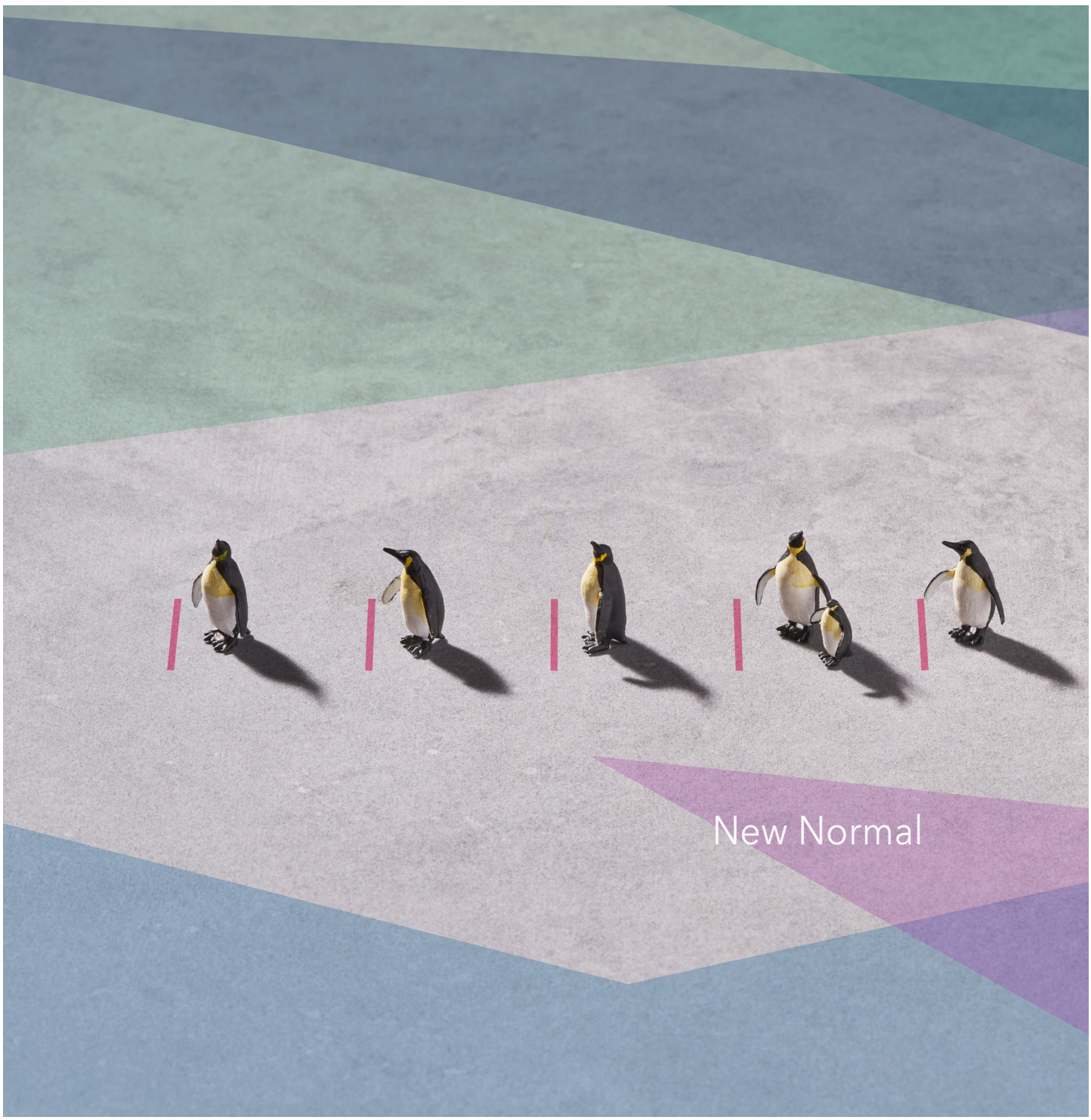
MOTIVO

YEAR 08 M030 AUGUST - OCTOBER 2020
www.lh.co.th

LAND & HOUSES



MOTIVO

YEAR 08 M030
AUGUST - OCTOBER 2020
www.lh.co.th

LAND & HOUSES

NEW NORMAL

"New Normal" หรือ "ชีวิตวิถีใหม่" ฟังดูอาจเป็นคำใหม่ที่ถูกนำมาใช้เรียกกันในช่วงเฝ้าระวังการแพร่ระบาดของเชื้อไวรัสโคโรนา หรือโควิด-19 ทว่าในความจริงแล้ว เรื่องของชีวิตวิถีใหม่นั้น เราเคยผ่านเรื่องของการปรับตัวและเปลี่ยนวิถีการดำรงชีวิตมาแล้วหลายครั้งในวิกฤติต่างๆ ที่เคยเกิดขึ้นตั้งแต่อดีต

แม้วันนี้สถานการณ์การแพร่ระบาดของเชื้อโควิด-19 จะค่อยๆ คลี่คลายและมีแนวโน้มไปในทิศทางที่ดีขึ้นแล้ว แต่นั่นก็ยังไม่สามารถวางใจได้ การปรับตัวให้เป็นไปตามแนวทาง "ชีวิตวิถีใหม่" จึงถือเป็นสิ่งจำเป็นเพื่อป้องกันไม่ให้เชื้อร้ายนี้กลับมาทำร้ายตัวของเราและคนรอบข้างเราได้อีก... MOTIVO ในฉบับนี้จึงเป็นการบอกเล่าเรื่องราวเกี่ยวกับชีวิตวิถีใหม่เพื่อให้ทุกคนได้นำไปประยุกต์ใช้กัน

เริ่มต้นเรื่องราวในเล่มด้วยการทำความรู้จักกับคำว่า "New Normal" เพื่อเป็นการตอกย้ำถึงการปรับตัว ปรับชีวิต และเรียนรู้การใช้เทคโนโลยีที่เข้ามามีบทบาทในการทำงานและการใช้ชีวิตประจำวันมากขึ้น ตามติดมาด้วยคอลัมน์ DIY กับการทำถุงผ้าสำหรับใส่ช้อนส้อมแบบพกพาสำหรับนำไปใช้รับประทานอาหารนอกบ้านในขณะที่ยังไม่สามารถไว้วางใจอะไรได้นักในช่วงเวลานี้

จากนั้นไปทำความเข้าใจกับคำว่า New Normal จาก นพ.ม.ล. ทยา กิติยากร ผู้ช่วยศาสตราจารย์ภาควิชาอายุรศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล อย่างชัดๆ อีกครั้งใน Exclusive Interview ก่อนจะไปเรียนรู้เพิ่มเติมกันต่อในคอลัมน์ Be Healthy ที่จะมาอธิบายถึงสาเหตุของการเกิดโรคเครียด ซึ่งถือเป็นอีกหนึ่งโรคภัยที่ส่งผลร้ายต่อสุขภาพจิตของผู้ป่วยเป็นอย่างมาก

จากนั้นจะพาทุกคนไปเที่ยวกินลมชมวิวริมแม่น้ำเจ้าพระยาให้ชื่นใจกับคอลัมน์ Best Day Out แล้วค่อยพาไปออกกำลังกายกันที่ "สนามปั่นจักรยาน" ในโซนต่างๆ ของกรุงเทพฯ ตั้งแต่สนามปั่นจักรยานแบบฝึกซ้อมอย่างจริงจังไปจนถึงการปั่นจักรยานกันชิลๆ ในแบบฉบับของครอบครัวเพื่อเป็นไอเดียให้ทุกคนได้ลองเปลี่ยนวิธีการออกกำลังกายกันใน Living Guide

ทั้งหมดนี้เป็นส่วนหนึ่งในความตั้งใจของแลนด์ แอนด์ เฮ้าส์ ที่อยากจะถ่ายทอดเรื่องราวดีๆ ให้ทุกคนได้นำไปประยุกต์ใช้กับไลฟ์สไตล์ของตัวเอง เพื่อสร้างความสุขให้กับครอบครัว รวมไปถึงสังคมของเราต่อไป

บรรณาธิการ

www.lh.co.th/contactus @landandhouses www.twitter.com/lhhome
www.facebook.com/landandhouses www.instagram.com/lhhome
1198

CONTENTS
AUGUST - OCTOBER 2020

04 New Normal
ชีวิตวิถีใหม่...เปลี่ยนเพื่อชีวิต

08 Welcome
NANTAWAN
SERENE LAKE - CHIANG MAI
THE ONE & ONLY LAKEFRONT RESIDENCE

10 Home Gadget
NEW NORMAL GADGETS
แก็ดเจ็ตในชีวิตวิถีใหม่

11 Tips & Tricks
LH LIVING TIPS
4 เคล็ดลับแต่งคอนโดฯ
สบายกระเป๋า

12 Be Healthy
โรคเครียด
ภาวะเสี่ยงส่งผลร้ายต่อสุขภาพจิต

14 DIY
UTENSIL POUCH
ถุงผ้าใส่ช้อนส้อมพกพา

16 Exclusive Interview
นพ.ม.ล.ทยา กิติยากร
ชีวิตวิถีใหม่ที่ต้องรักษาระยะห่าง

18 Metro Focus
BTS GOLD LINE
รถไฟฟ้าบีทีเอสสายสีทอง

20 L&H Network

22 L&H Living

24 Single Home : North

26 Living Guide : North Zone
BICYCLE TRACKS
เส้นทางนักปั่น

28 Single Home : South

30 Living Guide : South Zone
CHILL ON THE ROUTE
ปั่น กิน ลม ชม วิว

32 Single Home : East

34 Living Guide : East Zone
CHALLENGE CYCLING ROUTE
สนามปั่นสุดท้าทาย

36 Single Home : West

38 Living Guide : West Zone
CYCLING TRAINING
เส้นทางฝึกซ้อมก่อนเป็นนักปั่น

40 Townhome

42 Condominium

44 Major Cities

46 Best Day Out
CHAO PHRAYA RIVER VIEW
กินลม ชมวิว ริมเจ้าพระยา

48 L&H Highlights
พบแบบบ้านซีรีส์ใหม่ 100+ พร้อมเรือนรับรอง
ที่ 2 โครงการในสังคมส่วนตัว
- มัณฑนา วงแหวน - บางบอน
- มัณฑนา พุทธมณฑล สาย 2 - บางแวก

50 L&H Highlights
anya
HOME FOR ALL FUNCTIONS
บ้านแนวคิดใหม่ บน 3 ทำเลดี

51 L&H Highlights
มัณฑนา สันทราย - เชียงใหม่
NEW VISION OF SUPERIOR LIVING
สังคมมีระดับ...สำหรับชีวิตที่มีวิสัยทัศน์

52 Dining Delight
BONSAI JAPANESE RESTAURANT
ครบทุกสไตล์ เพื่อคนรักอาหารญี่ปุ่น

53 Gourmet
BAKED ALMOND CHICKEN BREASTS
อกไก่อัลมอนด์

54 My Best Friend
PAPILLON
THE CONTINENTAL TOY SPANIEL

55 Calendar
GOOD EVENTS FOR FAMILY
งานดี ๆ เพื่อครอบครัว

56 Fresh Idea
WOODEN RESIN FURNITURE
ผสานความกลมกลืนแห่งความหรูหรา

58 Library
EXPAND OUR KNOWLEDGE
เปิดกว้างความรู้

59 More Than Words

NEW NORMAL
ชีวิตวิถีใหม่...เปลี่ยนเพื่อชีวิต

"The final act of an unraveling society isn't immoral behavior; it's canonizing immoral behavior as a new normal and celebrating it as a moral victory."

... by Jeff Iorg

New Normal หรือที่เรียกว่า "ชีวิตวิถีใหม่" เป็นหนึ่งในรูปแบบการดำเนินชีวิตที่เกิดขึ้นในช่วงของการแพร่ระบาดของเชื้อไวรัสโคโรนาหรือโควิด-19 (COVID-19) และเป็นปัจจัยที่ผลักดันให้ผู้คนทั่วโลกต้องปรับเปลี่ยนการใช้ชีวิต เพื่อปกป้องตัวเองและคนในสังคมให้ปลอดภัยจากวิกฤติที่เกิดขึ้น

เศรษฐกิจ

เป็นที่ทราบกันดีว่าในช่วงการแพร่ระบาดของ "โควิด-19" เศรษฐกิจทั่วทั้งโลกต้องตกอยู่ในสภาวะชะงักงันและยากต่อการผลักดันให้เศรษฐกิจฟื้นขึ้นในระยะเวลาอันสั้น ด้วยเหตุนี้บรรดานักธุรกิจและผู้ประกอบการก็ต้องปรับตัวให้สอดรับกับสถานการณ์ที่เป็นอยู่ หนึ่งในวิธีที่ทำให้ธุรกิจอยู่รอดได้คือต้องพึ่งพาผลิตภัณฑ์ที่ตัวเองมีอยู่ในมือให้สามารถสร้างรายได้เพื่อเป็นการประคองธุรกิจให้เดินหน้าต่อไป นอกจากนี้นักธุรกิจยังต้องมองหาช่องทางการตลาดและกลุ่มลูกค้าใหม่เพื่อให้ธุรกิจยังคงอยู่รอด ในส่วนของบุคคลเองก็ต้องปรับการใช้จ่าย ไม่ฟุ่มเฟือย รู้จักวางแผนการเงิน เพราะงานที่ทำอาจได้รับผลกระทบจากวิกฤติโควิด-19 ก็ได้

Work from Home

เป็นหนึ่งในการรักษาระยะห่างทางสังคมที่เราเรียกกันว่า Social Distancing ลดการติดเชื้อไวรัสโควิด-19 อีกหนึ่งการปรับตัวในยุค "ชีวิตวิถีใหม่" โดยมีเทคโนโลยีอย่างอินเทอร์เน็ตเป็นตัวช่วยสำคัญ ทำให้การทำงานแบบ Work from Home มีประสิทธิภาพอย่างคาดไม่ถึง ทั้งนี้ข้อดีของ

การทำงานในลักษณะนี้ไม่เพียงจะลดปัญหาการเดินทางไปทำงานที่บริษัท แต่ยังเป็นอีกวิธีที่ช่วยบริษัทลดต้นทุนในธุรกิจอีกด้วย ในเวลาเดียวกันยังช่วยลดความหนาแน่นของจำนวนพนักงานในออฟฟิศ โดยบางบริษัทแบ่งกลุ่มพนักงานสลับวันกันเข้ามาทำงานก็มี ถือเป็นอีกแนวคิดที่น่าจับตามองว่าอาจเป็นแนวทางใหม่ของการทำงานในอนาคต

Online Business

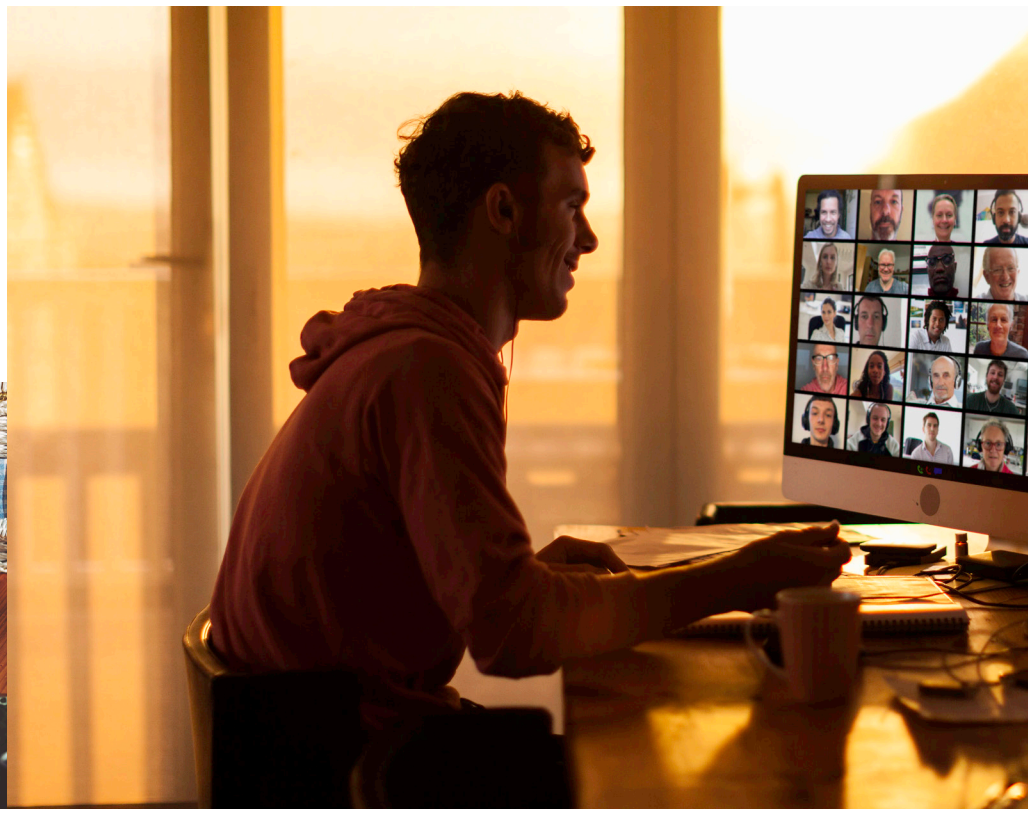
ในช่วงโควิด-19 หนึ่งในธุรกิจที่ดูจะเฟื่องฟูรวดเร็วคือธุรกิจออนไลน์ ไม่ว่าจะเป็นการขายของออนไลน์หรือแม้แต่ผู้ให้บริการด้านความบันเทิงผ่านโลกออนไลน์ เช่น การดูหนัง ฟังเพลง เพราะเป็นช่วงเวลาที่ทุกคนต้องกักตัวอยู่กับบ้าน และดูเหมือนว่าแม้วิกฤติจะผ่านมาแล้วแต่ธุรกิจเหล่านี้ก็ยังคงมีกระแสความร้อนแรงต่อไป เพราะผู้บริโภคเข้าถึงง่ายและรวดเร็วที่สุดในยุคที่เทคโนโลยีการสื่อสารเปิดกว้างมากขึ้นสำหรับทุกคน และนี่ก็เป็นอีกธุรกิจที่น่าจับตามองหลังจากนี้

Online Learning

การเรียนออนไลน์คืออีกหนึ่ง "ชีวิตวิถีใหม่" ที่มาสร้างปรากฏการณ์ให้กับวงการศึกษาของไทย และเชื่อว่าน่าจะเป็นการศึกษารูปแบบใหม่ที่จะเกิดขึ้นต่อไป ทั้งนี้การเรียนออนไลน์ไม่ใช่แค่การสอนผ่านระบบดิจิทัลแพลตฟอร์มอย่างเดียว แต่เป็นการเรียนที่หลากหลายมิติและต้องทำความเข้าใจกันอย่างลึกซึ้ง เพราะการเรียนรูปแบบนี้จะทำให้เราเรียนรู้ได้ทุกเนื้อหาในทุกที่ ทุกเวลา และสามารถค้นหาความรู้อื่นจากแหล่งข้อมูลต่างๆ ได้มากเพียงพอ แต่ไม่ว่าจะเรียนในรูปแบบใด จำเป็นอย่างมากที่จะต้องศึกษาและเข้าใจในตัวของผู้เรียนด้วยเหมือนกัน เพราะเด็กบางคนอาจจะอยากนั่งฟังคุณครูบรรยายในห้องเรียน และมีปฏิสัมพันธ์กับเพื่อนๆ มากกว่านั่งเรียนผ่านจอคอมพิวเตอร์หรือทีวีอยู่ที่บ้าน ซึ่งจะให้เด็กๆ เรียนรูปแบบใดก็ต้องพิจารณาอย่างถี่ถ้วนด้วย

การดูแลสุขภาพ

ราวร้อยละ 79.1 ของผลสำรวจของ Super Poll ต่อประเด็น "จริตใหม่ของประชาชนหลังพ้นโควิด-19" จากกลุ่มคนทั่วประเทศ 1,255 ตัวอย่าง พบว่าการดูแลสุขภาพของตัวเองคือสิ่งสำคัญ ซึ่งเป็นการตอกย้ำชัดเจนว่าผู้คนมีความห่วงใยในสุขภาพของตัวเองมากขึ้น คนจำนวนไม่น้อย



แสวงหาวิธีการเสริมสร้างความแข็งแรงแตกต่างกันไป ทั้งการกินอาหารเสริม การออกกำลังกาย และการรักษาตัวเองยามเจ็บป่วย เพื่อให้มีชีวิตที่ยืนยาว นี่จึงเป็นเหตุผลที่ทำให้เชื่อได้ว่าในอนาคตหลังจากนี้ ผู้คนจำนวนอีกไม่น้อยจะยอมทุ่มเทเวลาและเงินทองในการรักษาและดูแลสุขภาพของตัวเองเพิ่มขึ้นแน่นอน

ความคิดสร้างสรรค์

ในห้วงวิกฤติที่เกิดขึ้น ไม่เพียงจะได้เห็นแนวทางการใช้ชีวิตในรูปแบบใหม่เท่านั้น แต่ยังได้เห็นนวัตกรรมและความคิดสร้างสรรค์ใหม่ๆ เกิดขึ้นเพื่อปกป้องตัวเองจากเชื้อโรคร้าย ทุกคนพยายามที่จะคิดและประดิษฐ์เครื่องมือใหม่ๆ มาปกป้องตัวเอง รวมถึงผู้คนในสังคม โดยเฉพาะบุคลากรทางการแพทย์ ที่สำคัญไปกว่านั้นในเหตุการณ์นี้ยังได้เห็นความร่วมมือทางการแพทย์และความก้าวหน้าทางการแพทย์ในหลายประเทศที่ร่วมกันคิดค้นยารักษาไวรัสโควิด-19 เพื่อช่วยกันปกป้องโลก ไม่แน่ว่าในอนาคตเราอาจจะได้พบกับนวัตกรรมล้ำสมัยมากขึ้นก็ได้

การติดต่อสื่อสาร

ประเด็นการติดต่อสื่อสารของผู้คนในยุคชีวิตวิถีใหม่อาจจะมีความเปลี่ยนแปลงไปจากเดิม โดยผู้คนจะเน้นไปที่การติดต่อสื่อสารผ่านระบบดิจิทัลมากขึ้นเพราะต้องเว้นระยะห่าง ทำให้การติดต่อสื่อสารโดยตรงอย่างที่เคยทำมานั้นอาจค่อยๆ ลดความสำคัญลง แต่อย่างไรก็ดีเชื่อว่าการติดต่อสื่อสารโดยตรงจะกลับมาเป็นปกติอีกครั้งเมื่อยารักษาโรคโควิด-19 สามารถนำมาใช้รักษาได้จริง

การเคารพกฎของสังคม

การเคารพกฎของสังคมเป็นส่วนหนึ่งของการสร้างระเบียบวินัยให้เกิดขึ้น ในยามที่ทุกคนต้องเผชิญหน้ากับวิกฤติโรคร้าย การปฏิบัติตามกฎระเบียบที่ถูกบัญญัติขึ้นมา ไม่ว่าจะเป็นกฎของกำหนดจำนวนคนใช้ลิฟต์ การห้ามพูดคุย

ในลิฟต์ การลงทะเบียนเข้าออกห้างสรรพสินค้าและร้านอาหารผ่านเว็บไซต์ "ไทยชนะ" ที่จะช่วยตรวจสอบการเดินทางย้อนหลังของแต่ละคน หากเกิดการระบาดของโควิด-19 อีกรอบ หรือแม้กระทั่งการห้ามรวมตัวหรือจัดงานเลี้ยงสังสรรค์ การไม่ออกจากบ้านในเวลาเคอร์ฟิว ไม่ใช่สิ่งที่ถูกกำหนดขึ้นมาเพื่อประโยชน์ของใครคนใดคนหนึ่ง แต่เพื่อประโยชน์ของทุกคน หากเราเชื่อในกฎและเคารพในข้อห้ามที่กลั่นกรองมาอย่างดีแล้ว เราทุกคนก็จะพ้นจากวิกฤติที่เป็นอยู่นี้ได้ไม่ยากเลย

NANTAWAN SERENE LAKE - CHIANG MAI

THE ONE & ONLY LAKEFRONT RESIDENCE

เพราะเชื่อว่าบ้านและสังคมคุณภาพระดับที่สุดของการใช้ชีวิตเป็นสิ่งที่คู่ควรแก่ความสำเร็จของคุณ โครงการนันทวัน ซีรีนเลค - เชียงใหม่ จึงรังสรรค์ตั้งแต่แนวคิดโครงการ การออกแบบบ้านและพื้นที่ใช้สอย รวมถึงภูมิสถาปัตย์อันงดงาม เพื่อสะท้อนความเป็นที่สุดของการใช้ชีวิตสำหรับคุณ

ชมความงดงามของทิวเขาและทะเลสาบ

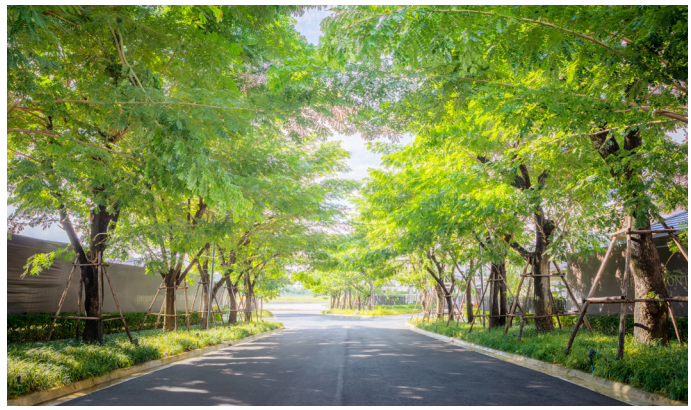
ซีรีนเลค - เชียงใหม่

นันทวัน ซีรีนเลค - เชียงใหม่ ตั้งอยู่ในซีรีนเลค - เชียงใหม่ อีกโครงการบ้านหรูริมทะเลสาบ บนทำเลเมืองหรูหราที่โอบล้อมด้วยธรรมชาติที่สมบูรณ์ โดยมีจุดเด่นอยู่ที่ตัวอุโมงค์ต้นไม้ที่ปลูกเรียงขนานเคียงคู่กับถนนสายหลักในโครงการ ซึ่งสามารถเชื่อมต่อไปสู่สวนพักผ่อนริมทะเลสาบและจุดชมวิวอีกหลายจุดที่จะทำให้คุณได้สัมผัสถึงความงดงามของทิวเขาและทะเลสาบ ถือเป็นสังคมส่วนตัวอย่างแท้จริง และที่สำคัญโครงการนี้มีเพียง 98 ครอบครัวเท่านั้น

สำหรับแบบบ้านในโครงการจะเป็นแบบบ้านซีรีส์ The Colonial Luxury Collection ซึ่งมาพร้อม Modern Colonial Elements มี Half Round Palladian Arched เป็นจุดเด่นพิเศษและอยู่ภายใต้โทนสี Pastel Beige/Natural Grey ที่สวยงามและภูมิฐาน ขณะที่พื้นที่ใช้สอยของบ้านแต่ละหลังยังได้รับการออกแบบด้วยแนวคิด Complete & Convenience ที่จะเชื่อมต่อพื้นที่ใช้สอยภายในให้ใช้งานได้ต่อเนื่อง มาพร้อมความสบาย อบอุ่น และกลมกลืน และยังมีระเบียงรับลมภายนอกหรือระเบียงส่วนตัวในห้องนอนด้วย

แบบบ้านซีรีส์ The Colonial Luxury Collection

โครงการนันทวัน ซีรีนเลค - เชียงใหม่ โอบล้อมด้วยธรรมชาติที่สมบูรณ์



อุโมงค์ต้นไม้ปลูกเรียงขนานเคียงคู่กับถนนสายหลักภายในโครงการ

เช่นเดียวกับระบบรักษาความปลอดภัยที่นับว่ามีประสิทธิภาพค่อนข้างสูง เริ่มจากประตูทางเข้าออกเป็นแบบ Security Gate เข้าออกด้วย Bluetooth พร้อมเจ้าหน้าที่รักษาความปลอดภัยตลอด 24 ชั่วโมง มีกล้อง CCTV ติดตั้งตามจุดสำคัญทั่วทั้งโครงการ หรือแม้แต่ภายในบ้านก็มีระบบรักษาความปลอดภัยเช่นกัน ทั้งระบบป้องกันการงัดแงะ การบุกรุก รวมถึงระบบตรวจจับความเคลื่อนไหวซึ่งจะเชื่อมต่อสัญญาณส่งต่อไปยังป้อมรักษาความปลอดภัย ทำให้รู้สึกได้ถึงความปลอดภัยอย่างแท้จริง

นันทวัน ซีรีนเลค - เชียงใหม่ ตั้งอยู่ในทำเลศักยภาพสูง ถนนสมโภชน์เชียงใหม่ 700 ปี ทางด้านแม่เหียะที่เต็มไปด้วยร้านอาหารชิค ๆ อย่าง The Good View Village และร้านชมคาเฟ่ นอกจากนี้ที่ตั้งโครงการยังอยู่ห่างจากสนามบินนานาชาติเชียงใหม่เพียง 5 กิโลเมตรเท่านั้น ทำให้โครงการนันทวัน ซีรีนเลค - เชียงใหม่ เป็นอีกโครงการเพชรน้ำเอกของเชียงใหม่ที่จะทำให้คุณได้ใช้ชีวิตอย่างมีความสุขที่สุด โดยราคาเริ่มต้นอยู่ที่ 17.59 ล้านบาท

ห้องนอนที่มาพร้อมความอบอุ่นและสบาย

NEW NORMAL GADGETS
แก็ดเจ็ตในชีวิตวิถีใหม่

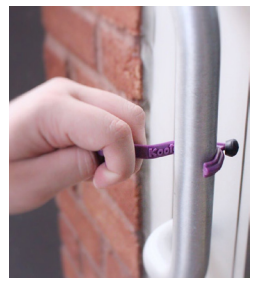
ขณะที่สถานการณ์โควิด-19 ยังไม่เป็นที่ไว้วางใจของใครหลายๆ คน การป้องกันตัวเองจึงเป็นเรื่องจำเป็นอย่างยิ่ง แก็ดเจ็ตจึงเป็นอีกหนึ่งคำตอบที่จะช่วยทำหน้าที่เป็นการ์ดป้องกันทุกคนได้เป็นอย่างดี

01 CARSULE - Car Pop-up Tent

เป็นแคปซูลเต็นท์แบบพกพาที่จะมาช่วยให้การท่องเที่ยวของทุกครอบครัวมีความปลอดภัยมากขึ้น เพราะเต็นท์รุ่นล่าสุดจาก MOGICS จะเชื่อมต่อเข้ากับท้ายรถ ทำให้คุณและลูก ๆ ไม่จำเป็นต้องออกนอกตัวรถและสามารถเข้าออกจากรถไปยังเต็นท์ได้อย่างสบาย ที่สำคัญเต็นท์รุ่นนี้ยังช่วยป้องกันทุกคนจากแมลงและช่วยรักษาระยะห่างจากคนอื่น ๆ ได้ดีในช่วงชีวิตวิถีใหม่แบบนี้ สำหรับราคาของเต็นท์รุ่นนี้อยู่ที่ $299 หรือประมาณ 9,409 บาท

02 LG PuriCare Mini Air Purifier

เครื่องฟอกอากาศแบบพกพาที่สามารถทำให้คุณมั่นใจได้ว่าจะมีอากาศบริสุทธิ์ให้สูดหายใจได้ตลอดเวลาไม่ว่าจะอยู่ที่ไหน เพราะอุปกรณ์ชิ้นนี้มีพัดลมคู่ที่ทำงานด้วยพลังมอเตอร์ดูอัลอินเวอร์เตอร์ที่ช่วยดูดฝุ่นละอองและสารที่ทำให้เกิดภูมิแพ้ผ่านเข้ามาที่แผ่นกรองอากาศก่อนปล่อยอากาศบริสุทธิ์ให้กระจายออกมาสู่รอบ ๆ ตัวของคุณ ส่วนราคาของอุปกรณ์ชิ้นนี้อยู่ที่ 7,990 บาท



03 Kooty Key

แม้วันนี้จะสามารถออกไปใช้ชีวิตได้แล้ว แต่การป้องกันและลดการสัมผัสกับสิ่งของต่าง ๆ ไม่ว่าจะเป็นปุ่มกดลิฟต์ ลูกบิดประตู และอีกมากมายก็ยังคงมีความจำเป็น และนี่คือ Kooty Key อุปกรณ์เสริมที่จะมาช่วยทำหน้าที่แทนมือของผู้ใช้ สามารถใช้กดปุ่มลิฟต์และเปิดประตูได้ เพราะดีไซน์ของอุปกรณ์ชนิดนี้เป็นเหมือนตะขอเกี่ยวและสามารถพกพาติดตัวไว้กับพวงกุญแจหรือจะคล้องติดไว้กับสร้อยข้อมือก็ได้ สำหรับราคาของอุปกรณ์ชิ้นนี้อยู่ที่ $12.99 หรือประมาณ 410 บาท

04 UV Phone Sanitizer

เป็นที่รู้กันดีว่าสมาร์ทโฟนที่เราใช้กันอยู่คือแหล่งสะสมของเชื้อโรคมากมาย แม้บางทีเราจะใช้น้ำยาทำความสะอาดเช็ดแล้วก็ตาม แต่ก็ไม่แน่ว่าจะกำจัดเชื้อโรคได้หมด ดังนั้นอุปกรณ์ฆ่าเชื้อโรคจาก HoMedics จึงเป็นทางเลือกใหม่ในการกำจัดเชื้อโรคบนโทรศัพท์ เพราะอุปกรณ์ชิ้นนี้จะกำจัดเชื้อโรคด้วยแสงยูวีภายในระยะเวลาเพียง 60 วินาที รับรองได้ว่าสมาร์ทโฟนจะสะอาดและปราศจากเชื้อโรคแน่นอน ส่วนราคาของอุปกรณ์ชิ้นนี้อยู่ที่ $79.99 หรือประมาณ 2,500 บาท

LH LIVING TIPS
4 เคล็ดลับแต่งคอนโดฯ สบายกระเป๋า

"พื้นที่ใช้สอย" ในคอนโดมิเนียมเรียกว่าเป็นข้อจำกัดที่มีผลต่อการตัดสินใจซื้อ "ห้องพักอาศัย" ในแต่ละโครงการของใครหลายๆ คน เพราะเนื่องจากมีพื้นที่ไม่ได้กว้างขวางมากนัก และวันนี้เรามีเคล็ดลับดีๆ ในการแต่งห้องบนคอนโดฯ ให้เหมาะกับผู้พักอาศัยที่เป็นคนรุ่นใหม่ ซึ่งมาพร้อมฟังก์ชัน ความสวยงาม แถมยังมีราคาการตกแต่งที่สบายกระเป๋าอีกด้วย เทคนิคการแต่งห้องที่ว่านี้มีอะไรบ้างนั้น ...ไปดูกันได้เลย

เฟอร์นิเจอร์

ด้วยพื้นที่ใช้สอยที่มีจำกัด การเลือกเฟอร์นิเจอร์แบบของมัลติฟังก์ชันจึงเป็นหนึ่งวิธีที่ช่วยประหยัดพื้นที่ใช้งานได้เป็นอย่างดี เพราะเฟอร์นิเจอร์แบบนี้สามารถปรับเปลี่ยนได้ 2 หรือ 3 รูปแบบของการใช้งาน ทำให้รู้สึกเหมือนห้องสามารถใช้งานได้เพิ่มมากขึ้น

สวยและทน

เรื่องของรูปลักษณ์ของเฟอร์นิเจอร์ก็เป็นสิ่งสำคัญ อย่าลืมว่าเฟอร์นิเจอร์แต่ละชิ้นที่นำมาตกแต่งจะแสดงออกถึงตัวตนของผู้อยู่อาศัยได้มากที่สุด และแน่นอนว่าสวยแล้วต้องใช้งานได้ดีอีกด้วย

ของเก่าอย่าทิ้ง

ถึงแม้จะเป็นของเก่าแต่ก็ยังมีความเก๋า ของเก่าจะมีเอกลักษณ์ที่ช่วยให้ห้องดูคลาสสิกขึ้นได้ ลองแต่งให้เก๋ด้วยของเก่าก่อนออกไปซื้อเฟอร์นิเจอร์ใหม่ สำรวจของที่เป็นตัวแทนความทรงจำดีๆ มาประดับก่อน เพื่อช่วยประหยัดงบแถมยังดูเก๋แบบวินเทจอีกด้วย

ห้องนอนคือหัวใจ

หัวใจหลักของบ้านคือการได้พักผ่อนที่บ้านหลังการทำงานหนัก ดังนั้นการตกแต่งห้องควรเลือกห้องนอนเป็นอันดับแรก เพราะในวันหนึ่งคนเราใช้เวลานอน 1/3 ของวัน ดังนั้นเฟอร์นิเจอร์ที่คุณควรเลือกให้ดีที่สุดจึงเป็น "เตียง" และ "ชุดเครื่องนอน" แนะนำให้เลือกเซตนี้ก่อน เพื่อดูว่าเหลืองบประมาณไว้ใช้ตกแต่งส่วนอื่นๆ อีกเท่าไร

เคล็ดไม่ลับง่ายๆ นี้สามารถนำไปปรับใช้กันได้ตามสไตล์ของแต่ละคน เพราะพื้นที่ใช้สอยของแต่ละห้องแต่ละบ้านมีความแตกต่างกัน ลองปรับ ลองผสาน หาสิ่งที่เหมาะกับตัวเองให้มากที่สุด เพราะแลนด์ แอนด์ เฮ้าส์ ใส่ใจทุกความต้องการของผู้พักอาศัยเป็นหลัก เราเน้นออกแบบพื้นที่ให้สามารถใช้งานได้อย่างสูงสุด อีกทั้งยังปรับแต่งห้องในหลากสไตล์ให้ตรงกับทุกยุคสมัยอย่างแท้จริง

และนี่ก็คือเรื่องเล็กๆ เพื่อความเป็นอยู่ที่ดีขึ้นจากแลนด์ แอนด์ เฮ้าส์ สาระความรู้ดีๆ เกี่ยวกับบ้านยังมีอีกมากมาย เพียงคลิกเข้าไปที่ www.lh.co.th/th/lh-living-concept/living แหล่งรวมความรู้เรื่องบ้านที่เราตั้งใจทำเพื่อความสุขของคนรักบ้าน

ขอบคุณภาพสวยๆ จากโครงการ THE KEY RAMA III

โรคเครียด
ภาวะเสี่ยงส่งผลร้ายต่อสุขภาพจิต

ความเครียด เรียกได้ว่าเป็นภาวะของอารมณ์หรือความรู้สึกที่เกิดขึ้นเมื่อบุคคลต้องเผชิญกับความกดดันของปัญหาต่างๆ หรือแม้แต่การถูกบีบคั้นจนทำให้รู้สึกไม่สบายใจ วุ่นวายใจ กลัว และวิตกกังวล ยิ่งหากต้องเผชิญภาวะกดดันที่หนักขึ้นหรือเหตุสะเทือนขวัญรุนแรงก็อาจทำให้กลายเป็น “โรคเครียด” และส่งผลต่อสุขภาพได้ในที่สุด

สาเหตุการเกิดโรค

ส่วนใหญ่แล้วโรคเครียดมักเกิดจาก 2 ปัจจัยใหญ่ นั่นคือปัจจัยภายนอกที่มาจากเรื่องของหน้าที่การงาน ความขัดแย้งในครอบครัว หรือแม้แต่การต้องพบเจอกับเหตุการณ์ที่ทำให้รู้สึกกลัว ตื่นตระหนก และสะเทือนขวัญ รวมไปถึงการประสบอุบัติเหตุอย่างรุนแรงจนรู้สึกเสียขวัญ ขณะที่ปัจจัยภายในที่ส่งผลให้กลายเป็นโรคเครียดก็อาจจะมาจากการเป็นคนที่มีนิสัยคิดมาก มีความวิตกกังวลในใจ หรือบางรายอาจเกิดจากสารเคมีในสมองไม่สมดุล ทำให้เกิดอารมณ์เครียดและเศร้าง่าย สำหรับกลุ่มเสี่ยงมีตั้งแต่กลุ่มวัยรุ่นไปจนถึงกลุ่มสตรีวัยใกล้หมดประจำเดือนและกลุ่มชายวัยทอง

อาการ

นอกจากอาการวิตกกังวลหรือหงุดหงิดง่ายที่บอกให้รู้ว่ากำลังตกอยู่ในภาวะโรคเครียดแล้ว ยังมีอาการอื่นๆ ร่วมด้วย

เช่น ปวดหัว ปวดตามร่างกาย ลำไส้ทำงานผิดปกติ มีปัญหาการย่อยอาหาร ท้องเสีย ใจสั่น เหงื่อออก อ่อนล้า ไม่อยากทำอะไร ความดันโลหิตสูง ไม่มีสมาธิ ผู้ป่วยบางรายอาจมีอาการซึมเศร้าร่วมด้วย ซึ่งหากอาการเหล่านี้เกิดขึ้นต่อเนื่องจนไม่สามารถควบคุมความรู้สึกของตัวเองได้ ควรรีบไปปรึกษาจิตแพทย์ทันที

การรักษา

การรักษาโรคเครียดจะเริ่มจากการวินิจฉัยด้วยการพูดคุยเพื่อให้เข้าใจถึงพฤติกรรมและสาเหตุของความเครียด ก่อนใช้วิธีการบำบัดความคิดและพฤติกรรมเพื่อปรับทัศนคติของผู้ป่วย แต่หากอาการไม่ดีขึ้น แพทย์อาจใช้ยา "เบต้า บล็อกเกอร์" (Beta Blockers) เพื่อบรรเทาอาการป่วยทางร่างกายซึ่งเกิดจากการหลั่งฮอร์โมนความเครียดและ "ไดอะซีแพม" (Diazepam) กลุ่มยาเบนโซไดอะซีปีนส์ (Benzodiazepines) หรือกลุ่มยาระงับประสาท ใช้เพื่อคลายความวิตกกังวลและช่วยให้นอนหลับง่ายขึ้น

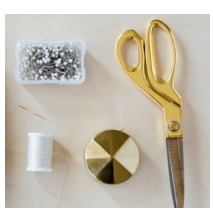
นอกจากนี้แพทย์อาจใช้ยาอื่นร่วมด้วย เช่น ยาระงับอาการวิตกกังวล ยาต้านเศร้ากลุ่มเอสเอสอาร์ไอ และยาต้านเศร้ากลุ่มอื่นๆ หรือแม้แต่รักษาจิตบำบัดด้วยการสะกดจิต (Hypnotherapy) ส่วนผู้ป่วยบางรายที่มีอาการหนักและเสี่ยงฆ่าตัวตาย หรือมีแนวโน้มทำร้ายผู้อื่น อาจต้องเข้ารับการรักษาที่โรงพยาบาลเพื่อแพทย์จะได้ดูแลอย่างใกล้ชิด

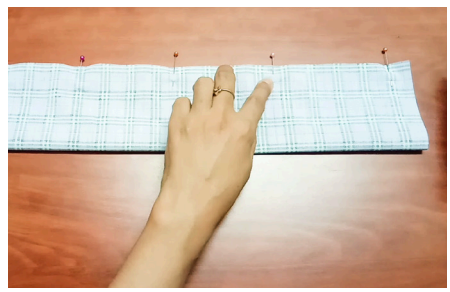
UTENSIL POUCH
ถุงผ้าใส่ช้อนส้อมพกพา

ด้วยสถานการณ์เชื้อไวรัสโควิด-19 ที่ยังไม่น่าไว้ใจ การป้องกันตัวเองให้ปลอดภัยจากเชื้อร้ายนี้จึงเป็นสิ่งที่ต้องตระหนักให้มากที่สุด การพกพาช้อนส้อมหรืออุปกรณ์การรับประทานอาหารไปนอกบ้านก็เรียกได้ว่าเป็นการป้องกันตัวเองให้พ้นจากเชื้อโรคร้ายอีกวิธีหนึ่ง ดังนั้นวันนี้เราจะมาประดิษฐ์ถุงผ้าหรือซองผ้าสำหรับใส่ช้อนส้อมแบบพกพากัน

อุปกรณ์

- ผ้าโทเรลายที่ชอบ 1 ผืน
- กระดุมแป๊กหรือกระดุมสแน๊ป 1 คู่
- เข็มหมุด
- ด้ายและเข็ม
- กรรไกร
- ไม้บรรทัด
- ดินสอสำหรับมาร์กจุด





Tips

• ในการเย็บกระดุม (ตัวเมีย) อาจทำให้เห็นรอยเย็บของด้าย ดังนั้นสามารถนำวัสดุประดับตกแต่งมาปิดทับรอยเย็บเพื่อเพิ่มความสวยงามได้

วิธีทำ

• นำผ้าโทเรลายที่ชอบมาตัดขนาด 18 X 49 เซนติเมตร เมื่อพับครึ่งตามแนวยาวจะเหลือความกว้าง 9 เซนติเมตร โดยให้ตัวลายผ้าอยู่ด้านใน จากนั้นใช้เข็มหมุดกลัดเพื่อยึดผ้าให้อยู่กับที่ ก่อนจะใช้เข็มกับด้ายหรือใช้จักรเย็บผ้าเย็บขอบทั้ง 4 ด้านของผ้า โดยรอยเย็บจะต้องห่างจากขอบผ้าประมาณ 0.7 เซนติเมตร และต้องเหลือช่องว่างสำหรับกลับผ้าด้านในออกมาประมาณ 5-7 เซนติเมตร

• เมื่อเย็บขอบทั้ง 4 ด้านแล้วให้กลับผ้าด้านในออกมา จากนั้นให้นำไม้บรรทัดมาวัดจากขอบผ้าตามแนวยาวด้านใดด้านหนึ่งลงมาประมาณ 5 เซนติเมตร

• ใช้ดินสอมาร์กจุดไว้แล้วพับปลายผ้าอีกด้านหนึ่งที่ยาวกว่าขึ้นมาให้อยู่ตรงจุดที่มาร์กไว้ ก่อนใช้เข็มหมุดกลัดผ้าให้อยู่กับที่ แล้วเย็บผ้าให้ติดกัน โดยครั้งนี้จะเย็บให้ห่างจากขอบผ้าประมาณ 0.2 เซนติเมตร ก็จะทำให้ได้ช่องสำหรับใส่ช้อนส้อม

• จากนั้นให้พับปากของซองผ้าลงมาแล้วใช้ไม้บรรทัดวัดหาจุดกึ่งกลางตามแนวขวางของซองผ้าเพื่อจะกำหนดจุดสำหรับติดกระดุมสแน็ปหรือกระดุมแป๊ก โดยใช้ดินสอมาร์กจุดไว้

• เย็บติดกระดุมแป๊ก (ตัวเมีย) เอาไว้ด้านในของซองผ้าที่เป็นฝาปิดซอง แล้วเย็บกระดุมแป๊ก (ตัวผู้) ไว้ที่ด้านบนของซองผ้า (ดูตามแบบ) เมื่อเย็บเสร็จแล้ว ซองใส่ช้อนส้อมจะมีขนาดประมาณ 7.5 X 19 เซนติเมตร

เพียงเท่านี้ก็จะได้ถุงผ้าหรือซองผ้าสำหรับใส่ช้อนส้อมแบบพกพาแล้ว

นพ.ม.ล.ทยา กิติยากร
ชีวิตวิถีใหม่ที่ต้องรักษาระยะห่าง

การรักษาระยะห่าง

คำว่า New Normal หรือชีวิตวิถีใหม่ของตัวคุณมีความหมายอย่างไร หลายคนอาจจะบอกว่าเป็นการเปลี่ยนแปลงการใช้ชีวิตหลังจากที่เกิดการแพร่ระบาดของเชื้อไวรัสโคโรนาหรือโควิด-19 ทว่าสำหรับนายแพทย์ หม่อมหลวงทยา กิติยากร ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ภาควิชาอายุรศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดลแล้ว อาจมีมุมมองและความหมายของคำคำนี้ต่างไปจากหลายๆ คน

นายแพทย์ หม่อมหลวงทยา กิติยากร บอกว่าความหมายของคำว่าชีวิตวิถีใหม่ในมุมมองของเขามีความแตกต่างไปจากคนอื่นๆ "สำหรับผมแล้ว New Normal หมายถึงการใช้ชีวิตอย่างระมัดระวังและป้องกันตัวเอง รวมถึงคนอื่นๆ ในสังคมไม่ให้กลับไปติดเชื้อไวรัสโคโรนาหรือโควิด-19 ซ้ำอีก หรืออาจเรียกง่ายๆ ว่าเป็นช่วงของการเฝ้าระวังนั่นเอง"

"ประเด็น New Normal ไม่ได้เกิดขึ้นมาครั้งนี้เป็นครั้งแรก ที่ผ่านมาในอดีตเราก็เคยเจอกับเหตุการณ์แบบนี้มาแล้ว อย่างการแพร่ระบาดของโรคซาร์ส

หมั่นล้างมือให้สะอาดอย่างสม่ำเสมอ

การใช้ชีวิตอย่างระมัดระวังและป้องกันตัวเอง รวมถึงคนอื่นๆ ในสังคม

ที่เป็นเช่นนั้นก็เพื่อป้องกันไม่ให้โรคกลับมาแพร่ระบาดซ้ำอีก เพราะหากเกิดการระบาดในรอบที่ 2 และเราไม่ได้มีการป้องกันหรือตั้งการ์ดไว้เป็นอย่างดีแล้ว ก็จะไม่เพียงแค่ส่งผลกระทบต่อสุขภาพของประชาชนเท่านั้น แต่ยังส่งผลกระทบไปถึงสังคมและเศรษฐกิจของประเทศอีกด้วย" คุณหมอกล่าว

ส่วนเราจะต้องใช้ชีวิตแบบวิถีใหม่นี้ไปอีกนานแค่ไหน คุณหมอก็บอกด้วยว่า ตอนนี้ยังไม่มีใครรู้ว่าจะต้องอยู่กันแบบ New Normal นานแค่ไหน "ตอนนี้ก็คงต้องขึ้นอยู่กับว่าโรคระบาดที่เกิดขึ้นครั้งนี้จะสิ้นสุดลงเมื่อไหร่ รวมถึงจนกว่าจะมียารักษาและวัคซีนที่ใช้ได้ผลและสามารถผลิตขึ้นมาได้อย่างพอเพียง ซึ่งก็เชื่อว่าภายในปีนี้อาจจะยังไม่สามารถบอกได้ว่ายาที่คิดค้นนั้นจะใช้ได้จริง เพราะเท่าที่ได้พูดคุยกับบุคลากรทางการแพทย์ที่ดูแลทางด้านนี้ก็ยังไม่มีคำตอบที่ชัดเจนมากนัก"

กระนั้นก็ตาม คุณหมอยังเน้นย้ำไปถึงประชาชนทั่วไปด้วยว่าการดูแลสุขภาพเบื้องต้น ไม่ว่าจะเป็นการล้างมือ การรักษาระยะห่าง ยังคงมีความจำเป็น "ผมคิดว่าเราต้องดูแลสุขภาพของตัวเองในระดับพื้นฐานให้ดีที่สุด ต้องสวมใส่หน้ากากอนามัยและรักษาระยะห่างอย่างเหมาะสม"

"นอกจากนี้ หากครอบครัวใดมีผู้สูงอายุหรือผู้ป่วยอยู่ภายในบ้านก็ต้องดูแลให้ดีที่สุด เพราะกลุ่มนี้ถือเป็นกลุ่มที่มีความเสี่ยงในการติดเชื้อโควิด-19 ค่อนข้างสูง แต่ทั้งนี้ก็อยากฝากเตือนทุกคนด้วยว่าควรต้องหลีกเลี่ยงการเข้าไปอยู่ในพื้นที่ซึ่งมีการชุมนุมหรือปาร์ตี้ของคนกลุ่มใหญ่ เช่น ผับ บาร์ หรือสนามมวย เพราะจะทำให้เราปลอดภัยจากโรคโควิด-19 และใช้ชีวิตแบบ New Normal ได้อย่างมีความสุข" นพ.ม.ล.ทยา กิติยากร กล่าวทิ้งท้าย

BTS GOLD LINE
รถไฟฟ้าบีทีเอสสายสีทอง

ใกล้เป็นจริงแล้วสำหรับความฝันที่จะได้ใช้บริการ "รถไฟฟ้าสายสีทอง" สถานีกรุงธนบุรี–สถานีประชาธิปก ที่ยอมรับกันว่าเป็นโครงการที่มีระยะทางสั้นที่สุด จำนวนสถานีน้อยที่สุด และเป็นรถไฟฟ้าที่มีขนาดเล็กที่สุด โดยคาดว่าจะเปิดให้บริการอย่างเป็นทางการได้ภายในปลายปีนี้ และรถไฟฟ้าสายนี้ก็ยังเป็นอีกเส้นทางคมนาคมที่มีการเชื่อมต่อกับโครงข่ายระบบขนส่งมวลชนสายหลักถึง 3 เส้นทาง คือ รถไฟฟ้าสายสีเขียว (BTS สายสีลม ซึ่งปัจจุบันเปิดบริการถึงสถานีบางหว้า) รวมถึงรถไฟฟ้าสายสีม่วง ช่วงเตาปูน-ราษฎร์บูรณะ และรถไฟฟ้าสายสีแดง ช่วงหัวลำโพง-บางบอน-มหาชัย ซึ่งจะช่วยให้ประชาชนเดินทางได้สะดวกรวดเร็วมากขึ้นในอนาคต

ทำความรู้จักกับรถไฟฟ้าสายสีทอง

โครงการรถไฟฟ้าสายสีทองแบ่งการก่อสร้างออกเป็น 2 เฟส คือ เฟสที่ 1 ตั้งแต่สถานีกรุงธนบุรี สถานีเจริญนคร และสถานีคลองสาน ในส่วนนี้เป็นการร่วมกันลงทุนระหว่างกรุงเทพมหานครกับกลุ่มไอคอนสยาม โดยมีระยะทาง 1.77 กิโลเมตร ส่วนเฟสที่ 2 เป็นการก่อสร้างเส้นทางตั้งแต่สถานีคลองสาน ก่อนไปสิ้นสุดที่สถานีประชาธิปก ซึ่งจะมีการเชื่อมต่อกับรถไฟฟ้าสถานีสายสีม่วงในอนาคต โดยในเฟสนี้กรุงเทพมหานครจะเป็นผู้ออกเงินทุนในการก่อสร้างเอง มีระยะทาง 0.95 กิโลเมตร (แต่เวลานี้ยังไม่มีแผนการก่อสร้าง)

ลักษณะระบบขนส่ง

สำหรับระบบการขนส่งของโครงการเป็นระบบขนส่งผู้โดยสารอัตโนมัติ (Automated People Mover : APM) ซึ่งรูปแบบของขบวนรถไฟฟ้าที่นำมาใช้ในโครงการเป็นรถไฟฟ้ารุ่น Bombardier Innovia APM 300 ผลิตที่เมืองอู่หู มณฑลอานฮุย ประเทศจีน ซึ่งเดินทางมาถึงและผ่านพิธีการทางศุลกากรแล้ว และกำลังอยู่ระหว่างการทดสอบระบบ โดยรถไฟฟ้ารุ่นดังกล่าว

รถไฟฟ้าสายสีทองขับเคลื่อนอัตโนมัติโดยใช้รางนำทาง และมีผิวสัมผัสระหว่างล้อและทางวิ่งเป็นยาง

ภายในของตู้ขบวน

ความคืบหน้าของรถไฟฟ้าสายสีทอง

มีความพิเศษอยู่ที่เป็นรถไฟฟ้ารูปแบบไร้คนขับ ขับเคลื่อนอัตโนมัติโดยใช้รางนำทาง มีผิวสัมผัสระหว่างล้อและทางวิ่งเป็นยาง ซึ่งทำให้เกิดความนุ่มนวลและก่อให้เกิดเสียงรบกวนต่ำ และสามารถทำความเร็วสูงสุดที่ 80 กิโลเมตร/ชั่วโมง ส่วนขบวนรถไฟฟ้าในระยะแรกจะมีด้วยกันทั้งหมด 3 ขบวน ขบวนละ 2 ตู้ สามารถจุผู้โดยสารได้ 137 คนต่อขบวน และรองรับผู้โดยสารได้ถึง 4,200 คนต่อชั่วโมงต่อทิศทาง ขณะที่ตัวของรถไฟฟ้ามีความกว้าง 2.8 เมตร ความยาว 12.75 เมตร ความสูง 3.5 เมตร ประตูกว้าง 1.9 เมตร ความสูงของพื้นรถ 1.1 เมตร น้ำหนัก 16,300 กิโลกรัม

ความคืบหน้าโครงการ

ขณะที่ความคืบหน้าของโครงการรถไฟฟ้าสายสีทองวันนี้ ตั้งแต่งานก่อสร้างโรงจอดรถและซ่อมบำรุงไปจนถึงการก่อสร้างสถานีทั้ง 3 สถานี คือ สถานีกรุงธนบุรี สถานีเจริญนคร และสถานีคลองสาน มีความก้าวหน้าแล้วกว่า 88% แบ่งออกเป็นความก้าวหน้างานโยธา 93% และความก้าวหน้างานระบบการเดินรถอีก 81% ส่วนการเปิดให้บริการนั้นคาดว่าจะสามารถเปิดให้ประชาชนใช้บริการได้ภายในเดือนตุลาคม 2563 ส่วนค่าโดยสารคาดว่าจะจัดเก็บที่ราคา 15 บาทตลอดสาย

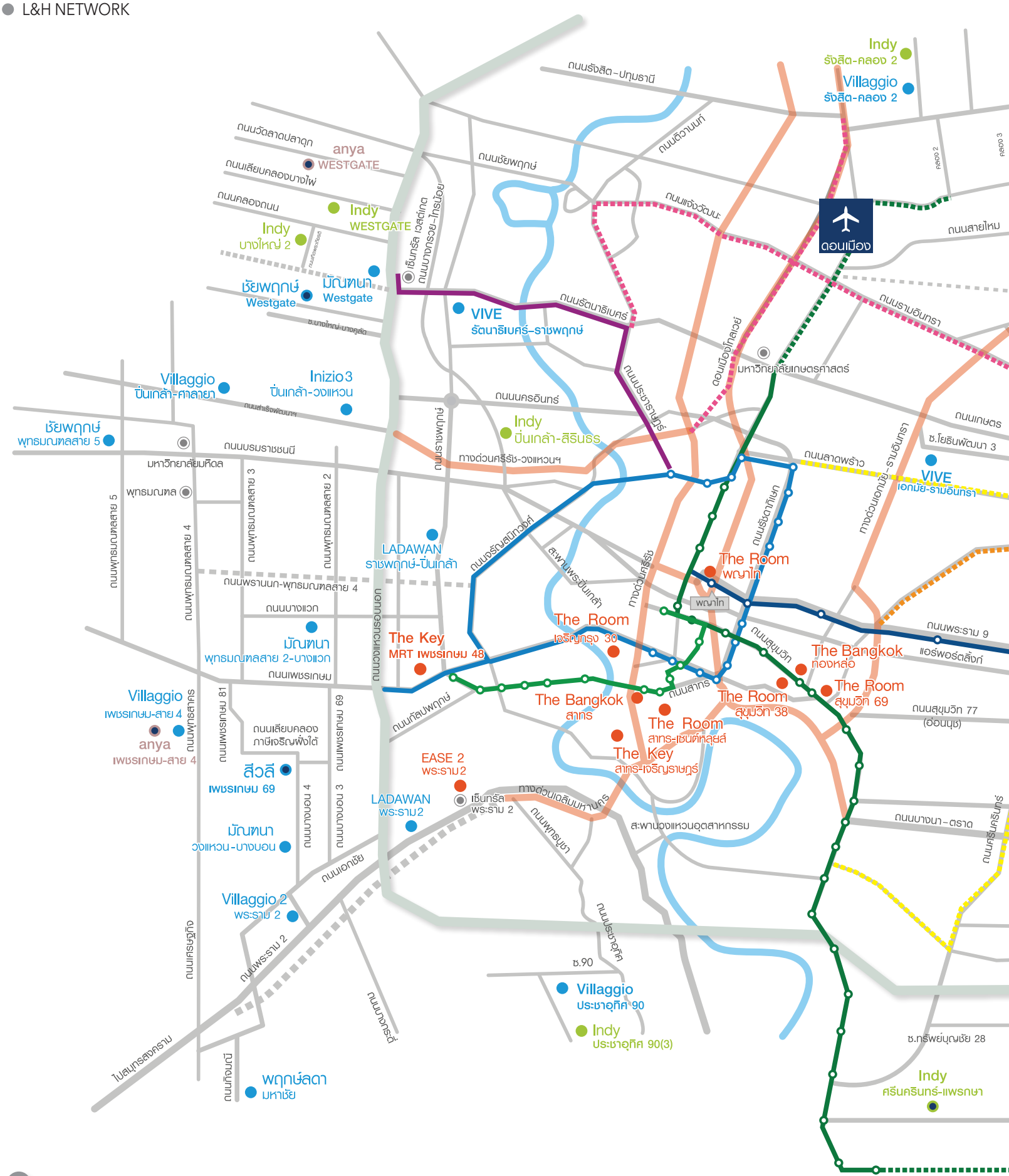
สถานที่ท่องเที่ยว

หลังจากที่โครงการรถไฟฟ้าสายสีทองแล้วเสร็จจะกลายเป็นอีกหนึ่งเส้นทางที่สร้างความเจริญให้กับย่าน "เจริญนคร" และฝั่งธนบุรีเพิ่มขึ้น โดยเฉพาะการตอกย้ำถึงการเป็นแหล่งท่องเที่ยวที่จะชวนให้คนทุกเพศทุกวัยได้มารู้จักวัฒนธรรมและประวัติศาสตร์เก่าแก่ในย่านนี้ อาทิ วัดทองนพคุณ วัดทองธรรมชาติ ล้ง 1919 หรือแหล่งชอปปิง ตลาดนัดอย่างเช่นตลาดคลองสาน และ "ไอคอนสยาม" ห้างสรรพสินค้าที่ทันสมัยที่สุดในย่านนี้ รวมไปถึงยังมีสตรีทฟู้ดและร้านอาหารอร่อย ๆ อยู่ในย่านนี้อีกมากมาย

"รถไฟฟ้าสายสีทอง" จึงไม่ใช่แค่รถโดยสารที่จะมาสร้างความสะดวกสบายให้กับคนย่านฝั่งธนฯ เท่านั้น แต่ยังเป็นเส้นทางรถไฟฟ้าที่จะพาทุกคนไปท่องเที่ยวในวันหยุดพักผ่อนอีกด้วย

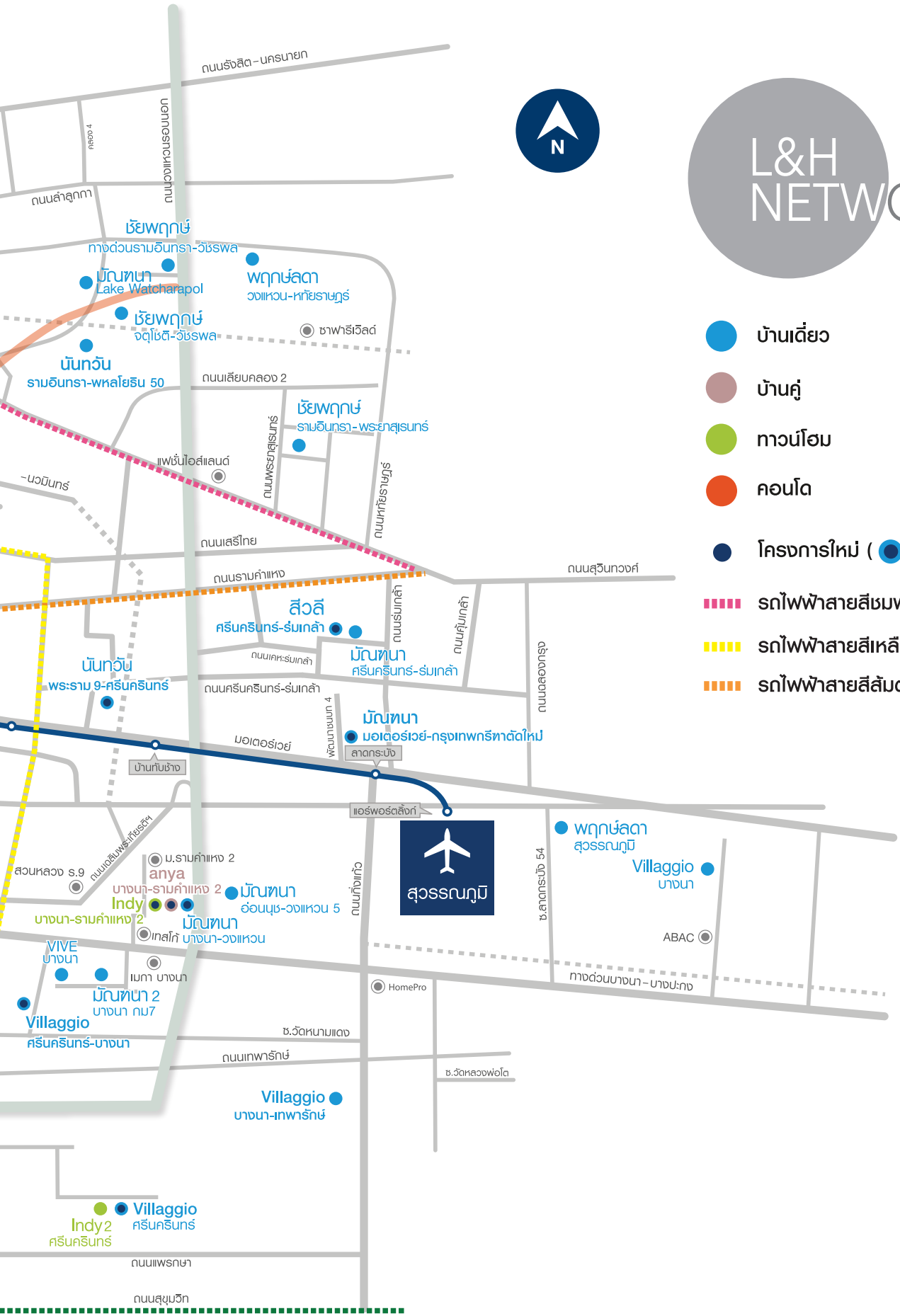
ขอบคุณข้อมูลจาก
- https://www.facebook.com/GoldlineBangkok/
- www.thanakom.co.th/17306532/สายสีทอง

L&H NETWORK


Indy
รังสิต-คลอง 2
Villaggio
รังสิต-คลอง 2
ถนนรังสิต-ปทุมธานี
ถนนวัดลาดปลาดุก
anya
WESTGATE
ถนนเลียบคลองบางไผ่
ถนนคลองถนน
Indy
WESTGATE
Indy
บางใหญ่ 2
ชัยพฤกษ์
Westgate
มัณฑนา
Westgate
เซ็นทรัล เวสต์เกต
ถนนบางกรวย-ไทรน้อย
ถนนชัยพฤกษ์
ถนนติวานนท์
ถนนแจ้งวัฒนะ
ดอนเมือง
ถนนสายไหม
ถนนรัตนาธิเบศร์
VIVE
รัตนาธิเบศร์-ราชพฤกษ์
ถนนรามอินทรา
ดอนเมืองโทลเวย์
มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์
ถนนประชาชื่น
Villaggio
ปิ่นเกล้า-ศาลายา
Inizio3
ปิ่นเกล้า-วงแหวน
ถนนนครอินทร์
ชัยพฤกษ์
พุทธมณฑลสาย 5
ถนนบรมราชชนนี
มหาวิทยาลัยมหิดล
ถนนราชพฤกษ์
Indy
ปิ่นเกล้า-สิรินธร
ทางด่วนศรีรัช-วงแหวนฯ
ถนนเกษตร
ซ.โยธินพัฒนา 3
ถนนลาดพร้าว
VIVE
เอกมัย-รามอินทรา
ทางด่วนเอกมัย-รามอินทรา
พุทธมณฑล
ถนนพุทธมณฑลสาย 5
ถนนพุทธมณฑลสาย 4
ถนนพุทธมณฑลสาย 3
ถนนพุทธมณฑลสาย 2
LADAWAN
ราชพฤกษ์-ปิ่นเกล้า
ถนนจรัญสนิทวงศ์
สะพานพระปิ่นเกล้า
ทางด่วนศรีรัช
ถนนรัชดาภิเษก
The Room
พญาไท
ถนนพรานนก-พุทธมณฑลสาย 4
ถนนบางแวก
มัณฑนา
พุทธมณฑลสาย 2-บางแวก
ถนนวงแหวนรอบนอก
The Key
MRT เพชรเกษม 48
The Room
เจริญกรุง 30
ถนนสุขุมวิท
The Bangkok
ทองหล่อ
ถนนพระราม 9
แอร์พอร์ตลิงก์
ถนนเพชรเกษม
ถนนสาทร
The Room
สุขุมวิท 69
The Bangkok
สาทร
The Room
สุขุมวิท 38
ถนนสุขุมวิท 77
(อ่อนนุช)
Villaggio
เพชรเกษม-สาย 4
anya
เพชรเกษม-สาย 4
ถนนพุทธสาคร
ถนนเพชรเกษม 81
ถนนเลียบคลอง
ภาษีเจริญฝั่งใต้
ถนนเพชรเกษม 69
ถนนกัลปพฤกษ์
The Room
สาทร-เซ็นต์หลุยส์
The Key
สาทร-เจริญราษฎร์
สีวลี
เพชรเกษม 69
EASE 2
พระราม2
ถนนบางบอน 4
ถนนบางบอน 3
ถนนบางบอน
LADAWAN
พระราม2
เซ็นทรัล
พระราม 2
ทางด่วนเฉลิมมหานคร
ถนนพุทธบูชา
สะพานวงแหวนอุตสาหกรรม
ถนนบางนา-ตราด
ถนนศรีนครินทร์
มัณฑนา
วงแหวน-บางบอน
ถนนเอกชัย
Villaggio 2
พระราม 2
ถนนพระราม 2
ถนนเศรษฐกิจ
ถนนประชาอุทิศ
ซ.90
Villaggio
ประชาอุทิศ 90
Indy
ประชาอุทิศ 90(3)
ถนนบางกระดี่
ซ.ทรัพย์บุญชัย 28
ไปสมุทรสงคราม
ถนนกิจมณี
พฤกษ์ลดา
มหาชัย
Indy
ศรีนครินทร์-แพรกษา

1198
www.lh.co.th

L&H NETWORK



- บ้านเดี่ยว
- บ้านคู่
- ทาวน์โฮม
- คอนโด
- โครงการใหม่ ( )
- รถไฟฟ้าสายสีชมพู แคราย - มีนบุรี
- รถไฟฟ้าสายสีเหลือง ลาดพร้าว - สำโรง
- รถไฟฟ้าสายสีส้มตะวันออก ศูนย์วัฒนธรรม - มีนบุรี

SINGLE HOME
TOWNHOME
CONDOMINIUM
LUXURY HOME

ประเภทที่อยู่อาศัย	โครงการ	ราคา
SINGLE HOME	VIVE	28 - 80 ล้านบาท
	นันทวัน	20 - 60 ล้านบาท
	มัณฑนา • สีวลี	6 - 40 ล้านบาท
	ชัยพฤกษ์ • พฤกษ์ลดา	4.9 - 9 ล้านบาท
	anya	4.9 - 8 ล้านบาท
	inizio	4.39 ล้านบาท
	indy	2.5 - 4.5 ล้านบาท
	Villaggio	2.46 - 8 ล้านบาท
TOWNHOME	indy	2.3 - 5 ล้านบาท
	Villaggio	2.3 - 4 ล้านบาท
CONDOMINIUM	THE BANGKOK	13 - 50 ล้านบาท
	The Room	4.09 - 20 ล้านบาท
	THE KEY	3.19 - 6 ล้านบาท
	EASE	1.89 - 4 ล้านบาท
LUXURY HOME	LADAWAN	35 - 100 ล้านบาท

1198

NORTH ZONE

โซนแจ้งวัฒนะ - รังสิต - ลำลูกกา

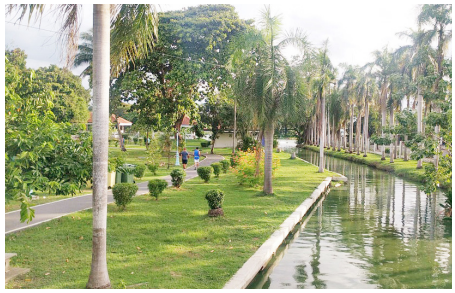
Villaggio

	โครงการ	ราคา	e-mail
NEW PROJECT	Villaggio รังสิต คลอง 2	3.5 - 7 ล้านบาท	vr2@lh.co.th

BICYCLE TRACKS
เส้นทางนักปั่น

การปั่นจักรยานเป็นอีกหนึ่งวิธีการออกกำลังกายที่ช่วยเสริมสร้างสมรรถภาพของร่างกายได้เป็นอย่างดี และถือเป็นอีกหนึ่งกีฬาที่ใครหลายๆ คนนิยม แต่การจะออกไปปั่นจักรยานบนท้องถนนอาจทำให้เกิดอันตรายได้ ดังนั้นเราจะมาแนะนำสถานที่ปั่นจักรยานที่ไม่เพียงแค่มีความปลอดภัยเท่านั้น แต่ยังมีความสวยงามของเส้นทางปั่นจักรยานอีกด้วย

สวนสุขภาพกองทัพอากาศ



บรรยากาศร่มรื่นที่สวนสุขภาพกองทัพอากาศ

สถานที่แนะนำ

• สวนสุขภาพกองทัพอากาศ

ชื่อก็บอกอยู่แล้วว่าเป็นสวนสุขภาพที่ตั้งอยู่ภายในกองทัพอากาศดอนเมือง กรุงเทพฯ ซึ่งที่สวนสุขภาพแห่งนี้มีพื้นที่มากถึง 70 ไร่ นอกจากจะเป็นสถานที่ออกกำลังกายของคนทั่วไปแล้ว ที่นี่ยังเป็นสวนสุขภาพที่นักปั่นจำนวนไม่น้อยนิยมนำจักรยานคันโปรดมาปั่นออกกำลังกายด้วยเหมือนกัน โดยเฉพาะในช่วงเย็น เพราะที่นี่มีเส้นทางปั่นลู่แอสฟัลติก (ลาดยาง) ระยะทาง 1.7 กิโลเมตร ที่แยกออกมาเพื่อการปั่นจักรยานโดยเฉพาะ ทำให้นักปั่นและคนที่มาออกกำลังกายภายในสวนแห่งนี้มีความปลอดภัย ไม่เพียงเท่านั้น บรรยากาศสองข้างทางการปั่นยังดูร่มรื่น เพราะลู่ปั่นจักรยานนี้จะขนานไปตามขอบบึงน้ำและต้นไม้ใหญ่ ทำให้รู้สึกสดชื่นในระหว่างการออกกำลังกาย

ที่ตั้ง : กองทัพอากาศดอนเมือง ซอยเลียบคลองสอง แขวงคลองถนน เขตสายไหม กรุงเทพมหานคร 10220

ติดต่อ : 0-2534-3957

เปิดบริการ : ทุกวันจันทร์-อาทิตย์ เวลา 05.00-19.00 น.

เฟซบุ๊ก : สวนสุขภาพกองทัพอากาศ

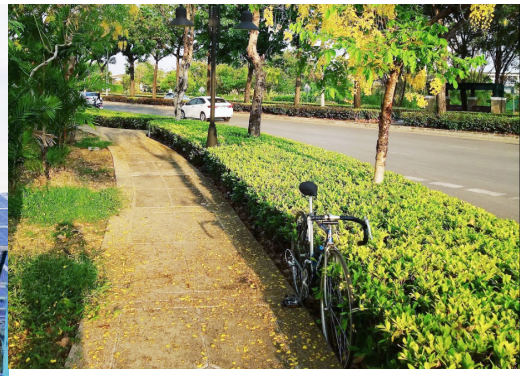
การเดินทาง : สามารถเข้าออกได้สองทาง คือเส้นทางจากฝั่งถนนพหลโยธินซึ่งสะดวกมาก และเส้นทางจากฝั่งถนนวิภาวดีซึ่งเหมาะสำหรับยานพาหนะที่มีบัตรผ่านของกองทัพอากาศเท่านั้น

• Solar Track

เป็นสนามปั่นจักรยานที่ตั้งอยู่รอบโครงการ Solar Farm โรงไฟฟ้าพลังงานแสงอาทิตย์ของภาคเอกชน โดยสนามปั่นจักรยานแห่งนี้ถือเป็นโครงการเพื่อสังคม ตัวเลนจักรยานเป็นพื้นคอนกรีตเรียบกว้าง 8 เมตร และมีความยาว 1,900 เมตร มีด้วยกันถึง 4 โค้ง แต่ละโค้งได้รับการออกแบบโดยคำนึงถึงความปลอดภัยระดับมาตรฐานของการปั่นจักรยาน นอกจากนี้ทางโครงการยังได้ตีเส้นเหลืองแบ่งพื้นที่ให้เป็นลู่วิ่งของคนที่จะมาวิ่งออกกำลังกายด้วย ทำให้มีประชาชนในพื้นที่เข้ามาใช้พื้นที่ออกกำลังกายกันเป็นจำนวนมาก ที่สำคัญแม้จะเป็นช่วงค่ำแต่ที่นี่ก็ยังสามารถปั่นจักรยานได้อย่างปลอดภัย เพราะมีการติดตั้งไฟฟ้าส่องสว่างไว้ตลอดเส้นทางปั่นจักรยาน

ที่ตั้ง : เลขที่ 16/16 หมู่ที่ 2 ตำบลคลองสี่ อำเภอคลองหลวง จังหวัดปทุมธานี 12120

บรรยากาศการปั่นจักรยานที่ Solar Track



บรรยากาศสวนรอบโครงการ North Park

โครงการ North Park

ติดต่อ : 0-2904-9917

เปิดบริการ : ทุกวัน วันละ 2 รอบ รอบเช้าเวลา 06.00-08.00 น. และรอบเย็นเวลา 16.30-20.30 น.

เฟซบุ๊ก : Solar Track Thailand

การเดินทาง : จากถนนรังสิต-นครนายกไปทางสะพานคลองสี่ ขับรถลงสะพานคลองสี่ แล้วเลี้ยวซ้ายขับตรงไปจนถึงตลาดคลองสี่เมืองใหม่ จากนั้นให้เลี้ยวซ้ายและเลี้ยวขวา แล้วขับตรงไปตามถนนเลียบคลองสี่จนถึงโรงเรียนสวนกุหลาบวิทยาลัย ผ่านโรงเรียนไปประมาณ 200 เมตรจะเห็นหมู่บ้านภูมิศิริอยู่ทางขวามือ ให้เลี้ยวขวาแล้วจะเห็นทางเข้า Solar Track อยู่ติดกับหมู่บ้านภูมิศิริ

• North Park

ถึงจะไม่ได้เป็นสนามปั่นจักรยานที่จัดขึ้นมาเฉพาะ แต่ก็เป็นพื้นที่ของเอกชนที่เปิดให้ทุกคนเข้ามาออกกำลังกายโดยรอบโครงการได้ โดยเฉพาะรอบบริเวณสนามไดร์ฟกอล์ฟที่เส้นทางปั่นจักรยานจะเป็นพื้นคอนกรีต ซึ่งถือได้ว่าเป็นพื้นที่ปั่นจักรยานที่มีความปลอดภัยพอสมควร เพราะไม่ค่อยมีรถวิ่งพลุกพล่าน เหมาะสำหรับนักปั่นจักรยานที่เพิ่งเริ่มต้นและผู้ที่ชอบออกกำลังกาย โดยที่นี่จะมีนักปั่นจักรยานมาออกกำลังกายกันในช่วงเช้าและช่วงเย็น เพราะจะได้รับอากาศบริสุทธิ์ยามเช้าและบรรยากาศร่มรื่นในยามเย็น

ที่ตั้ง : โครงการนอร์ธปาร์ค เลขที่37 ถนนวิภาวดี-รังสิต แขวงทุ่งสองห้อง เขตหลักสี่ กรุงเทพมหานคร 10210

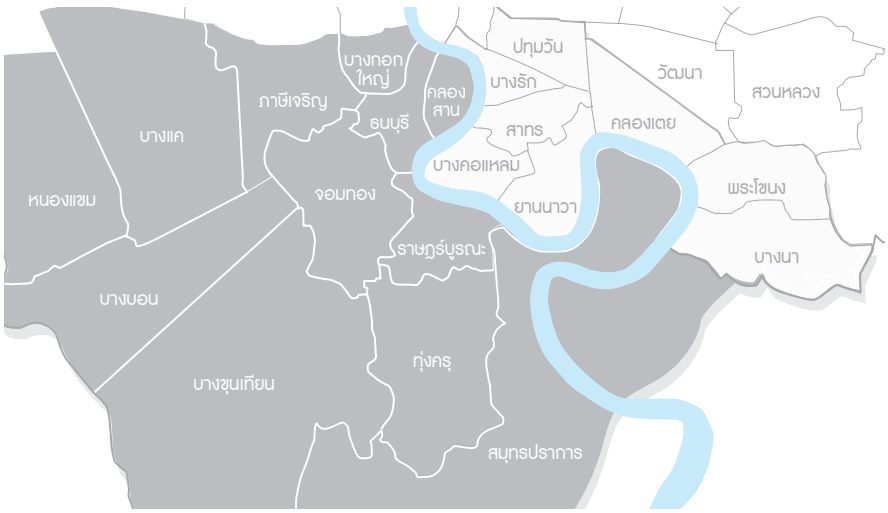
เปิดบริการ : ทุกวัน เวลา 06.00-21.00 น.

การเดินทาง : หากเดินทางมาจากดินแดงและกำลังอยู่บนถนนวิภาวดี ให้มุ่งหน้าสู่สนามบินดอนเมือง โดยสังเกตสะพานกลับรถรูปเกือกม้าที่หลักกิโลเมตรที่ 16+300 ใต้สะพานเกือกม้านี้จะมีป้ายบอกทางไปนอร์ธปาร์ค ให้ชิดซ้ายทันทีเพื่อเข้าสนามกอล์ฟนอร์ธปาร์ค สามารถเข้าได้ทั้งทางราบและลอดอุโมงค์ (หากลอดอุโมงค์ก็จะไม่ติดรถไฟ) จากนั้นขับตรงไปอีกนิดก็จะเข้าเขตสนามกอล์ฟแล้ว

1198

SOUTH ZONE

โซนพระราม 2 – ประชาอุทิศ - เพชรเกษม



LADAWAN มัณฑนา สีวลี anya พฤกษ์ลดา Villaggio

	โครงการ	ราคา	e-mail
	LADAWAN พระราม 2	35 - 60 ล้านบาท	lr2@lh.co.th
	มัณฑนา วงแหวน - บางบอน	9 - 15 ล้านบาท	mbb@lh.co.th
NEW PROJECT	สีวลี เพชรเกษม 69	7.9 - 15 ล้านบาท	s69@lh.co.th
NEW PROJECT	anya เพชรเกษม - สาย 4	4.9 - 7 ล้านบาท	ap1@lh.co.th
	พฤกษ์ลดา มหาชัย	4.35 - 7.99 ล้านบาท	pss@lh.co.th
	Villaggio 2 พระราม 2	3.99 - 5.59 ล้านบาท	vb2@lh.co.th
	Villaggio ประชาอุทิศ 90	3.69 - 5.19 ล้านบาท	v90@lh.co.th
	Villaggio เพชรเกษม - สาย 4	2.46 - 5 ล้านบาท	vp1@lh.co.th

S

CHILL ON THE ROUTE
ปั่น กิน ลม ชม วิว

การปั่นจักรยานในสถานที่ร่มรื่นและมีบรรยากาศที่สดชื่น นอกจากจะได้ออกกำลังกายแล้ว ยังให้ความรู้สึกเหมือนกับการพักผ่อนด้วย แม้จะเป็นเพียงช่วงระยะเวลาไม่กี่ชั่วโมง แต่ก็ทำให้ชาร์จพลังได้อย่างเต็มอิ่มในแต่ละวัน เตรียมแรงไว้ให้พร้อมเพื่อการทำงานที่มีประสิทธิภาพในวันต่อไป

เส้นทางการปั่นจักรยานบางขุนเทียน-ชายทะเล

บรรยากาศระหว่างทางของเส้นทาง การปั่นจักรยานบางขุนเทียน-ชายทะเล

สถานที่แนะนำ

• สวนสาธารณะบางแคภิรมย์

เรียกอีกชื่อว่า "สวนจำปี" เป็นสวนสาธารณะบนพื้นที่กว่า 70 ไร่ ย่านบางแค สำหรับใช้เป็นที่พักผ่อนและออกกำลังกายของประชาชน จุดเด่นของสวนสาธารณะแห่งนี้ นอกจากจะอนุญาตให้นำสัตว์เลี้ยงอย่างสุนัขเข้ามาออกกำลังกายภายในโซนที่เรียกว่า "สวนสุนัข" หรือ Dog Park แล้ว ที่นี่ยังถูกออกแบบให้มีลู่วิ่งออกกำลังกาย สนามเด็กเล่น ศาลานั่งพักริมบึงน้ำขนาดใหญ่ รวมไปถึงเลนปั่นจักรยานที่มีระยะทางประมาณ 1,100 เมตร เป็นวงรอบในสวนไว้รองรับนักปั่นจักรยานอีกด้วย ถือเป็นอีกสวนสาธารณะที่มากประโยชน์ใช้สอยและตอบโจทย์ความต้องการของประชาชนในยุคนี้จริงๆ

ที่ตั้ง : ซอยเพชรเกษม 69 แขวงหลักสอง เขตบางแค กรุงเทพมหานคร 10160

เปิดบริการ : ทุกวัน เวลา 05.00-21.00 น.

เฟซบุ๊ก : สวนสาธารณะบางแคภิรมย์-Fanpage

การเดินทาง : จากถนนเพชรเกษม มุ่งหน้าไปทางเพชรเกษม 69 สังเกตศาลพระพรหมตรงหัวมุมถนน เลี้ยวซ้ายแล้วตรงเข้าไปตามทางประมาณ 1 กิโลเมตร สังเกตป้ายสวนสาธารณะบางแคภิรมย์จะอยู่ซ้ายมือ เมื่อเลี้ยวเข้าไปด้านในจะเจอลานจอดรถ

• เส้นทางบางขุนเทียน-ชายทะเล

เป็นเส้นทางปั่นจักรยานยอดนิยมอีกเส้นทางหนึ่งที่มีระยะทางกว่า 26.8 กิโลเมตร และอยู่ไม่ไกลจากกรุงเทพฯ แถมบรรยากาศระหว่างทางก็สดชื่น โดยสามารถเริ่มต้นเส้นทางปั่นได้จากบริเวณเลียบทางด่วนพระราม 2 เพื่อไปยังถนนบางขุนเทียน-ชายทะเล ถือเป็นอีกหนึ่งเส้นทางที่นักปั่นจักรยานชื่นชอบ เพราะมีเลนจักรยานไว้ให้โดยเฉพาะ รถไม่เยอะด้วย ทำให้มีความปลอดภัยในระดับหนึ่ง ขณะเดียวกันเส้นทางนี้ยังมีร้านอาหารทะเลตั้งเรียงรายกันหลายร้านให้เลือกแวะชิม รับรองว่ามาปั่นจักรยานเส้นทางนี้ได้อิ่มอร่อยตลอด

บรรยากาศร่มรื่นของสวนธนบุรีรมย์

บรรยากาศของสวนสาธารณะบางแคภิรมย์

สวนธนบุรีรมย์

เส้นทางอย่างแน่นอน

ที่ตั้ง : ถนนบางขุนเทียน-ชายทะเล เขตบางขุนเทียน กรุงเทพมหานคร 10150

เปิดบริการ : ทุกวัน (ขอแนะนำให้ปั่นตั้งแต่เวลา 05.00-18.00 น. เพราะหากเข้าหรือดึกกว่านี้ เส้นทางบางช่วงจะมืดและค่อนข้างเปลี่ยว)

การเดินทาง : เส้นทางนี้อยู่บริเวณบางขุนเทียน-ชายทะเล สามารถเดินทางไปได้ง่าย ๆ โดยใช้ถนนพระราม 2 ขึ้นวงแหวนอุตสาหกรรมแล้วลงเลียบทางด่วน

• **สวนธนบุรีรมย์**

อาจบอกได้ว่าเป็นสวนสาธารณะที่มีความรื่นรมย์อีกแห่งหนึ่งที่ซ่อนตัวอยู่ในกรุงเทพฯ และภายในสวนยังร่มรื่นด้วยพันธุ์ไม้และนกนานาชนิด ทำให้ประชาชนในย่านนี้นิยมเข้ามานั่งพักผ่อนหย่อนใจและรวมกลุ่มกันมาออกกำลังกายด้วย สวนสาธารณะแห่งนี้จึงถือได้ว่าเป็นสถานที่ฝึกหัดของนักปั่นจักรยานมือใหม่ที่ดีอีกแห่งหนึ่ง โดยเฉพาะเด็ก ๆ เพราะพวกเขาจะได้เรียนรู้กฎหมายจราจรจากแผ่นป้ายที่ทางเจ้าหน้าที่ติดตั้งไว้ตามเส้นทางปั่นจักรยาน แถมยังเพลิดเพลินกับธรรมชาติภายในสวนอีกด้วย

ที่ตั้ง : 203 หมู่ 2 ถนนประชาอุทิศ แขวงบางมด เขตทุ่งครุ กรุงเทพมหานคร 10140

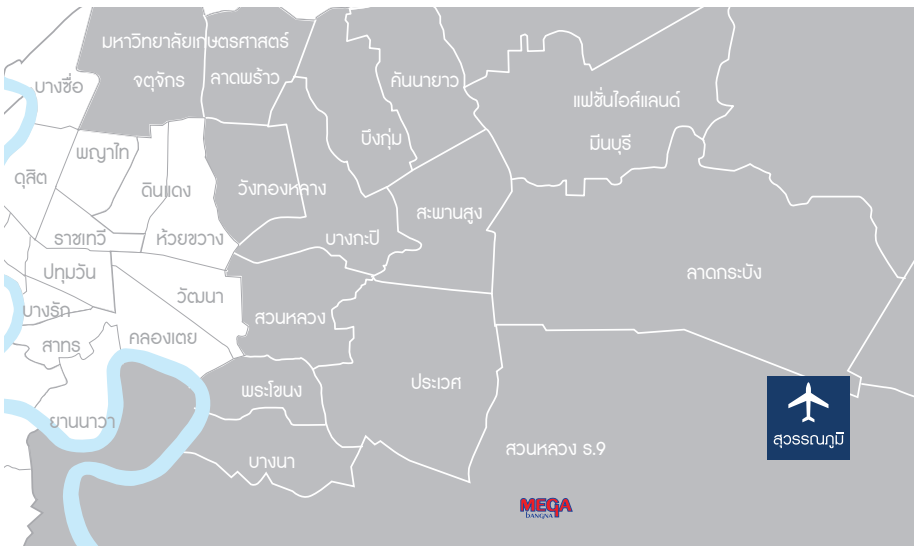
เปิดบริการ : ทุกวัน เวลา 05.00-21.00 น.

การเดินทาง : วิ่งมาจนถึงถนนประชาอุทิศ จากนั้นขับไปเรื่อย ๆ จนเห็นมหาวิทยาลัยเทคโนโลยีพระจอมเกล้าธนบุรี จากนั้นขับตรงไปแล้วเลี้ยวขวาที่แยก โดยจะเข้าไปที่ถนนพุทธบูชา จากนั้นขับไปจนถึงค่ายลูกเสือธนบุรี (จะอยู่ทางซ้ายมือ) ขับตรงไปอีกนิด ให้สังเกตทางขวามือไว้ จะเห็นทางเข้าสวนธนบุรีรมย์

1198

EAST ZONE

โซนรามอินทรา - วัชรพล - เลียบด่วนรามอินทรา
โซนศรีนครินทร์ - บางนา - สุวรรณภูมิ



VIVE 0919 BY LAND & HOUSES · นันทวัน · มัณฑนา · สีวลี · ชัยพฤกษ์ · พฤกษ์ลดา · anya · Villaggio

	โครงการ	ราคา	e-mail
	VIVE เอกมัย - รามอินทรา	40 - 80 ล้านบาท	vva@lh.co.th
NEW PROJECT	VIVE บางนา	30 - 40 ล้านบาท	vv7@lh.co.th
NEW PROJECT	นันทวัน พระราม 9 - ศรีนครินทร์	40 - 60 ล้านบาท	n9@lh.co.th
	นันทวัน รามอินทรา - พหลโยธิน 50	20 - 40 ล้านบาท	n5@lh.co.th
	มัณฑนา Lake Watcharapol	30 - 40 ล้านบาท	mw2@lh.co.th
	มัณฑนา 2 บางนา กม.7	11 - 25 ล้านบาท	mk72@lh.co.th
	มัณฑนา อ่อนนุช - วงแหวน 5	7 - 25 ล้านบาท	mo5@lh.co.th
NEW PROJECT	มัณฑนา มอเตอร์เวย์ - กรุงเทพกรีฑาตัดใหม่	6 - 20 ล้านบาท	mmk@lh.co.th
	มัณฑนา ศรีนครินทร์ - ร่มเกล้า	9 - 20 ล้านบาท	msr@lh.co.th
NEW PROJECT	สีวลี ศรีนครินทร์ - ร่มเกล้า	6 - 15 ล้านบาท	srr@lh.co.th
	ชัยพฤกษ์ ทางด่วนรามอินทรา - จตุโชติ	5.89 - 9 ล้านบาท	crc@lh.co.th
	ชัยพฤกษ์ รามอินทรา - พระยาสุเรนทร์	5.79 - 9 ล้านบาท	ccr@lh.co.th
	พฤกษ์ลดา วงแหวน - หทัยราษฎร์	4.9 - 6 ล้านบาท	pvh@lh.co.th
NEW PROJECT	anya บางนา - รามคำแหง 2	5.9 - 8 ล้านบาท	ab1@lh.co.th
NEW PROJECT	Villaggio ศรีนครินทร์ - บางนา	5.89 - 8 ล้านบาท	vsb@lh.co.th
	Villaggio บางนา	4 - 8 ล้านบาท	va@lh.co.th
	Villaggio บางนา - เทพารักษ์	3.8 - 5.5 ล้านบาท	vbt@lh.co.th

E

CHALLENGE CYCLING ROUTE
สนามปั่นสุดท้าทาย

ความท้าทายของนักปั่นจักรยานก็คือเส้นทางวิบากและอุปสรรคที่ถูกสร้างขึ้นมา เพราะนั่นจะทำให้นักปั่นรู้สึกเหมือนกับกำลังผจญภัยอยู่บนเส้นทางทุรกันดารจริงๆ ขณะเดียวกันยังเป็นการฝึกทักษะการแก้ไขปัญหาที่นักปั่นต้องเจอในเส้นทางแต่ละเส้นทางด้วย

สนามราษฎร์ ณ สวนหลวง ร.9

บรรยากาศแสนร่มรื่นที่สนามราษฎร์ ณ สวนหลวง ร.9

สถานที่แนะนำ

• Peppermint Bike Park

เป็นสนามปั่นจักรยานบนพื้นที่กว่า 10 ไร่ที่เต็มไปด้วยความสนุก มีการออกแบบเส้นทางตลอด 2 กิโลเมตรที่ทำให้นักปั่นได้รับประสบการณ์การปั่นจักรยานในรูปแบบใหม่ ทั้งปลอดภัยและได้มาตรฐาน รูปแบบสนามตอบโจทย์ทุกกลุ่ม ไม่ว่าจะเป็นมือใหม่หัดปั่นหรือแม้แต่เด็กๆ ก็สามารถมาปั่นด้วยได้ ยิ่งมากันทั้งครอบครัวก็ยิ่งสนุกสนาน ทั้งนี้การมาใช้สนามปั่นแห่งนี้มีอัตราค่าบริการต่างๆ อาทิ ชำระค่าเข้าสนาม 200 บาท ค่าเช่าจักรยานชั่วโมงละ 150 บาท ค่าเช่าหมวกครั้งละ 60 บาท หรือจะซื้อเป็นชุดคูปอง 5 ใบ (คูปองผู้ใหญ่ชุดละ 800 บาท และคูปองเด็กชุดละ 600 บาท) สำหรับลูกค้าที่มากันเป็นจำนวนมากหรือมาบ่อยๆ

ที่ตั้ง : 127 ซอยโยธินพัฒนา 3 เลียบทางด่วนเอกมัย-รามอินทรา เขตลาดพร้าว กรุงเทพมหานคร 10240
ติดต่อ : 09-0980-1368
เปิดบริการ : ทุกวัน เวลา 07.00-21.00 น.
เฟซบุ๊ก : Peppermint Bike Park
การเดินทาง: หากมาจากรามอินทราหรือมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ให้เลี้ยวเข้าถนนเกษตร-นวมินทร์ มองหาปั๊มบางจากเอาไว้ เจอแล้วให้เลี้ยวเข้าซอยโยธินพัฒนา 3 ขับไปเรื่อยๆ จนเจอสถาบันสุขภาพโพธาลัย ขับตรงไปอีกนิดจะเจอ Peppermint Bike Park อยู่ทางซ้ายมือ

• สนามปั่นจักรยานเจริญสุขมงคลจิต

สนามแห่งนี้เรียกอีกชื่อหนึ่งว่า Happy and Healthy Bike Lane ซึ่งหลายคนอาจเรียกติดปากไปแล้วว่า Sky Lane ที่นี่ถือเป็นสนามปั่นจักรยานที่นักปั่นในกรุงเทพฯ และจังหวัดใกล้เคียงหลายคนติดอกติดใจ เพราะมีสิ่งอำนวยความสะดวกต่างๆ รวมถึงลานจอดรถกว่า 1,500 คันไว้รองรับ ที่สำคัญหากมากันทั้งครอบครัว เด็กๆ ก็สามารถเข้าไปปั่นจักรยานได้อย่างสนุกสนานกับสนามปั่นสำหรับเด็กแบบเต็มรูปแบบที่จัดมารองรับไว้ด้วยเช่นกัน ส่วนจุดเด่นของสนามปั่นแห่งนี้ดูเหมือนจะเป็นลู่ปั่นจักรยานหลักระยะทาง 23.5 กิโลเมตรที่แบ่งเป็นเลนสีฟ้าซึ่งสามารถใช้ความเร็วปกติ และเลนสีม่วงที่ใช้ความเร็วสูง และเส้นทางสะพานจักรยานลอยฟ้า รวมถึงลู่ปั่นจักรยานระยะสั้น 1.6 กิโลเมตรที่ขนานไปกับลู่วิ่งในระยะทางเดียวกันด้วย สำหรับผู้ที่

รูปแบบสนามที่ Peppermint Bike Park

เส้นทางสะพานจักรยานลอยฟ้า
ที่สนามปั่นจักรยานเจริญสุขมงคลจิต

ลู่ปั่นจักรยานแบ่งเป็นเลนสีฟ้าและเลนสีม่วง
ที่สนามปั่นจักรยานเจริญสุขมงคลจิต

มาครั้งแรกแนะนำให้ลงทะเบียนเพื่อรับสายรัดข้อมือที่ตู้จ่ายสแนป (Snap) สำหรับใช้ผ่านเข้าออกทางเข้าสนาม สมัครฟรีและใช้เวลาไม่ถึง 3 นาที แค่เสียบบัตรประชาชน กรอกเบอร์โทรศัพท์ ถ่ายภาพ และรับสายรัดข้อมือได้ทันที แนะนำว่าควรเติมเงินติดไว้สัก 200 บาท สำหรับใช้เป็นกระเป๋าเงินซื้ออาหารและเครื่องดื่มภายในสนามปั่น

ที่ตั้ง : ถนนสุวรรณภูมิ 3 ตำบลหนองปรือ อำเภอบางพลี จังหวัดสมุทรปราการ 10540

ติดต่อ : 08-3023-7777

เปิดบริการ : ทุกวัน เวลา 06.00-21.00 น.

เฟซบุ๊ก : สนามลู่ปั่นจักรยานเจริญสุขมงคลจิต - Happy and Healthy Bike Lane

การเดินทาง : ใช้เส้นทางมอเตอร์เวย์กรุงเทพ-ชลบุรีสายใหม่ สังเกตป้ายทางบอกเข้าถนนสุวรรณภูมิ 2 ขับตรงไปตามทางจนถึงทางแยกตัดเข้าถนนสุวรรณภูมิ 4 เลี้ยวซ้ายตรงไป จะเห็นสถานีตำรวจสุวรรณภูมิ จากนั้นให้ชิดซ้ายเพื่อขึ้นสะพานวนเข้าสู่ลานจอดรถของสนาม

• สนามราษฎร์ ณ สวนหลวง ร.9

สนามราษฎร์เป็นส่วนหนึ่งของสวนหลวง ร.9 เป็นหนึ่งในสนามที่นักปั่นจักรยานรุ่นเก่าและรุ่นใหม่นิยมมาออกกำลังกาย จุดเด่นของสนามแห่งนี้เป็นสนามที่มีเลนปั่นจักรยานวนเป็นรอบเวียนไปทางซ้ายทางเดียว มีระยะทางวนรอบประมาณ 600 เมตร พื้นสนามเป็นถนน มีความเรียบและกว้าง ทำให้ปั่นได้ง่ายและมีความปลอดภัย ในช่วงเย็นๆ ของทุกวันมักจะมีคนมาใช้บริการเยอะ โดยเฉพาะกลุ่มครอบครัวมักจะพาเด็กๆ มาปั่นจักรยานออกกำลังกายด้วย

ที่ตั้ง : ถนนเฉลิมพระเกียรติ แขวงหนองบอน เขตประเวศ กรุงเทพมหานคร 10250

ติดต่อ : 0-2328-1395

เปิดบริการ : ทุกวัน เวลา 05.00-19.00 น

เว็บไซต์ : www.suanluangrama9.or.th/

การเดินทาง : ลงทางด่วนสุขุมวิท 42 วิ่งตรงไปทางเส้นสุขุมวิทขาออก เลี้ยวเข้าสุขุมวิท 103 (อุดมสุข) ขับตรงไปประมาณ 7 กิโลเมตร ผ่านสี่แยกอุดมสุข ขับตรงไปเรื่อยๆ สวนหลวงจะอยู่ทางซ้ายมือ

1198

WEST ZONE

โซนราชพฤกษ์ - ปิ่นเกล้า - ศาลายา
โซนรัตนาธิเบศร์ - บางใหญ่ - บางบัวทอง

LADAWAN VIVE 0919 BY LAND & HOUSES มัณฑนา ชัยพฤกษ์ anya iniZio Villaggio indy BY LAND & HOUSES

	โครงการ	ราคา	e-mail
	LADAWAN ราชพฤกษ์ - ปิ่นเกล้า	50 - 100 ล้านบาท	lrp@lh.co.th
NEW PROJECT	VIVE รัตนาธิเบศร์ - ราชพฤกษ์	28 - 40 ล้านบาท	vir@lh.co.th
	มัณฑนา พุทธมณฑล สาย 2 - บางแวก	13 - 18 ล้านบาท	m2w@lh.co.th
	มัณฑณา Westgate	10 - 20 ล้านบาท	mwg@lh.co.th
	ชัยพฤกษ์ พุทธมณฑล สาย 5	5.8 - 7 ล้านบาท	c52@lh.co.th
NEW PROJECT	ชัยพฤกษ์ Westgate	5.5 - 7 ล้านบาท	cwg@lh.co.th
NEW PROJECT	anya WESTGATE	4.9 - 7 ล้านบาท	aw1@lh.co.th
NEW PROJECT	inizio 3 ปิ่นเกล้า - วงแหวน	4.39 ล้านบาท	ip3@lh.co.th
	Villaggio ปิ่นเกล้า - ศาลายา	3.79 - 4.99 ล้านบาท	v4@lh.co.th
	indy WESTGATE	2.5 - 4.5 ล้านบาท	dk3@lh.co.th

CYCLING TRAINING
เส้นทางฝึกซ้อมก่อนเป็นนักปั่น

การเป็นนักปั่นจักรยานที่ดีนั้นจำเป็นต้องฝึกซ้อมอย่างเข้มข้น ดังนั้นสถานที่สำหรับฝึกซ้อมถือว่ามีความจำเป็นอย่างมาก เปรียบเสมือนการเตรียมร่างกายและทักษะก่อนที่จะออกไปสู่สนามปั่นใหญ่ๆ หรือไปตามเส้นทางธรรมชาติ และนี่ก็เป็นสนามปั่นจักรยานที่เหมาะจะเป็นที่ฝึกซ้อมได้เป็นอย่างดี

บรรยากาศการปั่นจักรยานที่สนามปั่นจักรยาน กรมชลประทาน

สนามปั่นจักรยาน กรมชลประทาน

สถานที่แนะนำ

• สนามปั่นจักรยาน กรมชลประทาน

สนามแห่งนี้ตั้งอยู่ภายในกรมชลประทาน ถนนติวานนท์ ปากเกร็ด นนทบุรี ที่ได้รับการยอมรับว่าเป็นสนามปั่นที่ดีที่สุดอีกแห่งหนึ่งในย่านนนทบุรี รูปแบบของเลนปั่นจักรยานเป็นถนนเรียบ ระยะทางรวมไปกลับประมาณ 4 กิโลเมตร มีไฟฟ้าส่องสว่างอยู่ตลอดแนวถนน รวมถึงมีแผงและเสากั้นไม่ให้รถยนต์หรือรถจักรยานยนต์เข้ามาในเลนปั่นจักรยาน ทำให้นักปั่นมีความปลอดภัย และทำให้ที่นี่เป็นสถานที่รวมนักปั่นที่ต้องการมาฝึกกล้ามเนื้อขากันในช่วงวันเสาร์-อาทิตย์

ที่ตั้ง : ภายในกรมชลประทาน ตำบลบางตลาด อำเภอปากเกร็ด จังหวัดนนทบุรี 11120

เปิดบริการ : ทุกวัน เวลา 05.00-20.00 น.

การเดินทาง: จากถนนรัตนาธิเบศร์ขาออก ขับไปถึงแยกแครายให้เลี้ยวขวาเข้าสู่ถนนติวานนท์ ขับตรงไปทางปากเกร็ด ผ่านแยกสนามบินน้ำ แยกสามัคคี ขับตรงไปเรื่อยๆ ข้ามคลองบางตลาด ตรงไปอีกนิดให้สังเกตป้ายกรมชลประทานทางซ้ายมือ เมื่อเข้าประตูหลักของกรมชลประทานไปจะเจอลานกว้างโล่งๆ ทางซ้ายมือ สามารถจอดรถได้เลย หากมาในช่วงเช้าวันเสาร์-อาทิตย์จะมีรถมาจอดเยอะเพราะมีตลาดนัด

• สวนเฉลิมพระเกียรติสมเด็จย่า

สวนเฉลิมพระเกียรติสมเด็จย่าเป็นสวนสาธารณะแบบใหม่บนพื้นที่ 31 ไร่ บนถนนบรมราชชนนี ที่สวนนี้ออกแบบโดยการใช้พื้นที่ว่างในเขตทางให้เกิดประโยชน์สูงสุด จุดน่าสนใจของสวนอยู่ที่เลนจักรยานที่มีระยะทางกว่า 1.33 กิโลเมตร เหมาะสำหรับนักปั่นจักรยานที่ต้องการมาออกกำลังกายและต้องการความปลอดภัยสูงในพื้นที่โครงการที่มีความร่มรื่น นอกจากนี้ยังมีพื้นที่สำหรับกิจกรรมต่างๆ อย่าง สนามกีฬาฟุตซอล รวมถึงมีสิ่งอำนวยความสะดวกต่างๆ เช่น ห้องน้ำ ที่จอดรถ และยังมีเจ้าหน้าที่ตำรวจนครบาลธรรมศาลาเข้ามาตรวจตราบริเวณ เพื่อความปลอดภัยต่อประชาชนด้วย

ที่ตั้ง : อยู่บนทางหลวงหมายเลข 338 ถนนอรุณอมรินทร์-พุทธมณฑลสาย 4 บริเวณ กม.ที่ 8 ฝั่งขาออก แขวงศาลาธรรมสพน์ เขตทวีวัฒนา กรุงเทพมหานคร 10170

ติดต่อ : แขวงทางหลวงธนบุรี โทร. 0-2354-6668-75

เส้นทางปั่นจักรยานย่านตลิ่งชัน

เลนจักรยานที่สวนเฉลิมพระเกียรติสมเด็จย่า

แวะชมบ้านจักรยานระหว่างเส้นทางปั่นย่านตลิ่งชัน

หรือสายด่วนกรมทางหลวง 1586

เปิดบริการ : ทุกวัน เวลา 05.00-21.00 น.

การเดินทาง : จากสะพานปิ่นเกล้ามุ่งหน้าไปทางถนนบรมราชชนนีขาออก ตรงไปจนผ่านทางต่างระดับพุทธมณฑลสาย 2 ตรงไปอีกนิดจะเห็นสวนเฉลิมพระเกียรติสมเด็จย่าอยู่ทางซ้ายมือ เมื่อขับเลยไปเล็กน้อยจะเจอทางแยกของถนนเส้น 338 และลานจอดรถ

- **เส้นทางปั่นจักรยานย่าน "ตลิ่งชัน"**

ถือเป็นเส้นทางปั่นจักรยานที่นิยมอีกเส้นทางหนึ่งของนักปั่นจักรยาน ทั้งแบบมือสมัครเล่นและนักท่องเที่ยวที่ชื่นชอบบรรยากาศแบบวิถีชาวบ้าน และเส้นทางนี้เหมาะสำหรับการมาปั่นจักรยานในช่วงวันหยุดเสาร์และอาทิตย์ เพราะอาจต้องใช้เวลาถึง 1 วันเต็มเลยทีเดียว โดยเส้นทางนี้มีระยะทางประมาณ 15 กิโลเมตร ซึ่งมีจุดตั้งต้นการปั่นจักรยานอยู่ที่สถานีรถไฟชุมทางตลิ่งชัน โดยจะปั่นตามถนนเลียบทางรถไฟไปเรื่อย ๆ ก่อนจะผ่านสถานที่ท่องเที่ยวที่น่าสนใจในย่านตลิ่งชัน ได้แก่ สะพานผัก บ้านจักรยาน ตลาดน้ำวัดตลิ่งชัน และบ้านศิลปินหรือบ้านหุ่นละครเล็กแห่งคลองบางหลวง ส่วนขากลับนักปั่นจักรยานเมื่อออกจากบ้านศิลปินแล้วสามารถออกสู่ถนนจรัญสนิทวงศ์หรือถนนราชพฤกษ์ และถนนเพชรเกษมใต้ได้เลย

ที่ตั้ง : ซอยฉิมพลี 12 ถนนฉิมพลี แขวงฉิมพลี เขตตลิ่งชัน กรุงเทพมหานคร 10170

เปิดบริการ : ทุกวัน (แนะนำให้มาในวันหยุดเสาร์-อาทิตย์) เวลา 06.00-18.00 น.

การเดินทาง : การเดินทางมาปั่นจักรยานบนเส้นทางตลิ่งชันนี้สามารถเข้าและออกได้หลายทาง แต่ที่อยากจะแนะนำและน่าจะสะดวกที่สุดในการจอดรถก็คือที่ศูนย์กลางตลาดดอกไม้ ปากคลองตลาดใหม่ ซึ่งมีที่จอดรถมากกว่า 2,000 คัน โดยสามารถขับรถไปทางถนนราชพฤกษ์จากสถานีรถไฟฟ้าบีทีเอสบางหว้า มุ่งหน้าไปทางถนนบรมราชชนนีประมาณ 5 นาที ชิดซ้ายเข้าถนนเลนในเพื่อเลี้ยวขวาเข้าสู่แยกตัดกับถนนพรานนก-พุทธมณฑลสาย 4 ขับตรงไปเล็กน้อยจะเห็นตลาดดอกไม้อยู่ทางซ้ายมือ สามารถเลี้ยวซ้ายเข้าไปและจอดรถตรงที่จอดรถได้เลย

TOWNHOME

Villaggio indy BY LAND & HOUSES

	โครงการ	ราคา	e-mail
NEW PROJECT	Villaggio ศรีนครินทร์ - บางนา	2.89 - 4 ล้านบาท	vsb@lh.co.th
	Villaggio บางนา	2.3 ล้านบาท	va@lh.co.th
NEW PROJECT	indy บางนา - รามคำแหง 2	3 - 5 ล้านบาท	db@lh.co.th
	indy 2 ศรีนครินทร์	2.79 - 4 ล้านบาท	dsn@lh.co.th
NEW PROJECT	indy ศรีนครินทร์ - แพรกษา	2.5 - 4 ล้านบาท	dsp@lh.co.th
	indy บางใหญ่ (2)	2.39 - 4.29 ล้านบาท	dy@lh.co.th
	indy รังสิต - คลอง 2	2.3 - 3 ล้านบาท	dr2@lh.co.th

CONDOMINIUM

THE BANGKOK THE ROOM THE KEY Ease พระราม 2

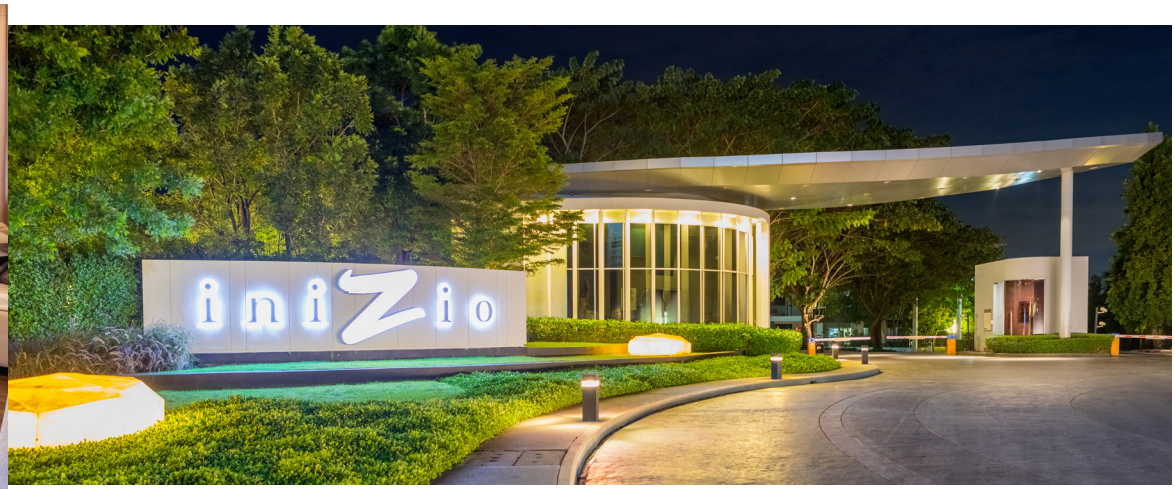
โครงการ	ราคา	e-mail
The Bangkok Thonglor	17.9 - 37 ล้านบาท	thebangkoktl@lh.co.th
The Bangkok Sathorn	13 - 50 ล้านบาท	thebangkok@lh.co.th
The Room Sukhumvit 69	12.59 ล้านบาท	rs69@lh.co.th
The Room Sukhumvit 38	8.99 - 20 ล้านบาท	rs38@lh.co.th
The Room Charoenkrung 30	8.29 - 17 ล้านบาท	rc@lh.co.th
The Room Sathorn - St.Louis	4.09 - 5.59 ล้านบาท	rs11@lh.co.th
The Room Phayathai	4.99 - 15 ล้านบาท	rpt@lh.co.th
The Key MRT Phetkasem 48	3.19 - 6 ล้านบาท	kps@lh.co.th
Ease 2 Rama 2	1.89 - 4 ล้านบาท	ep2@lh.co.th

1198

MAJOR CITIES

เชียงราย - เชียงใหม่ - ขอนแก่น - โคราช - มหาสารคาม - อุดรธานี - อยุธยา - นครปฐม - ภูเก็ต

NANTAWAN SERENE LAKE - CHIANG MAI
นันทวัน
มัณฑนา
ธัลลดา
สีวลี
iniZio
N°
Villaggio
มัณฑนา นครปฐม
88 LAND & HOUSES HILLSIDE PHUKET
indy BY LAND & HOUSES



	โครงการ	ราคา	e-mail
	สีวลี ศรีเวียง - เชียงราย	4.29 - 10 ล้านบาท	lhn@lh.co.th
	NANTAWAN SERENE LAKE - เชียงใหม่	17.59 - 50 ล้านบาท	lhn@lh.co.th
NEW PROJECT	มัณฑนา SERENE LAKE - เชียงใหม่	11.59 - 49 ล้านบาท	lhn@lh.co.th
	ชลลดา แลนด์ แอนด์ เฮ้าส์ พาร์ค เชียงใหม่	11.19 - 17.89 ล้านบาท	lhn@lh.co.th
NEW PROJECT	มัณฑนา สันทราย - เชียงใหม่	7.2 - 17 ล้านบาท	lhn@lh.co.th
	สีวลี สันกำแพง - เชียงใหม่	5.19 - 11.19 ล้านบาท	lhn@lh.co.th
	inizio เชียงใหม่	3.99 - 7.9 ล้านบาท	lhn@lh.co.th
	NORTH CONDO เชียงใหม่	2.49 ล้านบาท	lhn@lh.co.th
	Villaggio สันทราย - เชียงใหม่	2.19 - 7 ล้านบาท	lhn@lh.co.th
	สีวลี ถนนมะลิวัลย์ ขอนแก่น	4.4 - 7 ล้านบาท	lh_khonkaen@lh.co.th
	สีวลี ถนนมิตรภาพ นครราชสีมา	4.7 - 12 ล้านบาท	lh_korat@lh.co.th
	สีวลี มหาสารคาม	4.29 - 14 ล้านบาท	lh_mahasarakham@lh.co.th
	นันทวัน อุดรธานี	12 - 20 ล้านบาท	lh_udon@lh.co.th
	สีวลี อุดรธานี	3.95 - 16 ล้านบาท	lh_udon@lh.co.th
NEW PROJECT	สีวลี 3 อยุธยา	5 - 8 ล้านบาท	s3@lh.co.th
	Villaggio เกาะเรียน	4.25 - 5.55 ล้านบาท	vk@lh.co.th
	indy อยุธยา	2.29 - 4.5 ล้านบาท	dab@lh.co.th
	มัณฑนา นครปฐม	4.35 - 11.5 ล้านบาท	mnn@lh.co.th
	88 Land and Houses Hillside Phuket	9.5 - 30 ล้านบาท	info@lhphuket.com
	88 Land and Houses Koh Kaew Phuket	7.97 - 20 ล้านบาท	info@lhphuket.com
NEW PROJECT	สีวลี รัษฎา ภูเก็ต	8.69 - 26.05 ล้านบาท	info@lhphuket.com
	inizio เกาะแก้ว ภูเก็ต	8.3 - 10.35 ล้านบาท	info@lhphuket.com

CHAO PHRAYA RIVER VIEW
กินลม ชมวิว ริมเจ้าพระยา

ในช่วงปลายฝนต้นหนาวแบบนี้ เดิมทีหลายคนอาจจะมีแผนเดินทางไปท่องเที่ยวตามต่างจังหวัด แต่ด้วยสถานการณ์โควิด-19 ที่ทำให้หลายคนยังไม่อยากเดินทางไปไหนไกลๆ ในฉบับนี้จึงขอแนะนำสถานที่ท่องเที่ยวในกรุงเทพฯ ด้วยการพาไปนั่งกินลม ชมวิว ริมแม่น้ำเจ้าพระยา กับ 4 ท่าน้ำที่หลายคนชื่นชอบกัน

ศาลเจ้าแม่หม่าโจ้ว ศาลเจ้าจีนเก่าแก่ในเขตคลองสานที่ล้ง 1919

ล้ง 1919 แหล่งท่องเที่ยวแนว Heritage ย่านฝั่งธนบุรี

ท่ามหาราช

"ท่ามหาราช" คอมมูนิตี้มอลล์ที่อยู่ติดริมแม่น้ำเจ้าพระยาฝั่งเกาะรัตนโกสินทร์หรือบนถนนมหาราช ที่นี่นอกจากจะมีบรรยากาศดีแล้วก็ยังมีแหล่งชอปปิง ร้านอาหาร ร้านเครื่องดื่มที่ทุกคนสามารถนั่งกินดื่มไปพร้อมๆ กับชมทิวทัศน์ของสายน้ำไปด้วยได้ ที่สำคัญที่นี่ยังเรียกได้ว่าเป็นศูนย์กลางการท่องเที่ยวที่เต็มไปด้วยศิลปะและมรดกทางวัฒนธรรม รวมถึงยังมีกลิ่นอายของวิถีชุมชนเก่าแก่ในย่านนี้อีกด้วย ซึ่งก็ตรงกับคอนเซ็ปต์ที่ว่า "Riverside Eatery, Urban Oasis, Art & Culture Market" ถือเป็นอีกหนึ่งแหล่งท่องเที่ยวที่เข้ากับไลฟ์สไตล์ของคนรุ่นใหม่ที่สามารถมานั่งกินลมชมวิวและเดินชอปปิงได้เกือบทั้งวันเลยทีเดียว

ท่าวังหลัง

เรียกอีกชื่อหนึ่งว่า ท่าพรานนก หรือท่าศิริราช เป็นท่าน้ำริมฝั่งแม่น้ำเจ้าพระยาฝั่งตะวันตกหรือฝั่งธนบุรี บริเวณปลายถนนวังหลัง เขตบางกอกน้อย อยู่ฝั่งตรงข้ามกับท่ามหาราช ที่นี่มีชื่อเสียงในเรื่องของการเป็นแหล่งชอปปิงเสื้อผ้าและเครื่องแต่งกายที่ถูกและดีอีกแหล่งหนึ่งก็ว่าได้ นอกจากนี้ ยังมีร้านอาหารริมน้ำให้นั่งกินลมชมสายน้ำเจ้าพระยา ตลอดจนมีของกินอร่อยๆ หลายเมนูให้เลือกซื้อหาไปเป็นของฝาก รวมถึง

เอเชียทีค เดอะ ริเวอร์ฟร้อนท์ ศูนย์การค้าแนวราบริมแม่น้ำที่ใหญ่ที่สุดในเอเชีย

วัดระฆังโฆสิตารามฯ แหล่งท่องเที่ยวเก่าแก่ย่านวังหลัง

ท่ามหาราช ศูนย์กลางการท่องเที่ยว
ที่เต็มไปด้วยศิลปะและมรดกทางวัฒนธรรม

ยังมีแหล่งท่องเที่ยวเก่าแก่ของย่านวังหลังให้ไปท่องเที่ยว เช่น วัดระฆังโฆสิตารามวรมหาวิหาร พิพิธภัณฑสถานแห่งชาติเรือพระราชพิธี และตลาดศาลาน้ำร้อน ตลาดเก่าแก่ที่มีเรื่องราวในอดีตซุกซ่อนอยู่มากมาย

เอเชียทีค เดอะ ริเวอร์ฟร้อนท์

เป็นโครงการศูนย์การค้าแนวราบริมแม่น้ำที่ใหญ่ที่สุดในเอเชีย โดยตั้งอยู่บริเวณริมแม่น้ำเจ้าพระยาบนถนนเจริญกรุง แขวงวัดพระยาไกร เขตบางคอแหลม ในอดีตที่นี่เป็นท่าเรือขนถ่ายสินค้า รวมถึงยังเคยถูกใช้เป็นฐานกำลังและคลังแสงของกองทัพญี่ปุ่นในช่วงสมัยสงครามโลก แต่ปัจจุบันได้เปลี่ยนเป็นศูนย์การค้าที่เต็มไปด้วยร้านค้า ร้านอาหาร รวมไปถึงโรงละครคาลิปโซ่และโรงละครโจหลุยส์ หรือแม้แต่ชิงช้าสวรรค์สีขาวสำหรับขึ้นไปชื่นชมทิวทัศน์ในมุมสูง แต่ที่ดูจะเป็นที่ชื่นชอบของนักท่องเที่ยวและประชาชนก็คงจะเป็นบริเวณลานกว้างที่ทอดตัวยาวไปตามริมแม่น้ำ โดยเฉพาะในช่วงเย็นที่ทุกคนจะมานั่งรับลมเย็นๆ และถ่ายรูปกันอย่างสนุกสนาน ซึ่งอาจเรียกได้ว่าที่นี่เป็นอีกท่าน้ำที่ทุกคนต้องมาเที่ยวชมกัน

ล้ง 1919

เป็นอีกหนึ่งท่าน้ำที่กลายเป็นแหล่งท่องเที่ยวแนว Heritage ที่น่าสนใจย่านฝั่งธนบุรี บริเวณปลายสุดของถนนเชียงใหม่ เขตคลองสาน เพราะที่นี่มีเรื่องราวแห่งอดีตให้ทุกคนได้ค้นหา โดยเฉพาะเรื่องราวการทำการค้าระหว่างไทยกับจีนในอดีต นอกจากนี้ยังมีความโดดเด่นด้วยโครงสร้างของสถาปัตยกรรมจีนที่เคยเป็นโกดังเก็บสินค้าเก่า รวมไปถึงศาลเจ้าแม่หม่าโจ้ว ศาลเจ้าจีนเก่าแก่ในเขตคลองสานที่หลายคนมักแวะเวียนไปสักการะขอพร ขณะเดียวกันยังมีร้านอาหารอร่อยๆ อีกหลายร้านให้เลือกนั่งด้วย หากมาในช่วงเย็นๆ แนะนำให้ไปนั่งเล่นรับลมที่ลานกว้างริมน้ำเพื่อสัมผัสอีกหนึ่งบรรยากาศริมน้ำที่อาจทำให้ทุกคนได้หวนนึกไปถึงอดีตอันรุ่งเรืองของย่านนี้

1198

มัณฑนา
วงแหวน - บางบอน

ภาพและบรรยากาศจำลอง

แบบบ้านซีรีส์ใหม่ 100+ พร้อมเรือนรับรอง จากแลนด์ แอนด์ เฮ้าส์

บ้านที่ได้รับแรงบันดาลใจจากการใช้ชีวิตที่แท้จริง ให้ครอบครัวได้สัมผัสธรรมชาติอย่างใกล้ชิด
ผ่อนคลายได้เต็มร้อย เติมเต็มทุกการพักผ่อนบนพื้นที่ 100 ตารางวา+
รองรับการเติบโตของครอบครัวขยาย

LAND & HOUSES

www.lh.co.th

มัณฑนา

พุทธมณฑลสาย 2 - บางแวก

พบแบบบ้านซีรีส์ใหม่ 100+ พร้อมเรือนรับรองที่ 2 โครงการในสังคมส่วนตัว ซึ่งทำให้ครอบครัวได้พักผ่อนแบบใกล้ชิดธรรมชาติ

- มัณฑนา วงแหวน - บางบอน **ราคา 9-15 ล้านบาท**
- มัณฑนา พุทธมณฑล สาย 2 - บางแวก **ราคา 13-18 ล้านบาท**

LAND & HOUSES

www.lh.co.th

1198

anya

ภาพและบรรยากาศจำลอง

ภาพบ้านและบรรยากาศจำลอง

Home For All Functions

บ้านแนวคิดใหม่ บน 3 ทำเลดี

"ที่ทุกความต้องการเกิดขึ้นได้จริง"

- บางนา - รามคำแหง 2
- เพชรเกษม - สาย 4
- WESTGATE

ราคา 4.85 - 7 ล้านบาท

LAND & HOUSES

www.lh.co.th

1198

มัณฑนา

สันทราย - เชียงใหม่

New Vision of Superior Living

สังคมมีระดับ...สำหรับชีวิตที่มีวิสัยทัศน์

มัณฑนา สันทราย - เชียงใหม่ บ้านเดี่ยวโครงการใหม่บนทำเลศักยภาพ

เริ่ม 7 ล้านบาท

สอบถามข้อมูลเพิ่มเติม โทร.1198

LAND & HOUSES

www.lh.co.th

เมนู Seafood Teppanyaki Set

เมนู Natsu Sashimi Set

เมนูบอนไซโรลหรือข้าวปั้นโรลหน้าปลาทูน่า

BONSAI JAPANESE RESTAURANT

ครบทุกสไตล์ เพื่อคนรักอาหารญี่ปุ่น

ถึงจะเป็นร้านอาหารญี่ปุ่นที่เปิดมาได้ไม่นาน แต่บอกเลยว่า "Bonsai Japanese Restaurant" เป็นหนึ่งในร้านอาหารญี่ปุ่นที่มีครบทุกสไตล์เพื่อคนรักอาหารญี่ปุ่นที่แท้จริง เพราะมีอาหารญี่ปุ่นทั้งแบบเทปันยากิและอาลาคาร์ท รวมถึงสไตล์โอมากาเสะมาให้เลือกอร่อยกันอย่างจุใจ

บรรยากาศร้าน Bonsai Japanese Restaurant

ภายในร้าน "Bonsai Japanese Restaurant" แบ่งออกเป็น 3 โซน คือ โซนโอมากาเสะ (ต้องโทรจองล่วงหน้าก่อน 1 วัน) ห้องอาหารที่ตกแต่งในสไตล์ญี่ปุ่นแบบดั้งเดิม ซึ่งพร้อมเสิร์ฟคอร์สอาหาร (ตั้งแต่ราคา 1,900-6,500 บาท) ในแบบคำต่อคำ โดยเชฟชาวญี่ปุ่นที่บินลัดฟ้ามาอวดลีลาการปรุงอาหารให้เห็นกันต่อหน้ามาต่อในโซนที่ 2 โซนเทปันยากิที่จะได้เพลิดเพลินกับเสียงสับตะหลิวญี่ปุ่นของเชฟผู้มาปรุงอาหารสด ๆ ร้อน ๆ ให้ลูกค้าได้เอร็ดอร่อย และโซนสุดท้าย คือ โซนอาลาคาร์ท ลูกค้าสามารถนั่งรับประทานในห้องส่วนตัวที่รองรับได้ 6 คน หรือจะนั่งรับประทานที่โต๊ะหรือซูชิบาร์ก็ได้เช่นกัน

หากมาร้านนี้ต้องขอแนะนำเมนูเด็ดที่เริ่มด้วย Natsu Sashimi Set (นัตสึ ซาชิมิเซต) ประกอบด้วยเนื้อปลาต่าง ๆ อย่างแซลมอน ชูโทโร่ ฮามาจิ อิคุระ ปลามาได รวมถึงโอตาเตะและอามาเอบิ (หอยเชลล์ยักษ์และกุ้งหวาน) ตามติดมาอีกเมนูที่ต้องมาชิมคือ Nigiri Sushi ข้าวปั้นซิกเนเจอร์หน้าต่าง ๆ ที่รวมไว้ในจานเดียว ไม่ว่าจะเป็นข้าวปั้นหน้าปลาฮามาจิ ข้าวหน้ากุ้งโมตานิบิ ข้าวหน้าโทโร่ (ทูน่าส่วนท้อง) ท็อปปิ้งด้วยคาเวียร์ ข้าวหน้าโฮตาเตะ หอยเชลล์ท็อปปิ้งด้วยฟัวกราส์ ข้าวปั้นหน้าเนื้อวากิวฟุระโนะ (A5) บอนไซ (ข้าวหน้าปลาโทโร่) ท็อปปิ้งด้วยทรัฟเฟิล ข้าวหน้าทูน่าอากามิ ข้าวหน้าอูนิ และ Seafood Teppanyaki Set

นอกจากนี้ ยังมีบอนไซโรลหรือข้าวปั้นโรลหน้าปลาทูน่าที่มีทั้งความมัน ความเผ็ดเล็ก ๆ อร่อยไม่ซ้ำใคร หรือหากใครอยากจะมารับประทานเป็นเซตอาหารกลางวันที่นี่ก็มีให้เลือกหลายเมนู แต่ที่อยากจะแนะนำคือ Grilled Unagi Rice Box Set หรือเซตข้าวปลาไหลในกล่องข้าวที่เสิร์ฟพร้อมผักสลัด น้ำซุป ผลไม้ และเครื่องดื่มชาเขียว หรือใครอยากจะกินข้าวหน้าหมูชาชูที่ท็อปปิ้งด้วยไข่ออนเซน ความหอมหวานของเนื้อหมูชาชูนุ่มผสานเข้ากันอย่างดีกับไข่ออนเซนหอมอ่อน ๆ อร่อยอย่าบอกใครเชียว

ยังมีเมนูจานเด็ดอีกมากมายที่ขอบอกเลยว่าต้องมารับประทานกันให้ได้ โดยร้าน Bonsai Japanese Restaurant ตั้งอยู่ชั้น M ของอาคาร The Millennia SG Tower ซอยมหาดเล็กหลวง 3 ถนนราชดำริ เขตปทุมวัน กรุงเทพฯ ใกล้กับรถไฟฟ้าสถานีราชดำริ เปิดให้บริการวันจันทร์-อาทิตย์ (A La Carte และ Teppanyaki) เวลา 11.00 - 14.30 น. และ 17.30 - 22.00 น. ส่วน Omakase เวลา 11.00-14.30 น. และ 18.00-22.00 น. และเพื่อสิทธิพิเศษสุดสำหรับแลนด์ แอนด์ เฮ้าส์ Bonsai Japanese Restaurant ขอมอบส่วนลด 30% สำหรับผู้สั่งเมนูอาลาคาร์ทของทางร้าน ตั้งแต่เดือนสิงหาคม-ตุลาคม 2563 ติดต่อสอบถามรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่ 0-2117-3964, 09-5208-0216

สิทธิพิเศษให้กับ แลนด์ แอนด์ เฮ้าส์

เงื่อนไขโปรโมชัน

Bonsai Japanese Restaurant ขอมอบส่วนลด 30% สำหรับผู้สั่งเมนูอาลาคาร์ทของทางร้าน ตั้งแต่เดือนสิงหาคม-ตุลาคม 2563

BONSAI

MOTIVO

BAKED ALMOND CHICKEN BREASTS
อกไก่อัลมอนด์

ถึงจะมีคนกล่าวว่า “อาหารคลีน” (Clean Food) เป็นอาหารที่ลดการใช้เครื่องปรุง เปรี้ยว เค็ม หรือหวานก็ตาม แต่ก็ใช่ว่าเมนูคลีนหลาย ๆ เมนูจะจืดชืด เพราะยังมีเมนูคลีนอีกมากที่มีรสชาติอร่อย เช่นเดียวกับเมนู “อกไก่อัลมอนด์” ที่มีทั้งคุณประโยชน์ ถูกหลักอาหารคลีน แถมยังอร่อยอีกด้วย มาดูกันว่าเมนูคลีนนี้มีวิธีและขั้นตอนทำอย่างไร

ส่วนประกอบ

เนื้ออกไก่ผ่าครึ่ง (จะได้สุกง่าย)	1 ชิ้น
เกลือ	1/3 ช้อนชา
พริกไทยดำบดหยาบ	1/3 ช้อนชา
น้ำผึ้ง (สำหรับทา)	1-2 ช้อนโต๊ะ
อัลมอนด์แผ่นอบสุก	
พาร์สลีย์สับสำหรับโรยหน้า	
น้ำมะนาวเล็กน้อย	

วิธีทำ

• หมักอกไก่กับเกลือและพริกไทยให้เข้ากัน โดยพักทิ้งไว้ประมาณ 15 นาที จากนั้นนำไปย่างในกระทะจนเกือบสุก (ประมาณ 90%) ตักขึ้นใส่จาน

• ทาน้ำผึ้งบางๆ ที่ผิวเนื้ออกไก่ให้ทั่ว โรยอัลมอนด์แผ่นลงบนด้านหน้าของเนื้ออกไก่ จากนั้นทาน้ำผึ้งบางๆ ทับลงไปอีกครั้ง

• นำไปอบในเตาอบที่อุณหภูมิ 180 องศาเซลเซียส ประมาณ 5 นาที หรืออบจนอัลมอนด์เหลืองสวย จากนั้นให้นำออกจากเตาอบ ก่อนเพิ่มความหอมของเนื้ออกไก่ให้มากขึ้นด้วยการโรยพาร์สลีย์สับและบีบมะนาวลงไปเล็กน้อยก่อนนำเสิร์ฟ

เพียงเท่านี้ก็จะได้อกไก่อัลมอนด์หอมๆ ชวนให้รับประทานหนึ่งเมนูอาหารคลีนสำหรับตัวเองหรือคนที่เรารัก

PAPILLON
THE CONTINENTAL TOY SPANIEL

ปาปิยอง (Papillon) เป็นสุนัขขนาดเล็กอีกสายพันธุ์หนึ่งที่ถือว่าได้รับความนิยมจากคนรักสัตว์เลี้ยงมาอย่างยาวนาน เพราะไม่เพียงแค่มีความน่ารักเท่านั้น แต่ยังเป็นสุนัขที่มีสายพันธุ์เก่าแก่ที่สุดที่มีการบันทึกไว้ในประวัติศาสตร์ของยุโรปอีกด้วย ว่ากันว่าสุนัขสายพันธุ์นี้มีถิ่นกำเนิดอยู่ในประเทศฝรั่งเศส ก่อนจะไปแพร่ขยายพันธุ์อย่างกว้างขวางในประเทศสเปน และพบว่าเป็นสุนัขที่นิยมนำมาเป็นแบบวาดรูปของอิตาลีในช่วงคริสต์ศตวรรษที่ 13-15

ลักษณะทั่วไป

ปาปิยองเป็นสุนัขที่มีความสูงจนถึงระดับไหล่ทั้งเพศผู้และเพศเมียอยู่ระหว่าง 8-12 นิ้ว มีน้ำหนักตั้งแต่ 3-10 ปอนด์ (1-5 กิโลกรัม) มีขนยาวและนุ่มคล้ายเส้นไหม หางเป็นแพพลิ้วไหว ไม่มีขนชั้นใน ขณะเดียวกันขนที่ยาวจะไม่ค่อยจับตัวเป็นก้อนเหมือนสุนัขขนยาวทั่วไป ส่วนสีของสุนัขจะมีตั้งแต่สีขาวลายดำ สีแดง สีส้มแทน หรือสีน้ำตาลอมแดง นอกจากนี้ปาปิยองยังมีจุดเด่นอยู่ที่ใบหูซึ่งมีลักษณะคล้ายปีกผีเสื้อ โดยลักษณะเด่นนี้เองที่เป็นที่มาของชื่อสุนัขสายพันธุ์นี้ เพราะคำว่า Papillon ในภาษาฝรั่งเศสหมายถึงผีเสื้อ

ลักษณะนิสัย

เรียกได้ว่าเป็นน้องหมาที่มีความฉลาดและมีไหวพริบขี้ประจบ เชื่อฟัง และมีความว่องไว นอกจากนี้ยังเป็นมิตรกับเด็กคนในครอบครัว และคนแปลกหน้า มีความสามารถในการทำโชว์การแสดงต่างๆ ได้ดี บางครั้งหากอารมณ์ไม่ดีก็จะออกอาการเอาแต่ใจและเรียกร้องความสนใจจากเจ้าของ หรืออาจดื้อเงียบเป็นบางครั้ง

การเลี้ยงดู

ด้วยเป็นสุนัขที่มีขนค่อนข้างยาวและมักผลัดขนปีละ 2 ครั้ง การทำความสะอาดจึงเป็นสิ่งจำเป็นที่ต้องทำอยู่เสมอ โดยจะต้องแปรงขนเป็นประจำทุกวัน และต้องใช้แปรงที่มีความอ่อนนุ่ม นอกจากนี้ควรจะอาบน้ำสัปดาห์ละ 1 ครั้ง และหมั่นทำความสะอาดหูเป็นพิเศษ เพื่อป้องกันการอักเสบที่เกิดกับหู ไม่เพียงเท่านั้น ควรหมั่นพาน้องหมาไปออกกำลังกายทุกวัน รวมถึงการหากิจกรรมสนุกให้ทำ เพราะจะทำให้น้องหมามีความสุขมากขึ้น

GOOD EVENTS FOR FAMILY
งานดีๆ เพื่อครอบครัว

21st - 30th August 2020

BIG Motor Sale 2020 @ ไบเทคบางนา

ไบเทค บางนา

วันจันทร์-ศุกร์ เวลา 12.00 - 21.30 น.

วันเสาร์-อาทิตย์ เวลา 11.00 - 21.30 น.

มหกรรมยานยนต์เพื่อการขายที่ใหญ่ที่สุดในอาเซียน "Bangkok International Grand Motor Sale" หรือ BIG Motor Sale 2020 เป็นงานมหกรรมการซื้อขายรถยนต์ รถอเนกประสงค์ และรถมอเตอร์ไซค์บิ๊กไบค์ที่จะมาสร้างความเคลื่อนไหวในตลาดยานยนต์และถือเป็นภาคอุตสาหกรรมที่มีมูลค่า รวมทั้งยังเป็นแรงผลักดันมหาศาลกับวงจรเศรษฐกิจของประเทศไทย ซึ่งที่ผ่านมามีทั้งการเปิดตัวรถรุ่นใหม่ครั้งแรกในประเทศไทยและครั้งแรกในโลก ถือเป็นอีกหนึ่งงานมหกรรมที่ประสบความสำเร็จมาโดยตลอด เพื่อการกระตุ้นเศรษฐกิจและสร้างงานสร้างความคึกคักให้กับอุตสาหกรรมยานยนต์

17th - 19th September 2020

Cosmoprof CBE ASEAN Bangkok 2020 (CCA)

ศูนย์แสดงสินค้าและการประชุม

อิมแพ็ค เมืองทองธานี

เวลา 10.00 - 18.00 น.

นับเป็นครั้งแรกสำหรับงานจัดแสดงสินค้าเพื่อธุรกิจความงามระดับโลกในประเทศไทย คอสโมพรอฟ ซีบีอี อาเซียน 2020 (ซีซีเอ) งานเดียวที่คุณจะได้พบกับผู้ซื้อ-ผู้ร่วมจัดแสดงสินค้าชั้นนำจากทั้งในประเทศไทยและต่างประเทศมากมาย ซึ่งครอบคลุมทุกกลุ่มผลิตภัณฑ์ความสวยความงามที่มาพร้อมกับเวทีการจับคู่เจรจาทางธุรกิจระดับนานาชาติ รวมถึงยังมีกิจกรรมอื่นๆ อีกมากมายมาให้ร่วมสนุกกันภายในงาน

3rd - 5th September 2020

TAIWAN EXPO 2020

Hall EH 100 ไบเทค บางนา

เวลา 10.00 - 15.00 น.

กลับมาอีกครั้งกับกองทัพชานมไข่มุกจากไต้หวัน พร้อมแก็ดเจ็ตสุดล้ำมากมายในงาน "Taiwan Expo 2020" โอกาสดีที่คุณจะได้ลิ้มรสอาหารจานเด็ดและแหล่งท่องเที่ยวสวยงามที่ลัดฟ้าส่งตรงมาจากไต้หวัน ภายในงานยังจะได้พบกับการแสดงไลฟ์สไตล์วิถีชีวิตชาวไต้หวันและวัฒนธรรมงดงามที่มาพร้อมสินค้าไต้หวันคุณภาพสูงระดับโลกหลากหลายประเภท ไต้หวันเอ็กซ์โปถือเป็นอีกงานที่ประสบความสำเร็จเป็นอย่างสูงในช่วงปีที่ผ่านมา ซึ่งพร้อมที่จะกลับมาสร้างกระแสอีกครั้งในเดือนกันยายนปี 2020 เคลียร์คิวของคุณให้พร้อมแล้วมาชิมชานมไข่มุกต้นตำรับจากไต้หวันกัน!

1st - 4th October 2020

SmartHeart presents Thailand International Pet Variety Exhibition ครั้งที่ 10 ตอนสี่ขาพาชอป! [Shopaholic]

Hall 7-8 อิมแพ็ค เมืองทองธานี

เวลา 10.00 - 21.00 น

มหกรรมสัตว์เลี้ยงสุดยิ่งใหญ่แห่งปี ในการรวมพลสัตว์เลี้ยงมาเอาใจคนรักสัตว์โดยเฉพาะ พร้อมต้อนรับพลพรรคคนรักสัตว์ด้วยสัตว์เลี้ยงแสนน่ารักนานาชนิดที่ยกขบวนมาอยู่ภายใต้หลังคาเดียวกัน นอกจากนี้ยังจะได้ตื่นตาตื่นใจกับการประกวดสัตว์เลี้ยงและกิจกรรมสุดพิเศษที่จะโชว์ความสามารถของเหล่าน้องหมาและผองเพื่อน ทั้งแมว นก ปลา กระต่าย และเหล่าสัตว์พิเศษอย่าง Exotic Pet ที่จะออกมาประชันความน่ารักกันอย่างที่คุณคาดไม่ถึง! รวมถึงผู้เข้าร่วมงานยังจะได้เพลิดเพลินกับสินค้าราคาพิเศษสำหรับสัตว์เลี้ยงที่คุณรักอีกมากมายด้วยเช่นกัน

WOODEN RESIN FURNITURE
ผสานความกลมกลืนแห่งความหรูหรา

บางครั้งเศษไม้หรือรากไม้เก่าๆ อาจจะดูไม่มีประโยชน์ในสายตาของใครหลายๆ คน และเป็นเสมือนขยะที่ไร้ประโยชน์ แต่เมื่อไรก็ตามที่นำวัสดุอย่างเรซิ่นมาผสานเข้ากับเศษไม้เหล่านั้น ซึ่งไม่เพียงจะทำให้เศษไม้ไร้ค่ากลับมามีคุณค่าอีกครั้ง แต่ยังเป็นการสร้างสรรค์ผลงานศิลปะที่หรูหราไว้ประดับบ้านอีกด้วย

CRACKED WOOD COFFEE TABLE

เป็นโต๊ะกาแฟสุดอาร์ตที่ศิลปินผู้สร้างนำเอารากไม้และแผ่นไม้สักเก่ามาสร้างเป็นโต๊ะกาแฟที่สวยงาม โดยใช้อีพ็อกซี่เรซิ่นผสมสีน้ำเงินมาเป็นตัวผสาน ก่อนจะเชื่อมต่อขาโต๊ะด้วยท่อนเหล็กขนาดพอเหมาะ ทำให้โต๊ะกาแฟตัวนี้ไม่เพียงมีความแปลกใหม่และดูทันสมัยเท่านั้น แต่ยังมีความหรูหราเหมาะกับการนำมาตกแต่งบ้านเป็นอย่างยิ่ง

TEAK ROOT AND RESIN STOOL / SIDE TABLE

หากใครชื่นชอบงานไม้ รับรองว่าต้องชอบสตูลไม้เรซิ่นตัวนี้แน่นอน เพราะสตูลตัวนี้เป็นการนำรากไม้สักมาหล่อเข้ากับอีพ็อกซี่เรซิ่น แล้วนำไปไสให้แต่ละด้านมีขนาดเท่ากัน จากนั้นจึงขัดเงาให้สวยงาม ถือเป็นอีกเฟอร์นิเจอร์ที่มีไว้ประดับบ้านแล้วไม่อายใครแน่นอน

GALAXY DECOR

อีกหนึ่งเฟอร์นิเจอร์ประดับบ้านที่มีความสวยแปลกตาและดูทันสมัย ซึ่งนี่คือโคมไฟตั้งพื้นที่จะมาเติมแต่งให้ห้องต่างๆ ภายในบ้านดูมีสีสัน แต่ก็ยังคงความหรูหรา เพราะโคมไฟนี้เป็นการนำเศษไม้สักเก่ามาหล่อกับเรซิ่นที่เติมสีม่วงคราม รวมถึงใส่ผงโลหะส่องประกาย แล้วใส่หลอดไฟฟ้าไว้ภายใน ซึ่งหากเปิดในช่วงเวลากลางคืนจะทำให้เหมือนได้อยู่ท่ามกลางดวงดาวบนท้องฟ้าเลยทีเดียว

WOODEN WALL CLOCK

นาฬิกาแขวนผนังที่เติมไอเดียสุดอาร์ตด้วยการนำเศษแผ่นไม้มาหล่อกับเรซิ่นแล้วติดตั้งอุปกรณ์นาฬิกาเข้าไป ถือเป็นอีกหนึ่งเครื่องประดับตกแต่งบ้านที่สวย ทันสมัย และดูหรูหรา ที่สำคัญหากมองนาฬิกาแขวนผนังเรือนนี้แล้วอาจทำให้รู้สึกอยากเดินทางออกไปท่องเที่ยวก็ได้ เพราะสีสันและตัวเนื้อไม้ที่ฝังอยู่ในตัวเรือนนาฬิกา ทำให้รู้สึกเหมือนกับมีเสียงคลื่นและภาพทะเลอยู่ข้างหน้านั่นเอง

CANDLE HOLDER

เรียกว่าเป็นการผสมความคลาสสิกของเนื้อเทียนไว้กับความทันสมัยของเนื้อเรซิ่นสีน้ำเงินไว้ได้อย่างลงตัวสำหรับเชิงเทียนชิ้นนี้ โดยศิลปินได้นำเอาท่อนไม้ผุมาหล่อกับเรซิ่นแล้วกลึงจนได้รูปร่างตามที่ต้องการ รับรองว่าหากนำไปตั้งไว้ที่โต๊ะรับประทานอาหารแล้วจะดูหรูหรามีระดับมากเลยทีเดียว

FUNCTIONAL WOOD AND RESIN STOOLS

เป็นอีกหนึ่งสตูลที่เป็นการนำเอาเศษไม้หลาย ๆ ชิ้นมาหล่อกับเรซิ่นแล้วขัดให้เรียบเป็นแผ่นกลมจนได้หน้าสตูลที่สวยงามก่อนที่จะติดตั้งขาไม้ ถือเป็นอีกหนึ่งเฟอร์นิเจอร์ที่ผสานไม้กับเรซิ่นที่เข้ากันอย่างลงตัว นับเป็นการฟื้นคืนชีวิตให้กับเศษไม้ได้กลับมามีประโยชน์อีกครั้ง

WOODEN RESIN TABLE

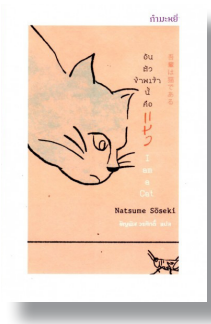
เป็นโต๊ะรับประทานอาหารที่ให้ความรู้สึกเหมือนได้มานั่งอยู่ริมธารน้ำอย่างไรอย่างนั้น ด้วยเส้นลายของเรซิ่นสีฟ้าเป็นแนวยาวตามลายของไม้ที่ถูกหล่อเข้ากับแผ่นไม้ ก่อนติดตั้งขาเหล็กที่แน่นหนาซึ่งรับประกันได้ว่าหากใครได้มานั่งรับประทานอาหารบนโต๊ะนี้แล้วจะรู้สึกเพลิดเพลินกับอาหารและลวดลายของเส้นสายที่อยู่บนโต๊ะแน่นอน

EXPAND OUR KNOWLEDGE
เปิดกว้างความรู้

ตามฝูงปลาออกไป

ผู้เขียน : ปราชญ์ อันดามัน

"ไกวหัวใจของเราไป อย่าหมายแม้หมู่เกาะใด ๆ อรุณรุ่งกำลังจะมา อรุณรุ่งกำลังจะมา ไสหัวเรือของเราออกห่างพลัน ไกวหัวใจของเราไป แนบหูบนผืนน้ำท้องทะเลลึกส่งเสียงจำนรรจามาแล้วเร็วเข้า ฝูงปลานำทางเรา..." เป็นหนึ่งในบทกวีที่ปรากฏอยู่ในหนังสือ "ตามฝูงปลาออกไป" ของปราชญ์ อันดามัน ที่ทำให้รู้สึกถึงความพยายามในการจำลองประสบการณ์กับธรรมชาติผ่านจินตนาการที่กรองเป็นถ้อยคำ ชวนให้ผู้อ่านสลัดตัวเองออกจากพันธนาการของความเป็นมนุษย์และกาลเทศะที่จำกัด ออกไปโลดแล่นสู่ความเป็นชีวิตในอีกรูปแบบที่ต่างสถานที่และเวลา ขณะเดียวกันหนังสือเล่มนี้ยังช่วยให้เราตระหนักถึงบทบาทที่แท้จริงของมนุษย์ในฐานะที่เป็นส่วนหนึ่งของธรรมชาติอีกด้วย ...อยากให้ทุกคนลองหยิบหนังสือเล่มนี้มาอ่านกัน!

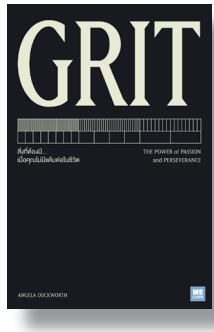


อันตัวข้าพเจ้านี้คือแมว

ผู้เขียน : Natsume Soseki

ผู้แปล : ชัญพัส วรศักดิ์

"I Am a Cat" นวนิยายเรื่องแรกของ "Natsume Soseki" เป็นนวนิยายแนวเสียดสีสังคมญี่ปุ่นในช่วงยุคเมจิ (1868-1912) โดยเฉพาะประเด็นการพยายามผสมผสานวัฒนธรรมตะวันตกเข้ากับขนบธรรมเนียมของญี่ปุ่น โดยใช้ถ้อยคำผ่านมุมมองของแมวตัวหนึ่งซึ่งปฏิบัติตัวประหนึ่งเป็นมนุษย์ ถ่ายทอดเรื่องราวเล่าถึงวิถีชีวิตของเหล่าชนชั้นกลางของญี่ปุ่นในยุคนั้น เสียดเย้ยชนชั้นสูงตัวจริงและผู้พยายามจะเป็น เสน่ห์ของนวนิยายเรื่องนี้คือการวิพากษ์มนุษย์ผ่านสายตาของแมว การเสียดเย้ยมนุษย์โดยทั่วไปผ่านความถือตนว่าเหนือกว่าของมวลแมว ซึ่งจัดว่าเป็นรูปแบบใหม่ของนวนิยายญี่ปุ่นในสมัยนั้น

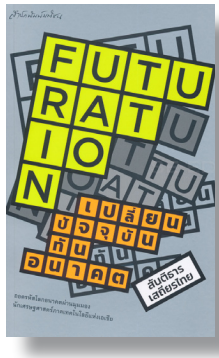


GRIT : สิ่งที่ต้องมี เมื่อคุณไม่มีแต้มต่อในชีวิต

ผู้เขียน : Angela Duckworth

ผู้แปล : จารุจรรย์ คงมีสุข

GRIT : สิ่งที่ต้องมี เมื่อคุณไม่มีแต้มต่อในชีวิต เป็นหนังสือที่เปรียบเสมือนหลักฐานทางวิทยาศาสตร์ที่มาสนับสนุนรองรับความจริงที่ว่า "ความทรหดอาจสำคัญกว่าพรสวรรค์" ซึ่งสามารถเปลี่ยนและฝึกกันได้ "Angela Duckworth" นักจิตวิทยาชื่อดังและผู้เขียนหนังสือเล่มนี้ได้ศึกษาคนที่ก้าวขึ้นมาประสบความสำเร็จในหลากหลายวงการ ทั้งดนตรี กีฬา ธุรกิจ และวิทยาศาสตร์ แล้วพบว่ากุญแจที่นำคนเหล่านั้นให้ก้าวไปสู่ความสำเร็จได้ไม่ใช่พรสวรรค์ ฐานะ การศึกษา หรือประสบการณ์ที่พวกเขามี แต่เป็นสิ่งที่เรียบง่ายทว่าทรงพลังกว่านั้นมาก นั่นคือ "GRIT" นั่นเอง และเมื่อคุณรู้แล้วว่า "GRIT" คืออะไรและจะสร้างมันขึ้นมาได้อย่างไร ทุกความสำเร็จย่อมอยู่ไม่ไกลเกินเอื้อม แม้จะต้องเริ่มจากจุดที่ติดลบก็ตาม...



Futuration เปลี่ยนปัจจุบัน ทันอนาคต

ผู้เขียน : สันติธาร เสถียรไทย

ด้วยนวัตกรรมของเทคโนโลยีดิจิทัลที่นำไปสู่การเปลี่ยนแปลงของทุกโครงสร้างในแทบทุกวงการกันแบบวินาทีต่อวินาที ทั้งเรื่องของการศึกษา เศรษฐกิจ สังคม และการเมือง รวมไปถึงไลฟ์สไตล์ระดับปัจเจกที่ทำให้คนทั้งโลกเกิดการเชื่อมต่อและเข้าถึงกันได้ง่าย แต่นั่นก็ทำให้เกิดปัญหาตามมาภายหลัง ไม่ว่าจะเป็นปัญหาสิทธิมนุษยชน การขโมยข้อมูลส่วนตัวโดยไม่ได้รับการยินยอม "ดร.สันติธาร เสถียรไทย" นักเศรษฐศาสตร์รุ่นใหม่จึงอธิบายถึงประเด็นที่น่าคิดต่าง ๆ ไว้อย่างน่าสนใจ หนังสือเล่มนี้เป็นเสมือน "จดหมาย" ถึงลูกชายตนเอง เป็นหลักฐานถึง "การเปลี่ยนแปลงครั้งใหญ่" ที่กำลังเกิดขึ้นในปัจจุบันและในอนาคตอันใกล้ ซึ่งส่งผลมาจากวิวัฒนาการของเทคโนโลยีดิจิทัล นับได้ว่าเป็นบทบันทึกสำคัญที่จะส่งต่อให้คนรุ่นถัดไปได้ศึกษา เรียนรู้ เข้าใจ และเดินไปในอนาคตได้อย่างมั่นคง

"ความเป็นอยู่ปกติแบบใหม่ของคนในสังคม ชีวิตที่เรียบง่ายแบบใหม่ ชีวิตใหม่ที่มีความเรียบง่าย"

ปราชญ์ สามสี

MOTIVO ชวนคุณส่งภาพที่คุณประทับใจ เป็นภาพอะไรก็ได้พร้อมคำบรรยายสั้นๆ
ขนาดไม่เกิน 2 MB แต่ต้องถ่ายในโครงการแลนด์ แอนด์ เฮ้าส์ เท่านั้น (ท่านละ 1 ภาพต่อฉบับ)
แล้วส่งมาที่ e-mail : MOTIVO@lh.co.th

เจ้าของภาพประทับใจที่ผ่านการคัดเลือกลงในคอลัมน์ More Than Words 2 ภาพในฉบับหน้า
จะได้รับของรางวัลพิเศษจากแลนด์ แอนด์ เฮ้าส์

**We sense that normal isn't coming back,
that we are being born into a new normal: a new kind of society,
a new relationship to the earth, a new experience of being human.**

Charles Eisenstein

LAND & HOUSES

www.lh.co.th

1198