

MOTIVO

YEAR 02 M007 NOVEMBER 2014 - JANUARY 2015
www.lh.co.th

 LAND & HOUSES



MOTIVO

YEAR 02 M007

NOVEMBER 2014 - JANUARY 2015

www.lh.co.th

LAND & HOUSES

COLORS OF LIFE

มองดูสายรุ้งตัวสุดท้ายบนท้องฟ้าที่ทอดตัวโค้งยาว ซึ่งปรากฏขึ้นหลังจากที่สายฝนในช่วงปลายฤดูค่อยๆ เคลื่อนออกไปพร้อมกับสายลมเย็นแห่งคิมหันต์ฤดูซึ่งเข้ามาแทนที่ ก็ให้นึกถึงสีสันแห่งชีวิตที่บางครั้งก็สดใส เข้ม หรืออ่อนบาง ตามแต่จะเลือกหยิบมาแต่งแต้มให้กับตัวเรา ให้เหมาะกับไลฟ์สไตล์และจังหวะชีวิตที่เดินไปข้างหน้าอย่างไม่หยุดนิ่ง

การเติมแต่งสีสันให้กับชีวิตนั้นไม่ใช่เพียงแค่สร้างบรรยากาศใหม่เท่านั้น แต่ยังเติมเต็มความสุขและสร้างความท้าทายใหม่ๆ ให้กับเราด้วย ซึ่งอาจทำให้ค้นพบสิ่งใหม่ตามมาก็เป็นได้ และเพื่อให้สอดคล้องกับเรื่องราวสีสันชีวิต MOTIVO ฉบับนี้จึงขอนำเสนอวิธีเติมสีสันในรูปแบบต่างๆ ให้ชีวิตอันจะเป็นอีกหนทางหนึ่งที่จะนำพาชีวิตไปสู่ความสดใสและมีความสุข

นอกจากนี้ เนื้อหาสาระภายในเล่มยังนำเสนอเรื่องราวของ “คุณหนึ่ง-ณรงศ์วิทย์ เตชะธวัณน” นักแต่งเพลง นักร้อง โปรดิวเซอร์ ผู้อยู่เบื้องหลังผลงานเพลงดัง ที่จะมาเล่าเรื่องราว ความหมายสีสัน ในสไตล์ของตัวเอง ตามมาด้วยการแต่งห้องตามหลักทฤษฎีสี 60-30-10 หรือการแต่งห้องสวยด้วยโคมไฟ ตลอดจนการพักผ่อนในวันสบายๆ กับบรรยากาศของดอกไม้หลากสีช่วงฤดูหนาวที่จะทำให้รู้สึกสดชื่นอีกครั้ง

ไม่เพียงเท่านั้น ความหลากหลายของเนื้อหาในนิตยสารยังมีอีกมากมายที่หากใครได้อ่านแล้วก็คงจะต้องแอบอมยิ้มอยู่ในใจ และหลงใหลไปกับจินตนาการผ่านตัวอักษร ซึ่งรับรองว่าจะช่วยเปิดโลกทัศน์ใหม่ที่ทุกคนอาจจะยังไม่เคยรู้มาก่อนก็เป็นได้

เพราะชีวิตยังมีสีสันอีกมากให้ค้นหา...

บรรณาธิการ



www.twitter.com/lhhome



www.facebook.com/landandhouses



www.lh.co.th/contactus



www.instagram.com/lhhome



1198

CONTENTS

November 2014 - January 2015

04 Colors of Life

COLORS OF LIFE

08 Trend

60-30-10

สวยสดใสกว่าเดิม

10 Home Gadget

MODERN LIFE

11 Tips & Tricks

HAPPY LIFE BY LAMP

จัดบ้านสวยด้วยโคมไฟ

12 Be Healthy

NCDs

โรคที่เกิดจากพฤติกรรม

14 DIY

BEAUTY SCARF

ผ้าพันคอสวยรับลมหนาว

16 Exclusive Interview

สีสันต์วโนต์ สร้างโลกสวยให้

ณรงค์วิทย์ เตชะธรรณวัฒน์

18 Metro Focus

SI RAT-OUTER RING ROAD EXPRESSWAY

NETWORK IN BANGKOK

20 L&H Network

22 L&H Living

24 Single Home : North

26 Living Guide : North Zone

DELICIOUS & HAPPY TIME

อร่อยในบรรยากาศแห่งความสุข

28 Single Home : South

30 Living Guide : South Zone

PEACEFUL NIGHT

ฉลองปีใหม่ในค่ำคืนสุขสันต์

32 Single Home : East

34 Living Guide : East Zone

KARAOKE CELEBRATION

เคล้าเสียงดนตรีฉลองเทศกาล

36 Single Home : West

38 Living Guide : West Zone

ROMANTIC MOMENT

ความสุขสุดโรแมนติก

40 Townhome

42 Condominium

44 Major Cities

46 Best Day Out

VIVID FLOWERS

เติมพลังชีวิตด้วยพรรณไม้งาม

48 L&H Highlights

- มัณฑนา ศรีนครินทร์ - บางนา
- มัณฑนา กัลปพฤกษ์ - วงแหวน

49 L&H Highlights

- พฤษลดา วงแหวน - ท้ายราชบุรี

50 L&H Highlights

EXCLUSIVE FIRST VIEWING

- THE ROOM SATHORN - ST. LOUIS
- THE KEY SATHORN - CHAROENRAJ

51 L&H Highlights

THE GRAND ORIENTAL

- นันทวัน ปิ่นเกล้า - ราชพฤกษ์
- มัณฑนา Lake Watchapol

52 Dining Delight

DINNER TIME

@ HAPPY FISH BAR & BISTRO

53 Gourmet

COLORFUL MACARON

54 My Best Friend

COCKATIEL MY LITTLE ANGEL

55 Calendar

56 Fresh Idea

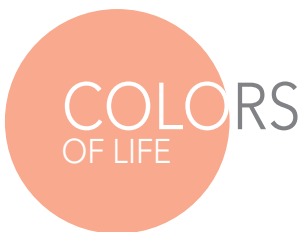
FREESTYLE DESIGN

58 Library

SECRET OF THE WORLD

59 More Than Words

สี่เติมโลก



"When your life feels black and white... make sure that you dream in color."
Rytmyz Ryme

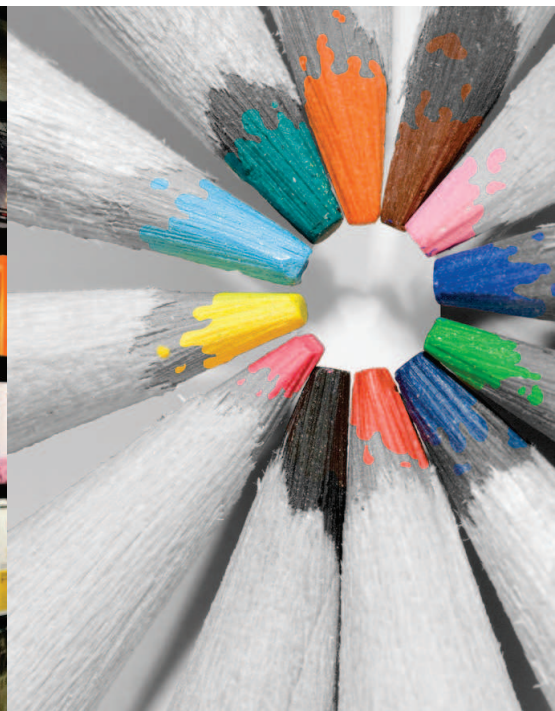
คำว่า "สีสิ้น" ในความหมายที่เกี่ยวกับทฤษฎี
คงจะหมายถึงการระบายสี หรือการใช้สีที่
ทำให้ผู้ที่มองเห็นภาพรู้สึกได้ถึงอารมณ์
ในแง่มุมต่างๆ ภายในภาพนั้นๆ แต่หาก
พูดถึง "สีสิ้น" ในชีวิตแล้ว คงไม่ได้
หมายความว่าจะต้องเอาสีจริงๆ มาทาตัว
กว่า... อันที่จริงแล้วเป็นการเติมเสน่ห์ให้
กับชีวิต ไม่เพียงแต่ทำให้บุคคลรอบข้าง
รู้สึกดีเท่านั้น แต่ยังทำให้เรามีความสุข และ
ค้นพบมุมมองชีวิตในอีกมิติหนึ่งก็เป็นได้
และวิธีการเติมสีสิ้นให้กับตัวเองนั้นก็ยังมีอยู่
หลากหลายวิธี ดังนี้

ขจัดสีหม่นในใจ

"สีหม่น" ในที่นี้หมายถึงความมืดมิดที่อยู่
ภายในใจ ซึ่งเป็นตัวขัดขวางไม่ให้เราอมรับ
สิ่งต่างๆ ที่เข้ามาในชีวิต เช่น ไม่เอา ไม่ดี
ไม่สวย ด้วยเพราะตั้งกฎเกณฑ์เอาไว้ตั้งแต่แรก
เพียงแค่นึกความคิดเหล่านั้นแล้วให้อีก
ตัวเองได้ลองทำสิ่งแปลกใหม่ดูบ้าง เพียงเท่านี้
ก็สามารถขจัดความมืดมิดออกไปจากใจได้แล้ว
และยังทำให้เราค้นพบมุมมองหรือตัวตนของ
เราเอง

เติมสีชมพูในหัวใจ

"สีชมพู" ไม่ได้มีความหมายว่าความรักเท่านั้น



แต่สีชมพูยังเป็นตัวแทนที่บ่งบอกถึงความมีชีวิตชีวาของเราได้อีกด้วย เมื่อสีหม่นถูกจัดออกไปได้แล้ว คราวนี้ก็เป็นหน้าที่ของสีชมพูที่จะมาทำให้เกิดความสดใสและความร่าเริงในตัวเรา อยากลอง อยากทำ เพราะทำแล้วมีความสุข ขณะเดียวกันก็มองเห็นทุกสิ่งรอบตัวเป็นแง่บวกมากขึ้น ถือเป็นจุดเริ่มต้นที่ดีในการเติมสีสันให้กับชีวิตของเรา เพราะถ้าภายในใจของเราถูกเติมเต็มอย่างมีความสุขแล้ว ยิ่งเติมมากเท่าไร ความสุขทั้งหมดก็จะเปล่งประกายออกสู่ภายนอก ทั้งหน้าตาที่ดูสดใส และอารมณ์แจ่มใสเสมอ

สร้างเส้นการแต่งตัว

นอกเหนือจากการเติมชีวิตชีวาให้ภายในใจแล้ว การแต่งกายก็มีส่วนสำคัญที่จะทำให้เกิดสีสันให้กับเราเองด้วยเช่นกัน อาจจะเลือกเครื่องประดับ สายสร้อย ตุ้มหู เก๋ๆ ทรงแปลกๆ หรือเสื้อผ้าที่มีสีสันเหมาะกับวัยของเรา หรือแม้แต่การเปลี่ยนทรงผมก็ไม่ผิดกติกาแต่อย่างใด เพียงแค่ต้องให้ดูเข้ากับบุคลิกของเราเองและกาลเทศะ ก็จะทำให้เส้นที่เรเติมแต่งลงไปนั้นมีประกายระยิบระยับจับตาคนรอบกายไปด้วย

ใส่จินตนาการ

บางครั้ง “จินตนาการ” ก็ถือเป็นเรื่องสำคัญ

ไม่น้อย และยังเป็นตัวช่วยสร้างสีสันให้ชีวิตเราได้เหมือนกัน เพราะในโลกความเป็นจริงเราอาจไม่สามารถทำตามความคิดของเราให้เป็นจริงเสมอไปได้ แต่สำหรับ “จินตนาการ” แล้วสามารถทำให้เรามองเห็นภาพที่ต้องการให้เป็นได้เสมอ แม้ว่าจะไม่มีทางเป็นจริงได้ก็ตาม แต่ก็ทำให้เรามีความสุขเช่นกัน

เติมอารมณ์ขัน

ในเรื่องของ “สีสัน” นั้น “เสียงหัวเราะ” ก็เป็นอีกหนึ่งปัจจัยสำคัญที่ช่วยเติมเต็มสีสันให้กับชีวิตได้อย่างดีอีกด้วย และยังสามารถนำพาซึ่งความสุข ใส่อารมณ์ขันให้กับตัวเองและ



คนรอบข้าง เรียกเสียงหัวเราะออกมาวันละนิด วันละหน่อย แค่นี้ก็ทำให้เรามีความสุขแล้ว ขณะเดียวกันการหัวเราะยังเป็นยาสุดวิเศษที่ช่วยทำลายความเครียดให้ออกไปจากตัวเราด้วย ลองหันมาฟังเรื่องตลกหรือเล่าเรื่องขำขันให้คนในครอบครัวหรือเพื่อนๆ ในที่ทำงานฟังบ้าง แล้วคุณก็จะพบกับ “สีสัน” ใหม่ของโลกใบเดิมที่คุณเป็นคนเติมให้ด้วยมือของคุณเอง

มองหาสิ่งใหม่

การอยู่กับเรื่องราวเดิมๆ อาจทำให้ “สีสัน” ของชีวิตดูจืดชืดลงไปบ้าง ลองมองหาความแปลกใหม่มาช่วยเติมสีสันให้กับชีวิตบ้างคงจะดีไม่น้อย เช่น การได้ออกไปท่องเที่ยวตามสถานที่ต่างๆ ที่

น่าสนใจทั้งภายในประเทศหรือนอกประเทศ ก็จะทำให้เราได้ค้นพบความแปลกใหม่และสิ่งต่างๆ ที่ต่างไปจากเดิมที่เราเคยอยู่ บางครั้งสิ่งใหม่เหล่านั้นก็สามารถนำมาประยุกต์ปรับใช้กับชีวิตหรือสิ่งแวดล้อมเดิมๆ ที่เราเป็นอยู่ ก็จะช่วยเติมความมีชีวิตชีวาได้เหมือนกัน

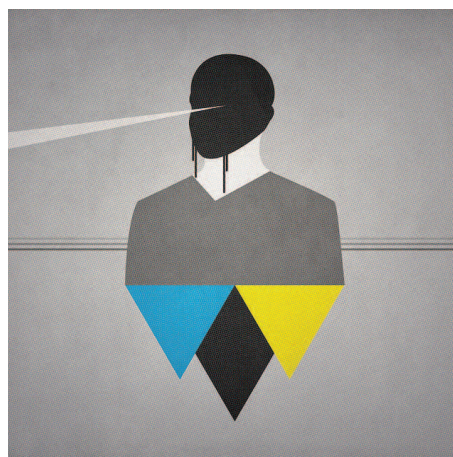
เปลี่ยนวิถี เลิกความจำเจ

ในการดำเนินชีวิตของคนแต่ละคนในแต่ละวัน มักจะมีเรื่องที่ต้องทำซ้ำๆ กันแทบทุกวัน อย่างขึ้นรถไปทำงานก็ไปทางเดียวเหมือนเดิมทุกวัน หรือกินอาหารกลางวันกินเวียนอยู่แต่ร้านเดิมๆ ในที่เดิมๆ การได้ลองแหกกฎกับความจำเจเหล่านี้ อาจจะทำให้เราได้พบกับเส้นทางใหม่ที่มาพร้อม

กับความพิเศษก็ได้ จากการนั่งรถเมล์สายเดิมก็ลองเปลี่ยนมาขึ้นรถไฟฟ้าบ้าง หรือลองมองหาร้านอาหารอร่อยๆ ที่อยู่ฝั่งตรงข้ามที่อาจต้องมุดเข้าซอกตึกบ้าง ก็ทำให้ได้รสชาติของชีวิตไปอีกแบบ ซึ่งจะทำให้รู้ว่าชีวิตยังมีสีสันอีกมากมายที่ต้องค้นหาให้จงได้

ตั้งเป้าสร้างสุข

“ความสุข” เป็นสิ่งที่ทุกคนต้องการมาครอบครองให้ได้ แต่ก็เชื่อว่าทุกคนจะสามารถคว้ามาไว้กับตัวได้ หากความสุขที่ตั้งไว้นั้นอยู่สูงเกินไปกว่าที่มีอยู่ เอื้อมาถึง การรู้จักเพียงพอกับสิ่งที่มีอยู่ แม้ว่าจะไม่ได้มากมายอะไร หรือทำให้ร่ำรวยได้มากขึ้นเท่าไร แต่ก็ยังเป็นสิ่งที่จะทำให้ความสุขอยู่กับเรา



ไปตรานานเท่านั้น และความสุขนี้เองถือเป็นสีสิ้นสุดท้าย
ที่ทุกคนอยากจะมี

“สีสิ้นสุด” ของชีวิตจะมีมากน้อยแค่ไหน ขึ้นอยู่กับเราเองว่า
จะเติมแต่งให้กับชีวิตอย่างไร เพราะสีสิ้นสุดนั้นอยู่รอบกายของ
เราตลอดเวลา อยู่ที่ว่าเราจะมองเห็น “สี” เหล่านั้นหรือไม่



60-30-10
สวยสดใสกว่าเดิม

หากคุณอยากได้บ้านลูกใหม่ที่ได้บรรยากาศสดใสเต็มไปด้วยสีสัน สิ่งที่ทำาง่ายที่สุดก็คือการเปลี่ยนสีห้อง แต่การเปลี่ยนสีห้องจะทำได้ด้วยลว่นๆ ก็อาจจะทำให้สีส่นแรงไป หรือกาไปนานๆ แล้วบรรยากาศดูน่าเบื่อ ฉะนั้นเราเลยแนะนำให้หลักการเปลี่ยนโทนสีห้องด้วยกฎ 60-30-10 เพื่อเพิ่มมิติและความสวยงามให้กับห้องของคุณ



หลายคนอาจสงสัยว่า 60-30-10 คือตัวเลขอะไร ไม่ยากค่ะ ตัวเลขนี้ก็คือการเลือกใช้สีโทนอ่อนเป็นสีหลักสัก 60% ของพื้นที่ห้อง โทนสีปานกลาง 30% คือสีรอง เพื่อเสริมหรือเบรกสีแรก และโทนสีเข้ม 10% คือสีที่ใช้เน้นให้เกิดจุดสนใจ มักจะเป็นสีคู่ตรงข้ามหรือสีที่เด่นกว่าสีอื่น ๆ หากไม่รู้ว่าจะเลือกอย่างไร ให้ดูจากสเกลสีแล้วไล่โทนเองเลยคะ เช่น เริ่มจากสีม่วงอ่อน 60% สีม่วงลาเวนเดอร์ 30% แล้วเลือกใช้สีม่วงเปลือกมังคุดอีก 10% เท่านี้ห้องคุณจะมีสีสันสดใส แต่โทนสี

เข้ากัน หรือใครที่ชอบความเปรี้ยวซ่า อีก 10% ลองเลือกคู่สีตรงข้าม ก็ทำให้ห้องได้ลูกที่ทันสมัยมากยิ่งขึ้น ส่วนใครที่ไม่รู้ว่าจะเลือกสีอย่างไรให้เหมาะกับบ้าน ง่ายสุดก็คือเลือกสีกลางๆ ที่เข้ากับเฟอร์นิเจอร์และของแต่งบ้านที่มีอยู่ ลองใช้ดินสอสีไม้วาดคร่าวๆ ว่าโซฟาสีนี้เข้ากับห้องไหม วางลวดล่นสีแบบนี้ดีหรือไม่ นอกจากเราได้ลองออกแบบเองแล้ว ยังได้สนุกกับการระบายสีอีกด้วย และที่สำคัญทฤษฎีการแบ่งพื้นที่สีตามสัดส่วนก็ไม่มีอะไรตายตัว ขึ้นอยู่กับความชอบ



Concept ส่วนตัว จำไว้ว่าของใช้ในชีวิตประจำวันมักเป็นสิ่งที่ดีไซน์เนอร์เลือกคู่สีไว้ให้แล้ว นั่นก็ขึ้นอยู่กับคุณแล้วว่า จะนำมาประยุกต์ใช้อย่างไร

การเลือกเปลี่ยนสีผนังโดยแค่ทาสีเรียบๆ ก็อาจจะไม่เพียงพอ เดี่ยวนี้สีหลากหลายแบรนด์ก็มีอุปกรณ์การสร้างลวดลายบนผนัง ทั้งแปรงลูกกลิ้งแบบต่างๆ เพื่อให้ผนังมีลวดลายที่แปลกใหม่ไม่เหมือนใคร หรือคุณอยากสร้างลวดลายเองก็อาจจะใช้กระดาษ ผ้า หรือแบบลอกลายมาสร้างลวดลายให้ผนังห้องคุณกลายเป็นงานศิลปะชิ้นเอกที่สร้างสรรคจากฝีมือของคุณเองล้วนๆ

ส่วนใครที่อยากให้นั่งอีก 10% สวยแบบศิลปินๆ หรืออยากให้มีลวดลายเทๆ ก็อาจเลือกใช้วอลล์เปเปอร์ลายที่ขอบ ลองเลือกแบบและลายที่สามารถติดตั้งได้ง่าย และติดตั้งได้ด้วยตัวเองแบบผ้าเคลือบไวนิล แม้จะมีราคาสูงกว่าแบบกระดาษ แต่ก็มีความคงทน เพราะเนื้อหนา ดูแลรักษาและทำความสะอาดง่าย



การเลือกใช้สีเป็นเรื่องของศาสตร์และศิลป์ แต่ไม่ได้สำคัญมากกว่าความชอบส่วนตัว ถ้าคุณอยากให้บ้านมีชีวิตชีวาก็เลือกใช้สีสดใสมาเปลี่ยนอารมณ์ห้อง เลือกแมตซ์สีที่คุณชอบ รับรองว่าบ้านที่ไร้สีสิ้นจะสวยสดใส สร้างแรงบันดาลใจดีๆ ให้กับคุณแน่นอน

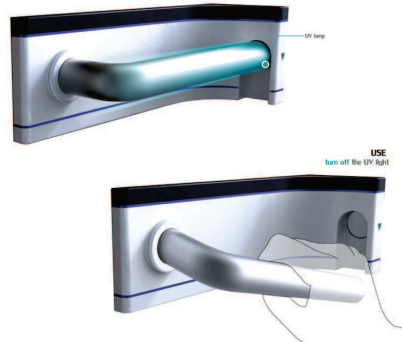
MODERN LIFE

อุปกรณ์ทันสมัยที่เกิดจากความคิดสร้างสรรค์ ถือเป็นอีกสิ่งหนึ่งในการเติมเต็มสีสันให้กับชีวิตของเรา ซึ่งอาจไม่ใช่แค่ทำให้ก้าวหน้ากับเทคโนโลยีสมัยใหม่เท่านั้น แต่ยังช่วยอำนวยความสะดวกให้กับชีวิตเช่นกัน



01 Eco Cleaner

เครื่องล้างจานสุดไฮเทคในโลยีตัวจริงเสียงจริง ที่ใช้คลื่นอัลตราโซนิกมากำจัดเศษอาหารที่อยู่บนจานได้อย่างหมดจด ก่อนที่จะทำให้เศษอาหารเหล่านั้นกลายเป็นดิน และเครื่องนี้ไม่ต้องใช้น้ำในปริมาณมาก จึงช่วยประหยัดน้ำแบบสุดๆ แถมยังพกพาไปยังสถานที่ต่างๆ ได้ด้วย และสามารถชาร์จไฟได้ด้วยพลังงานแสงอาทิตย์



02 Handle Sterilization System

มือจับหรือลูกบิดประตูเป็นอุปกรณ์ภายในบ้านที่ต้องสัมผัสกันอยู่ทุกวัน ทำให้ต้องทำความสะอาดเป็นประจำ แต่ถ้ามีมือจับประตูสุดไฮเทคในโลยีนี้แล้ว รับประกันได้ว่าไม่ต้องห่วงเรื่องของความสกปรกอีกต่อไป เพราะชุดอุปกรณ์มือจับประตูนี้ได้ติดตั้งระบบทำความสะอาดตัวเอง และทุกครั้งหลังจากที่มือสัมผัสกับมือจับ ระบบก็จะปล่อยแสงยูวีออกมาทั่วทั้งอุปกรณ์เพื่อทำความสะอาด จึงมั่นใจได้ว่าปลอดภัยจริงๆ



03 Transparent TV

โทรทัศน์อัจฉริยะที่แปลกและไม่เหมือนใครจริงๆ หากไม่สังเกตดีๆ ก็จะเป็นเพียงแค่กระจกใสที่ใช้ตกแต่งหรือประดับบ้านตั้งแค่นั้น โดยโทรทัศน์รุ่นใหม่นี้เป็นการผสมผสานเทคโนโลยีระหว่าง LCD กับ LED เข้าไว้ด้วยกันอย่างลงตัว โดยจะยังคงให้สีสันและความคมชัด



HAPPY LIFE BY LAMP

จัดบ้านสวยด้วยโคมไฟ

“โคมไฟ” ไม่ใช่แค่อุปกรณ์ไฟฟ้าส่องสว่างที่ให้แสงไฟแก่บ้านในยามค่ำคืนเท่านั้น แต่รู้หรือไม่ว่าโคมไฟยังเป็นเฟอร์นิเจอร์ชิ้นเยี่ยมที่ตกแต่งบ้าน สร้างบรรยากาศความโรแมนติก และบ่งบอกถึงรสนิยมของผู้อยู่อาศัยที่มีสไตล์ไม่ซ้ำใคร

โคมติดเพดาน

เป็นโคมไฟที่ดูเรียบหรู เหมาะสำหรับใช้เพิ่มความสวยงามของทางเดินภายในบ้านหรือบ้านหลังเล็กๆ ช่วยให้บ้านดูโปร่งและโล่ง ซึ่งเสน่ห์ของโคมไฟชนิดนี้ หากติดตั้งกล่องควบคุมแสงไฟเพิ่มเติมเข้าไป ไม่เพียงแต่จะทำให้เกิดไฟส่องสว่างภายในบ้านได้แล้ว แต่เมื่อหรี่แสงลงมา ก็จะทำให้เกิดความรู้สึกอบอุ่นสบาย และสร้างความโรแมนติกให้กับบ้านได้เป็นอย่างดีด้วย



โคมระย้า

หรือที่เรียกกันติดปากว่าแชนเดเลียร์ (Chandelier) เป็นอีกหนึ่งโคมไฟที่มักจะถูกนำมาประดับตกแต่งบ้านโดยเฉพาะบ้านของผู้มีฐานะ และมักจะติดตั้งอยู่บริเวณห้องโถงใหญ่ที่มีความสูงของเพดานค่อนข้างมาก สร้างความหรูหราให้กับบ้าน ความสวยงามของโคมระย้านี้อยู่ที่แก้วคริสตัลที่ส่องแสงระยิบระยับชวนมอง

โคมตั้งโต๊ะ/โคมตั้งพื้น

โคมไฟประเภทนี้เหมาะสำหรับการใช้ตกแต่งภายในห้อง แม้จะให้แสงสว่างในมุมแคบไม่เกิน 35 ตารางเมตร แต่ก็ให้แสงที่นุ่มนวลและสร้างบรรยากาศให้ห้องนั้นดูมีเสน่ห์ชวนหลงใหล ยังมีเฟอร์นิเจอร์วินเทจเข้าชุดด้วยแล้ว ก็จะทำให้ความรู้สึกเคลิบเคลิ้มไปกับแสงไฟ

การเปลี่ยนบรรยากาศในบ้านอาจไม่จำเป็นต้องรี้อเฟอร์นิเจอร์ทั้งเพียงแค่ของตกแต่งที่เหมาะสม เท่านั้นก็สามารถเปลี่ยนบ้านให้มีบรรยากาศในอีกรูปแบบหนึ่งแล้ว เพียงแค่ปรับใช้ของที่มีอยู่ให้เกิดประโยชน์ที่สุด บ้านก็จะมีทั้งความสวยงามและความสุข



NCDs

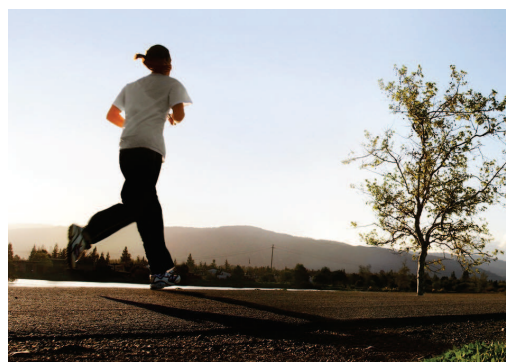
โรคที่เกิดจากพฤติกรรม

ด้วยภาวะปัจจุบันในสังคมที่ผู้คนต่างใช้ชีวิตกันอย่างเร่งรีบ อีกทั้งสภาพแวดล้อมสังคมที่เปลี่ยนแปลง มีสิ่งอำนวยความสะดวกสบายมากมาย หรือบางคนต้องอาศัยอยู่ในสภาพแวดล้อมที่ส่งผลเสียต่อร่างกายเป็นเวลานานๆ สิ่งเหล่านี้เองล้วนเป็นตัวทำร้ายสุขภาพร่างกายและจิตใจของคุณ และก่อให้เกิดโรคบางชนิดที่ไม่ได้เกิดจากเชื้อโรค แต่เกิดจากพฤติกรรมของเราเอง นั่นคือ กลุ่มโรคที่เรียกว่า “NCDs”

โรค NCDs (Non-Communicable Diseases) เป็นกลุ่มโรคไม่ติดต่อและไม่สามารถแพร่กระจายจากคนสู่คนได้ โดยทั่วไปเรียกว่า กลุ่มโรคเรื้อรัง ซึ่งก็คือโรคที่เกิดต่อเนื่องยาวนาน และมีการดำเนินของโรคอย่างช้าๆ แตกต่างจากโรคติดเชื้อที่มีมีการดำเนินโรคอย่างรวดเร็ว

กลุ่มโรค NCDs ประกอบด้วย 4 กลุ่ม ได้แก่ กลุ่มโรคระบบหัวใจและหลอดเลือด รวมถึงโรคหัวใจและโรคหลอดเลือดสมอง กลุ่มโรคเบาหวาน กลุ่มโรคมะเร็ง และกลุ่มโรคระบบทางเดินหายใจเรื้อรัง รวมถึงโรคปอดอุดกั้นเรื้อรังและโรคหอบหืด

สังเกตได้ว่ากลุ่มโรค NCDs เกิดขึ้นมาจากพฤติกรรม



การใช้ชีวิตของผู้ป่วยอย่างต่อเนื่องยาวนานจนก่อให้เกิดโรค เช่น พฤติกรรมการรับประทานอาหารรสจัด เค็มจัด หวานจัด และอาหารที่มีไขมันสูง ไม่ชอบออกกำลังกาย การพักผ่อนไม่เพียงพอ มีภาวะอาการเครียด จนกลายเป็นความสะสมเพิ่มขึ้นทุกวันๆ เป็นระยะเวลานาน จนสุดท้ายก็จะเป็นโรคในกลุ่ม NCDs ในที่สุด

สำหรับผู้ที่จะเป็นโรคในกลุ่มนี้ไม่ได้ขึ้นอยู่กับว่าคุณอายุเท่าไร แต่ขึ้นอยู่กับพฤติกรรมการใช้ชีวิตของคุณเป็นหลัก ถ้าดูจากกลุ่มเสี่ยงของผู้ที่จะเป็นโรคชนิดนี้ ส่วนใหญ่จะเกิดกับคนในวัยทำงานขึ้นไป แต่ปัจจุบันมีแนวโน้มที่จะเกิดขึ้นกับคนอายุน้อย เนื่องจากพฤติกรรมการใช้ชีวิตและการรับประทานอาหารที่ไม่ถูกต้อง

การป้องกันและรักษาในกลุ่มโรค NCDs ที่ดีที่สุด คือ

การเปลี่ยนพฤติกรรมการใช้ชีวิตประจำวัน เลือกรับประทานอาหารที่ปรุงสุกและถูกสุขลักษณะ หลีกเลี่ยงอาหารรสจัด เค็มจัด หวานจัด และอาหารประเภทแป้งอย่าง เลี่ยงอาหารไขมันสูง ควรรับประทานอาหารให้ครบ 5 หมู่ เลือกรับประทานผักและผลไม้ให้มากขึ้น ออกกำลังกายเป็นประจำอย่างน้อย 30 นาทีต่อวัน ดื่มน้ำสะอาดพักผ่อนให้เพียงพอ ที่สำคัญต้องงดบุหรี่และเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ หากเกิดอาการเจ็บป่วยหรือมีปัญหาสุขภาพควรไปพบแพทย์ เพราะจะได้รับการรักษาที่ถูกต้อง ไม่ควรซื้อยามารับประทานเอง แต่หากเป็นโรคในกลุ่ม NCDs แล้ว ควรอยู่ในการดูแลของแพทย์เพื่อการรักษาที่ถูกต้อง

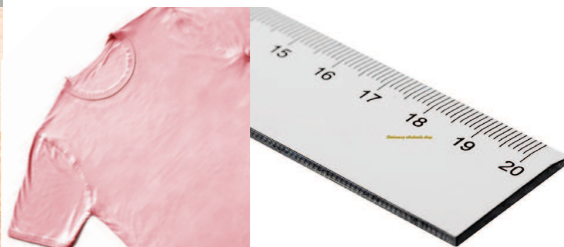
เมื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการใช้ชีวิตให้ดีขึ้น เดิมสิ่งดีๆ สู้ร่างกายและจิตใจอยู่เป็นประจำ รับรองว่าไม่ว่าคุณจะมีอายุเท่าไร ย่อมห่างไกลจากกลุ่มโรค NCDs อย่างแน่นอน



BEAUTY SCARF

ผ้าพันคอที่สวยงามรับลมหนาว

ลมหนาวเริ่มมาเยือน เสื้อกันหนาวตัวเดียวอาจจะไม่พอ เราเลยอยากชวนคุณลองทำผ้าพันคอสุดเก๋จากเสื้อยืดตัวเก่งที่คุณไม่ใส่แล้ว ลองมาดัดแปลง ตัดๆ กรัดๆ ผูกๆ เปลี่ยนจากเสื้อยืดตัวเก่าให้กลายเป็นผ้าพันคอเก๋ๆ ที่ไม่เหมือนใคร และมีเพียงผืนเดียวในโลก ใส่แล้วภูมิใจในฝีมือตัวเองสุดๆ



วัสดุ-อุปกรณ์

- เสื้อยืด 2 ตัว เลือกสีตามใจชอบ
- กรรไกร
- เข็ม
- ด้าย
- ไม้บรรทัด
- ดินสอเขียนผ้า





วิธีทำ

- นำไม้บรรทัดมาวัดเส้น โดยเริ่มจากใต้รักแร้แล้วขีดเส้นตามแนวขวาง ให้ระยะห่างกันประมาณ 1 นิ้วจนสุดปลายเสื้อ
- จับตะเข็บให้ตรงกันแล้วค่อยๆ ใช้กรรไกรตัดเสื้อยืดตามเส้นที่ขีดไว้ทั้ง 2 ตัว ก็จะได้แถบผ้าเป็นเส้นๆ ความหนา 1 นิ้ว
- ดึงเส้นผ้าที่ตัดแต่ละเส้นให้ยืดมันคลายตลอด ทำจนครบทุกเส้น
- จากนั้นนำเส้นผ้าที่ดึงไว้มาจับเรียงสีตามใจชอบ
- สำหรับผ้าใช้พันให้ตัดผ้าอีกชิ้นตามแนวขวางจากเสื้อที่เหลือกว้างประมาณ 3 นิ้ว แล้วนำมาพันกับเส้นผ้าที่จับเรียงไว้แล้วให้แน่น เพื่อมัดเส้นผ้าให้อยู่รวมกัน
- จากนั้นใช้เข็มกับด้ายเย็บเก็บปลายผ้าพันให้เรียบร้อย และทำแบบเดียวกันนี้กับเสื้ออีกตัวหนึ่ง เท่านั้นคุณก็มีผ้าพันคอเก๋ๆ สีสวยๆ ไว้ใส่รับลมหนาวแล้ว



TIPS

- ควรเลือกคูสีที่ดูสดใส จะทำให้ผ้าพันคอดูมีชีวิตชีวามากขึ้น
- หากอยากให้ผ้าพันคอมีความยาวและความหนา ก็เลือกใช้เสื้อที่มีขนาดใหญ่ขึ้น
- เลือกใช้กรรไกรคมๆ สำหรับตัดผ้าโดยเฉพาะ จะช่วยให้เส้นผ้าเรียบสวยมากขึ้น



สี่สัปดาห์สร้างโลกสวยให้

ณรงค์วิทย์ เตชะธวัณน์



ใครที่ชื่นชอบในการฟังเพลงประกอบละคร โดยเฉพาะทางสถานีโทรทัศน์ไทยทีวีสี ช่อง 3 คงอยากทราบว่า ใครกันนะ ที่แต่งเพลงได้ไพเราะเช่นนี้ ทำให้รู้สึกชีวิตมีสีสันมากขึ้น และนับเป็นโอกาสที่ดีสำหรับนิตยสาร MOTIVO ที่ได้รับเกียรติจากนักแต่งเพลงชื่อดังท่านดังกล่าว ซึ่งก็คือ “คุณหนึ่ง-ณรงค์วิทย์ เตชะธวัณน์” นักร้องและนักแต่งเพลงที่มีความสามารถ มาให้สัมภาษณ์และพูดคุยถึงเส้นทางของตัวโน้ต ที่กว่าจะมาถึงจุดแห่งความสำเร็จนั้นต้องผ่านอะไรมาบ้าง

คุณหนึ่ง-ณรงค์วิทย์ เตชะธวัณน์ ผู้บริหาร

ค่ายเพลง “แซนเดอเลียร์” เล่าให้ฟังว่ากว่าที่เขาจะเดินทางมาสู่จุดแห่งความสำเร็จได้นั้นก็ต้องผ่านอุปสรรคมากมาย เพราะการเดินทางของตัวโน้ตนี้ไม่ได้มีกลิ่นกุหลาบโรยให้เดินได้อย่างสบาย ซึ่งที่ผ่านมาก็ต้องขอบคุณความอดทนที่ทำให้เขาได้ข้ามผ่านปัญหาต่างๆ มาได้จนได้มีวันนี้

“ผมก้าวเข้ามาสู่วงการเพลงตั้งแต่ยังเรียนอยู่ที่คณะนิเทศศาสตร์ มหาวิทยาลัยกรุงเทพ ปี 2 ตอนนั้นผมอยากทำกิจกรรมที่ไม่ใช่กิจกรรมของนักศึกษามหาวิทยาลัยทั่วไป อยากทำความฝันของเรา โดยเฉพาะเรื่องของเพลงให้เป็นรูปธรรมขึ้นมาจริงๆ ตอนนั้นผมเองก็ยังเป็นเด็ก ทำให้



ความกล้ายังมีอยู่เยอะ (หัวเราะ) ก็ไปขอเขาเขียนเพลง บังเอิญเจอคนที่เขาให้โอกาสเราได้ลอง จึงเป็นที่มาของการได้เข้ามาทำเพลง และบังเอิญสิ่งที่เราลองในวันนั้น ลองแล้วมันได้ครับ ผมก็เลยทำต่อเนื่องมาเรื่อยๆ” คุณหนึ่งเล่า

“แม้ผมจะแต่งเพลงได้แล้ว แต่ผมก็เคยถูกปฏิเสธมาเยอะ ถ้าวันนั้นเราไม่อดทนหรือท้อไปก่อน ผมเคยคิดนะว่า เราคงไม่ใช่ตัวจริงแน่ๆ แต่ถ้าเราท้อในวันนั้นก็คงไม่มีเราในวันนี้ ต้องขอบคุณความอดทนและความอดทนของตัวเองที่ทนต่อความผิดหวังได้ ตอนนั้นผมเชื่อว่าสามารถทำได้” คุณหนึ่งเสริม

เมื่อพูดถึงมุมมองชีวิตกับสีสัน คุณหนึ่งบอกว่าชอบสีเทา ไม่ว่าจะอยู่ในอารมณ์ใดก็ตาม เขา รู้สึกว่าถึงจะแสบปี้หรือเศร้าสุด สีของเขาก็ยังเป็นสีเทาอยู่อย่างนั้น และเป็นสีเทาค่อนข้างอ่อนด้วย เพราะเขามีมุมที่เป็นส่วนตัว ไม่ค่อยเปิดเผยเรื่องส่วนตัวเท่าไร ถ้าคนที่ติดตามในโซเชียลจะเห็นว่าเขาไม่ค่อยแสดงอารมณ์ให้คนอื่นเห็น

“เช่นเดียวกับความสุขของผม ผมพอใจในวันนี้มากกว่า ผมไม่ได้เอาตัวเองไปเปรียบเทียบกับใคร เราทำงานแข่งขันกับตัวของเราเอง มีความสุขที่สุดแล้วครับ อีกอย่างหนึ่งผมจะไม่เอาสิ่งเร้าภายนอกเข้ามารบกวนจิตใจเรา เเท่ๆก็ถือได้ว่า

มีความสุขแล้ว” คุณหนึ่งพูด

“เมื่อก่อนผมคิดว่าเวลาแต่งเพลงก็อยากให้มีคนมาชมว่าเราเก่ง หลังๆ ผมไม่คิดแบบนั้นแล้วครับ เพราะการคิดแบบนั้นเป็นกำแพงที่จะมาถ่วงความคิดของเรา และถ้าคิดแบบนั้น เราจะไม่มีความสุข ที่สำคัญเราจะไม่มีคำว่าพอในชีวิตเลย ดังนั้น ทุกวันนี้ผมจะทำงานให้มีความสุข แสบปี้กับสิ่งที่เราเขียน มีความสุขกับเพื่อนร่วมงานกับลูกน้องที่รัก มีเจ้านายที่น่ารัก และบรรยากาศที่ดี เเท่ๆก็มีความสุขแล้วครับ” คุณหนึ่งปิดท้ายการสัมภาษณ์ได้อย่างสวยงาม

A green circular logo with the text "SIRAT-OUR ROAD EXCHANGE NETWORK IN PA" in white, uppercase letters.

การขยายเส้นทางและเชื่อมโยงเส้นทางทางจราจร และการขนส่งในเมืองหลวงอย่างกรุงเทพมหานครวันนี้ถือเป็นปัจจัยสำคัญที่ไม่ใช่จะทำให้เศรษฐกิจของประเทศเจริญเติบโตเท่านั้น แต่เป็นสิ่งที่ทำให้ประชาชนได้รับประโยชน์ตามไปด้วย ไม่ว่าจะเป็นการคมนาคมขนส่งที่มีความสะดวกสบาย ตลอดจนการบรรเทาปัญหาจราจรแออัดในเมืองหลวง

ด้วยตระหนักรู้ในประเด็นดังกล่าวเป็นอย่างดี วันนี้การทางพิเศษแห่งประเทศไทยจึงได้สานต่อนโยบายการทำงาน ด้วยการดำเนินโครงการทางพิเศษสายศรีรัช-วงแหวนรอบนอกกรุงเทพมหานคร ขึ้นมาอีกหนึ่งโครงการ อันจะช่วยให้สภาพการจราจรในเมืองหลวงมีความคล่องตัว และมีทางเลือกในการเดินทางไปยังจุดหมายปลายทางที่มากขึ้น

วัตถุประสงค์ของโครงการ

โครงการทางพิเศษสายศรีรัช-วงแหวนรอบนอกกรุงเทพมหานคร ถือกำเนิดขึ้นเพื่อเป็นการขยายโครงข่ายของทางพิเศษในเขตกรุงเทพฯ และปริมณฑลทางด้านทิศตะวันตก ซึ่งจะทำให้เกิดการแบ่งเบาปริมาณการจราจรบนวิถีนิต และยังเป็นการช่วยบรรเทาการจราจรด้านทิศตะวันตกระหว่างกรุงเทพฯ กับจังหวัดปริมณฑลให้มีประสิทธิภาพมากขึ้น โดยโครงการนี้คาดว่าจะสามารถแล้วเสร็จได้ภายในปี 2559



สวนจตุจักร



บริเวณสะพานข้ามคลองมหาสวัสดิ์ ถนนกาญจนาภิเษก



ห้างสรรพสินค้าเซ็นทรัลพลาซ่า ศาลายา

ลักษณะและรูปแบบโครงการ

ในส่วนโครงการทางพิเศษสายศรีรัช-วงแหวนรอบนอกกรุงเทพมหานคร จะเป็นทางยกระดับขนาด 6 ช่องจราจร และก่อสร้างบนเขตทางรถไฟสายใต้ที่มีอยู่เดิมเป็นส่วนใหญ่ ซึ่งแนวเส้นทางของโครงการนี้มีจุดเริ่มต้นจากถนนกาญจนาภิเษกบริเวณใกล้กับโรงกรองน้ำมหาสวัสดิ์ ขณะที่แนวเส้นทางของโครงการจะทอดตัวจากด้านทิศตะวันตกไปทางทิศตะวันออกขนานกับเส้นทางรถไฟขานเมืองสายสีแดง (บางซื่อ-ตลิ่งชัน) โดยมีจุดหมายปลายทางอยู่ที่ชุมทางรถไฟบางซื่อใกล้กับสถานีขนส่งหมอชิต 2 มีระยะทางรวมกันทั้งสิ้น 16.7 กิโลเมตร

นอกจากนี้ โครงการฯ ดังกล่าวยังมีจุดเชื่อมต่อกับถนนสายหลักและทางพิเศษถึง 8 แห่งด้วยกัน

ประกอบไปด้วย (1) ถนนกาญจนาภิเษก ด้านตะวันตก (2) ถนนราชพฤกษ์ (3) ทางยกระดับบรมราชชนนี (ขาเข้าเมือง) (4) ถนนสิรินธร (5) ถนนจรัญสนิทวงศ์บริเวณโครงการสะพานกษัตริย์นาค (6) ถนนจรัญสนิทวงศ์ หน้าการไฟฟ้า บางกรวย-ไทรน้อย (7) ถนนประชาราษฎร์สาย 1 และ (8) ทางพิเศษศรีรัชใกล้กับถนนกำแพงเพชร 2

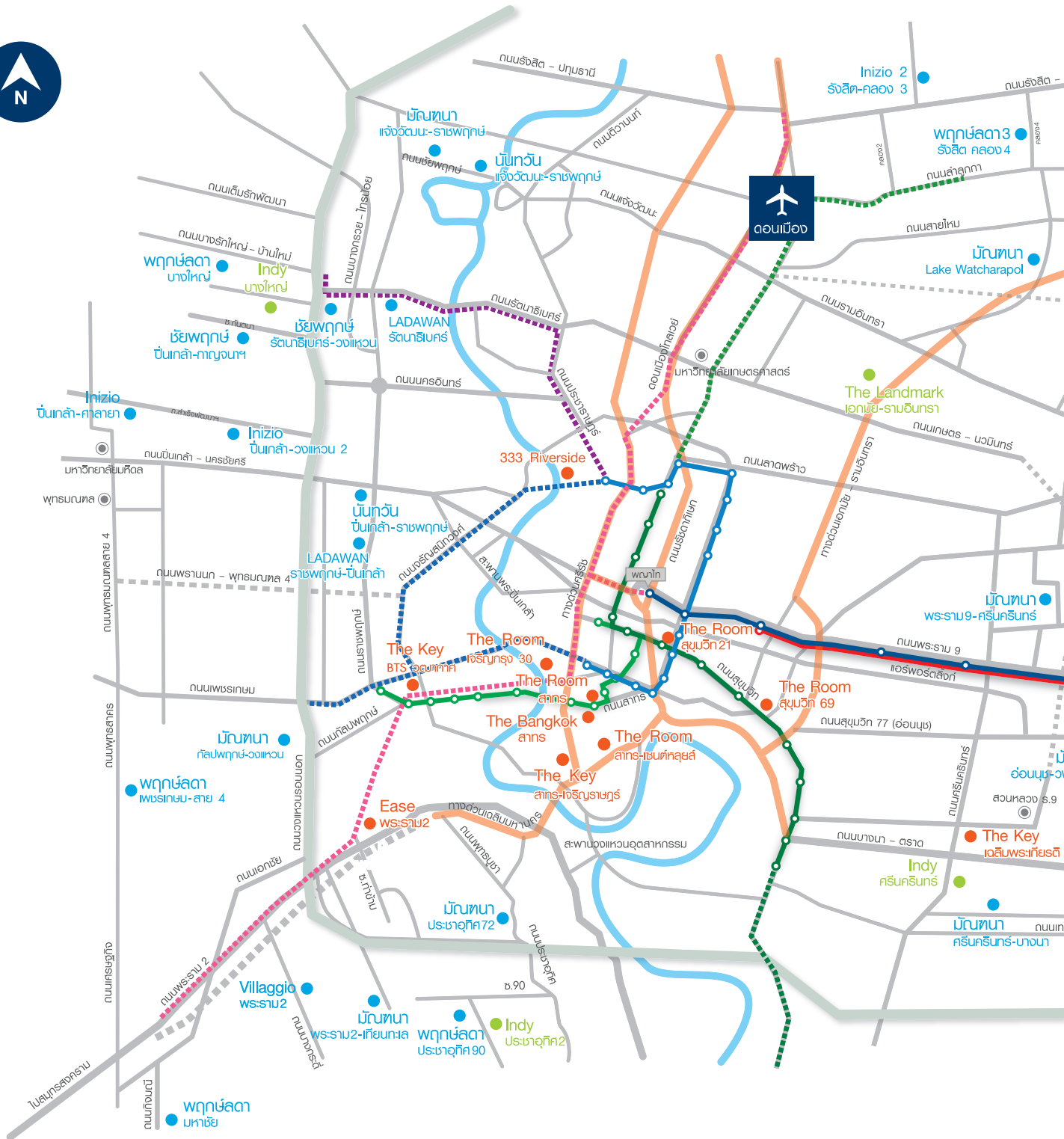
สถานที่ท่องเที่ยว

จากจุดเชื่อมต่อถนนสายต่างๆ ทั้ง 8 เส้นทางเมื่อโครงการฯ แล้วเสร็จในอีกราว 2 ปีข้างหน้า จะยิ่งทำให้ประชาชนสะดวกสบายในการเดินทางสามารถไปถึงจุดหมายปลายทางได้อย่างรวดเร็วและที่สำคัญตามแนวเส้นทางดังกล่าวยังมีสถานที่

ท่องเที่ยวสวยๆ หลายแห่ง ไม่ว่าจะเป็นถนนอักษะ ถนนที่สวยงามและมีร้านอาหารอร่อย บรรยากาศดี เรียงรายตามเส้นทาง ห้างสรรพสินค้าเซ็นทรัลพลาซ่า ศาลายา ที่เพิ่งเปิดใหม่ได้ไม่นานมานี้ หรือจะเป็นตลาดน้ำแบบพื้นบ้านและสวนจตุจักร ตลาดที่เป็นแหล่งรวมสินค้านานาชาติ เป็นต้น

โครงการทางพิเศษสายศรีรัช-วงแหวนรอบนอกกรุงเทพมหานคร จึงเปรียบเสมือนเส้นทางแห่งชีวิตเส้นทางใหม่ที่ช่วยบรรเทาปัญหาการจราจร รวมถึงยังจะช่วยระยะเวลาในการเดินทาง และยังเป็นอีกเส้นทางที่จะมาสร้างสีสันและความสุขให้กับประชาชนอีกด้วย

ข้อมูลอ้างอิงจากการทางพิเศษแห่งประเทศไทย www.exat.co.th





L&H
NETWORK

-  SINGLE HOME
-  TOWNHOME
-  CONDOMINIUM
-  FUTURE PROJECTS



SINGLE HOME
TOWNHOME
CONDOMINIUM
LUXURY HOME



ประเภทที่อยู่อาศัย	โครงการ	ราคาเริ่มต้น
SINGLE HOME	บันทวิน	16 - 30 ล้านบาท
	มิลทนา • สีวลี	5 - 15 ล้านบาท
	ชัยพฤกษ์ • พฤษลดา	3 - 6 ล้านบาท
	Villaggio	3 - 5 ล้านบาท
	inizio	3 - 5 ล้านบาท
TOWNHOME	Landmark เอกมัย - รามอินทรา	12.5 ล้านบาท
	Villaggio	1.89 ล้านบาท
	indy	2.09 ล้านบาท
CONDOMINIUM	THE BANGKOK	12.9 ล้านบาท
	333 RIVERSIDE	5 ล้านบาท
	TheRoom	4 ล้านบาท
	THE KEY	1.8 ล้านบาท
	Ease	1.5 ล้านบาท
LUXURY HOME	LADAWAN	30 - 150 ล้านบาท

● SINGLE HOME : NORTH

☎ 1198

NORTH ZONE

โซนแจ้งวัฒนะ - ทิวานนท์ - รัชสีต - ลำลูกกา



นันทวัน

มัลลนา

พฤษภาดา

in izio



โครงการ	ราคาเริ่มต้น	e-mail
บันทวิน แฉงวฒนะ - ราศพฤทษั	16 ล้านบาท	njr@lh.co.th
มัททนา แฉงวฒนะ - ราศพฤทษั	6 - 8 ล้านบาท	m4@lh.co.th
พฤทษัลาตา 3 รังสัท - คลอง 4	3 - 6 ล้านบาท	pd3@lh.co.th
inizio 2 รังสัท - คลอง 3	3 - 4 ล้านบาท	ir@lh.co.th

DELICIOUS & HAPPY TIME

อิ่มอร่อยในบรรยากาศแห่งความสุข



สิ่งสำคัญที่ไม่สามารถละเลยได้ในการจัดงานเลี้ยงฉลองปีใหม่ อันดับแรกเลยที่ต้องนึกถึงก็คืออาหารอร่อย แล้วจึงตามมาด้วยบรรยากาศ ความสนุกสนานและความบันเทิง ที่จะสร้างสีสันให้กับทุกคนตลอดช่วงระยะเวลาการเฉลิมฉลองที่เกิดขึ้น ซึ่งวันนี้ร้านอาหารหลายแห่งได้เตรียมพร้อมที่จะต้อนรับทุกคนด้วยความบันเทิงที่หลากหลายและเต็มอิ่มจริงๆ

★ สถานที่แนะนำ

• The Local Restaurant

เป็นร้านอาหารอร่อยอีกแห่งหนึ่งที่อยู่ท่ามกลางสวนน้ำเย็นฉ่ำ ที่สร้างขึ้นเพื่อเอาใจคนย่านชานเมือง และคนที่อยู่ในรอบนอกกรุงเทพฯ โดยไม่ต้องขับรถเข้าไปหาร้านเด็ดๆ ในเมือง เพื่อจัดงานเลี้ยงปีใหม่ แคมป์ที่ "The Local Restaurant" ก็รับรองว่าไม่ผิดหวัง เพราะร้านนี้มีพื้นที่กว้างขวาง ทั้งโซน Outdoor ให้นั่งสบายๆ ฟังดนตรีสดท่ามกลางอากาศเย็นสบาย หรือถ้ามาเป็นหมู่คณะหรือครอบครัวแล้วต้องการห้องส่วนตัวหรือห้องคาราโอเกะ ที่นี่ก็มีห้องรองรับ โดยห้องเป็นผนังกระจกใสที่สามารถมองเห็นบรรยากาศสวยรอบร้าน ที่สำคัญอาหารที่นี่อร่อยไม่เป็นรองใครในหลากหลายเมนู ที่จะทำให้ทุกคนมีความสุขในค่ำคืนการเฉลิมฉลองเทศกาลส่งท้ายปี
ที่ถั : 163/15 หมู่ 3 (อยู่ตรงเส้นเลียบทางรถไฟ

รังสิต เลยสถานีตำรวจดอนเมืองประมาณ 2.30 กิโลเมตร) หลักหก ปทุมธานี

ติดต่อ : 08-3123-1442, 0-2536-4730

เปิดบริการ : ทุกวัน ตั้งแต่เวลา 17.00-01.00 น.

เว็บไซต์ : www.thelocalbkk.com

การเดินทาง : จากถนนวิภาวดีรังสิตจนถึงสนามบินดอนเมือง ให้ขับรถเข้ามาทางเส้น Local Road (ถ.เลียบทางรถไฟ) ร้าน The Local Restaurant ตั้งอยู่ทางด้านซ้ายมือ

• Swan Lake Cuisine

ร้านอาหารที่สามารถรองรับการจัดเลี้ยงสังสรรค์ในเทศกาลต่างๆ รวมไปถึงการจัดประชุมหรือสัมมนาได้อย่างเพียบพร้อม ทั้งอาหารและเครื่องดื่มที่มีความหลากหลายและรสชาติถูกลิ้นจริงๆ หรือหากใครอยากมานั่งพักผ่อนที่นี่ ก็บรรยากาศดีไม่แพ้ร้านอื่นในย่านเดียวกัน ด้วย



บรรยากาศยามค่ำในสไตล์โคโลเนียล
ที่ร้าน Paulaner Garden Restaurant



บรรยากาศโดยรอบที่ร้าน The Local Restaurant

สถานที่ตั้งของร้านติดริมน้ำย่านรังสิต คลองหลวง ปทุมธานี โดยจุดเด่นของร้านนี้คือการแบ่งโซนรับรองลูกค้าออกเป็น 3 โซน คือ คาราโอเกะ สำหรับลูกค้าที่ต้องการจัดเลี้ยงแบบส่วนตัวฉลองความสุขในเทศกาลรื่นเริง โซนแฟรมน้ำ และโซนที่เรียกว่า Knoz สำหรับท่านที่ต้องการนั่งรับประทานอาหารไปพร้อมกับฟังดนตรีบรรเลงสดเคล้าคลอกับบรรยากาศสบายๆ ในทุกค่ำคืน
ที่ถั : 98/15 หมู่ 18 ต.คลองหนึ่ง อ.คลองหลวง ปทุมธานี



ร้าน The Local Restaurant



โซน Knox @ Swanlake Cuisine



โซนแพริมน้ำที่ร้าน Swan Lake Cuisine

ติดต่อ : 08-7674-8606

เปิดบริการ : ทุกวัน ตั้งแต่เวลา 10.00-23.30 น.

เว็บไซต์ : www.facebook.com/SwanLake-Cuisine

การเดินทาง : จากถนนวิภาวดีรังสิต (ขาออก) ตรงไปทางรังสิต ขับไปจนถึงวงแหวนรอบนอก ให้เลี้ยวซ้ายเข้าถนนเชียงราก ผ่านมหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ศูนย์รังสิต ประมาณ 500 เมตร จะพบร้าน Swan Lake Cuisine ตั้งอยู่ทางด้านซ้ายมือ

• Paulaner Garden Restaurant

เป็นอีกหนึ่งร้านอาหารยอดนิยม ที่หลายๆ คน มักจะเลือกมาใช้บริการกันอย่างคับคั่งในช่วงเทศกาลปีใหม่ เพราะร้านนี้มีรูปแบบการตกแต่ง

ในบรรยากาศสบายๆ แบบบ้านหลังเก่าโบราณ ในสไตล์โคโลเนียล สมัย ร.5 โดยจัดแบ่งพื้นที่ชั้นล่างเป็นส่วนของการดื่มกินในบรรยากาศสบายๆ แบบเป็นกันเอง มีเคาน์เตอร์บาร์บริการเครื่องดื่มแบบครบครัน ส่วนชั้นที่ 2 เป็นห้องจัดเลี้ยงที่พร้อมให้บริการสำหรับผู้ที่ต้องการจัดงานเลี้ยงสังสรรค์ รวมไปถึงพื้นที่ด้านนอกที่จัดเป็นส่วนต่างๆ ในบรรยากาศที่โปร่งโล่งสบาย มีโต๊ะ เก้าอี้ ม้านั่งยาว ที่นำเข้ามาจากประเทศเยอรมนี ได้บรรยากาศการรับประทานอาหารในสไตล์ของผู้คนเมืองเปียร์เป็นอย่างดี และบริเวณนี้เองหากเป็นช่วงเทศกาลสำคัญๆ อย่างปีใหม่ ก็จะทำให้เราได้เห็นแสงไฟของดอกไม้ไฟที่สวยงามอยู่บนท้องฟ้าด้วย แถมด้วยการบรรเลง

ดนตรีสดที่จะทำให้ทุกคนเคลิบเคลิ้มตลอดค่ำคืนที่ถั้ว : 42/99 หมู่ 7 ซ.สามัคคี อาคารก่อนถึงสะพานพระรามที่ 4 ถนนเลี้ยวเมืองปากเกร็ดนนทบุรี

ติดต่อ : 0-2584-4831, 08-2790-1783

เปิดบริการ : ทุกวัน ตั้งแต่เวลา 17.00-24.00 น.

เว็บไซต์ : www.paulaner-garden.com

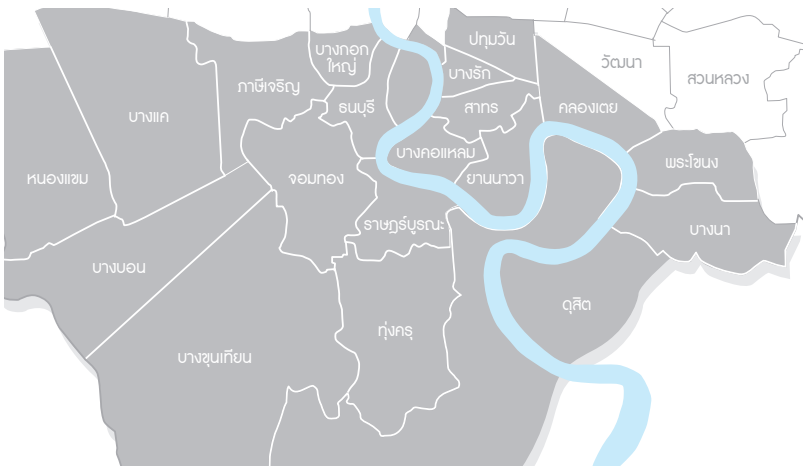
การเดินทาง : จากถนนแจ้งวัฒนะมุ่งหน้าไปทางไฮมโปรแจ้งวัฒนะ เลี้ยวซ้ายเข้าซอยสามัคคีตรงไปทางถนนเลี้ยวเมืองปากเกร็ดประมาณ 250 เมตร ร้าน Paulaner Garden Restaurant จะอยู่ติดถนนทางด้านขวามือ

● SINGLE HOME : SOUTH

☎ 1198

SOUTH ZONE

โซนพระราม 2 – ประชาอุทิศ - เพชรเกษม



มั่นคง

พฤษภา

Villaggio



	โครงการ	ราคาเริ่มต้น	e-mail
NEW PROJECT	มัทนา ประชาอุทิศ 72	8 - 15 ล้านบาท	m72@lh.co.th
	มัทนา พระราม 2 - เทียบทะเล	7 - 12 ล้านบาท	mpt@lh.co.th
	พฤกษ์ลาดา ประชาอุทิศ 90	3 - 7 ล้านบาท	pa2@lh.co.th
NEW PROJECT	พฤกษ์ลาดา เพชรเกษม - สาย 4	3 - 6 ล้านบาท	pp2@lh.co.th
NEW PROJECT	พฤกษ์ลาดา มหาชัย	3.5 - 6 ล้านบาท	pss@lh.co.th
NEW PROJECT	Villaggio พระราม 2	3 - 5 ล้านบาท	vb@lh.co.th



ความเยียบสงบและบรรยากาศที่ใกล้ชิดกับธรรมชาติ ก็สามารถเป็นส่วนหนึ่งของการเฉลิมฉลองงานเทศกาลส่งท้ายปีเก่าต้อนรับปีใหม่ได้เช่นกัน และสถานที่ดังกล่าวก็ยังช่วยทำให้รู้สึกผ่อนคลายความเหนื่อยล้าของหลายๆ คนที่เหน็ดเหนื่อยจากหน้าที่การงานมาตลอดทั้งปี ณ ที่แห่งนี้อาจไม่ใช่แค่เป็นสถานที่ฉลองความสุขเท่านั้น แต่ยังเป็นสถานที่ซึ่งจะมาเติมพลังชีวิตให้ฟื้นกลับมาสำหรับก้าวเข้าสู่ปีใหม่ที่จะมีแต่ความสุขด้วย

★ สถานที่แนะนำ

• Bangkok Seaview Restaurant

ร้านอาหารติดทะเลบางขุนเทียน ที่เป็อีกสถานที่ชมวิวและทิวทัศน์ของท้องฟ้ายามราตรี ท่ามกลางสายลมและเสียงคลื่นทะเลที่พัดเข้าหาฝั่งให้ได้รู้สึกชื่นใจกัน ช่วงเวลาที่ดีที่สุดสำหรับการมาชมทิวทัศน์ที่นี้อยู่ระหว่างเวลา 17.30-19.00 น. ซึ่งเราจะได้เห็นพระอาทิตย์สีแดงกลมโตค่อยๆ เคลื่อนตัวลงลับขอบฟ้า โดยมีสีของท้องฟ้าเป็นสีน้ำเงินปนสีแสด ตัดกับภาพของสะพานไม้ทอดยาวออกไปในฝันทะเล เป็นอีกฉากหนึ่งที่สวยงาม ให้เราได้เก็บเป็นภาพประทับใจตลอดไป
ที่ตั้ง : 74/3 หมู่ 9 ถนนพระรามที่ 2 ท่าข้าม



ชมพระอาทิตย์ตกดินที่
ร้าน Bangkok Seaview Restaurant

บางขุนเทียน กรุงเทพฯ

ติดต่อ : 08-9613-1340, 08-3894-3595

เปิดบริการ : ทุกวัน ตั้งแต่เวลา 11.00-21.00 น.
(ยกเว้นวันจันทร์) กรณีที่วันจันทร์ตรงกับวันหยุด
นักขัตฤกษ์ ทางร้านจะเปิดให้บริการ

เว็บไซต์ : www.bangkokseaview.com

การเดินทาง : ขึ้นทางด่วนวิ่งตามป้ายดาวคะนอง
จนเจอป้ายไปสมุทรสาครให้ลงช่องทางนี้ จะเป็น
ถนนพระรามที่ 2 พอเห็นบีกชี พระราม 2
ให้ขับเลยมาแล้วชิดซ้าย และออกช่องทางซ้ายสุด
พอเห็นป้ายฝูงลิงแสม เทียนทะเล 22 หรือป้าย
วัดหัวกระบือให้เลี้ยวซ้าย และตรงเข้ามาอีก 12
กิโลเมตร ให้เลี้ยวขวาแค่ 100 เมตร ซ้ายมือจะเป็น
ลานจอดรถและท่าเรือ มีป้ายเขียนว่า "Bangkok
Seaview หรือจุดชมวิวยะเลกรุงเทพ"



บรรยากาศยามเย็น @ Bangkok Seaview Restaurant

• The Village Garden Restaurant

ร้านอาหารอิตาเลียนที่มีบรรยากาศสบายๆ ใน
แบบสวนสวยที่สามารถนั่งมองได้อย่างเพลินตา
ถ้าจะให้ดีช่วงเวลาที่เหมาะสมที่สุดในการมาที่
ร้านนี้ก็คือตั้งแต่เวลา 18.00 น. เป็นต้นไป เพราะ
จะได้สัมผัสกับสายลมเย็นๆ และความร่มรื่นของ
สวนสีเขียว ที่มีเสียงดนตรีคอยขับกล่อมให้แขก



The Park by นื่องเนยซีฟู้ด พระราม 2



มุมสวนสวยของร้าน
The Village Garden Restaurant



ที่เข้ามาใช้บริการรู้สึกสดชื่นและเคลิบเคลิ้มไปกับทิวทัศน์แห่งดนตรีที่เป็นสีสันให้กับชีวิตได้ในอีกมุมหนึ่ง และยังพลบค่ำก็จะได้เห็นหมู่ดาวบนท้องฟ้าส่องประกายหยอกล้อกันดูสวยงามด้วย

ที่ตั้ง : 167/1 พระรามที่ 2 ซ.33 ถ.พระรามที่ 2 (ซ.วัดยายร่ม ถ.พระรามที่ 2 ซ.33) บางมด จอมทอง กรุงเทพฯ
ติดต่อ : 08-6525-5318, 0-2427-9989
เปิดบริการ : ทุกวัน แบ่งเป็นสองเวลา คือช่วงเช้า 11.00-14.00 น. และช่วงเย็น 17.00-22.00 น.
เว็บไซต์ : www.facebook.com/pages/The-Village-Garden-Restaurant/215241481906580
การเดินทาง : จากถนนพระรามที่ 2 ตรงไป

พระรามที่ 2 ซอย 33 (วัดยายร่ม) ให้เลี้ยวเข้าซอยไปประมาณ 1 กิโลเมตร จะเห็นร้าน The Village Garden Restaurant อยู่ด้านซ้ายมือ

- The Park by นื่องเนยซีฟู้ด พระราม 2 สวนอาหารซีฟู้ดที่สวยงามด้วยการจัดพื้นที่กว้างขวางแห่งหนึ่ง ซึ่งตั้งอยู่ภายในสวนที่ร่มรื่นด้วยต้นไม้ และมีสระน้ำที่ให้ความเย็นฉ่ำ แกมด้วยสายลมที่พัดมาให้ได้ชื่นใจในยามเย็นถึงค่ำคืน เหมาะสำหรับการใช้เป็นสถานที่เลี้ยงฉลองในเทศกาลหรือโอกาสต่างๆ โดยเฉพาะในช่วงสงกรานต์ปีเก่าต้อนรับปีใหม่ ซึ่งที่นี่ยังมีห้องคาราโอเกะไว้บริการ พร้อมด้วยอาหารทะเลอร่อยๆ หลากหลายเมนู

ที่จะทำให้ทุกคนรู้สึกอึดอัดกับความสุขของบรรยากาศชื่นใจและอาหารอร่อย
ที่ตั้ง : 128 หมู่ 6 อาคารด้านหลังห้างเซ็นทรัล พระรามที่ 2 แสมดำ บางขุนเทียน กรุงเทพฯ
ติดต่อ : 0-2453-1701
เปิดบริการ : ทุกวัน ตั้งแต่เวลา 10.00 - 22.30 น.
เว็บไซต์ : www.theparkseafood.com
การเดินทาง : จากถนนพระรามที่ 2 ให้ตรงไปทางห้างเซ็นทรัลพระราม 2 ร้าน The Park by นื่องเนยซีฟู้ด จะอยู่บริเวณด้านหลังห้างเซ็นทรัลพระราม 2

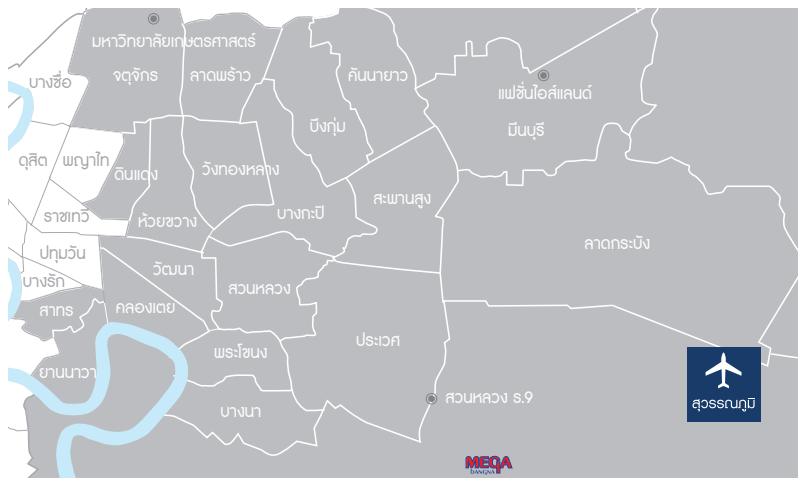
● SINGLE HOME : EAST

☎ 1198

EAST ZONE

โซนรามอินทรา - รามคำแหง - สุวินทวงศ์

โซนศรีนครินทร์ - บางนา - สุวรรณภูมิ



มีนทนา ะยพดษ พดษลดา



	โครงการ	ราคาเริ่มต้น	e-mail
	มัลลิกา งามอินทรา - ววแหวน	6 - 8 ล้านบาท	mr2@lh.co.th
	มัลลิกา พระราม 9 - ศรีนครินทร์	6.79 - 10 ล้านบาท	mkk@lh.co.th
	มัลลิกา อ่อนนุช - ววแหวน 3	7 - 18 ล้านบาท	mos@lh.co.th
NEW PROJECT	มัลลิกา อ่อนนุช - ววแหวน 4	7 - 15 ล้านบาท	moa@lh.co.th
	มัลลิกา Lake Watcharapol	5 - 18 ล้านบาท	mw2@lh.co.th
NEW PROJECT	มัลลิกา ศรีนครินทร์ - บางนา	5 - 15 ล้านบาท	msb@lh.co.th
	ชัยพฤกษ์ งามอินทรา - ววแหวน 2	4.89 - 6 ล้านบาท	cq@lh.co.th
NEW PROJECT	พฤกษ์ลาดา ววแหวน - หทัยราษฎร์	3 - 6 ล้านบาท	pvh@lh.co.th
	พฤกษ์ลาดา บางนา	3 - 5 ล้านบาท	pba@lh.co.th
NEW PROJECT	พฤกษ์ลาดา สุวรรณภูมิ	4 - 6 ล้านบาท	ph@lh.co.th

KARAOKE CELEBRATION

เคลาเซียงดนตรีดลองเทสกาล

E

ในบรรยากาศแห่งเทศกาลที่เต็มไปด้วยสีสันและความมีชีวิตชีวา การสั่กัายปีเก่าต้อนรับปีใหม่คงไม่มีอะไรที่จะดีไปกว่าการมองหาร้านอาหารเก้ๆ บรรยากาศสบาย เพื่อจัดงานเลี้ยงฉลองปีใหม่ที่แบบครอบครัวหรือปาร์ตี้กับเพื่อนฝูงที่จะมีแต่ความสนุกสนานกับกิจกรรมที่ทางร้านจัดเตรียมไว้สำหรับการมาเยือนของทุกคน

★ สถานที่แนะนำ

• Waterside Resort Restaurant

ร้านอาหารที่ได้รับการตกแต่งและออกแบบในสไตล์ Contemporary Resort ที่โดดเด่นด้วยทำเลกลางผืนน้ำ ทำให้ได้รู้สึกเหมือนอยู่ในรีสอร์ทใจกลางเมืองกาญจนบุรี โดยมีให้เลือกถึง 2 บรรยากาศ ทั้ง Outdoor ที่เป็นระเบียงยื่นออกไปเหนือน้ำ ภายในร้านตกแต่งด้วยโคมไฟทรงสูงอบอุ่นสบายตา และแบบ Indoor ที่มีทั้งมุมสำหรับเฮฮาสังสรรค์กับเพื่อนฝูงและมุมโรแมนติก และหากใครต้องการใช้เป็นสถานที่จัดปาร์ตี้กันแบบครอบครัวหรือเพื่อนฝูง ที่นี่ก็มีห้องรับรองอยู่ติดริมน้ำ ภายในมี TV Plasma ขนาด 50 นิ้ว พร้อมระบบเครื่องเสียง JBL และเพลงที่รับรองว่าอัปเดตทุกอัลบั้ม ทุกคนจะมี

ความสุขกับเสียงเพลงและความสนุกสนานในค่ำคืนสังท้ายปี

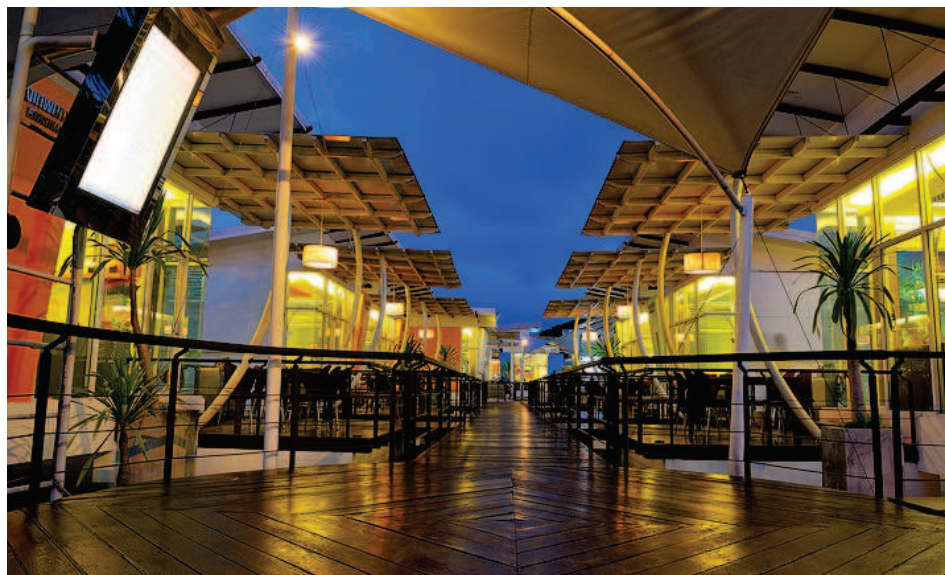
ที่ตั้ง : ถ.ประดิษฐ์มนูธรรม นวมินทร์ ปิงภูมิ กรุงเทพฯ

ติดต่อ : 0-2943-9496-7

เปิดบริการ : ทุกวัน ตั้งแต่เวลา 17.00-01.00 น.

เว็บไซต์ : www.facebook.com/WatersideKaraoke

การเดินทาง : จากแยกเกษตร-นวมินทร์ตัดใหม่ ให้เลี้ยวซ้ายตรงไปประมาณ 100 เมตร จะเห็นสะพานยูเทิร์นให้ชิดขวาเพื่อยูเทิร์น แล้วตรงไปประมาณ 800 เมตร จะเห็นร้าน Waterside Resort Restaurant อยู่ด้านซ้ายมือ



เพลิดเพลินกับเพลงคาราโอเกะ
ในห้องส่วนตัวที่ Karaoke City



ยิ่งใหญ่สมชื่อ Coco Bar Karting and Restaurant

• Coco Bar Karting and Restaurant
ยิ่งใหญ่สมชื่อจริงๆ สำหรับร้าน Coco Bar Karting and Restaurant ที่มาพร้อมกับบรรยากาศที่นั่งวิวเคลาบรรยากาศเสียงเพลง กับพื้นที่ร้านนั่งสบายกว่าเดิม โดยจุดเด่นของร้านนี้อยู่ที่สนามโกคาร์ทที่จะมาเอาใจคนรักความเร็ว ก่อนที่จะมานั่งสังสรรค์อย่างสนุกสนานในค่ำคืนสังท้ายปีกันภายในห้องคาราโอเกะที่มีไว้มองรับอยู่หลายห้อง รวมทั้งอาหารหลากหลายสไตล์ ที่จะมา



ความสุขขึ้นกลางผืนน้ำ @ Waterside Resort Restaurant



บรรยากาศห้องฟ้ายามเย็น
ที่ Karaoke City



พักผ่อนในบรรยากาศรีสอร์ทที่
Waterside Resort Restaurant

ทำให้ค่ำคืนนั้นมีทั้งความสุขในรสชาติอาหาร
และความสุขที่ได้ทำกิจกรรมร่วมกันระหว่าง
คนในครอบครัวหรือเพื่อนฝูง
ที่ตั้ง : 38 ถ.ประดิษฐ์มนูธรรม ท่าแร่ บางเขน
กรุงเทพฯ
ติดต่อ : 08-6584-4443
เปิดบริการ : ทุกวัน ตั้งแต่เวลา 17.00-02.00 น.
เว็บไซต์ : www.facebook.com/ilikecocobar
การเดินทาง : จากถนนรามอินทราเลี้ยวเข้าซอย
รามอินทรา 34 ตรงไปจนสุดซอย แยกเข้าถนน
เลียบทางด่วนรามอินทรา-อาจณรงค์ ผ่านร้าน
โรงเปียร์เยอรมันตะวันแดงประมาณ 500 เมตร
จะเห็นร้าน Coco Bar Karting and Restaurant
อยู่ทางด้านซ้ายมือ

• Karaoke City
ร้าน Karaoke City เปิดให้บริการมากกว่า 4 ปี ในพื้นที่
กว่า 3 ไร่ ด้วยแนวคิดการเป็น Restaurant &
Entertainment โดยมุ่งเน้นสร้างความเพลิดเพลิน
ให้กับลูกค้า ด้วยการออกแบบตกแต่งภายในร้าน
ที่การนำเอกลักษณ์เด่นของแต่ละเมืองทั่วโลก
มาใส่ไว้ในห้องคาราโอเกะที่มีอยู่กว่า 80 ห้อง
ซึ่งมีหลากหลายขนาดให้เลือกใช้บริการ และทุกห้อง
ยังมีความหรูหราและมีเอกลักษณ์เฉพาะตัว
สามารถตอบสนองความต้องการของลูกค้าได้
หลากหลาย โดยเฉพาะการจัดงานสังสรรค์อย่าง
งานเลี้ยงปีใหม่ในหมู่เพื่อนฝูงหรือครอบครัว
ซึ่งจะทำให้ทุกคนได้ปลดปล่อยความสุขและ
ความสนุกสนานในตัวเองไปกับเสียงดนตรีที่จะ

ทำให้ประทับใจไม่รู้ลืม
ที่ตั้ง : 5/33 เลียบทางด่วนรามอินทรา-อาจณรงค์
ลาดพร้าว กรุงเทพฯ
ติดต่อ : 0-2935-4960
เปิดบริการ : ทุกวัน ตั้งแต่เวลา 17.00-01.00 น.
เว็บไซต์ : www.bangkokkaraokecity.com
การเดินทาง : จากถนนรามอินทราภิเษมที่
5 ให้เลี้ยวเข้าถนนเลียบทางด่วนรามอินทรา-
อาจณรงค์ (ถนนประดิษฐ์มนูธรรม) ขับตรงไปจะ
เห็นร้าน Karaoke City อยู่ติดกับร้านลานร่มไม้
ใกล้กับห้างโลตัสสาขาเลียบทางด่วนรามอินทรา

● SINGLE HOME : WEST

☎ 1198

WEST ZONE

โซนราชพฤกษ์ - ปิ่นเกล้า

โซนรัตนารักษ์ - บางใหญ่ - บางบัวทอง



L A D A W A N

นันทวัน

มัทนา

ชัยพฤกษ์

พฤกษ์เลดา

iniZio



	โครงการ	ราคาเริ่มต้น	e-mail
	LADAWAN ราชพฤกษ์ - ปิ่นเกล้า	30 - 150 ล้านบาท	lrp@lh.co.th
	LADAWAN รัตนาริเบศรี	40 - 100 ล้านบาท	lrr@lh.co.th
	บันทวน ปิ่นเกล้า - ราชพฤกษ์	18 - 30 ล้านบาท	npr@lh.co.th
NEW PROJECT	มัททนา กิลปพฤกษ์ - ววแหวน	7 - 15 ล้านบาท	mkp@lh.co.th
NEW PROJECT	ชัยพฤกษ์ ปิ่นเกล้า - กาญจนาฯ	4.89 - 6 ล้านบาท	cpk@lh.co.th
	ชัยพฤกษ์ รัตนาริเบศรี - ววแหวน	4 - 6 ล้านบาท	crb@lh.co.th
	พฤกษ์ลาตา บางใหญ่	3 - 5 ล้านบาท	py@lh.co.th
NEW PROJECT	inizio 2 ปิ่นเกล้า - ววแหวน	3 - 5 ล้านบาท	ip2@lh.co.th
	inizio ปิ่นเกล้า - ศาลาฯ	3 - 4 ล้านบาท	i4@lh.co.th

ROMANTIC MOMENT

ความสุขสุดโรแมนติก

W

บรรยากาศโรแมนติกของร้านอาหารที่อบอุ่นไปด้วยกลิ่นอายของความรัก เป็นอีกหนึ่งบรรยากาศที่จะช่วยเพิ่มสีสันให้กับเทศกาลปีใหม่ให้เกิดความสุขได้เช่นกัน รวมไปถึงยังเป็นอีกสถานที่สำหรับครอบครัวที่จะมาสังสรรค์ดูความสวยงามของท้องฟ้ายามค่ำคืนที่มักจะมีปรากฏแสงสีของดอกไม้ไฟพร่างพรายทั่วท้องฟ้าให้ทุกคนได้สัมผัสถึงความสุขในเทศกาลที่รอคอยกันมาตลอดทั้งปี

★ สถานที่แนะนำ

• Baan Nam Kieng Din Restaurant

ร้าน Baan Nam Kieng Din Restaurant เป็นอีกหนึ่งร้านอาหารบนถนนอักษะ ด้วยบรรยากาศและสถานที่สวยงามและจากบ้านสไตล์ Country ซึ่งแวดล้อมด้วยธรรมชาติของพรรณไม้ทั้งไม้ยืนต้นและดอกไม้แสนสวย ทำให้สถานที่แห่งนี้กลายเป็นอีกหนึ่งแหล่งพักผ่อนของครอบครัว ยิ่งในช่วงเวลาค่ำแล้ว แสงไฟที่เรียงรายไปตามถนนอักษะเป็นแนวยาวสวย ขณะที่ยามค่ำคืนก็มียอดดาวส่องแสงให้มองเห็นได้เพลินตาเพลินใจ ท่ามกลางอากาศโปร่งและมีสายลมเย็นๆ พัดให้ชื่นใจอยู่ตลอดทั้งค่ำคืน
ที่ตั้ง : 60/1 หมู่ 12 ถ.อุทยาน (ถนนอักษะ) ศาลา

ธรรมสพน์ ทวีวัฒนา กรุงเทพฯ

ติดต่อ : 0-2441-4657, 0-2441-3837

เปิดบริการ : จ-พว เวลา 17.00-23.00 น.
ศ-อา เวลา 16.00-23.00 น.

การเดินทาง : จากถนนพุทธมณฑลสาย 3 ตรงเข้าถนนอุทยาน (ถนนอักษะ) ขับมาเรื่อยๆ จะเห็นร้านบ้านน้ำเคียงดิน ซึ่งจะเป็นบ้านสีหลังสร้างสไตล์เยอรมัน มีเก้าอี้แดง 4 ตัวอยู่ที่หน้าร้าน ตั้งอยู่ทางด้านซ้ายมือของถนนอุทยาน

• Love Sharing Restaurant

สวนอาหารให้ความรักดูสดใสด้วยการออกแบบและตกแต่ง เป็นบ้านหลังเล็ก ๆ 5 หลัง สีสดใสไล่ทั้งเหลือง ฟ้าย ส้ม ม่วง เขียว ทอดตัวเรียงเป็น



ยามค่ำคืน @ Sea Time
Bar-Restaurant & Karaoke



บ้านน้อย 5 หลัง สุดน่ารัก Love Sharing Restaurant

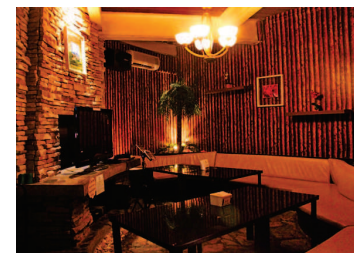
แนวยาวอยู่ภายในสวนที่ตกแต่งให้มีบรรยากาศคล้ายรีสอร์ทหรูติดริมน้ำ ให้ความรู้สึกเย็นสบาย คลอเคล้าด้วยเสียงเพลงเบาๆ ช่วยเพิ่มความโรแมนติก และเมื่อถึงเวลาค่ำ ทางร้านก็จะเปิดไฟประดับที่ตกแต่งอยู่โดยรอบร้าน เป็นอีกภาพสวยงามและดูมีสีสันอีกแห่งหนึ่งในยามค่ำคืน



ความงามยามค่ำคืนที่ร้าน Baan Nam Kieng Din Restaurant



บรรยากาศน่ารักสดใส
ที่ร้าน Love Sharing Restaurant



ห้องคาราโอเกะแบบส่วนตัว Sea Time
Bar-Restaurant & Karaoke

ที่ตั้ง : 49/6 หมู่ 2 ซ.พุทธมณฑลสาย 3
ถ.อุทยาน (เลียบคลองทวีวัฒนา) ทวีวัฒนา
ทวีวัฒนา กรุงเทพฯ

ติดต่อ : 0-2441-1959, 08-6774-8937

เปิดบริการ : ทุกวัน ตั้งแต่เวลา 10.00-24.00 น.

การเดินทาง : จากถนนพุทธมณฑลสาย 3 ตรง
เข้าถนนอุทยาน (ถนนอักษะ) ให้วิ่งเส้นคู่ขนาน
ไม่ต้องขึ้นสะพาน ตรงไปจนถึงทางแยกเข้าถนน
เลียบคลองทวีวัฒนาให้เลี้ยวซ้าย ก็จะถึงร้าน
Love Sharing Restaurant

• Sea Time Bar-Restaurant & Karaoke
ร้านอาหารบรรยากาศสบายๆ สโลว์ไลฟ์ที่ให้

ความรู้สึกเหมือนได้มานั่งปาร์ตี้กับเพื่อนฝูงอยู่ริม
ชายหาด ด้วยเพราะความโดดเด่นของสระว่ายน้ำ
ขนาดใหญ่ที่อยู่กลางร้าน พร้อมกับการเน้นตกแต่ง
ด้วยต้นไม้ใหญ่ ซึ่งให้บรรยากาศเหมือน
อยู่บนเกาะกลางทะเล ขณะที่เพอร์ริเฟอร์รี่เป็น
เก้าอี้ไม้สีขาว มีโต๊ะให้เลือกนั่งหลายจุด ทั้งริม
สระน้ำและชั้นบนของร้าน รวมทั้งยังมีวงดนตรี
สดหลากหลายสไตล์จากนักดนตรีมืออาชีพ ที่จะมา
บรรเลงเพลงในยามค่ำคืนให้ได้เพลิดเพลินใจ
กันอยู่ที่เวทีกลางน้ำ ทั้งแนวเพลงอะคูสติค แจ๊ส
หวานๆ ป๊อป และอาร์แอนด์บี ทำให้เหมาะ
สำหรับเป็นร้านที่มาสสร้างความสนุกสนาน
ด้วยการจัดเลี้ยงสังสรรค์ในเทศกาลปีใหม่นี้ และ

หากใครต้องการความเป็นส่วนตัว ทางร้านก็มี
ห้องคาราโอเกะไว้รับรองเช่นกัน พร้อมด้วย
อาหารที่มาด้วยกันหลายเมนู ทั้งอาหารไทย
อาหารทะเลสดใหม่ และอาหารต่างประเทศให้
ได้อิ่มอร่อยกันด้วย

ที่ตั้ง : 30/1 หมู่ 1 ถ.ราชพฤกษ์ บางจาก
ภาษีเจริญ กรุงเทพฯ

ติดต่อ : 0-2868-6996-8, 0-2868-6808

เปิดบริการ : ทุกวัน ตั้งแต่เวลา 16.30-01.00 น.

เว็บไซต์ : www.seatime-bangkok.com

การเดินทาง : จากถนนเพชรเกษมเจอแยก
ตัดใหม่ให้เลี้ยวเข้าถนนราชพฤกษ์ จะเจอร้าน
ตั้งอยู่ทางด้านซ้ายมือ

● TOWNHOME

☎ 1198



TOWNHOME



Villaggio

indy
BY LAND & HOUSES



	โครงการ	ราคาเริ่มต้น	e-mail
NEW PROJECT	Landmark เอกมัย - รามอินทรา	12.5 ล้านบาท	lss@lh.co.th
	Villaggio บางนา	1.89 ล้านบาท	va@lh.co.th
	indy ศรีนครินทร์	2.79 ล้านบาท	ds@lh.co.th
NEW PROJECT	indy บางใหญ่	2.59 ล้านบาท	dk@lh.co.th
	indy ประชานิธิ (2)	2.09 ล้านบาท	dp2@lh.co.th

● CONDOMINIUM

1198



CONDOMINIUM

THE
BANGKOK

THE
ROOM

333 RIVERSIDE

THE
KEY

Ease



	โครงการ	ราคาเริ่มต้น	e-mail
	The Bangkok Sathorn	12.9 ล้านบาท	thebangkok@lh.co.th
NEW PROJECT	The Room Charoenkrung 30	9 ล้านบาท	rc@lh.co.th
	The Room Sukhumvit 21	7.9 ล้านบาท	r21@lh.co.th
NEW PROJECT	The Room Sathorn	7 ล้านบาท	rsathorn@lh.co.th
NEW PROJECT	The Room Sukhumvit 69	5.5 ล้านบาท	rs69@lh.co.th
NEW PROJECT	The Room Sathorn - St. Louis	4 ล้านบาท	rs11@lh.co.th
NEW PROJECT	333 Riverside	5 ล้านบาท	333@lh.co.th
	The Key BTS Wutthakat	4.5 ล้านบาท	kw@lh.co.th
NEW PROJECT	The Key Sathorn - Charoenraj	3 ล้านบาท	ksc@lh.co.th
	The Key Chaloe Phra Kiat Rama 9	1.8 ล้านบาท	ku@lh.co.th
	Ease Rama 2	1.5 ล้านบาท	ep@lh.co.th

● MAJOR CITIES

☎ 1198



MAJOR CITIES

เชียงใหม่ - ขอนแก่น - โคราซ - อุดรธานี - หัวหิน - ภูเก็ต

นันทวัน

บอลตา

สิวลิ

N°8

iniZio

Wan Vayla

88
HILLSIDE
PHUKET



	โครงการ	ราคาเริ่มต้น	e-mail
	บันทวิน แลนด์ แอนด์ เฮ้าส์ พาร์ค เชียงใหม่	5.45 ล้านบาท	lh@lh.co.th
	ชลดา แลนด์ แอนด์ เฮ้าส์ พาร์ค เชียงใหม่	10.19 ล้านบาท	lh@lh.co.th
NEW PROJECT	สวัสดี เลควิว - เชียงใหม่	4.99 ล้านบาท	lh@lh.co.th
	สวัสดี มีโชค - เชียงใหม่	3.94 ล้านบาท	lh@lh.co.th
	สวัสดี สันกำแพง - เชียงใหม่	3.94 ล้านบาท	lh@lh.co.th
	NORTH CONDO เชียงใหม่	2.03 ล้านบาท	lh@lh.co.th
NEW PROJECT	inizio เชียงใหม่	3.49 ล้านบาท	lh@lh.co.th
	สวัสดี ถนนศรีจันทร์ ขอนแก่น	4.0 ล้านบาท	lh_khonkaen@lh.co.th
NEW PROJECT	สวัสดี ถนนมะลิวัลย์ ขอนแก่น	5.0 ล้านบาท	lh_khonkaen@lh.co.th
	inizio ถนนมะลิวัลย์ ขอนแก่น	3.40 ล้านบาท	lh_khonkaen@lh.co.th
	สวัสดี ถนนมิตรภาพ โคราช	3.94 ล้านบาท	lh_korat@lh.co.th
NEW PROJECT	สวัสดี อุดรธานี	4.15 ล้านบาท	lh_udon@lh.co.th
	Wan Vayla หัวหิน - เขาเต่า	10.5 ล้านบาท	wkt@lh.co.th
	88 Land and Houses Hillside Phuket	7.75 ล้านบาท	info@lhphuket.com
NEW PROJECT	88 Land and Houses Koh Kaew Phuket	6.3 ล้านบาท	info@lhphuket.com
	inizio เกาะแก้ว ภูเก็ต	4.48 ล้านบาท	info@lhphuket.com

VIVID FLOWERS

เติมพลังชีวิตด้วยพรรณไม้งาม

ในช่วงปลายปีนี้อากาศเริ่มเย็นลงบ้างแล้ว และนับเป็นโอกาสที่ดีสำหรับการออกตระเวนท่องเที่ยวไปชื่นชมความสวยงามของพรรณไม้เมืองหนาวที่กำลังอวดสีสันตระการตาให้ผู้คนที่กำลังโลดแล่นและชื่นชม ที่จะเป็ภาพความประทับใจไม่รู้ลืม ขณะเดียวกันสีสันความงามของไม้ดอกหลากสีเหล่านี้ยังเป็นพลังที่จะมาเติมเต็มความมีชีวิตชีวาในตัวเรากับด้วย ซึ่งแหล่งท่องเที่ยวที่สามารถพบกับความงามของพรรณไม้สีสันสวยงามเหล่านี้มีอยู่หลายแห่งด้วยกัน ดังที่จะนำเสนอเป็นสถานที่ตัวอย่างข้างล่างนี้

เทศกาลเชียงรายดอกไม้งาม

จังหวัดเชียงราย

งานเทศกาลประจำปีของจังหวัดเชียงรายที่จัดขึ้นอย่างต่อเนื่องมาแล้วถึง 10 ครั้งด้วยกัน โดยทางเทศบาลนครเชียงรายจะประดับประดาดอกไม้สวยงามทั่วเมือง แต่พื้นที่หลักของการจัดงานจะอยู่บริเวณ “สวนตุงและโคมเฉลิมพระเกียรติ 75 พรรษา” ซึ่งจะนำดอกไม้เมืองหนาวหลากสีสีนอาทิ ทิวลิปที่ชูช่อสวยงามมาประดับตกแต่งพื้นที่ รวมถึงยังมีการจัดทำประติมากรรมดอกไม้ให้ทุกคนได้ชื่นชม สำหรับกิจกรรมที่จะเกิดขึ้นในงานก็มิตั้งแต่การแสดงศิลปวัฒนธรรมท้องถิ่น



ดอกไม้หลายสายพันธุ์ ณ สวนราชพฤกษ์

ไปจนถึงการประกวดนางสาวถิ่นไทยงามด้วย โดยงานเทศกาลเชียงรายดอกไม้งามจะจัดขึ้นระหว่างวันที่ 20 ธันวาคม-20 มกราคมของทุกปี

สวนราชพฤกษ์ จังหวัดเชียงใหม่
มีชื่อเรียกอย่างเป็นทางการว่า “อุทยานหลวง



“หอคำหลวง” ที่สวนราชพฤกษ์

ราชพฤกษ์” เป็นสวนพฤกษศาสตร์ขนาดใหญ่ที่ตั้งอยู่ในบริเวณศูนย์วิจัยเกษตรหลวงเชียงใหม่ในตำบลแม่เหียะ อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่



หลากหลายสีลั่นทุ่งกว๊าน



ฝูงนกโบยบินเหนือทะเลบัวแดง



งานตามธรรมชาติ



บรรยากาศยามค่ำคืนของสวนตุง

มีพื้นที่ 470 ไร่ และที่แห่งนี้ก็ยังเป็นสถานที่จัดงานระดับโลกอย่างมหกรรมพืชสวนโลกเฉลิมพระเกียรติฯ ราชพฤกษ์ ในปี 2549 และ 2554 มาแล้ว จึงกลายเป็นอีกหนึ่งสถานที่ท่องเที่ยวของจังหวัดเชียงใหม่ ซึ่งจุดเด่นของ “สวนราชพฤกษ์” ไม่เพียงแค่ว่าได้ชมความงามของไม้ดอกหลากหลายพันธุ์เท่านั้น แต่ยังได้ชื่นชมกับศิลปะและสถาปัตยกรรมล้านนาที่งดงามอย่าง “หอคำหลวง” ที่ตั้งตระหง่านไปพร้อมกันด้วย

ทะเลบัวแดง จังหวัดอุดรธานี
แหล่งท่องเที่ยว Unseen อีกแห่งของ

ประเทศไทยที่กำลังได้รับความนิยมจากนักท่องเที่ยวต่างชาติอย่างมากในเวลานี้ โดยทะเลบัวแดงที่จะไปเยี่ยมชมกันนี้อยู่ในบริเวณบึงหนองหานในอำเภอกุมภวาปี จังหวัดอุดรธานี ซึ่งช่วงราวกลางเดือนถึงปลายเดือนธันวาคมของทุกปีที่นี่ก็จะกลายเป็นสีแดงทั้งหมด เนื่องจากดอกบัวที่เติบโตอยู่ในบึงเป็นดอกบัวสีแดงสด และจะผลัดกันชูช่อสีแดงสดไปจนถึงเดือนกุมภาพันธ์ในปีถัดไป จึงเป็นอีกภาพความสวยงามที่มักจะมีนักท่องเที่ยวมาเยือนอย่างไม่ขาดสาย เพื่อลงเรือชมความงามของดอกบัว รวมถึงพันธุ์ปลาน้ำจืดที่อาศัยอยู่ในบึงแห่งนี้ สำหรับเคล็ดลับการมาดู

ดอกบัวที่สวยงามที่สุดนั้นต้องมาในช่วงเวลาเช้าตรู่ไปจนถึงเวลาประมาณ 11.00 น. ของทุกวัน ถือว่าเป็นเวลาที่ดอกบัวจะบานสวยที่สุด

ความสวยงามของธรรมชาติคือพลังอันสุดวิเศษที่จะเป็นยาช่วยรักษาความอ่อนล้าของร่างกาย รวมถึงเป็นสีสันที่จะมาจรรโลงชีวิตให้พื้นดินมายืนหยัดอีกครั้งที่จะต่อสู้กับอุปสรรคและปัญหาข้างหน้าต่อไป



พบมั่นคง 2 โครงการใหม่ บนทำเลศักยภาพ
ในสังคมที่ดีที่สุด เพื่อรองรับอนาคตของคุณ

- มั่นคง ศรีนครินทร์ - บางนา เริ่ม 5-15 ล้านบาท
- มั่นคง กัลปพฤกษ์ - ววแหวน เริ่ม 7-15 ล้านบาท



ภาพจำลองบรรยากาศ

พฤกษผลตา วงแหวน - หทัยราษฎร์

บ้านเดี่ยวโครงการใหม่...

ในสังคมที่ครบครันด้วยความสุข พร้อมให้ทุกวันของคุณสดชื่น

เต็มอ้อมกับบรรยากาศของอุโมงค์ต้นไม้ที่ทอดยาวเชื่อมต่อกันด้วยสวนสวยถึง 2 แห่ง

ตอบรับไลฟ์สไตล์ทันสมัยบนทำเลคุณภาพใกล้ทางด่วนเพียง 5 กม. เท่านั้น

ราคาเริ่ม 3-6 ล้านบาท

 LAND & HOUSES

www.lh.co.th



EXCLUSIVE FIRST VIEWING

พฤศจิกายนนี้ เปิดชมห้องตัวอย่างครั้งแรก
2 คอนโดใหม่ ใจกลางสาทร

The Room Sathorn - St.Louis

ที่สุดของคุณภาพชีวิต บนทำเลที่ผูกพัน
ตอบครบทุกไลฟ์สไตล์ของการอยู่อาศัย ได้อย่างสมบูรณ์แบบ
เริ่ม 4.5 ล้านบาท

The Key Sathorn - Charoenraj

เติมเต็มความสมบูรณ์แบบ บนทำเลที่เชื่อมโยงทุกความสุขของการใช้ชีวิต
ที่สุดของความคุ้มค่า บนทำเลศักยภาพใจกลางเมือง
เริ่ม 3 ล้านบาท



*ภาพจำลองบรรยากาศ



www.lh.co.th



ภาพจำลองบรรยากาศ

THE
GRAND ORIENTAL

เปิดคฤหาสน์ซีรีส์ใหม่
เริ่ม 20 - 40 ล้านบาท

The Grand Oriental

แบบบ้านรุ่นใหม่ The Grand Oriental Series ศิลปะแห่งโลกตะวันออก สวยงามและอบอุ่น
ความพิเศษที่สร้างสรรค์ทุกรายละเอียดและสีสันให้เป็นเอกลักษณ์
อีกความเหนือระดับที่เป็นรางวัลของผู้ประสบความสำเร็จ Beyond the Achievement

Open Plan Concept หลักการออกแบบพื้นที่ภายใน เรียบหรู ตอบโจทย์การใช้ชีวิตในทุกๆ ฟังก์ชัน
พร้อมการตกแต่งสมบูรณ์เหนือมาตรฐาน และตอบรับการใช้ชีวิตที่สงบเป็นส่วนเดียวกับ Private Garden
โลกส่วนตัวกลางสวนสวย สำหรับทุกกิจกรรมของครอบครัว

เชิญสัมผัสความเหนือระดับ ของการใช้ชีวิต ได้แล้ววันนี้
นันทวัน ปิ่นเกล้า - ราชพฤกษ์ และ มัทนา Lake Watcharapol

 **LAND & HOUSES**

www.lh.co.th

● DINING DELIGHT



ไอศกรีมโฮมเมดหลากหลายรสชาติ



ปลาหิมะกับสลัดมะม่วง

DINNER TIME @ HAPPY FISH BAR & BISTRO



บรรยากาศภายในร้าน

แวะเวียนไปลิ้มลองอาหารจากร้านอาหารในบรรยากาศเรียบหรูกันแล้วหลายแห่ง คราวนี้ขอแนะนำร้านอาหารที่มักได้ทั้งครอบครัว ซึ่งจะเต็มสัปดาห์ให้กับชีวิต คือร้าน Happy Fish Bar & Bistro ที่ตั้งอยู่ริมน้ำเจ้าพระยา เอเชียทีก 101 ริเวอร์ ฟรอนท์ (Asiatique The River Front)

บรรยากาศภายในร้านตกแต่งด้วยสไตล์ Kindergarten Loft ที่เน้นสีสันสนุกสดใส ผลงานศิลปะแบบ Urban Street Art ขณะเดียวกันยังสะท้อนวิถีชีวิตริมแม่น้ำเจ้าพระยาที่มาพร้อมกับเมนูเด็ดจากปลาและอาหารนานาชาติแนวฟิวชั่นที่มีทิวทัศน์แบบ Panorama ให้นั่งมองอย่างเพลินตา แถมในทุกค่ำคืนยังมีดนตรีบรรเลงสด ทั้ง Pop Jazz ให้ผู้มาเยือนได้รู้สึกอึดอัดทั้งห้องอึดอัดทั้งใจ โดยร้านนี้สามารถมากันได้ทั้งครอบครัว หรือจะเป็นคู่รักหนุ่มสาวที่อยากจะเปลี่ยนบรรยากาศการรับประทานอาหารนอกบ้าน

จากบรรยากาศก็มาถึงเมนูเด็ดของร้านที่หากมาแล้วต้องไม่พลาด เริ่มต้นด้วยอาหารเรียกน้ำย่อยอย่าง “เปาะเปี๊ยะกุ้ง” ม้วนมาเป็นแท่งโตที่อัดแน่นด้วยเนื้อกุ้งล้วนๆ ถัดมาคือ “ปลาหิมะกับสลัดมะม่วง” เนื้อปลาแน่นๆ อย่างจนหนังกรอบ รวด

ด้วยน้ำยำตามสูตรที่ใช้ เนื้อมะม่วงสุกหอมเปรี้ยวอมหวาน บีบน้ำเลมอนลงไปสักหน่อย อร่อยถึงใจ ตามติดมาอีกจานเด็ดก็คือ “รวมทะเลเผา” ที่มีทั้งหอยแมลงภู่นิวซีแลนด์ แซลมอนจากนอร์เวย์ ปลาหมึกและกุ้งตัวโต เสิร์ฟพร้อมสลัดผักและน้ำจิ้มซีฟู้ดรสเด็ด หากใครที่ชอบรับประทานเนื้อวัวที่นี่ก็มี “เนื้อสันนอกย่างจิ้มแจ่ว” อย่างจนหอม เสิร์ฟคู่กับข้าวเหนียวและน้ำจิ้มแจ่ว

ร้านนี้ยังมีเมนูของหวานที่หลายคนชื่นชอบโดยเฉพาะสาว ๆ อย่าง “ทiramisu” เนื้อเค้กนุ่มหอมกลิ่นกาแฟ วานิลลา และโกโก้ หรือจะเป็นไอศกรีมโฮมเมดที่มีให้เลือกมากกว่า 24 รสชาติ หลากสีสัน เช่น Blue Vanilla สีส้มสดใส เรียกว่าเป็นไอศกรีมสุดโปรดของเด็ก ๆ เลยก็ว่าได้

Happy Fish Bar & Bistro ตั้งอยู่ในเอเชียทีก 101 กรุงเทพฯ เปิดให้บริการตั้งแต่เวลา 17.00-02.00 น. และเพื่อเป็นการมอบสิทธิพิเศษให้กับลูกค้าในโครงการแลนด์ แอนด์ เฮาส์ และผู้อ่านนิตยสาร MOTIVO ทางร้านได้มอบส่วนลดค่าอาหาร 5% เพียงตัดคู่มือคุณคอลัมน์แล้วนำมาแสดงที่ร้าน เพียงเท่านี้ทุกท่านก็จะอึดอ้อยอิ่งกับเมนูเด็ดหรือหากต้องการสอบถามข้อมูลเพิ่มเติม โทร. 0-2108-4498 หรือเข้าไปที่ IG: HappyFishBkk และ www.facebook.com/happyfish.asiatique



MOTIVO

รับส่วนลด 5% สำหรับค่าอาหาร

เรับ พ.ย. 2557- ม.ค. 2558

เงื่อนไขการใช้

1. ส่วนลดนี้ใช้ได้เฉพาะกับร้านอาหารที่ร้านเท่านั้น
2. ส่วนลดนี้ไม่สามารถใช้ร่วมกับโปรโมชั่นอื่นได้
3. ยกเว้นวันหยุดนักขัตฤกษ์
4. ทางร้านขอสงวนสิทธิ์ในการเปลี่ยนแปลงเงื่อนไขโดยไม่แจ้งให้ผู้ถือคู่มือล่วงหน้า





COLORFUL MACARON



มาการองหรือมากาอง ขนมหวานสีสวยที่มีต้นกำเนิดจากประเทศฝรั่งเศส ทานคู่กับน้ำชายามบ่าย ช่างเป็นของว่างที่วิเศษสุด แต่วิธีการทำมาการองนั้นไม่ยุ่งยาก แต่ต้องอาศัยความชำนาญในการผสมและการใช้อุปกรณ์การอบที่เหมาะสม อยากทำให้สวย ให้อร่อยก็เหมือนฝึกฝีมือ รับรองว่ามาการองจะเป็นอีกเมนูที่ใครๆ ก็เรียกร้องให้คุณทำ

วิธีทำ

- นำอัลมอนต์บดและน้ำตาลไอซิ่งมาร่อนรวมกันแล้วพักไว้
- จากนั้นนำไข่ขาวที่ทิ้งไว้ในอุณหภูมิห้องมาตีให้เนื้อเป็นฟองหยาบๆ แล้วค่อยๆ เติมน้ำตาลทรายลงไป ตีต่อไปสักพัก หยดสีผสมอาหารลงไป 5-6 หยด ตีต่อไปเรื่อยๆ จนเกือบตั้งยอดแข็ง
- จากนั้นเราค่อยๆ ตะล่อมส่วนผสมไข่ขาวลงไปนึ่งอัลมอนต์ที่ผสมกับน้ำตาลไอซิ่ง ค่อยๆ ตะล่อมส่วนผสมอย่างเบามือให้เข้ากัน อย่าคนส่วนผสมนานเกินไป
- นำส่วนผสมที่ได้มาใส่ถุงบีบ ค่อยๆ บีบใส่แผ่นซิลิโคนรองอบสำหรับมาการอง เลือกแบบที่วาดวงกลมไว้จะง่ายต่อการหยอด หยอดส่วนผสมเป็นรูปร่างกลมเท่าๆ กัน หยอดเสร็จแล้วให้พักผิวขนมประมาณครึ่งชั่วโมงหรือจนขนมแห้ง
- พอเนื้อขนมแห้งได้ที่ให้นำเข้าเตาอบที่อุณหภูมิ 140 องศาเซลเซียส ใช้เวลาอบประมาณ 12 นาที โดยอบไฟล่างก่อน 7 นาที อีก 5 นาทีให้อบไฟบน นำออกจากเตา ทิ้งไว้ให้เย็น แล้วชะออกจากแผ่นซิลิโคน
- จากนั้นนำแยมผลไม้มาสอดใส่แล้วประกบสองชิ้นเข้าด้วยกันนำไปใส่ภาชนะแช่ตู้เย็นก่อนรับประทาน จะทำให้ขนมอร่อยเพิ่มมากขึ้น

ส่วนผสม (ทำได้ 10 คู่)

ไข่ขาวแยกเก็บไว้ในตู้เย็น	35 กรัม
อัลมอนต์สไลซ์บดละเอียดจนเป็นแป้ง	43 กรัม
น้ำตาลไอซิ่ง	63 กรัม
น้ำตาลทราย	23 กรัม
สีผสมอาหารแบบน้ำ (ตามใจชอบ)	
แยมผลไม้ (รสชาติตามใจชอบ)	

TIPS

- อย่าคนส่วนผสมนานเกินไป เพราะจะทำให้ขามาการองไม่ยืด หน้าขนมแตก และแห้งเกินไป
- เวลาการอบขึ้นอยู่กับชนิดของเตาอบ ถ้าลองทำครั้งแรกจะต้องคอยดูขนมเพื่อป้องกันขนมไหม้



COCKATIEL

MY LITTLE ANGEL



นกคอกคาทิลเป็นนกแก้วสายพันธุ์เล็กจากออสเตรเลีย มีลักษณะเด่นที่หงอน นกตัวผู้จะมีเสียงร้องที่ไพเราะราวกับเสียงดนตรีและมีสีที่แสนสวยงาม ทำให้นกสายพันธุ์นี้กลายเป็นที่ชื่นชอบของบรรดา Bird Lover ยิ่งถ้าคุณได้รับเลี้ยงนับตั้งแต่ยังเป็นลูกนกเล็กๆ มันจะติดคุณแจวราวกับเป็นลูกน้อยอีกคนในบ้านของคุณ

คอกคาทิลเป็นนกปากขอขนาดเล็กชนิดหนึ่ง อยู่ในวงศ์นกกระต่าย Cacatuidae แต่อยู่ในสกุล Nymphicus และนับเป็นนกชนิดที่เล็กที่สุดในวงศ์นี้ ด้วยขนาดลำตัวยาวประมาณ 25 เซนติเมตร ทุกวันนี้ได้มีการพัฒนาสายพันธุ์ เช่น พันธุ์ Lutino จะมีสีเหลืองอ่อนทั้งตัว หงอนสีเหลืองเข้ม แก้มสีส้ม พันธุ์ Albino เป็นลูกผสมระหว่าง White Faced กับ Lutino นกจะมีขนสีขาวทั้งตัว ตาสีแดง พันธุ์ Pied นกสีครึ่งลายปีกสีเทา พันธุ์ Normal Grey ส่วนมากในธรรมชาติของออสเตรเลียจะเป็นสีเทาอ่อน บริเวณคอมีสีเหลือง แก้มสีส้ม ซึ่งเป็นสีมาตรฐานที่คนนิยมเลี้ยง

TIPS

นกคอกคาทิลมักจะเป็นโรคฝีดาษที่มีพาหะจากยุง โดยจะมีตุ่มหนองตามบริเวณเท้า จมูก ตา รวมถึงโรคไวรัสนิวคาสเซิล ที่จะมีอาการอัมพาต คอบิด คอเอียง ฉะนั้นควรให้ความสำคัญกับการป้องกันยุง ทำความสะอาดกรง และเลี้ยงนกในบริเวณที่มีลมพัดผ่าน แสงแดดส่องถึง เพื่อสุขภาพที่ดีของนก



นกคอกคาทิลไม่ได้มีดีแค่ความสวยงาม แต่มันยังมีความสามารถในการเรียนรู้ได้อย่างรวดเร็ว สามารถฝึกความเชื่อใจได้ โดยจะเริ่มฝึกช่วงลูกนกมีอายุได้ 2-3 เดือน ถ้าฝึกดีๆ นกจะสามารถพูดได้เหมือนนกแก้ว และสามารถเรียกชื่อให้บินมาหาได้ด้วย

สถานที่เลี้ยงนกควรเลือกใช้กรงที่ทำจากโลหะ เพราะปากนกแข็งแรง ถ้าใช้ไม้ นกจะแทะกรงจนพัง นอกจากนี้ควรใส่ใจในเรื่องความสะอาด เพราะนกชอบเก็บสิ่งปฏิกูลมากินหรือแทะเล่น ควรเลือกใช้กรงขนาดใหญ่พร้อมติดตั้งคอนไว้ให้นกเกาะด้วย

อาหารส่วนใหญ่จะเป็นเมล็ดธัญญา เมล็ดพืชล้มลุก ธัญพืช และผลไม้ตระกูลเบอร์รี่ ส่วนของที่ควรหลีกเลี่ยงคือ ช็อกโกแลต แอลกอฮอล์ ผลไม้บางชนิด เช่น อะโวคาโด, สาลี่, น้อยหน่า, ใบบัวบกบางชนิด เช่น ใบชะอม, ใบขนุน ฯลฯ หรือพืชที่มียาง เพราะจะเป็นพิษกับนก





1st - 9th Nov



บ้านและสวนแฟร์ 2557

อิมแพ็ค เมืองทองธานี

งานแสดงสินค้าครบวงจรที่เกี่ยวกับบ้านและสวนที่ยิ่งใหญ่ในเชิง Design, Living และ Outdoor Living รวมทั้งนิทรรศการและกิจกรรมให้ความรู้เกี่ยวกับที่อยู่อาศัยเพื่อคนรักบ้านอย่างแท้จริง ภายในงานยังมีการจัดแสดงและจำหน่ายเฟอร์นิเจอร์ เครื่องใช้ไฟฟ้า ของแต่งบ้าน อุปกรณ์ทำสวน และบริษัทรับสร้างบ้าน สถาบันการเงินที่จะมาให้คำแนะนำดีๆ เกี่ยวกับเรื่องบ้านอีกด้วย โดยงานจะมีในวันที่ 1-9 พฤศจิกายน 2557 ตั้งแต่เวลา 10.00-20.00 น. สอบถามรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่ บริษัท อมรินทร์พริ้นติ้ง แอนด์ พับลิชชิ่ง จำกัด (มหาชน) โทร. 0-2422-9999 ต่อ 4252 หรือ 4250 และที่เว็บไซต์ www.BaanLaeSuanFair.com

29th Nov - 10th Dec



Thailand International Motor Expo 2014

อิมแพ็ค เมืองทองธานี

งานมหกรรมยานยนต์ครั้งที่ 31 ที่จัดแสดงเทคโนโลยีใหม่ๆ เกี่ยวกับเครื่องยนต์ รถยนต์ และการตกแต่งรถยนต์ทั้งภายในและภายนอก ซึ่งจะมาพร้อมโอกาสดีๆ ให้ผู้เข้าร่วมงานได้เลือกซื้อรถยนต์รุ่นใหม่และอุปกรณ์ยานยนต์ในราคาสุดพิเศษ โดยเสียดำเนินการผ่านประตูเพียง 100 บาทต่อท่าน ระหว่างวันที่ 29 พฤศจิกายน-10 ธันวาคม 2557 ตั้งแต่เวลา 12.00-22.00 น. (จ-ศ) และ 11.00-22.00 น. (ส-อา) ณ ชาเลนเจอร์ ฮอลล์ 1-3 อิมแพ็ค เมืองทองธานี สอบถามรายละเอียดได้ที่ บริษัท สื่อสากล จำกัด โทร. 0-2641-8444 หรือที่เว็บไซต์ www.autoinfo.co.th/motorexpo

12th - 14th Nov



EcoLightTech Asia 2014

ศูนย์การประชุมแห่งชาติสิริกิติ์

สุดยอดงานแสดงนวัตกรรมด้านแสงสว่างจากผู้นำด้านการผลิตชั้นนำของโลก ที่จะมานำเสนอนวัตกรรมการประหยัดพลังงานด้านแสงสว่างรูปแบบใหม่ ที่จะช่วยลดและใช้พลังงานอย่างมีประสิทธิภาพตลอดจนยังมีกิจกรรมด้านพลังงานที่น่าสนใจอีกมากมายภายในงาน ซึ่งงาน EcoLightTech Asia 2014 จะจัดขึ้นระหว่างวันที่ 12-14 พฤศจิกายน 2557 ตั้งแต่เวลา 10.00-18.00 น. ณ ศูนย์การประชุมแห่งชาติสิริกิติ์ เยี่ยมชมและสอบถามข้อมูลเพิ่มเติมได้ที่เว็บไซต์ www.ecolighttech.com

13th - 21st Dec



Thailand Furniture and Houseware Fair 2014

ไบเทคบางนา

งานแสดงสินค้าบ้านครั้งยิ่งใหญ่ส่งท้ายปลายปี 2557 ที่ระดมพลผู้ผลิตเฟอร์นิเจอร์และของตกแต่งบ้านระดับหัวแถว มาร่วมกันลดราคาครั้งใหญ่เพื่อคนรักการตกแต่งบ้าน ที่จะได้ทุกอย่างครบตามความต้องการในงานเดียว Thailand Furniture and Houseware Fair 2014 จัดขึ้นระหว่างวันที่ 13-21 ธันวาคม 2557 ตั้งแต่เวลา 11.00-21.00 น. ณ ศูนย์นิทรรศการและการประชุมไบเทค (BITEC) บางนา สอบถามรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่ บริษัท เวิลด์ แฟร์ จำกัด โทร. 0-2731-1331 หรือเยี่ยมชมเว็บไซต์ได้ที่ www.worldfair.com

FREESTYLE DESIGN

ของใช้เก่าๆ ก็ใช้ว่าจะไร้ประโยชน์เสมอไป เพียงแค่นำมาปรับโฉม เปลี่ยนแปลงนิดๆ หน่อยๆ โดยใช้ความคิดที่อิสระ และสร้างสรรค์มาผนวกรวมกัน ก็จะทำให้ได้ของชิ้นใหม่ที่ดูมีสไตล์ และยังช่วยดูแลรักษาสิ่งแวดล้อมอีกด้วย



BOOK CHANDELIER

อีกหนึ่งไอเดียสุดเก๋สำหรับเฟอร์นิเจอร์ตกแต่งบ้านที่ทำมาจากของเหลือใช้หรือไร้ประโยชน์ เช่น กระดาษ หรือหนังสือประเภทสมุดโทรศัพท์หลายๆ เล่มที่ไม่ใช้แล้วมาประกอบกับโครงเหล็กวงกลมก่อนที่จะติดตั้งหลอดไฟแล้วนำไปแขวนกลางห้องกลายเป็นแชนเดอลิเยร์สุดเก๋ๆ ดูแปลกตา สวยงาม แถมยังช่วยรักษาสิ่งแวดล้อมอีกด้วย



SOFA CAR

นั่งอยู่แต่ภายในรถกันมานานแล้ว คราวนี้ลองมานั่งหน้ากระโปรงรถกันดูบ้างว่าจะมีความรู้สึกอย่างไร เพราะนี่เป็นอีกแนวความคิดในการนำเอารถยนต์คันเก่าที่เสื่อมสภาพไปแล้ว มาตัดและบุด้วยเบาะนั่งแสนสบายที่สอดรับกับโครงหน้ากระโปรงรถ นั่งไปก็ให้อารมณ์และความรู้สึกเหมือนกำลังนั่งรถเที่ยวเล่นอย่างสนุกสนาน

DARWIN CHAIR

เรียกได้ว่าเป็นเฟอร์นิเจอร์ที่ทำให้เราสามารถปรับเปลี่ยนอิริยาบถได้ทุกครั้งกับเก้าอี้ Darwin Chair ซึ่งเป็นฝีมือของนักออกแบบชาวนิวยอร์กที่ชื่อ Stefan Sagmeister ด้วยการนำเอาแผ่นกระดาษสีส้มและลวดลายต่างๆ กว่า 200 แผ่นที่มีความหนาและความยาวเรียบเสมอกันมาเรียงซ้อนกัน แล้วติดเข้ากับโครงเก้าอี้ที่มีดีไซน์สุดเนี้ยบ ทำให้ได้เก้าอี้ที่เราสามารถเลือกสีส้มและลวดลายนั่งได้ตามใจชอบในแต่ละวัน



UPHOLSTERY CHAIR

เศษผ้าหรือเศษหนังที่ไม่ใช้แล้วก็ยังคงมีประโยชน์อยู่ไม่น้อย เพราะสามารถดัดแปลงให้กลายเป็นเฟอร์นิเจอร์แสนสบาย เพียงแค่นำเศษผ้ามาตัดเป็นแนวยาว และเย็บต่อกันให้เป็นเส้นคล้ายริบบิ้นแล้วพันเข้ากับโครงเก้าอี้เหล็กทรงกลม โดยพันทบกันหลายชั้นจนได้ลักษณะคล้ายโดนัท มีรูกลวงใหญ่ เราก็จะได้เก้าอี้ที่มีรูปทรงเก๋ไก๋เอาไว้นั่งเล่นหรือแต่งบ้านให้ดูสวยงาม



WHEEL CLOCK

จักรยานเก่าๆ ไม่ว่าจะขับไม่ได้แล้ว แต่ชิ้นส่วนแต่ละชิ้นก็ล้วนมีคุณค่า ที่เราสามารถนำมาดัดแปลงให้กลายเป็นของประดับตกแต่งบ้านสุดชิคในความอิสระทางความคิด อย่างล้อจักรยานเก่าๆ นำมาขัดให้เงาวับแล้วติดผนังก่อนประกอบด้วยเครื่องเรือนของนาฬิกา เพียงเท่านี้ก็จะได้นาฬิกาประดับผนังบ้านไว้รอดแขกที่มาเยี่ยมบ้านได้แล้ว



BOARD GAMES

ใครที่มีสเกตบอร์ดเก่าๆ หรือหักพังแล้ว ถ้ายังไม่ถึงกับผุก็อย่าเพิ่งทิ้ง นำมาประยุกต์ด้วยการตัดครึ่งแล้วประกอบเข้ากับโครงหรือโครงเหล็กแล้วขันด้วยนอต เพียงเท่านี้ก็ได้เก้าอี้น่ารักๆ เอาไว้นั่งเล่นชมธรรมชาติได้แล้ว แถมยังช่วยรำลึกความหลังได้อีกด้วย



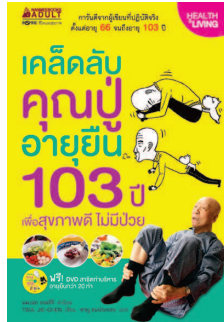


เคล็ดลับคุณปู่อายุยืน 103 ปี

ชื่อผู้แต่ง : TSUI, JIE-CHEN

ชื่อผู้แปล : ชาญ ธนประกอบ

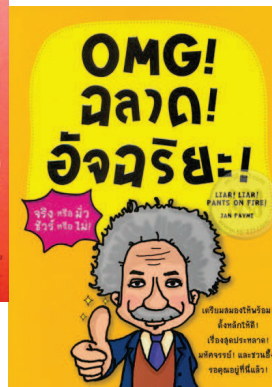
หนังสือที่รวบรวมเรื่องราวการดูแลสุขภาพของคุณปู่ “ชุยเจี๋ยเฉิน” ที่ขึ้นชื่อว่าเป็นสุดยอดคุณปู่ที่อายุยืนที่สุดอีกคนหนึ่งของคนจีน ซึ่งเป็นเจ้าของผลงานเขียนหนังสือเล่มนี้ด้วย โดยเนื้อหาในหนังสือได้รับการพิสูจน์ให้เห็นถึงประโยชน์ของการออกกำลังกาย โดยเฉพาะผู้สูงอายุที่ช่วยให้สุขภาพแข็งแรงได้จริงเหมือนกับคนวัยหนุ่มสาว นอกจากนี้ ยังมีการเปิดเผยเคล็ดลับของการฝึกกังฟูบนที่นอนกว่า 20 ท่า ตลอดจนอาหารที่จะทำให้แลดูอ่อนกว่าวัยด้วย



500 ล้านปีของความรัก เล่ม 2

ชื่อผู้แต่ง : นพ.ชัยพล เกียรติขจรธาดา

หนังสือเล่มนี้เป็นภาคต่อจาก 500 ล้านปีของความรัก เล่ม 1 ซึ่งจะเป็นปัจจัยหลักทำงานอยู่เบื้องหลังความสำเร็จทั้งมวลของมนุษย์ และยังทำให้ผู้อ่านเข้าใจพฤติกรรมธรรมชาติเหล่านี้ของมนุษย์ เพื่อไขปริศนาเบื้องหลังพฤติกรรมต่างๆ ไม่ว่าจะเป็น ทำไมความรักจึงมีช่วงโปรโมชัน ทำไมความรักชอบพูดจาภาษาเด็ก ทำไมมนุษย์จึงเสียสละตัวเองเพื่อคนอื่นได้ ไปจนถึงเรื่องราวความรักนั้นนำไปสู่ความเกลียดชังและการฆ่าล้างเผ่าพันธุ์ได้อย่างไร และอีกหลากหลายข้อมูลน่ารู้ที่จะทำให้คุณต้องแปลกใจเมื่อเข้าใจถึงที่มา อายากรู้อะไรอีกๆ มากกว่านี้ก็ต้องไปลองอ่านกัน



อ่านแล้ว Young

ชื่อผู้แต่ง : หมอผิง ธิดากานต์ รุจิพัฒนกุล

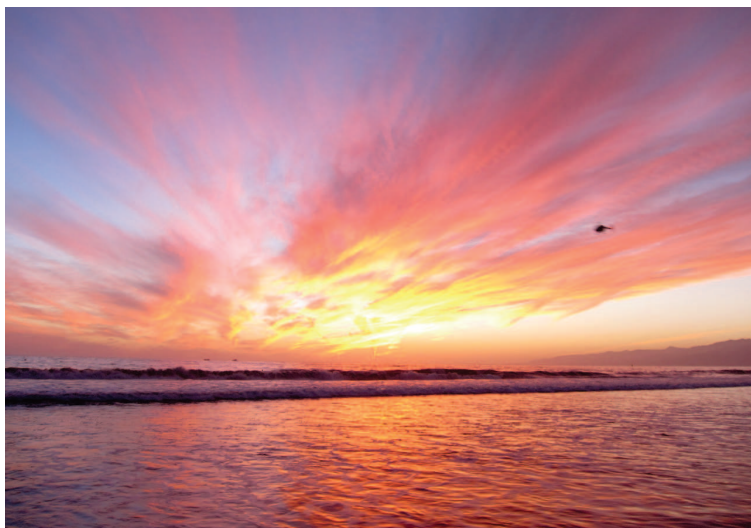
อ่านแล้ว Young เป็นผลงานเขียนของหมอผิง-ธิดากานต์ รุจิพัฒนกุล แห่งโรงพยาบาลสมิติเวช ที่จะมาเผยเคล็ดลับการชะลอวัยอย่างสมบูรณ์แบบ ด้วยสไตล์การเขียนที่สนุกสนานผ่านตัวละครหุ่นยนต์ที่ชื่อ “แอลลี” ซึ่งทุกคนจะรู้สึกได้ทันทีว่าไม่ว่าจะเป็นอุปกรณ์เครื่องใช้อะไรก็ตาม รวมถึงรถยนต์ คอมพิวเตอร์ ทำไมยังมีคู่มือการใช้งานได้ แต่ทำไมร่างกายของคนเรายังไม่มีคู่มือการใช้งานที่อ่านแล้วเข้าใจง่าย หนังสือ “อ่านแล้ว YOUNG” เล่มนี้เป็นคำตอบที่จะมาเติมเต็มพลังชีวิตและช่วยชะลอวัยได้เป็นอย่างดี และที่สำคัญยังเป็นคู่มือการใช้งานร่างกายของมนุษย์อย่างมีประสิทธิภาพได้อีกด้วย

OMG ฉลาด อัจฉริยะ

ชื่อผู้แต่ง : Jan Payne (เจน เพย์)

ชื่อผู้แปล : อนุศาสตร์ วณิชสุทธิธรณ

เรียกได้ว่าเนื้อหาในหนังสือเล่มนี้เต็มไปด้วยข้อเท็จจริงที่น่าฉงนเกี่ยวกับสัตว์โลกและสิ่งประดิษฐ์ที่แสนเหลือเชื่อกับการค้นพบที่สุดจะบรรยาย ไม่ว่าจะเป็นหมึกยักษ์ออกโตปูลก็สามารเล่นฮอกกี้น้ำได้ แมงกะพรุนเป็นอมตะและไม่มีวันแก่ วอลรัสใช้ฟันเดินแทนเท้าได้ หรือแม้แต่คนปอมเปอีไม่ได้ถูกลาวาถล่มเมืองแบบในหนัง ในแต่ละบทจะมีข้อเท็จจริงอยู่ ให้เลือกคำตอบว่าเรื่องนั้นถูกหรือผิด “จริงหรือมั่ว ขัวร์หรือไม่” โดยจะมีเฉลยอยู่ในหน้าถัดไป เพื่อตรวจสอบความถูกต้องได้อีกด้วย เชื่อว่าถ้าคุณรู้แล้วจะต้องแปลกใจแน่นอน



“สี่เติมโลก”

แม้ชีวิตจะต้องถูกเมฆหมอกบดบัง หรือจะโดนพายุกระหน่ำแรงสักเท่าไร
แต่ชีวิตก็ยังมีสีสันเหมือนฟ้าหลังฝนที่สดใส และเผยให้เห็นแสงสีทองส่องให้เป็นความหวังต่อไป

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

เจ้าของภาพประทับใจที่ผ่านการคัดเลือกลงในคอลัมน์ More Than Words 2 ภาพในฉบับหน้า
จะได้รับของรางวัลพิเศษจากแลนด์ แอนด์ เฮาส์

Light creates the color. In the picture, color creates the light.

Hans Hofmann



www.lh.co.th

 1198