฐานข้อมูลสมุนไพร คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยอุบลราชธานี  
<https://apps.phar.ubu.ac.th/phargarden/main.php?action=viewpage&pid=171>  
<https://medthai.com>

# NICO'S GRILL & CRAFT HOUSE

ร้านอาหารสไตล์เมดิเตอร์เรเนียนย่านทองหล่อ โดยเชฟ Nico Merten ผู้มีความเชี่ยวชาญกว่า 16 ปี ในด้านอาหารสไตล์เมดิเตอร์เรเนียน ฝรั่งเศส อิตาลี และ Fine Dining นำเสนอเมนูเคบับอร่อยหลากหลายรูปแบบ โดยนอกจากอาหารจานเด็ดที่อุดมไปด้วยโปรตีนจากเนื้อสัตว์ต่างๆ ทั้งเนื้อวัว เนื้อแกะ และซีฟู้ดหอมกรุ่นมาจากเตาย่างถ่านไม้และเตาย่างโรติสเซอรี ยังมีสลัดพิชชา และเครื่องดื่มมากมาย ที่สะท้อนวัฒนธรรมการกินแบบเมดิเตอร์เรเนียนแท้ มีการปรุงรสชาติให้ถูกลิ้นคนไทย ตั้งแต่จานเรียกน้ำย่อยไปจนถึงของหวาน และคราฟต์โซดาหลากรส

A Mediterranean-style restaurant in Thonglor that offers a variety of delicious kebabs. In addition to delicious protein-rich meat dishes such as beef, lamb, and seafood cooked on the charcoal grill and rotisserie, there are also salads, pizzas, and a variety of side dishes that reflect Authentic Mediterranean food culture with delicious desserts and craft sodas.

<https://www.facebook.com/profile.php?id=61552956443854>



# AYOI SUSHI TENGOKU

ร้านอาหารญี่ปุ่นยอดฮิตที่โด่งดังในเรื่องความอร่อยและราคาสุดคุ้ม ร้านนี้มีไฮไลท์ที่ใครๆ ก็ต้องไม่พลาดมาลองชิมคือเมนูซาซิมิปลาไทย ซึ่งเป็นเมนูเด็ดที่รวมสารพัดปลาไทยสดๆ มาให้คนรักปลาดิบได้อร่อยกันแบบจัดเต็มในราคาเป็นกันเอง และถ้าใครยังไม่สะใจกับปลาไทยก็ยังมีซาซิมิปลาญี่ปุ่นให้เลือกชิมอีกเพียบ พร้อมด้วยเมนูอร่อย อย่างสเต็กวากิว ต้มแซ่บญี่ปุ่นเนื้อนุ่มละลายราเม็ง ข้าวผัดมันเนื้อ บะหมี่เย็น และอื่นๆ อีกมากมาย

A popular Japanese restaurant that is famous for its good taste and great prices. This restaurant's highlight is Thai fish sashimi for sashimi lovers to enjoy at a friendly price, as well as many Japanese fish to choose from. With delicious menus such as Wagyu steak, spicy Japanese beef shank soup, ramen, beef fried rice, cold noodles, and many more.

<https://www.facebook.com/ayoisushitengoku>

## TUAYTUNG

ถ้วยถังไอติม คาเฟ่ขนมหวานและไอศกรีมสไตล์จีนที่น่าเสนอรสชาติและบรรยากาศอบอุ่นอ่อนหวานแบบย้อนยุค เสิร์ฟไอติมโฮมเมดอร่อยชื่นใจหลากหลายรูปแบบ ไม่ว่าจะเป็นไอติมถั่วตัด ไอติมไมโลโรงเรียน เสิร์ฟคู่กับหมั่นโถวหนึ่ง หมั้วโถวทอด ครีมนืด พุดดิ้งนมนุ่มเนียน ทุกเมนูจัดมาในดีไซน์เก๋ไก๋ สถานที่ก็น่ารัก ถูกใจคนชอบถ่ายรูป

A Chinese-style dessert and ice cream cafe that offers a warm, sweet, retro atmosphere. Serving a variety of delicious and refreshing homemade ice cream, such as pressed peanut ice cream, school-Milo ice cream served with steamed mantou, fried mantou, cream dip, and smooth milk pudding. Every menu is arranged in a chic design. The place is cute and pleasing to people who like to take photos.

<https://www.facebook.com/Tuaytungicecream/>



## GUAY JUB MR. JO

สวรรค์ของคนรักหมูกรอบและกายจั๊บรสเลิศ ร้านกายจั๊บ มิสเตอร์โจ ตั้งอยู่ย่านถนนจันทน์ การันตีความอร่อยด้วยรางวัล USERS' CHOICE และ MICHELINGUIDE (Bib Gourmand) นอกจากเมนูกายจั๊บและหมูกรอบที่อร่อยขึ้นเทพ ยังมีขนมจีบกุ้ง อะเก๋า และซาลาเปาที่อร่อยน่ากินไม่แพ้กัน บรรยากาศร้านเป็นกันเอง มีลูกค้าทุกระดับเพลิดเพลินกับรสชาติได้อย่างสบายๆ ในราคาเป็นมิตร บริการรวดเร็วทันใจ

A heaven for crispy pork and guay-jub lovers. Located along Chan Road, Mr Joe Crispy Pork, the Michelin Bib Gourmand casual restaurant is one of the most famous Thai-style Guay Jub (rice noodle soup) restaurants in Bangkok.

<https://www.facebook.com/GuayJuBMrJoe/>

# SMART LIVING

## การใช้ชีวิตอย่างชาญฉลาด

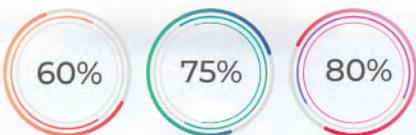
เราอาจได้ยินคำว่า Smart Living บ่อยครั้งในชีวิตประจำวัน นิยามของคำนี้เปลี่ยนไปเรื่อยๆ ตามบริบทของยุคสมัย จากเดิมหมายถึงแค่การใช้ชีวิตที่สะดวกสบายจากเทคโนโลยีอัตโนมัติต่างๆ ที่เข้ามาช่วยเหลือในบ้าน จนมาถึงยุคปัจจุบัน Smart Living คือการมุ่งเน้นในการสร้างสภาพแวดล้อมและสิ่งอำนวยความสะดวกต่างๆ เพื่อให้ผู้คนสามารถใช้ชีวิตได้อย่างสะดวกปลอดภัยบนพื้นฐานของการพึ่งพาตัวเอง ลดการเป็นภาระของคนอื่น ลดการเป็นภาระของสังคม และมีความยั่งยืน โดยเฉพาะอย่างยิ่งในประเทศที่กำลังเข้าสู่ภาวะสังคมสูงวัย การพัฒนาระบบอัจฉริยะต่างๆ ที่เอื้อให้ผู้คนมีคุณภาพชีวิตที่ดีและพึ่งพาตัวเองได้เป็นสิ่งที่จะต้องทำเป็นอย่างมาก มาดูกันว่า เราสามารถนำประโยชน์ของระบบอัจฉริยะที่ส่งเสริมการมีคุณภาพชีวิตที่ดีและการพึ่งพาตัวเอง มาใช้ได้ในส่วนใดบ้าง

### สาธารณสุขเพื่อการมีสุขภาพที่ดี

การดูแลตัวเองให้มีสุขภาพที่ดีประกอบด้วย 3 ส่วน คือ การใช้ชีวิตอย่างถูกสุขลักษณะ การป้องกันปัญหาสุขภาพ และการรักษาโรคเมื่อเจ็บป่วย ปัจจุบันมีระบบและอุปกรณ์อัจฉริยะหรือเรียกทับศัพท์ว่า Smart Health Device ที่ช่วยกระตุ้นเตือนให้เราใช้ชีวิตอย่างถูกสุขลักษณะ เช่น เครื่องวัดระดับการเต้นของหัวใจ ความดัน ระดับน้ำตาลในเลือด มีระบบที่ช่วยกระตุ้นเตือนให้เราออกกำลังกายเพื่อเผาผลาญไขมัน ระบบช่วยตรวจสอบประสิทธิภาพการนอนหลับ ฯลฯ นอกจากนี้

ยังมีอุปกรณ์และระบบอัจฉริยะที่ช่วยให้เราวินิจฉัยและแก้ไขปัญหาสุขภาพพื้นฐานได้เอง รวมถึง Application จากภาครัฐหรือภาคเอกชนที่ช่วยเหลือให้ความรู้ ตอบคำถามด้านสุขภาพ ออกใบสั่งยาหรือสั่งยาตรงจากเภสัชกรให้จัดส่งมาถึงบ้านได้ดังที่เราได้เห็นในช่วงของการรับมือกับโควิด 19 นอกจากนี้ ยังเชื่อมโยงกับความสะดวกสบายในการจัดซื้อ-จัดหาอุปกรณ์ทางการแพทย์สำหรับการใช้งานในระดับครัวเรือน ในกรณีที่ผู้ป่วยไม่ต้องการไปนอนรักษาตัวระยะยาวที่โรงพยาบาล เช่น เตียงผู้ป่วย อุปกรณ์วัดค่าต่างๆ ของร่างกาย เครื่องช่วย

หายใจ ถังออกซิเจน ฯลฯ และการเข้าถึงบริการฉุกเฉินทางการแพทย์ที่สามารถติดต่อเชื่อมโยงไปถึงผู้รับผิดชอบได้เพียงปลายนิ้วสัมผัส ซึ่งการเรียนรู้ที่จะนำเอาาระบบ Smart Health Device ต่างๆ มาใช้งานในชีวิตประจำวัน จะทำให้เราสามารถพึ่งพาตัวเองได้มากขึ้นในเรื่องการดูแลสุขภาพ อุปกรณ์บางรุ่นสามารถตรวจจับตำแหน่งของผู้ใส่ได้ สามารถตรวจจับได้หากเกิดเหตุการณ์ผิดปกติ อาทิ หกล้ม นอกจากนี้ อุปกรณ์ Smart Device บางรุ่นยังสามารถส่งสัญญาณขอความช่วยเหลือออกมาได้ด้วย ควรศึกษาและหามาใช้



## สาธารณูปโภคเพื่อการใช้ชีวิตที่สะดวกสบาย

ในส่วนของโลกออนไลน์ Smart Device และ Application เพื่อการใช้งานสาธารณูปโภค ทั้งจากภาครัฐและมีความสะดวกสบายทั้งการขออนุญาตใช้งาน การติดตั้ง การแจ้งขอความช่วยเหลือ การชำระค่าบริการ ฯลฯ ทุกอย่างสามารถทำได้ผ่านโทรศัพท์มือถือ ไม่ว่าจะเป็นไฟฟ้า ประปา อินเทอร์เน็ตความเร็วสูง ทำให้เรามีชีวิตที่สะดวกขึ้น ทั้งระบบกล้องวงจรปิดที่สามารถดูได้ผ่านโปรแกรมในสมาร์ทโฟน ระบบเปิด-ปิดเครื่องใช้ไฟฟ้าหรือไฟผ่าน Smart Home System ช่วยลดเวลาและสามารถตรวจเช็คเพื่อความสบายใจได้ ระบบการสั่งซื้อสินค้า-อาหารและบริการออนไลน์ ระบบรักษาความปลอดภัยด้วยลายนิ้วมือ การสแกนหน้าเพื่อเพิ่มความปลอดภัย หน้าที่เดียวของผู้บริโภคคือจัดสรรงบประมาณเพื่อรองรับค่าใช้จ่ายในส่วนนี้ให้เพียงพอ ก็จะได้รับบริการที่ดีโดยไม่ต้องลำบากไปติดต่อที่หน่วยงาน

ในขณะที่ส่วนของสภาพแวดล้อมทางกายภาพ ปัจจุบันก็มีการพัฒนาสาธารณูปโภคที่เอื้อให้การใช้ชีวิตของประชาชนมีความสะดวกสบายมากขึ้นเช่นกัน ด้วยหลักการ Universal Design เช่น ระบบกล้องวงจรปิดในเมืองต่างๆ แบบเรียลไทม์ ที่ประชาชนดูได้ผ่าน Application รถพลังงานไฟฟ้าเพื่อลดมลภาวะในการจราจร และสนับสนุนเมืองสีเขียว ระบบนำทาง และระบบสนับสนุนการเดินทางต่างๆ ที่ให้ทุกกลุ่มคนสามารถใช้บริการได้อย่างเท่าเทียม เช่น เส้นทางเดินสำหรับผู้พิการทางสายตา หรือทางเพื่อผู้ใช้รถเข็น เป็นต้น

### ความปลอดภัย

ระบบอัจฉริยะมีส่วนสำคัญที่ช่วยส่งเสริมเรื่องความปลอดภัยในการใช้ชีวิต ไม่ว่าจะเป็นระบบที่สอดส่องดูแลความเป็นไปในสภาพแวดล้อม



“  
*ในส่วนของโลกออนไลน์  
 Smart Device และ  
 Application เพื่อการ  
 ใช้งานสาธารณูปโภค  
 ทั้งจากภาครัฐและมีความ  
 สะดวกสบายทั้งการขอ  
 อนุญาตใช้งาน การติดตั้ง  
 การแจ้งขอความช่วยเหลือ*  
 ”

ทั้งออนไลน์และสภาพแวดล้อมทางกายภาพ เช่น ระบบตรวจสอบความปลอดภัยในการทำธุรกรรมทางการเงิน ระบบตรวจสอบการโจรกรรมและป้องกันอาชญากรรม ระบบเก็บข้อมูลสัญลักษณ์บุคคล ระบบกล้องวงจรปิดในพื้นที่ส่วนตัวและพื้นที่สาธารณะ ระบบตรวจสอบการเข้าออกของสถานที่ต่างๆ ระบบเตือนภัยพิบัติ ระบบกู้ภัยฉุกเฉิน ระบบติดตามการเดินทาง รวมถึงระบบช่วยชีวิตในกรณีเกิดเหตุวิกฤต เหล่านี้จะทำให้วิถีชีวิตคนยุคใหม่ที่ใช้เทคโนโลยีได้อย่างเต็มประสิทธิภาพมีความปลอดภัยมากยิ่งขึ้น การอยู่คนเดียวจะไม่ใช้เรื่องน่ากลัวสำหรับคนยุคใหม่ที่รู้จักการใช้ Smart Security Device เพื่อป้องกันความปลอดภัยให้ตัวเอง

### ความบันเทิงและสันทนาการ

ปัญญาประดิษฐ์ที่เป็นส่วนประกอบสำคัญในระบบอัจฉริยะต่างๆ นอกจากจะทำให้คนยุคใหม่สามารถเข้าถึงแหล่งความบันเทิงและสันทนาการได้ง่ายและสะดวกขึ้นแล้ว Smart Entertainment Device ยังมีการคิดสรรรูปแบบของความบันเทิงที่สอดคล้องกับความชอบและรสนิยมของผู้คนได้อย่างเหมาะสมยิ่งขึ้นเรื่อยๆ ด้วยการประมวลผลข้อมูลพฤติกรรมผู้ใช้งาน บวกการวิเคราะห์ทำนายความต้องการที่มีความแม่นยำสูง เช่น ผู้ที่ชอบดูรายการทีวีออนไลน์หรือชอบเล่นเกมประเภทใดประเภทหนึ่ง จะได้รับการคัดสรรเนื้อหาประเภทที่คล้ายคลึงกับความชอบมาแนะนำเสนอให้อย่างต่อเนื่องผ่านระบบความบันเทิงอัจฉริยะ ช่วยลดเวลาในการสืบค้น เข้าถึงความสุขความบันเทิงในแบบที่ชื่นชอบได้ง่ายขึ้น เรื่อยไปจนถึงมีแนวโน้มที่ Smart Device หรือ Application จะเชื่อมโยงกลุ่มทางสังคมให้เกิดขึ้นระหว่างผู้คนที่มรสนิยมความชอบใกล้เคียงกัน

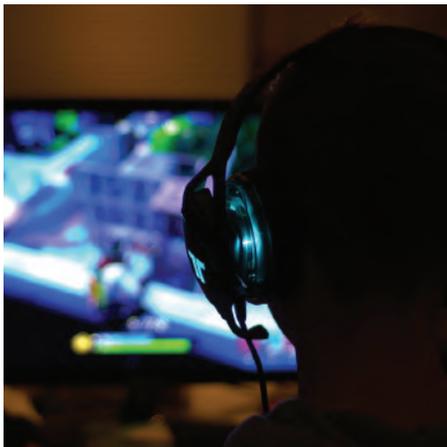


สภาพแวดล้อมที่ดีเป็นปัจจัย  
หลักของการมีคุณภาพชีวิต  
ที่ดี เทคโนโลยีที่พัฒนาเพื่อ  
ความสะดวกสบายของผู้คน  
จึงจะต้องไม่ละเลยภารกิจการ  
ดูแลสภาพแวดล้อมด้วย  
ในเวลาเดียวกัน

ยกตัวอย่างเช่น การถูกแนะนำให้เป็นเพื่อนกับใคร  
ทางโซเชียลมีเดีย ไม่ได้เกิดจากความบังเอิญ  
หรือพรหมลิขิต แต่เป็นการลิขิตของสิ่งที่เรียกว่า  
อัลกอริทึม ใน Smart Device ต่างๆ ที่นำคนรสนิยม  
คล้ายกันมาเจอกัน ทำให้เกิดเป็นกลุ่มทางสังคม  
รูปแบบใหม่ขึ้น มีการติดต่อสื่อสารปฏิสัมพันธ์กัน  
ผ่านระบบอัจฉริยะ ซึ่งอาจเป็นได้ตั้งแต่การหาเพื่อน  
ไปจนถึงการหาคู่ครอง ซึ่งในด้านดีของเรื่องนี้  
สำหรับสังคมผู้สูงอายุคือช่วยให้ไม่เหงา เพราะได้  
มีการปฏิสัมพันธ์กับผู้ที่ชอบในสิ่งเดียวกัน แต่  
ในด้านร้ายก็คืออาจจะเป็นช่องทางให้มีฉ้อฉล  
แฝงตัวเข้ามาหาได้เช่นกัน

### ความประหยัด

การใช้อุปกรณ์อัจฉริยะจะช่วยให้เกิดการ  
ประหยัดได้ในหลายช่องทาง ไม่ว่าจะเป็นการประหยัด  
ค่าเดินทาง ประหยัดค่าใช้จ่ายในการดำเนินการ  
ทางกายภาพต่างๆ ประหยัดกระดาษ ประหยัด  
เวลาและแรงงานในการติดต่อสื่อสาร ประหยัด  
พื้นที่ในการจัดเก็บข้อมูล นอกจากนี้ Smart Living  
Device ยังเชื่อมโยงโดยตรงกับการพัฒนาของ  
Sharing Economy ยกตัวอย่างเช่น คนยุคนี้อาจ  
ไม่จำเป็นต้องซื้อรถส่วนตัวขับกันทุกบ้าน เพราะ



นอกจากจะมีระบบสาธารณูปโภคคือการคมนาคม  
สาธารณะต่างๆ ที่สะดวกสบายขึ้นกว่าแต่ก่อน ยังมี  
บริการเรียกรถบริการออนไลน์ ทั้งในรูปแบบรถ  
แท็กซี่และรถส่วนตัวที่แบ่งเวลามาขับรับจ้าง ทำให้  
ไม่ต้องซื้อที่อยู่อาศัยพร้อมที่จอดรถ ไม่ต้องเสียค่า  
ดูแลรักษา ค่าภาษีและค่าธรรมเนียมต่างๆ หรือ  
การใช้ Co-working Space ที่ให้อิสระในการทำงาน  
ได้ทุกโอกาส โดยไม่ต้องลงทุนเปิดออฟฟิศของ  
ตัวเอง เพียงใช้มือถือเช็คว่ามีพื้นที่ไหนว่าง ก็แค่  
กดจองและเข้าใช้งานได้ตามต้องการ เรื่อยไปจนถึง  
การทำธุรกิจค้าขายต่างๆ ในยุคนี้ก็ไม่จำเป็นต้อง  
ลงทุนเสียเงินเปิดหน้าร้าน เพราะสามารถขาย  
ทุกอย่างได้ผ่านแพลตฟอร์มออนไลน์ ทำให้ประหยัด  
ต้นทุนในการทำสิ่งต่างๆ ลงไปได้จำนวนมหาศาล

### ความยั่งยืน

เป้าหมายสำคัญของการพัฒนา Smart Living  
คือการมีชีวิตที่ดีของผู้คน ในสังคมที่ดี ในสภาพ  
แวดล้อมที่ดี ลดการพึ่งพา ลดภาระการจัดการดูแล  
มีความปลอดภัยต่อชีวิตและทรัพย์สินทั้งระยะสั้น  
และระยะยาว และที่สำคัญคือลดการสร้างผลกระทบ  
ให้กับสิ่งแวดล้อม เพราะสภาพแวดล้อมที่ดีเป็น  
ปัจจัยหลักของการมีคุณภาพชีวิตที่ดี เทคโนโลยีที่  
พัฒนาเพื่อความสะดวกสบายของผู้คนจึงจะต้อง  
ไม่ละเลยภารกิจการดูแลสภาพแวดล้อมด้วยในเวลา  
เดียวกัน เช่น การพัฒนาเทคโนโลยีพลังงานสะอาด  
พลังงานทดแทน การลดมลภาวะ การจัดการขยะ  
การดูแลคุณภาพน้ำ การรักษาพื้นที่ป่าไม้ ฯลฯ การ  
สร้าง Smart Living Environment สำหรับการ  
ใช้ชีวิตที่ดีอย่างยั่งยืน จึงขยายพื้นที่มากกว่าระบบ  
อัจฉริยะที่จัดการความสะดวกสบายและความ  
ปลอดภัยในบ้าน มาสู่การสร้าง Smart City และ  
Smart Country เป็นเป้าหมายสูงสุด

ผู้คนในโลกยุคใหม่ที่เปิดใจเรียนรู้การใช้ชีวิต  
แบบ Smart Living ได้อย่างมีประสิทธิภาพ จะมี  
ความได้เปรียบในการเข้าถึงทรัพยากรและสิทธิ  
ประโยชน์ต่างๆ ได้มากกว่า และในขณะเดียวกันก็  
จะสามารถมีส่วนร่วมในการส่งเสริมให้เกิด Smart  
Living Environment ที่เป็นประโยชน์อย่างยั่งยืน  
ทั้งกับตัวเราเองและสังคมได้มากกว่า หากคุณเป็น  
คนหนึ่งที่ปรารถนาจะมีคุณภาพชีวิตที่ดีและพึ่งพา  
ตัวเองได้อย่างยั่งยืน ก็เริ่มหาคำตอบของ Smart  
Living สำหรับตัวเองได้เลย

Smart Living is a trend encompassing  
advancements that give people the opportunity  
to benefit from new ways of living. It involves  
original and innovative solutions aimed at  
making life more efficient, more controllable,  
economical, productive, integrated and  
sustainable.

The definition of a smart lifestyle  
changes according to social context and time.  
The focus areas for today's smart lifestyle  
include health, comfort and convenience,  
safety, entertainment and social interaction,  
affordability and above all, sustainability.  
People in the modern world who are open to  
learning about Smart Living effectively will  
have an advantage in having more access to  
resources and benefits, and at the same time,  
they will be able to participate in promoting  
the creation of a Smart Living Environment  
which is more sustainable for both ourselves  
and society.



# EV CHARGER

## สถานีชาร์จรถยนต์ไฟฟ้า



เทรนด์การใช้รถไฟฟ้ากำลังมาแรง ทำให้หลายคนฝันหวานไปถึงการติดตั้งแผงโซลาร์เซลล์ไว้บนหลังคาเพื่อที่จะได้เอาไฟจากพลังงานแสงอาทิตย์มาชาร์จรถได้แบบไม่ต้องเสียสตางค์ แต่ช้าก่อน! อย่าเพิ่งรีบฝันหวานกันไป เพราะการติดตั้งสถานีชาร์จรถยนต์ไฟฟ้าเอาไว้ในบ้านอาจไม่ได้เป็นคำตอบสำหรับทุกคน มีข้อพิจารณาที่ต้องทราบดังนี้

**กำลังไฟของ Onboard Charger** รถยนต์ไฟฟ้าที่จำหน่ายในบ้านเรา แบ่งประเภทตามกำลังไฟได้ 3 รูปแบบหลักๆ คือกำลังไฟ 6kW (MG ZS, Ora Good Cat และ BYD ATTO 3) กำลังไฟ 11kW (Volvo XC40, BMW iX3, Tesla Model 3 และ Y) และกำลังไฟ 22kW ซึ่งถือว่าสูงสุดในตอนนี้ (Porsche Taycan) ถ้าหากรถยนต์ของคุณรองรับกำลังไฟอยู่ที่ 6kW และบ้านของคุณใช้มิเตอร์ไฟ 1-Phase 30(100) ก็ถือว่าเพียงพอ แต่หากเป็นรถไฟฟ้าที่สามารถรองรับกระแสได้ถึง 11kW นั้นหมายความว่า บ้านของผู้ใช้รถที่ต้องการติดตั้งเครื่องชาร์จรถยนต์ไฟฟ้า จะต้องใช้มิเตอร์ไฟ 3-Phase 30(100) เพื่อให้การชาร์จไฟมีประสิทธิภาพตามสเปกของรถ

**ขนาดมิเตอร์ไฟฟ้าของบ้านคุณเพียงพอหรือไม่** เพราะขนาดกำลังไฟสำหรับ Charger รถแต่ละประเภทต้องใช้ขนาดมิเตอร์ไฟฟ้าที่แตกต่างกัน ก่อนจะเลือกมิเตอร์ไฟฟ้าที่สามารถรองรับการติดตั้ง EV Charger ได้ั้น สิ่งที่ต้องสังเกตเป็นอันดับแรกๆ คือ “Phase” หรือ “Type” ที่จะบอกได้ว่ากำลังการจ่ายไฟสามารถจ่ายได้เท่าไร

ซึ่งขนาดมิเตอร์ไฟฟ้าที่ทางการไฟฟ้าฯ แนะนำก็คือ Single-Phase 30(100)A หรือ 3-Phase 15(45)A ก็ถือว่าเพียงพอ โดยขึ้นอยู่กับขนาดและจำนวน EV Charger ที่ติดตั้งด้วยเช่นกัน เพราะฉะนั้นให้ลองดูก่อนว่ามีมิเตอร์ไฟที่ใช้อยู่ปัจจุบันมีขนาดเท่าไร หากเป็นบ้านทั่วไปที่สร้างมานานแล้วที่ใช้มิเตอร์ Single-Phase 5(15)A หรือ Single-Phase 15(45)A ก็ถือว่ากำลังไฟไม่เพียงพอต่อการใช้รถไฟฟ้า ดังนั้นหากต้องการติดตั้งเครื่องชาร์จรถยนต์ไฟฟ้าก็ต้องแจ้งขอเปลี่ยนขนาดมิเตอร์ไฟฟ้าก่อน

**ศึกษารายละเอียดต่างๆ ที่เกี่ยวข้อง** ไม่ว่าจะเป็นค่าซ่อมบำรุงรักษา การเลือกใช้บริการบริษัทที่มีมาตรฐานการติดตั้งของการไฟฟ้าส่วนภูมิภาค การไฟฟ้านครหลวง และการรับรองมาตรฐานคุณภาพการให้บริการการประกอบกิจการไฟฟ้า เพื่อให้มั่นใจในคุณภาพและความปลอดภัย รวมถึงการเตรียมพื้นที่บ้านที่เหมาะสมกับการติดตั้ง

หากพิจารณาทุกเรื่องอย่างรอบคอบแล้ว จนได้ความมั่นใจว่าบ้านของคุณเหมาะกับการติดตั้งสถานีชาร์จรถไฟฟ้า และที่สำคัญไม่ติดขัดเรื่องงบประมาณ ก็เดินทางติดตั้งได้เลย



The trend of using electric vehicles is becoming popular. Many people dream of installing solar panels on their roof so that they can charge their car with solar power for free. However, this dream may not come true. Because installing an EV charging station in your home may not be the answer for everyone. An important thing that EV users must consider when installing a home charging station is whether the size of your home electricity meter is sufficient to charge their vehicle efficiently.

# HOUSE REGISTRATION

## ข้อควรรู้เกี่ยวกับทะเบียนบ้าน



สำหรับคนที่เป็นเจ้าของบ้านหรือ คอนโดฯ เอกสารสำคัญเกี่ยวกับบ้านที่ต้องมีคือ “ทะเบียนบ้าน” ซึ่งหมายถึงทะเบียนประจำบ้านแต่ละบ้านที่ออกโดยทางราชการ ข้อควรรู้เกี่ยวกับทะเบียนบ้าน ได้แก่

**เจ้าบ้าน** ข้อมูลพื้นฐานสำคัญที่ระบุในทะเบียนบ้านทั่วไปคือ “เจ้าบ้าน” ซึ่งมีความหมายต่างจากคำว่า “เจ้าของบ้าน” เพราะเจ้าบ้านหมายถึงผู้ที่ทำหน้าที่ครอบครองบ้านในฐานะที่เป็นเจ้าของ มีหน้าที่รับผิดชอบในเรื่องแจ้งคนเกิด-ตายในบ้าน แจ้งคนย้ายเข้า-ออก สร้างบ้านใหม่หรือรื้อถอน และขอเลขที่บ้าน ส่วนเจ้าของบ้านหมายถึงเจ้าของกรรมสิทธิ์ที่มีชื่อในโฉนดที่ดิน เป็นผู้มียสิทธ์ในการขาย โอน บ้านและที่ดิน รวมถึงสามารถโอนถ่ายกรรมสิทธิ์

**ชื่อคนในทะเบียนบ้าน** ประกอบด้วยชื่อเจ้าบ้าน และชื่อผู้อาศัย ซึ่งหากเจ้าบ้านไม่ได้มีชื่ออยู่ในทะเบียนบ้านอื่น ก็สามารถใส่ชื่อเป็นเจ้าบ้านในทะเบียนบ้านหลังใหม่ที่ซื้อได้ หากมีบ้านมากกว่า 1 หลัง และไม่ต้องการย้ายชื่อเข้ามา ก็สามารถเอาชื่อญาติมาใส่เป็นชื่อเจ้าบ้านแทนได้ และในกรณีที่ไม่สามารถหาชื่อใครมาใส่เป็นเจ้าบ้านในทะเบียนบ้านใหม่ได้ ก็สามารถปล่อยชื่อในทะเบียนบ้านให้ว่างได้ แต่ต้องยอมรับเงื่อนไขทางกฎหมายในกรณีที่ต้องการขายบ้านหลังนั้นซึ่งถือครองไม่ถึง 1 ปี

จะไม่ได้รับการยกเว้นภาษีธุรกิจเฉพาะสำหรับการขายอสังหาริมทรัพย์ที่ใช้เป็นที่อยู่อาศัย

**การมีชื่ออยู่ในทะเบียนบ้าน** ตามกฎหมายไม่อนุญาตให้บุคคลเดียวกันมีชื่ออยู่ในทะเบียนบ้านมากกว่า 1 ฉบับ เพราะจะกระทบต่อบัญชีรายชื่อผู้มีสิทธิ์เลือกตั้ง รวมถึงสิทธิ์ในการรับสวัสดิการตามกฎหมายของพื้นที่ชุมชนที่เรามีทะเบียนบ้านอยู่ หากชื่อของเราอยู่ในเขตพื้นที่ใด ก็ถือว่าเราเป็นประชาชนของเขตนั้น เช่น โรงเรียนบางแห่งมีโควตาให้เฉพาะนักเรียนที่อยู่ในเขตพื้นที่ใกล้เคียง โรงเรียน หากลูกหลานเราไม่ได้มีชื่ออยู่ในเขตนั้นก็จะมีสิทธิ์รับโควตาดังกล่าว

**การแจ้งย้ายชื่อเข้า-ออกจากทะเบียนบ้าน และการแจ้งเกิด-ตาย** การแจ้งชื่อย้ายออกเป็นหน้าที่ของเจ้าบ้าน การย้ายออกต้องทำภายใน 15 วัน หากเกินเวลาที่กำหนด มีโทษปรับไม่เกิน 1,000 บาท สำหรับการแจ้งเกิด เจ้าบ้านต้องแจ้งภายใน 15 วันนับตั้งแต่วันเกิด และสำหรับการแจ้งตาย กรณีที่มีคนตายในบ้าน ต้องแจ้งภายใน 24 ชั่วโมง

**ทะเบียนบ้านหาย** สามารถยื่นคำร้องกับฝ่ายทะเบียน พร้อมแนบเอกสารหลักฐาน ได้แก่ บัตรประจำตัวประชาชนเจ้าบ้าน กรณีมอบอำนาจให้ผู้อื่นดำเนินการแทน จะต้องมียบัตรประจำตัวของผู้อนุมัติและผู้รับมอบหมาย หนังสือผู้มอบหมายค่าธรรมเนียมในการออกเล่มใหม่ฉบับละ 20 บาท

House registration is an important document regarding housing that the government requires every house to have a registration according to law. People whose names are listed in the house registration in any area are considered legal residents of that area.



# RELIABILITY

## ความไว้วางใจ

ความไว้วางใจเป็นพื้นฐานสำคัญในการสร้างความสัมพันธ์ที่มั่นคง ไม่ว่าจะเป็นความสัมพันธ์กับคนในครอบครัว กับคนรัก กับเพื่อนฝูงเพื่อนร่วมงาน ความไว้วางใจนำไปสู่ความน่าเชื่อถือที่ไม่สามารถสร้างได้เพียงข้ามคืน ตรงกันข้ามอาจพังทลายได้ภายในพริบตา และยากยิ่งกว่าเดิมที่จะสร้างความไว้วางใจและความเชื่อถือกลับมาได้ใหม่ การเรียนรู้ที่จะสร้างความไว้วางใจ จึงเป็นทักษะที่ควรมี เพื่อสร้างความสัมพันธ์ที่ดีกับทุกคนรอบตัวเรา ด้วยวิธีดังนี้

**1. รักษาคำพูด** รักษาสัญญาและลงมือทำตามที่ได้ตกลงไว้ การที่เราจะทำให้ใครสักคนเชื่อใจไว้วางใจ เชื่อถือในคำพูดของเรา ก่อนที่จะรับปากหรือสัญญาว่าจะทำอะไร ให้ไตร่ตรองให้ดีก่อนว่าเราสามารถทำสิ่งนั้นได้หรือไม่

**2. มีความสม่ำเสมอ** การสร้างความน่าเชื่อถือคือการทำในสิ่งที่รับปากได้อย่างต่อเนื่อง หากเราสามารถทำได้ ความไว้วางใจในตัวเราก็จะเพิ่มมากขึ้น ซึ่งสิ่งเหล่านี้ต้องใช้เวลา

**3. จริงใจ** คนรอบๆ ตัวเราสามารถสัมผัสได้ว่าสิ่งที่เราพูดหรือทำออกไปนั้น มาจากความต้องการและความรู้สึกของเราจริงหรือไม่ ดังนั้นควรจริงใจกับคำพูดและสิ่งที่เราต้องการจะกระทำ



**4. ยืนหยัดในสิ่งที่ถูกต้อง** คนจะไว้วางใจผู้ที่เขาเห็นว่ามีความมั่นคงในตัวเอง ยึดมั่นในคุณค่าที่สังคมมีร่วมกันอย่างจริงจัง ปฏิบัติในสิ่งที่ถูกต้องเสมอทั้งต่อหน้าและลับหลัง

**6. เป็นคนเปิดเผยตรงไปตรงมา** การแสดงออกว่าเรารู้สึกอย่างไรอย่างตรงไปตรงมาปราศจากลัทธิลึกลับในใจ มีความซื่อสัตย์ จะทำให้คนไม่ระแวงสงสัยในการกระทำต่างๆ ของเรา และให้ความไว้วางใจ

**7. ให้คุณค่ากับความสัมพันธ์ที่เรามีอยู่** แสดงออกให้คนรอบข้างในความสัมพันธ์ได้เห็นและมั่นใจได้ว่า เราพร้อมให้ความสำคัญกับเขาอย่างแท้จริงและมั่นคงเสมอต้นเสมอปลาย ไม่ทอดทิ้งกัน ในยามยาก

การที่เราเป็นคนที่ได้รับความไว้วางใจ นอกจากจะทำให้เราได้รับโอกาสที่ดีในชีวิตทั้งเรื่องความสัมพันธ์ส่วนตัวและมิตรภาพ รวมถึงเรื่องหน้าที่การงาน คนที่ได้รับความไว้วางใจจึงมีโอกาสประสบความสำเร็จได้มากกว่าเสมอ

Reliability is the cornerstone of building a strong relationship. Whether it's relationships with family members, lovers, friends, co-workers. Reliability leads to credibility and trust that cannot be built overnight. On the contrary, it can be destroyed in the blink of an eye. And it's even harder than ever to rebuild trust. Learning to build trust is a skill that you should have in order to build good relationships with everyone around you.

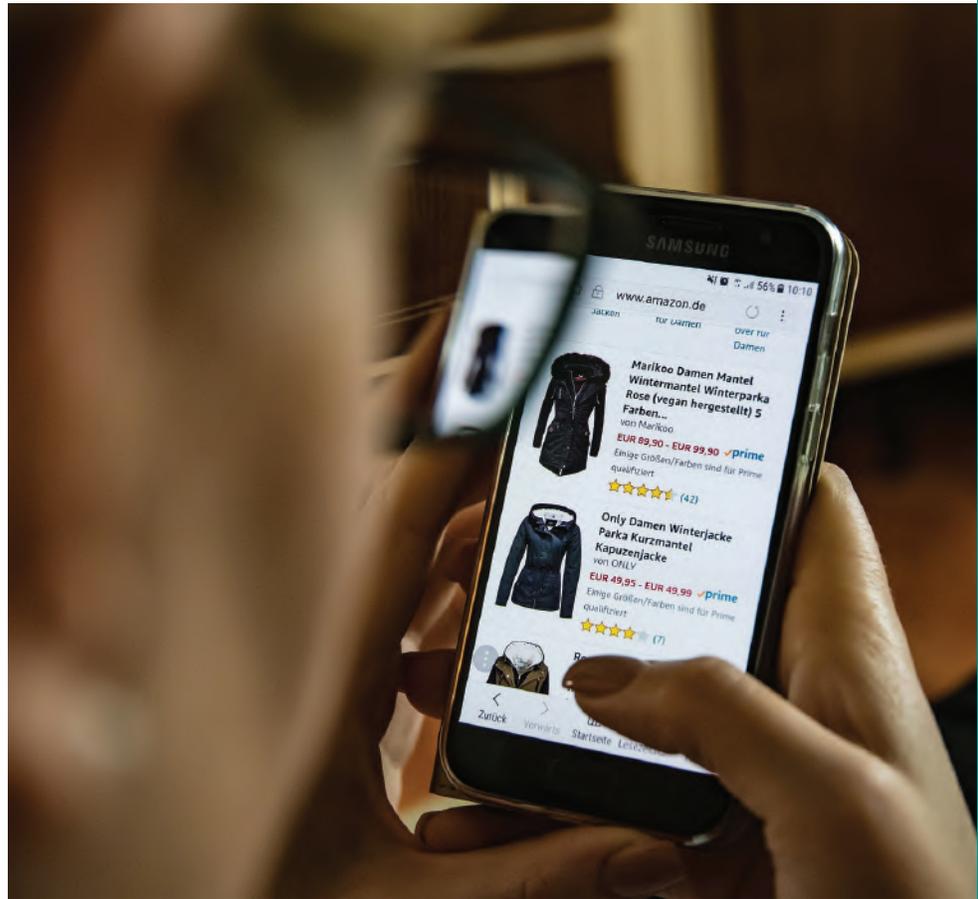
อ้างอิง:  
<https://www.istrong.co/single-post/relations-that-come-from-trust>



# DIGITAL WALLET

## กระเป๋าเงินดิจิทัล

เมื่อผู้คนทั่วโลกกำลังเข้ามาเป็นประชากรของโลกออนไลน์หรือโลกดิจิทัลอย่างเต็มรูปแบบ ผ่านการเชื่อมโยงด้วยสมาร์ทโฟน การทำธุรกรรมทางการเงินผ่านแพลตฟอร์มออนไลน์ก็กลายเป็นส่วนหนึ่งของชีวิตเราโดยปริยาย



**Digital Wallet หรือกระเป๋าเงินดิจิทัลคืออะไร** กระเป๋าเงินดิจิทัลเป็นเครื่องมือเข้ามาทำหน้าที่แทนกระเป๋าเงินจริง โดยการโอนเงินสดเข้ามาไว้ใน Digital Wallet ซึ่งเป็นระบบการชำระเงินแบบใหม่ พัฒนาขึ้นโดยนำเอาระบบดิจิทัลมาปรับใช้ เพื่อบันทึกข้อมูลช่องทางการชำระเงินเอาไว้บนมือถือของเรา เช่น บัญชีธนาคารหรือบัตรเครดิต เมื่อถึงเวลาที่ต้องจ่ายเงินก็สามารถหยิบมือถือขึ้นมาสแกนได้ทันที จากนั้นระบบจะตัดเงินในบัญชีที่ผูกไว้ตามจำนวน แล้วส่งใบเสร็จดิจิทัลเข้ามือถือของผู้ใช้โดยอัตโนมัติเพื่อบันทึกการจ่ายเอาไว้ และร้านค้าก็จะบันทึกข้อมูลของลูกค้าเอาไว้เช่นกัน

**ประโยชน์ของกระเป๋าเงินดิจิทัล** เพิ่มความสะดวกในการทำธุรกรรม ทำให้การจับจ่ายต่างๆ ไม่จำเป็นต้องพกเงินสด การทำธุรกรรมข้ามพรมแดนด้วยกระเป๋าเงินดิจิทัลง่ายกว่าการส่งผ่านธนาคาร มีระบบรักษาความปลอดภัย การโอนเงินทำได้รวดเร็ว ช่วยลดค่าธรรมเนียมและลดต้นทุนในการทำธุรกรรม อีกทั้งยังมีความสะดวกในการทำธุรกรรมข้ามชาติที่มีความแตกต่างของสกุลเงิน

**ความปลอดภัยในการใช้กระเป๋าเงินดิจิทัล** ส่วนใหญ่ผู้ใช้บริการจะมีมาตรการความปลอดภัยที่เป็นมาตรฐานสากลเพื่อสร้างความมั่นใจให้กับผู้ใช้ กระเป๋าเงินดิจิทัลใช้เทคโนโลยีการเข้ารหัสที่ทันสมัยเพื่อรักษาข้อมูลที่ละเอียดอ่อนของลูกค้าให้

ปลอดภัย นอกจากนี้ สำหรับการทำธุรกรรมแต่ละครั้ง E-Wallets จะสร้างลำดับหมายเลขแบบสุ่มรวมถึงบางแพลตฟอร์มจะกำหนดให้ผู้ใช้ต้องใช้ PIN หรือไบโอเมตริก (ลายนิ้วมือ การจดจำใบหน้า) เพื่อปลดล็อกบัญชี

การปรับตัวมาใช้กระเป๋าเงินดิจิทัลของผู้คนในแต่ละประเทศ ยังมีความแตกต่างกันในปัจจุบัน คนที่เดินทางบ่อยๆ อาจพบว่า ผู้คนในประเทศที่เจริญมากอย่างญี่ปุ่นยังมีแนวโน้มใช้เงินสดกันเป็นส่วนใหญ่ ในขณะที่ประเทศจีน แม้แต่แม่ค้าหาบเร่แผงลอยหรือชอปปานยังใช้การโอนเงินผ่านโทรศัพท์ และไทยเราก็เป็นหนึ่งในประเทศที่ผู้คนมีการใช้กระเป๋าเงินดิจิทัลกันอย่างทั่วถึงในทุกภาคส่วน ส่วนบางประเทศในยุโรปนั้นนอกจากจะใช้กระเป๋าเงินดิจิทัลกันอย่างกว้างขวางแล้วยังมีการใช้สกุลเงินดิจิทัลมาควบคู่กันหรือแทนสกุลเงินตราเดิมของประเทศอีกด้วย

ในประเทศไทย ผู้คนมีความตื่นตัวในการใช้กระเป๋าเงินดิจิทัลกันมากตั้งแต่มีสถานการณ์โรคระบาดเป็นตัวเร่ง ประกอบกับภาครัฐมีนโยบายมอบสวัสดิการให้ประชาชนผ่านแพลตฟอร์มดิจิทัลกระตุ้นให้ประชาชนมีความพร้อมในการเข้าสู่สังคมไร้เงินสดอย่างรวดเร็ว เป็นส่วนหนึ่งในการส่งเสริมเศรษฐกิจดิจิทัลให้เติบโตอย่างรวดเร็วควบคู่กันไปด้วย

A digital wallet, also known as an e-wallet or mobile wallet, is an electronic device, online service, or software program that allows one party to make electronic transactions with another party bartering digital currency units for goods and services. This can include purchasing items either online or at the point of sale in a brick and mortar store, using either mobile payment or using a personal computer. Money can be deposited in the digital wallet prior to any transactions or, in other cases, an individual's bank account can be linked to the digital wallet. The credentials can be passed to a merchant's terminal wirelessly via near field communication.

อ้างอิง:

<https://www.thaipbs.or.th/now/content/335>

[https://www.sticpay.com/th-TH/news/news\\_detail/what-is-a-digital-wallet](https://www.sticpay.com/th-TH/news/news_detail/what-is-a-digital-wallet)



# ALLERGY

## โรคภูมิแพ้

อาการภูมิแพ้ หรือ โรคภูมิแพ้ สามารถเกิดขึ้นได้กับทุกเพศทุกวัยและเกิดขึ้นได้ทุกที่ ซึ่งมีตั้งแต่ระดับที่สร้างความรำคาญ ไปจนถึงระดับที่อาจทำให้เสียชีวิตได้เฉียบพลัน โดยทั่วไปอาการภูมิแพ้จะแบ่งเป็นประเภทต่างๆ ดังนี้



**1. ภูมิแพ้อากาศ** เกิดจากการอักเสบของเนื้อเยื่อหู ตา จมูก ซึ่งเป็นปฏิกิริยาตอบสนองของระบบภูมิคุ้มกันต่อสารก่อภูมิแพ้ เพื่อต้องการกำจัดสารก่อภูมิแพ้ออกจากร่างกาย จะมีอาการจาม คัดจมูก มีน้ำมูก ตาแดง น้ำตาไหล ปวดหัว อ่อนเพลีย วิธีบรรเทาอาการ ให้หลีกเลี่ยงและกำจัดปัจจัยที่ก่อให้เกิดอาการแพ้ เช่น ฝุ่น ควัน เกสร หรือดอกไม้ รับประทานยาหรือพ่นยาในจมูกตามคำแนะนำของแพทย์

**2. ภูมิแพ้อาหาร** เกิดจากระบบภูมิคุ้มกันร่างกายตอบสนองต่อสารอาหารบางชนิด ทำให้ร่างกายพยายามกำจัดสารที่ก่อให้เกิดอาการแพ้เหล่านั้น และในครั้งต่อไปที่รับประทานอาหารดังกล่าว ร่างกายก็จะรับรู้และส่งสัญญาณไปยังระบบภูมิคุ้มกันซึ่งเป็นสาเหตุที่ทำให้เกิดอาการแพ้ เช่น จะมีอาการคันและบวมในปาก คัดจมูก น้ำมูกไหล คัดตา คลื่นไส้ อาเจียน ปวดท้อง หรือถ่ายเหลว ควรหลีกเลี่ยงไม่รับประทานอาหารที่เราแพ้ หากเกิดอาการแพ้ไม่รุนแรงและมีอาการไม่มากสามารถทานยาแก้แพ้บรรเทาได้ หากอาการรุนแรงควรรีบนำส่งโรงพยาบาล เพราะอาจอันตรายถึงชีวิต

**3. ภูมิแพ้ผิวหนัง** มักเกิดร่วมกับโรคภูมิแพ้ทางเดินหายใจ เช่น โรคหอบหืด แพ้อากาศ สาเหตุของโรคยังไม่ทราบแน่ชัด อาจเกิดจากพันธุกรรม ซึ่งเกี่ยวข้องกับระบบภูมิคุ้มกันของร่างกายที่ตอบสนองต่อสิ่งเร้าได้ไวกว่าปกติ ทำให้เกิดอาการแพ้ผิวหนัง ลอกแดง คัน เป็นผื่นเป็นขึ้น วิธีบรรเทา

อาการ ควรทำให้ผิวชุ่มชื้นไม่ให้ผิวแห้ง ใช้ครีมหรือโลชั่นที่ปราศจากแอลกอฮอล์หรือสารเคมี ใ้เนื้อผ้าสบายๆ เพื่อลดการระคายเคือง

**4. ภูมิแพ้ตา** เกิดจากร่างกายมีปฏิกิริยาตอบสนองต่อสิ่งที่แพ้ มักเกิดการอักเสบบริเวณเยื่อตาขาว เกิดได้จากหลายสาเหตุ อย่างเช่น แพ้อากาศ แพ้คอนแทกเลนส์ แพ้สารเคมีต่างๆ มีอาการคันตา แสบตา เคืองตา ตาแดง น้ำตาไหล บ่อย วิธีบรรเทาอาการ หลีกเลี่ยงสิ่งที่แพ้ เลี่ยงการสัมผัสหรือขยี้ตา ใช้น้ำเย็นประคบเพื่อลดอาการคัน ใช้น้ำตาเทียมหรือยาหยอดตาชนิดต้านภูมิแพ้ หากไม่ดีขึ้นควรปรึกษาจักษุแพทย์

Allergies can happen to people of all ages and anywhere. This ranges from a level of nuisance to a level that can cause immediate death. In general, allergies are divided into four types, which include air allergies, food allergies, skin allergies, and eye allergies. When you first experience allergy symptoms, you should immediately find the cause and avoid things that trigger the symptoms. If your allergic reaction is severe, you should go to the hospital immediately as it may be life-threatening.

อ้างอิง:  
โรงพยาบาลศูนย์ : ุสสเฝ้าระวังภูมิแพ้ได้อย่างเ็



# SUPALAI LAGOON

HUA HIN

## Classic European design

สุนทรีย์แห่งการใช้ชีวิตท่ามกลางธรรมชาติ ที่รายล้อมด้วยทิวเขา  
พร้อมสวนกลางขนาดใหญ่กว่า 3 ไร่

บ้านเดี่ยว ขนาดใหญ่ สไตล์ก๊อทิก

PRE-SALES 24-25 ส.ค. 67



Iconic European Clubhouse

Toscana Garden



 Supalai

 [supalai.com](http://supalai.com)

 Supalai

 @supalai

 Supalai\_PLC

 Supalai

**SUPALAI**  
 1720

อำนวยความสะดวกและก่อสร้างโดย คร.ประทีป ตั้งศิริสม ส.ก.ม.(เกียรตินิยม) จุฬาลง., M.Arch.(Hons)(Housing) U. of Illinois และ วิทยาลัยเศรษฐศาสตร์บัณฑิตศึกษาคณะเศรษฐศาสตร์ สาขาวิศวกรรมพัฒนาสถาปัตยกรรมศาสตร์  
ระบบศาสตร์ • เจ้าของโครงการ บริษัท สุภาลัย จำกัด (มหาชน) 1011 อาคารสุภาลัย แกรนด์ ทาวเวอร์ 3 แขวงอ่อนนุช เขตสวนหลวง กรุงเทพฯ 10120 • ประธานกรรมการบริหาร คร.ประทีป ตั้งศิริสม กุมภ  
กัมปนิบ 1,955.66 ล้านบาท (ชำระแล้ว 1,953.05 ล้านบาท) • สุภาลัย สาขานุ ห้วยคิง ที่ตั้งค่าน้ำหลักไฟฟ้า อากาศห้วยคิง จังหวัดประจวบคีรีขันธ์ เนื้อที่ 94-2-79.6 ไร่ โฉนดที่ดินเลขที่ 93385 ในอนุภาคจัดสรรอยู่ระหว่าง  
ดำเนินการ ที่ดินชำระผูกพันและสนับสนุนโครงการโดย ธนาคารออมสิน เริ่มก่อสร้าง 15 มกราคม 2567 คาดว่าจะแล้วเสร็จ 15 มกราคม 2571 • โครงการสามารถทำการโอนกรรมสิทธิ์ภายใน 1-12 เดือน หลังจากผู้ซื้อ  
ชำระเงินครบถ้วนตามกฎหมาย • มีความรายละเอียด และรูปภาพปรากฏในเอกสารฉบับนี้อาจมีการเปลี่ยนแปลงได้โดยไม่ต้องแจ้งให้ทราบล่วงหน้า โปรดดูรายละเอียดโครงการที่โครงการ • พิมพ์เมื่อวันที่ 5 ก.ค. 67



# INVESTING IN GOLD

## การลงทุนในทองคำ

ราคาทองคำในปัจจุบันมีแนวโน้มที่จะเป็นขาขึ้นจากหลายปัจจัย ไม่ว่าจะเป็นอัตราดอกเบี้ยที่ต่ำลงราคาน้ำมันที่เพิ่มขึ้น ค่าเงินดอลลาร์ที่อ่อนลง รวมถึงสถานการณ์ความไม่มั่นคงต่างๆ เช่น ความเสี่ยงที่จะเกิดสงคราม หรือวิกฤตทางการเงิน ทำให้นักลงทุนสนใจการลงทุนในทองคำกันมากขึ้น สำหรับนักลงทุนมือใหม่ เรามีคำแนะนำดีๆ มาฝากกัน

ทองคำ เป็นสินทรัพย์ลงทุนที่ได้รับการยอมรับอย่างเป็นทางการ เป็นส่วนหนึ่งของทุนสำรองระหว่างประเทศที่ธนาคารแห่งชาติทั่วโลกนิยมใช้ ราคาทองคำเป็นตัวบ่งชี้ตัวเลขทางเศรษฐกิจโดยรวม และยังสามารถช่วยป้องกันความเสี่ยงจากสถานการณ์เงินเฟ้อ แม้ในวันที่เศรษฐกิจตกต่ำ ทองคำก็ยังถือเป็นสินทรัพย์ที่มีมูลค่าสูงขึ้นเรื่อยๆ

การลงทุนในทองคำสามารถทำได้หลายรูปแบบ ได้แก่ การซื้อทองคำแท่ง การลงทุนผ่านกองทุนรวมทองคำ กองทุนรวมอิตีเอฟทองคำ (Gold ETFs) สัญญาซื้อขายทองคำล่วงหน้า

(Gold Futures) และการเทรดทองคำออนไลน์ โดยนักลงทุนสามารถเลือกได้ว่าต้องการลงทุนระยะสั้นหรือระยะยาว และบางคนอาจมีพอร์ตที่ผสมผสานทั้งการลงทุนระยะสั้นและระยะยาว ขึ้นอยู่กับอุปนิสัยในการลงทุน และความสามารถในการแบกรับความเสี่ยง

**การลงทุนทองระยะสั้น สามารถเลือกลงทุนได้โดย**

- กองทุนรวมอิตีเอฟทองคำ (Gold ETFs) นักลงทุนสามารถซื้อขายได้ในตลาดหุ้น ซึ่งจะทราบราคาทองคำที่ซื้อขายได้ทันที และมีความสะดวกในการซื้อขาย

- สัญญาซื้อขายทองคำล่วงหน้า (Gold Futures) เป็นสัญญาซื้อขายในตลาดอนุพันธ์ ช่วยให้นักลงทุนสามารถทำกำไรได้ทั้งในช่วงที่ราคาทองคำเป็นขาขึ้นและขาลง อย่างไรก็ตาม การลงทุนใน Gold Futures เป็นการลงทุนที่มีความเสี่ยงสูงที่สุดในการลงทุนทองคำทั้ง 4 ประเภท เนื่องจากหากนักลงทุนคาดการณ์ราคาทองคำผิดพลาด เช่น ซื้อสัญญาซื้อขายทองคำล่วงหน้า โดยคาดว่าราคาทองคำจะปรับขึ้น แต่ราคาทองคำกลับอ่อนตัวลง นักลงทุนมีโอกาสถูกเรียกเงินหลักประกันเพิ่ม (Margin Call) ซึ่งจะต้องเพิ่มเงินลงทุน



• การเทรดทองคำออนไลน์ หรือการเทรดทองผ่านแอปพลิเคชัน สามารถซื้อขายทองผ่านแอปฯ ได้ราคาแบบ Real Time และแลกเปลี่ยนเป็นทองคำแท่งเอาไว้ครอบครองได้ เหมาะกับการลงทุนเชิงกำไร เพราะซื้อขาย ค่ายคล่อง และจับต้องได้ ปัจจุบันมีผู้ให้บริการที่น่าเชื่อถือและอำนวยความสะดวกได้ดีกว่าการซื้อขายทองคำทั่วไป โดยสามารถเทรดออนไลน์ผ่านแอปพลิเคชันเป่าตั้งได้

### การลงทุนทองระยะยาว สามารถเลือกลงทุนได้โดย

• กองทุนรวมทองคำ จุดเด่นของกองทุนทองคำที่มีนโยบายจ่ายเงินปันผล คือ ความปลอดภัยในการเก็บรักษาและมีโอกาสได้รับผลตอบแทนระหว่างการลงทุน แต่อาจไม่เหมาะกับการลงทุนระยะสั้น เนื่องจากขณะที่ซื้อขายกองทุน นักลงทุนจะยังไม่ทราบราคาที่ซื้อขาย โดยจะทราบราคา ณ สิ้นวัน หรือในวันทำการถัดไปขึ้นอยู่กับนโยบายของกองทุน ส่งผลให้การเก็งกำไรทำได้ยากกว่าการลงทุนใน Gold ETFs หรือ Gold Futures

• การลงทุนทองคำแท่ง เหมาะกับผู้ที่ต้องการลงทุนระยะยาว และต้องการถือทองคำในฐานะสินทรัพย์ปลอดภัย แต่อาจพบความยุ่งยากในการเก็บรักษาทองคำ

กลยุทธ์ในการลงทุนทองคำทั้งระยะสั้นและระยะยาวมีความคล้ายคลึงกับการลงทุนในหุ้น คือ

**การลงทุนทองระยะสั้น** นักลงทุนทองระยะสั้นมักเน้นการเก็งกำไร ซึ่งควรมีการกำหนดจุดซื้อและจุดขายที่ชัดเจน รวมทั้งต้องปฏิบัติตามเกณฑ์ที่ตั้งไว้อย่างเคร่งครัด เช่น หากราคาทองคำปรับลดลงมาสู่ระดับต่ำกว่าต้นทุนมายังระดับราคาที่กำหนดไว้เพื่อขายขาดทุน นักเก็งกำไรที่มีวินัยก็จะขายทองคำที่ราคาดังกล่าว เพื่อให้มีเงินลงทุนในการเก็งกำไรในครั้งต่อไป ดังนั้นควรศึกษาการวิเคราะห์ทางเทคนิค เพื่อช่วยให้ทราบจุดซื้อและจุดขายที่เหมาะสม

**การลงทุนทองระยะยาว** นักลงทุนทองระยะยาวสามารถลงทุนแบบถัวเฉลี่ยต้นทุน (DCA) ซึ่งเป็นการซื้อทองแบบสม่ำเสมอทุกเดือนด้วยเงินที่เท่าๆ กัน เป็นการสร้างวินัยในการลงทุนและกระจายความเสี่ยงในการลงทุนทองคำ

การลงทุนทองคำจะมีโอกาสสำเร็จสูงและมีความเสี่ยงต่ำ หากเลือกรูปแบบการลงทุนและกลยุทธ์ที่เหมาะสมกับระยะเวลา พร้อมกับศึกษาข้อมูลแนวโน้มราคาทองคำอย่างสม่ำเสมอ ติดตามข่าวสารเศรษฐกิจ สังคม การเมือง และความเคลื่อนไหวในโลกอย่างใกล้ชิด หากความรู้ใหม่ๆ เพื่อประโยชน์ในการวิเคราะห์ความเป็นไปได้ในการลงทุนอย่างต่อเนื่อง โดยเฉพาะการลงทุนในระยะยาวที่จะต้องอาศัยสติปัญญาในการพิจารณาสถานการณ์ความผันผวนของราคาจากปัจจัยต่างๆ อย่างเป็นเหตุเป็นผล ไม่ปล่อยให้อารมณ์มา



**การลงทุนทองคำจะมีโอกาสสำเร็จสูงและมีความเสี่ยงต่ำ หากเลือกรูปแบบการลงทุนและกลยุทธ์ที่เหมาะสมกับระยะเวลา พร้อมกับศึกษาข้อมูลแนวโน้มราคาทองคำอย่างสม่ำเสมอ ติดตามข่าวสารเศรษฐกิจ สังคม การเมือง และความเคลื่อนไหวในโลกอย่างใกล้ชิด**

กำหนดการตัดสินใจ และมองภาพรวมของตลาดได้ในระยะยาว

ทั้งนี้นักลงทุนที่เลือกที่จะลงทุนในทองคำในรูปแบบของการซื้อทองแท่ง หรือการเปิดพอร์ตลงทุนผ่านกองทุนต่างๆ ก็จะมีรูปแบบที่จะต้องรับมือแตกต่างกัน สำหรับคนที่เลือกซื้อทองแท่งจากร้านทองมาเก็บไว้ มีข้อดีคือสามารถจับต้อง และสามารถควบคุมทองคำได้เอง แต่จะมีการเสียค่าบล็อกหรือค่ากำหนดจากราคาขาย และมีต้นทุนในการจัดเก็บ ส่วนคนที่ลงทุนผ่านกองทุนหรือการเทรดออนไลน์ จะมีข้อดีคือสามารถลงทุนได้ในวงเงินเริ่มต้นที่ไม่สูงมาก กองทุนจะมีผู้เชี่ยวชาญคอยให้คำปรึกษาดูแลเรื่องการลงทุน และยังมีโอกาสได้รับผลตอบแทนระหว่างการลงทุนในรูปแบบของเงินปันผล หรือกำไรจากส่วนต่างในมูลค่าหน่วยลงทุน แต่ข้อเสียคือเราก็จะไม่ได้มีทองคำจริงๆ เก็บไว้กับตัว มีแค่ตัวเลขในพอร์ต ซึ่งแต่ละคนก็สามารถเลือกได้ว่า พอใจกับรูปแบบไหน หรืออาจจะลงทุนทั้ง 2 รูปแบบก็ย่อมได้ ซึ่งไม่ว่าคุณจะถูกเลือกแบบใด การมีทองคำเอาไว้ส่วนหนึ่งในการพอร์ตการลงทุนโดยรวมของคุณก็ถือเป็นการกระจายความเสี่ยงที่ดี

From the time of ancient civilizations to the modern era, gold has been the world's currency of choice. There are various ways to buy gold. These include investing in bullion (i.e., gold bars), mutual funds, futures, mining companies, and jewelry. With few exceptions, only bullion, futures, and a handful of specialty funds provide a direct investment opportunity in gold. Other investments derive part of their value from other sources. Today, investors buy gold mainly as a hedge against political unrest and inflation because of gold's low value correlation with other asset classes.

In addition, many top investment advisors recommend diversifying a portfolio with commodities, which include gold, to lower overall portfolio risk.

อ้างอิง:  
<https://krungthai.com/th/krungthai-update/promotion-detail/1739>



# CLIMATE CHANGES

## การเปลี่ยนแปลงสภาพภูมิอากาศ

ผู้คนทั่วโลกต่างตระหนักดีว่า “การเปลี่ยนแปลงสภาพภูมิอากาศ” ที่นักวิทยาศาสตร์เชื่อว่าเป็นผลมาจาก “ภาวะโลกร้อน” ซึ่งเคยฟังดูเหมือนเป็นเรื่องไกลตัวนั้น แท้จริงแล้วเป็นเรื่องใกล้ตัวเรามากกว่าที่คิด

### ภาวะโลกร้อนคืออะไร

ภาวะโลกร้อน คือผลจากการปล่อยก๊าซคาร์บอนไดออกไซด์และก๊าซเรือนกระจกอื่นๆ ออกสู่บรรยากาศโลกในช่วง 150 กว่าปีที่ผ่านมา ก๊าซเรือนกระจกดูดซับและกักเก็บความร้อนที่แผ่ออกจากโลกส่งผลให้โลกร้อนขึ้น และเมื่อเรายังคงปล่อยก๊าซคาร์บอนไดออกไซด์ออกมาเรื่อยๆ จากกิจกรรมต่างๆ เช่น การใช้เชื้อเพลิงฟอสซิล การทำลายป่า และการทำอุตสาหกรรม ก็จะยิ่งเป็นตัวเร่งให้อุณหภูมิโลกยิ่งสูงขึ้น จนเกิด “การเปลี่ยนแปลงสภาพภูมิอากาศ” คือภาวะที่สภาพภูมิอากาศที่ผิดเพี้ยนไปจากเดิม หรือเหตุการณ์สภาพอากาศสุดขั้ว เช่น

- คลื่นความร้อนที่ทำให้อากาศร้อนจัด
  - โพลาร์ วอร์เท็กซ์หรือคลื่นความหนาวที่ทำให้ระบบสาธารณูปโภคเป็นอัมพาตและอาจรุนแรงจนทำให้เกิดการเสียชีวิต
  - ระดับน้ำทะเลที่สูงขึ้นเพิ่มความเสี่ยงน้ำท่วมในประเทศที่มีชายฝั่งทะเล
  - พายุไต้ฝุ่นและพายุทอร์นาโดที่รุนแรง
- สภาพอากาศสุดขั้วมีแนวโน้มรุนแรงขึ้นมากในช่วงไม่กี่ปีที่ผ่านมา ทั้งภาวะโลกร้อน การเปลี่ยนแปลงสภาพภูมิอากาศ และวิกฤตสภาพภูมิอากาศ คือ ปรากฏการณ์ที่เชื่อมโยงกัน ทำให้เกิดคลื่นความหนาวในยุโรป พายุทรายในจีน พายุเฮอริเคน ฝนตกและน้ำท่วมเฉียบพลัน รวมทั้ง

ไฟป่าในหลายพื้นที่ทั่วโลก จนนักวิทยาศาสตร์ได้ยกระดับคำเรียก “การเปลี่ยนแปลงสภาพภูมิอากาศ” กลายเป็น “วิกฤตสภาพภูมิอากาศ” เพื่อย้ำเตือนว่า ถ้าโลกยังนิ่งเฉยกับการปล่อยก๊าซคาร์บอนไดออกไซด์และก๊าซเรือนกระจก เราก็จะเจอกับวิกฤตสภาพภูมิอากาศที่จะส่งผลกระทบต่อชีวิตของเราและลูกหลาน โดยในทางทฤษฎี การแก้ปัญหาวิกฤตสภาพภูมิอากาศ คือการแก้ปัญหาโลกร้อน ทั่วโลกจะต้องจัดการลดการปล่อยก๊าซคาร์บอนไดออกไซด์อย่างเป็นรูปธรรม การต่อสู้กับภาวะโลกร้อนต้องมีการดำเนินการร่วมกันทุกฝ่าย

## เราจะมีส่วนช่วยแก้ปัญหาโลกร้อนได้อย่างไร

การใช้ถุงผ้าอาจทำให้หลายคนรู้สึกดีว่ากำลังช่วยแก้ปัญหาโลกร้อน แต่ยังมีอีกหลายอย่างที่เราต้องทำถ้าเราใส่ใจปัญหานี้จริงๆ เช่น

- ลดการใช้พลังงานที่มาจากแหล่งเชื้อเพลิงฟอสซิล (เช่น น้ำมัน, ถ่านหิน) เปลี่ยนมาเลือกใช้พลังงานทดแทนที่เป็นมิตรต่อสิ่งแวดล้อม อาทิ ใช้พลังงานแสงอาทิตย์และลมเพื่อช่วยลดปริมาณก๊าซเรือนกระจก

- ปรับเปลี่ยนพฤติกรรมด้วยการลดการใช้รถส่วนตัว ลดการใช้พลาสติก ลดการใช้น้ำมัน เลือกใช้ยานพาหนะพลังงานสะอาด ลดการสร้างขยะ ลดการบริโภคสินค้าที่มีผลกระทบต่อสิ่งแวดล้อม

- เข้าร่วมกิจกรรมที่สนับสนุนนโยบายสิ่งแวดล้อม เช่น สนับสนุนการลดการใช้พลังงานที่มีมลภาวะ การส่งเสริมการเพาะปลูกต้นไม้ และการส่งเสริมนโยบายที่ส่งเสริมการใช้พลังงานที่มีมลภาวะต่ำ

- การศึกษาและการแบ่งปันข้อมูลด้านสภาวะแวดล้อม เรียนรู้เกี่ยวกับปัญหาโลกร้อน และวิธีการลดก๊าซเรือนกระจก และการแบ่งปันข้อมูลนี้กับคนรอบข้าง เพื่อเพิ่มความเข้าใจและการตระหนักในการร่วมมือกันแก้ปัญหา

- การสนับสนุนนวัตกรรมเพื่อลดโลกร้อน เช่น เทคโนโลยีพลังงานทดแทน การจัดการขยะ และการลดการสูญเสียอาหาร

- การสร้างชุมชนที่ยั่งยืนที่สนับสนุนการพัฒนาที่เป็นมิตรต่อสิ่งแวดล้อม อาทิ การสร้างพื้นที่สีเขียว

นอกจากเราจะต้องเรียนรู้การแก้ปัญหาโลกร้อนแล้ว เรายังต้องเรียนรู้การปรับเปลี่ยนไลฟ์สไตล์เพื่อให้สามารถรับมือกับการเปลี่ยนแปลงสภาพอากาศจากภาวะโลกร้อนได้อย่างปลอดภัยด้วยได้แก่

- หาความรู้เกี่ยวกับวิธีรับมือสถานการณ์ภัยธรรมชาติและมีการเตรียมการให้เหมาะสม เพื่อให้



ปลอดภัยในสถานการณ์และวิกฤตต่างๆ เช่น น้ำท่วม แผ่นดินไหว สึนามิ ฯลฯ

- การสร้างสภาพแวดล้อมที่ทนทานต่อภัยธรรมชาติ เช่น การสร้างอาคารที่มีความทนทานต่อสภาพแวดล้อม มีระบบป้องกันความปลอดภัย มีระบบสำรองพลังงานและสำรองน้ำใช้ในกรณีฉุกเฉิน

- วางแผนการเดินทางให้ปลอดภัยเมื่อต้องไปในแหล่งที่เป็นเสี่ยงต่อภัยพิบัติทางธรรมชาติ เช่น ประเทศญี่ปุ่นที่มักเกิดภัยพิบัติบ่อยๆ การศึกษาสภาพอากาศและสภาพการเดินทางก่อนจะช่วยให้คุณสามารถวางแผนได้อย่างเหมาะสมและปลอดภัยตามสถานการณ์ที่เปลี่ยนแปลง

- การใช้เทคโนโลยี เช่น การใช้แอปพลิเคชันที่มีข้อมูลสภาพอากาศและความปลอดภัย การใช้เทคโนโลยี GPS เพื่อติดตามตำแหน่งและเส้นทางการเดินทางในเวลาเรียลไทม์ และการใช้โทรศัพท์มือถือเพื่อการติดต่อฉุกเฉิน

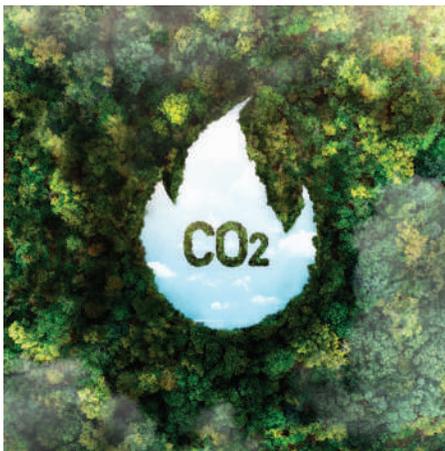
- การศึกษาความเสี่ยง เรียนรู้เกี่ยวกับข้อมูลภัยพิบัติที่อาจเกิดขึ้นในพื้นที่ต่างๆ จะช่วยให้คุณมีความรู้เกี่ยวกับวิธีการปฏิบัติในกรณีฉุกเฉิน รวมถึงการทราบเส้นทางหนีไปยังสถานที่ปลอดภัย

- ทำประกันวินาศภัย ประกันบ้าน ประกันยานพาหนะ และประกันสุขภาพ เพื่อป้องกันและบรรเทาความเดือดร้อนจากความเสี่ยงที่อาจจะเกิดภัยพิบัติ หรือการเจ็บป่วยที่ไม่คาดฝันจากเปลี่ยนแปลงของสภาพภูมิอากาศ

การปรับเปลี่ยนวิถีชีวิตเพื่อให้ปลอดภัยจากการเปลี่ยนแปลงสภาพภูมิอากาศ ทั้งการป้องกันและการแก้ไข ไม่เพียงแต่ช่วยลดความเสี่ยงต่อสิ่งแวดล้อมและสุขภาพของมนุษย์ แต่ยังเสริมสร้างชุมชนที่แข็งแกร่งและยั่งยืนในระยะยาว

“การปรับเปลี่ยนวิถีชีวิต เพื่อให้ปลอดภัยจากการเปลี่ยนแปลงสภาพภูมิอากาศ ทั้งการป้องกันและการแก้ไข ไม่เพียงแต่ช่วยลดความเสี่ยงต่อสิ่งแวดล้อมและสุขภาพของมนุษย์ แต่ยังเสริมสร้างชุมชนที่แข็งแกร่งและยั่งยืนในระยะยาว”

People around the world are realizing that climate change that scientists believe is the result of global warming once sounded far-fetched. In fact, it is a matter that is closer to us than we think. Solving the climate crisis is solving global warming. The world must take action to reduce carbon dioxide emissions in a concrete way. Fighting global warming requires joint action by all parties. In addition to learning how to solve global warming problems, we also need to learn to change our lifestyles in order to safely cope with climate change from global warming.





# SANDWICH

## แซนด์วิช

แซนด์วิชเป็นที่รู้จักของผู้คนทั่วโลกมานาน ประกอบด้วยขนมปัง เนื้อสัตว์ และผัก โดยอาจจะมีการปรุงรสด้วยซอสบางอย่างที่เติมลงไป หรืออาจจะปรุงเนื้อสัตว์ตั้งแต่การหมักหรือย่างให้มีรสชาติดี สามารถหยิบกินได้สะดวกด้วยมือเดียว จึงจัดว่าเป็นทั้งอาหารกินเล่นด้วยมือ (Finger Food) และอาหารมือด่วน (Fast Food)

### ประวัติของแซนด์วิช

แม้จะมีอาหารหลายชนิดในโลกนี้ที่มีลักษณะคล้ายแซนด์วิช แต่ก็มีชื่อเรียกขานต่างกันไปในแต่ละประเทศ ส่วนอาหารชนิดที่เรียกว่าแซนด์วิชนั้น มีการบันทึกว่า ในปี ค.ศ. 1762 จอห์น มอนตากู ผู้มีบรรดาศักดิ์เป็น “เอิร์ลแห่งแซนด์วิชที่ 4” นักพนันตัวยง ได้คิดค้นอาหารที่เปลี่ยนการรูปแบบเมนูการกินชนิดใหม่ขึ้น โดยที่มาของเมนูนี้เกิดขึ้นจากความคิดสร้างสรรค์ซึ่งบรรเจิดขณะเขากำลังเล่นไพ่และไม่อยากออกจากโต๊ะไปกินอาหารตามปกติ แต่ต้องกินกำลังหิว เขาจึงขอให้คนครัววางเนื้ออย่างไว้ระหว่างขนมปัง 2 แผ่นเพื่อที่เขาจะได้กินด้วยมืออาหารที่ชื่อว่า “แซนด์วิช” จึงถือกำเนิดขึ้น และอาจเป็นด้วยความง่ายในการทำและการกิน บวกกับเป็นอาหารที่ให้คุณค่าทางโภชนาการค่อนข้างครบถ้วนต่อการกิน 1 มื้อด้วยมือเพียงข้างเดียว “แซนด์วิช” จึงขยายความนิยมไปอย่างกว้างขวาง ซึ่งตำนานนี้มีความเป็นไปได้สูงว่าจะเป็นเรื่องจริงมากกว่าเรื่องเล่าที่เล่ากันมาสนุกๆ เพราะมีกิจการด้านอาหารที่อ้างตัวว่าสืบทอดโดยทายาทของเอิร์ล

แห่งแซนด์วิชที่ 4 ได้ดำเนินกิจการขายแซนด์วิชที่ประกาศตัวว่า นอกจากบรรพบุรุษของเขาจะเป็นผู้ที่ทำแซนด์วิชขึ้นมาเป็นคนแรกแล้ว ร้านของเขายังทำแซนด์วิชได้ดีอีกด้วย

อย่างไรก็ตาม มีข้อเท็จจริงที่ต้องยอมรับว่าอาหารที่ประกอบด้วยแป้งประกบกับเนื้อสัตว์นั้น มีมานานแล้วในหลายวัฒนธรรมทั่วโลก การกินขนมปังควบคู่กับอาหารประเภทอื่นๆ นั้นมีมาตั้งแต่สมัยที่มีการผลิตขนมปังในช่วงยุคหินใหม่ (Neolithic; 10,000 ปีก่อนคริสตกาล) ตัวอย่างเช่น นักบวชชาวยิวนามว่า อิลเลล ได้ใช้ขนมปังมัตซาห์ (Matzah; เป็นขนมปังกรอบ หรือ Cracker ชนิดหนึ่ง มีลักษณะคล้ายขนมปังที่จากแป้งผสมกับน้ำ) ห่อเนื้อลูกแกะและผักสดเพื่อใช้กินช่วงเทศกาลในฤดูใบไม้ผลิ

หรือในช่วงยุคกลางที่มีการนำเอาเทรนเซอร์ (Trencher: เบียง) ที่ทำจากแป้งหนาและหยาบมาใช้เป็นจานใส่อาหารประเภทเนื้อสัตว์ หลังจากกินเสร็จแล้วก็จะนำเอาเทรนเซอร์ไปให้สุนัขหรือขอกทาน หรือบางครั้งเจ้าของก็อาจจะกินเสียเอง

เทรนเซอร์จึงอาจถือเป็นอีกต้นแบบหนึ่งของแซนด์วิช

นอกจากนี้ ต้นกำเนิดวัฒนธรรมที่เชื่อมโยงมาสู่แซนด์วิชของชาวอังกฤษนั้น ยังพบว่ามาจากช่วงศตวรรษที่ 17 ในประเทศฮอลแลนด์ ซึ่งนักธรรมชาติวิทยาที่ชื่อ จอห์น เรย์ ได้ลองทำตามโรงขายเหล้า (Tavern) ซึ่งแขวนเนื้อวัวไว้กับคาน (Rafters) แล้วแลเนื้อเป็นชิ้นบางๆ นำไปกินคู่กับขนมปังและเนย โดยวางเนื้อที่แลออกมาลงบนเนย

ไม่ใช่แค่ช่วงตะวันตกที่กินขนมปังห่อเนื้อสัตว์ในรูปแบบแซนด์วิช ชาวตะวันออกกลางก็นิยมกินอาหารลักษณะนี้ แต่มีชื่อเรียกต่างออกไป นั่นก็คือชวารมา (Shawarma) หรือโดเนอร์เคบับ (Doner Kebab) ชวารมามีต้นกำเนิดในภูมิภาคลิแวนต์ของโลกอาหรับในสมัยจักรวรรดิออตโตมัน ประกอบด้วยเนื้อสัตว์ที่หั่นเป็นชิ้นบาง เสียบเหล็กซ้อนทับกันในแนวตั้งหมุนให้สุกช้าๆ แบบดั้งเดิมทำด้วยเนื้อแกะและอาจทำด้วยไก่ ไก่วง เนื้อวัว หรือเนื้อลูกวัวด้วย พ่อครัวจะฉีกเนื้อที่สุกด้านนอกเป็นชิ้นบางๆ มาห่อด้วยแผ่นแป้งที่เรียกว่า พิตา (Pita) และ



มีผักสดหั่นฝอยกับซอสปรุงรส สามารถหยิบถือกินได้ด้วยมือเช่นเดียวกับแซนด์วิชของชาวตะวันตก และเป็นอาหารสตรีตฟู้ดยอดนิยมทั่วโลกสำหรับและตะวันออกกลางที่ได้รับความนิยมอย่างต่อเนื่องมาจนถึงปัจจุบัน ใครอยากลิ้มชิมรสแซนด์วิชแบบอาหารในกรุงเทพฯ ก็ลองไปหาชิมได้ตามร้านอาหารตะวันออกกลางแถวชอยนานา

เช่นเดียวกับชนเผ่าแอซเท็ก ชนเผ่ามายัน และชาวพื้นเมืองลาตินอเมริกา ก็มีการกินแป้งห่อโปรตีนปรุงรสและผักมานานหลายพันปี เรียกว่าทาโก โดยการนำแผ่นแป้งตอร์ตียามาห่อเนื้อสัตว์และผัก ลักษณะของแผ่นแป้งที่นำมาใช้ทำทาโกจะมีทั้งแป้งตอร์ตียาแบบขาว และแป้งตอร์ตียาข้าวโพด โดยส่วนผสมด้านในจะเป็นการใส่เนื้อสัตว์ ผัก และซอส

แม้การกินขนมปังกับเนื้อสัตว์จะมีมานานทั่วโลก แต่นักประวัติศาสตร์เชื่อกันว่า เหตุผลที่ทำให้วิธีการประกอบอาหารในรูปแบบที่เรียกว่าแซนด์วิช หรืออาหารประเภทขนมปังห่อเนื้อได้รับความนิยมอย่างสูงทั่วโลกโดยเฉพาะในประเทศตะวันตกนั้น เป็นผลมาจากการเปลี่ยนแปลงทางเศรษฐกิจและสังคมที่กดดันให้ผู้คนในสังคมเกษตรกรรมแบบดั้งเดิม ต้องหันมาสู่การกินที่เร่งรีบเมื่อต้องเปลี่ยนอาชีพมาเป็นคนงานในโรงงานอุตสาหกรรม หรือการที่ต้องออกมาทำงานนอกถิ่นฐานบ้านเกิด ต้องอาศัยอยู่ในพื้นที่จำกัด ไม่มีครัวที่เพียงพอสำหรับการปรุงอาหารมื้อใหญ่ โดยอ้างอิงถึงความนิยมในการกินแซนด์วิช ในประเทศสเปนและอังกฤษที่เพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็ว ในระหว่างศตวรรษที่ 19 เมื่อสังคมเปลี่ยนมาสู่สังคมอุตสาหกรรม เนื่องจากเป็นอาหารที่ทำได้เร็ว สะดวกและราคาไม่แพง และในเวลาเดียวกัน แซนด์วิชก็เริ่มเป็นที่รู้จักในหลายประเทศนอกทวีปยุโรป จนกระทั่งในช่วงต้นศตวรรษที่ 20 ขนมปังกลายเป็นอาหารหลักของชาวอเมริกัน ความนิยมของแซนด์วิชยังได้แพร่ขยายไปจนถึงแถบเมดิเตอร์เรเนียนและปัจจุบันก็ยังเป็นที่นิยมไปทั่วโลก



## “ ความสุขของการกินแซนด์วิชคือการที่เราสามารถสร้างสรรค์แซนด์วิชสูตรใหม่ๆ ขึ้นได้ด้วยตัวเอง ให้มีหน้าตาที่น่ากิน รสชาติแปลกใหม่ที่อร่อย ไม่ซ้ำใคร มีคุณค่าทางอาหารที่เป็นประโยชน์ต่อร่างกาย ไขมันต่ำ และปลอดสารพิษ ”

คนไทยเรารับวัฒนธรรมตะวันตกมามากก็นิยมกินแซนด์วิชเป็นทั้งอาหารเช้า อาหารกลางวัน และอาหารว่าง ทั้งที่ประเทศไทยเรานั้นมีอาหารการกินให้เลือกมากมาย ที่น่าสนใจคือส่วนใหญ่เป็นแซนด์วิชที่ไม่ได้ทำกินเองที่บ้าน แต่เป็นหนึ่งในอาหารสำเร็จรูปที่มีขายตามร้านสะดวกซื้อ นิยมใช้วัตถุดิบแปรรูป ไม่ว่าจะเป็นขนมปัง ซีส โปรตีนแปรรูป เช่น แอม หรือทุนากะปอง ที่มีคุณค่าทางโภชนาการต่ำและมีสารเคมีปรุงแต่งที่อาจไม่เป็นผลดีต่อสุขภาพ

การกินแซนด์วิชนั้นไม่เป็นผลเสียต่อสุขภาพหากเรามีการเตรียมวัตถุดิบที่ดี สดใหม่ ปลอดสารพิษ โดยเริ่มจากการเลือกใช้ขนมปังธัญพืช เลี่ยงการใช้ขนมปังขาว เลือกโปรตีนคุณภาพที่ไม่ได้มาจากการปรุงแต่ง เช่น เนื้ออบไก่อบ ปลาอบ ที่เราทำเอง หรืออาจจะใช้ไข่ต้ม เต้าหู้แทนการใช้แฮมสำเร็จรูปหรือทุนากะปอง และใช้ผักที่สดสะอาดปราศจากสารพิษ หากเราพยายามจัดสัดส่วนของผักให้มีปริมาณมากก็จะทำให้ได้วิตามินสูงและเพิ่มไฟเบอร์ รวมถึงการใช้น้ำสลัดหรือซอสที่ระดับไขมันและโซเดียมต่ำ อาหารมื้อด่วนอย่างแซนด์วิชก็จะกลายเป็นอาหารมีประโยชน์ได้ไม่ยาก

ความสุขของการกินแซนด์วิชคือการที่เราสามารถสร้างสรรค์แซนด์วิชสูตรใหม่ๆ ขึ้นได้ด้วยตัวเอง ให้มีหน้าตาที่น่ากิน รสชาติแปลกใหม่ที่อร่อย



ไม่ซ้ำใคร มีคุณค่าทางอาหารที่เป็นประโยชน์ต่อร่างกาย ไขมันต่ำ และปลอดสารพิษ ซึ่งหากเราสามารถเตรียมทำแซนด์วิชไปเป็นอาหารเช้าหรืออาหารกลางวันที่ทำกินได้ ก็จะได้กินของอร่อย ปลอดภัย และช่วยประหยัดเงินจากการซื้อของกินนอกบ้านไปได้อีกทางหนึ่ง เหมาะที่สุดสำหรับยุคประหยัด

Prepared forms of food consisting of cooked meat wrapped in bread with raw or pickled vegetables have appeared throughout the history of many cultures, but the first food known as a sandwich appeared in the Western world.

In 1762, John Montagu, the 4th Earl of Sandwich®, invented the meal that changed dining forever. As the story goes, he was playing cards and did not want to leave the gaming table to eat. He asked for a serving of roast beef to be placed between two slices of bread so he could eat with his hands. Thus, the Sandwich was born.

It is believed that the rise in popularity of sandwiches in Europe and America was a result of people's hectic lifestyles during the Industrial Revolution. To this day, the sandwich has become a popular food all over the world.

# SUPALAI

PALM SPRINGS

บึงแก่นนคร

LIFE OF  
PERFECTION  
AT ONE  
LAST BEST  
LOCATION

ความสมบูรณ์แบบของชีวิต  
ที่สุดแห่งทำเลที่คุณครอบครองได้





# NATIONAL FOUNDATION FOR EMERGENCY MEDICAL UNDER THE ROYAL PATRONAGE OF HER ROYAL HIGHNESS PRINCESS MAHA CHAKRI SIRINDHORN (EMPS)

## มูลนิธิการแพทย์ฉุกเฉินแห่งชาติ ในพระราชูปถัมภ์ (มพฉ.)

ในยามที่เกิดเหตุไม่คาดฝัน การช่วยเหลือทางการแพทย์ฉุกเฉินจะช่วยเยียวยาและบรรเทาความรุนแรงของวิกฤตให้ผ่อนหนักเป็นเบา การสนับสนุนองค์กรสาธารณกุศลที่มีพันธกิจในการช่วยเหลือทางการแพทย์ฉุกเฉินจึงเป็นหนทางหนึ่งที่จะช่วยต่อชีวิตให้ผู้ประสบภัย และช่วยแบ่งเบาภาระให้สังคม

มูลนิธิการแพทย์ฉุกเฉินแห่งชาติ ในพระราชูปถัมภ์ (มพฉ.) เป็นองค์กรการกุศลที่ดำเนินการตามกระแสพระราชดำริส พระมหากษัตริย์คุณของสมเด็จพระกนิษฐาธิราชเจ้า กรมสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี ที่มีต่อพสกนิกรด้านการแพทย์ฉุกเฉินเพื่อการกุศลสาธารณะในประเทศไทย ส่งเสริมและสนับสนุนกิจกรรมในระบบการแพทย์ฉุกเฉิน เพื่อสนองเจตนารมณ์ตามกฎหมาย ช่วยเหลือและสงเคราะห์ผู้ประสบภัยและผู้ได้รับผลกระทบจากการเกิดสาธารณภัย ส่งเสริมและพัฒนาบุคลากรที่ปฏิบัติงานด้านการแพทย์ฉุกเฉิน จิตอาสา ทั้งภาครัฐ ภาคเอกชน องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น และมูลนิธิภาคเอกชนต่างๆ ทั่วประเทศ ให้มีความรู้ความสามารถ ตลอดจนมีขวัญและกำลังใจในการปฏิบัติงาน สนับสนุนทุนในการศึกษา วิจัย ระบบการแพทย์ฉุกเฉินรวมทั้ง

กิจกรรมอื่น ตามมติคณะกรรมการมูลนิธิการแพทย์ฉุกเฉินแห่งชาติ เพื่อเป็นองค์กรประสานความร่วมมือกับองค์กรการกุศลอื่นๆ ทำประโยชน์แก่สาธารณะในประเทศโดยมิได้แสวงหากำไร

ผู้มีจิตศรัทธาที่ประสงค์จะช่วยเหลือสังคมผ่านการสนับสนุน มูลนิธิการแพทย์ฉุกเฉินแห่งชาติ ในพระราชูปถัมภ์ (มพฉ.) สามารถร่วมบริจาคเพื่อสนับสนุนการจัดซื้ออุปกรณ์ทางการแพทย์ฉุกเฉิน และสนับสนุนการบริหารงานได้ที่

ธนาคารกรุงไทย สาขากระทรวงสาธารณสุข-ติวานนท์ ซื่อบัญชี มูลนิธิการแพทย์ฉุกเฉินแห่งชาติ เลขที่บัญชี 142-0-12002-6

สอบถามรายละเอียดได้ที่ สำนักงานมูลนิธิการแพทย์ฉุกเฉินแห่งชาติ ในพระราชูปถัมภ์ โทรศัพท์ 0-287-21600 ต่อ 715 เว็บไซต์ <https://www.emft.or.th/>

In times of unexpected events, emergency medical assistance will provide relief and alleviate the severity of the crisis. Supporting charitable organizations that have a mission to provide emergency medical assistance is one way to help save the lives of disaster victims and help ease the burden on society.

“National Foundation For Emergency Medical Under The Royal Patronage Of Her Royal Highness Princess Maha Chakri Sirindhorn” (EMPS) is a charity organization that promotes and supports activities in the emergency medical system to assist and assist victims and those affected by public disasters, including promoting and developing personnel in all departments who perform emergency medical work.

# BOARD GAME

## บอร์ดเกม

ในยุคที่ใครๆ ก็หันไปเล่นเกมดิจิทัลจนทำให้ความนิยมในเกมที่ฟ้าหลายชนิดถูกมองข้ามละเลยไป เป็นที่น่าสนใจว่าการเล่นเกมกระดานหรือที่เรียกทับศัพท์จนคุ้นหูว่า บอร์ดเกม กลับยังเป็นที่ยอดนิยมของผู้คนมากมายทั่วโลก

บอร์ดเกม คือเกมที่เล่นบนแผ่นกระดานหรือแผ่นเกม โดยมีส่วนประกอบ ได้แก่ ตัวหมาก ลูกเต๋า การ์ด หรือเครื่องแสดงผลต่างๆ บอร์ดเกมมักจะมีกฎการเล่นที่แตกต่างกันไปในแต่ละเกม และผู้เล่นจะต้องใช้กลยุทธ์ การวางแผน หรือการตัดสินใจในการเล่นเพื่อให้ได้คะแนนหรือเป้าหมายตามเกมนั้นๆ บอร์ดเกมให้ความเพลิดเพลินและสร้างความเป็นกันเองให้กับผู้เล่นมากมายและเป็นที่ยอดนิยมในหลายวงการเกมรวมถึงกลุ่มคนในทุกช่วงวัย ไม่ว่าจะเป็นเด็ก ผู้ใหญ่ หรือผู้สูงอายุ โดยต้องมีผู้เล่นขั้นต่ำ 2 คนขึ้นไป มีตั้งแต่กฎกติกาการเล่นง่ายๆ เล่นได้ 5-6 คน ไปจนถึงการใช้กลยุทธ์ซับซ้อนที่ผู้เล่นต้องวางแผนเพื่อร่วมมือหรือแข่งขันกัน

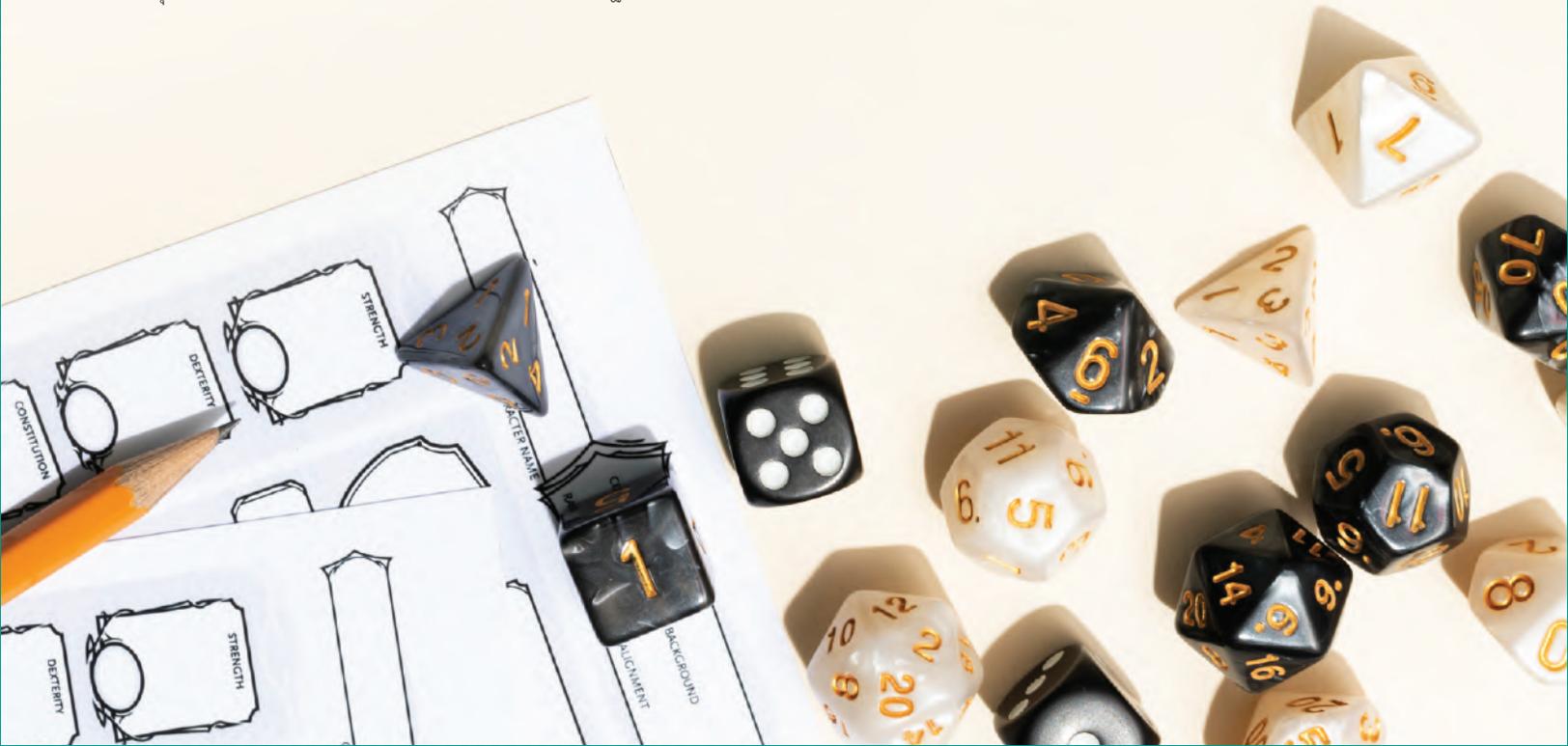
หนึ่งในบอร์ดเกมยอดนิยมที่คนเล่นกันทั่วโลกก็คือ Monopoly หรือ เกมเศรษฐี เป็นเกมกระดานประเภทที่ใช้กลยุทธ์การจัดการทรัพยากร ต้องอาศัยทั้งการตัดสินใจที่เฉียบคมและโชคจากการเสี่ยงทายทอยลูกเต๋า ซึ่งเปรียบได้กับการทำธุรกิจในชีวิตจริง เป็นเกมฝึกทักษะที่ช่วยให้ผู้เล่นได้เรียนรู้การบริหารเงิน และการวางแผนเพื่อให้บรรลุเป้าหมาย

นอกจากบอร์ดเกมจะให้ความเพลิดเพลินแก่ผู้เล่นแล้ว ยังมีประโยชน์อีกมากมายที่จะช่วยฝึกฝนทักษะดีๆ ให้กับเด็ก หากสามารถเลือกสรรเกมที่ตรงประเภทให้ส่งเสริมการเรียนรู้ ไม่ว่าจะเป็น

- การเสริมสร้างตรรกะและความคิดที่เป็นเหตุเป็นผล เพราะทำให้ผู้เล่นเรียนรู้ที่จะต้องรับมือกับผลการตัดสินใจหรือการกระทำของตนเอง
- การจัดการด้านอารมณ์ ในการรับมือกับผลที่จะเกิดจากเล่นของตัวเอง การยอมรับในความพ่ายแพ้ หรือการแสดงออกอย่างเหมาะสมเมื่อตัวเองเป็นผู้ชนะ
- การพัฒนาแนวคิดในการบริหารจัดการและจัดสรรทรัพยากร เพราะการที่จะเอาชนะในเกมได้จะต้องมีการวางแผนที่รอบคอบ ทั้งการมองภาพรวมและความใส่ใจในรายละเอียด
- ส่งเสริมการพัฒนาทักษะทางสังคม เพราะการเล่นบอร์ดเกมนั้นไม่ได้เล่นคนเดียวเหมือนเกมในโทรศัพท์ อย่างน้อยต้องมีผู้เล่น 2 คนขึ้นไป ทำให้มีโอกาสการฝึกฝนที่จะปรับตัวอยู่ร่วมกับผู้อื่น ฝึกการยอมรับในกฎกติกาในการเล่นด้วยกัน เป็นพื้นฐานการฝึกยอมรับในกติกาของสังคม

สำหรับครอบครัวที่รู้สึกว่าการได้สูญเสียเวลาส่วนใหญ่ไปกับหน้าจอสมาร์ทโฟนหรืออุปกรณ์อิเล็กทรอนิกส์ต่างๆ จนความสัมพันธ์เริ่มจะห่างเหิน ลองชวนกันมาเล่นบอร์ดเกมสนุกๆ ด้วยกัน ก็จะเป็นการช่วยสร้างความสัมพันธ์ที่ดีระหว่างกันให้กลับคืนมาได้อีกทางหนึ่ง

Board Game is a game played on a board or flat surface, typically involving pieces or tokens that are moved or placed according to a set of rules. Board games come in various forms and themes, catering to different interests and age groups. They often require strategy, planning, and decision-making skills from the players. Some popular examples of board games include Chess, Monopoly, Scrabble, Settlers of Catan, and Ticket to Ride. Board games can be enjoyed by individuals, families, or groups of friends, providing entertainment, social interaction, and sometimes even educational benefits.





# SET ZERO FOOD WASTE MANAGEMENT

## การจัดการขยะอาหาร

การใช้ทรัพยากรอย่างคุ้มค่านอกจากจะช่วยลดผลกระทบต่อสิ่งแวดล้อมที่เกิดขึ้นจากกระบวนการผลิตแล้ว ยังช่วยลดปัญหาขยะล้นโลกได้อีกทางหนึ่ง เพราะหนึ่งในปัญหาสิ่งแวดล้อมก็คือปัญหาขยะล้นโลก ขยะอาหารที่จัดการอย่างไม่ถูกวิธีจะส่งผลให้เกิดการปล่อยก๊าซเรือนกระจกอันเป็นสาเหตุของสภาวะโลกร้อน

ขยะอาหาร แบ่งออกได้เป็น 2 ประเภท ได้แก่ “การสูญเสียอาหาร” (Food Loss) ซึ่งจะเริ่มต้นตั้งแต่กระบวนการผลิต ขนส่ง แปรรูปที่อาจทำให้เกิดความเสียหาย และ “ขยะอาหาร” (Food Waste) ที่เกิดจากการสูญเสียจากค้ำส่ง ค้าปลีก บริการ และบริโภค

Set Zero Food Waste Management หมายถึง การพยายามบริหารจัดการขยะอาหารให้เหลือวัตถุดิบทิ้งให้น้อยที่สุด รวมไปถึงการเลือกใช้บรรจุภัณฑ์ที่สามารถย่อยสลายนำกลับมาใช้ซ้ำเพื่อรักษาสิ่งแวดล้อม เป็นหนทางหนึ่งในการเยียวยาปัญหาสภาวะโลกร้อน อีกทั้งยังช่วยประหยัดเงินจากการสูญเสียอาหารและการทิ้งขยะอาหาร

เราทุกคนสามารถมีส่วนร่วมในการจัดการขยะอาหารได้ ด้วยขั้นตอนง่ายๆ ดังนี้

**จดรายการก่อนซื้อ** เนื่องจากโดยทั่วไปแล้วคนมักจะทำอาหารที่เกินความจำเป็น หลายๆ ครั้งอาหารที่ซื้อมามากจะบริโภคหรือแปรรูปไม่ทันจึงทำให้เน่าเสีย ซึ่งพฤติกรรมเหล่านี้เป็นตัวการสำคัญในการก่อให้เกิดขยะอาหาร

**จัดระเบียบอาหาร** การจัดระเบียบอาหารและสิ่งของที่ซื้อมาให้เป็นหมวดหมู่ สามารถหยิบใช้งานได้ง่าย และมองเห็นปริมาณที่เหลือได้อย่างชัดเจน เพื่อลด Zero Food Waste ที่เกิดจากการซื้อมากเกินไปจนไม่ได้ใช้งานได้อย่างดี ทำให้เลือกใช้วัตถุดิบต่างๆ ได้อย่างสะดวกและครบทุกชิ้นเพื่อลดขยะที่เกิดขึ้นได้จริง

**แปรรูปวัตถุดิบ** ลองนำวัตถุดิบต่างๆ ที่ได้มาแปรรูปให้อยู่ในรูปแบบที่สามารถใช้งานได้หลากหลายและยืดอายุการใช้งานอาหาร โดยเหลือวัตถุดิบทิ้งให้น้อยที่สุด และใช้งานวัตถุดิบให้มากที่สุด

**การปรุงซ้ำ** เมื่อมีอาหารกินเหลือ ควรฝึกปรับเปลี่ยนเมนูอาหารด้วยการปรุงซ้ำอีกครั้งเพื่อลดปริมาณขยะได้อย่างแท้จริง ยกตัวอย่างเช่นการนำผักสลัดที่เหลือจากการรับประทานในแต่ละมื้อไปทำเป็นแกงจืดหรือซूपเพื่อลดปริมาณขยะ ช่วยประหยัดเงินในกระเป๋าและได้เมนูใหม่ๆ เพิ่มขึ้น

**การคืนสู่ธรรมชาติ** เรียนรู้การแปรรูปเศษอาหารให้กลายเป็นปุ๋ยธรรมชาติหรือนำเศษอาหารที่เหลือไปปลูกอีกครั้งเพื่อใช้งานให้เกิดประโยชน์อย่างสูงสุด

**การจัดการอย่างยั่งยืน** คือการจัดการวัตถุดิบต่างๆ รวมไปถึงการเลือกใช้บรรจุภัณฑ์ต่างๆ ที่สามารถย่อยสลายตามธรรมชาติ หรือการนำบรรจุภัณฑ์ต่างๆ กลับมาใช้ซ้ำเพื่อลดปริมาณขยะที่อาจเกิดขึ้นได้เป็นอย่างดี

One of the environmental problems is the excessive garbage in the world. Improperly managed food waste results in the release of greenhouse gasses that cause global warming. Set Zero Food Waste Management means trying to manage food waste to leave as little raw material as possible, including choosing packaging that can be composted or reused to protect the environment.



# WATER HEATER

## เครื่องทำน้ำอุ่น

เลิกงานกลับบ้านมาเหนื่อยๆ อยากอาบน้ำอุ่นให้สบายใจ จะเลือกเครื่องทำน้ำอุ่นแบบไหนดีครับ



ปฏิเสธไม่ได้ว่า เครื่องทำน้ำอุ่นถือเป็นหนึ่งในเครื่องใช้ไฟฟ้าสามัญประจำบ้าน ซึ่งเราต้องเลือกซื้อให้เหมาะกับบ้านเรา จึงจะได้ประโยชน์คุ้มค่า เครื่องทำน้ำอุ่นมี 3 ประเภทใหญ่ๆ คือ

**ขดลวดทองแดง** ให้ความร้อนได้เร็วมาก ไม่มีปัญหาเรื่องหม้อต้มรั่วซึมในอนาคต แต่ไม่สามารถถอดมาทำความสะอาดได้ และให้ความร้อนได้ไม่คงที่ จึงทำให้ค่อนข้างกินไฟมากกว่าเครื่องทำน้ำอุ่นแบบอื่น

**หม้อต้มทองแดง** ให้ความร้อนที่เร็วและคงที่มีอายุการใช้งานนานที่สุด แต่ไม่สามารถถอดมาทำความสะอาดได้ แถมหม้อต้มมีโอกาสรั่วซึม หากใช้น้ำที่ไม่มีคุณภาพ อาทิ น้ำบาดาล

**หม้อต้มพลาสติก** หม้อต้มไม่มีโอกาสรั่วซึมสามารถถอดมาทำความสะอาดได้ ราคาถูกและ

ประหยัดไฟกว่าเครื่องทำน้ำอุ่นประเภทอื่นๆ แต่ให้ความร้อนได้ช้ากว่า และอายุการใช้งานสั้น

### เคล็ดลับการเลือกเครื่องทำน้ำอุ่น ให้น้ำอุ่นกันใจ เซฟค่าไฟได้จริง

**1. สำรวจความต้องการการใช้งาน** หากต้องการประหยัดไฟ ราคาไม่สูงจนเกินไป แนะนำให้ใช้เครื่อง 1 ตัว ต่อ 1 จุด เลือกประเภท Single Point ที่กินไฟต่ำ ถ้าเลือกประเภท Multi Point จะไม่ค่อยเหมาะสม เนื่องจากเป็นเครื่องที่ให้ความร้อนได้หลายจุด ใช้ไฟมากกว่า เหมาะกับการใช้ในห้องน้ำใหญ่หรืออาคารธุรกิจ

**2. เช็คกำลังไฟฟ้าจากมิเตอร์** การเลือกเครื่องทำน้ำอุ่นที่ดี ควรจะเช็ก่อนว่ามีมิเตอร์ไฟที่บ้านมีกำลังไฟเท่าไร หากเป็นมิเตอร์ขนาด 5(15)A

ควรเลือกเครื่องทำน้ำอุ่นที่มีกำลังไฟไม่เกิน 3,500 วัตต์ หรือถ้าเป็นมิเตอร์ที่มีขนาด 15(45)A ก็ควรเลือกเครื่องทำน้ำอุ่นที่มีกำลังไฟฟ้าอยู่ที่ 4,500-6,000 วัตต์

**3. เลือกหม้อต้มที่ประหยัดไฟ** ถ้าต้องการเครื่องที่ประหยัดค่าไฟมากๆ ให้ความร้อนได้ดี ควรเลือกประเภทที่มีหม้อต้มภายในเครื่อง จะได้ไม่มีปัญหาความคงที่ของอุณหภูมิ น้ำไม่เปลืองไฟ แต่ถ้าเลือกหม้อต้มพลาสติก ต้องรอรเวลาให้น้ำอุ่นตามที่ต้องการ เนื่องจากหม้อต้มจะค่อยๆ ปรับอุณหภูมิ น้ำให้ร้อนขึ้นตามลำดับ

**4. มาตรฐานเทคโนโลยี** นอกจากดูฉลากประหยัดไฟเบอร์ 5 ควรสังเกตรายละเอียดผลิตภัณฑ์ดูว่ามีเทคโนโลยีอะไรที่ช่วยประหยัดไฟเพิ่มเติมหรือไม่ เพื่อเลือกรุ่นที่ประหยัดไฟได้มากที่สุด

**5. แบนด์ที่นำเชื่อถือและบริการหลังการขายที่ดี** ศึกษาวิธีอย่างรอบคอบก่อนซื้อ เลือกการรับประกันสินค้าที่ครอบคลุม ติดต่อศูนย์บริการได้ง่าย ดูแลการติดตั้งได้ดี และได้ช่างที่มีความชำนาญเมื่อเกิดเหตุขัดข้อง

เลือกซื้อเครื่องทำน้ำอุ่นสักเครื่อง อย่ากเลยใช้ไหมครับ...

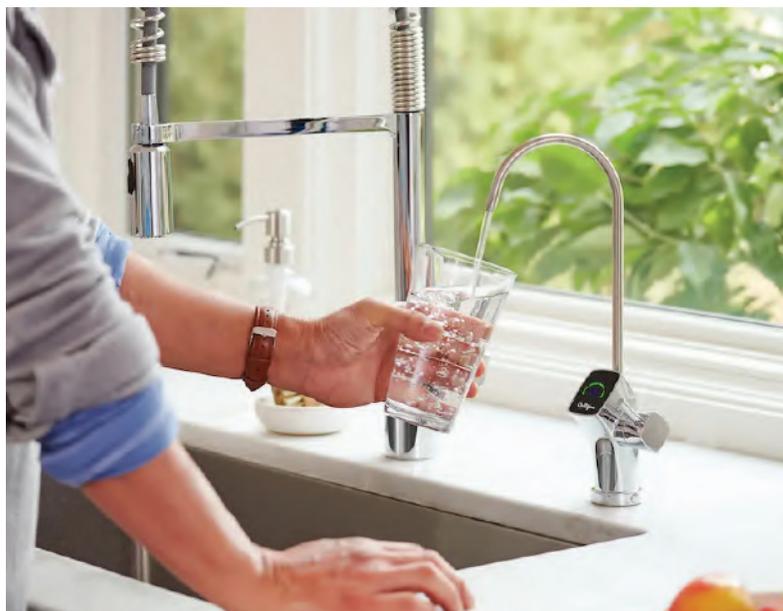
Water heaters are considered one of the common household electrical appliances that we must purchase to suit the needs of the members of the household and our budget. So it will be useful and worth it. Choosing a reliable brand that has energy-saving technology will help us save on electricity bills and ensure good after-sales service.



# WATER PURIFIER

## เครื่องกรองน้ำ

ไม่มั่นใจในความปลอดภัยของน้ำประปา กลัวสารปนเปื้อนตกค้าง  
อยากหาเครื่องกรองน้ำสักเครื่องค่ะ



สิ่งสกปรก มลภาวะ และเชื้อโรคต่างๆ ที่ต้องเผชิญอยู่ทุกวัน อาจส่งผลกระทบต่อสุขภาพของเราโดยไม่รู้ตัว โดยเฉพาะเรื่องน้ำดื่ม วันนี้ช่างยังมีสาระดีๆ เกี่ยวกับเครื่องกรองน้ำมาฝากกันครับ โดยที่ใช้กันทั่วไปจะมี 3 ประเภท ดังนี้

**ระบบ Reverse Osmosis (RO)** มีความละเอียดในการกรองสูง ด้วยการกรอง 5 ขั้นตอน ทำให้กรองสิ่งปนเปื้อนออกได้ถึง 99.99% และสามารถกรองน้ำประปาที่เค็มให้มีความสะอาดได้ด้วย แต่ข้อเสียคืออาจจะกรองแร่ธาตุในน้ำที่มีความจำเป็นต่อร่างกายออกไป

**ระบบ Ultra Violet (UV)** ระบบจะกรองสิ่งสกปรก เชื้อโรค และสารปนเปื้อนด้วยแสง UV ซึ่งเป็นลำแสงมาตรฐานที่ใช้สำหรับการฆ่าเชื้อโรค ทำให้น้ำสะอาดแต่ยังคงแร่ธาตุเอาไว้ แต่การอบประจุแสง UV นั้น ไม่ใช้การกรองผ่านชั้นกรอง จึงต้องมีการใช้ไส้กรองแบบอื่นๆ ร่วมด้วย เพื่อช่วยปรับคุณภาพและรสชาติของน้ำให้ดีขึ้น ซึ่งตัวไส้กรองนี้ก็สามารถซื้อมาเปลี่ยนเองได้ง่าย เหมาะสำหรับบ้านและสำนักงาน

**ระบบ Ultra Filtration (UF)** ต่อยอดมาจากระบบ UV สามารถกรองได้ 4-5 ขั้นตอน สามารถกรองสิ่งสกปรก เชื้อจุลินทรีย์ แบคทีเรียและไวรัส แต่ยังคงแร่ธาตุเอาไว้ โดยระบบนี้ช่วยแก้ปัญหา น้ำกร่อย น้ำโคลน กรองสารคลอรีนและโลหะหนักทำงานได้โดยไม่ต้องใช้ไฟฟ้า ติดตั้งง่ายไม่ต้องใช้ปั๊มน้ำ ประหยัดในการดูแลรักษามากกว่าระบบ RO และ UV

### หลักการเลือกเครื่องกรองน้ำ

**1. เครื่องกรองน้ำชนิดติดตั้งโดยตรงกับก๊อกน้ำ** ลักษณะเป็นหลอดขนาดเล็ก ติดตั้งโดยตรง

เข้ากับก๊อกน้ำเพื่อให้น้ำสะอาด ซึ่งเป็นวิธีที่ง่ายและราคาไม่สูง มีให้เลือกใช้ได้อย่างหลากหลาย แต่ด้วยความที่มีไส้กรองขนาดเล็ก จึงต้องเปลี่ยนไส้กรองบ่อยๆ เพื่อไม่ให้อุดตัน

**2. เครื่องกรองน้ำแบบแท่งกัก** เป็นรูปแบบที่นิยมติดตั้งในอาคารบ้านเรือนมากที่สุด บำรุงรักษาง่าย โดยเป็นเครื่องที่มีไส้กรองอยู่ข้างใน ติดตั้งโดยแขวนเข้ากับผนัง มีสายต่อและแท่งกักกรอง เพียงกดสวิตซ์ที่ตัวเครื่อง ก็จะได้น้ำสะอาดมาใช้

**3. เครื่องกรองน้ำแบบไม่ติดตั้ง** ขนาดกะทัดรัด เคลื่อนย้ายได้ ตัวเครื่องมีไส้กรองอยู่ข้างใน เวลาจะเติมน้ำ ให้กรอกน้ำเข้าไปในตัวเครื่อง สิ่งสกปรกจะถูกกรองออกไป แต่ด้วยความที่เครื่องมีขนาดเล็ก อาจทำให้กรองได้ปริมาณที่จำกัด ตัวไส้กรองมีอายุใช้งานที่ค่อนข้างสั้น ต้องเปลี่ยนทุก 2-3 เดือน เหมาะสำหรับคนที่พักอาศัยในพื้นที่จำกัด

เครื่องแต่ละแบบก็มีข้อดีข้อเสียต่างกัน การเลือกเครื่องที่เหมาะสมกับตัวคุณและงบประมาณจะดีที่สุด

A water purifier is one of the household appliances that are essential to good health because drinking clean water is what allows our body to function efficiently. The most commonly used pure water machines have 3 systems to choose from: Reverse Osmosis (RO), Ultra Violet (UV) and Ultra Filtration (UF). Each type of water purifier has different advantages. Choose the right one for you and your budget.



# PAPER MACHE

## เปเปอร์มาเช่

เปเปอร์มาเช่ หรือ ประติมากรรมกระดาษอัด เป็นศิลปะการนำกระดาษมาย่อยเป็นชิ้นเล็กๆ เพื่อนำไปขึ้นรูปตามแม่แบบ สามารถสร้างสรรค์ขึ้นมาเป็นตุ๊กตา ของใช้ หรือรูปทรงต่างๆ ได้ตามจินตนาการ

งานเปเปอร์มาเช่มีต้นกำเนิดในจีน ซึ่งเป็นชนชาติแรกที่มีการผลิตกระดาษ ช่วงราว 200 ปีก่อนคริสตกาล โดยในประวัติศาสตร์งานศิลปะประเภทนี้ถูกนำมาใช้ประดิษฐ์หมวก หน้ากาก เครื่องประดับสำหรับงานเทศกาล รวมถึงทำหมวกนักรบ และแพะไปยังเปอร์เซีย มีการพบเทคนิคการทำเปเปอร์มาเช่ในอารยธรรมอียิปต์โบราณ โดยมีการใช้วัสดุที่ต่างจากจีนคือใช้ผ้าลินินกับปูนขาว นำมาประดิษฐ์หน้ากากแห่งความตาย ส่วนในอารยธรรมเปอร์เซีย งานเปเปอร์มาเช่ถูกนำมาใช้ผลิตกล่อง ถาด เตาตาเยร์ และกล่องทาสีขนาดเล็ก มีการวาดลวดลายสีเส้นสวยงามที่เป็นเอกลักษณ์ของศิลปะเปอร์เซีย

เปเปอร์มาเช่เป็นงานศิลปะที่ลึบทอดกันมายาวนานตั้งแต่อดีตจนถึงปัจจุบัน มีตั้งแต่ทำเป็นหน้ากานักรบโบราณในประวัติศาสตร์เรื่อยมาจนถึงเป็นชิ้นงานศิลปะนามธรรมในยุคสมัยใหม่ ด้วยความสามารถทำได้หลายรูปแบบ วัสดุที่ใช้หาได้ทั่วไปและราคาถูก ด้วยเทคนิคการทำงานง่ายๆ คือนำกระดาษ ไม่ว่าจะหนังสือพิมพ์ กระดาษพิมพ์ดีดหรือกระดาษที่ไม่มีลวดลาย ตัดเป็นชิ้นเล็กชิ้นน้อย แช่น้ำจนเปียกแล้วนำมาปิดลงบนแม่แบบที่เตรียมไว้ แม่แบบอาจเป็นปูนปลาสเตอร์ ดินน้ำมัน ดินเหนียว ฯลฯ ปิดทับกันหลายชั้น แต่ละชั้นให้ทากาวติดไว้ เมื่อปะกระดาษครบชั้น นำไปตากแดด ผึ่งลมให้แห้งสนิท แล้วนำมาแกะออกจากแม่แบบ

การถอดกระดาษออกจากแม่แบบบางครั้งก็ไม่สามารถถอดออกมาตรงๆ ได้ จำเป็นต้องตัดออกเป็น 2 หรือ 3 ส่วน เมื่อจะประกอบเข้าด้วยกันให้ทากาวตรงรอยตัดและปิดรอยต่อด้วยกระดาษกาวอีกที จากนั้นใช้กระดาษทรายชนิดละเอียดขัดให้เรียบเนียน ใช้กรรไกรตัดแต่งขอบที่ไม่ต้องการออก รองพื้นเปเปอร์มาเช่ด้วยสีขาวทึบไว้ให้แห้ง และนำมาตกแต่งวาดลวดลายใส่สีเส้นได้ตามต้องการ เมื่อสีแห้งก็นำชิ้นงานเปเปอร์มาเช่มาเคลือบให้เงางามด้วยยูริเทน สามารถทำเป็นของใช้ทั่วไป ทำเป็นของประดับตกแต่ง ของที่ระลึก ของเล่น ทำเป็นงานอดิเรกยามว่างหรือทำขายเป็นรายได้เสริม

เปเปอร์มาเช่เป็นงานศิลปะที่นำกระดาษที่ไม่ใช้แล้วกลับมาสร้างสรรค์เป็นสิ่งใหม่ได้อย่างมีคุณค่า คุณสมบัติของเปเปอร์มาเช่ยังสามารถย่อยสลายได้เองตามธรรมชาติ นับเป็นงานศิลปะอีกแขนงหนึ่งที่ช่วยรักษาสิ่งแวดล้อม และตอบสนองการใช้งานได้อย่างหลากหลาย

Paper mache literally means “chewed paper.” Experts believe it originated in China as far back as 200 BC, where early forms of paper were already being made. In ancient China, paper mache was often used to make warrior helmets. In ancient Egypt, plaster and linen were used to make death masks. Paper mache is an art that uses unused paper to create something new and valuable. It is considered another art form that helps preserve the environment.

อ้างอิง:  
ความหมายของประติมากรรมกระดาษอัด เปเปอร์มาเช่ : ครูโพธิ์พลย์ อมรประภา



# สิทธิพิเศษ สำหรับลูกบ้านศุภาลัย

## บริการฝากขาย-ให้เช่า

ฟรี!  
ไม่จำกัด

- ✓ ฝากขายง่าย
- ✓ ปลดเช่าสบาย
- ✓ ลงทุนอย่างคุ้มค่า



ลงประกาศได้ที่นี้

[supalairesale-rental.com](http://supalairesale-rental.com)





# PREPARE YOUR HOME FOR THE RAINY SEASON

## เตรียมบ้านรับหน้าฝน

การเตรียมบ้านให้พร้อมรับหน้าฝนถือเป็นสิ่งสำคัญในการป้องกันความเสียหายจากพายุฝนฟ้าคะนอง ป้องกันปัญหาน้ำท่วมหรือรั่ว และรับประกันความสะดวกสบายและปลอดภัย ลองมาดูกันว่า รายการที่คนรักบ้านควรทำเพื่อให้รับมือหน้าฝนได้อย่างสบายใจมีอะไรบ้าง

**1. ตรวจสอบหลังคา** ตรวจสอบกระเบื้องหรือวัสดุหลังคาที่ชำรุด จัดการซ่อมแซมหรือเปลี่ยนใหม่ให้เรียบร้อย เพื่อป้องกันการรั่วซึมในช่วงฝนตกหนัก

**2. ทำความสะอาดรางน้ำบนหลังคาและทางระบายน้ำทุกจุดในบ้าน** กำจัดเศษต่างๆ เช่น ใบไม้ และกิ่งก้านออกจากรางน้ำ ท่อและทางระบายน้ำทุกส่วน เพื่อให้แน่ใจว่ามีการระบายน้ำอย่างเหมาะสม รางน้ำที่อุดตันอาจทำให้น้ำล้นและทำให้รากฐานของบ้านเสียหายได้

**3. ตัดแต่งต้นไม้ใหญ่ให้โปร่งและแต่งกิ่งไม้พุ่มสูงให้มีรูปทรงที่สมดุล** ก่อนเข้าหน้าฝนควรปรับจัดการตัดกิ่งต้นไม้ใหญ่ที่ยื่นออกมาถึงตัวบ้าน ใกล้สายไฟ หรือใกล้บ้านมากเกินไป ซึ่งอาจตกลงมาบนหลังคาบ้านระหว่างที่เกิดพายุ ซึ่งจะช่วยป้องกัน

ความเสียหายต่อหลังคา และลดความเสี่ยงในการเกิดอุบัติเหตุกับผู้ที่อยู่อาศัย โดยเฉพาะไม้ล้อมขนาดใหญ่ ที่มีทรงโยเยไม่สมดุล ควรได้รับการตัดแต่งให้เหมาะสม หรือเพิ่มค้ำยันหากจำเป็น เพื่อความปลอดภัยจากการโค่นล้ม

**4. ปิดช่องว่างและรูรั่วตามกรอบหน้าต่างและประตูทุกจุด** ตรวจสอบซีลรอบหน้าต่างและประตูอย่างละเอียดว่ามีรอยแตกหรือช่องว่างหรือไม่ ถ้ามีควรริบซ่อมแซม ปิดผนึกด้วยเทปกันซึมหรืออุดรูรั่วเพื่อป้องกันไม่ให้น้ำซึมเข้าไปในบ้านเมื่อฝนตก และป้องกันแมลงหรือสัตว์มีพิษมุดหนีน้ำเข้าบ้านในช่วงหน้าฝน

**5. จัดการระบบระบายน้ำทั่วบ้านให้อยู่ในสภาพดี** ตรวจสอบให้แน่ใจว่าบ้านของคุณมีการระบายน้ำที่เหมาะสมทุกจุด โดยกำหนดความ

ลาดชันของพื้นให้ห่างจากฐานรากของบ้าน ทำความสะอาดท่อระบายน้ำทั่วบริเวณบ้านไม่ให้มีส่วนใดอุดตัน หากพบท่อแตก รั่ว หรือชำรุดให้ริบซ่อมโดยด่วน รวมถึงดูแลฝาดระบายน้ำไม่ให้มีขยะไปหมักหมม

**6. ดูแลปั๊มน้ำให้ทำงานได้เป็นปกติ** สำหรับบ้านที่ติดตั้งปั๊มเพื่อสูบน้ำออกป้องกันน้ำท่วมบ้านในช่วงฝนตกหนัก ควรตรวจสอบสภาพของเครื่องและระบบไฟก่อนจะเข้าหน้าฝน ให้มั่นใจว่าสามารถเปิดใช้งานได้ตามปกติในเวลาที่ต้องการ โดยเฉพาะอย่างยิ่งปั๊มที่ติดตั้งในส่วนห้องใต้ดินหรือส่วนใต้ถุนบ้านที่ต้องมุดเข้าไปตรวจสอบ ถ้าเกิดชำรุดเสียหายในช่วงฉุกเฉินที่น้ำท่วมเข้าบ้านแล้ว จะเป็นการยากที่จะเข้าไปจัดการแก้ไข และอาจเกิดอันตรายได้

**7. ดูแลความสมบูรณ์ของผนังภายนอก**  
ทุกจุด ตรวจสอบผนังด้านนอกของบ้านว่ามีรอยแตกหรือรูหรือไม่ หากพบร่องรอยชำรุด ให้รีบซ่อมแซมปิดช่องเปิดต่างๆ ให้เรียบร้อยเพื่อป้องกันน้ำเข้า โดยทั่วไปจุดที่มักประสบปัญหาเกิดรอยรั่วทำให้น้ำซึมเข้าบ้านเวลาฝนตกหนักมักเป็นบริเวณที่เจาะผนังเพื่อเดินท่อน้ำแอร์ ถ้าช่างซิลไว้ไม่เรียบร้อย น้ำอาจจะซึมหรือทะลักเข้าบ้านตามรอยที่เจาะเหล่านี้ได้ นอกจากนี้ โอกาสที่พื้นชั้นดาดฟ้าจะมีรอยแตกในช่วงหน้าร้อนก็เป็นไปได้สูง ทำให้เกิดความเสียหายที่น้ำจะรั่วซึมเข้ามาชั้นล่าง จึงควรตรวจสอบเพดานชั้นบนสุดของบ้านที่เป็นส่วนพื้นดาดฟ้าให้อยู่ในสภาพดีด้วย

**8. ตรวจสอบชั้นใต้ดินและส่วนใต้ถุนบ้าน**  
มองหาร่องรอยของความเสียหายจากน้ำหรือความชื้นในห้องใต้ดินหรือส่วนใต้ถุนบ้าน ถ้าพบก็ต้องรีบจัดการซ่อมแซมก่อนที่ฝนจะตกหนัก อาจต้องทาน้ำยากันซึมในจุดที่เสี่ยงให้ทั่วบริเวณเหล่านี้เพื่อป้องกันน้ำซึมจากใต้ดินย้อนขึ้นไปสู่ตัวบ้าน

**9. ปกป้องเฟอร์นิเจอร์และอุปกรณ์กลางแจ้ง**  
เมื่อฤดูร้อนที่สดใสและช่วงเวลาของการปิกนิกนอกบ้านสิ้นสุดลง ก็ต้องนำเฟอร์นิเจอร์กลางแจ้งเตาย่าง และอุปกรณ์อื่นๆ จัดเก็บไว้ในร่ม หรือใช้ผ้าใบกันน้ำคลุมไว้เพื่อป้องกันฝนและความชื้น เพื่อรักษาสภาพให้ดูดี ป้องกันสนิม เชื้อรา และความผูกพัน

**10. เตรียมของใช้ในยามฉุกเฉินให้พร้อม**  
หน้าฝนอาจมีพายุรุนแรงที่ทำให้ไฟดับ เน็ตล่ม น้ำท่วม สัตว์ร้ายเข้าบ้าน หรือเกิดเหตุไม่คาดฝันต่างๆ ควรเตรียมรับมือสถานการณ์ฉุกเฉินพร้อมสิ่งของจำเป็น เช่น ไฟฉาย แบตเตอรี่ อุปกรณ์



ปฐมพยาบาล และอาหารที่ไม่เน่าเสียง่าย ในกรณีที่เกิดไฟดับหรือเกิดภัยพิบัติถึงขั้นที่ต้องมีการอพยพ

**11. เตรียมความคุ้มครองประกันภัย**  
ไม่ว่าจะเป็นประกันบ้านหรือประกันสุขภาพ ควรตรวจสอบกรมธรรม์ประกันภัยของเจ้าของบ้าน เพื่อให้แน่ใจว่าคุณมีความคุ้มครองเพียงพอสำหรับความเสียหายจากน้ำและเหตุการณ์อื่นๆ ที่เกี่ยวข้องสภาพอากาศ รวมถึงประกันสุขภาพที่อาจต้องใช้ เพราะความเจ็บป่วยที่มากับหน้าฝน

**12. ติดตามข่าวสารสภาพอากาศ**  
ในยุคนี้สภาพอากาศทั่วโลกแปรปรวนรุนแรงขึ้นกว่าสมัยก่อนอันเป็นผลจากภาวะโลกร้อน การเตรียมรับมือกับภัยพิบัติทางธรรมชาติเป็นเรื่องที่ต้องใส่ใจจริงจัง ควรเปิดรับข่าวสารเกี่ยวกับการพยากรณ์อากาศและคำเตือนในพื้นที่ของคุณ และมีแผนเตรียมพร้อมสำหรับเหตุฉุกเฉิน โดยเฉพาะหากในครอบครัวของคุณมีผู้สูงอายุ ผู้ป่วย และเด็กเล็ก

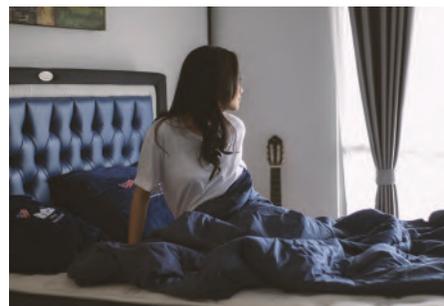
หากคุณสามารถเตรียมการได้ครบทุกขั้นตอนที่แนะนำมานี้ ก็จะช่วยให้คลายกังวลได้มาก ทำให้มั่นใจในความปลอดภัยในชีวิตและทรัพย์สิน โดยเฉพาะอย่างยิ่งสวัสดิภาพของครอบครัวที่คุณรัก และหากเกิดเหตุที่ไม่คาดฝันใดๆ ขึ้น การเตรียมการที่ดีก็จะช่วยผ่อนหนักเป็นเบาได้

*หน้าฝนอาจมีพายุรุนแรงที่ทำให้ไฟดับ เน็ตล่ม น้ำท่วม สัตว์ร้ายเข้าบ้าน หรือเกิดเหตุไม่คาดฝันต่างๆ ควรเตรียมรับมือสถานการณ์ฉุกเฉินพร้อมสิ่งของจำเป็น*

Preparing your home for the rainy season is essential to prevent water damage and ensure your comfort and safety. Things you should prepare to prevent and deal with include: inspecting your roof,

cleaning gutters and downspouts, trimming trees and branches, sealing windows and doors, checking drainage systems, inspecting sump pumps, checking exterior walls, inspecting basement and crawl spaces, protecting outdoor furniture and equipment from rain and moisture, preparing emergency kits and checking insurance coverage. Always stay informed about weather forecasts and warnings in your area. Sign up for alerts from your local weather service and have a plan in place for emergencies.

By following these steps, you can help protect your home and belongings from the potential damage caused by heavy rains and storms during the rainy season.





# BATHROOM MAKEOVER

## การปรับโฉมห้องน้ำ

ห้องน้ำเป็นพื้นที่สำคัญในบ้านที่รองรับการใช้งานหนัก ต้องเผชิญกับความเปียกชื้น คราบโคลงจากการทำความสะอาดร่างกาย คราบน้ำ คราบหินปูน และสารเคมีต่างๆ ไม่ว่าจะเป็นสบู่ แชมพู ครีมนวดผม น้ำยาล้างห้องน้ำ ฯลฯ จึงเป็นไปได้ที่จะมีสภาพทรุดโทรมลงได้ง่ายกว่าห้องอื่นๆ ในบ้าน การปรับปรุงห้องน้ำเก่าให้กลับมาดูดีสวยเหมือนเดิม หรือปรับโฉมใหม่ให้โอภาสกว่าเดิมจึงอาจจะเป็นสิ่งจำเป็นสำหรับคนที่อยากเห็นทุกส่วนในบ้านดูดีอยู่ตลอดเวลา เพราะเป็นหนึ่งในห้องสำคัญที่มอบความสุขให้กับการใช้ชีวิตในบ้าน เรามาดูกันว่า การปรับโฉมห้องน้ำมีขั้นตอนอย่างไรบ้าง

1. จัดเตรียมพื้นที่ จัดระเบียบข้าวของและทำความสะอาด ก่อนที่คุณจะเริ่มเปลี่ยนแปลง ให้เริ่มต้นด้วยการจัดระเบียบห้องน้ำเดิมให้เรียบร้อย และทำความสะอาดอย่างทั่วถึงก่อน เพื่อให้เห็นภาพที่ชัดเจนของพื้นที่โดยรวมและสามารถจินตนาการได้อย่างเหมาะสมเจาะถึงสิ่งที่จะปรับเปลี่ยน

2. สำรวจสภาพที่เป็นอยู่ ตรวจสอบเช็คส่วนที่เสียหายชำรุดหรือทรุดโทรม เพื่อประเมินและทำเป็นรายการว่ามีอะไรที่ต้องซ่อม ต้องเปลี่ยน หรือต้องทุบทิ้งสร้างใหม่

3. ค้นหารูปแบบที่ชอบและหาแรงบันดาลใจ โดยเข้าไปเปิดหาจากเว็บที่มีข้อมูลการแต่งบ้าน หรือเว็บรวมภาพถ่ายสวยๆ นำมารวบรวมและประมวลผลเปรียบเทียบกับพื้นที่ห้องน้ำของเรา ว่ามีส่วนไหนที่ทำตามแบบตัวอย่างได้เหมาะสมภายใต้ข้อจำกัดของเราและภายในงบประมาณที่เรามี

4. วางแผนการปรับปรุงและงบประมาณ เริ่มต้นด้วยการตัดสินใจว่าคุณต้องการเปลี่ยนแปลงอะไรจากผลการตรวจสอบสภาพในข้อสอง และยินดีจ่าย

เป็นจำนวนเท่าใด จัดทำรายการลำดับความสำคัญ และตั้งงบประมาณตามนั้น กำหนดขอบเขตของการทำงานว่าคุณต้องลงมือทำอะไรบ้าง

5. การเปลี่ยนแปลงโครงสร้าง หากคุณต้องการปรับผังห้องน้ำใหม่ โดยเปลี่ยนแปลงโครงสร้างห้องน้ำ เช่น เพิ่มหรือลดขนาดห้องน้ำ ด้วยการทุบผนังกั้นบางส่วน หรือย้ายสุขภัณฑ์ซึ่งกระทบกับการเดินท่อ การเปลี่ยนแปลงโครงสร้างนี้ต้องการงบประมาณและเวลามาก แต่ช่วยเพิ่มความสะดวกสบายและความสวยงามให้กับห้องน้ำ

ในระยะยาว โดยต้องมั่นใจว่าการปรับโครงสร้างนั้นไม่มีผลกระทบต่อโครงสร้างโดยรวมของบ้าน และไม่ต่อเติมโดยผิดกฎหมาย

6. การเปลี่ยนแปลงดีไซน์ภายในที่ไม่กระทบโครงสร้าง เช่น การเปลี่ยนสีผนัง การเปลี่ยนแปลงพื้น การเปลี่ยนแปลงโครงสร้างเคาน์เตอร์หรืออุปกรณ์ในห้องน้ำ โดยเฉพาะกระจกบานใหม่ที่ใสเอี่ยมอ่อง จะช่วยปรับโฉมห้องน้ำให้ดูใหม่และมีสไตล์ใหม่ได้ไม่ยากโดยไม่ต้องใช้งบประมาณและเวลามาก

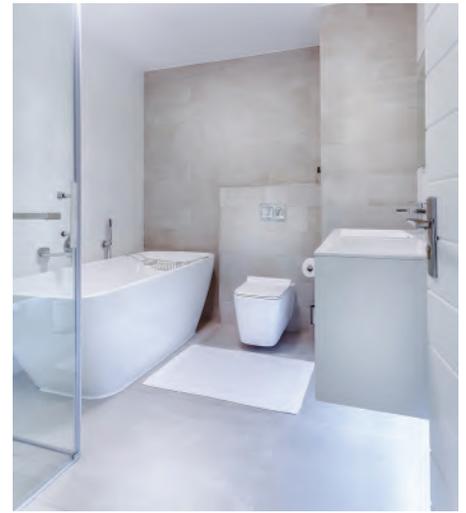
7. การปรับเปลี่ยนเฟอร์นิเจอร์และอุปกรณ์สำหรับห้องน้ำที่ภาพรวมยังดูดีแต่ดูเก่าเพราะเฟอร์นิเจอร์และอุปกรณ์ในห้องน้ำเก่าหรือหมองเพราะคราบน้ำ แดกหลายงา เช่น อ่างล้างหน้า อ่างอาบน้ำ ชักโครก ฝักบัว ตู้เก็บของ หรือไฟส่องกระจกที่เริ่มเก่าและไม่สว่างสดใสดั้งเดิม การเปลี่ยนสิ่งของเหล่านี้สามารถช่วยปรับโฉมห้องน้ำให้ดูสดใหม่และทันสมัยขึ้นได้ไม่ยาก โดยคุณอาจไปซื้อมาเปลี่ยนเองได้ ไม่ต้องจ้างช่าง ช่วยประหยัดงบประมาณได้มาก

8. ปรับสภาพแสงในห้องน้ำให้สว่างสดใสและหายใจโล่ง แม้คุณจะชอบบ้านที่มีบรรยากาศสลัวโรแมนติก แต่ห้องน้ำควรเป็นห้องที่มีแสงสว่างเพียงพอ ไม่ว่าจะเป็นแสงธรรมชาติหรือแสงประดิษฐ์ และสิ่งที่คุณควรมีควบคู่กับแสงสว่างที่ช่วยสร้างความสะอาดตาคือการระบายอากาศที่ดี ด้วยช่องเปิดในตำแหน่งที่เหมาะสม หรือมีพัดลมระบายอากาศที่ช่วยให้ห้องน้ำของคุณปราศจากกลิ่นไม่พึงประสงค์

9. การเพิ่มความสะอาดสบายด้วยเทคโนโลยีเกี่ยวกับบ้านที่มีการพัฒนาไปมากในปัจจุบัน การเพิ่มอุปกรณ์สมัยใหม่ที่จะช่วยให้ห้องน้ำสะอาดสบายมากขึ้น เช่น การติดตั้งฝักบัวอัตโนมัติ การติดตั้งระบบไฟ LED ที่ช่วยประหยัดพลังงาน การเพิ่มโคมไฟส่องในพื้นที่ที่มีเงามืด ระบบอัจฉริยะสำหรับการควบคุมอุปกรณ์ในห้องน้ำ การติดตั้งระบบสุขภัณฑ์อัจฉริยะ การติดตั้งทีวีและระบบเสียงในห้องน้ำ เหล่านี้เป็นองค์ประกอบที่คืบคลานชีวิตใหม่ที่สดใสน่าใช้ให้กับห้องน้ำของคุณได้ดีเยี่ยม

10. การเปลี่ยนแปลงเล็กๆ ก็ให้ความรู้สึที่ดีกว่าได้ ด้วยการใส่ลวดลายหรือสีสนใหม่ๆ ทั้งในส่วนพื้น ผนัง เฟอร์นิเจอร์ และของตกแต่ง การเพิ่มลวดลายหรือขอบเขตที่สวยงามในห้องน้ำด้วยกระเบื้องลายเรขาคณิตหรือกระเบื้องที่ผิวสัมผัสแปลกตา ม่านกันอาบน้ำ พรหมเช็ดเท้าที่มีวัสดุลวดลายเก๋ๆ รวมถึงรายละเอียดในส่วน โคมไฟผนัง โคมไฟเพดาน กรอบกระจก เรือยไปจนถึงภาชนะและอุปกรณ์ชิ้นเล็กชิ้นน้อยที่ดูดี จะช่วยให้ห้องน้ำดูน่าตื่นตาตื่นใจมากขึ้น

11. ให้ความสำคัญกับความเป็นระเบียบ ความสะอาด และปลอดภัยเป็นอันดับหนึ่ง ทุกการเปลี่ยนแปลงจะสร้างความรู้สึที่ดีได้นานถ้าเป็นรูปแบบที่คุณสามารถดูแลห้องน้ำของคุณให้สะอาด มีระเบียบได้ง่าย ประหยัด สามารถทำได้ด้วยตัวเอง และไม่มีความเสี่ยงใดๆ ที่จะเกิดขึ้นอันตรายได้



**ปรับสภาพแสงในห้องน้ำ  
ให้สว่างสดใสและหายใจโล่ง  
แม้คุณจะชอบบ้านที่มี  
บรรยากาศสลัวโรแมนติก  
แต่ห้องน้ำควรเป็นห้องที่มี  
แสงสว่างเพียงพอ**

เมื่อการปรับโฉมห้องน้ำเสร็จสมบูรณ์ออกมาเป็นที่พอใจแล้ว คุณก็จะสามารถมีความสุขเพลิดเพลินไปกับผลลัพธ์ของการทำงานหนักของตัวเองได้อย่างเต็มที่ ในห้องน้ำที่ออกแบบมาอย่างดี สวยงาม ช่วยเพิ่มคุณภาพชีวิต เพิ่มมูลค่าให้กับบ้าน และทำให้กิจวัตรประจำวันของคุณเปี่ยมสุขยิ่งขึ้น

The bathroom is an important space in the home that is heavily used because it is exposed to wetness, dirt, and various chemicals such as soap, shampoo, conditioner, and bathroom cleaner. Therefore, it is possible that the bathroom may deteriorate more easily than other rooms in the house. Renovating an old bathroom to make it look good or giving it a new look to make it more elegant than before may be necessary for people who want every part of their home to look good all the time. Once your bathroom makeover is complete, take some time to enjoy the results of your hard work! A beautiful, well-designed bathroom can add value to your home and make your daily routine more enjoyable.



# IS IT A GOOD IDEA TO SWITCH TO AN EV CAR?

## เปลี่ยนมาใช้รถ EV ดีไหม

ราคาน้ำมันเชื้อเพลิงที่พุ่งสูงขึ้นเรื่อยๆ และปัญหาสิ่งแวดล้อมที่เป็นผลมาจากการพึ่งพาน้ำมันเชื้อเพลิง เช่น การเผาไหม้ที่ปล่อยมลพิษร้ายแรงต่อระบบนิเวศ ทำให้ผู้คนให้ความสำคัญกับการใช้พลังงานทดแทนและพลังงานทางเลือกที่มีผลกระทบต่อสิ่งแวดล้อมน้อยลง การเลือกใช้รถไฟฟ้าแทนรถน้ำมันกำลังเป็นหนึ่งในความเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นทั่วโลก หลายคนกำลังอยู่ในช่วงของการตัดสินใจที่จะเปลี่ยนรถหรือซื้อรถคันแรกเป็นรถไฟฟ้า เรามาดูกันว่าข้อพิจารณาใดบ้างที่ต้องใส่ใจ

### รถ EV คืออะไร

รถไฟฟ้า (Electric Vehicle หรือ EV) คือ รถยนต์ที่ขับเคลื่อนด้วยพลังงานไฟฟ้า 100% โดยมีองค์ประกอบหลักในการทำงาน 3 ส่วน คือ แบตเตอรี่ อุปกรณ์แปลงกระแสไฟฟ้า และมอเตอร์ไฟฟ้า ซึ่งขั้นตอนการทำงานเริ่มต้นจากแบตเตอรี่ที่เป็นแหล่งเก็บพลังงานไฟฟ้ากระแสตรง ตัวแปลงกระแสไฟฟ้าจะดึงพลังงานจากแบตเตอรี่ไปเปลี่ยนเป็นไฟฟ้ากระแสสลับ และจะส่งต่อไปยังตัวมอเตอร์เพื่อขับเคลื่อนเครื่องยนต์ของตัวรถให้สามารถเคลื่อนที่ไปข้างหน้าได้

### รถ EV มีข้อดีอย่างไรบ้าง

- 1. ประโยชน์ด้านสิ่งแวดล้อม** รถยนต์ EV ผลิตโอเลียมเป็นศูนย์ ลดมลพิษทางอากาศและการปล่อยก๊าซเรือนกระจก โดยเฉพาะอย่างยิ่ง หากไฟฟ้าของคุณมาจากแหล่งพลังงานหมุนเวียน
- 2. ต้นทุนพลังงานที่ต่ำกว่า** การชาร์จไฟรถ EV ถูกกว่าเติมน้ำมัน หากขับชึ้ในระยะทางที่เท่ากัน รถ EV จะมีค่าใช้จ่ายที่ถูกกว่ารถใช้น้ำมัน แต่ทั้งนี้ก็ยังขึ้นอยู่กับขนาดของเครื่องยนต์ อายุการใช้งาน รุ่นรถ และพฤติกรรมการขับชึ้

**3. ชาร์จเองที่บ้านได้** หากระบบไฟที่บ้านมีขนาดเพียงพอต่อการติดตั้งเครื่องชาร์จไฟรถที่เป็นไปตามมาตรฐานความปลอดภัย เราก็สามารถชาร์จไฟเองที่บ้านได้ ไม่ต้องขับออกไปซื้อพลังงานนอกบ้านเหมือนรถน้ำมัน

**4. ประสบการณ์การขับชึ้ที่ดีกว่า** รถ EV ให้ประสบการณ์การขับชึ้ที่นุ่มนวลและเงียบ ไม่มีเสียงรบกวนจากเครื่องยนต์ เพราะรถ EV ทำงานด้วยมอเตอร์ไฟฟ้า ทำให้ตัวรถมีเสียงที่เบาและเงียบกว่ารถยนต์ใช้น้ำมัน อีกทั้งยังมีการออกตัวและอัตรา



แรงที่ดีกว่า เนื่องจากรถ EV ทำงานด้วยมอเตอร์ไฟฟ้าก็ทำให้มีอัตราเร่งและการออกตัวที่ดีกว่ารถใช้น้ำมัน

**5. โอกาสที่อาจจะมิช้อได้เปรียบทางภาษี**  
เพราะรัฐบาลของหลายประเทศให้การสนับสนุนพลังงานสะอาด ในอนาคตจึงอาจมีการเสนอล้างใจ เช่น เครดิตภาษี ส่วนลด หรือให้สิทธิพิเศษต่างๆ กับผู้ที่ใช้รถพลังงานสะอาด

**6. เทคโนโลยี EV กำลังก้าวหน้าอย่างรวดเร็ว**  
มีการพัฒนาที่ก้าวกระโดดในหลายด้าน เช่น ระยะการขับขี่ที่ยาวขึ้น เวลาในการชาร์จเร็วขึ้น และตัวเลือกที่ประหยัดมากขึ้น ความสะดวกสบายที่เพิ่มมากขึ้น และต้นทุนการผลิตและการบริการที่มีแนวโน้มถูกลง

อ่านมาถึงตรงนี้ หลายคนก็ชักจะอยากใช้รถ EV ขึ้นมาทันทีเพราะมีข้อดีที่น่าสนใจเยอะ แต่ก่อนจะตัดสินใจ ก็ยังมีข้อควรพิจารณาบางประการที่ควรคำนึงถึง

## รถ EV มีข้อเสียอย่างไรบ้าง

**1. จุดบริการชาร์จไฟยังไม่ครอบคลุมทุกพื้นที่** ทำให้รถยนต์ไฟฟ้าไม่ตอบโจทย์ต่อการเดินทางไกลหรือในบางสถานที่ที่ไม่มีจุดชาร์จคอยให้บริการ โดยเฉพาะอย่างยิ่งในพื้นที่ชนบท ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับสถานที่ที่คุณอาศัยอยู่ อย่างไรก็ตาม ปัญหาที่กำลังผ่อนคลายลง เนื่องจากรัฐบาลและภาคธุรกิจกำลังเร่งลงทุนในการขยายเครือข่ายการชาร์จให้ทั่วถึงทุกพื้นที่

**2. ราคาของ EV ยังจัดว่าแพงกว่ารถน้ำมัน**  
แม้ว่าต้นทุนการดำเนินงานของ EV จะลดลง แต่จัดว่ายังสูงกว่ารถยนต์ที่ใช้น้ำมัน อย่างไรก็ตาม เมื่อเทคโนโลยีก้าวหน้าและการผลิตเพิ่มขึ้น ราคาก็คาดว่าจะลดลงอย่างต่อเนื่อง

**3. มีระยะการขับขี่ที่สั้นกว่ารถใช้น้ำมัน** คนใช้รถ EV จำเป็นต้องคำนวณเส้นทางหรือระยะเวลาในการขับขี่ให้ดี ว่าพลังงานไฟฟ้าจะเพียงพอต่อการเดินทางหรือไม่ ซึ่งทั้งนี้จะขึ้นอยู่กับความจุของตัวแบตเตอรี่ว่าสามารถเก็บพลังงานไฟฟ้าได้มากขนาดไหน ปัจจุบันจึงยังไม่เหมาะกับการเดินทางระยะไกล



“การชาร์จไฟรถ EV ถูกกว่าเติมน้ำมัน หากขับขี่ในระยะทางที่เท่ากับ รถ EV จะมีค่าใช้จ่ายที่ถูกกว่ารถใช้น้ำมันแต่ทั้งนี้ก็ขึ้นอยู่กับขนาดของเครื่องยนต์ อายุการใช้งาน รุ่นรถ และพฤติกรรมขับขี่”

**4. เวลาชาร์จนานกว่าการเติมน้ำมันมาก**  
การชาร์จไฟแต่ละครั้งจะใช้เวลานาน ซึ่งจะขึ้นอยู่กับความจุของตัวแบตเตอรี่หรือรุ่นของรถ

**5. อะไหล่แพงและศูนย์บริการยังมีไม่ทั่วถึง**  
เนื่องจากธุรกิจรถ EV ในบ้านเราอยู่ในระยะเริ่มต้น จึงยังมีอะไหล่และศูนย์บริการไม่มากเท่ารถน้ำมัน หากเกิดปัญหาที่จะต้องเสียเงินและเสียเวลามากกว่าในการส่งซ่อม

เมื่อเปรียบเทียบข้อดีข้อเสียแล้ว อีกปัจจัยหนึ่งที่สำคัญมากในการตัดสินใจคือนิสัยการขับขี่และไลฟ์สไตล์ของผู้ใช้รถ หากมีความสอดคล้องกับความสามารถของเทคโนโลยี EV ในปัจจุบัน เช่น คุณใช้ชีวิตประจำวันส่วนใหญ่อยู่ในเขตเมืองที่ระยะขับขี่ในแต่ละวันไม่ไกลมาก สามารถชาร์จรถตอนกลางคืนที่บ้าน มีพลังงานเพียงพอสำหรับนำมาขับขี่ได้ตลอดทั้งวัน และหากจำเป็นต้องหาที่ชาร์จระหว่างวัน พื้นที่การใช้รถของคุณก็อยู่ในย่านที่มีสถานีชาร์จมากพอสำหรับความต้องการ รวมถึงมีเวลาพอสำหรับรอให้รถชาร์จไฟจนเต็ม การเปลี่ยนมาใช้รถ EV อาจเป็นทางเลือกที่ชาญฉลาดทั้งในด้านการเงินและสิ่งแวดล้อม

Switching to an electric vehicle (EV) can be a great idea for several reasons including; Environmental Benefits, Lower Operating Costs, Government Incentives, Improved Technology and Better Driving Experience.

However, there are some considerations to keep in mind such as; Lack of Charging Infrastructure, Initial Cost and Range Anxiety. However, for most daily driving needs, the range of modern EVs is more than sufficient. Overall, if your driving habits and lifestyle align with the capabilities of current EV technology, making the switch can be a smart choice both financially and environmentally.

อ้างอิง:  
<https://www.aprtech.co.th>



# SUPALAI PRIME VILLA

## NEW KRUNGTHEPKREETHA–MOTORWAY

### NEW BRAND & NEW DESIGN DETACHED HOUSE

ศุภาลัยอวดโฉม “ไพรม์ วิลล่า กรุงเทพกรีฑาตัดใหม่-มอเตอร์เวย์”  
บ้านเดี่ยว NEW BRAND & NEW DESIGN  
CUSTOMIZE ภาพลักษณ์ใหม่ หน้ากว้าง โทนเข้ม สไตลิโมเดิร์น

สำหรับครอบครัวทันสมัยที่กำลังมองหาความสุขอย่างมีระดับในบ้านเดี่ยวหลังใหญ่ หน้ากว้าง ภูมิฐานสมฐานะ ต้องมาสัมผัสกับแบรนด์บ้านไฮคลาส “ไพรม์ วิลล่า” แบรนด์ใหม่ล่าสุดของศุภาลัยที่ตั้งใจ Customize ความเป็นเอกลักษณ์เฉพาะตัวให้โดดเด่น ด้วยแบบบ้านโทนสีเข้ม พร้อมภาพลักษณ์ที่ดูสมรธา สุขุม คงความอบอุ่น เพื่อสะท้อนรสนิยมแห่งการอยู่อาศัย และปรับฟังก์ชัน

ภายในบ้านให้สอดรับกับการใช้ชีวิตแบบครอบครัวใหญ่-ครอบครัวเดี่ยว บนพื้นที่โครงการกว่า 10 ไร่ พร้อมเอกลักษณ์ความเป็นส่วนตัวเพียง 41 ครอบครัวเท่านั้น

พบกับความสุขที่สมบูรณ์แบบของการอยู่อาศัยภายใต้คอนเซ็ปต์ ขยายพื้นที่สงบ...ให้เต็มสเปซ “ENLARGE YOUR SERENITY SPACE” สำหรับบ้านขนาดใหญ่ที่สุดในโครงการ “แบบบ้าน

**ศุภกรณ์ท**” พื้นที่ใช้สอย 293 ตารางเมตร 4 ห้องนอน 6 ห้องน้ำ 3 ที่จอดรถ บ้านหน้ากว้าง พื้นที่ใหญ่ แบ่งฟังก์ชันที่เป็นสัดส่วน มาพร้อมห้องนอน Master ขนาดใหญ่ มีระเบียงเชื่อมต่อไปยังโซนพักผ่อน และเพิ่มพื้นที่เอนกประสงค์บริเวณบันไดชั้น 2 สำหรับสร้างสรรค์มุมโปรดตามที่ต้องการ ต่อด้วยส่วนรับแขกและส่วนรับประทานอาหารเปิดโล่งเชื่อมถึงกัน และยังมีห้องนอนล่างสำหรับผู้สูงอายุที่สามารถปรับเปลี่ยนเป็นห้องเอนกประสงค์ตามการใช้งานได้

**“แบบบ้านศุภกรณ์ท”** พื้นที่ใช้สอย 243 ตารางเมตร 4 ห้องนอน 4 ห้องน้ำ 2-3 ที่จอดรถ ถูกพัฒนาการวางพื้นที่ใช้สอยจากแนวทิวเป็นแนวกว้าง พื้นที่เชื่อมต่อกันให้ความรู้สึกโล่ง โปร่งสบาย พร้อมแสงสว่างธรรมชาติจากประตูกระจกขนาดใหญ่ด้านหลังและด้านข้างที่สามารถรับชมวิวสวนภายนอกได้ ชั้น 2 ห้องนอน Master





มาพร้อมระเบียงตัว L ขนาดใหญ่ และมีโซนพักผ่อนที่สามารถปรับเป็นห้องทำงานหรือห้องเอนกประสงค์ได้อีกด้วย

ตอบโจทย์การใช้ชีวิต Eco Living ให้บ้านทุกหลังเป็นบ้านประหยัดพลังงาน และเลือกใช้วัสดุที่มีคุณภาพเป็นมิตรกับสิ่งแวดล้อม รองรับการจัดตั้ง EV Charger พร้อมกับติดตั้ง Solar Rooftop ให้บ้านทุกหลัง สะดวกสบายภายในบ้านมากยิ่งขึ้นด้วยระบบ Home Automation & Security อีกทั้งพักผ่อนและใช้เวลาร่วมกับครอบครัวได้อย่างเต็มที่ ทั้งสวนสาธารณะพร้อมสนามเด็กเล่น สระว่ายน้ำ และห้องฟิตเนส มั่นใจกับระบบรักษาความปลอดภัยตลอด 24 ชั่วโมง พร้อมกล้อง CCTV และระบบเข้า-ออกด้วยระบบ LPR อ่านป้ายทะเบียนรถ

สะดวกสบายทุกการเดินทางบนทำเลที่สมบูรณ์แบบย่าน **"กรุงเทพกรีฑาตัดใหม่-**

**มอเตอร์เวย์"** ซึ่งอยู่ในโซนผังเมืองสีเหลือง ปลอดภัยจากแหล่งอุตสาหกรรม พร้อมขยายศักยภาพอย่างต่อเนื่องในอนาคต อยู่ใกล้กับส่วนขยายเมือง CBD ใกล้สนามบินนานาชาติสุวรรณภูมิ ใกล้โรงเรียนสาธิตสาทรวิเศษร่มเกล้า อินเทอร์เน็ต การเดินทางได้หลายเส้นทาง ทั้งถนนมอเตอร์เวย์ (กรุงเทพฯ-ชลบุรี) ถนนศรีนครินทร์-ร่มเกล้า ใกล้รถไฟฟ้า Airport Rail Link สถานีลาดกระบัง และ

ยังใกล้กับสิ่งอำนวยความสะดวกอื่นๆ อีกมากมาย เต็มอ้อมกับคุณภาพชีวิตที่ดีในบ้านแบบใหม่ เพื่อรองรับไลฟ์สไตล์ของผู้พักอาศัย ณ โครงการ "ศุภาลัย ไพรม์ วิลล่า กรุงเทพกรีฑาตัดใหม่-มอเตอร์เวย์" ผู้สนใจสามารถติดตามข้อมูลของโครงการได้ที่ [www.supalai.com](http://www.supalai.com) หรือสอบถามข้อมูล โทร. 1720

For modern families who are looking for a modern lifestyle in a luxurious and spacious detached house, your answer is "Prime Villa", Supalai's newest housing brand that intends to customize its uniqueness to stand out. Indulged with a house style in classy dark tones, discreet, and maintains warmth to reflect the taste of living with full function that is perfect for a big family on a project area of over 10 rai with exclusive privacy rights for only 41 families.

The project is created under the concept of "ENLARGE YOUR SERENITY SPACE", offering 2 luxury home designs to choose from, including: the Supathanat Model, with a usable area of 293 square meters, 4 bedrooms, 6 bathrooms and 3 parking spaces, and the Supathanont Model with a usable area of 243 square meters, 4 bedrooms, 4 bathrooms, and 2-3 parking spaces.

Meet the needs of Eco Living with an energy-saving home that uses environmentally friendly materials, supports the installation of EV Charger with Solar Rooftop installation for every house, Home Automation & Security system. Fully enjoy the best relaxation in the park with a playground, swimming pool, and fitness center. Be assured of a 24-hour security system with CCTV cameras and an LPR system for entering and exiting to read license plates.

Located in a potential location that is convenient for all transportation in the yellow city planning zone, free from industrial areas, close to the CBD extension, near Suvarnabhumi International Airport, surrounded by lifestyle conveniences, international school and skytrain stations.

For more information please contact 1720 or visit [www.supalai.com](http://www.supalai.com)



# DALMATIAN DOG

## 'ดัลเมเชียน' เจ้าจุดแสนซน

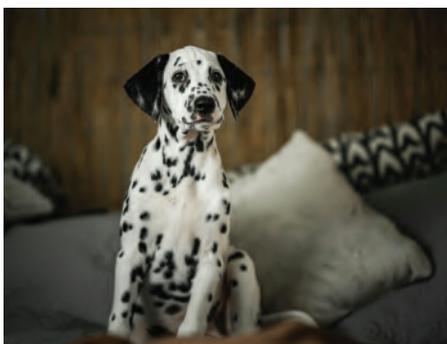
ใครที่เคยได้ชมภาพยนตร์เรื่อง 101 Dalmatians หรือ ทรามวัยกับไ้ต่าง ก็ยากที่จะลืมความน่ารักของสุนัขสายพันธุ์ 'ดัลเมเชียน' (Dalmatian) ซึ่งเคยเป็นสัตว์เลี้ยงสุดฮิตของคนรักน้องหมา แม้ปัจจุบันความนิยมจะลดลงไปบ้าง แต่ถ้าคุณต้องการเพื่อนคู่ใจสำหรับการผจญภัยอันน่าตื่นเต้น รักการทำกิจกรรมกลางแจ้ง รวมถึงเข้ากับเด็กๆ ได้ง่าย เจ้าจุดแสนซน 'ดัลเมเชียน' คือคำตอบสำหรับการเป็นสัตว์เลี้ยงแสนรักสำหรับคุณ

สุนัขพันธุ์ดัลเมเชียน เป็นสายพันธุ์เก่าแก่ที่มีเชื้อสายที่สืบทอดมายาวนาน เดิมเป็นสุนัขที่ใช้ล่าสัตว์และลากเลื่อน เชื่อกันว่าบรรพบุรุษในยุคแรกๆ ของสายพันธุ์นี้คือพอยน์เตอร์บางสายพันธุ์ และเกรตเดนหลายตัว

ดัลเมเชียนเป็นสุนัขที่ผสมผสานกันระหว่างความสง่างามและความแข็งแรง จัดเป็นหนึ่งในสายพันธุ์สุนัขใช้งานที่ได้รับความนิยม มีจุดเด่นที่สรีระร่างกาย เคลื่อนไหวคล่องแคล่ว รวดเร็ว หูพับลงตามธรรมชาติ มีลักษณะเป็นทรงสามเหลี่ยม หางยาวเรียวยาวปลายหางงอขึ้นเล็กน้อย ดวงตามีทั้งน้ำตาลและสีฟ้า จมูกและปากส่วนบนเป็นทรงสี่เหลี่ยมยาวและมีจมูกสีดำ ขากรรไกรมีความแข็งแรง ฟันคมกริบ

สีขนแรกเกิดเป็นสีขาวล้วน ส่วนลายจุดจะเด่นชัดขึ้นใน 2 สัปดาห์ต่อมา โดยลายจุดสามารถมีได้หลายขนาด 2-3 เซนติเมตร แต่ต้องมีลักษณะกลมไม่ซ้อนทับ และมีการกระจายทั่วทั้งตัว บริเวณขาจะมีจุดขนาดเล็กกว่าลำตัว ส่วนหูและใบหน้าก็ควรจะมีจุดปรากฏด้วย

สุนัขพันธุ์ดัลเมเชียนเป็นสุนัขที่รักสะอาด สงบเสถียร ร่าเริง ชน เฉลียวฉลาด และเป็นสุนัขที่มีนิสัยคอยระแวดระวังสิ่งต่างๆ พวกมันจะไม่ค่อยเห่า ยกเว้นเวลามีอันตราย หรือแม้กระทั่งพบเจอสัตว์ตัวเล็กๆ นอกจากนี้ ดัลเมเชียนมีความอดทนเป็นอย่างมาก สามารถที่จะวิ่งด้วยความเร็วปานกลาง



แบบไม่หยุดพักในระยะทางไกลๆ ได้ ดังนั้นเจ้าของจึงควรเอาใจใส่ หมั่นพาไปออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ 30-60 นาทีในแต่ละวัน

ดัลเมเชียนมักจะมีความสัมพันธ์ที่ดีกับเด็กๆ เมื่อได้รับการฝึกอบรมให้เกิดความคุ้นเคยกันตั้งแต่เล็ก พวกมันสามารถเรียนรู้ที่จะรัก มีความขี้เล่น และมีความซื่อสัตย์ต่อเด็กๆ ได้

ข้อควรจำคือ ดัลเมเชียนตอนเด็กจะกินอาหารได้มากกว่าช่วงโตเต็มวัย ลูกสุนัขควรกินอาหารแห้งในปริมาณ 2 ถ้วย จำนวน 2-3 ครั้งต่อวัน ซึ่งเต็มไปด้วยสารอาหารที่มีคุณภาพสูง เพื่อสุขภาพในการเจริญเติบโตที่ดี เมื่ออายุมากขึ้นให้ระมัดระวังการรักษาสมดุลระหว่างน้ำหนักและการกิน หากพวกมันมีน้ำหนักเพิ่มขึ้น ให้ลดปริมาณอาหารลง และไม่ว่าจะใช้พลังงานไปเยอะเพียงใด แต่กระบวนการเผาผลาญอาหารของพวกมันก็จะเสื่อมลงไปตามอายุ

ดัลเมเชียนมีอายุขัยโดยเฉลี่ย 11-13 ปี ปัญหาสุขภาพของพวกมันก็คือ อากาศหุนหวก โรคภูมิแพ้ และนิ้วในกระเพาะปัสสาวะ เพื่อป้องกันปัญหาสุขภาพเหล่านี้ในระยะยาว ควรพาไปตรวจสุขภาพเป็นประจำ

The Dalmatian is a breed of dog with a white coat marked with dark-coloured spots. Originally bred as a hunting dog, it was also used as a carriage dog in its early days. The Dalmatian is a muscular dog with excellent endurance and stamina. When fully grown, it stands from 19 to 23 inches tall. Dalmatians tend to have good relationships with children. When receiving training to become familiar with children from a young age They can learn to love, be playful and loyal to children.

จะมีใครตอบได้บ้างไหมนะ ว่าปลาที่พี่ปลาภูกำลังตกอยู่มีชื่ออะไรบ้าง ใครตอบได้ เดี่ยวพี่ปลาภูแบ่งปลาให้ด้วยเลย

# CROSSWORD

The crossword puzzle grid is set against a background of a lake with various fish. The grid consists of white squares for letters and blue squares for empty space. The clues are numbered 1 through 12, with some numbers appearing in both horizontal and vertical positions.

**Clues:**

- 1. 9 letters (vertical)
- 2. 3 letters (vertical)
- 3. 4 letters (horizontal)
- 4. 7 letters (horizontal)
- 5. 5 letters (vertical)
- 6. 2 letters (horizontal)
- 7. 10 letters (horizontal)
- 8. 8 letters (vertical)
- 9. 9 letters (vertical)
- 10. 6 letters (horizontal)
- 11. 11 letters (vertical)
- 12. 12 letters (horizontal)

**Answer Key:**

1. SWORDFISH, 2. PERCH, 3. CATFISH, 4. ZANDER, 5. BREAM, 6. PIKE, 7. CARP, 8. TROUT, 9. TUNA, 10. CRAB, 11. SHRIMP, 12. CHUM

## Movie



### Twisters

เคต คูเปอร์ (เคซี เอ็ดการ์-โจนส์) อดีตนักล่าพายุถูกเพื่อนของเธอ จาวิ (แอนโธนี่ รามอส) ชักชวนให้เธอกลับไปที่ราบอันกว้างใหญ่เพื่อทดสอบระบบติดตามพายุด้วยเทคโนโลยีอันล้ำสมัย ที่นั่นเองเคตได้พบกับ ไทเลอร์ โอเวนส์ (เกล็น โฟเวลล์) ชูเปอร์สตาร์บนโลกโซเชียลมีเดีย พวกเขาต้องเจอกับปรากฏการณ์อันน่าสะพรึงกลัวของพายุทอร์นาโดลูกใหญ่อย่างไม่เคยมีมาก่อน



### Transformers One

ย้อนชมจุดกำเนิดของเหล่าทรานส์ฟอร์เมอร์สในรูปแบบของแอนิเมชัน เรื่องราวของ ออพติมัส ไพรม์ (Optimus Prime) และเมกะทรอน (Megatron) ที่ไม่เคยเปิดเผยมาก่อน ทั้งคู่เป็นที่รู้จักกันดีในนามศัตรูคู่อาฆาต แต่พวกเขาเคยเป็นเพื่อนที่ผูกพันกันมาเหมือนพี่น้อง ซึ่งเรื่องราวเหล่านี้เปลี่ยนแปลงชะตากรรมของไซเบอร์ทรอนไปตลอดกาล



### Trap

เรื่องราวของคุณพ่อ (จอส ฮาร์ตเน็ตต์) ที่พาลูกสาววัยทีนไปชมคอนเสิร์ต แต่แล้วท่าทีของคุณพ่อที่ดูอบอุ่น ใจดี ก็เปลี่ยนไป เมื่อเขาพบว่ามีความผิดปกติเกิดขึ้นที่คอนเสิร์ตแห่งนี้ เพราะมีการเรียกระดมกำลังเจ้าหน้าที่มาล้อมคอนเสิร์ตฮอลล์อย่างแน่นหนา ก่อนรู้คำตอบว่าคอนเสิร์ตนี้เป็น 'กั๊กดัก' ที่จัดขึ้นเพื่อจับกุมตัวฆาตกรต่อเนื่องที่ชื่อว่า 'เดอะ บุตเชอร์'

## Music



### Sasha Alex Sloan – Me Again

Sasha Alex Sloan กลับมาพร้อมกับอัลบั้มล่าสุด Me Again ที่เธอเล่าว่าเป็นดั่งภาพเสมือนของศิลปินที่ฟังชาน ด้วยอาชีพที่ถูกสร้างขึ้นจากเพลงป๊อปหยาบโจนซึ่งสะท้อนถึงสุขภาพทางอารมณ์ของเธอโดยตรง อัลบั้มนี้ยังได้ร่วมงานกับนักแต่งเพลงที่เธอไว้วางใจอย่าง "Joy Williams" (the Civil Wars) และ "Ruston Kelly" รวมถึง "King Henry" ซึ่งเป็นสามีของเธอที่มีส่วนร่วมในงานเขียนเพลงอัลบั้มนี้ทั้งหมด



### New Kids on the Block – Still Kids

New Kids on the Block ยังคงเล่นสนุกด้วยกันผ่านเสียงเพลงเหมือนเช่นวันวานที่จนถึงตอนนี้ก็ผ่านมา 35 ปีแล้ว และหลังจากฉลองกว่า 3 ทศวรรษบนเส้นทางดนตรีไปเมื่อวันที่ 24 เมษายนที่ผ่านมา ต้นตำรับบอยแบนด์ก็ได้วางจำหน่ายอัลบั้มแรกในรอบ 11 ปี กับ Still Kids ที่เป็นการมอญย้อนกลับไปในอาชีพการงานของพวกเขา ที่มีทั้งสุขและทุกข์ปะปนกัน



### Post Malone - I Had Some Help (feat. Morgan Wallen)

Post Malone ศิลปินฮิปฮอป-ร็อก กลับมาสร้างความแปลกใหม่ให้กับแฟนฯ ด้วยการเดบิวต์แนวเพลงคันทรี่-ป๊อป จังหวะสนุกอย่าง "I Had Some Help" ที่ได้ศิลปินคันทรี่ตัวพ่อชาวอเมริกันอย่าง Morgan Wallen มาร่วมพีเจจอร์จและร้อยเรียงออกมาเป็นความสมบูรณ์ของซิงเกิ้ลที่ให้กลิ่นอายความแตกต่างจากอัลบั้มก่อนๆ อย่างชัดเจน

## Book



### คิริโกะกับคาเฟ่เยี้ยวยาใจ

สำนักพิมพ์: Piccolo

ผู้เขียน: โมริซาวะ อากิโอะ

ผู้แปล: พิมพ์รัก สุขสวัสดิ์

ราคา: 389 บาท

คิริโกะ หญิงสาวแสนสวยทรงเสน่ห์แต่นิสัยสุดแปลกแถมยังขงเครื่องดื่มไม่ได้เรื่อง แต่กลับเป็นเจ้าของร้านกาแฟโซะะ ร้านกาแฟที่เปิดเพลงเก่า ซึ่งนอกจากเสิร์ฟเครื่องดื่มแล้วยังรับจ้างคลายทุกข์ให้ชาวบ้าน...ทีมงานของร้านกาแฟโซะะ (ที่ก็แปลกไม่แพ้คุณเจ้าของร้านคนสวย) พร้อมแล้วที่จะบุกป่าฝ่าดงไปช่วยเหลือเหล่าผู้เป็นทุกข์ แม้จะด้วยวิธีที่ประหลาดไปสักหน่อยก็ตาม

SUPALAI | CONTACT CENTER



# 1720

## บริการครบ...เบ็ดเสร็จ

สื่อสารด้วยใจ | ใส่ใจทุกภารกิจ | ติดตามผล

📞 สอบถามข้อมูลโครงการ

📞 บริการหลังการขาย

📞 สอบถามโปรโมชั่น

📞 แจ้งซ่อม

📞 ติดต่อนัดเยี่ยมชมโครงการ



"SUPALAI SABAI" แอปพลิเคชันประจำบ้าน  
ให้ทุกครอบครัวศุภกาลัย ใช้ชีวิตแบบสบาย

DOWNLOAD

Download on the  
App Store

GET IT ON  
Google Play





# CHA-AM

## ชะอำ

สำหรับใครที่มองหาเมืองพักผ่อนอากาศชายทะเลที่เงียบสงบ มีธรรมชาติสวยงาม แวดล้อมด้วยบรรยากาศหมู่บ้านชายทะเลแบบไทยๆ ในยุคอดีต ที่มีครบทั้งความสะดวกสบายและความปลอดภัย สามารถเดินทางไปได้ด้วยรถยนต์ แม้จะไม่ถึงกับใกล้แต่ก็ไม่จืดจางไกล “ชะอำ” เป็นจุดหมายที่คุณกำลังมองหา

ชะอำ เป็นอำเภอหนึ่งในจังหวัดเพชรบุรี ซึ่งมีหาดทรายขาว ยาว มีธรรมชาติอุดมสมบูรณ์ เป็นแหล่งเศรษฐกิจที่สร้างรายได้ให้กับอุตสาหกรรมท่องเที่ยว ธุรกิจการโรงแรม ธุรกิจการค้าของที่ระลึก ร้านอาหาร และการประมง จัดเป็นหนึ่งในสถานที่ท่องเที่ยวตากอากาศชายทะเลที่ได้รับความนิยมในระดับต้นๆ ของไทย คำขวัญของชะอำคือ “ทะเลใส หาดทรายขาว เจ้าพ่อเขาใหญ่ศักดิ์สิทธิ์ คนจิตใจงาม” การเดินทางจากกรุงเทพฯ ใช้เวลาราว 3-4 ชั่วโมง

ระยะทาง 163 กิโลเมตรตามทางหลวงหมายเลข 4 หรือใครอยากนั่งรถไฟไปเที่ยวชะอำ ก็ได้บรรยากาศย้อนยุคโรแมนติคดี มีบริการรถไฟออกจากสถานีรถไฟหัวลำโพง และสถานีรถไฟธนบุรี (บางกอกน้อย) ไปเพชรบุรีและอำเภอชะอำทุกวัน ราคาสบายๆ

เดิมชะอำมีชื่อว่า “ชะอาน” เล่ากันว่าในสมัยกรุงศรีอยุธยาครั้งสมเด็จพระนเรศวรมหาราชและสมเด็จพระเอกาทศรถ ขณะยกทัพมาทางใต้ได้ทรงนำทัพมาที่เมืองนี้เพื่อไพร่พล ช้าง ม้าและล้างอานม้า

จึงได้ชื่อว่า “ชะอาน” ต่อมาชื่อนี้จึงเพี้ยนมาเป็น “ชะอำ”

ชะอำเริ่มเป็นที่รู้จักกันในสมัยรัตนโกสินทร์ จากการที่มีเส้นทางรถไฟตัดมาที่หัวหินตั้งแต่ยุครัชกาลที่ 5 ทำให้เหล่าชนชั้นสูงโดยเฉพาะราชินิกุลและตระกูลขุนนางในสมัยรัชกาลที่ 6 ให้ความสนใจมาจับจองพื้นที่และสร้างบ้านพักตากอากาศในย่านหัวหินกันมากมาย โดยเฉพาะอย่างยิ่งเมื่อพระบาทสมเด็จพระมงกุฎเกล้าเจ้าอยู่หัวทรงสร้างพระตำหนัก



พระราชานิเวศน์มฤทายวันขึ้นที่หัวหิน ทำให้พื้นที่ใกล้สถานีรถไฟในย่านนี้มีชื่อเสียงขึ้น จนที่ดินแถบชายทะเลถูกจับจองหมด พวกเจ้านายชั้นผู้ใหญ่สมัยนั้นจึงพยายามหาสถานที่พักผ่อนแห่งใหม่ โดยการนำของพระเจ้าบรมวงศ์เธอ กรมพระยานราธิประพันธ์วงศ์ และได้พบว่าหาดชะอำเป็นชายหาดที่สวยงามไม่แพ้หัวหิน ส่งผลให้ชายหาดชะอำซึ่งเป็นพื้นที่ใกล้เคียงกับหัวหินได้รับความสนใจและถูกจับจองไปด้วย

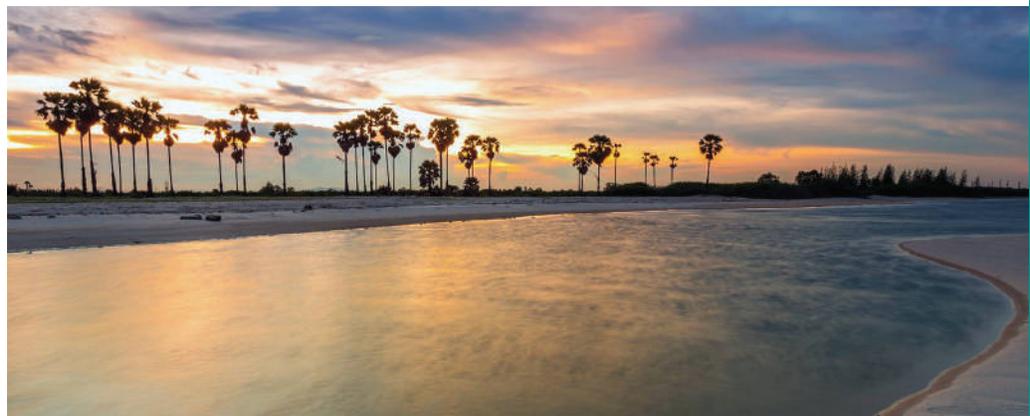
ชายหาดชะอำในอดีตยังไม่ได้รับการพัฒนา จนกระทั่งปี พ.ศ. 2464 พระเจ้าบรมวงศ์เธอ กรมพระนราธิประพันธ์วงศ์ และพระบรมวงศานุวงศ์ข้าราชการ ได้ออกสำรวจพื้นที่ชายทะเลที่ชะอำ และได้ทรงมาจับจองที่ดินชายทะเลตำบลชะอำ ตั้งแต่ครั้งยังเป็นป่า ส่วนด้านชายทะเลเป็นดงกระบองเพชรป่าหนามเสมาสลับกับต้นมะขามเทศ และต้นรัก ชาวบ้านชะอำส่วนใหญ่เดิมประกอบอาชีพเกษตรกรรม ทำนา ทำไร่สับปะรด และทำการประมง หมู่บ้านชะอำตั้งอยู่หลังสถานีรถไฟ บ้านชะอำทางทิศตะวันตกของทางรถไฟ หมู่บ้านชายทะเลนี้เดิมเป็นเพียงหมู่บ้านเล็กๆ ที่บ้านปากคลอง



และบ้านหนองแจง ต่อมาเมื่อชะอำเริ่มเป็นที่รู้จักในฐานะที่เป็นเมืองชายทะเลที่สงบเงียบ ธรรมชาติสวยงาม อีกทั้งมีแหล่งน้ำจืดที่อุดมสมบูรณ์ ก็ทำให้มีราษฎรอพยพมาปลูกสร้างบ้านเรือนอยู่อาศัยเพิ่มขึ้นเรื่อยๆ จากชุมชนเล็กๆ ขยายตัวเป็นชุมชนใหญ่ มีการรวมตัวจัดตั้งเป็นหมู่บ้าน ชื่อว่าหมู่บ้าน "สหคาม" โดยพระบาทสมเด็จพระมงกุฎเกล้าเจ้าอยู่หัว ได้โปรดเกล้าฯ แต่งตั้งพระเจ้าบรมวงศ์เธอ กรมพระนราธิประพันธ์วงศ์เป็นผู้ใหญ่บ้านคนแรก

พระเจ้าบรมวงศ์เธอ กรมพระนราธิประพันธ์วงศ์ ได้ทรงวางผังเมืองชะอำ วางผังตัดถนน และมีพระประสงค์เพื่อให้ชะอำเป็นที่พัก

ตากอากาศตามแผนพัฒนาชะอำที่พระองค์ได้จัดทำขึ้น โดยมีกรมหมื่นพิทยาลงกรณ์ เจ้าพระยาธรรมศักดิ์มนตรี และพระยามโนปกรณ์ฯ ร่วมเป็นที่ปรึกษา แผนพัฒนาชะอำมุ่งที่จะสร้างความเจริญทั้งด้านสาธารณูปโภคและสาธารณูปการ พร้อมทั้งบริการด้านการท่องเที่ยวด้วย แบ่งการพัฒนาเป็น 2 ระยะ คือ ระยะแรกและระยะยาว ระยะแรกเป็นการจัดสรรที่ดินชายทะเลด้านทิศตะวันตกสำหรับแผนระยะยาวมุ่งที่จะสร้างความเจริญให้กับบ้านเมืองและจัดตั้งเป็นชุมชนพักผ่อนตากอากาศ จนต่อมามีการออกพระราชบัญญัติจัดตั้งเป็นสภาจัดบำรุงสถานที่ชายทะเลทิศ



เขื่อนแก่งกระจาน

ฟาร์มทะเลตัวอย่างในสมเด็จพระนางเจ้าสิริกิติ์ พระบรมราชินีนาถ



“  
**สิ่งที่น่าสนใจในชะอำ  
 และพื้นที่ใกล้เคียงมีมากมาย  
 ทั้งชายหาด วัด วัง  
 โบราณสถาน เขื่อน และ  
 เกี่ยวชมวิถีชุมชนพื้นถิ่น**  
 ”

ตะวันตก ในสมัยพระบาทสมเด็จพระปกเกล้า-  
 เจ้าอยู่หัวซึ่งหลังการเปลี่ยนแปลงการปกครอง  
 จึงยกฐานะเป็นเทศบาลตำบลชะอำ

ผู้ที่เดินทางมาที่นี่จะเห็นว่า สามแยก  
 ชายทะเลเข้าสู่หาดชะอำมีอนุสาวรีย์กรมพระ-  
 นราธิประพัทธ์พงศ์ผู้ทรงบุกเบิกชายหาดชะอำ  
 จากพื้นที่ป่ามาเป็นชายหาดที่มีชื่อเสียงระดับต้นๆ  
 ของประเทศไทย และชื่อเสียงของชะอำในทุกวันนี้  
 ก็ได้โด่งดังไกลไปในระดับสากล ทั้งด้วยการบอกเล่า  
 ของบรรดานักท่องเที่ยวจากแหล่งต่างๆ ที่มาเยือน  
 และด้วยกิจกรรมเด่นๆ อย่างเช่น “เทศกาลว่าว  
 นานาชาติ” ซึ่งจัดขึ้นที่หาดชะอำเมื่อไม่นานมานี้  
 ทำให้ชะอำเป็นที่รู้จักไปทั่วโลก

สิ่งที่น่าสนใจในชะอำและพื้นที่ใกล้เคียงมี  
 มากมาย ทั้งชายหาด วัด วัง โบราณสถาน เขื่อน  
 และเที่ยวชมวิถีชุมชนพื้นถิ่น โดยมีไฮไลต์สำคัญ  
 คือ ชายหาดชะอำ ที่รื่นรมย์และเงียบสงบกว่ามาก  
 หากเทียบกับหัวหิน พัทยา หรือป่าตอง เหมาะกับ  
 การนอนเล่นรับลมทะเลให้เย็นกายเย็นใจ หรือถ้า  
 ใครอยากไปช้อปปิ้งเล่นดูโน่นดูนี่ทั้งในชะอำและใน  
 เขตจังหวัดเพชรบุรีก็มีสถานที่ที่น่าสนใจให้ดูเยอะแยะ  
 เช่น พระราชวังบ้านปืน พระนครคีรี พระราชนิเวศน์  
 มฤคทายวัน พระบรมราชานุสาวรีย์สมเด็จพระ-  
 นเรศวรมหาราช วัดใหญ่สุวรรณาราม วัดชะอำคีรี  
 วัดเนรัญชราราม วัดโตนดหลวง วัดถ้ำแดง วัดไทรย้อย  
 วัดห้วยทรายใต้ วัดนายาง วัดมหาธาตุวรวิหาร วัด  
 ถ้ำเขาหลวง เขื่อนแก่งกระจาน อ่างเก็บน้ำห้วย  
 ตะแปด สวนสัตว์ห้วยทราย หาดค่ายพระรามหก  
 วนอุทยานชะอำ อุทยานสิ่งแวดล้อมนานาชาติสิรินธร  
 ศูนย์การพัฒนาห้วยทรายอันเนื่องมาจากพระราชดำริ  
 วนอุทยานเขานางพันธุรัต จุดชมวิวสะพานปลา  
 ชะอำ และสะพานปูซึก



โครงการศึกษาวิจัยและพัฒนาสิ่งแวดล้อมแหลมผักเบี้ย อันเนื่องมาจากพระราชดำริ



พระนครคีรี

พระราชนิเวศน์มฤคทายวัน



พระราชนิเวศน์



สี่สัปดาห์สโตร์การท่องเที่ยวที่เป็นหนึ่งในเอกลักษณ์ริมชายหาดชะอำคือ การขี่ม้าริมทะเล ในช่วงบ่ายแดดร่มลมตลก กินลมชมวิวกะเลเพลินๆ หรือใครชอบขี่จักรยานชมธรรมชาติก็เหมาะมาก ได้ออกกำลังกาย ได้เห็นความสวยงามของหาดทราย ชายทะเล และยังมีร้านค้าพื้นถิ่นน่ารักๆ โรงแรมบูติกสวยๆ คาเฟ่เก๋ๆ ร้านอาหารที่ระลึก และร้านอาหารดีๆ มากมายให้แวะชมและชิม เหมาะกับคนที่ชอบชีวิตท่องเที่ยวแบบช้าๆ สบายๆ ทำให้ชะอำเป็นที่นิยมสำหรับคู่รักที่มองหาสถานที่พักผ่อนดีๆ โรแมนติก ผู้สูงอายุที่ชอบความสงบ คนที่ชอบกิจกรรมกลางแจ้งหรือกีฬาทางน้ำ รวมถึงครอบครัวที่มีเด็กเล็กที่ต้องการความปลอดภัยและปราศจากความวุ่นวายจากพ่อค้าแม่ค้าริมชายหาด

อีกหนึ่งสิ่งน่าประทับใจของการมาเยือนเมืองชายทะเลอย่างชะอำคือ อาหารทะเลสดอร่อย ในราคาเป็นกันเอง ท่ามกลางบรรยากาศธรรมชาติและบริการด้วยน้ำใจของผู้ประกอบการท้องถิ่น และผลิตภัณฑ์อาหารทะเลแปรรูปคุณภาพดีราคาย่อมเยาสำหรับเป็นของฝากที่ถูกใจให้กับคนทางบ้าน

ใครที่กำลังแพลนทริปวันหยุด ลองแวะมาสัมผัสความสุขแบบแตกต่างที่ชะอำสักครั้ง อาจจะติดใจไปนาน



สถานีเพาะเลี้ยงและขยายพันธุ์สัตว์ป่าห้วยทราย

Located less than 200 km south of Bangkok and just 20 km north of Hua Hin, Cha-am is a quiet Beach retreat in Petchaburi province, a long stretch of silvery sand that is far quieter than nearby Hua Hin.

Cha-am is also a popular weekend Destination for Bangkok residents who enjoy the sea, even if the sand is not as fine as at nearby Hua Hin. While it is relatively quiet, Cha-am still offers visitors a number of Beach activities, such as jet skiing and banana Boat riding, and the Seafood is as readily available and inexpensive as any Beach town in Thailand.

The colorful travel lifestyle that is one of the unique characteristics of Cha-am beach is riding a horse by the sea in the evening, enjoying the sea breeze and the sea

view. Cycling is also very enjoyable here in Cha-am because you can see the beauty of the sandy beach, lovely local shops, beautiful boutique hotels, chic cafes & souvenir shops and many great restaurants.

อ้างอิง:  
[http://www.cha-amcity.go.th/site/index.php?option=com\\_content&view=article&id=50&Itemid=76](http://www.cha-amcity.go.th/site/index.php?option=com_content&view=article&id=50&Itemid=76)  
<https://www.tourismthailand.org/Destinations/Provinces/Cha-am/241>

เครดิตรูปภาพ:  
<https://www.tourismthailand.org/Destinations/Provinces/Cha-am/241>

ภาพ พระราชนิเวศน์ พระราชนิเวศน์มฤคทายวัน และ พระนครคีรี: Supanut Arunoprayote



วัดบ่อย



# SIAM SQUARE

## สยามสแควร์

ถ้าพูดถึงย่านชุมชนธุรกิจศูนย์กลางของมหานครใหญ่ในโลก ที่มีชื่อเสียงทั้งในฐานะที่เป็นแหล่งบันเทิง แหล่งสังสรรค์ของผู้คน และเป็นแลนด์มาร์คสำคัญที่นักท่องเที่ยวจะต้องไปสัมผัส เช่น ย่านไทมส์แควร์ในนิวยอร์ก ย่านชิบูยะและย่านฮาราจูกุในโตเกียว ย่านจิมซาจุ่ยในฮ่องกง ถนนช็องเซลีเซในปารีส หรือถนนออร์ชาร์ดในสิงคโปร์ แน่ใจว่าย่านที่เป็นศูนย์กลางธุรกิจอันดับหนึ่งในกรุงเทพฯ ก็ต้องเป็น 'สยามสแควร์' ซึ่งเป็นศูนย์รวมความบันเทิงของผู้คนโดยเฉพาะกลุ่มวัยรุ่นที่ได้รับการปรับปรุงให้ทันสมัยและพัฒนาให้ดีขึ้นเรื่อยๆ อย่างต่อเนื่องมาตั้งแต่อดีตจนถึงปัจจุบัน



ข้อมูลอ้างอิงจากเว็บไซต์ศิลปวัฒนธรรมซึ่งเขียนโดย ศราวีน ปานชัย ระบุว่า พื้นที่สยามสแควร์อยู่ภายใต้การดูแลของจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย เดิมเคยเป็นแปลงผัก จนกระทั่งในปี 2505 ภายใต้การปกครองของ พลเอก ประภาส จารุเสถียร ได้มีคำสั่งให้จุฬาฯ พัฒนาพื้นที่นี้เพื่อประโยชน์ทางเศรษฐกิจ ให้กลายเป็นแหล่งรวมความบันเทิงหลากหลายชนิด เพื่อรองรับกิจกรรมทางเศรษฐกิจของคนกรุงเทพฯ เกิดเป็นศูนย์การค้า อาคารพาณิชย์ ตลาด โรงหนัง โรงแรม ลานโบว์ลิง ไอซ์สเกต ฯลฯ โดยมีการเปลี่ยนชื่อโครงการจาก ปทุมวันสแควร์ เป็น สยามสแควร์ ที่กลายเป็นแลนด์มาร์กสำคัญของกรุงเทพฯ มาตั้งแต่ปี 2020 โดยศูนย์การค้าแรกที่เปิดในพื้นที่ใกล้เคียงกันคือ สยามเซ็นเตอร์ มีการ



เปิดโรงภาพยนตร์ 3 แห่ง คือ สยาม ลีโด และสกาลา ตามมาด้วยการเกิดของ ห้างมาบุญครอง ในพื้นที่ต่อเนื่องกันในปี 2528

พื้นที่แห่งนี้เป็นศูนย์กลางธุรกิจและศูนย์รวมของวัยรุ่นในกรุงเทพฯ ที่เฟื่องฟูที่สุดมาจนถึงช่วงวิกฤตเศรษฐกิจในปี 2540 ทางผู้บริหารได้พยายามฟื้นฟูเศรษฐกิจของย่านให้ดีขึ้นโดยการพัฒนาพื้นที่ เซ็นเตอร์พอยท์ ซึ่งเปิดดำเนินการในปี 2542 และมีปัจจัยบวกคือการเปิดตัวของรถไฟฟ้า BTS และการร่วมมือของ บริษัท สยามพิวรรธน์ จำกัด ซึ่งมีศูนย์การค้าในพื้นที่ย่านนี้ด้วยกันถึง 3 แห่ง คือ ศูนย์การค้าสยามเซ็นเตอร์ ศูนย์การค้าสยามดิสคัฟเวอรี และศูนย์การค้าสยามพารากอน เป็นรายแรกที่นำร่องจับมือกับ BTS ทำทางเชื่อมจากสถานีรถไฟเข้าสู่อาคาร ทำให้ผู้คนเดินทางเข้ามาได้สะดวกและถือเป็นจุดเปลี่ยนเชิงยุทธศาสตร์ของธุรกิจค้าปลีกบนพื้นที่ทำเลนี้

แม้จะผ่านความยากลำบากในช่วงวิกฤตทางการเมืองช่วงปี 2553 ทำให้เกิดความเสียหายจากเพลิงไหม้ แต่ก็มีการสร้างพื้นที่อาคารใหม่ๆ ขึ้นทดแทน คือ สยามสแควร์วัน ซึ่งเปิดให้บริการในปี 2557 ตามมาด้วยโครงการ สยามสแควร์ และการพัฒนาพื้นที่โดยรวมเป็น Walking Street เติมรูปแบบซึ่งแล้วเสร็จในปี 2565 โดยปัจจุบันพื้นที่ดังกล่าวนี้ประสบความสำเร็จเป็นอย่างมาก ได้รับความตอบรับจากผู้คนที่มาใช้พื้นที่ และผู้ประกอบการที่มาลงทุน รวมถึงผู้สร้างสรรค์กิจกรรมธุรกิจในพื้นที่สาธารณะที่มาร่วมดำเนินกิจกรรมในพื้นที่สยามสแควร์ ทำให้กลายเป็นพื้นที่ศูนย์กลางของเมืองที่คึกคักที่สุดโดยเฉพาะในวันสุดสัปดาห์ มีประชาชนมาใช้พื้นที่ทำกิจกรรมท่องเที่ยว จับจ่าย และพักผ่อนหย่อนใจในย่านนี้จำนวนมาก มีเยาวชนที่มีพรสวรรค์ในด้าน



ต่างๆ มาเปิดเวทีแสดงความสามารถ อีกทั้งยังเป็นพื้นที่สำคัญที่นักท่องเที่ยวจากทั่วโลกที่มายังเมืองกรุงเทพฯ จะต้องแวะมาเช็คอิน ในฐานะหนึ่งแลนด์มาร์กสำคัญของกรุงเทพฯ ในยุคนี้ ที่มีบรรยากาศสนุกสนาน สวยงามน่าประทับใจ ทั้งในเวลากลางวันและกลางคืน

Siam Square is an area of shopping and entertainment in Bangkok, Thailand. The actual square is situated at the corner of Phayathai Road and Rama I Road, in front of the Siam BTS Skytrain station. This particular place can be regarded as the center of the capital of Thailand. Also, if you ask the residents of this city for suggestions where to find the best shopping the immediate answer is: Siam Square!

Siam Square, like the city in which it is located, is an area of contrast. In essence it is the hub of all things cool, an individual expression point where styles both shape and surface. Siam also holds claim to being the most expensive place to rent land in Bangkok. It is to The City of Angels, what Bond Street is to London and Fifth Avenue to New York, while still possessing the innovative atmosphere of Camden Town in London or Soho in New York City.

อ้างอิง:  
<https://siam-square.com/>  
[https://www.silpa-mag.com/culture/article\\_104987](https://www.silpa-mag.com/culture/article_104987)  
<https://www.blockdit.com/posts/5f1340d7f1b710cbe90752e>

# REFLECTIONS OF A NIGHTMARE

Artist: Sahapap Lertsamatijit

Venue: Number 1 Gallery, River City Bangkok

การกลับมาในนิทรรศการเดี่ยวของ สหภาพ เลิศสมาธิจิตร การสำรวจเส้นแบ่งที่บางเบาระหว่างความจริงและจินตนาการในความฝัน สะท้อนถึงวิธีที่ประสบการณ์ในแต่ละวันของเราถูกแปรเปลี่ยนเป็นภาพฝันที่ซับซ้อนและเหนือจริง เป็นการสร้างสรรค์ผลงานครั้งใหม่ที่ไม่ถูกจำกัดกฎเกณฑ์ใดๆ

ในชีวิตประจำวัน เราดำเนินชีวิตด้วยจังหวะที่คุ้นเคยและกิจวัตรที่เป็นปกติ แต่ทว่าภายใต้ความเรียบง่ายเหล่านั้นมีเรื่องราวและความหมายที่ซ่อนอยู่มากมาย เมื่อเราหลับไหล สมอของเราริมทำงานเพื่อแปรเปลี่ยนประสบการณ์เหล่านี้ให้เป็นภาพฝันที่เต็มไปด้วยความหลากหลายและความประหลาด ความฝันจึงเป็นการสะท้อนความคิดและความรู้สึกที่เราอาจไม่เคยตระหนักในยามตื่น

A return to the solo exhibition of "Sahapap Lertsamatijit, which explores the thin line between reality and imagination in dreams. This time it reflects how our daily experiences are transformed into images. Complex and surreal dream images are new creations that are not restricted by any rules.



# DEJA VU: THE LAST CHAPTER (PART 3)

Artist: Natee Utarit

Venue: Richard Koh Fine Art

การนำเสนอโดยใช้ความรู้และทักษะที่หลากหลายของ นที อุตุฤทธิ์ ครอบคลุมถึงงานกระจกสี งานปัก ประติมากรรม และงานจิตรกรรม สื่องานผสมแต่ละประเภทจะพาผู้ชมร่วมทบทวนถึงช่วงเวลาสำคัญที่มีอิทธิพลต่อรูปแบบศิลปะตะวันตกอีกครั้ง โดยเชิญชวนให้ผู้ชมครุ่นคิดทบทวนเรื่องราวที่เป็นที่ยอมรับของการพัฒนาทางวัฒนธรรมและประวัติศาสตร์

นิทรรศการ เดจา วู สื่อถึงปรากฏการณ์ "ที่ทำให้เราหวนนึกถึงฉากและเหตุการณ์ต่างๆ ราวกับเคยเกิดขึ้นมาก่อน" แสดงให้เห็นถึงความคิดของศิลปินโดยการผสมผสานการนึกถึงภาพอดีตและปัจจุบันเข้าด้วยกัน ซีรีส์เดจา วู ถือกำเนิดขึ้นครั้งแรกในปี 2562 โดยเริ่มต้นด้วยการสมมุติถึงการเดินทางของพระพุทธเจ้าไปสู่โลกทางตะวันตกเพื่อพบกับวัฒนธรรมกรีก-โรมัน และสัญลักษณ์ของชาวตะวันออกและตะวันตกอื่นๆ

The artwork presented under the title Déjà Vu uses the artist's diverse knowledge and skills, including stained glass, embroidery, sculpture, and painting, to express the artist's thoughts by combining images of the past and present together.



# SUPALAI SCENIC BAY RESORT & SPA



## The FINEST GEMS

*hidden*

WORLD-RENOWNED  
ISLAND

OF  
*Phuket*

ห้องพักรับชมวิวทะเลได้ทุกห้อง ท่ามกลางธรรมชาติอันบริสุทธิ์ สบ งดงาม ของหมู่เกาะชายฝั่งทะเลอันดามัน ยากที่จะหาแห่งใดเทียบได้  
พร้อมสระว่ายน้ำขนาดใหญ่ 3 สระ ห้องประชุมสัมมนาขนาดใหญ่ และภัตตาคารอาหารนานาชาติ ผ่อนคลายเต็มรูปแบบ  
กับสปามืออาชีพ เพื่อวันพักผ่อนที่คุณประทับใจไม่รู้ลืม

Available with 182 sea view rooms, 3 Swimming pools, Conference rooms with capacity for up to 500 persons,  
Supalai Spa and Restaurant with panoramic bay view

BOOK NOW



For reservations, please call  
Direct to hotel : 66(0) 76 302 302, 66(0) 8 1892 6943  
Line Official : @supalaireort  
Email : reservation@supalaiphuket.com  
www.supalaiphuket.com

โปรโมชั่น

จ่าย 1,000.-

รับ 150.-

• เมื่อชำระค่าห้องพัก ณ วันเข้าพัก ทุก 1,000 บาท  
รับบัตรส่วนลด 150 บาท เมื่อสั่งอาหารและเครื่องดื่ม  
ณ ห้องอาหารฟาโร ตั้งแต่ 2 ม.ค. - 23 ธ.ค. 67 เท่านั้น  
(กรุณาคัดชั้นส่วนนี้เพื่อใช้สิทธิ์ ในการเข้าพัก) ไม่สามารถใช้ร่วมกับโปรโมชั่นอื่นได้

# GARBAGE CRISIS DOUBLED WITH COVID CRISIS

## วิกฤตขยะ ซ้อน วิกฤตโควิด

จากสถานการณ์โควิด 19 ทำให้ผู้คนมีวิถีชีวิตแบบใหม่ ต้องสวมหน้ากากอนามัยทุกวัน อีกทั้งยังมีการสั่งพุดดิเลเวอร์สูงขึ้น แม้ว่าสถานการณ์จะคลี่คลายลง แต่สำหรับบางท่านยังคงต้องสวมหน้ากากอนามัยเมื่ออยู่ในพื้นที่สาธารณะเพื่อช่วยยับยั้งการแพร่ระบาดของโรค ส่งผลให้มีปริมาณขยะทั้งหน้ากากอนามัยแบบใช้ครั้งเดียวทิ้งและพลาสติกจากพุดดิเลเวอร์ที่เกิดขึ้นใหม่ทุกวัน

ประเทศไทยมีอัตราการทิ้งหน้ากากอนามัยประมาณ 1.5-2 ล้านชิ้นต่อวัน ซึ่งส่วนใหญ่ทิ้งร่วมกับขยะมูลฝอยทั่วไป และพฤติกรรมการใช้ชีวิตแบบใหม่มีอัตราการสั่งพุดดิเลเวอร์สูงขึ้น ส่งผลให้ขยะพลาสติกเพิ่มขึ้นถึง 550 ล้านชิ้นต่อปีจากสถานการณ์การแพร่ระบาดของโควิด 19 ตั้งแต่ปี 2563 ส่งผลกระทบอย่างมากต่อเศรษฐกิจและสังคม การดำรงชีวิตและสิ่งแวดล้อม นอกจากนี้ต้องเผชิญกับสภาพเศรษฐกิจที่ถดถอย โรคที่เกิดขึ้นใหม่ ภัยทางธรรมชาติที่มีแนวโน้มรุนแรงยิ่งขึ้น รวมไปถึงการเพิ่มขึ้นของปริมาณขยะหน้ากากอนามัย ขยะติดเชื้อ ขุดตรวจ ATK ขยะพลาสติกจากการให้บริการพุดดิเลเวอร์ เป็นต้น

แต่ใช้ว่าจะเกิดผลกระทบด้านลบอย่างเดียว ยังเกิดผลกระทบเชิงบวกต่อสิ่งแวดล้อมและทรัพยากรธรรมชาติ เมื่อพฤติกรรมการใช้ชีวิตของคนเปลี่ยนแปลงไป มีมาตรการจำกัดการเดินทาง การปิดแหล่งท่องเที่ยว โดยช่วงเวลานั้นธรรมชาติและระบบนิเวศได้รับการฟื้นตัว การปล่อยก๊าซเรือนกระจกลดลง การทิ้งขยะและการปล่อยน้ำเสียก็ลดลง

แม้ว่าปัจจุบันสถานการณ์การแพร่ระบาดของโควิด 19 จะเริ่มคลี่คลายลงแล้ว แต่เราก็ไม่ควรละเลยและยังคงต้องตระหนักในการใช้ชีวิต รู้จักปรับตัวเพื่ออยู่ร่วมกับธรรมชาติอย่างพึ่งพาอาศัยกัน ควบคู่ไปกับการดูแลสิ่งแวดล้อม และเตรียม

ความพร้อมรับมือต่อสถานการณ์ต่างๆ ธรรมชาติเป็นเรื่องของทุกคน เริ่มจากตัวเรา ทำสิ่งง่ายๆ ในชีวิตประจำวัน เช่น หลัก 7R จึงยังเป็นหลักการที่ดี มีประสิทธิภาพและเป็นทางเลือกการลดขยะพลาสติกในช่วงวิกฤตโควิด 19 ที่จะช่วยให้มีการตระหนักและปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการบริโภคของประชาชนให้รู้เท่าทันการจับจ่ายซื้อสินค้าของตนเอง มีการไตร่ตรองมองหาสิ่งที่มีอยู่หรือมีความจำเป็นก่อนการตัดสินใจซื้อสินค้าทุกครั้ง จะช่วยลดมลพิษขยะพลาสติกได้อย่างมาก อาจมีเพียงจำนวนเล็กน้อยมากที่ต้องไปอยู่ในหลุมฝังกลบและสิ่งแวดล้อม ซึ่งสอดคล้องกับหลักการเศรษฐกิจหมุนเวียน (Circular Economy) ควบคู่ไปกับการบริหารจัดการขยะพลาสติกโดยมาตรการทางกฎหมาย ให้ประเทศไทยไม่มีขยะพลาสติกใช้แล้วทิ้ง ไม่ก่อมลพิษสิ่งแวดล้อมในอนาคต ไม่เป็นประเทศอันดับ 5 ของโลกที่สร้างขยะพลาสติกมากที่สุด และก้าวสู่การพัฒนาเศรษฐกิจของประเทศได้อย่างยั่งยืน

### การส่งเสริมบทบาทและการมีส่วนร่วมของผู้บริโภคตามหลัก 7R

1. **Reduce** เป็นที่รู้กันว่า การลด คือกลไกที่ช่วยลดมลพิษพลาสติกได้มากที่สุด ซึ่งอาจทำโดยการลองคำนวณก่อนซื้อสินค้าว่าในสินค้านี้มีพลาสติกใช้ครั้งเดียวทิ้งกี่ชิ้น และเราสามารถลดใช้พลาสติกตรงส่วนไหนได้บ้าง

2. **Reuse** การใช้ซ้ำเป็นแนวทางการใช้ทรัพยากรต่างๆ อย่างคุ้มค่า โดยมีหลักการง่ายๆ คือ การนำสิ่งที่มีมาใช้ซ้ำอยู่เสมอจนหมดอายุการ





ใช้งาน เช่น ขวดแก้วที่เคยเป็นขวดเครื่องดื่มนำไปเป็นกระถางต้นไม้ หรือจะใช้วิธีการ Upcycling ซึ่งเป็นการสร้างมูลค่าเพิ่มให้ของใช้ที่เราไม่ใช้ เช่น นำเสื้อยืดตัวเก่ามาปักเป็นลายให้สวยงาม หรือนำกระดาษหน้าเดียวมาเย็บเป็นสมุดจดงาน

**3. Refill** การรีฟิลก็เป็นอีกไอเดียหนึ่งที่จะช่วยลดพลาสติกจากบรรจุภัณฑ์ได้เป็นอย่างดี ในแต่ละวันเราจับจ่ายซื้อสินค้ากันโดยอาจลืมไปว่า นอกเหนือจากสินค้าที่เราได้รับแล้ว เรายังได้ขยะบรรจุภัณฑ์พลาสติกด้วย ซึ่งจากการสำรวจแบรนด์สินค้าจากขยะพลาสติกของกรีนพีซเมื่อปีที่แล้ว พบบรรจุภัณฑ์อาหารตกค้างในสิ่งแวดล้อมกว่าร้อยละ 90 ดังนั้นการนำภาชนะใช้ซ้ำที่เราไม่อยู่ไป “เติม” จึงดีกว่าการ “ซื้อใหม่” ที่จะได้ขยะพลาสติกกลับมาด้วย

**4. Return** หมายถึง การนำบรรจุภัณฑ์กลับสู่ผู้ผลิต โดยที่ผู้ผลิตเลือกใช้บรรจุภัณฑ์ขวดแก้วแทนขวดพลาสติก เพื่อให้ผู้บริโภคสามารถคืนขวดให้แก่ผู้ผลิตเพื่อนำไปผ่านกระบวนการทำความสะอาด ฆ่าเชื้อ และนำกลับมาใช้ใหม่ เพื่อให้แนวทางนี้เกิดขึ้นได้จริง ในขั้นตอนการทิ้งขยะจึงควรมีการแยกขยะโดยเฉพาะขวดแก้วไว้ต่างหาก เพื่อที่ขวดจะไม่ไปปนกับขยะประเภทอื่นจนยากแก่การรีไซเคิล และสิ่งที่คุณทำได้คือ ซื้อเครื่องดื่มหรือสินค้าจากผู้ผลิตที่รับคืนขวด ภาชนะ เพื่อนำไปผ่านกระบวนการฆ่าเชื้อแล้วหมุนเวียนมาใช้ต่อไป

**5. Repair** เพราะในปัจจุบันสินค้าหลายประเภทมีราคาถูกลงและมีโปรโมชั่นลดราคาสินค้าอยู่ตลอดเวลา ทำให้ผู้บริโภคมองว่าการซื้อใหม่นั้น

**ประเทศไทยมีสถิติการนำขยะกลับมาใช้ประโยชน์น้อยมาก ข้อมูลจากรมควบคุมมลพิษ เผยว่า ในปี 2561 มีขยะพลาสติกเพียง 500,000 ตันเท่านั้นที่เข้าสู่ระบบรีไซเคิล จากขยะทั้งหมด 27.8 ล้านตัน**

ง่ายกว่าการซ่อม ทิ้งๆ ที่การซ่อมอาจจะช่วยให้เราประหยัดค่าใช้จ่ายและเวลาได้มาก

**6. Replace** เช่น การใช้แปรงสีฟันด้ามไม้ไผ่แทนแปรงสีฟันด้ามพลาสติก ใหม่ขัดฟันจากไหมธรรมชาติแทนไหมขัดฟันแบบพลาสติก สบู่ก้อนแบบไม่ห่อหุ้มบรรจุภัณฑ์แทนสบู่ในขวดบรรจุภัณฑ์พลาสติก เป็นต้น

**7. Recycle** เป็นแนวทางที่คนไทยส่วนใหญ่คุ้นหูกันดีอยู่แล้ว แต่ในความเป็นจริง ประเทศไทยมีสถิติการนำขยะกลับมาใช้ประโยชน์น้อยมาก ข้อมูลจากรมควบคุมมลพิษเผยว่า ในปี 2561 มีขยะพลาสติกเพียง 500,000 ตันเท่านั้นที่เข้าสู่ระบบรีไซเคิล จากขยะทั้งหมด 27.8 ล้านตัน และมีขยะนำไปกำจัดอย่างไม่ถูกต้องถึง 7.15 ล้านตัน ซึ่งทำโดยการเทกองและเผากลางแจ้ง ดังนั้นจึงมีความ

เป็นไปได้มากกว่าขยะเหล่านั้นกำลังตกค้างอยู่ในสิ่งแวดล้อม เราไม่อาจทราบได้ว่า ขยะที่เราทิ้งไปจะถูกนำไปรีไซเคิลหรือไม่ เพราะการรีไซเคิลมีหลายปัจจัยเข้ามาเกี่ยวข้อง เช่น การเก็บรวบรวมขยะชนิดนั้นๆ เครื่องจักร และกฎหมายร่วมด้วย

ดังนั้นถ้าลองปรับเปลี่ยนพฤติกรรมภายใต้ 7R ข้างต้นแล้ว ก็สามารถมั่นใจได้ว่าเรามีส่วนช่วยลดมลพิษพลาสติกได้อย่างมาก และอาจมีขยะเพียงจำนวนเล็กน้อยมากๆ ที่ต้องไปอยู่ในหลุมฝังกลบและสิ่งแวดล้อม ซึ่งสอดคล้องกับหลักการเศรษฐกิจหมุนเวียนตามคำนิยามของสหประชาชาติ

The COVID19 crisis has created a waste crisis that has worsened due to the dramatic increase in resource use. Thailand has a rate of discarding approximately 1.5 -2 million masks per day. Most of which are discarded together with general waste, and new lifestyle behaviors have led to an increase in food delivery orders. As a result, plastic waste has increased by 550 million pieces per year due to the COVID-19 outbreak since 2020, having a huge impact on the economy and society, livelihoods, and the environment. To solve this problem is by following the 7R principles, which include: Reduce, Reuse, Refill, Return, Repair, Replace and Recycle.

ที่มา: <https://www.salika.co/2020/07/02/7r-solve-waste-management-in-covid-crisis/>

## เปิดตัวยิ่งใหญ่ “ศุภาลัย ไอคอน สาทร์” มิกซ์ยูสระดับลักซ์ชัวรี แลนด์มาร์กใหม่ บนที่ดินผืนงาม ใจกลางสาทร



บมจ. ศุภาลัย เปิดอาณาจักรมิกซ์ยูสระดับลักซ์ชัวรี มูลค่า 2 หมื่นล้านบาท ร่วมมัลโหมอภิมหาโครงการ “ศุภาลัย ไอคอน สาทร์” แลนด์มาร์กแห่งใหม่บนที่ดินผืนงามเกือบ 8 ไร่ ใจกลางสาทร ประกอบด้วยคอนโดมิเนียมสุดหรู พื้นที่อาคารสำนักงานเกรด A พื้นที่ร้านค้าสุดเอกซ์คลูซีฟ Service Residence และสิ่งอำนวยความสะดวกที่ครบครัน

การออกแบบภายนอกอาคาร ด้วยเส้นสายลวดลายแบบออสเตรเลีย เน้นความเป็นธรรมชาติ มีพื้นที่สีเขียวกว่า 2 ไร่ รายล้อมด้วยสวนแสนรื่นรมย์ Forest Garden, Green Vertical Wall, Pool Deck อีกทั้งประติมากรรมที่มีเอกลักษณ์โดดเด่นของประเทศออสเตรเลีย เช่น หมูจิ้งจอกกระโดดที่อยู่หน้าโครงการ หมูโคล่าเรื่องแสงสีขาว บริเวณ Drop Off ตลอดจนการอนุรักษ์ต้นไม้ใหญ่ที่มีอยู่เดิม ส่วนการตกแต่งภายในอาคารเน้นประโยชน์ใช้สอย และวัสดุเกรดพรีเมียมจากทั่วโลก

**คอนโดมิเนียมระดับลักซ์ชัวรี** ประกอบด้วยอาคารชุดพักอาศัยจำนวน 1 อาคาร สูง 56 ชั้น และมีพื้นที่สีเขียวกว่า 2 ไร่ จำนวนห้องชุดพักอาศัย 720 ยูนิต ขนาดเริ่ม 42-438 ตารางเมตร ประกอบด้วยห้องพักอาศัยแบบ 1-4 ห้องนอน รูปแบบ Typical Room และ Duplex Room ราคา 8.9-134 ล้านบาท พร้อมสิ่งอำนวยความสะดวกอย่างมหาศาลในระดับ World Class ที่จัดเต็มเพื่อผู้พักอาศัย

**อาคารสำนักงานเกรด A และพื้นที่ร้านค้า** ประกอบด้วยจำนวน 1 อาคาร ความสูง 14 ชั้น พื้นที่ประมาณ 24,063 ตารางเมตร ภายใต้แนวคิด “Connect Every Moment to Success” รองรับการใช้ชีวิตช่วงเวลากลางวันของการทำงานด้วยพื้นที่สำนักงาน ตอบโจทย์กลุ่มลูกค้าองค์กรที่ต้องการสำนักงานที่กว้างขวางและหรูหรา โดยมี การจัดวางผังสำนักงานให้ยืดหยุ่นเพื่อรองรับความต้องการในการประกอบธุรกิจทุกรูปแบบ และมีพื้นที่ร้านค้าเชิงพาณิชย์ สำหรับธุรกิจร้านอาหารชั้นนำ คอฟฟี่ช็อป ร้านสะดวกซื้อ ซึ่งจะเป็แหล่งรวมสำหรับการนัดพบปะสังสรรค์และช้อปปิ้ง บนถนนสาทร อีกทั้งยังรองรับช่วงเวลากลางคืนของการพักผ่อนของผู้พักอาศัยคอนโดมิเนียมระดับลักซ์ชัวรี

**บนสุดยอดศักยภาพของทำเลถนนสาทร** แวดล้อมด้วยย่านธุรกิจการค้าที่สำคัญ สถาบันการศึกษาชั้นนำ อาคารสำนักงานขนาดใหญ่ สะดวกสบายทุกการเดินทาง ใกล้ทุกการเชื่อมต่อกับโครงข่ายคมนาคมที่รวดเร็ว ได้แก่ รถไฟฟ้า MRT สถานีคูมพินี รถไฟฟ้า BTS สถานีช่องนนทรี รถไฟฟ้า BTS สถานีศาลาแดง รถโดยสารด่วนพิเศษ BRT สถานีสาทร และสามารถเชื่อมต่อด่านขึ้นลงทางด่วนด้านพระราม 4 ด้านขึ้นลงทางด่วนสาทร

**“ศุภาลัย ไอคอน สาทร์” #supalaiicon** พร้อมที่จะให้ทุกท่านได้เข้าชมโครงการจริง วิวจริงได้แล้ววันนี้ ณ โครงการศุภาลัย ไอคอน สาทร์



สอบถามข้อมูล โทร. 1720 หรือดูรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่ [www.supalai.com](http://www.supalai.com)

Supalai Public Company Limited launched the project “Supalai Icon Sathorn”, a luxury mixed-use empire valued at 20 billion baht. This project is located on a prime location of nearly 8 rai in the heart of Sathorn, consisting of luxury condominiums, first-class office space, exclusive retail space and service residence with complete facilities.

The exterior design of the building uses Australian pattern lines to emphasize nature. The project has more than 2 rai of green space to enjoy the natural atmosphere with preserving existing large trees, surrounded by a Forest Garden, Green Vertical Wall, and Pool Deck. Outstanding with unique Australian characteristic sculptures, such as a group of jumping kangaroos in front of the project and white glowing koala bear in the drop off area. The interior decoration of the building emphasizes functionality and premium grade materials from around the world.

Supalai Icon Sathorn project is now ready to be opened for customers to visit from the actual location. For more information please call 1720 or visit [www.supalai.com](http://www.supalai.com)



# ศุภาลัยพนิค ทีโอเอ ปันนวัตกรรมที่อยู่อาศัยสีเขียว พุดโปรเจกต์ยักษ์ ‘ฝ้ายปซัม & สิริรักษ์โลก’ เดินหน้าสู่องค์กร Zero Waste อย่างยั่งยืน



หนึ่งในเรื่อง que ศุภาลัยเน้นย้ำและผลักดันมาตลอด คือ การคัดสรรวัสดุก่อสร้างจากพันธมิตรธุรกิจ ที่เน้นประหยัดพลังงาน ลดความร้อน ลดการปล่อยก๊าซเรือนกระจก ลดการใช้ น้ำ รวมถึงการบริหารจัดการขยะและวัสดุเหลือใช้ในงานก่อสร้าง (Waste Management) ให้เหลือน้อยที่สุดหรือเป็นศูนย์ ซึ่งสามารถนำเศษวัสดุก่อสร้างมาต่อยอดให้เกิดมูลค่าและประโยชน์สูงสุด โดยบริษัทฯ ได้มีการหารือ พุดคุยและร่วมมือกับพันธมิตรธุรกิจวัสดุก่อสร้างอย่างต่อเนื่อง เพื่อช่วยกันคิดค้นนวัตกรรมและพัฒนากระบวนการก่อสร้าง พร้อมการวางแผนจัดการที่ดีทั้งในโครงการบ้านและคอนโดมิเนียมของศุภาลัย

โดยเฉพาะพันธมิตรที่สำคัญอย่างทีโอเอ ที่มีจุดมุ่งหมายร่วมกันจนทำให้เกิดโปรเจกต์ยักษ์ ‘ฝ้ายปซัม รักษ์โลก’ นำร่อง 2 โครงการคอนโดมิเนียม ‘ศุภาลัย ลอฟท์ สถานีเกษียณ และ ซิตี้โฮมสามมบินน้ำ-รัตนธิเบศร์’ โดยการนำเศษผ้าที่เหลือใช้จากงานก่อสร้างหน้างาน นำมาผ่านกระบวนการใหม่ที่ได้คุณภาพมาตรฐานดีเหมือนเดิม และยังช่วยลดวัสดุเหลือใช้ นำมาใช้ให้เกิดประโยชน์สูงสุด รวมทั้งนวัตกรรม ‘สิริรักษ์โลก รุ่น Expert’ ที่ช่วยลดก๊าซเรือนกระจกจากการลดการใช้สีรองพื้น สำหรับโครงการบ้านและคอนโดมิเนียมของศุภาลัย โดยทั้ง 2 นวัตกรรมดังกล่าว สามารถช่วยลดก๊าซเรือนกระจกได้ถึง 332,179 กิโลกรัมคาร์บอนไดออกไซด์

เทียบเท่า ชดเชยการปลูกต้นไม้ได้ถึง 19,313 ต้นภายใน 1 ปี ลดการใช้ น้ำได้ถึง 98,347 ลิตรต่อปี ตลอดจนยังมี การตั้งเป้าหมายใช้นวัตกรรมฝ้ายปซัม รักษ์โลก อีก 23 โครงการใหม่ ทั้งแนวราบและคอนโดมิเนียม ภายในปี 2567

#ศุภาลัยสร้างดี สร้างที่อยู่อาศัยสีเขียว ร่วมกับทีโอเอ สู่การเป็นผู้พัฒนาที่อยู่อาศัยชั้นนำที่ใส่ใจสิ่งแวดล้อม เพื่อขับเคลื่อนองค์กรสู่เป้าหมายการพัฒนาอย่างยั่งยืนร่วมกัน พร้อมส่งมอบ “ที่อยู่อาศัยรักษ์โลก” ที่ได้คุณภาพมาตรฐานระดับสากลให้กับลูกค้าศุภาลัยทั่วประเทศ สามารถติดตามข่าวสารเพิ่มเติมได้ที่ [www.supalai.com](http://www.supalai.com) หรือ Facebook: Supalai



Supalai places importance on developing green housing innovations by selecting construction materials from business partners that focus on saving energy, reducing heat, reducing greenhouse gas emissions, reducing water use and efficient waste management. The company joined hands with TOA to initiate the eco-friendly ceiling and paint innovation project, aiming to be a leading housing developer that cares about the environment and drives the organization towards sustainable development goals.

## ศุภาลัย สร้างดี เพิ่มพื้นที่สีเขียวใกล้กรุง ลุยพลิกพื้นที่ดิน จ. ปทุมฯ ขนทัพพนักงานสายกรีน เดินหน้าปลูกต้นไม้ดูดซับคาร์บอน



ศุภาลัยเดินหน้าขับเคลื่อนองค์กรสู่เป้าหมายลดการปล่อยก๊าซเรือนกระจก 40% ภายในปี 2573 จาก BAU (Business As Usual) โดยหนึ่งในกิจกรรมที่บริษัทฯ ดำเนินการมาตลอด นั่นก็คือการลงพื้นที่ปลูกต้นไม้เพื่อพลิกฟื้นคืนสมดุลให้กับระบบนิเวศให้ดินป่าประเทศไทย และลดผลกระทบจากปรากฏการณ์โลกร้อนที่จะตามมา ในโอกาสที่ศุภาลัยครบรอบ 35 ปี บริษัทฯ แท็กทีมผู้บริหารและพนักงานที่มีหัวใจรักโลกและสิ่งแวดล้อมกว่า 150 คน ร่วมสร้างดีในกิจกรรม “ป่าสร้างสุข” เปลี่ยนพื้นที่บริเวณที่ดินเปล่ากว่า 22 ไร่ ณ อำเภอลำสามแก้ว จังหวัดปทุมธานี ให้อุดมสมบูรณ์ด้วยพันธุ์ไม้ท่ามกลางป่าคอนกรีต ซึ่งจะร่มรื่นไปด้วยไม้ยืนต้น ได้แก่ ตะแบก ประดู่ป่า อินทนิลน้ำมะฮอกกานี แคนนา ตีนเป็ดน้ำ ทางนกกุง จามจุรี สะเดา และกระถินเทพา โดยชาวศุภาลัยได้ร่วมกันปลูกต้นไม้จำนวนมากถึง 2,460 ต้น และเมื่อต้นไม้เจริญเติบโต จะสามารถช่วยดูดซับก๊าซเรือนกระจกได้ประมาณ 36,000 กิโลกรัมคาร์บอนไดออกไซด์

เทียบเท่าต่อปี อีกทั้งยังเป็นการเพิ่มพื้นที่สีเขียวและความร่มรื่นให้กับชุมชนรอบข้างพร้อมฟื้นฟูระบบนิเวศอย่างยั่งยืน รวมทั้งขับเคลื่อนธุรกิจสีเขียวตามหลัก ESG และดูดซับการปล่อยก๊าซเรือนกระจกสนับสนุนเป้าหมาย Net Zero ของประเทศไทย

On the occasion of the 35th anniversary of the company's founding, Supalai aims to reduce greenhouse gas emissions by 40% by 2030. One of the environmental activities that the company has carried out is planting trees to restore balance to the ecosystem of Thailand's forests and reduce the impact of the global warming crisis. This activity is in line with the mission to drive green business according to ESG principles and absorb greenhouse gas emissions and achieve the Net Zero goal.



## ศุภาลัย สร้างดี สัจจรลงพื้นที่แดนมังกร ฟรี! ตัดแว่นสายตาให้คนงานก่อสร้างและชุมชนรอบข้าง & บริการตรวจสุขภาพให้ลูกหลานช่างก่อสร้าง



ศุภาลัยเดินทางสานต่อ CSR for Stakeholder ภายใต้ “ศุภาลัย สร้างดี” ตอกย้ำความเป็นผู้นำ อสังหาริมทรัพย์ครอบคลุมกว่า 29 จังหวัดในประเทศไทย พร้อมขยายโซนจัดกิจกรรม “แว่นสร้างสุข ปีที่ 3” เพื่อสร้างโอกาสความเท่าเทียมด้านสุขภาพทางสายตาให้กับคนงานก่อสร้างที่อยู่แต่ละภูมิภาค นำร่องลงพื้นที่จังหวัด “นครสวรรค์” ณ โครงการ ศุภาลัย เลค แอนด์ ริเวอร์ วิลล์ ศูนย์กลางจัดกิจกรรมรองรับคนงานก่อสร้างและครอบครัวทั้งในจังหวัดนครสวรรค์และจังหวัดพิษณุโลก พร้อมเปิดโอกาสให้บุคคลทั่วไปจากชุมชนใกล้เคียงที่มีความเดือดร้อน ขาดทุนทรัพย์ ได้มีโอกาสเข้าถึงการตรวจวัดสายตาครั้งนี้อย่าง

300 ชีวิต ภายใต้การสนับสนุนงบประมาณกว่า 1,500,000 บาท

รวมทั้งกิจกรรม “น้องสุขดี ที่สุขใจ ปีที่ 2” เพื่อส่งมอบรอยยิ้มและมีส่วนร่วมในการดูแลสุขภาพที่แข็งแรงของเด็กๆ โดยได้นำทีมแพทย์และพยาบาลจิตอาสาจากโรงพยาบาลพรีนซ์ ปากน้ำโพลงพื้นที่ตรวจสุขภาพเบื้องต้นรวมถึงให้บริการฉีดวัคซีนไข้หวัดใหญ่ 4 สายพันธุ์ โดยมีลูกหลานช่างก่อสร้างและเด็กๆ ชุมชนรอบโครงการ ที่ได้เข้ารับการตรวจสุขภาพจำนวน 60 คน สามารถช่วยลดค่าใช้จ่ายให้กับพ่อแม่ของน้องๆ รวมทั้งหมด



Supalai moves forward with CSR for Stakeholders under the project “Supalai Good Build” to reinforce Thailand’s real estate leadership by expanding the activity zone of “Eyeglasses for happiness, Year 3” campaign to create equal opportunities for visual health for construction workers in each region. This project has given over 300 underprivileged people the opportunity to have access to eye exams under the budget support of over 1,500,000 baht.

In addition, Supalai also carries out a project to give smiles and good health for children by bringing a team of volunteer doctors and nurses from Prince Hospital, Pak Nam Pho, to check their health and provide 4 strains of influenza vaccination services to the builders’ children and the children in the community.

These activities are part of Supalai’s true intention to create a good society in addition to being a good home builder.



# SUPALAI RIVIERA AYUTTHAYA LUXURIOUS HOUSE ON THE WATERFRONT IN A CLASSIC EUROPEAN STYLE

ศุภาลัย ริวีแยร์่า อยุรยา บ้านหรูริมน้ำ สไตลียุโรปคลาสสิก



โครงการบ้านเดี่ยว 2 ชั้น ระดับ Luxury สถาปัตยกรรมยุโรปคลาสสิก ท่ามกลางบรรยากาศริมน้ำ ซึ่งมีขนาดพื้นที่โครงการทั้งหมดกว่า 29 ไร่ เอกสิทธิ์เพียง 95 ครอบครัวเท่านั้น ราคาเริ่มต้นเพียง 7.74-25 ล้านบาท มีให้เลือกมากถึง 6 แบบ กับบ้านขนาดใหญ่ด้วยพื้นที่ใช้สอยตั้งแต่ 208-417 ตร.ม. ได้แก่ แบบบ้าน MONTANA ที่ได้รับการออกแบบให้มีความภูมิฐานโดดเด่นด้วยโถงสูง DOUBLE VOLUME พื้นที่ใช้สอยถึง 417 ตร.ม. 5 ห้องนอน 7 ห้องน้ำ 2 ส่วนพักผ่อน 1 ห้องแม่บ้าน 3 ที่จอดรถ แบบบ้าน ROSSELLA มีบันไดชานพักโค้ง สอดรับกับผนังและช่องหน้าต่างกระจกโค้งสูงถึงเพดาน เพิ่มความโอโง่งและภูมิฐาน พื้นที่ใช้สอย 330 ตร.ม. 4 ห้องนอน 6 ห้องน้ำ 2 ส่วนพักผ่อน 1 ห้องแม่บ้าน 3 ที่จอดรถ แบบบ้าน GROSSO ห้องนอนใหญ่ MASTER BEDROOM พร้อมห้องแต่งตัว WALK IN CLOSET และเชื่อมต่อภายนอกด้วยระเบียงขนาดใหญ่ พื้นที่ใช้สอย 295 ตร.ม. 4 ห้องนอน 6 ห้องน้ำ 2 ส่วนพักผ่อน 1 ห้องแม่บ้าน 3 ที่จอดรถ แบบบ้าน JASMINE ระเบียงพักผ่อนขนาดใหญ่ที่เชื่อมต่อระหว่างห้องนอนใหญ่ และห้องนอน 2 พื้นที่ใช้สอย 261 ตร.ม. 4 ห้องนอน

4 ห้องน้ำ 2 ส่วนพักผ่อน 3 ที่จอดรถ แบบบ้าน GRADINO MASTER BEDROOM ออกแบบเล่นระดับพื้นที่ระหว่างห้องนอน ให้รู้สึกถึงความเป็นสัดส่วน พร้อมฝ้าเพดานสูงโปร่ง พื้นที่ใช้สอย 218 ตร.ม. 4 ห้องนอน 4 ห้องน้ำ 2 ส่วนพักผ่อน 3 ที่จอดรถ และแบบบ้าน REGINA ห้องนอนใหญ่ มีมุมพักผ่อนที่เปิดรับวิวที่กว้างกว่าด้วยหน้าต่างแบบกระจกเข้ามา พื้นที่ใช้สอย 208 ตร.ม. 4 ห้องนอน 3 ห้องน้ำ 2 ส่วนพักผ่อน 2 ที่จอดรถ

การออกแบบเน้นการอนุรักษ์พลังงาน และการเลือกใช้วัสดุระดับพรีเมียม พร้อมระบบ Home Automation ที่ควบคุมผ่าน Smart Phone พร้อมติดตั้ง Solar Rooftop ทุกหลัง รองรับการติดตั้ง EV Charger นอกจากนี้ ภายในโครงการยังมีสิ่งอำนวยความสะดวกครบครัน ได้แก่ สวนสาธารณะส่วนกลาง ท่ามกลางบรรยากาศริมน้ำ พร้อม Play Zone สโมสร พร้อม Co-Living Room ฟิตเนส สระว่ายน้ำ ระบบน้ำแร่ รวมถึงเพิ่มความมั่นใจในความปลอดภัยด้วยระบบ Visitor Management System อ่านป้ายทะเบียนรถเข้า-ออก กล้อง CCTV และเจ้าหน้าที่รักษาความปลอดภัยตลอด 24 ชั่วโมง

สามารถแวะเข้าเยี่ยมชมบ้านตัวอย่าง สไตลียุโรปคลาสสิก ที่สำนักงานขายโครงการ สอบถามข้อมูล โทร. 1720 หรือติดตามข้อมูลได้ที่ [www.supalai.com](http://www.supalai.com) และ Facebook: Supalai

Supalai Riviera Ayutthaya, a luxury 2-storey detached waterfront housing project in classic European architecture style, with a total project area of over 29 rai, exclusive to only 95 families. Prices start from just 7.45-25 million baht. The project offers up to 6 home styles to choose from, including; MONTANA, ROSSELLA, GROSSO, JASMINE, GRADINO, and REGINA, with usable areas ranging from 208-417 sq m.

Designed with an energy-saving concept, using premium materials with a Home Automation system, installing solar rooftop and supporting the installation of EV Chargers. Enjoy the perfect living with complete facilities such as a central public park amidst a waterfront atmosphere, a Play Zone, a clubhouse with Co-Living Room, a fitness center, and a swimming pool with a mineral water system. Be assured of safety with a Visitor Management System that reads license plates for entering and exiting vehicles, CCTV cameras and 24-hour security guards.

The customers can visit a classic European style model home at the sales office. For more information please call 1720 or visit [www.supalai.com](http://www.supalai.com) and Facebook: Supalai



# SUPALAI PALM SPRINGS JAMATAWEE-LAMPANG

## PREMIUM 2-STOREY DETACHED HOUSE IN A TROPICAL MODERN STYLE WITH SOLAR ROOFTOP

ศุภาลัย ปาล์มสปริงส์ จามเทวี-ลำปาง

บ้านเดี่ยวพร้อม 2 ชั้น สไตลทรอปิคอล โมเดิร์น พร้อมติด Solar Rooftop ทุกหลัง



สัมผัสประสบการณ์ใหม่แห่งการอยู่อาศัย เพื่อความภาคภูมิใจของการใช้ชีวิตกับ ศุภาลัย ปาล์มสปริงส์ จามเทวี-ลำปาง พื้นที่โครงการกว่า 25 ไร่ ครั้งแรกใน จ. ลำปาง กับบ้านเดี่ยวซีรีส์ล่าสุด สไตลทรอปิคอล โมเดิร์น ในราคาเริ่มต้น 5.66-10 ล้านบาท ที่มีให้เลือกได้ตรงใจถึง 4 แบบ บนพื้นที่ใช้สอย 208-330 ตร.ม. 4 ห้องนอน 3-6 ห้องน้ำ พร้อมด้วย 2-3 ที่จอดรถ เอกสิทธิ์เพียง 94 ครอบครัวเท่านั้นที่จะได้ครอบครองบ้านที่ผ่านการออกแบบพื้นที่ใช้สอยอย่างพิถีพิถัน โดยมาพร้อมกับสวนสาธารณะขนาดใหญ่ สระว่ายน้ำ พร้อม Jacuzzi ฟิตเนสพร้อมอุปกรณ์ครบครัน รวมไปถึงนวัตกรรมยกระดับการอยู่อาศัย Smart Urban Living เพื่อความสมบูรณ์แบบของการใช้ชีวิต ได้แก่ Solar Rooftop ที่ติดให้ทุกหลัง หลอดไฟประหยัดพลังงาน Smart Home & Security

ปลอดภัย สะดวกสบาย เพียงปลายนิ้วสัมผัส และ กระจกนอร์คซ์พลังงานช่วยลดความร้อนเข้าสู่ตัวบ้าน และให้ลูกบ้านอุ่นใจ ทั้งระบบกล้อง CCTV เจ้าหน้าที่รักษาความปลอดภัยแบบเรียลไทม์ตลอด 24 ชั่วโมง เข้า-ออกปลอดภัยด้วยระบบ LPR สแกนป้ายทะเบียนรถ และ Double Gate Security เพิ่มความปลอดภัยในโครงการ

ใช้ชีวิตอย่างภาคภูมิใจบนทำเลศักยภาพ รายล้อมไปด้วยสิ่งอำนวยความสะดวกครบครัน ได้แก่ รร. เคนเน็ตแม็คเคนซี รร. อนุบาลลำปาง (เขलगค์ร์ตน์อนุสรณ์) มหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ รพ. ลำปาง สวนสาธารณะหนองกระกึ่ง และสวนสาธารณะเขलगค์นคร ติดตามข้อมูลของโครงการได้ที่ [www.supalai.com](http://www.supalai.com) หรือสอบถามข้อมูล โทร. 1720

Experience a premium living experience with Supalai Palm Springs Jamatawee-Lampang, a tropical modern style detached housing project on a prime location of more than 25 rai, starting price 5.66-10 million baht. The project offers 4 home types to choose from with usable area ranging from 208-330 square meters, 4 bedrooms, 3-6 bathrooms, along with 2-3 parking spaces, exclusively for only 94 families.

Enjoy the perfect living in a meticulously designed housing project with a complete living facility including; large public park, swimming pool with Jacuzzi and fitness center. Fully equipped with innovations such as Solar Rooftop, energy-saving light bulbs, Smart Home & Security, and energy-conserving glass to help reduce heat entering the home. Be assured of safety with the CCTV camera system, 24-hour real-time security guards, safe entry and exit with the LPR system, license plate scanning and Double Gate Security.

Live proudly in a potential location surrounded by lifestyle conveniences such as public park, schools, college and hospital.

For more information please contact 1720 or visit [www.supalai.com](http://www.supalai.com)





# BORDER LAW

## กฎหมายริมรั้ว

เป็นเรื่องธรรมดาที่คนบ้านใกล้เรือนเคียงจะมีเรื่องมีราวกันด้วยเรื่องต้นไม้ริมรั้ว ซึ่งบางเรื่องอาจแก้ไขพร้อมปรนไต่ด้วยการมีน้ำใจช่วยเหลือเอื้ออาทรกัน แต่ทางที่ดี การอยู่ร่วมกันให้เกิดสันติสุขควรเริ่มต้นจากการไม่รบกวนเบียดเบียนผู้อื่นให้ได้รับความเดือดร้อน และที่สำคัญต้องเคารพกฎหมาย

กรณีกิ่งไม้ หรือรากไม้ หรือดอกผล ของเพื่อนบ้านยื่นล้ำเข้ามาในที่ดินข้างเคียง เป็นปัญหาที่ปัจจุบันพบเจอบ่อยครั้ง สร้างความเดือนร้อนรำคาญให้กับเจ้าของที่ดิน กฎหมายจึงได้กำหนดความคุ้มครองให้แก่เจ้าของที่ดินที่มีกิ่งไม้ หรือ รากไม้ หรือดอกผล ยื่นล้ำเข้าไปในที่ดินของตน มีสิทธิจัดการกิ่งไม้ หรือรากไม้ หรือดอกผลนั้นๆ ด้วยตนเองได้ ดังนี้

### กิ่งไม้

กรณีกิ่งไม้ของผู้อื่นยื่นล้ำเข้ามาในที่ดินข้างเคียง เจ้าของที่ดินจะต้องบอกกล่าวเจ้าของต้นไม้ให้ตัดภายในเวลาที่กำหนดอันสมควร และเมื่อพ้นกำหนดเวลาที่บอกกล่าวแล้วเจ้าของต้นไม้เพิกเฉย ไม่ยอมตัด เจ้าของที่ดินจึงจะสามารถตัดกิ่งไม้ที่ยื่นล้ำเข้ามานั้นได้ รวมถึงสามารถเอาดอกผลที่ติดมากับกิ่งไม้ไม่ได้ด้วย โดยไม่ถือว่ามีความผิด แต่หากเจ้าของที่ดินไม่บอกกล่าวเจ้าของต้นไม้ให้ตัด แต่กลับตัดเองโดยพลการ เจ้าของที่ดินอาจมีความผิดฐานทำให้เสียหาย

### รากไม้

กรณีรากไม้รูกล้ำเข้าไปในเขตที่ดินข้างเคียง เจ้าของที่ดินสามารถตัดรากไม้ที่รูกล้ำเข้ามาในเขตที่ดินของตนได้เลย โดยไม่ต้องบอกกล่าวแก่เจ้าของต้นไม้ก่อน แต่จะไม่มีสิทธิตัด "ต้นไม้" ของผู้อื่นได้ เพราะกฎหมายไม่ได้ให้อำนาจไว้ หากเจ้าของที่ดินตัดต้นไม้ของผู้อื่นโดยพลการอาจมีความผิดฐานทำให้เสียหาย

### ดอกผล (เช่น ดอกไม้หรือผลไม้)

กรณีกิ่งไม้ที่ยื่นล้ำเข้ามา มีดอกผลติดอยู่ด้วย หากดอกผลนั้นหล่นในที่ดินของผู้อื่นเองตามธรรมชาติ โดยไม่มีใครทำให้หล่น เจ้าของที่ดินที่ดอกผลหล่นลงมา มีสิทธิเก็บดอกผลที่หล่นนั้นเป็นของตนเองได้ ส่วนดอกผลที่ยังไม่หล่นเพียงแต่ยื่นล้ำเข้าไปในที่ดินของผู้อื่น ดอกผลที่ยื่นล้ำนั้นถือเป็นกรรมสิทธิ์ของเจ้าของต้นไม้ เจ้าของที่ดินไม่มีสิทธิเก็บหรือเด็ดดอกผลนั้นมาเป็นของตนเองได้ ถ้าเก็บหรือเด็ดมาอาจมีความผิดฐานลักทรัพย์หรือฐานทำให้เสียหาย

เรื่องเหล่านี้อาจดูเหมือนเป็นเรื่องเล็กน้อย แต่ก็เป็นที่ให้เพื่อนบ้านผิดใจกันมาากต่อมาก หากการสื่อสารด้วยมิตรภาพไม่ช่วยแก้ปัญหาคาใจ การรู้กฎหมายและปฏิบัติตามกฎหมายก็อาจจะเป็นทางออกที่ดีที่สุด

Dealing with the problem of neighbors' trees having branches or roots encroaching on our property should begin with friendly negotiations for peaceful coexistence. But if friendly negotiations are unsuccessful, these problems should be dealt with according to the legal procedures. Cutting down parts of a neighbor's tree that encroaches on your house can be done after giving notice. Cutting down your neighbor's tree without notice is against the law.

อ้างอิง:  
<https://web2016.hrdi.or.th/InternalRules/Detail/1496>



ชื่อสามัญ : Lilac  
ชื่อวิทยาศาสตร์ : Syringa Valgaris  
ชื่อวงศ์ : Oleaceae

# LILAC

## ไลแลค

ไลแลค เป็นไม้พุ่มดอกสวยและหอมที่มีถิ่นกำเนิดอยู่ทั้งในยุโรปและเอเชียตะวันออก แต่เดิมเป็นไม้นำเข้า แต่ปัจจุบันมีปลูกกันหลายแห่งในบ้านเรา ปลูกง่าย ทนทานต่อสภาพอากาศร้อนและฝนตกชุกได้ดี พอริมต้นและดอกสวยงาม เมื่อออกดอกก็สามารถตัดมาจัดแจกันหรือช่อดอกไม้ได้อย่างเก๋ไก๋ ถ้าบำรุงดูวิธีก็จะออกดอกดกแน่นทั้งปี เหมาะกับการปลูกเป็นไม้ประดับ

ไลแลคเป็นไม้ยืนต้นขนาดเล็ก มีขนาดสูงราว 2-10 เมตร ลำต้นมีเส้นผ่านศูนย์กลางระหว่าง 20-30 เซนติเมตร ออกดอกเป็นช่อ แต่ละดอกมีเส้นผ่านศูนย์กลางระหว่าง 5-10 เซนติเมตร มักออกดอกในฤดูใบไม้ผลิถึงต้นฤดูร้อนแล้วแต่สายพันธุ์ ดอกมีสีม่วง ชมพู ขาว นวล แดงเข้ม ฯลฯ ดอกไลแลคมีกลิ่นหอมตลอดทั้งวันและกลิ่นจะหอมมากตอนกลางคืน

วิธีปลูกมักใช้การต่อกิ่ง การปักชำ การฝังรากลิก การเพาะเมล็ด วิธีที่นิยมปลูกมากที่สุดคือการปักชำในบริเวณที่มีอากาศไหลเวียนดี เพื่อ

ลดปัญหาความเสี่ยงของโรค เมื่อได้บริเวณที่ต้องการให้ขุดหลุมให้กว้างกว่ากลุ่มรากของพุ่มไลแลคประมาณ 2 เท่า ใส่ปุ๋ยเพียงเล็กน้อย

ไลแลคไม่ชอบความชื้นแฉะ ชอบแสงแดดจัด หากแสงแดดไม่เพียงพอ การเจริญเติบโตจะช้า ไม่ออกดอก เมื่อปลูกแล้วไม่จำเป็นต้องตัดแต่งกิ่งบ่อย เลี้ยงไม่ยาก เป็นพืชที่มีอายุยืนยาว ปลูกแล้วไม่ต้องรื้อปลูกใหม่เรื่อยๆ

ดอกไลแลคมีกลิ่นหอมรัญจวนใจ นิยมนำมาทำน้ำหอมและดอกไม้ในพิธีแต่งงาน ทำเป็นเครื่องสำอาง และยังมีคุณสมบัติทางยา สามารถ

ลดน้ำตาลในเลือด ขับปัสสาวะ ต้านการอักเสบ นอกจากดอกไลแลคจะสวย หอม และมีประโยชน์ ยังสื่อความหมายที่ดี ดอกไลแลคหมายถึงความรักครั้งแรก หรือความเชื่อมั่นในตัวคนรัก ซึ่งแต่ละสีจะสื่อความหมายต่างกันออกไป เช่น ดอกสีขาว หมายถึงความบริสุทธิ์แห่งวัยเยาว์ ดอกสีน้ำเงิน หมายถึงรักแรกที่น้ำหวาน

Lilacs are beautiful, fragrant flowering shrubs that are native to both Europe and East Asia. It was originally an imported plant, but now it is grown in many places in Thailand. Because it is a plant that is easy to grow and can withstand hot weather and heavy rain well. Lilacs have a beautiful stem shape and fragrant flowers. When they bloom, they can be cut and decorated in a chic vase or bouquet. If properly nourished, it will bloom abundantly throughout the year, suitable for growing as an ornamental plant.

อ้างอิง:  
<https://decor.mthai.com/garden/55984.html>

ใช้ชีวิต สบายๆ  
ด้วยสิทธิพิเศษเฉพาะลูกบ้าน

ปลอดภัย สบายๆ  
เช็คได้ทุกการเข้าออก 24 ชม.

จัดการ สบายๆ  
ครบเครื่องทุกเรื่องดูแลบ้าน

# FLOW-LUTION ใหม่

## ใช้ชีวิต...สบาย



### News & Privilege

สิทธิพิเศษเฉพาะลูกบ้าน  
Redeem & Friends Get Friends  
ข่าวสารใหม่ๆ



### Security

IoT & Smart Home  
Visitor Management



### Home Information

แจ้งซ่อม  
แจ้งบิล/จ่ายบิล  
Home documents

ดูแลทุกเรื่องบ้าน ครบทุกด้านของชีวิต

S  BAI  
SUPALAI



ดาวน์โหลดเลย  SUPALAI SABAI



# TISCO MY GOAL

## วางแผนการเงิน ให้ตรงเป้า



ต่อยอดเงินล้าน



แผนเกษียณ



แผนการลงทุน



แผนค่าใช้จ่ายสุขภาพ



### สแกน วางแผนได้เลย!



# SUPALAI 35<sup>th</sup> HAPPY BIRTH DEAL ตามใจ

ส่วนลด  
3.5%

มูลค่าสูงสุด  
3.5 ล้าน  
บาท

ให้คุณมีเงินเหลือ  
อยากได้อะไรเอาไปซื้อเอง



เฉพาะโครงการบ้านและคอนโดฯ ที่เข้าร่วม 1 ก.ค. - 30 ก.ย. 67

SUPALAI  Supalai  supalai.com  Supalai  @supalai  Supalai PLC  Supalai |  1720

เงื่อนไข : รายการส่งเสริมการขาย “ศุภาลัย 35 ปี Happy Birth Deal ตามใจ” สำหรับการจองบ้าน+ทำสัญญา โครงการบ้านและคอนโดมิเนียมพร้อมโอนฯ ระหว่างวันที่ 1 กรกฎาคม - 30 กันยายน 2567 รับเลย! ส่วนลด ณ วันโอนฯ 3.5% มูลค่าสูงสุด 3.5 ล้านบาท • ส่วนลดสูงสุดที่โครงการศุภาลัย เอลเกนซ์ พลอยธิน 50 บ้านแปลง 002 แบบศุภนารินทร์ ราคาขาย 36,190,000 บาท ส่วนลดสูงสุด 3,500,000 บาท ราคาขายสุทธิคงเหลือ 32,690,000 บาท • ส่วนลดจะได้รับ ณ วันโอนกรรมสิทธิ์ • โปรโมชั่นส่งเสริมการขายและกู้อื่นๆไม่ผ่านยึดคืนเงิน เฉพาะโครงการและยูนิตที่เข้าร่วมภายในระยะเวลาที่กำหนดเท่านั้น \*สงวนสิทธิ์เฉพาะคำมีตอร์น้ำไม่เข้าร่วมโปรโมชั่นในโครงการคอนโดมิเนียม • รายการส่งเสริมการขายเป็นไปตามที่บริษัท ศุภาลัย จำกัด (มหาชน) กำหนด โดยบริษัทขอสงวนสิทธิ์ในการเปลี่ยนแปลงใดๆ • ตรวจสอบโครงการบ้านและคอนโดฯ สร้างเสร็จที่เข้าร่วมรายการได้ที่ [www.supalai.com](http://www.supalai.com) และ 1720 • ภาพทั้งหมดเป็นจำลองภาพประกอบเพื่อการโฆษณาเท่านั้น

