MOTIVO

YEAR 10 M042 AUGUST - OCTOBER 2023
www.lh.co.th

LAND & HOUSES

MOTIVO

YEAR 10 M042
AUGUST - OCTOBER 2023
www.lh.co.th

LAND & HOUSES

Conquering Yourself

Conquering Yourself หรือการเอาชนะตัวเอง อาจไม่ใช่สิ่งที่ทำได้ง่ายนัก แต่ก็ไม่ใช่สิ่งที่ยากเกินความสามารถที่เราจะทำได้ เพราะหากเราสามารถเอาชนะใจตัวเองได้แล้ว ไม่ว่าจะต้องเจออุปสรรคหรือปัญหาอะไรก็ตาม เราก็สามารถฝ่าฟันฝ่าไปได้อย่างแน่นอน

ความหมายของ "การเอาชนะตัวเอง" ได้ถูกสอดแทรกอยู่ภายในนิตยสาร MOTIVO ฉบับนี้แล้ว เริ่มจากคอลัมน์แรก "Conquering Yourself" ทำให้รู้จักกับความหมายของคำๆ นี้ พร้อมเรียนรู้ข้อดีของการเอาชนะตัวเองให้เป็น จากนั้นขอพาไปแนะนำโครงการ MANTANA Bangna km 15 กับคอลัมน์ Welcome โครงการบ้านที่มาพร้อมกับแบบบ้านดีไซน์ใหม่ ที่มีพื้นที่ใช้สอยเพิ่มมากขึ้น และมีมุมพักผ่อนแบบส่วนตัวที่ใกล้ชิดธรรมชาติ

Exclusive Interview หนึ่งในคอลัมน์สำคัญของนิตยสาร ที่ครั้งนี้ได้พาไปพูดคุยกับผู้หญิงที่สามารถเอาชนะโรคร้ายอย่าง "มะเร็ง" ถึง 2 ครั้ง แต่ละครั้งเธอต้องใช้ความอดทน และสร้างกำลังใจที่เข้มแข็งให้กับตัวเอง จนสามารถผ่านวิกฤตนั้นมาได้ แล้วไปต่อกันที่คอลัมน์ Be Healthy ซึ่งฉบับนี้จะมาบอกเล่าถึงโรคติดเชื้อชนิดหนึ่งที่ชื่อว่า "โรคเมลิออยโดสิส" หรือ "โรคไข้ดิน" ที่มีต้นเหตุมาจากเชื้อแบคทีเรียที่อยู่ในดินและในน้ำ ซึ่งกำลังเป็นภัยคุกคามชีวิตของเหล่าเกษตรกร รวมถึงประชาชนทุกคนด้วย

จากนั้นไปต่อกันที่คอลัมน์แนะนำสถานที่ท่องเที่ยวอย่าง Best Day Out กับการมองหาสถานที่ตั้งแคมป์กลางทะเลหมอกในช่วงปลายฝนต้นหนาว เพื่อรับกลิ่นอายของธรรมชาติอย่างใกล้ชิด เช่นเดียวกับ Living Guide Zone ที่ขอเอาใจนักเรียนและคนทำงานในยุคใหม่ ที่ต้องการสถานที่อ่านหนังสือหรือทำงานในบรรยากาศใหม่ๆ ที่ตอบโจทย์ไลฟ์สไตล์ กับคาเฟ่และ Co-Working Space ซึ่งกำลังเป็นเทรนด์ใหม่ของคนที่ต้องการสถานที่นั่งทำงานชั่วคราว มาพร้อมกับห้องประชุมและ Wi-fi ไว้อำนวยความสะดวกได้อย่างดี

นอกจากนี้ยังมีคอลัมน์ DIY กับไอเดียการนำขวดเครื่องดื่มมาแปลงโฉมให้กลายเป็นโคมไฟตั้งโต๊ะสวยๆ ให้ได้ไปลองทำกันดู เพราะนอกจากจะได้ของแต่งบ้านที่ไม่ซ้ำใครแล้ว ยังอาจเป็นสิ่งที่มาสร้างรายได้ให้กับทุกคนอีกด้วย

นิตยสาร MOTIVO เป็นความตั้งใจของแลนด์ แอนด์ เฮ้าส์ ที่ต้องการนำเสนอสาระความรู้ให้ผู้อ่าน และทุกเรื่องราวยังสามารถนำไปต่อยอดได้อย่างสร้างสรรค์ เพื่อสร้างความสุขให้กับตัวเองและครอบครัว

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

CONTENTS
AUGUST - OCTOBER 2023

04 Conquering Yourself
การเอาชนะตัวเอง

08 Welcome
MANTANA Bangna km 15
REDEFINE YOUR PRIDE

10 Home Gadget
GADGETS FOR MEN
อุปกรณ์ทันสมัยเพื่อผู้ชาย

11 Tips & Tricks
COLORS AND EMOTIONS
เปลี่ยนสีห้องในบ้าน ตามหลักจิตวิทยา

12 Be Healthy
MELIOIDOSIS
โรคติดเชื้อที่อันตรายถึงชีวิต

14 DIY
CHANGE OLD BOTTLE TO NEW LAMP
เปลี่ยนขวดเก่าเป็นโคมไฟสวย

16 Exclusive Interview
นริสสา อมรวิวัฒน์
เข้าใจตัวเอง เท่ากับการชนะตัวเอง

18 Metro Focus
MRT PURPLE LINE
ความคืบหน้าโครงการรถไฟฟ้าสายสีม่วง
ช่วงเตาปูน - ราษฎร์บูรณะ (วงแหวนกาญจนาภิเษก)

20 L&H Network

22 L&H Living

24 Single Home : North

26 Living Guide : North Zone
WORK SPACE
พื้นที่เรียนและทำงานของคนยุคใหม่

28 Single Home : South

30 Living Guide : South Zone
CO-WORKING & CO-LEARNING SPACE
มุมทำงานและเรียนหนังสือแนวใหม่

32 Single Home : East

34 Living Guide : East Zone
UNLOCK THE BRAIN
ปลดล็อกสมอง

36 Single Home : West

38 Living Guide : West Zone
WORK FROM ANYWHERE
สถานที่ใดๆ ก็ทำงานได้

40 Townhome

42 Condominium

44 Major Cities

46 Best Day Out
CAMPING IN THE FOG
ตั้งแคมป์กลางไอหมอก

48 L&H Highlights
• VIVE กรุงเทพกรีฑา
โครงการใหม่ บนที่สุดแห่งทำเลศักยภาพ
พระราม 9 - กรุงเทพกรีฑา

49 L&H Highlights
• VIVE Bangna km 13
โครงการใหม่ บนทำเล บางนา - ตราด กม. 13
ที่สุดของศักยภาพทำเลแห่งอนาคต

50 L&H Highlights
• CHAIYAPRUEK แจ้งวัฒนะ
ALL NEW FOR TRUE FULFILLMENT

51 L&H Highlights
• THE ROOM PHAYATHAI
2 ห้องนอนที่ดีที่สุด

52 Dining Delight
WAAN THAI
อาหาร-ขนม สไตล์ THAI TWIST

53 Gourmet
HOMEMADE STRAWBERRY ICE CREAM
ไอศกรีมสตรอว์เบอร์รี สูตรโฮมเมด

54 My Best Friend
CAPYBARA
หมามะพร้าวสุดเฟรนด์ลี่

55 Calendar
FUN ACTIVITIES
กิจกรรมแห่งความสนุก

56 Fresh Idea
BAMBOO INSPIRATION
แรงบันดาลใจจาก "ไผ่"

58 Library
READING TIME
เวลาแห่งการเรียนรู้

59 More Than Words

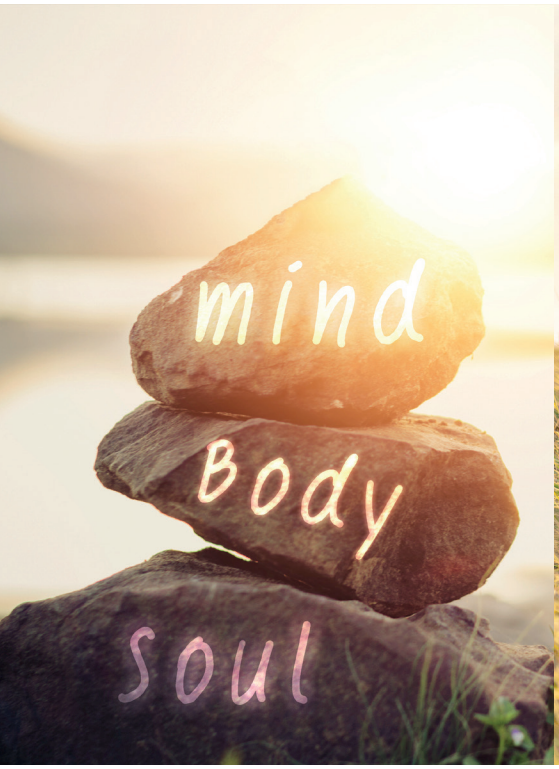
CONQUERING YOURSELF
การเอาชนะตัวเอง

"If you do not conquer self, you will be conquered by self."
... Napoleon Hill

หากพูดถึงชัยชนะที่ยิ่งใหญ่ที่สุด การเอาชนะตัวเองก็ถือเป็นชัยชนะที่ยิ่งใหญ่เช่นกัน และนั่นยังหมายความว่าเราเป็นผู้ที่สามารถควบคุมตัวเองได้ อีกทั้งยังเป็นสิ่งที่มายืนยันได้ถึงความแข็งแกร่งที่สุดของตัวเรา ซึ่งการเอาชนะตัวเองยังทำให้ได้รู้จักอะไรหลายๆ อย่างตามมาด้วย

ความอดทน

ความอดทน เป็นหนึ่งในคุณค่าของการเอาชนะตัวเอง ที่สอนให้เราไม่รู้สึกหวั่นไหวไปกับสิ่งยั่วยุต่างๆ ที่อยู่ตรงหน้า ซึ่งก็อาจรวมถึงอบายมุขและความโลภด้วย หากเราไม่สามารถอดทนและอดกลั้น หรือดันคล้อยตามกับสิ่งเหล่านั้น ก็อาจนำความเสียหายที่ส่งผลให้เส้นทางชีวิตที่วางไว้ต้องพังทลายได้ ดังนั้น การรู้จักอดทนและคิดไตร่ตรองโดยยึดหลักความดี จะทำให้เรารอดพ้นจากความไม่ดี และยังทำให้เดินไปบนเส้นทางแห่งความสำเร็จที่ตั้งเป้าหมายไว้ได้ต่อไป



การควบคุมตัวเอง

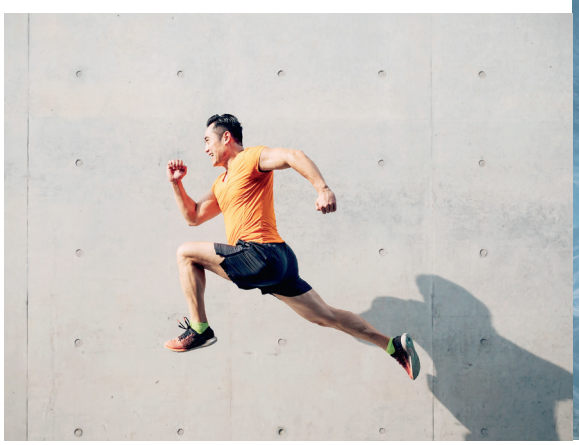
เป็นอีกหนึ่งผลพลอยได้จากการเอาชนะตัวเอง โดยส่วนใหญ่ทุกวันนี้เรามักจะเห็นคนใช้ชีวิตอย่างประมาท และทำตามอารมณ์ของตัวเอง แต่ในทางตรงกันข้าม หากสามารถควบคุมอารมณ์และความคิดของตัวเองได้ ก็จะทำให้สังคมมีความสงบสุขมากขึ้น ซึ่งการควบคุมตัวเองได้ก็เหมือนกับการเป็นนายตัวเอง ที่สามารถบัญชาการให้เราไม่เดินออกนอกลู่นอกทาง ขณะที่ผลดีของการควบคุมตัวเองได้นั้น ยังทำให้เกิดความมีวินัย มีความรับผิดชอบต่อสังคม และมีความยับยั้งชั่งใจได้ดี

ความมุ่งมั่นในงานที่ทำ

ความมุ่งมั่นตั้งใจ ถือเป็นหนึ่งในคุณสมบัติของการเอาชนะตัวเองจากการฝึกฝนทำงานให้เกิดความต่อเนื่อง จนเกิดเป็นความเชี่ยวชาญและชำนาญขึ้นมา เพราะเมื่อฝึกจนเก่งและทำได้อย่างแม่นยำแล้ว ก็จะทำให้เรามีความก้าวหน้าในสายงานนั้นอย่างรวดเร็ว รวมถึงยังเป็นการพิสูจน์ฝีมือของตัวเองให้คนรอบข้างได้เห็นและยอมรับอีกด้วย ไม่เพียงเท่านั้น ความมุ่งมั่นดังกล่าวยังเป็นสิ่งหนึ่งที่ทำให้เรากำจัดนิสัยแย่ๆ ที่มีอยู่ในตัว และเปลี่ยนให้กลายเป็นคนใหม่ที่มีคุณค่ายิ่งขึ้น

ความเข้มแข็ง

ถ้าจิตใจของเรายังอ่อนแอ ก็ไม่มีทางที่จะทำให้สามารถเอาชนะตัวเองได้แน่นอน ดังนั้น การเสริมสร้างความเข้มแข็งทางจิตใจ ที่ไม่เพียงจะทำให้เอาชนะความกลัวได้เท่านั้น แต่ยังทำให้เอาชนะอุปสรรคและปัญหาต่างๆ ไปได้ด้วยดี ขณะเดียวกัน ยังช่วยให้เราเผชิญหน้ากับอุปสรรคที่ขวางหน้าได้อย่างมั่นใจ แต่ทั้งนี้ การเผชิญหน้ากับอุปสรรคปัญหาก็ต้องเป็นไปอย่างมีสติ ต้องรู้ตัวเองว่ากำลังทำอะไร และกำลังเผชิญหน้ากับอะไร รวมทั้งต้องแก้ไขปัญหาอย่างมีเหตุผล ด้วยเครื่องมือที่มีประสิทธิภาพมากที่สุดในเวลานั้น



สร้างความสุขจากข้างใน

หนึ่งในความสุขที่หาได้ไม่ยาก และไม่ต้องไปหาที่ไหนเลยก็คือ ความสุขที่เกิดจากใจของเรา ซึ่งเป็นหนึ่งในผลลัพธ์ที่เกิดจากการเอาชนะตัวเองได้ เพราะเมื่อใดก็ตามที่รู้สึกมีความสุขกับสิ่งเล็ก ๆ รอบตัว เช่น ความพอใจกับการใช้ชีวิต หรือพึงพอใจกับอาชีพที่ทำ ณ เวลานั้น นั่นถือเป็นการเอาชนะตัวเองไปอีกระดับหนึ่ง และเป็นชัยชนะที่คุณได้มาในแบบที่ไม่ต้องไปอวดอ้างหรือแก่งแย่งกับใครเลย แถมยังทำให้ได้รับรู้ถึงคุณค่าในตัวเองและคนรอบข้างอีกด้วย

ลดการมองโลกในแง่ร้าย

การเลิกมองโลกในแง่ร้าย แล้วหันมามองโลกในมุมบวกมากขึ้น เป็นหนึ่งในวิธีที่จะช่วยให้สามารถเอาชนะตัวเองได้ โดยเฉพาะในเรื่องมุมมองและความคิด เพราะหากเราลดการมองโลกในแง่ลบลงไปได้ สิ่งแรกที่จะได้รับเลยก็คือ การกลายเป็นที่รักของคนรอบข้าง ขณะเดียวกันก็ยังช่วยสร้างความสัมพันธ์ระหว่างตัวเราและคนในครอบครัว หรือเพื่อนฝูงมากขึ้น ไม่เพียงเท่านั้น ยังจะทำให้เกิดการยอมรับจากผู้บังคับบัญชา และผู้ใหญ่หลาย ๆ ท่าน ซึ่งท้ายที่สุดแล้วก็จะทำให้ตัวเรามีความสุข และประสบความสำเร็จทั้งในชีวิตครอบครัวและชีวิตการทำงาน

การรู้จักตัวเอง

การรู้จักตัวเอง ก็เหมือนเป็นการเคารพความที่ตัวเอง หากเรารู้จักตัวเองดีมากพอ ก็เท่ากับสามารถเอาชนะตัวเองได้ แต่จะว่าไปแล้ว การรู้จักตัวเองอาจไม่ใช่เรื่องง่ายอย่างที่คิด เพราะการพยายามทำความเข้าใจในตัวเอง อาจทำให้ความคิดด้านมืดของเราไม่ยอมรับในข้อบกพร่องนั้น ๆ และพยายามอ้างเหตุผลต่าง ๆ ที่เข้าข้างตัวเอง แต่ในทางตรงกันข้าม หากรู้จักตัวเอง และยอมรับในสิ่งที่บกพร่องนั้น ๆ พร้อมกับพยายามแก้ไขให้ลุล่วงไปได้ ก็จะทำให้เราไม่เพียงแต่รู้จักตัวเองดีมากขึ้นเท่านั้น แต่ยังทำให้เอาชนะตัวเองได้ในที่สุดด้วย

จิตวิญญาณแห่งชัยชนะ

การชนะตัวเอง ก็เท่ากับการเอาชนะจิตใจด้านมืด รวมไปถึงกิเลสตัณหาที่อยู่ในตัวของเรา ดังนั้น คนที่สามารถเอาชนะจิตใจเหล่านี้ได้ก็ไม่ต่างจากการมีจิตวิญญาณแห่งชัยชนะ ที่พร้อมจะฝึกฝนให้ตัวเองเปลี่ยนนิสัยที่ไม่ดี ให้กลายเป็นนิสัยที่ดีมาทดแทน รวมถึงยังช่วยฝึกฝนให้เอาชนะอุปสรรคและปัญหาต่างๆ ไปได้อย่างไม่ยากเย็น ซึ่งในเวลาเดียวกันก็จะทำให้เรามีจิตใจที่แข็งแกร่ง ยืนหยัดในการเอาชนะสิ่งต่างๆ ด้วยสติและปัญญาอีกด้วย

MANTANA Bangna km 15 REDEFINE YOUR PRIDE

"นิยามความภูมิใจใหม่ของชีวิต" เป็นคำจำกัดความของโครงการ "มัณฑนา บางนา กม.15" ที่มีแนวคิดและดีไซน์ใหม่ทั้งหมดทั้งโครงการและบ้านควรค่าแก่การครอบครอง บ้านเดี่ยวทำเลศักยภาพ บนเส้นทางเศรษฐกิจติดถนนบางนา - ตราด พร้อมยกระดับการอยู่อาศัยอย่างน่าภาคภูมิใจ

แบบบ้าน Glorious หนึ่งในแบบบ้านซีรีส์ใหม่ล่าสุด The Pride Series

สระว่ายน้ำระบบเกลือ และพื้นที่พักผ่อนส่วนกลาง

มัณฑนา บางนา กม. 15 เป็นโครงการที่อยู่อาศัยประเภทบ้านเดี่ยว โดยตั้งอยู่บนถนนบางนา - ตราด อยู่ใน "LAND & HOUSES PARK" โครงการที่อยู่อาศัยขนาดใหญ่ มีพื้นที่โครงการรวม 90 ไร่ มีจำนวนบ้าน 243 ยูนิต พร้อมแบบบ้านทั้งหมด 4 แบบ ขนาด 4 ห้องนอน 5 ห้องน้ำ พื้นที่ใช้สอยตั้งแต่ 240 ตารางเมตร บนขนาดที่ดินตั้งแต่ 75 ตารางวาขึ้นไป ราคาเริ่มต้นอยู่ที่ 14 - 30 ล้านบาท โดยเป็นแบบบ้านซีรีส์ใหม่ล่าสุด The Pride Series ซึ่งมีชื่อเรียกตามขนาดของบ้านที่มีทั้งหมด 4 แบบด้วยกัน เริ่มจากแบบบ้าน Premier มีพื้นที่ใช้สอย 240 ตารางเมตร ขณะที่แบบบ้าน Elite มีพื้นที่ใช้สอย 283 ตารางเมตร ตามมาด้วยแบบบ้าน Glorious มีพื้นที่ใช้สอย 325 ตารางเมตร และแบบบ้าน Remarkable ที่ถือเป็นแบบบ้านไซส์ใหญ่ที่สุดของโครงการ มีพื้นที่ใช้สอย 361 ตารางเมตร

จุดเด่นของบ้านแต่ละแบบ นอกจากจะมีพื้นที่ใช้สอยที่เพิ่มมากขึ้นแล้ว บ้านแต่ละหลังยังอยู่ใกล้ชิดกับธรรมชาติจริง ๆ โดยเฉพาะ Green Oasis พื้นที่พักผ่อนชั้นบน ที่ได้รับการออกแบบมาให้มีความเป็นส่วนตัว ร่มรื่นด้วยธรรมชาติและต้นไม้สีเขียว บ้านทุกแบบเตรียมระบบรองรับ EV Charger นอกจากนี้ทางโครงการยังได้ออกแบบพื้นที่ส่วนหนึ่งของบริเวณลานจอดรถให้เป็น Clean Zone Accessories Store ห้องเก็บอุปกรณ์สำหรับรถยนต์ รวมถึงมีอ่างล้างมือให้ทำความสะอาดก่อนเข้าสู่ภายในบ้าน อีกทั้งภายในตัวบ้านยังจัดแบ่งพื้นที่ไว้อย่างเป็นสัดส่วนและเข้าใจทุกการใช้ชีวิต มีทั้ง Lifestyle Kitchen

ห้องรับรองภายในสโมสรของโครงการ กว้างขวางและดูสบายตา

ห้องรับประทานอาหารและ Lifestyle Kitchen

Green Oasis พื้นที่สีเขียวบนชั้น 2

กับฟังก์ชันพิเศษครั้งแรกจาก LH พร้อม Super Hood เทคโนโลยีดูดกลิ่นและควันได้อย่างหมดจด และครัวไทยที่อยู่ภายนอกบ้าน เพื่อรองรับการทำอาหารมื้อใหญ่ รวมถึงบ้านทุกหลังในโครงการยังได้รับการติดตั้งนวัตกรรม AirPlus^2 (แอร์พลัสสแควร์) ระบบเติมอากาศกรองที่จะควบคุมคุณภาพอากาศภายในบ้านให้อยู่ในเกณฑ์ที่ดี โดยการถ่ายเทอากาศเก่าออก เพื่อให้ในบ้านได้รับอากาศใหม่อยู่เสมอ แม้ในยามที่สภาวะภายนอกบ้านมีค่าฝุ่นสูง

เช่นเดียวกับพื้นที่ส่วนกลางของโครงการที่อยู่ติดกับผืนน้ำขนาดใหญ่ ร่มรื่นด้วยต้นไม้และพรรณไม้ดอก มาพร้อมห้องออกกำลังกายที่มีอุปกรณ์ทันสมัย และสระว่ายน้ำที่ออกแบบอย่างมีมาตรฐาน รวมถึงยังมีห้อง Kid Club สนามเด็กเล่นและลานรองรับการออกกำลังกายของเด็ก ๆ ที่พิเศษไปกว่านั้น บนพื้นที่ส่วนกลางนี้ยังได้ออกแบบทางเดินที่เรียกว่า "Walk by the Lake" เป็นการดีไซน์ทางเดินให้เสมอกับผืนน้ำ อีกจุดพักผ่อนที่มีมุมมองแตกต่างไม่ซ้ำใคร

โครงการ "มัณฑนา บางนา กม. 15" ตั้งอยู่บนทำเลศักยภาพติดถนนบางนา เชื่อมต่อทุกการเดินทางและการใช้ชีวิตได้อย่างลงตัว ใกล้ทางพิเศษบูรพาวิถี รวมถึงยังอยู่ใกล้แหล่งชอปปิง เช่น มาร์เก็ตวิลเลจ สุวรรณภูมิ, เมกา บางนา, เซ็นทรัล วิลเลจ หรือแม้แต่สถานศึกษาที่มีชื่อเสียงอย่าง The American School, VERSO International School และโรงพยาบาลพริ้นซ์ สุวรรณภูมิ

ห้อง Kid Club

GADGETS FOR MEN
อุปกรณ์ทันสมัยเพื่อผู้ชาย

แกดเจ็ตในฉบับนี้ขอเอาใจคุณผู้ชายและหนุ่มๆ ที่กำลังมองหาอุปกรณ์ที่มีเทคโนโลยีทันสมัย เอาไว้มาเติมเต็มชีวิตไลฟ์สไตล์ รวมถึงสร้างความเพลิดเพลินให้กับตัวเองในยามที่ต้องการผ่อนคลายหรือพักสมองบ้าง ซึ่งจะมีแกดเจ็ตอะไรบ้างนั้น ไปดูกันได้เลย

01 BIOLITE FIREPIT+

เอาใจหนุ่มๆ สายรักการผจญภัย กับแกดเจ็ตสุดล้ำ BIOLITE FIREPIT+ ที่ไม่ใช่เตาปิ้งธรรมดา แต่ความพิเศษของเตาปิ้งรุ่นนี้คือการทำให้ไม่ต้องทนกับกลิ่นควันแสบจมูก เพราะเตารุ่นนี้ได้ใช้เทคโนโลยีวิศวกรรมอันชาญฉลาดด้วยการฉีดอากาศผ่านไอพ่น ซึ่งมีทั้งหมดถึง 51 หัว ทำให้เกิดการเผาไหม้อย่างสมบูรณ์แบบ ไม่ทำให้เกิดควันเหมือนเตาปิ้งย่างทั่วไป โดยราคาอยู่ที่ 199.95 ดอลลาร์สหรัฐ หรือประมาณ 6,500 บาท

02 AMAZON ECHO SHOW 8

ลำโพงอัจฉริยะที่มาพร้อมหน้าจอทัชสกรีนขนาด 8 นิ้ว ทำหน้าที่เป็นผู้ช่วยให้คุณผู้ชายสามารถควบคุมอุปกรณ์สมาร์ตโฮมภายในบ้าน เช่น การสั่งปิด-เปิดไฟ การปรับอุณหภูมิห้อง หรือแม้แต่การเป็นกล้องวงจรปิด และการแจ้งเตือนความปลอดภัย ที่สำคัญบางเวลาก็อาจจะกลายเป็นจอทีวีสำหรับดูหนังหรือฟังเพลง ไปจนถึงการเป็นนาฬิกาปลุก รวมถึงสามารถเชื่อมต่อการพูดคุยแบบวิดีโอผ่าน ALEXA APP ได้ด้วย ถือเป็นอีกหนึ่งอุปกรณ์ล้ำสมัยที่มีฟังก์ชันให้ใช้งานมากมาย โดยราคาอยู่ที่ 130 ดอลลาร์สหรัฐ หรือประมาณ 4,514 บาท

03 FORM SMART SWIM GOGGLES

ถือเป็นอุปกรณ์อัจฉริยะอีกหนึ่งชิ้นสำหรับคุณผู้ชายที่ชื่นชอบกีฬาว่ายน้ำ เพราะ "แว่นตาว่ายน้ำอัจฉริยะ" ชิ้นนี้ไม่เพียงช่วยกันน้ำเหมือนแว่นตาว่ายน้ำทั่วไปเท่านั้น แต่ยังแสดงผลข้อมูลการว่ายน้ำผ่านเลนส์แว่นตาในขณะว่ายอยู่ด้วย โดยทำงานร่วมกับแอปพลิเคชันว่ายน้ำ FORM ซึ่งรองรับทั้งระบบ Android และ iOS เพื่อกำหนดค่าความยาวของสระ และปรับแต่งหน้าจอแสดงผลในแว่นตา โดยแว่นตาอัจฉริยะนี้สามารถกันน้ำได้ลึกสุด 10 เมตร ส่วนราคาอยู่ที่ 211.65 ดอลลาร์สหรัฐ หรือประมาณ 7,350 บาท

04 BOSE FRAMES

"Bose" เรียกว่าเป็นแบรนด์ลำโพงหูฟังระดับโลกที่ขึ้นชื่อในเรื่องคุณภาพเสียงมาอย่างยาวนาน ซึ่งล่าสุดได้เปิดตัว Audio Sunglasses แว่นตาสำหรับฟังเพลง ในชื่อรุ่นว่า "Frames" ที่มาพร้อมดีไซน์สวย โดยภายในแว่นตารุ่นนี้ประกอบไปด้วยแผงวงจรและลำโพงขนาดเล็ก ที่ผู้สวมใส่จะได้ฟังเพลงไปพร้อมๆ กับการป้องกันแสงแดดที่ร้อนแรงขณะเดียวกัน แว่นตายังสามารถเชื่อมต่อกับสมาร์ตโฟนทำให้สามารถคุยโทรศัพท์ไปพร้อมกันได้อีกด้วย ในส่วนของราคาแว่น BOSE FRAMES อยู่ที่ 200 ดอลลาร์สหรัฐ หรือประมาณ 6,948 บาท

COLORS AND EMOTIONS
เปลี่ยนสีห้องในบ้าน ตามหลักจิตวิทยา

"การทาสีภายในบ้าน" ไม่ใช่แค่การบ่งบอกถึงรสนิยมของผู้อยู่อาศัยเท่านั้น แต่วันนี้เทรนด์การเลือกใช้สีทาภายในของคนยุคใหม่ ยังอ้างอิงตามหลักจิตวิทยาที่มองเห็นความสัมพันธ์ของสี ซึ่งเชื่อมโยงกับความรู้สึกและอารมณ์ของผู้อยู่อาศัย ดังนั้น ก่อนที่จะเลือกสีมาตกแต่งห้องต่างๆ ลองมาดูคำแนะนำดังต่อไปนี้

ห้องนอน : สีเพื่อการพักผ่อน

ห้องนอน ถือเป็นพื้นที่พักผ่อนส่วนตัว การเลือกใช้โทนสีหม่นหรือสีมืดเกินไป อาจชวนให้รู้สึกอึดอัด ดังนั้น สีที่ควรนำมาใช้ในห้องนอนควรเป็นสีที่ทำให้รู้สึกสงบ ชวนผ่อนคลาย และเพิ่มบรรยากาศการนอนหลับให้สบายมากยิ่งขึ้น อย่างสีโทนเย็น เช่น สีน้ำเงินหรือสีฟ้า ซึ่งจะทำให้ผู้ที่มีปัญหาด้านการนอนหลับหรือนอนหลับยาก มีความผ่อนคลายมากขึ้น

ห้องทำงาน : สีแห่งสมาธิ

อีกห้องหนึ่งที่ต้องการความสงบและใช้สมาธิ คงต้องยกให้ห้องทำงาน ดังนั้น สีสำหรับนำมาตกแต่งในห้องนี้ควรเป็นสีที่ทำให้รู้สึกผ่อนคลายและเพิ่มสมาธิ โดยเฉพาะผู้ที่ต้องใช้ความคิดสร้างสรรค์ ซึ่งสีที่เลือกใช้ควรเป็นสีเขียวหรือสีโทนอุ่น เช่น สีส้ม สีเหลือง เพื่อปลุกความคิดสร้างสรรค์ให้มากขึ้น แต่หากใช้สีโทนร้อนเข้ามาเติม เช่น สีแดง ก็จะยิ่งจุดไฟการทำงาน โดยอาจใช้ของตกแต่งอย่างกรอบรูปหรือหมอนอิงสีแดงก็ได้

ห้องน้ำ : สีแห่งความสะอาด

สีขาว สื่อความหมายถึงความบริสุทธิ์ และเป็นสัญลักษณ์ของความสะอาด ความสบายตา ปราศจากสิ่งปนเปื้อน จึงมักถูกเลือกให้เป็นสีที่ใช้ภายในห้องน้ำ รวมถึงการใช้เฉดสีอ่อน เช่น สีครีม สีเทาอ่อน สีฟ้า และสีเขียวอ่อน ยังช่วยลดความรู้สึกกระวนกระวายใจ และให้ความรู้สึกสดชื่นอีกด้วย

ห้องนั่งเล่น : สีแห่งความสนุกและอบอุ่น

ห้องนั่งเล่น เป็นพื้นที่ส่วนกลางของบ้านสำหรับใช้ทำกิจกรรมของคนในครอบครัว การเลือกสีทาบ้านสำหรับห้องนั่งเล่นจึงควรใช้สีที่ให้ความรู้สึกอบอุ่นและมีความสนุกสนาน อย่างประเภทสีเอิร์ธโทน เช่น สีเบจ สีน้ำตาล สีพีช สีชมพู ซึ่งสีเหล่านี้ช่วยทำให้เกิดการผ่อนคลาย และยังสร้างบรรยากาศการชวนพูดคุยของสมาชิกในครอบครัว ทั้งนี้ ควรหลีกเลี่ยงโทนสีเข้ม เช่น สีดำหรือสีกรม เพื่อลดบรรยากาศความอึดอัด

ห้องครัว : สีชวนหิว

ความรู้สึกหิว นอกจากจะเป็นหนึ่งในกลไกธรรมชาติของร่างกายแล้ว "สี" ยังเป็นอีกหนึ่งเทคนิคทางจิตวิทยาที่ถูกนำมากระตุ้นให้เกิดความหิวได้อีกด้วย ซึ่งสีที่จะช่วยทำให้รู้สึกอยากรับประทานอาหาร ตามหลักจิตวิทยาประกอบด้วย สีเขียว สีเหลือง และสีแดง โดยสีเหล่านี้ยังช่วยทำให้รู้สึกตื่นตาตื่นใจ และรู้สึกเพลิดเพลินกับรสชาติของอาหารมากขึ้น

นอกจากสีสันโทนต่างๆ ที่เหมาะกับห้องจะแตกต่างกันแล้ว การเลือกสีทาภายในที่มีคุณสมบัติช่วยยับยั้งแบคทีเรีย ไม่มีสารระเหยหรือสารเคมีที่เป็นอันตราย สามารถเช็ดถูทำความสะอาดได้ง่าย แถมช่วยให้บ้านเย็นสบายขึ้น ก็ถือเป็นอีกหนึ่งปัจจัยเสริมของการเติมบรรยากาศดีๆ ภายในบ้าน

ขอขอบคุณภาพสวยๆ จากโครงการ MANTANA Bangna km 15

MELIOIDOSIS
โรคติดเชื้อที่อันตรายถึงชีวิต

โรคเมลิออยโดสิส ถือเป็นโรคติดเชื้อประเภทหนึ่งที่เกิดจากเชื้อแบคทีเรียที่ชื่อว่า Burkholderia Pseudomallei ซึ่งเป็นเชื้อแบคทีเรียที่สามารถพบได้ทั่วไปทั้งในดินและในน้ำ โดยเฉพาะในภาคอีสานของประเทศไทย และมักพบกับผู้ที่ประกอบอาชีพเกษตรกรรม ซึ่งชาวบ้านมักเรียกโรคชนิดนี้ว่า “โรคไข้ดิน” ซึ่งในประเทศไทยมีการเฝ้าระวังโรคนี้มาอย่างต่อเนื่อง

กลุ่มเสี่ยง

ผู้ที่อยู่ในกลุ่มเสี่ยงของโรคเมลิออยโดสิส ประกอบด้วย ผู้ป่วยโรคเบาหวาน ผู้ป่วยโรคโลหิตจาง หรือธาลัสซีเมีย รวมถึงผู้ที่มีภูมิคุ้มกันบกพร่องอย่างผู้ป่วยเอชไอวี และผู้ป่วยโรคมะเร็ง นอกจากนี้กลุ่มที่เสี่ยงต่อการเป็นโรคติดเชื้ออีกกลุ่มคือกลุ่มเกษตรกร ที่ต้องสัมผัสกับดินและน้ำด้วยเท้าเปล่า

ลักษณะอาการ

กรณีที่ติดเชื้อมักทำให้เกิดอาการของโรคในหลายลักษณะ เช่น การติดเชื้อที่ผิวหนัง ซึ่งจะทำให้เกิดตุ่มขึ้นตามผิวหนัง หรือการติดเชื้อในปอด ส่งผลให้เกิดอาการทางระบบทางเดินหายใจ ไอ มีเสมหะ และพบก้อนหนองในปอด หากเป็นการติดเชื้อในกระแสเลือด ซึ่งเป็นการติดเชื้อผ่านเข้าทางบาดแผลก็จะส่งผลให้มีไข้ ความดันต่ำ ช็อก และอาจส่งผลให้เกิดการติดเชื้อในอวัยวะภายใน เช่น ตับ ไต สมอง และกระดูก ทำให้เกิดฝีในตับหรือในม้าม ซึ่งหากได้รับการรักษาที่ไม่ถูกต้อง ก็อาจส่งผลให้ผู้ป่วยเสียชีวิตภายใน 2 - 3 วัน

การสังเกตอาการ

วิธีสังเกตอาการของผู้ป่วย หากพบว่าผู้ป่วยมีอาการไข้สูง ไอ ปวดท้อง เจ็บหน้าอก ปวดกล้ามเนื้อ หรือมีแผลตามเท้า รวมถึงมีฝีและหนองเกิดขึ้นตามส่วนต่างๆ ของร่างกาย ให้รีบพาผู้ป่วยไปพบแพทย์ เพื่อตรวจวินิจฉัยโรคอย่างละเอียด ก่อนเข้าสู่ขั้นตอนการรักษาต่อไป

แนวทางการรักษา

กรณีที่มีการติดเชื้อ และหากมีการวินิจฉัยอย่างถูกต้องตั้งแต่ระยะแรก แพทย์ก็จะให้การรักษาด้วยการฉีดยาปฏิชีวนะที่เป็นยาต้านนาน 10 - 14 วัน หลังจากนั้นแพทย์จะให้ยาต้านชนิดรับประทานต่อเนื่องอีก 3 - 6 เดือน แต่หากพบว่ามีภาวะแทรกซ้อน ก็จะให้ยาเพิ่มขึ้นตามความเหมาะสม และดูแลอย่างใกล้ชิดจนกว่าโรคจะหายขาด แต่ทั้งนี้ หากผู้ป่วยมีภาวะแทรกซ้อนรุนแรง หรือติดเชื้อในกระแสเลือด ก็อาจทำให้ผู้ป่วยอยู่ในภาวะความเสี่ยงต่อการเสียชีวิตถึง 40 เปอร์เซ็นต์

การป้องกัน

ในการออกไปทำกิจกรรมนอกบ้าน ควรหลีกเลี่ยงการเดินด้วยเท้าเปล่าบนดินและในน้ำ ควรสวมใส่รองเท้าบูท และไม่ปล่อยให้เท้ามีบาดแผล หลังจากที่เข้าบ้านก็ควรทำความสะอาดเท้าให้สะอาด หากมีอาการดังที่กล่าวไว้ข้างต้นก็ควรรีบพบแพทย์ เพื่อให้ได้รับการวินิจฉัยและการรักษาที่ทันท่วงทีป้องกันอาการรุนแรงที่จะส่งผลต่อชีวิตในอนาคต

CHANGE OLD BOTTLE TO NEW LAMP
เปลี่ยนขวดเก่าเป็นโคมไฟสวย

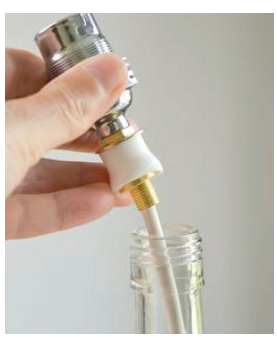
"ขวดเก่า" อาจดูไม่มีราคามากนัก แต่ก็ไม่ได้ไร้ค่าเสียทีเดียว สามารถนำมาแปลงโฉมให้เป็นของแต่งบ้านสวยๆ อย่างโคมไฟประดับหัวเตียงหรือโต๊ะทำงานได้เหมือนกัน และไม่แน่ว่างานประดิษฐ์ชิ้นนี้อาจสร้างรายได้ให้กับคุณก็ได้ โดยมีวิธีทำง่ายๆ ดังนี้

อุปกรณ์

- ขวดแก้ว
- ชุดอุปกรณ์ทำโคมไฟ
- ฝาครอบโคมไฟ
- หลอดไฟ
- อุปกรณ์สำหรับงานไฟฟ้าหรือเครื่องมือช่างไฟ
- เทปกาวใส

วิธีทำ

1. ขั้นตอนแรกให้ล้างทำความสะอาดขวดทั้งภายนอกและภายในก่อน ส่วนฉลากขวดนั้นสามารถนำออกหรือติดไว้เหมือนเก่าก็ได้ จากนั้นทิ้งขวดให้แห้งสนิท
2. นำจุกปิดขวดหรือฝาก๊อกมาเจาะรูตรงกลางให้ทะลุไปถึงอีกฝั่ง สำหรับใส่สกรูเพื่อยึดอุปกรณ์โคมไฟให้แน่น
3. ต่อมานำฝาก๊อกมาปิดขวดแล้วนำสายไฟและชุดอุปกรณ์โคมไฟประกอบเข้ากับขวด เมื่อประกอบทุกอย่างเรียบร้อยแล้วให้ครอบฝาครอบโคมไฟ ก่อนจะเก็บสายไฟด้วยการวางแนบชิดกับขวด อาจใช้เทปกาวใสที่มีการยึดเกาะสูงมายึดไว้ เท่านี้ก็จะได้โคมไฟสวย ๆ มาใช้ประดับห้องนอนหรือโต๊ะทำงานแล้ว



Tips

- ถ้าต้องการให้ขวดดูสวยงามมากขึ้น สามารถนำสติกเกอร์สวย ๆ มาปิดรอบขวด หรือใช้ลูกแก้วสีสันต่าง ๆ ใส่ลงไปในขวดก็ได้ (กรณีเป็นขวดแก้วใส)
- หากต้องการเก็บสายไฟให้เรียบร้อยก็สามารถเจาะรูที่ด้านข้างให้สูงขึ้นมาจากก้นขวดประมาณ 1 - 2 นิ้ว (หรือดูความสวยงาม) โดยวิธีการนี้อาจให้คุณผู้ชายมาช่วยเพราะต้องใช้ความระมัดระวังสูง รวมถึงอาจใช้ผ้าชุบน้ำคอยหยดน้ำขณะที่กำลังเจาะขวด และอาจใช้เทปกาวที่มีความหนามาปิดรอบขวดบริเวณที่ต้องการเจาะ เพื่อป้องกันไม่ให้ขวดแก้วแตก
- หรือหากใครต้องการโคมไฟแบบไม่ต้องติดตั้งฝาครอบโคมไฟก็สามารถทำได้เช่นกัน เพียงแค่นำเอาฝาครอบโคมไฟออกเท่านี้ก็จะได้โคมไฟสวย ๆ ในอีกสไตล์
- ควรเลือกขวดและชุดอุปกรณ์โคมไฟที่มีขนาดเดียวกันหรือใกล้เคียงกัน เพื่อให้สวมเข้ากับส่วนของปากขวดได้อย่างพอดี

"แอ้-นริสสา อมรวิวัฒน์" วิทยากร และนักให้คำปรึกษาด้านสุขภาพโดยเฉพาะผู้ป่วยมะเร็ง

นริสสา อมรวิวัฒน์
เข้าใจตัวเอง เท่ากับการชนะตัวเอง

"แอ้-นริสสา อมรวิวัฒน์"

กว่า 7 ปีแล้วที่ชีวิตของ "แอ้-นริสสา อมรวิวัฒน์" อดีตผู้บริหารบริษัทคอนซูเมอร์โปรดักซ์แห่งหนึ่ง ได้กลับมากินอร่อย นอนหลับสบาย และใช้ชีวิตได้เป็นปกติอีกครั้ง หลังจากผ่านพ้นช่วงวิกฤตในชีวิตมา ซึ่งหากจะว่าไปแล้ว เรียกได้ว่าคุณแอ้ได้ผ่านความทุกข์ทรมานจากโรคมะเร็งต่อมน้ำเหลืองระยะที่ 3 มาถึง 2 ครั้ง ในช่วงเวลาห่างกันไม่ถึงปี

คุณแอ้เล่าว่า ในระหว่างที่เข้าตรวจสุขภาพประจำปี คุณหมอได้พบสิ่งผิดปกติในช่องท้องของเธอ "เป็นการพบก้อนเนื้อในม้าม ซึ่งต่อมาคุณหมอแจ้งว่าเราเป็นมะเร็งต่อมน้ำเหลืองระยะที่ 3 พอฟังแค่นั้น เรียกได้ว่าหัวใจตกฮวบลงไปอยู่ที่พื้น และเหมือนโลกทั้งใบหยุดหมุนไปเลย" ก่อนที่จะเข้าสู่การรักษาตามขั้นตอนทางการแพทย์

หลังจากที่รักษาตัวผ่านไปแล้ว 6 - 7 เดือน ทุกอย่างเหมือนดีขึ้นตามลำดับ ทว่าสิ่งไม่คาดฝันก็เกิดขึ้นอีกครั้ง "คุณหมอตรวจพบเชื้อมะเร็งชนิดเดิมอีกครั้ง หลังจากทำการรักษาครั้งแรกจนกระทั่งโรคสงบ คุณหมอบอกว่าเหตุผลที่ตรวจเจออีกก็เพราะเชื้อมะเร็งชนิดนี้เป็นแบบดื้อยา ทำให้นอกจากต้องให้คีโมซ้ำอีกในช่วงเวลาไม่ถึงปีแล้ว ยังต้องใช้วิธีรักษาแบบใหม่ด้วยการปลูกถ่ายสเต็มเซลล์ หรือการปลูกถ่ายไขกระดูก ซึ่งเป็นขั้นตอนการรักษามะเร็งต่อมน้ำเหลืองแบบขั้นสูงสุด รวมทั้งต้องรับยาแบบพุ่งเป้า" คุณแอ้เล่า

ในการรักษาครั้งที่สอง ไม่เพียงต้องเจอกับผลข้างเคียงที่ไม่ต่างจากครั้งแรก แต่เธอต้องเจอกับความทรมานที่หนักกว่าหลายเท่า "ตอนแอ้รับคีโมเพื่อรักษามะเร็งรอบแรก ผมร่วงหมดศีรษะ ท้องผูก ติดเชื้อรา

"แอ้-นริสสา อมรวิวัฒน์" กับงานบรรยายเกี่ยวกับโรงมะเร็ง

"ไม่มีที่ว่างให้มะเร็ง" หนังสือที่มาช่วยบอก การลดปัจจัยเสี่ยงของการเกิดมะเร็ง

ในช่องปาก คลื่นไส้ อาเจียน เบื่ออาหาร และไม่มีแรง แถมยังปวดกระดูก ชาตามนิ้วมือและนิ้วเท้า รวมถึงอีกหลายอาการ" ยิ่งไปกว่านั้น พอเข้าสู่ขั้นตอนการปลูกถ่ายไขกระดูกเมื่อมะเร็งกลับมารอบสอง "แอ้เจอกับผลข้างเคียงหนักกว่าครั้งแรกมากค่ะ" คุณแอ้เล่าว่าเธอต้องนอนภายในห้องปลอดเชื้อ "แอ้นอนติดเตียง ลุกไปไหนไม่ไหว สภาพแย่สุดๆ ทานอาหารไม่ได้เลย จนต้องรับอาหารทางหลอดเลือด และมีบางวันที่ท้อแท้ที่สุด คิดกังวลว่าทำไมเราต้องมาเจออะไรแย่ๆ แบบนี้จนนอนร้องไห้"

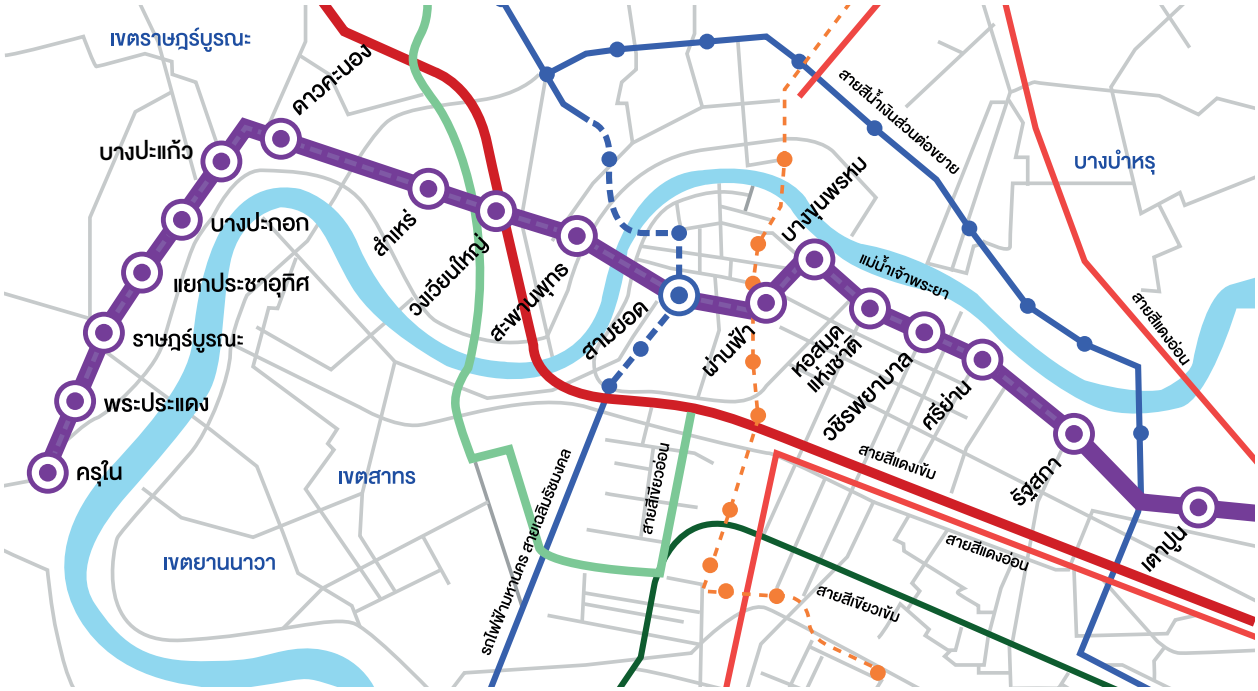
สุดท้ายคุณแอ้ค่อยๆ ดึงสติตัวเองกลับมา "อาจเป็นเพราะแอ้อยากมีชีวิตอยู่ต่อ โดยเราต้องยอมรับความเจ็บปวดเพื่อแลกให้เซลล์มะเร็งตาย ขณะเดียวกันก็ต้องอดทนและทำใจยอมรับผลข้างเคียงของการรักษา เพราะถ้าไม่อดทนเราก็ไม่มีวันชนะเลย" คุณแอ้เล่าด้วยว่า วันนั้นเธอบอกกับตัวเองว่ายังไม่พร้อมที่จะตาย "เพราะเราอยากอยู่กับสามีและครอบครัว ยังไม่อยากจากเขาไปไหน ซึ่งนี่อาจเป็นแรงผลักดันสำคัญที่ทำให้แอ้กลับมามีพลังใจมากขึ้นในการต่อสู้กับมะเร็ง"

หนึ่งในวิธีต่อสู้กับใจที่ท้อแท้คือการบันทึกเรื่องราวดีๆ ที่เกิดขึ้นระหว่างการรักษาให้ได้วันละ 10 อย่าง เช่น อาการของวันนี้ดีขึ้นกว่าเมื่อวาน หรือจะเป็นการกินอาหารที่มากขึ้น "เป็นเหมือนการคิดบวกในทุกๆ วัน อะไรที่ดูแย่ก็ให้ตัดออกจากความคิด แต่แอ้ก็โชคดีที่มีครอบครัวที่ให้กำลังใจอยู่ตลอด" โดยวิธีคิดแบบนี้เธอบันทึกอยู่ในหนังสือชื่อ "ลมหายใจที่สอง" ที่เรียบเรียงจากสมุดบันทึกจริงของตัวเอง และ "ไม่มีที่ว่างให้มะเร็ง" หนังสืออีกเล่มที่ให้ความรู้ในการลดปัจจัยที่ทำให้เป็นมะเร็ง

คุณแอ้ย้ำว่า แต่ก่อนเธอเคยเอาชนะตัวเองด้วยการทำงานหนัก เพื่อให้ไปถึงเป้าหมายที่ตั้งใจ ทว่าวันนี้เธอเข้าใจแล้วว่าการเอาชนะตัวเอง แท้จริงแล้วคือการเป็นมิตรกับตัวเอง "การเอาชนะตัวเองคือการทำให้เราเป็นมิตรกับตัวเอง รักตัวเอง รวมถึงรู้จักความต้องการที่อยู่ในระดับสมดุลในแบบของตัวเราให้มากที่สุด" คุณแอ้กล่าว

หากใครที่กำลังรู้สึกท้อแท้ หรือมีปัญหาด้านสุขภาพ สามารถปรึกษากับ "คุณแอ้-นริสสา อมรวิวัฒน์" ได้ที่ Facebook และ YouTube ในชื่อ Narissa Journal การเดินทางของความสุขแล้วคุณจะพบคำตอบว่าความสุขที่แท้จริงไม่ต้องไปหาที่ไหนไกลเลย แค่รู้จักตัวเอง และเข้าใจตัวเองอย่างดีที่สุดแค่นั้นเอง

ขอบคุณสถานที่ : SHAMA PETCHBURI 47 BANGKOK



MRT PURPLE LINE
ความคืบหน้าโครงการรถไฟฟ้าสายสีม่วง ช่วงเตาปูน - ราษฎร์บูรณะ (วงแหวนกาญจนาภิเษก)

อย่างที่ทราบกันดีว่าโครงการรถไฟฟ้าสายสีม่วง ช่วงเตาปูน-ราษฎร์บูรณะ (วงแหวนกาญจนาภิเษก) เป็นอีกโครงการที่มาช่วยลดปัญหาการจราจรในพื้นที่ชั้นในกรุงเทพฯ ไปจนถึงอำนวยความสะดวกด้านการเดินทางของประชาชนจากพื้นที่รอบนอกกรุงเทพฯ และปริมณฑล เข้าสู่ใจกลางเมืองหลวง ไปพร้อมๆ กับการเชื่อมต่อการเดินทางไปพื้นที่ต่างๆ ให้สะดวกยิ่งขึ้น

ความก้าวหน้าโครงการ

ปัจจุบันโครงการรถไฟฟ้าสายสีม่วง ซึ่งทางการรถไฟฟ้าขนส่งมวลชนแห่งประเทศไทย (รฟม.) ได้ลงนามการก่อสร้างไปแล้ว 6 สัญญา เมื่อเดือนมีนาคม 2565 ประกอบด้วย สัญญางานก่อสร้างสถานีใต้ดิน 4 สัญญา งานก่อสร้างสถานียกระดับ 1 สัญญา และงานระบบราง 1 สัญญา ซึ่งทั้งหมดมีความคืบหน้าด้านการก่อสร้าง โดยเฉพาะงานโยธาไปแล้ว 11.55% จากข้อมูล ณ สิ้นเดือนพฤษภาคม 2566 ประกอบด้วย งานออกแบบและก่อสร้างอุโมงค์และสถานีใต้ดินในแต่ละช่วงของสถานี ตั้งแต่สถานีเตาปูน - สถานีหอสมุดแห่งชาติ ที่ดำเนินการไปแล้ว 14.14% ตามมาด้วยช่วงสถานีหอสมุดแห่งชาติ - สถานีผ่านฟ้า 14.11% ช่วงสถานีผ่านฟ้า - สถานีสะพานพุทธ 12.32% และช่วงสถานีสะพานพุทธ - สถานีดาวคะนอง 10.20% รวมถึงช่วงสถานีดาวคะนอง - สถานีครุใน กับอาคารจอดรถไฟฟ้าและอาคารจอดแล้วจร ซึ่งดำเนินการไปแล้ว 6.34% นอกจากนี้ยังมีงานออกแบบและก่อสร้างระบบรางตลอดแนวเส้นทางโครงการ ที่ดำเนินการไปแล้ว 7.59% โดยคาดว่าจะเปิดให้บริการภายในปี 2570

ลักษณะโครงการ

โครงการรถไฟฟ้าสายสีม่วง เป็นโครงการที่ผสมผสานโครงสร้างทางวิ่งใต้ดิน และโครงสร้างทางยกระดับเข้าไว้ด้วยกัน โดยมีระยะทางรวมทั้งสิ้น 23.63 กิโลเมตร แบ่งเป็นโครงสร้างทางวิ่งใต้ดิน 14.29 กิโลเมตร และโครงสร้างทางวิ่งยกระดับ

ภาพจำลองภายในสถานีรถไฟฟ้าสายสีม่วง

ภาพจำลองขบวนรถไฟฟ้าสายสีม่วง

ภาพจำลองภายในสถานีรถไฟฟ้าสายสีม่วง บริเวณจุดเปลี่ยนสถานี

9.34 กิโลเมตร ส่วนระบบของรถไฟฟ้าที่นำมาใช้ในโครงการ เป็นระบบรถไฟฟ้าชนิดรางหนัก (Heavy Rail Transit) โดยมีสถานีทั้งหมด 17 สถานี แบ่งเป็นสถานีใต้ดิน 10 สถานี ประกอบด้วย สถานีรัฐสภา สถานีศรีย่าน สถานีวชิรพยาบาล สถานีหอสมุดแห่งชาติ สถานีบางขุนพรหม สถานีผ่านฟ้า สถานีสามยอด สถานีสะพานพุทธ สถานีวงเวียนใหญ่ สถานีสำเหร่ ส่วนสถานียกระดับ 7 สถานีคือ สถานีดาวคะนอง สถานีบางปะแก้ว สถานีบางปะกอก สถานีแยกประชาอุทิศ สถานีราษฎร์บูรณะ สถานีพระประแดง และสถานีครุในเป็นสถานีสุดท้าย

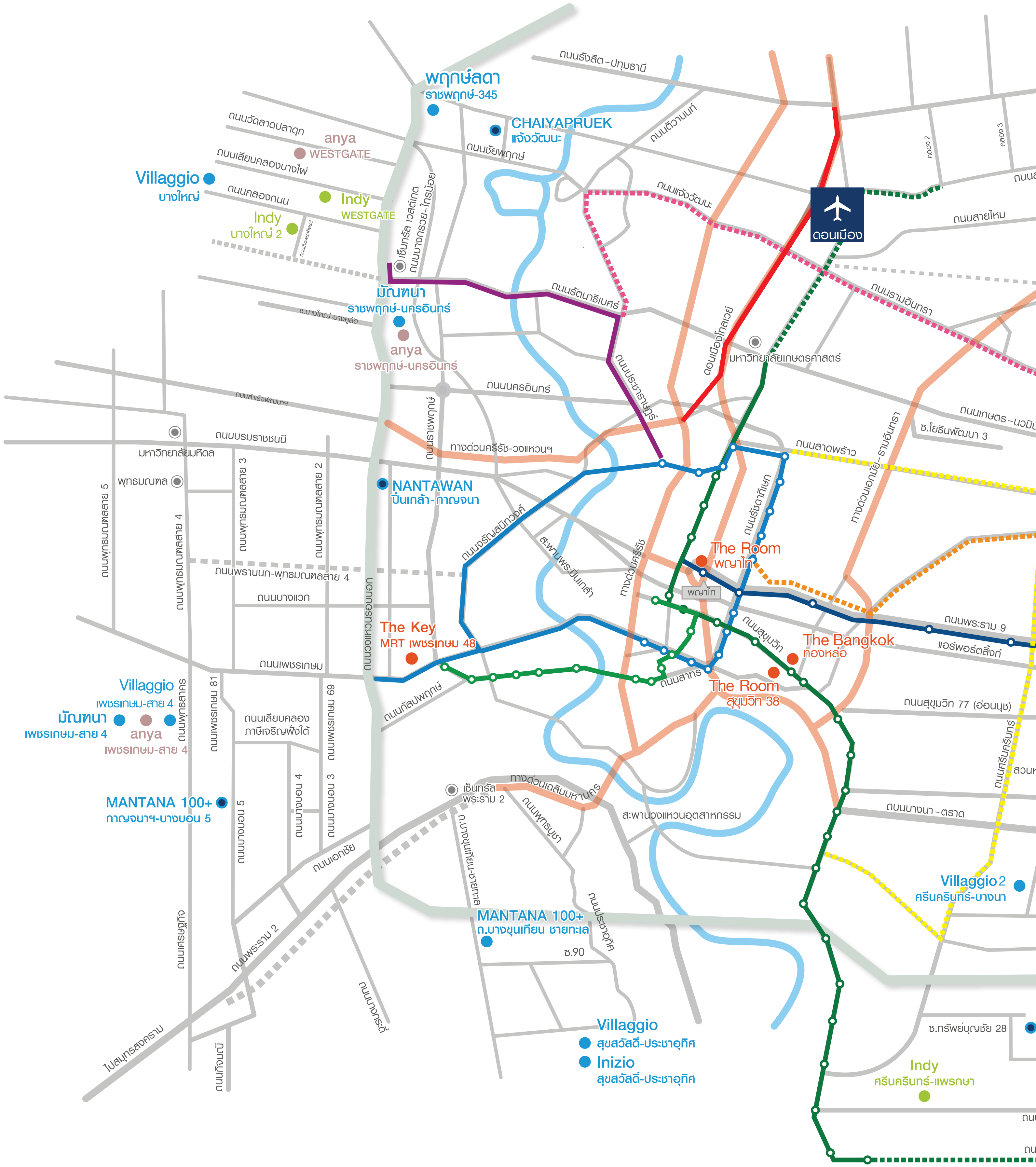
แนวเส้นทางโครงการ

สำหรับแนวเส้นทางของโครงการรถไฟฟ้าสายสีม่วง มีจุดเริ่มต้นที่เชื่อมต่อมาจากสถานีเตาปูน ซึ่งถือเป็นสถานีร่วมของรถไฟฟ้ามหานคร สายฉลองรัชธรรม และรถไฟฟ้ามหานคร สายเฉลิมรัชมงคล โดยตัวทางวิ่งของรถไฟฟ้าจะเป็นโครงสร้างยกระดับข้ามคลองบางซื่อ ก่อนที่จะลดระดับของเส้นทางลงมาเป็นโครงสร้างใต้ดิน แล้วลอดใต้กรมสรรพาวุธทหารบก จากนั้นเลี้ยวขวาเลียบไปกับแนวถนนทหาร บริเวณพื้นที่กองพลทหารปืนใหญ่ต่อสู้อากาศยาน แล้วค่อยผ่านแยกเกียกกาย เข้าสู่ถนนสามเสน

จากนั้นลอดใต้คลองบางลำพู แล้วเลี้ยวซ้ายเข้าสู่ถนนพระสุเมรุ วิ่งไปตามแนวถนนราชดำเนินกลาง เข้าสู่ถนนมหาไชย ผ่านวัดราชนัดดารามวรวิหาร เข้าสู่ถนนจักรเพชร ลอดใต้แม่น้ำเจ้าพระยาบริเวณสะพานพระปกเกล้า แล้วจึงเข้าสู่ถนนประชาธิปก ผ่านสี่แยกบ้านแขก ลอดใต้วงเวียนใหญ่เข้าสู่ถนนสมเด็จพระเจ้าตากสิน ก่อนที่จะผ่านโรงพยาบาลสมเด็จพระปิ่นเกล้า แล้วไปลอดใต้แยกมไหสวรรย์ จากนั้นจะเปลี่ยนเป็นโครงสร้างยกระดับ วิ่งไปตามถนนสุขสวัสดิ์ แล้วผ่านแยกดาวคะนอง แยกบางปะแก้ว แยกประชาอุทิศ ข้ามทางพิเศษเฉลิมมหานคร ผ่านสามแยกพระประแดง และไปสิ้นสุดที่สถานีครุในเป็นสถานีปลายทางของรถไฟฟ้าสายนี้

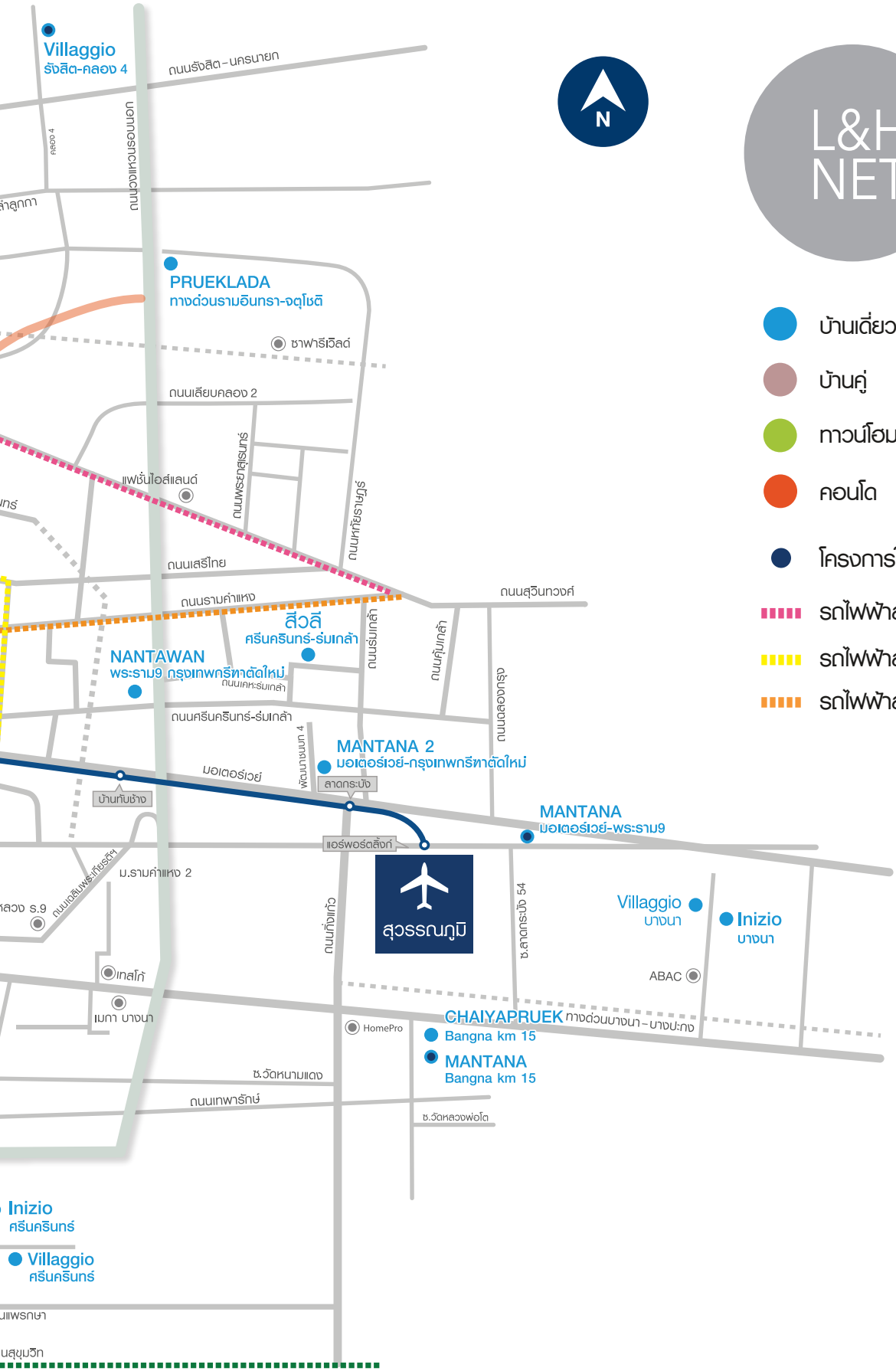
โครงการของแลนด์ แอนด์ เฮ้าส์ ในโซนนี้
- Villaggio สุขสวัสดิ์ - ประชาอุทิศ
- inizio สุขสวัสดิ์ - ประชาอุทิศ

ข้อมูลอ้างอิง
https://www.mrta.co.th/th/rat-burana
https://www.mrta-purplelinesouth.com/home


พฤกษ์ลดา
ราชพฤกษ์-345
CHAIYAPRUEK
แจ้งวัฒนะ
anya
WESTGATE
Villaggio
บางใหญ่
Indy
WESTGATE
Indy
บางใหญ่ 2
มัณฑนา
ราชพฤกษ์-นครอินทร์
anya
ราชพฤกษ์-นครอินทร์
NANTAWAN
ปิ่นเกล้า-กาญจนา
The Key
MRT เพชรเกษม 48
The Room
พญาไท
The Bangkok
ทองหล่อ
The Room
สุขุมวิท 38
Villaggio
เพชรเกษม-สาย 4
มัณฑนา
เพชรเกษม-สาย 4
anya
เพชรเกษม-สาย 4
MANTANA 100+
กาญจนาฯ-บางบอน 5
MANTANA 100+
ถ.บางขุนเทียน ชายทะเล
Villaggio
สุขสวัสดิ์-ประชาอุทิศ
Inizio
สุขสวัสดิ์-ประชาอุทิศ
Villaggio 2
ศรีนครินทร์-บางนา
Indy
ศรีนครินทร์-แพรกษา
ดอนเมือง
พญาไท
ถนนรังสิต-ปทุมธานี
ถนนวัดลาดปลาดุก
ถนนเลียบคลองบางไผ่
ถนนคลองถนน
ถนนชัยพฤกษ์
ถนนติวานนท์
ถนนแจ้งวัฒนะ
ถนนสายไหม
ถนนรามอินทรา
ถนนรัตนาธิเบศร์
เซ็นทรัล เวสต์เกต
ถนนบางกรวย-ไทรน้อย
มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์
ถนนนครอินทร์
ถนนประชาราษฎร์
ถนนราชพฤกษ์
ทางด่วนศรีรัช-วงแหวนฯ
ถนนเกษตร-นวมินทร์
ซ.โยธินพัฒนา 3
ถนนลาดพร้าว
มหาวิทยาลัยมหิดล
ถนนบรมราชชนนี
พุทธมณฑล
ถนนพุทธมณฑลสาย 5
ถนนพุทธมณฑลสาย 4
ถนนพุทธมณฑลสาย 3
ถนนพุทธมณฑลสาย 2
ถนนจรัญสนิทวงศ์
สะพานพระปิ่นเกล้า
ทางด่วนศรีรัช
ถนนรัชดาภิเษก
ทางด่วนเอกมัย-รามอินทรา
ถนนพรานนก-พุทธมณฑลสาย 4
ถนนบางแวก
ถนนกาญจนาภิเษก
ถนนพระราม 9
แอร์พอร์ตลิงก์
ถนนสุขุมวิท
ถนนเพชรเกษม
ถนนสาทร
ถนนกัลปพฤกษ์
ถนนสุขุมวิท 77 (อ่อนนุช)
ถนนเพชรเกษม 81
ถนนเลียบคลองภาษีเจริญฝั่งใต้
ถนนเพชรเกษม 69
ถนนพุทธสาคร
ถนนบางบอน 5
ถนนบางบอน 4
ถนนบางบอน 3
ถนนเอกชัย
เซ็นทรัล พระราม 2
ทางด่วนเฉลิมมหานคร
ถนนพุทธบูชา
ถ.บางขุนเทียน-ชายทะเล
สะพานวงแหวนอุตสาหกรรม
ถนนบางนา-ตราด
ถนนศรีนครินทร์
ถนนประชาอุทิศ
ซ.90
ถนนพระราม 2
ถนนเศรษฐกิจ
ถนนบางกระดี่
ไปสมุทรสงคราม
ถนนกำนันแม้น
ซ.ทรัพย์บุญชัย 28
ถนนดอนเมืองโทลเวย์
คลอง 2
คลอง 3

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	MANTANA • มัณฑนา • สีวลี CHAIYAPRUEK • พฤกษ์ลดา anya Villaggio inizio	6.8 - 30 ล้านบาท 5.9 - 15 ล้านบาท 4.99 - 11.5 ล้านบาท 4.29 - 12 ล้านบาท 4 - 6 ล้านบาท
TOWNHOME	indy Villaggio	2.59 - 5.19 ล้านบาท 2 - 5 ล้านบาท
CONDOMINIUM	THE BANGKOK The Room THE KEY	17.9 - 37 ล้านบาท 5.49 - 23 ล้านบาท 3.19 - 6.59 ล้านบาท
LUXURY HOME	VIVE NANTAWAN	32 - 50 ล้านบาท 30 - 80 ล้านบาท

NORTH ZONE

โซนแจ้งวัฒนะ - รังสิต - ลำลูกกา

CHAIYAPRUEK Villaggio

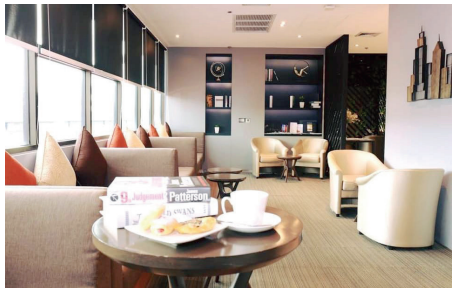
	โครงการ	ราคา	e-mail
NEW PROJECT	CHAIYAPRUEK แจ้งวัฒนะ	8.5 - 15 ล้านบาท	cch@lh.co.th
	Villaggio รังสิต - คลอง 4	5 - 7 ล้านบาท	vr4@lh.co.th

N

WORK SPACE
พื้นที่เรียนและทำงานของคนยุคใหม่

Co-Working Space เรียกว่าเป็นอีกหนึ่งพื้นที่สำหรับคนรุ่นใหม่ที่ต้องการเปลี่ยนความจำเจในการทำงานหรือการเรียนหนังสือ ที่จากเดิมจำกัดเฉพาะในโรงเรียนหรือสำนักงาน เพราะบางครั้งการได้เปลี่ยนสถานที่ออกมาอยู่ในบรรยากาศที่แตกต่างไปจากเดิม มีความเงียบสงบ และมีความเป็นส่วนตัว ก็อาจช่วยผ่อนคลายเรื่องของการเรียน และการทำงานได้เป็นอย่างดี

COK Cream of The Koff
คาเฟ่สุดมินิมอลย่านรังสิต



บรรยากาศภายใน Miracle Co-Working Space

สถานที่แนะนำ

• Miracle Co-Working Space

เป็น Co-Working Space ที่เอาใจคนทำงานแล้วมีเวลาไม่มากนัก แต่ต้องการใช้สถานที่ทำงานแบบเงียบสงบ ไปพร้อม ๆ กับการเตรียมตัวเดินทาง หรือแม้แต่ผู้ที่กำลังรอเวลาเช็กอินขึ้นเครื่องก็สามารถใช้บริการได้ โดยที่นี่มีพื้นที่ให้เลือกนั่งทำงานหลายมุม ทั้งมุมโซฟา หรือมุมโต๊ะทำงานขนาดใหญ่ บรรยากาศคล้ายกับอยู่ภายในเลาจน์ของสายการบิน ซึ่งนอกจากจะมีบริการ Co-Working Space แล้ว ที่นี่ยังมีบริการอาหารบุฟเฟต์ให้เลือกรับประทานไปพร้อมกันด้วย โดยการเข้าใช้พื้นที่จะต้องมีการชำระค่าบริการก่อน แล้วถึงจะได้รับรหัส Wi-fi มาใช้เป็นเวลา 2 ชั่วโมง สามารถติดต่อสอบถามราคาจากทางร้านได้เลย

ที่ตั้ง : 222 ถนนวิภาวดีรังสิต แขวงสนามบิน เขตดอนเมือง กรุงเทพฯ 10210 (ชั้น 4 อาคารผู้โดยสารภายในประเทศ Terminal 2 สนามบินดอนเมือง)

ติดต่อ : 0-2535-7559

เปิดบริการ : ทุกวัน ตั้งแต่เวลา 05.30 - 22.00 น.

เฟซบุ๊ก : Miracle Co-Working Space

การเดินทาง : จากถนนวิภาวดีรังสิต มุ่งหน้ามาทางสนามบินดอนเมือง เข้าสู่สนามบิน จากนั้นเข้ามาภายในอาคารผู้โดยสารภายในประเทศ ขึ้นมาบริเวณชั้น 4 ร้านจะอยู่ตรงจุดเช็กอินของสายการบินนกแอร์พอดี

• CO-F & CO-W

เป็นอีกหนึ่งสถานที่ซึ่งใช้เป็นที่รวมตัวของแก๊งเพื่อนได้เป็นอย่างดี เพราะที่ CO-F & CO-W (คอฟแอนด์คาว) เป็นอีกสถานที่นั่งทำงานที่กำลังฮอตที่สุดในย่านเชียงราก รังสิต ซึ่งตัวอาคารจะโดดเด่นด้วยการทาสีดำสนิท ขณะที่ภายในแบ่งโซนพื้นที่ออกเป็น 2 ส่วน เริ่มจากส่วนของคาเฟ่ที่ผสมผสานกับการตกแต่งภายในด้วยปูนเปลือย เน้นการใช้โทนสีดำ ขณะที่ในโซน Co-Working Space เน้นการใช้โทนสีขาวเป็นหลัก เพื่อให้ความรู้สึกโล่งสบายในการนั่งทำงาน และมีความเป็นส่วนตัว ทำให้เกิดความคิดสร้างสรรค์ผลงานต่าง ๆ ได้ง่าย นอกจากการให้บริการพื้นที่แล้ว ทางร้านยังมีอาหารและเครื่องดื่มอร่อย ๆ ไว้คอยบริการอีกด้วย

มุมบริการอาหารและเครื่องดื่มที่ CO-F & CO-W

COK Cream of The Koff
ในบรรยากาศสบายตา

COK Cream of The Koff
กับการตกแต่งสไตล์มินิมอล

ที่ตั้ง : มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ วิทยาเขตรังสิต ถนนพิทักษ์ธรรม ตำบลคลองหนึ่ง อำเภอคลองหลวง จังหวัดปทุมธานี 12120
ติดต่อ : 09-7990-7148
เปิดบริการ : ทุกวัน โดยวันจันทร์, พุธ, เสาร์ และอาทิตย์ เปิดเวลา 09.00 - 02.00 น. วันอังคาร, พฤหัสบดี และศุกร์ เปิดเวลา 09.00 - 18.00 น.
เฟซบุ๊ก : COF AND COW
การเดินทาง : ใช้ทางด่วนแจ้งวัฒนะ - มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ เลี้ยวขวาเข้าสู่ถนนเชียงราก เลี้ยวซ้ายเข้าประตูเชียงราก 1 เข้าสู่ถนนประชาสันต์ (ถนนภายในมหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์) ตรงไปจนสุดทางแล้วเลี้ยวขวา จะเจอกับ TU Terminal หรือท่ารถตู้มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ อยู่ทางขวามือ ซึ่ง Co-F & Co-W อยู่ภายใน TU Terminal

• **COK Cream of The Koff**
เป็นคาเฟ่สไตล์เกาหลีมินิมอลย่านเมืองเอก ซึ่งนอกจากจะเป็นคาเฟ่แล้ว ที่นี่ยังเป็น Co-Working Space ที่เหมาะสำหรับนักเรียนและนักศึกษา รวมถึงคนทำงานที่ต้องการเปลี่ยนบรรยากาศการทำงาน โดยภายในร้านตกแต่งด้วยโทนสีขาว มีกระจกโปร่งที่ทำให้ดูแล้วสบายตา รู้สึกผ่อนคลาย ทำให้สมองแล่นดีขึ้น นอกจากนี้ยังมีมุมสวย ๆ สำหรับให้ถ่ายรูป โดยเฉพาะเวลาที่รู้สึกอยากผ่อนคลายหลังจากที่เรียนหรือทำงานมาอย่างหนัก ขณะเดียวกันที่นี่ยังมีเครื่องดื่มรสชาติดี ๆ และขนมอร่อย ๆ ไว้ให้บริการอีกด้วย
ที่ตั้ง : ถนนเอกทักษิณ ตำบลหลักหก อำเภอเมืองปทุมธานี จังหวัดปทุมธานี 12000
ติดต่อ : 08-4141-8664
เปิดบริการ : ทุกวัน ตั้งแต่เวลา 08.30 - 00.00 น.
เฟซบุ๊ก : COK Cream of The Koff
การเดินทาง : ใช้เส้นทางถนนกำแพงเพชร 6 มุ่งหน้าไปทางหมู่บ้านเมืองเอก เลี้ยวซ้ายเข้าสู่ถนนเอกทักษิณ ตรงไปและสังเกตตลาดสัมมากร เมืองเอก จะอยู่ทางขวามือ ซึ่งอยู่ตรงข้ามกับสนามกอล์ฟเมืองเอก ตรงไปประมาณ 900 เมตร จะเห็น COK Cream of The Koff อยู่ทางซ้ายมือ

ขอบคุณภาพจากเฟซบุ๊ก
• Miracle Co-Working Space
• COF AND COW
• COK Cream of The Koff

SOUTH ZONE

โซนพระราม 2 – ประชาอุทิศ - เพชรเกษม

MANTANA 100+ มัณฑนา Villaggio anya iniZio

	โครงการ	ราคา	e-mail
NEW PROJECT	MANTANA 100+ ถ.บางขุนเทียน ชายทะเล	14 - 20 ล้านบาท	mtl@lh.co.th
NEW PROJECT	MANTANA 100+ กาญจนาฯ - บางบอน 5	12.5 - 20 ล้านบาท	mb5@lh.co.th
	มัณฑนา เพชรเกษม - สาย 4	7 - 13 ล้านบาท	mp4@lh.co.th
	Villaggio เพชรเกษม - สาย 4	6.65 - 6.85 ล้านบาท	vp1@lh.co.th
	Villaggio สุขสวัสดิ์ - ประชาอุทิศ	5.59 - 7 ล้านบาท	vsa@lh.co.th
	anya เพชรเกษม - สาย 4	4.99 - 6.19 ล้านบาท	ap1@lh.co.th
	inizio สุขสวัสดิ์ - ประชาอุทิศ	4.29 - 6 ล้านบาท	isa@lh.co.th

S

CO-WORKING & CO-LEARNING SPACE
มุมทำงานและเรียนหนังสือแนวใหม่

สถานที่ทำงานในภาพเดิมๆ ที่คุ้นตา อาจจะตั้งอยู่ในตึกหรืออาคารสูงตระหง่าน ทว่าการเปลี่ยนแปลงของยุคสมัยทำให้สถานที่ทำงานในวันนี้ไม่ได้จำกัดอยู่แค่ในตึกหรืออาคารเท่านั้น แต่ทุกคนสามารถทำงานอยู่ที่ใดก็ได้ ทั้งคาเฟ่ หรือ Co-Working Space ที่เปิดให้บริการ ซึ่งนั่นไม่เพียงจะช่วยทำให้บรรยากาศในการทำงานเปลี่ยนไปเท่านั้น แต่ยังอาจเป็นส่วนหนึ่งในการสร้างแรงบันดาลใจ ต่อยอดความคิดให้ออกมาเป็นงานที่สร้างสรรค์ได้มากกว่าเดิม

VK Park อุทยานการเรียนรู้ในย่านฝั่งธนฯ

อีกหนึ่งมุมที่ Take Time Coworking Space

สถานที่แนะนำ

• Take Time Coworking Space

ถือเป็น Co-Working Space แห่งแรกบนถนนบางบอน 3 ก็ว่าได้ ที่เปิดให้บริการสำหรับนักเรียน นักศึกษา และคนทำงานอิสระ รวมถึงคนที่ต้องการใช้สถานที่สำหรับการทำงาน อ่านหนังสือ ไปจนถึงการประชุมหรือนัดเจรจาธุรกิจ โดยภายในพื้นที่มีบรรยากาศที่ดี กว้างขวาง และมีสิ่งอำนวยความสะดวกไว้อย่างครบถ้วน ไม่ว่าจะเป็นบริการ Wi-fi และปลั๊กไฟ ตลอดจนมีห้องประชุมขนาดเล็กไว้บริการอีกด้วย

ที่ตั้ง : 40 ถนนบางบอน 3 แขวงหลักสอง เขตบางแค กรุงเทพมหานคร 10160

ติดต่อ : 06-4653-5593

เปิดบริการ : วันจันทร์ - เสาร์ เวลา 10.00 - 17.00 น. (หยุดวันอาทิตย์)

การเดินทาง : จากถนนเพชรเกษมขาออก มุ่งหน้าไปตามเส้นทางนครปฐม ผ่านบิ๊กซีหลักสอง ผ่านห้างวิคตอเรีย การ์เด้นท์ จนถึงศาลพระพรหม (หัวมุมถนน) แล้วเลี้ยวซ้ายเข้าซอยเพชรเกษม 69 หรือถนนบางบอน 3 ตรงไปตามทาง เมื่อผ่านซอยรวมญาติให้ชิดซ้าย ก่อนถึงท็อปส์ เดลี่ จะมีซอยเล็ก ๆ ให้เลี้ยวซ้ายเข้าไป ตรงไปประมาณ 300 - 500 เมตร ก็จะเจอ Take Time Coworking Space อยู่ทางขวามือ

• VK Park

เป็นอุทยานการเรียนรู้ในย่านฝั่งธนฯ ตั้งอยู่ภายในศูนย์การค้าวิคตอเรีย การ์เด้นส์ เพชรเกษม 69 มีพื้นที่ Co-Working ให้บริการท่ามกลางบรรยากาศที่เงียบสงบ เหมาะสำหรับการใช้เป็นสถานที่สำหรับการทำงานและอ่านหนังสือสอบ หรือหากใครต้องการมองหาสถานที่เงียบสงบก็สามารถเข้ามาใช้บริการได้เช่นกัน โดยที่นี่มีห้องประชุมสำหรับจัดอบรม-สัมมนา หรือจัดคอร์สเรียนพิเศษตั้งแต่ 4 - 70 คน ซึ่งมาพร้อมอุปกรณ์อำนวยความสะดวก เช่น ไวท์บอร์ด โปรเจกเตอร์ หรือแม้แต่ TV และ Wi-fi ให้บริการ และหากใครต้องการค้นหาหนังสือหรือข้อมูล ที่นี่ก็มีโซนห้อง

พื้นที่ทำงานพร้อมสิ่งอำนวยความสะดวกครบครันที่ VK Park

ด้านหน้า Siamratana Bakehouse

ที่ Siamratana Bakehouse
พร้อมให้บริการเช่าสถานที่สำหรับประชุม

สมุด รวมถึงโซนพื้นที่สำหรับเด็กเล็กไว้คอยให้บริการด้วยเหมือนกัน โดยอัตราค่าบริการอยู่ที่ 50 บาทต่อชั่วโมง หรือ 250 บาทต่อวัน

ที่ตั้ง : ชั้น 2 อาคาร G ศูนย์การค้าวิคตอเรีย การ์เด้นส์ ถนนเพชรเกษม แขวงหลักสอง เขตบางแค กรุงเทพมหานคร 10160

ติดต่อ : 0-2021-6760

เปิดบริการ : ทุกวัน ตั้งแต่เวลา 10.00 - 20.00 น.

เฟซบุ๊ก : VK Park อุทยานการเรียนรู้

การเดินทาง : ใช้เส้นทางถนนเพชรเกษม ขาออก ข้ามแยกพุทธมณฑลสาย 2 ผ่านไฟแดงแยกหน้าหมู่บ้านเศรษฐกิจ ให้ชิดซ้าย สังเกตด้านหน้าทางเข้าห้างสรรพสินค้าวิคตอเรีย การ์เด้นส์ ให้เลี้ยวซ้ายเข้าไปจอดรถภายในศูนย์การค้าได้เลย

• Siamratana Bakehouse

เดิมทีคนทั่วไปมักรู้จักร้าน "สยามรัตนา" ในฐานะซูเปอร์มาร์เก็ตริมถนนวงเวียนใหญ่ และขายเบเกอรีโฮมเมด โดยเฉพาะขนมปังสังขยา ที่เรียกว่าเป็นสินค้าขายดีก็ว่าได้ แต่วันนี้ที่นี่ได้ขยายกิจการจนกลายเป็น "สยามรัตนา เบคเฮาส์" ที่เป็นทั้งคาเฟ่ ซึ่งเปิดให้บริการทั้งอาหารคาวและขนมหวาน ขณะที่ในส่วนของ Co-Working Space ก็เป็นอีกธุรกิจหนึ่งที่ทางร้านต่อยอดขึ้นมา เป็นการเปิดให้บริการเช่าสถานที่สำหรับการประชุมและการทำงาน รวมถึงการจัดสัมมนากลุ่มเล็ก ๆ หรือจัดอบรมที่นี่ก็พร้อมบริการ

ที่ตั้ง : 122/9 ถนนลาดหญ้า แขวงคลองสาน เขตคลองสาน กรุงเทพมหานคร 10600

ติดต่อ : 0-2015-3329

เปิดบริการ : วันจันทร์ - อาทิตย์ เวลา 09.00 - 18.00 น. (หยุดวันพุธ)

เฟซบุ๊ก : Siamratana Bakehouse

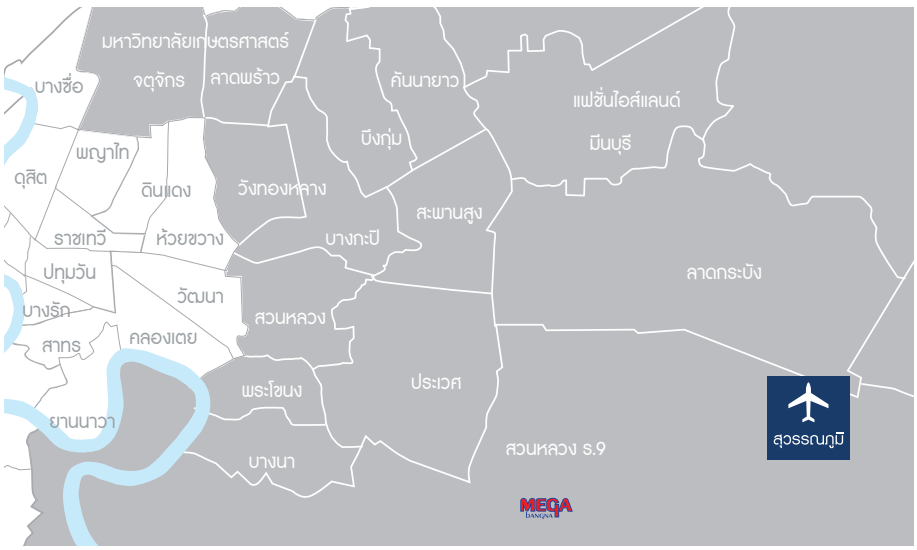
การเดินทาง : ใช้เส้นทางถนนประชาธิปก จากสะพานพุทธ มุ่งหน้ามาทางวงเวียนใหญ่ พอถึงวงเวียนให้เลี้ยวซ้ายไปตามถนน แล้วเลี้ยวซ้ายเข้าสู่ถนนลาดหญ้า ร้าน Siamratana Bakehouse จะอยู่ทางขวามือ ซึ่งตั้งอยู่บนถนนอีกฝั่ง โดยต้องไปกลับรถ ร้านจะอยู่หัวมุมของถนนลาดหญ้าพอดี

ขอบคุณภาพจากเฟซบุ๊ก
• VK Park อุทยานการเรียนรู้
• Siamratana Bakehouse

1198

EAST ZONE

โซนรามอินทรา - วัชรพล - เลียบด่วนรามอินทรา
โซนศรีนครินทร์ - บางนา - สุวรรณภูมิ



NANTAWAN UIUE MANTANA CHAIYAPRUEK สีวลี

Villaggio PRUEKLADA iniZio

	โครงการ	ราคา	e-mail
	NANTAWAN พระราม9 กรุงเทพกรีฑาตัดใหม่	40 - 60 ล้านบาท	n92@lh.co.th
NEW PROJECT	VIVE กรุงเทพกรีฑา	36 - 55 ล้านบาท	vv92@lh.co.th
NEW PROJECT	VIVE Bangna km 13	32 - 52 ล้านบาท	vv13@lh.co.th
NEW PROJECT	MANTANA Bangna km 15	14 - 30 ล้านบาท	m15@lh.co.th
	MANTANA 2 มอเตอร์เวย์ - กรุงเทพกรีฑาตัดใหม่	8 - 20 ล้านบาท	mmk2@lh.co.th
	CHAIYAPRUEK Bangna km 15	8.89 - 15 ล้านบาท	c15@lh.co.th
	สีวลี ศรีนครินทร์ - ร่มเกล้า	6.8 - 10 ล้านบาท	srr@lh.co.th
	Villaggio 2 ศรีนครินทร์ - บางนา	6 - 12 ล้านบาท	vsb2@lh.co.th
	Villaggio ศรีนครินทร์	6 - 8 ล้านบาท	vsn@lh.co.th
NEW PROJECT	PRUEKLADA ทางด่วนรามอินทรา - จตุโชติ	6 - 10 ล้านบาท	prc@lh.co.th
NEW PROJECT	inizio ศรีนครินทร์	4.99 - 6 ล้านบาท	isn@lh.co.th
	inizio บางนา	4 ล้านบาท	i26@lh.co.th

E

UNLOCK THE BRAIN
ปลดล็อกสมอง

"สมอง" เรียกได้ว่าเป็นส่วนสำคัญในการสร้างความคิดสร้างสรรค์ แต่หลายครั้งสมองของคนเราก็ถูกจำกัดให้อยู่กับกรอบสี่เหลี่ยมของห้องทำงาน ที่ซึ่งมีแต่บรรยากาศเดิมๆ ดังนั้น การออกไปหาบรรยากาศใหม่ๆ ในสถานที่ต่างๆ ก็อาจจะช่วย "ปลดล็อกสมอง" ของเรา ให้เกิดความคิดใหม่ๆ ขึ้นมาสร้างสรรค์งานที่ทำอยู่ก็ได้

ภายใน VichSpace Cafe & Co-working

บริการอาหารและเครื่องดื่มที่ VichSpace Cafe & Co-working

สถานที่แนะนำ

• VichSpace Cafe & Co-working

เป็นคาเฟ่ในบรรยากาศสบายๆ บนถนนหัวหมาก โดยภายนอกเป็นอาคาร 2 ชั้น ตั้งอยู่บริเวณปากซอยหัวหมาก 14 ขณะที่ภายในมีความโปร่ง ตัวร้านเป็นกระจกรอบด้าน ทำให้รู้สึกสว่างและสบายตา โดยชั้นที่ 1 เป็นส่วนของคาเฟ่ที่เปิดให้บริการอาหารคาวและของหวาน เช่น สลัด รวมถึงกาแฟและเครื่องดื่มหลากรสชาติไว้คอยบริการ ขณะที่บนชั้น 2 ของร้านเป็นโซน Co-Working Space และยังมีห้องให้เช่าสำหรับใช้เป็นที่ประชุมหรือพูดคุยธุรกิจอีกด้วย

ที่ตั้ง : 6/4 ถนนหัวหมาก แขวงหัวหมาก เขตบางกะปิ กรุงเทพมหานคร 10240

ติดต่อ : 08-6341-4867

เปิดบริการ : วันจันทร์ - ศุกร์ เวลา 07.30 - 16.30 น. และวันเสาร์ - อาทิตย์ เวลา 08.00 - 17.00 น.

เฟซบุ๊ก : VichSpace

การเดินทาง : ใช้เส้นทางถนนหัวหมาก ขับไปตามถนนผ่านซอยหัวหมาก 16 ให้สังเกตอาคาร (ตึก) วิชัยกรุ๊ป ตั้งอยู่ระหว่างซอยหัวหมาก 16 และซอยหัวหมาก 14 เป็นอาคาร 2 ชั้น ตัวคาเฟ่จะอยู่ภายในตึก

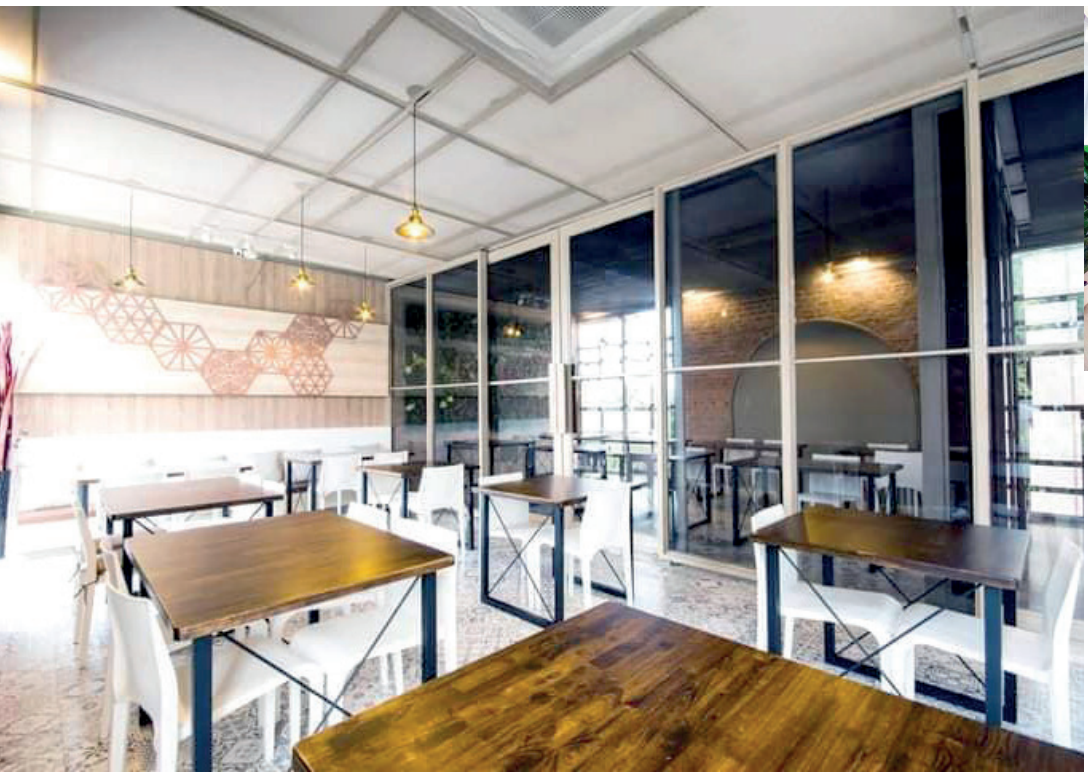
• SocialPack Co-Working Space

เป็นพื้นที่ใหม่ย่านถนนศรีนครินทร์ สำหรับนั่งทำงาน ตกแต่งด้วยโทนสีขาว และมีความโปร่งสบาย เหมาะสำหรับการมานั่งอ่านหนังสือหรือนั่งทำงาน ขณะที่ภายในพื้นที่มีมุมให้เลือกหลายมุม มีปลั๊กหลายจุด รวมถึงมีเครื่องพิมพ์เอกสารให้บริการ นอกจากจะเป็นพื้นที่สำหรับใช้เป็นที่นั่งทำงานแล้ว ที่นี่ยังมีห้องสำหรับใช้จัดประชุม และยังมีออฟฟิศให้เช่าอีกด้วย ที่สำคัญ หากต้องการสั่งอาหารเข้ามารับประทานก็สามารถทำได้เช่นกัน โดยค่าบริการในการใช้สถานที่นั่งทำงานมีราคาเพียง 150 บาท ต่อ 3 ชั่วโมงเท่านั้นเอง

ที่ตั้ง : 9/1 ซอยศรีนครินทร์ 5 แขวงหัวหมาก เขตบางกะปิ กรุงเทพมหานคร 10240

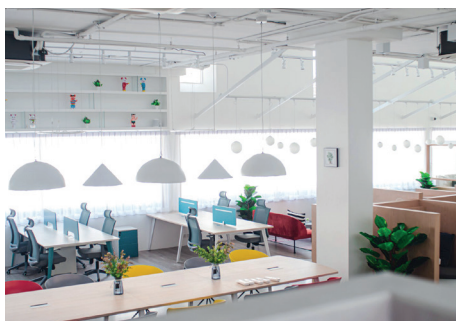
ติดต่อ : 0-2115-6427

เปิดบริการ : ทุกวัน ตั้งแต่เวลา 09.00 - 21.00 น.



บรรยากาศร้าน Seek Cafe' ในส่วนของ Co-Working Space

SocialPack Co-Working Space
ในบรรยากาศชวนผ่อนคลาย



ที่ SocialPack Co-Working Space
ในพื้นที่ทำงานกว้างขวาง

เฟซบุ๊ก : SocialPack Co-Working Space
การเดินทาง : จากถนนลาดพร้าว เลี้ยวซ้ายเข้าถนนศรีนครินทร์ มุ่งหน้ามาทางซอยศรีนครินทร์ 5 ตรงเข้ามาตามทางแล้วให้สังเกตทางซ้ายมือ ตัวคาเฟ่จะอยู่ตรงข้ามกับ Echo School Music

• Seek Cafe'

เรียกว่าเป็นคาเฟ่ที่ถูกอกถูกใจคนในย่านบางนาจริงๆ เพราะนอกจากจะเป็นคาเฟ่ที่เสิร์ฟอาหารหลากเมนูจากวัตถุดิบคุณภาพดีแล้ว ทาง Seek Cafe' ยังมาพร้อมกับบริการพื้นที่สำหรับ Co-Working Space เพื่อรองรับกลุ่มนักศึกษาหรือคนทำงานที่ต้องการหาที่นั่งทำงาน อ่านหนังสือ และการติวหนังสือในบรรยากาศสบายๆ พร้อมทั้งมี Wi-fi ให้บริการอีกด้วย ถือว่าตอบโจทย์คนทำงานได้ดีทีเดียว ขณะเดียวกัน ทางคาเฟ่ก็ยังมีบริการห้องจัดเลี้ยงให้กับผู้ที่ต้องการนั่งประชุม พูดคุย หรือเจรจาธุรกิจกันอีกด้วย โดยในเวลา 07.00 - 09.00 น. ทางร้านจะมีบริการเฉพาะกาแฟและเบเกอรี และเริ่มบริการอาหารในเวลา 09.00 - 22.00 น.
ที่ตั้ง : 68/1 ซอยบางนาตราด 23 แขวงบางนาเหนือ เขตบางนา กรุงเทพมหานคร 10260
ติดต่อ : 06-3190-0472
เปิดบริการ : ทุกวัน ตั้งแต่เวลา 10.00 - 20.00 น.
เฟซบุ๊ก : Seek Cafe' Bangna
การเดินทาง : สามารถเดินทางได้โดยรถยนต์ส่วนตัว โดยจุดสังเกตคือเซ็นทรัล บางนา เลี้ยวเข้าซอยบางนาตราด 23 ร้านจะตั้งอยู่หัวมุมทางขวาข้างหลังคอนโดลุมพินี

ขอบคุณภาพจากเฟซบุ๊ก
• VichSpace
• SocialPack Co-Working Space
• Seek Cafe' Bangna

1198

WEST ZONE

โซนราชพฤกษ์ - ปิ่นเกล้า - ศาลายา
โซนรัตนาธิเบศร์ - บางใหญ่ - บางบัวทอง

NANTAWAN มัณฑนา anya พฤกษ์ลดา Villaggio

โครงการ	ราคา	e-mail
NANTAWAN ปิ่นเกล้า - กาญจนา	30 - 80 ล้านบาท	n1@lh.co.th
มัณฑนา ราชพฤกษ์ - นครอินทร์	8.5 - 18 ล้านบาท	mrn@lh.co.th
anya ราชพฤกษ์ - นครอินทร์	6.65 - 11.5 ล้านบาท	ar1@lh.co.th
anya WESTGATE	4.99 - 6.25 ล้านบาท	aw1@lh.co.th
พฤกษ์ลดา ราชพฤกษ์ - 345	5.9 - 7 ล้านบาท	p345@lh.co.th
Villaggio บางใหญ่	4.29 - 5.59 ล้านบาท	vy@lh.co.th

WORK FROM ANYWHERE
สถานที่ใดๆ ก็ทำงานได้

ลองมาเปลี่ยนบรรยากาศที่นั่งทำงานกันดีไหม เพราะการมองหาที่นั่งทำงานในบรรยากาศใหม่ๆ อาจช่วยให้ความคิดในการทำงานลื่นไหลมากขึ้น แถมบางครั้งการเปลี่ยนสถานที่ใหม่สำหรับการพูดคุยเจรจาธุรกิจกับคู่ค้า ก็อาจช่วยให้ได้งานใหม่ๆ เข้ามาก็ได้ ในปัจจุบันเทรนด์การทำงานแบบ WORK FROM ANYWHERE (WFA) ปฏิบัติงานจากที่ไหนก็ได้ กำลังได้รับความนิยม ซึ่งเหมาะกับพนักงานที่มีลักษณะงานที่สามารถ WFA ได้ ช่วยให้มีความสุขในการทำงาน และสร้างสมดุลของชีวิตได้มากขึ้น

ภายใน True Space มหิดล ศาลายา ตกแต่งได้อย่างลงตัว

บริเวณคาเฟ่ภายในร้าน Project:Box

สถานที่แนะนำ

• Project:Box

เป็นพื้นที่แฮงก์เอาต์ของคนรุ่นใหม่ในย่านงามวงศ์วาน ที่สร้างสรรค์ขึ้นเพื่อตอบโจทย์ไลฟ์สไตล์ของเหล่าวัยรุ่นยุคปัจจุบัน ทั้งโซนการเรียนสำหรับอ่านหนังสือและทำงาน โซนอาหาร หรือแม้แต่โซนออกกำลังกายแบบครบจบในที่เดียว ภายใต้บรรยากาศแบบส่วนตัว ที่พร้อมรองรับในทุกกิจกรรม เพราะที่นี่มีทั้งห้องส่วนตัวที่ใช้สำหรับสอนพิเศษ การประชุมกลุ่มเล็ก ๆ รวมถึงมีคาเฟ่ที่ให้บริการเครื่องดื่มและอาหาร สำหรับบรรยากาศภายในมีการตกแต่งด้วยโทนสีขาวเป็นหลัก ใช้เฟอร์นิเจอร์ไม้สีอ่อน และของตกแต่งกระจุกกระจิกเพื่อเติมความอบอุ่น และเพิ่มความมีชีวิตชีวาให้กับตัวร้านมากขึ้น

ที่ตั้ง : ซอยงามวงศ์วาน 18 แยก 1 จังหวัดนนทบุรี 11000

ติดต่อ : 06-1027-4144

เปิดบริการ : วันจันทร์ - อาทิตย์ เวลา 09.00 - 18.00 น. (หยุดวันอังคาร)

เฟซบุ๊ก : Project:Box

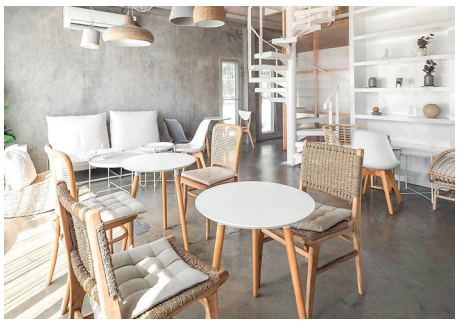
การเดินทาง : สามารถใช้จุดตั้งต้นที่เดอะมอลล์งามวงศ์วาน แล้วเลยมาประมาณ 2 ซอย เลี้ยวซ้ายเข้าซอยงามวงศ์วาน 18 เจอสี่แยกให้เลี้ยวซ้ายตามทางเข้าเดอะมอลล์ จะเจอโครงการ Project: Box อยู่ทางซ้ายมือ

• True Space มหิดล ศาลายา

อีกหนึ่ง Co-Working Space ที่เปิดให้บริการที่นั่งสำหรับการทำงานของเหล่านิสิตนักศึกษาย่านศาลายา โดยที่ True Space มีพื้นที่กว่า 390 ตารางเมตร ซึ่งแบ่งพื้นที่ออกเป็นส่วน ๆ ทั้งแบบส่วนตัว แบบกลุ่ม แบบห้องประชุมย่อย ตลอดจนพื้นที่สำหรับการจัดกิจกรรมของคณะอาจารย์และนักศึกษา ที่มาพร้อมเทคโนโลยีที่ทันสมัย และสื่อดิจิทัลที่ใช้งานได้อย่างครบครัน ตอบโจทย์ทุกฟังก์ชันการใช้งาน ขณะเดียวกัน ภายในพื้นที่ยังมีบรรยากาศที่ผ่อนคลาย รวมถึงยังสามารถเพลิดเพลินกับเครื่องดื่มและอาหารว่างจากบริการของ True Coffee ที่พร้อมเสิร์ฟให้กับผู้เข้ามาใช้บริการภายในพื้นที่

ภายใน SLOT Co-Working Space & Cafe
มีห้องประชุมพร้อมสิ่งอำนวยความสะดวก

ด้านในร้าน Project:Box
จัดพื้นที่ใช้สอยได้อย่างลงตัว



ภายในร้าน Project:Box
มีพื้นที่ใช้สอยเหมาะสำหรับทุกคน

ที่ตั้ง : 999 อาคารสิริวัฒนภักดี ถนนพุทธมณฑลสาย 4 ตำบลศาลายา อำเภอพุทธมณฑล (ภายในมหาวิทยาลัยมหิดล วิทยาเขตศาลายา) จังหวัดนครปฐม 73170
ติดต่อ : 06-1027-4144
เปิดบริการ : ทุกวัน ตั้งแต่เวลา 08.00 - 20.00 น.
เฟซบุ๊ก : True Space
การเดินทาง : ใช้เส้นทางบนถนนบรมราชชนนี มุ่งหน้ามาทางพุทธมณฑลสาย 4 ชิดซ้ายเพื่อขึ้นสะพานข้ามถนนบรมราชชนนี เข้าสู่ถนนพุทธมณฑลสาย 4 ลงสะพานแล้วชิดซ้าย ตรงไปตามถนนแล้วเลี้ยวซ้ายเข้าถนนด้านหลังมหาวิทยาลัยมหิดล ตรงไปจนเจอประตูทางเข้า-ออกที่ 5 สังเกตทางซ้ายมือจะเจอ True Space

• **SLOT Co-Working Space & Cafe**
เป็นสถานที่นั่งทำงานที่มีคาเฟ่ขนาดใหญ่อยู่ภายในพร้อมให้บริการที่เดียวครบไม่ต้องออกไปไหน โดยตัวร้านตั้งอยู่ท่ามกลางธรรมชาติ ล้อมรอบด้วยต้นไม้นานาพรรณ ตั้งอยู่ใจกลางเมืองทอง ติดทางด่วน เดินทางสะดวกสบาย มีที่จอดรถมากมายพร้อมให้บริการ เป็นพื้นที่สำหรับการจัดการประชุมและทำกิจกรรมแบบกลุ่มเล็ก ๆ โดยทางร้านมีด้วยกัน 2 ชั้น มีห้องประชุมอยู่หลายขนาดให้เลือกใช้บริการ มาพร้อมอุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวกแบบครบครัน อาทิ Wi-fi กระดานไวท์บอร์ด และจุดเสียบปลั๊กสำหรับชาร์จคอมพิวเตอร์ไว้รองรับการบริการด้วย
ที่ตั้ง : 50/234 หมู่ 6 ตำบลบ้านใหม่ อำเภอปากเกร็ด จังหวัดนนทบุรี 11120
ติดต่อ : 08-3929-5392
เปิดบริการ : ทุกวัน ตั้งแต่เวลา 08.00 - 20.00 น.
เฟซบุ๊ก : Slot Co-Working Space & Cafe
การเดินทาง : จากถนนแจ้งวัฒนะ ให้เข้าซอยแจ้งวัฒนะ-ปากเกร็ด ซึ่งเชื่อมต่อกับถนนบอนด์สตรีท ตรงไปจนเจอซอยซี 12 ให้เลี้ยวเข้าซอยจะเจอซอยหมู่บ้านเมืองทองธานีโครงการ 6 ตรงเข้าไปในซอยประมาณ 100 - 200 เมตร จะเจอ SLOT Co-Working Space & Cafe อยู่ทางขวามือ

ขอบคุณภาพจากเฟซบุ๊ก
• Project:Box
• True Space
• SLOT Co-Working Space & Cafe

TOWNHOME

Villaggio indy BY LAND & HOUSES

โครงการ	ราคา	e-mail
Villaggio เพชรเกษม - สาย 4	4.6 ล้านบาท	vp1@lh.co.th
Villaggio 2 ศรีนครินทร์ - บางนา	3 - 5 ล้านบาท	vsb2@lh.co.th
Villaggio ศรีนครินทร์	2.89 - 4 ล้านบาท	vsn@lh.co.th
Villaggio สุขสวัสดิ์ - ประชาอุทิศ	2.59 ล้านบาท	vsa@lh.co.th
Villaggio บางนา	2.3 - 3 ล้านบาท	va@lh.co.th
NEW PROJECT Villaggio รังสิต คลอง 4	2 - 4 ล้านบาท	vr4@lh.co.th
indy WESTGATE	2.65 - 5.19 ล้านบาท	dk3@lh.co.th
indy บางใหญ่ (2)	2.59 - 3.39 ล้านบาท	dy@lh.co.th

CONDOMINIUM

THE BANGKOK THE ROOM THE KEY

โครงการ	ราคา	e-mail
The Bangkok Thonglor	17.9 - 37 ล้านบาท	thebangkoktl@lh.co.th
The Room Sukhumvit 38	9.9 - 23 ล้านบาท	rs38@lh.co.th
The Room Phayathai	5.49 - 16 ล้านบาท	rpt@lh.co.th
The Key MRT Phetkasem 48	3.19 - 6.59 ล้านบาท	kps@lh.co.th

MAJOR CITIES

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

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

โครงการ	ราคา	e-mail
สีวลี ศรีเวียง - เชียงราย	4.49 - 19.5 ล้านบาท	lhn@lh.co.th
NANTAWAN SERENE LAKE - เชียงใหม่	17.89 - 32 ล้านบาท	lhn@lh.co.th
มัณฑนา SERENE LAKE - เชียงใหม่	12.09 - 35 ล้านบาท	lhn@lh.co.th
มัณฑนา สันทราย - เชียงใหม่	7.59 - 24 ล้านบาท	lhn@lh.co.th
ชลลดา แลนด์ แอนด์ เฮ้าส์ พาร์ค เชียงใหม่	17.89 ล้านบาท	lhn@lh.co.th
NEW PROJECT CHAIYAPRUEK Serene Lake - Chiang Mai	8.88 - 13 ล้านบาท	lhn@lh.co.th
สีวลี สันกำแพง - เชียงใหม่	5.79 - 10 ล้านบาท	lhn@lh.co.th
inizio เชียงใหม่	4.29 - 6.99 ล้านบาท	lhn@lh.co.th
NORTH CONDO เชียงใหม่	2.49 - 5 ล้านบาท	lhn@lh.co.th
Villaggio สันทราย - เชียงใหม่	2.39 - 7 ล้านบาท	lhn@lh.co.th
สีวลี ถนนมะลิวัลย์ ขอนแก่น	4.85 - 8.25 ล้านบาท	lh_khonkaen@lh.co.th
มัณฑนา มอเตอร์เวย์ - โคราช	5 - 20 ล้านบาท	lh_korat@lh.co.th
สีวลี ถนนมิตรภาพ นครราชสีมา	11.69 - 16.9 ล้านบาท	lh_korat@lh.co.th
สีวลี มหาสารคาม	4.6 - 12 ล้านบาท	lh_mahasarakham@lh.co.th
นันทวัน อุดรธานี	10 - 20 ล้านบาท	lh_udon@lh.co.th
สีวลี อุดรธานี	4.50 - 11 ล้านบาท	lh_udon@lh.co.th
CHAIYAPRUEK อยุธยา	7.9 - 15 ล้านบาท	ca1@lh.co.th
Villaggio 2 อยุธยา	5.65 - 7.45 ล้านบาท	v2a@lh.co.th
indy อยุธยา	2.49 - 3.75 ล้านบาท	dab@lh.co.th
88 Land and Houses Hillside Phuket	28.5 - 33 ล้านบาท	info@lhphuket.com
88 Land and Houses Koh Kaew Phuket	8.45 - 20 ล้านบาท	info@lhphuket.com
สีวลี รัษฎา ภูเก็ต	9.2 - 26.05 ล้านบาท	info@lhphuket.com
inizio เกาะแก้ว ภูเก็ต	8.3 - 10.85 ล้านบาท	info@lhphuket.com

CAMPING IN THE FOG
ตั้งแคมป์กลางไอหมอก

ในช่วงเดือนสิงหาคม - ตุลาคม ของทุกปี ถือเป็นช่วงปลายฝนต้นหนาวที่ธรรมชาติมีความสวยงามมากขึ้น โดยหนึ่งในกิจกรรมที่น่าสนใจที่สุดคือการออกไปกางเต็นท์สัมผัสกับธรรมชาติและไอหมอกยามเช้า ซึ่งเป็นเหมือนการเติมพลังให้กับเราอีกครั้ง โดยสถานที่แนะนำสำหรับการออกไปกางเต็นท์มีด้วยกันดังนี้

ชมทะเลหมอกบน "ภูทับเบิก"

ดอกไม้งามท่ามกลางหิวเขา
หนึ่งในจุดชมวิวบนภูทับเบิก

ภูทับเบิก จังหวัดเพชรบูรณ์

ถือเป็นหนึ่งสถานที่ท่องเที่ยวยอดฮิตตั้งแต่ช่วงปลายฝนต้นหนาวไปจนถึงช่วงหน้าหนาวเลยก็ว่าได้ เพราะที่นี่มีพื้นที่สวยงาม มองเห็นภูเขาและธรรมชาติได้อย่างชัดเจน และยังมีพื้นที่ซึ่งเอกชนจัดไว้สำหรับเป็นลานกางเต็นท์ให้เลือกมากมาย (ราคาขึ้นอยู่กับความสะดวกสบายของสถานที่และการบริการของแต่ละที่) มาพร้อมกับการเดินทางที่ง่ายมากขึ้น ซึ่งสามารถขับรถเข้าไปถึงลานกางเต็นท์ได้เลยไม่ต้องสมบุกสมบันมากนัก

อุทยานแห่งชาติเขาใหญ่ จังหวัดนครราชสีมา

เป็นอีกหนึ่งพิกัดสถานที่ที่ครองใจสายแคมปิ้งมาอย่างเนิ่นนาน เพราะภายในพื้นที่อุทยานฯ เต็มไปด้วยธรรมชาติที่สวยงาม รวมถึงยังมีพื้นที่สำหรับกางเต็นท์ซึ่งจัดโซนไว้อย่างดี อยู่ท่ามกลางธรรมชาติของป่าและต้นไม้ แถมด้วยบรรยากาศที่สดชื่น บางวันอาจได้เห็นสัตว์ป่า เช่น กวาง ออกมาเยี่ยมเยียนนักท่องเที่ยวถึงบริเวณลานกางเต็นท์เลยก็ว่าได้ นอกจากนี้ใน

เส้นทางชมธรรมชาติ อุทยานแห่งชาติเขาใหญ่

จุดชมวิวบนภูกระดึง จ.เลย

ลานกางเต็นท์ที่มีฉากหลังเป็นทะเลหมอกห้วยน้ำดัง จ.เชียงใหม่

อุทยานฯ ยังมีน้ำตกสวยๆ และจุดชมทะเลหมอกให้ได้สัมผัสไอเย็นแบบใกล้ๆ ทั้งนี้ การเข้าไปกางเต็นท์ภายในพื้นที่อุทยานฯ อาจมีค่าใช้จ่ายในการเข้า และค่าใช้บริการพื้นที่ รวมถึงค่าเช่าเต็นท์และอุปกรณ์เครื่องนอนด้วย

อุทยานแห่งชาติภูกระดึง จังหวัดเลย

ที่นี่ถือเป็นตำนานสถานที่กางเต็นท์ของสายแคมปิ้งและสายเดินป่าก็ว่าได้ เพราะภูกระดึงถูกจัดเป็นสถานที่วัดใจนักท่องเที่ยวสายลุย รวมถึงบนยอดเขายังเป็นจุดชมวิวและทิวทัศน์ที่สวยงาม โดยเฉพาะจุดชมพระอาทิตย์ขึ้นและตกที่งดงามหลายจุด อีกทั้งยังมีทะเลหมอกให้สัมผัสกันอย่างใกล้ชิด ขณะที่วันนี้บนภูกระดึงไม่ได้มีความยากลำบากเหมือนเดิมมากนัก โดยเฉพาะเรื่องของอาหารและที่พักที่มีการจัดเตรียมไว้รองรับนักท่องเที่ยวได้เป็นอย่างดี ที่นี่จึงยังเป็นจุดหมายปลายทางของการท่องเที่ยวที่น่าประทับใจตลอดมา

อุทยานแห่งชาติห้วยน้ำดัง จังหวัดเชียงใหม่

อีกหนึ่งตัวเลือกที่น่าสนใจไม่น้อยสำหรับการเดินทางไปกางเต็นท์ เพราะไม่เพียงมีการเดินทางที่สะดวกสบายเท่านั้น แต่ที่นี่ยังมีพื้นที่สำหรับใช้เป็นลานกางเต็นท์ให้เลือกกันถึง 5 จุด และแต่ละจุดก็มีความสวยงามของธรรมชาติที่แตกต่างกันออกไป ทั้งวิวป่าสน วิวบนเขา และที่น่าประทับใจมากกว่านั้น ที่นี่ยังมีทะเลหมอกสวยๆ ให้ได้สัมผัสกันอีกด้วย รับรองว่ามาสักครั้งไม่มีทางผิดหวังอย่างแน่นอน

ขอบคุณภาพจาก true ID Travel, Thai Smile Airways, Tripadvisor PAAPAII, SundayZ.me

VIVE
0 9
2 3

ภาพแสดงบรรยากาศจำลอง

VIVE กรุงเทพกรีฑา

โครงการใหม่ บนที่สุดแห่งทำเลศักยภาพ
พระราม 9 - กรุงเทพกรีฑา
Identity Living Concept
สะท้อนการใช้ชีวิตครั้งใหม่...ที่ไม่ซ้ำใคร
ALL PASSION IN ONE

ราคาเริ่มต้น 36 ล้านบาท

LAND & HOUSES

www.lh.co.th

VIVE Bangna km 13

โครงการใหม่ บนทำเล บางนา - ตราด กม. 13
ที่สุดของศักยภาพทำเลแห่งอนาคต
สัมผัสการใช้ชีวิตครั้งใหม่
สะท้อนตัวตนของคุณ...ที่ไม่ซ้ำใคร
ALL PASSION IN ONE

ราคาเริ่มต้น 32 ล้านบาท

LAND & HOUSES

www.lh.co.th

1198

CHAIYAPRUEK
แจ้งวัฒนะ

ALL NEW FOR TRUE FULFILLMENT

ออกแบบใหม่ทั้งหมด...คิดให้ครบทุกรายละเอียดทั้งภายใน ภายนอกบ้าน
รวมถึงสภาพแวดล้อม เพื่อที่สุดของการใช้ชีวิตสมบูรณ์พร้อม

ทำเลที่เชื่อมต่อการเดินทางเข้าเมือง สะดวกทุกเส้นทาง ถ.แจ้งวัฒนะ ถ.ราชพฤกษ์ ทางด่วน รถไฟฟ้า และรายล้อมด้วยสิ่งอำนวยความสะดวกที่มีไลฟ์สไตล์

บ้านดีไซน์ใหม่ สวยสง่างาม ตอบโจทย์วิถีชีวิตยุคใหม่

ราคาเริ่มต้น 8.5 - 15 ล้านบาท

LAND & HOUSES

www.lh.co.th

1198

THE ROOM PHAYATHAI

The Room Phayathai

2 ห้องนอนที่ดีที่สุด

ตกแต่งเฟอร์นิเจอร์สวย ครบ จบ
โดยมัณฑนากรมืออาชีพ

ราคาเริ่มต้น 12.39 ล้านบาท

LAND & HOUSES

www.lh.co.th

ข้าวกะเพราเนื้อวากิวไข่เป็ดซูวี

หวานไทยไฮที เสิร์ฟเป็นเซตคาวหวาน

กล้วยไข่เชื่อมหวานไทย
เสิร์ฟในลูกมะพร้าวท็อปด้วยไอศกรีมกะทิ

ขนมถ้วยตาลโตนด
และใบเตยครีมกะทิเอสพูม่า (โฟมครีมกะทิ)

WAAN THAI
อาหาร-ขนม สไตล์ Thai Twist

เป็นร้านอาหารที่ต่อยอดมาจากร้าน R-Haan ของต๊อด-ปิติ ภิรมย์ภักดี ร่วมกับเชฟชุมพล แจ้งไพร ที่ไม่เพียงจะถ่ายทอดความตั้งใจในการนำเสนออาหารจากภูมิปัญญาไทยเท่านั้น แต่ยังบอกเล่าเรื่องราวของความเป็นไทยในเมนูอาหารแต่ละจานได้เป็นอย่างดี

Waan Thai (หวานไทย) ถือเป็นร้านอาหารที่นำเสนอทั้งอาหารและขนม ภายใต้แนวคิด Thai Twist โดยมีเอกลักษณ์อยู่ที่ส่วนผสมของอาหารแต่ละเมนู ที่ร้านจะเน้นใช้วัตถุดิบและเครื่องปรุงที่โดดเด่นของแต่ละจังหวัดแต่ละภูมิภาคของไทย มาผสานเข้ากับกรรมวิธีการปรุงด้วยเทคนิคที่ทันสมัย รวมถึงการตกแต่งจานให้มีความเป็นสากล ขณะที่ความละเมียดละไมของรสชาติอาหารยังคงเสน่ห์ความเป็นไทยได้อย่างชัดเจน

มากันที่เมนูอาหารของร้านหวานไทย ล่าสุดทางร้านได้เพิ่มเมนูไข่พะโล้คุณยาย ที่ทำให้ชวนนึกถึงการกินไข่พะโล้สมัยเด็กอีกครั้ง หรือจะเป็นโรตีแกงเนื้อโคราชวากิวพริกขี้หนูสวน รสชาติเข้มข้นของเครื่องแกงเข้ากันดีกับเนื้อวัวนุ่มๆ กินคู่กับแป้งโรตีย่างหอมๆ อร่อยเข้ากันจริงๆ นอกจากนี้ยังมีหมี่กรอบชาววังกุ้งแม่น้ำย่างถ่าน หอมกลิ่นส้มซ่าอ่อนๆ ชวนหิว รวมถึงมีข้าวตังหน้าตั้ง และข้าวผัดปลากุเลาเค็มตากใบพริกขี้หนูสดที่เสิร์ฟพร้อมไข่เป็ดซูวี

นอกจากเมนูอาหารอร่อยแล้ว มาที่ "หวานไทย" ก็ต้องไม่พลาดขนมขึ้นชื่อของที่นี่ด้วย เริ่มจากขนมบ้าบิ่นมะพร้าวน้ำหอมบ้านแพ้ว ที่เชฟเลือกใช้กะทิสดส่งตรงมาจากทับสะแก ผสมกับเนื้อมะพร้าวอ่อน เพิ่มรสชาติด้วยน้ำมะพร้าวแท้ 100% ทำให้ได้รสชาติหอมอร่อยกรอบนอกนุ่มใน จากนั้นมาต่อกันที่เครปซูเซ็ต (Crêpes Suzette) เสิร์ฟคู่กับไอศกรีมวานิลลา โดยตัวเครปปรุงรสชาติด้วยซอสส้มและเหล้าส้ม (Grand Marnier) มาพร้อมเนื้อส้มโอทับทิมสยามสีแดงสวย และโรยด้วยผิวส้มซ่า ยิ่งทำให้เครปมีความหอมชวนน่ารับประทาน

ส่วนขนมเปียกปูนมะพร้าวน้ำหอมรมควัน เสิร์ฟพร้อมเมอแรงก์กะทิ อีกเมนูขนมอร่อยที่ใครสั่งต้องรู้สึกตื่นตาตื่นใจไปกับวิธีการเสิร์ฟที่มาในโหลแก้ว ซึ่งถูกปกคลุมด้วยควันหอมๆ อบอวลอยู่ด้านใน ทำให้คล้ายกับว่าขนมเปียกปูนกำลังลอยอยู่บนก้อนเมฆ รวมถึงซูเฟล่น้ำกะทิแตงไทย เมนูของหวานที่ต้องสั่งมารับประทาน โดยเสิร์ฟพร้อมไอศกรีมวานิลลา ให้รสชาติหอม หวานมัน และเย็นชื่นใจ ไม่เพียงเท่านั้น ยังมีขนมหวานอีกมากมาย อาทิ ทับทิมสยามหวานไทย หรือทับทิมกรอบที่เสิร์ฟมาพร้อมไอศกรีมกะทิในลูกมะพร้าว ขนมตาลโตนดภิรมย์ ขนมเบื้องเสวย ขนมหม้อแกงมิลเฟย ข้าวเหนียวมะม่วง เค้กกะทิสดมะพร้าวน้ำหอม ชีสหม้อแกงหมอนทองของไทย ดาราทองหวานไทย และอีกหลากหมายเมนู รวมถึงเครื่องดื่มรสชาติดีๆ เช่น Ice Sweet Pepper, Lamun หรือ Premium Tea Singha Park ตลอดจนยังมี Afternoon Tea ไว้คอยบริการอีกด้วย

Waan Thai ตั้งอยู่ในทองหล่อซอย 9 สุขุมวิท 53 เปิดให้บริการทุกวันจันทร์ - ศุกร์ เวลา 11.00-17.00 น. โดยสามารถสอบถามรายละเอียดและสำรองที่นั่งได้ที่ โทร. 09-4215-3945, 09-4215-4156 หรือเยี่ยมชมได้ที่ www.waanthai.com และเพื่อเอาใจผู้อ่านนิตยสาร MOTIVO ทางร้าน Waan Thai ขอมอบส่วนลด 10% สำหรับค่าอาหารและเครื่องดื่ม เมื่อรับประทานอาหารในร้านครบ 2,000 บาทขึ้นไป ให้แก่ทุกท่านที่นำคูปองมุมซ้ายล่างของนิตยสารมายื่นให้กับทางร้าน ตั้งแต่วันที่ 1 สิงหาคม - 31 ตุลาคม 2566

Waan Thai
หวานไทย

MOTIVO
LAND & HOUSES

เงื่อนไข
การใช้สิทธิพิเศษ

Waan Thai ขอมอบส่วนลด 10% สำหรับค่าอาหารและเครื่องดื่ม เมื่อรับประทานอาหารครบ 2,000 บาทขึ้นไป ให้แก่ผู้อ่านนิตยสาร MOTIVO โดยสามารถใช้สิทธิพิเศษนี้ได้ตั้งแต่วันที่ 1 สิงหาคม - 31 ตุลาคม 2566

HOMEMADE STRAWBERRY ICE CREAM
ไอศกรีมสตรอว์เบอร์รี สูตรโฮมเมด

ถึงจะเข้าสู่ฤดูฝนแล้ว แต่บอกเลยว่าอากาศในเมืองไทยของเราก็ยังคงร้อนต่อเนื่องจริงๆ และเมื่ออากาศร้อนแบบนี้ หากได้รับประทาน "ไอศกรีม" เย็นๆ ก็คงจะดี ดังนั้นในฉบับนี้เลยขอมาแนะนำ "ไอศกรีมสตรอว์เบอร์รี สูตรโฮมเมด" ที่มีวิธีทำแสนง่าย แถมยังอร่อยอีกด้วย

ส่วนผสม

วิปปิงครีม	100	กรัม
สตรอว์เบอร์รีสด หรือแช่แข็ง	100	กรัม
น้ำตาลทราย	50	กรัม
น้ำมะนาว	½	ช้อนชา

วิธีทำ

- เริ่มจากการนำสตรอว์เบอร์รีแช่แข็งและน้ำตาลทรายใส่ลงในหม้อ แล้วนำไปตั้งไฟปานกลางค่อนไปทางอ่อน ปล่อยให้น้ำตาลละลายโดยไม่ต้องคน เพราะจะทำให้น้ำตาลจับเป็นก้อน
- หลังจากที่สตรอว์เบอร์รีเริ่มนิ่ม และน้ำตาลทรายละลายดีแล้ว ให้เติมน้ำมะนาวลงไป คนให้ส่วนผสมทั้งหมดเข้ากัน ชิมรสชาติให้ออกหวานตามด้วยเปรี้ยว เมื่อได้รสชาติที่ต้องการแล้วให้พักส่วนผสมทั้งหมดทิ้งไว้ก่อน
- จากนั้นนำวิปปิงครีมมาตีจนตั้งยอดแข็งพอประมาณ
- เมื่อได้วิปครีมแล้วให้นำสตรอว์เบอร์รีที่พักทิ้งไว้มาผสมกัน และค่อยๆ

คลุกจนเป็นเนื้อเดียวกัน ก่อนเทส่วนผสมทั้งหมดใส่กล่องพลาสติกที่เตรียมไว้ แล้วนำเข้าช่องแช่แข็ง ทิ้งไว้ประมาณ 6 ชั่วโมง หรือแช่ทิ้งไว้ 1 คืน ก็จะได้ไอศกรีมสตรอว์เบอร์รี สูตรโฮมเมดแล้ว

- วิธีเสิร์ฟให้ใช้ช้อนตักไอศกรีม หรือช้อนสแตนเลสแบบกลมขูดเป็นทางยาวในแนวเดียวกัน เพื่อให้ได้ไอศกรีมม้วนขดเป็นก้อนกลม แล้วตักใส่ถ้วยหรือชามแก้ว ตกแต่งหน้าด้วยเกร็ดน้ำตาลสีรุ้ง เพียงเท่านี้ก็ได้ไอศกรีมสตรอว์เบอร์รี สูตรโฮมเมดเอาไว้กินเล่นๆ ในบ้านกับทุกคนแล้ว

Tips

- นอกจากสตรอว์เบอร์รีแล้ว ยังสามารถนำผลไม้สดหรือผลไม้แช่แข็ง อาทิ ราสป์เบอร์รี บลูเบอร์รี หรือผลไม้ที่ออกสีธรรมชาติมาแทน ก็จะได้ไอศกรีมรสชาติอื่นๆ ตามชอบ
- หากที่บ้านใครมีโถปั่นไอศกรีมอยู่แล้ว ให้นำส่วนผสมที่ทำตามขั้นตอนข้างต้นมาใส่ลงไป แล้วให้เครื่องทำงานตามโปรแกรม แค่นี้ก็ได้ไอศกรีมโฮมเมดเร็วขึ้นกว่าแช่ตู้เย็น
- เทคนิคการตีวิปปิงครีมให้ขึ้นง่ายและเร็วขึ้น สามารถทำได้ด้วยการนำอ่างผสมและตะกร้อตีไข่ไปไว้ช่องแช่แข็งให้เย็นจัด โดยขณะที่ตีวิปปิงครีมให้ใช้ชามอ่างที่ใหญ่กว่า แล้วรองด้วยน้ำแข็งหรือเจลเก็บความเย็น จะยิ่งทำให้ตีขึ้นง่าย

CAPYBARA
หมามะพร้าวสุดเฟรนด์ลี่

หมามะพร้าว เป็นหนึ่งฉายาของเจ้าหนูยักษ์คาปิบาร่า ซึ่งมีชื่อทางวิทยาศาสตร์ว่า Hydrochoerus hydrochaeris เป็นสัตว์กินพืช เลี้ยงลูกด้วยนม เป็นญาติใกล้ชิดกับหนูตะเภา มีถิ่นกำเนิดในทวีปอเมริกาใต้ และมักอาศัยอยู่ในหุบเขาที่มีป่าหนาทึบ ซึ่งอยู่ใกล้กับแหล่งน้ำ ส่วนมากจะอาศัยรวมกันเป็นฝูง

ลักษณะเด่น

คาปิบาร่า เป็นสัตว์ฟันแทะขนาดใหญ่ ลักษณะคล้ายหนูตะเภา หูสั้น ไม่มีหาง มีพังผืดที่เท้า เท้าด้านหน้ามี 4 นิ้ว ส่วนเท้าด้านหลังจะมีเพียง 3 นิ้ว ขณะที่ลำตัวเป็นรูปทรงกระบอก มีขนสั้น แข็งกระด้าง มีสีน้ำตาลแดง หรือสีน้ำตาลอมเหลือง บางตัวมีขนสีน้ำตาลอ่อนถึงสีดำ เมื่อโตเต็มวัยอายุราว 15 - 18 เดือน จะมีน้ำหนักถึง 35 - 66 กิโลกรัม ลำตัวอาจยาวถึง 45 - 60 เซนติเมตร คาปิบาร่าเพศเมียจะมีน้ำหนักมากกว่าเพศผู้เล็กน้อย โดยจะตั้งท้องอยู่ประมาณ 5 เดือน และตกลูกครอกละ 4 - 5 ตัว

นิสัยและพฤติกรรม

หนึ่งในนิสัยเด่นคือ การเป็นสัตว์ที่เป็นมิตรมาก โดยทั่วไปมักจะเห็นภาพของคาปิบาร่าแทรกซึมเป็นเพื่อนกับสัตว์ชนิดต่าง ๆ ในป่าที่อาศัยอยู่ด้วยกัน นอกจากนี้ยังเป็นสัตว์ที่ชอบน้ำมากที่สุด รวมถึงชอบว่ายน้ำ และดำน้ำเก่ง ชอบนอนแช่ในน้ำทั้งวัน แม้แต่เวลาขับถ่ายหรือการผสมพันธุ์ก็จะทำอยู่ในน้ำ จะขึ้นบกก็ตอนที่ออกหาอาหารในช่วงเช้าและช่วงเย็น

วิธีการเลี้ยง

ก่อนอื่นต้องทำความเข้าใจก่อนว่าคาปิบาร่าเป็นสัตว์สังคมและมักอยู่รวมกันเป็นฝูง จึงควรหาเพื่อนให้เพราะไม่ชอบอยู่ตัวเดียว การอยู่ตัวเดียวอาจทำให้มีอาการเครียด นอกจากนี้ยังเป็นสัตว์ที่ชอบน้ำมาก จึงอาจต้องมีการเตรียมพื้นที่สำหรับการขุดบ่อน้ำที่มีความกว้างพอสมควร และลึกประมาณ 2 ฟุต เพื่อให้ได้นอนแช่และว่ายน้ำเล่น

นอกจากนี้ควรมีพื้นที่สำหรับเลี้ยงที่ใหญ่มากเพียงพอที่จะให้ได้ขุดคุ้ยดิน หรือขุดรูจากโคลน เพราะเป็นหนึ่งในพฤติกรรมที่ชอบทำ อีกทั้งยังต้องมีต้นไม้ใหญ่ไว้ให้คอยหลบแดดหลังจากการแช่น้ำอีกด้วย

การเตรียมอาหาร

คาปิบาร่าเป็นสัตว์ที่กินจุ โดยสามารถกินอาหารได้ถึง 3 - 5 กิโลกรัมต่อวัน ซึ่งอาหารหลักส่วนใหญ่จะเป็นผัก ผลไม้ หญ้า รวมไปถึงพืชน้ำและเปลือกไม้ แต่นิสัยการกินแปลก ๆ อีกอย่างหนึ่งก็คือการกินอุจจาระของตัวเองในตอนเช้า เนื่องจากเป็นแหล่งโปรตีนสูงทีเดียว

กระนั้นก็ตาม การจะเลี้ยง "คาปิบาร่า" ยังจำเป็นต้องคำนึงถึงสภาพแวดล้อมที่เหมาะสมด้วย เพราะเป็นสัตว์ที่อยู่ตัวเดียวไม่ได้ ต้องหาเพื่อนให้ และเป็นสัตว์ที่มีการขยายพันธุ์อย่างรวดเร็ว ขณะที่ราคาค่าตัวตกอยู่ที่ตัวละ 40,000 - 50,000 บาท จึงต้องพิจารณาความพร้อมให้ดีก่อนตัดสินใจเลี้ยง

FUN ACTIVITIES
กิจกรรมแห่งความสนุก

Now - 30th Sept 2023

Festal Life Art Exhibition Space

ชั้น G ฟิวเจอร์พาร์ค และสเปลล์

เวลา 11.00 - 22.00 น.

เป็นงานที่รวมสีสันความสนุกของศิลปินระดับประเทศกว่า 30 ท่าน ภายใต้ Concept Festal Life สนุกไปกับความหลากหลายที่เต็มไปด้วยสีสันของการใช้ชีวิต นำโดย TIKKYWOW หรือพิเชฐ รุจิวรารัตน์ นักออกแบบลายกราฟิกแนวสตรีทอาร์ตที่มีผลงานกับแบรนด์ชั้นนำระดับโลก Benzilla และปริญญา ศิริสินสุข เจ้าของคาแรกเตอร์ LOOOK มนุษย์ต่างดาวสามตาที่ฮิตไปทั่วบ้านทั่วเมือง ร่วมด้วย Young Artists งานจะสนุกและมีสีสันมากแค่ไหนต้องไปชมกัน

9th May - 20th Aug 2023

ศิลปะ-ไทย-เวลา

เยือนย้อนหลังหอศิลป์ พีระศรี

หอศิลปวัฒนธรรมแห่งกรุงเทพมหานคร (bacc) ชั้น 8

เวลา 10.00 - 19.00 น.

เนื่องในโอกาสครบรอบ 100 ปี ของศาสตราจารย์ศิลป พีระศรี ผู้ที่เดินทางมาถึงประเทศไทย จนเกิดการริเริ่มการสร้างหอศิลปะสาธารณชนแห่งแรกของประเทศไทย คือ หอศิลป พีระศรี เพื่อให้เป็นสถาบันที่มีหน้าที่ขับเคลื่อนสังคมและศิลปวัฒนธรรมร่วมสมัย เป็นพื้นที่แลกเปลี่ยนเรียนรู้ทางศิลปะ โดยนิทรรศการชุดนี้จัดขึ้นเพื่อการตระหนักถึงความสำคัญและสร้างความสนใจศึกษาถึงการพัฒนาทางประวัติศาสตร์ของหอศิลป พีระศรี ผ่านนิทรรศการจดหมายเหตุ และผลงานศิลปะ เพื่อเป็นฐานองค์ความรู้ที่ควรค่าแก่การเรียนรู้ ต่อยอด และเผยแพร่สู่สาธารณชนต่อไป

23rd - 26th Aug 2023

Food & Hospitality Thailand 2023

Exhibition Hall 1 - 2, ชั้น G ศูนย์การประชุมแห่งชาติสิริกิติ์

เวลา 10.00 - 18.00 น.

งานแสดงสินค้านานาชาติ สำหรับธุรกิจอาหาร และการบริการระดับพรีเมียมในประเทศไทยและภูมิภาคอาเซียน พร้อมนำเสนอสินค้า บริการ และโซลูชันที่ดีที่สุด ตลอดจนแนวคิดสำหรับธุรกิจในอนาคต ที่เป็นการเชื่อมต่อผู้ประกอบการกับผู้ซื้อตัวจริงจากธุรกิจโรงแรม ร้านอาหาร บาร์ บริการจัดเลี้ยง คาเฟ่ เบเกอรี สายการบิน สนามกอล์ฟ โลจิสติกส์ อสังหาริมทรัพย์ รวมถึงโรงพยาบาล และธุรกิจด้านสุขภาพมาไว้รวมกัน เพื่อตอบรับความต้องการของตลาดที่มีมากขึ้น สอดคล้องกับทิศทางเศรษฐกิจและการท่องเที่ยวที่ฟื้นตัวอย่างต่อเนื่อง ถือเป็นอีกหนึ่งงานที่น่าสนใจทีเดียว

24th - 26th Oct 2023

Fun & Biz ASEAN 2023

Hall 11 - 12 อิมแพ็ค เมืองทองธานี

เวลา 10.00 - 18.00 น.

งานเดียวที่รวม 4 มหกรรมด้านธุรกิจเข้าไว้ด้วยกัน ประกอบด้วย ASEAN Vending Machine & Self-service Facilities Expo (Vend ASEAN) งานเครื่องจักรเพื่อการค้า และเครื่องจำหน่ายสินค้าอัตโนมัติ Shop Next เป็นงานแสดงสินค้าในเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ที่นำเสนออุปกรณ์สำหรับร้านค้าปลีก Thailand Amusement & Attraction Parks Expo (TAAPE) งานแสดงสวนสนุก เครื่องเล่น และสถานที่ท่องเที่ยวในประเทศไทย (กรุงเทพฯ) และอีกงานที่ขาดไม่ได้ ASEAN Pool & Spa Expo งานแสดงสินค้าและการจัดจำหน่ายสระว่ายน้ำและอุปกรณ์ด้านสปา ซึ่งในงานจะพาให้ทุกคนเพลิดเพลินไปกับทุกมหกรรมอย่างน่าประทับใจ

BAMBOO INSPIRATION
แรงบันดาลใจจาก "ไผ่"

"ไผ่" เป็นหนึ่งในต้นไม้ที่มีความอดทนสูง และถือเป็นแหล่งอาหารของมนุษย์และสัตว์มาเป็นระยะเวลายาวนาน รวมถึงยังเป็นต้นไม้ที่สามารถดัดแปลงเพื่อการใช้งานได้อย่างหลากหลาย ทั้งเป็นภาชนะหุงต้มอาหาร ไปจนถึงเป็นเฟอร์นิเจอร์นำมาตกแต่งบ้านให้สวยงามอีกด้วย

BAMBOO SOFA

เบื่อโซฟาแบบเดิมๆ แล้วหรือยัง มาลองนั่งโซฟาไม้ไผ่กันดีกว่า โดยโซฟาตัวนี้ทำจากลำไม้ไผ่ขนาดต่างกัน แล้วมัดด้วยเส้นโลหะให้เป็นลักษณะทรงกระบอก โดยเว้นระยะช่วงกลางของลำไม้ไผ่ให้เป็นมุม 90 องศา สำหรับทำเป็นส่วนของที่นั่ง

BAMBOO SHOOTS TABLE

เป็นโต๊ะกาแฟที่เลียนแบบการเติบโตของต้นไผ่ตามธรรมชาติ โดยเป็นการนำลำต้นไผ่ขนาดใกล้เคียงกันมาตัดปลายทั้งสองข้างให้ทำมุมขนาบกับแผ่นไม้ทั้งสองแผ่น (แผ่นหนึ่งเป็นฐานรอง และอีกแผ่นเป็นหน้าโต๊ะ) จากนั้นประกอบเข้าหากันให้มีลักษณะเหมือนกับไผ่ที่เติบโตตามธรรมชาติ เท่านี้ก็ได้โต๊ะกาแฟสวยๆ ที่ทำจากต้นไผ่แล้ว

BAMBOO TABLE LAMP

เป็นโคมไฟที่ทำมาจากกระบอกไม้ไผ่ ซึ่งสามารถทำกันได้ง่ายๆ โดยการนำกระบอกไม้ไผ่ขนาดใหญ่ สูงประมาณ 1½ ฟุต มาเจาะรูให้เป็นแนวเดียวกัน หรือสับหว่างระหว่างแนวให้ทั่วทั้งกระบอก ก่อนนำไปขัดมันและเคลือบผิวให้เงา จากนั้นประกอบเข้ากับชุดหลอดไฟฟ้า แค่นี้ก็จะได้โคมไฟตั้งโต๊ะแล้ว

BAMBOO WALL CLOCK

นาฬิกาติดฝาผนังเรือนนี้สวยสะดุดตา เพราะทำมาจากไม้ไผ่ทั้งหมด ตั้งแต่กรอบที่นำลำไม้ไผ่มาตัดเป็นท่อนๆ แล้วมัดแต่ละมุมด้วยเส้นตอกที่ทำจากไม้ไผ่ ขณะที่หน้าปัดนาฬิกาก็ใช้ตอกมาสานให้เป็นแผ่นแล้วประกอบเข้ากับชุดนาฬิกาสำเร็จรูป เพียงเท่านี้ก็จะได้นาฬิกาติดฝาผนังที่ดูเป็นธรรมชาติแล้ว

BAMBOO CHAIR

เรียกได้ว่าเป็นเก้าอี้ไม้ไผ่ดีไซน์แปลกตา ที่อาจต้องใช้ทักษะในการประดิษฐ์สักหน่อย เพราะนอกจากจะเป็นการนำเอาไม้ไผ่ที่มีความหนามาประกอบให้เป็นตัวแผ่นรองนั่งที่สวยงามแล้ว ยังมีการนำกระบอกไม้ไผ่ขนาดเดียวกัน มาตัดเป็นท่อนๆ ขนาดความกว้างไม่เกิน 2 นิ้ว แล้วเจาะรูด้านข้าง ก่อนที่จะนำเอาเหล็กเส้นมาสอดให้เป็นลักษณะเหมือนกับโซ่ โค้งงอไปตามแบบของเก้าอี้ แล้วยึดติดกับขาตั้ง กลายเป็นเก้าอี้ดีไซน์เก๋ให้นั่งกัน

BAMBOO STOOL

เป็นที่นั่งที่เรียบง่าย แต่บอกเลยว่าสวยมาก และมีความเป็นธรรมชาติจริงๆ เพราะทำมาจากไม้ไผ่ลำเล็กหลายๆ ท่อน ที่นำมาขัดผิวให้เรียบ และเรียงกันเป็นลักษณะทรงกลมหรือทรงสี่เหลี่ยม ยึดติดกันด้วยกาวหรือตะปูเล็กๆ เพื่อไม่ให้เห็นร่องรอยการประกอบ

BAMBOO BENCH

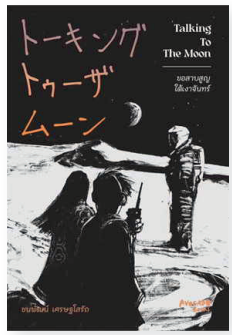
ม้านั่งตัวนี้ทำมาจากต้นไผ่ที่ตัดให้ได้ขนาดเท่าๆ กัน แล้วนำมาวางเรียงเป็นแนวยาว ก่อนจะประกอบเข้ากับไม้ที่มีดีไซน์คล้ายลักษณะของหัวเรือ แค่นี้ก็จะได้ม้านั่งสำหรับใช้ในสวนหรือระเบียงบ้านแล้ว แต่หากกลัวว่านั่งแล้วจะไม่สบาย ก็อาจใช้เบาะมารองอีกชั้นหนึ่งเพื่อเป็นที่รองนั่งก็ได้

READING TIME
เวลาแห่งการเรียนรู้

ไม่สำคัญว่าจะเกิดอะไรขึ้นกับเรา (I DON'T CARE)

ผู้เขียน : Low Profile

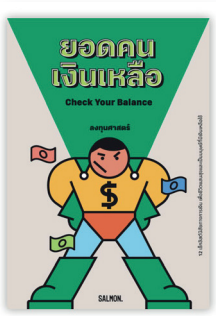
ตลอดชีวิตของเรา หลายๆ ครั้งเราเองก็ไม่สามารถควบคุมสิ่งที่เกิดขึ้นได้ ไม่ว่าจะเป็นเรื่องดีหรือร้าย แต่ถ้าเลือกที่จะตอบสนองต่อสิ่งต่างๆ ให้เป็น ก็จะช่วยให้ชีวิตดีขึ้นเป็นอย่างมาก รวมถึงรู้สึกว่าพลังในการแก้ปัญหาและจัดการชีวิตเป็นของเรา ไม่ใช่ของคนอื่น หรือโลกภายนอก และหนังสือเล่มนี้จะเป็นอีกเครื่องมือในการพัฒนาตัวเอง และอีกสารพัดเหตุผลชวนคิด ที่จะทำให้มีความสุขกับชีวิตมากขึ้น



TALKING TO THE MOON ขอสาบสูญใต้เงาจันทร์

ผู้เขียน : ชนพัฒน์ เศรษฐโสรัถ

หนังสือที่รวมเรื่องสั้น 8 เรื่องสไตล์ญี่ปุ่น เล่าถึงความเหงาผ่านวิถีชีวิตและความเป็นไปของชาวญี่ปุ่นที่ดำเนินชีวิตในสถานที่และช่วงเวลาเดียวกัน โดยผสานเข้ากับเรื่องราววิทยาศาสตร์ เรื่องลี้ลับ การดำเนินชีวิต ความคิด และการกระทำที่เรียบง่าย แต่แฝงไว้ด้วยความรู้สึกลึกๆ ที่ลึกจนยากจะคาดเดาตอนจบ แม้เรื่องสั้นแต่ละเรื่องจะไม่เกี่ยวข้องกัน แต่ก็มีจุดที่เชื่อมโยงทุกเรื่องเข้าด้วยกันอย่างกลมกลืน



ยอดคนเงินเหลือ (CHECK YOUR BALANCE)

ผู้เขียน : ลงทุนศาสตร์

หนังสือเล่มนี้จะพาทุกคนไปพบกับเช็กลิสต์ 12 ข้อ ว่าด้วยแนวคิดการจัดการเงินขั้นพื้นฐาน ก่อนนำกลับไปเช็กพฤติกรรมของตัวเอง แล้วนำไปปรับใช้ให้เหมาะสมกับไลฟ์สไตล์ เพื่อชีวิตที่มีความสมดุลทั้งทรัพย์สินและความสุขของแต่ละคน ตั้งแต่การจดบันทึกรายรับ-รายจ่าย หลักกระจายความเสี่ยง การซื้อประกัน การลงทุน ไปจนถึงการเตรียมรับมือในวันที่หมดตัว เพื่อเป้าหมายการเป็นยอดคนที่มีเงินเหลือใช้ และยิ้มได้ในทุกการควักสตางค์

DRAG QUEEN และซูเปอร์ฮีโร่คนอื่นๆ

ผู้เขียน : ณพรรธน์

หนังสือที่รวมเรื่องสั้นไว้ด้วยกันถึง 8 เรื่อง ในแนววิทยาศาสตร์-แฟนตาซี บอกเล่าถึงความเหลื่อมล้ำและความอยุติธรรมในสังคม ตลอดจนประเด็นความเท่าเทียมของมนุษย์ในหลากหลายมิติ พร้อมแทรกเกร็ดประวัติศาสตร์การเมืองไทย ผ่านการเล่าเรื่องในหลายกลวิธี รับรองเลยว่าอ่านแล้วจะเปิดโลก เปิดจินตนาการ และเปิดใจให้ได้ตั้งคำถามกับทุกเรื่องรอบตัวที่เกิดขึ้นทั้งในสังคมไทยและสังคมโลก ผ่านการเล่าเรื่องหลายกลวิธีที่ทำให้รู้สึกว้าวไปจนจบเล่ม

“การชนะใจตนเอง
เป็นที่สุดแห่งชัยชนะ”

พลาโต

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

It is not the mountain we conquer
but ourselves.

Edmund Hillary

LAND & HOUSES

www.lh.co.th

1198