



A LIFESTYLE MAGAZINE
THAT WANTS TO BE IN
YOUR HANDS RATHER THAN
IN YOUR TRASH CAN

BE THE REASON
SOMEONE SMILES TODAY



MAY 2016

24

SUMMER FLAVOR

TALK TALK TALK WITH
PIMMADA
PATTANAPRATYAPONG

ITCHY FEET
Zurich

LIVING IN
RABBIT HOLE



ภาพเครื่องใช้สำหรับประกอบโปรโมชั่นเท่านั้น

BUTTER CARAMEL POPCORN



Butter Caramel Popcorn
Twist Coffee

Butter Caramel Popcorn
Twist Cream

Butter Caramel Popcorn
Chocolattè Twist



ติดตามข่าวสารและอัปเดตโปรโมชั่นทุกช่องทางได้ที่
www.truecoffee.com [@truecoffee](https://www.facebook.com/sipandsurf) [truecoffee_official](https://www.facebook.com/truecoffee_official)

ครบเรื่องบ้าน
ถูกและดี



www.thaiwatsadu.com www.facebook.com/ThaiWatsadu แฟนเพจ



1 ม.ค. – 30 มิ.ย. 59
สิทธิพิเศษเฉพาะสมาชิก AREEYA&YOU CARD
สาขาที่ร่วมรายการ
ไทยวัสดุ บางนา, แจ้งวัฒนะ, บางบัวทอง, นวมินทร์, สุขุมวิท3, รัชสิด
ศาลายา, บางพลี, ปทุมธานี, มทราชัย



ซื้อตั้งแต่ 5,000 บาทขึ้นไป/ใบเสร็จ
รับคูปองส่วนลด 200.-*
(จำกัด 3 สิทธิ/เดือน)*

ติดต่อจุดบริการลูกค้า และส่ง sms ไปที่ *470*55*012 เพื่อรับรหัสยืนยันสิทธิการร่วมโปรโมชัน
*บริษัทฯ ขอสงวนสิทธิ์ในการเปลี่ยนแปลงเงื่อนไขโดยไม่ต้องแจ้งให้ทราบล่วงหน้า

CONTENTS

P.6
TAKE A SEAT

P.8
LIVING IN

P.12
TALK TALK
TALK

P.14
WHO WHAT
WEAR

P.16
DESIGN
WONDERS

P.18
ITCHY FEET

P.22
THE WAY HOME

P.24
ON SOFA

P.25
APPTRACTION

P.26
UNKNOWN WOW

P.28
P.S. YUMMY

P.30
SIMPLE
FAST
EASY

P.32
GO TOUCH UP

P.34
HEALTH ME

P.36
S.P.E.C.I.A.L

P.40
ME & YOU

P.42
AREEYA & YOU
PRIVILEGES

P.48
ENGLISH
ACTUALLY

P.50
GOOD VIEW
STORY

P.54
ON THE MOVE

P.56
HOPE

-SUMMER FLAVOR-

Areeya

Yoga & Me

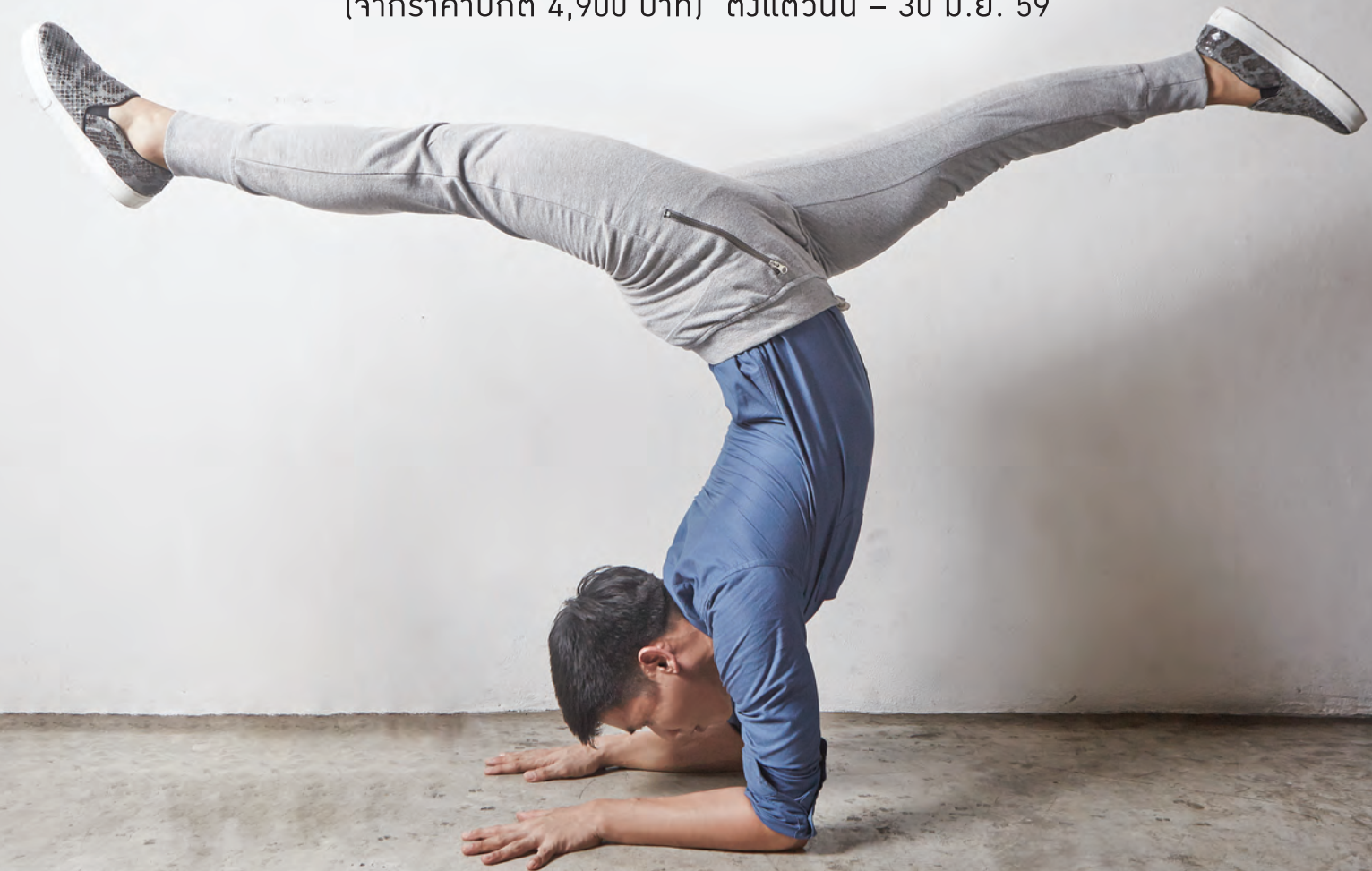
"BE HAPPY BE HEALTHY"

ปฏิวัติชีวิต สร้างความสุขคู่สุขภาพดีด้วยศาสตร์โยคะ ที่ YOGA&ME

สิทธิพิเศษ เฉพาะลูกบ้านอารีญา

ซื้อคอร์สโยคะ 1 เดือน 2,900 บาท

(จากราคาปกติ 4,900 บาท) ตั้งแต่วันที่ - 30 มิ.ย. 59



สอบถามรายละเอียดได้ที่ YOGA&ME

CDC

02-102-2975-6

THE WALK KASETNAWAMIN

02-001-9577-9

THE WALK RATCHAPRUEK

02-489-8978-9

AREE (LA VILLA AREE, BTS AREE)

02-619-0051-2

ติดตามข่าวสารของสตูดิโอได้ที่



www.yogaandme.net



yogaandme



www.facebook.com/yogaandme

TAKE A SEAT

ในช่วงหน้าร้อน ที่อากาศอาจทำให้ใครหลายคนหงุดหงิด
 ไม่อยากออกไปข้างนอก ไม่อยากทำอะไร
 หน้าร้อน อาจเป็นช่วงที่หลายคนอยากให้น้ำเย็นไปเร็ว ๆ
 ในมุมเล็กๆ ของโลกที่อากาศกำลังร้อนแผดเผา
 อาจจะมีสิ่งมีชีวิตเล็กๆ ที่กำลังเพลิดเพลินกับแสงแดดนี้
 ต้นไม้ ดอกไม้ ใบหญ้าพร้อมใจกันผลิบาน
 สีสันสดใสพร้อมใจแย่งชิงกันเด่น
 ชุด Bikini ตัวเก่งได้ออกมาโลดแล่น
 น้ำทะเลสีครามเปล่งประกายระยิบระยับ
 ช่วงหน้าร้อนอาจจะเป็นช่วงที่บางคนรอคอย
 รอคอยที่จะได้หยุดพักจากงาน หยุดเพื่อหายใจ
 หยุดเพื่อออกไปค้นหาอะไรใหม่ๆ
 หยุด...เพื่อจะได้ใช้เวลากับคนที่เรารัก
 เพียงเราเลือกที่จะมอง อากาศร้อนๆ อาจจะเป็นจุดเริ่มต้นของสิ่งดีๆ
 ที่กำลังจะเกิดขึ้นก็เป็นได้

"And so with the sunshine and the great bursts of leaves growing on
 the trees, just as things grow in fast movies, I had that familiar
 conviction that life was beginning over again with the summer."
 F. Scott Fitzgerald

Pathamol L.

CONTRIBUTORS

Executive Editor-in-chief ประธานบรรณาธิการบริหาร
Wisit Laohapoonrungrsee วัชรวิทย์ เลหาพูนรังษี

Lifestyle Writer
 นักเขียนไลฟ์สไตล์

บริษัท อาร์ยา พรอพเพอร์ตี้ จำกัด (มหาชน)
 999 ถนนประดิษฐ์ปุณสร ถนนสะพานสอง
 เขตวังทองหลาง กรุงเทพมหานคร 10310
 02 798 9999
 www.areeya.co.th

Executive Editors บรรณาธิการ
Rattanaporn Trisununt รัตนาพร ไตรยุสนันท์
Pathamol Lauhapoonrungrsi พัทรมล เลหาพูนรังษี

Pimmada Pattanapratyapong
B inthemiddleofnowhere
 บีธาน
Yellow Potion & Panda
Brownie Cat
 เชฟอ้วน
Shane
Crispy FroiD
 น็อกว
rssm-ไรต์เตอร์
Be-live
Pathamol L.

ถ่ายภาพและรูปภาพทั้งหมดในนิตยสารเล่มนี้
 ห้ามเผยแพร่ หรือพิมพ์ซ้ำโดยไม่ได้รับอนุญาต
 เป็นลายลักษณ์อักษร

Art Director ฝ่ายศิลป์
Project No.143

Photographer ช่างภาพ
Project No.143

Illustrators
Project No.143
Hell Holiday

Marketing ฝ่ายการตลาด
Supaporn Yuyen สุภาพร อวยุธี

**Reproduction in whole or in part
 without written permission is strictly
 prohibited**



THE LAST LEGACY ON SUKHUMVIT กรรมสิทธิ์สุดท้ายบนสุขุมวิท



ถ้าคุณคือศูนย์กลางของจักรวาล และอยากให้ความสุข
 อยู่รายล้อม ไม่ว่าจะมีความสุขในการครอบครอง
 สิ่งมีค่าหนึ่งเดียว ความสุขที่ได้อยู่ท่ามกลางชีวิตศิวิไลซ์
 หรือความสุขของชีวิตที่น่าภูมิใจ สุขุมวิท...คือคำตอบ
 ที่คุณแสวงหา ที่นี่... THE AVA RESIDENCE
 บ้านเดี่ยวพร้อมสไตล์ชีวิตแบบเอ็กซ์คลูซีฟ
 เริ่ม 30-60 ล้านบาท* | ทร.1797 กด 45



โครงการ เดอะ อาวา เรสซิเดนซ์ สุขุมวิท 77 เจ้าของโครงการและผู้ถือกรรมสิทธิ์ในที่ดิน บริษัท อาร์ยา พรอพเพอร์ตี้ จำกัด (มหาชน) ตั้งอยู่เลขที่ 999 ถนนประดิษฐ์ปุณสร ถนนสะพานสอง เขตวังทองหลาง กทม. 10310 ทุบยกทะเบียน 1,200 ล้านบาท ค่าระงับ 980 ล้านบาท กรรมการผู้จัดการ คุณวิศิษฐ์ เลหาพูนรังษี ที่ตั้งโครงการ ถนนสุขุมวิท แขวงสวนหลวง เขตสวนหลวง กทม. โฉนดที่ดินเลขที่ 1226 (บางส่วน) กทท. พื้นที่โครงการประมาณ 31-1-37.5 ไร่ บริษัทอยู่ระหว่างยื่นใบอนุญาตนิติกรรมที่ดินเลขที่ 148/2547 และใบอนุญาตนิติกรรมที่ดินครั้งที่ 1 เลขที่ 112/2549 ตามมติคณะกรรมการจัดสรรที่ดินกรุงเทพมหานคร เมื่อวันที่ 20 ก.พ. 2558 เริ่มก่อสร้าง มี.ย. 2558 เฟส 1 คาดว่าจะแล้วเสร็จประมาณ ส.ค. 2558, เฟส 2 คาดว่าจะแล้วเสร็จประมาณ มี.ย. 2559, เฟส 3 คาดว่าจะแล้วเสร็จประมาณ ก.พ. 2560, เฟส 4 คาดว่าจะแล้วเสร็จประมาณ มี.ค. 2561, และเฟส 5 คาดว่าจะแล้วเสร็จประมาณ ก.ค. 2562 ที่ดินและอาคารไม่มีการบุกพื้นที่กันตามนการยื่น พร้อมโอนกรรมสิทธิ์ภายใน 30 วันนับแต่ผู้ซื้อชำระครบถ้วนตามข้อกำหนดการขายในสัญญา รายละเอียดตามโฆษณาเริ่มใช้ตั้งแต่ มี.ย. 58 ข้อความโฆษณาที่มีอยู่ก่อนหน้าจัดทำขึ้นโดยโฆษณาฉบับนี้ใช้โฆษณาฉบับนี้เป็นหลัก ข้อมูลและภาพโฆษณาอาจมีการเปลี่ยนแปลง โดยไม่ต้องแจ้งให้ทราบล่วงหน้า *ภาพที่ใช้เป็นภาพจำลองสำหรับพิจารณาเท่านั้น

LIVING IN

03

STROLL THE WORLD THROUGH THE EYES OF
OUR VERY OWN INTERIOR DESIGNER

เดินดูสถานที่สวยเก๋จากทั่วโลก
ผ่านสายตา และมุมมองของ
อินทีเรียดีไซน์เนอร์

TAKKA BAMBLEBEE



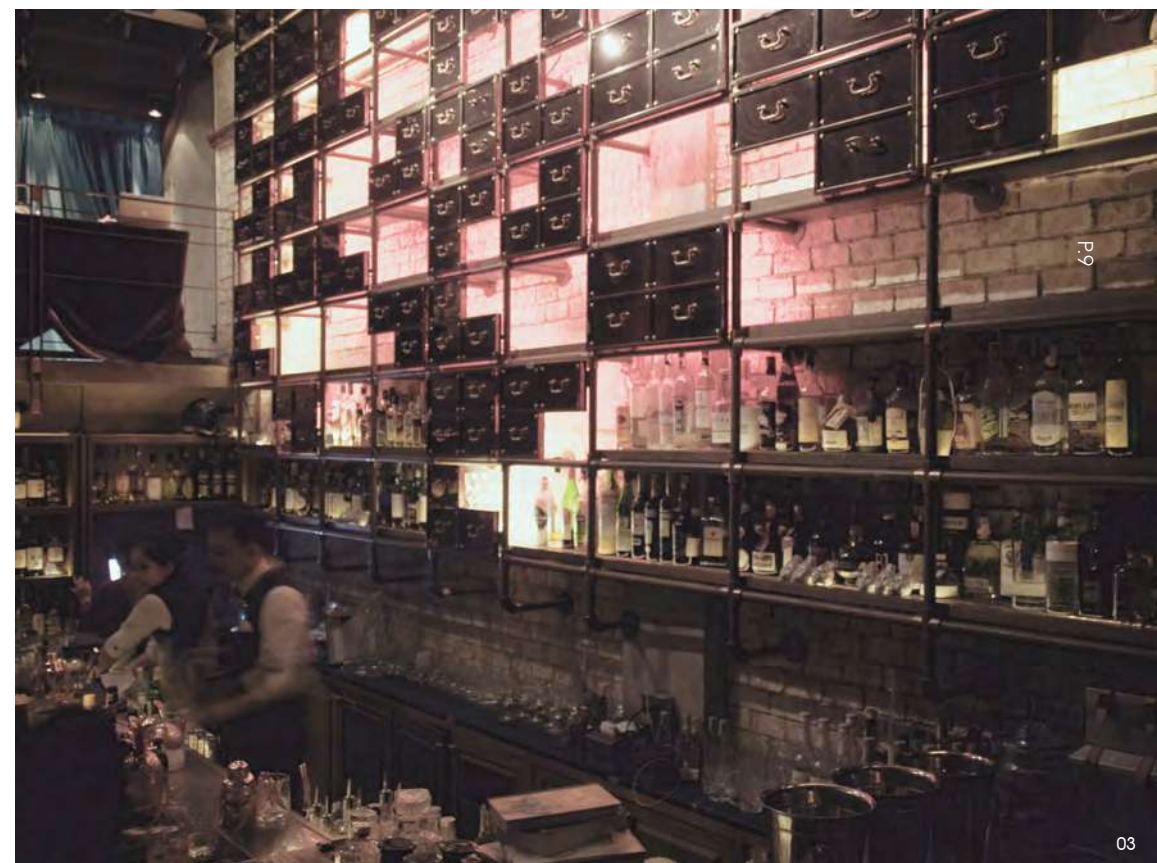
P8

RABBIT HOLE

-SUMMER FLAVOR-



02

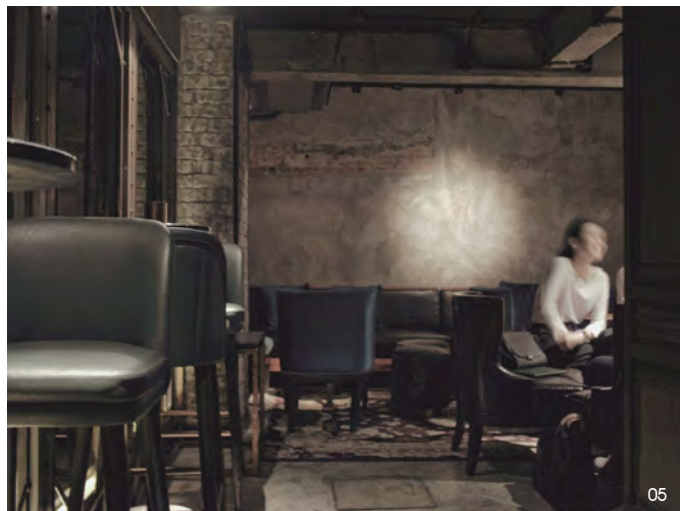


P9

03

ถ้าพูดถึง SUMMER เรามักจะนึกไปถึงสีสันสดใส ความสนุกสนาน แต่ถ้าจะให้
LIVING IN ดีความความเป็น SUMMER FLAVOR ในแบบของเราแล้ว
จะให้ธรรมดาได้ไง เราจึงขอสร้างร้าน RABBIT HOLE ขึ้นชกในตำแหน่งนี้
คุณอาจจะคิดว่ามันจะไปเกี่ยวข้องกันได้อย่างไร ลองมาสัมผัส RABBIT HOLE
ไปพร้อมๆ กันกับเรา

01



เริ่มจากประตูทางเข้ากันก่อนเลย เป็นผนังไม้เรียบๆ กับประตูไม้ที่ถูกล็อคซ่อนอยู่ ไม่มีชื่อร้าน ไม่มี SIGNAGE ใดๆ ทั้งสิ้น รวากับเป็นสมาคมลับสักแห่งที่ต้องเป็นสมาชิกเท่านั้นถึงจะหาเจอ พอผลักประตูเข้าไป เหมือนหลุดเข้าไปอีกโลกหนึ่งที่ตัดขาดจากโลกภายนอกโดยสิ้นเชิง การดีไซน์ที่นำเอาความเป็น LOFT ดิบๆ มาเจอกับความเป็น LUXURY ความสนุกของการเลือกใช้วัสดุหลากหลายแบบ ไม่ว่าจะเป็ผนังอิฐเปลือย ปูนขัดมัน โครงสร้างเหล็กดิบๆ มาผสมกับความหรูหรา มันทว ของชั้นและผนังสเตนเลส ROSE GOLD ได้อย่างลงตัว และที่เราชอบมากคือการเลือกใช้สี ไม่ว่าจะเป็สีแดง สีน้ำเงิน สีเขียว มาตัดกันในแต่ละจุด รวมไปถึงการวาง LIGHTING SPOT เป็นจุดๆ แสงสลัวๆ มาเจอกับ VINTAGE FURNITURE ที่เป็นหนังบ้าง ฝัก้ากำมะหยี่บ้าง รวากับได้ดูหนังของผู้กำกับคนโปรด ห่วงงาไว เกิดเป็ความเช็ชี่ และ น่าค้นหา

อีกทั้ง RABBIT HOLE ให้ความสำคัญกับ LIGHTING DESIGN อย่างมาก โดยจะกันแสงภายนอกไม่ให้เข้ามาจนเลย ดังนั้นภายในร้านจะสามารถควบคุม LIGHTING ได้อย่างเต็มที่ ซึ่งแบ่งเป็ 3 ช่วงเวลา คือ ช่วง 19.00 - 20.00 น. จะเป็ไฟ WARM LIGHT สว่างๆ ดูผ่อนคลาย พอถึงช่วง 20.00 - 23.00 น. ไฟในร้าน

จะหรี่ลง และจะมีแสงสีแดงจางๆ จาก LED ที่ซ่อนอยู่ผนังหลัง COCKTAIL BAR เหมือนแสงตอนเย็นโพล้เพล้ ก่อนพระอาทิตย์จะตกดิน และหลังจาก 23.00 น. เป็นต้นไป ไฟในร้านจะมีสลัวๆ มีแค่แสงจาก LED สีแดงที่จะแดงเต็มที่ ปลุกความคิดคักได้อย่างเต็มตัว

ส่วนการจัด zoning ของ RABBIT HOLE จะแบ่งเป็ 4 โซนใหญ่ๆ โซนแรกจะเป็โซนที่คักคักที่สุด คือ โซน COCKTAIL BAR จะเป็ OPEN SPACE โลง้ขึ้นไป 3 ชั้น และเราจะได้เห็นลีลาการขง COCKTAIL จาก BARTENDER มือโปร ส่วนโซนที่ 2 จะอยู่ด้านหลังสุดของร้าน ภายใต้อหลังคากระจก มีความเป็นส่วนตัวขึ้นมานิดนึ่ง โซนที่ 3 ตรงชั้นลอย เหมือนนั่งอยู่ในห้องนั่งเล่นของวังสักแห่งในยุโรป จากตัว VINTAGE FURNITURE และ GALLERY WALL ส่วนโซนสุดท้ายอยู่ที่ชั้น 3 จะมีความ PRIVATE ที่สุด เพราะจะได้พื้นที่ด้านบนทั้งหมด และยังมี COCKTAIL BAR ส่วนตัวด้วย เหมาะสำหรับการจัด PRIVATE PARTY ที่สุด

เป็นยังงั้ละครับ SUMMER FLAVOR ของ LIVING IN ทั้งการเลือกใช้สีและ LIGHTING ที่สนุกสนาน CONCEPT ที่สื่อออกมาในการตกแต่ง

ราวกับอยู่ในสวนสนุกสักแห่ง ที่เมื่อคุณได้หลงเข้ามาแล้ว ก็ยากที่จะกลับออกไปง่าย ๆ เหมือนกับเดินตกลงไปในหลุมพรางของ RABBIT HOLE เข้าแล้ว คุณจะหา RABBIT HOLE ได้จากผนังไม้เรียบ ๆ ที่ตั้งอยู่ระหว่างชอยทองหล่อ 5 กับชอยทองหล่อ 7 เราไปคุณได้เท่านี้จริงๆ ...มันเป็ความลับ

01 ผนังไม้ทึบที่ร้านที่ไม่งบอบอะไรๆ ทั้งลิ้นให้ความรู้สึกกลับ น่าค้นหา

02 บริเวณ COCKTAIL BAR ที่ไปงั้ลงไปจนถึงชั้น 3 การเลือกใช้วัสดุที่เป็ LOFT และ LUXURY ได้อย่างลงตัว

03 RED WALL ที่เป็ HIGHLIGHT ของร้าน
04 เกิดจากความคืบของผนังอิฐกับความ LUXURY ของสเตนเลส ROSE GOLD ที่ซ่อนไฟ LED สีแดงไว้ปรับเปลี่ยนบรรยากาศภายในร้านในแต่ละช่วงเวลา

05 โซนหลังคากระจก ที่ใช้ผนังดิบๆ กับงานเหล็ก มาตัดกับความหรูหราของ SOFA และ ARMCHAIR ที่หุ้มด้วยหนังและฝัก้ากำมะหยี่

06 บริเวณชั้นลอยที่เราบอกว่าเหมือนนั่งอยู่ในห้องนั่งเล่นของวังสักแห่ง จากการตกแต่งผนังด้วยภาพและ FURNITURE VINTAGE การเลือกใช้สีน้ำเงินกรมท่ามาตัดกับสีเขียวเทอร์ควอยซ์

07 PRIVATE PARTY ZONE ในชั้น 3 ที่มี COCKTAIL BAR ส่วนตัวด้วย

08 OPEN SPACE ลงไป 3 ชั้น ให้ความรู้สึกต่อเนื่องในแต่ละชั้นและยังถือได้ถึงความเป็ RABBIT HOLE ได้อีกด้วย

TALK TALK TALK

DIG DEEP INTO FAMOUS CELEBRITIES AND STARS INSIGHTS

เปิดมุมมอง โฉวความคิดที่ซุกซ่อนอยู่ของดาราชะเลิบนคิง



ให้ออกุสโนเติมสีสันให้ชีวิตคุณ

จากเด็กธรรมดาๆ สู่นักธุรกิจสาวน้อยที่มีธุรกิจของตัวเอง คุณพิมพ์มาดา พัฒนปรัชญาพงศ์ หรือแพรว เจ้าของแบรนด์คางกึ่งทอดกรอบ “โอคุสโน” เจ้าแรกของประเทศไทย ที่มองเห็นโอกาสจากสิ่งที่คุณมองข้ามมาสร้างทำให้เกิดมูลค่า โดยใช้ส่วนได้หัวของกึ่งที่ไม่มีค่าเรียกแน่ชัดว่าคืออะไร เธอจึงเรียกส่วนนี้ว่า “คางกึ่ง” เธอคนนี้ได้พลิกไอเดียคางกึ่ง วัตถุดิบที่ใครก็คิดไม่ถึง มาแปรรูป อัปเกรด เพิ่มระดับ จนกลายเป็นสแน็ก ขนมหานเล่นรูปแบบใหม่ที่มีแคลเซียมสูงถึง 90% โซเดียมต่ำ และไม่มีผงชูรส เป็นขนมที่มากกว่าขนม เพราะทานเป็นขนมขบเคี้ยวหรือโรยกับอาหารในงานของคุณงานใดก็ได้ และขนมโอคุสโน ยังเป็นผู้ชนะเลิศจากรายการ SME ตีแตก The Final 2015 เป็นสุดยอด SME ปี 2015 อีกด้วย

จุดเริ่มต้น “คางกึ่ง”

หลายคนสงสัยว่าจุดประกายไอเดียนี้มาได้ยังไง เธอคนนี้คิดได้อย่างไร คำตอบคือ เธอเพียงแค่นั่งทานอาหารกับครอบครัว และบนโต๊ะมีหัวกึ่งมากมาย วางทิ้งอยู่ ด้วยความที่เธอรักตามประสาเด็ก เธอจึงนำมาแกะแกะเล่นและสังเกตว่า ส่วนได้หัวของกึ่งนี้มันดีเนอะ จึงเกิดไอเดียว่า มันน่าจะเอามาทำอะไรได้ หลังจากนั้นเธอจึงชักชวนน้องชาย และเริ่มทดลองวิธีต่างๆ โดยมุ่งหวังว่า ทำอย่างไรให้เก็บสินค้านี้ได้นาน เธอและน้องชายจึงทดลองปิ้งย่าง อบ ต้ม จนในที่สุดก็ออกมาเป็น “คางกึ่งทอดกรอบ” ภายใต้แบรนด์ โอคุสโน ซึ่งปัจจุบันมี 3 รสชาติด้วยกันคือ รสดั้งเดิม รสต้มยำ และรสแกงเขียวหวาน

หัวกึ่ง หรือ คางกึ่ง เอามาจากไหน

ในตอนเริ่มต้นที่ทำธุรกิจนี้ เธอและน้องชายได้พยายามไปติดต่อฟาร์มกึ่งในที่ต่างๆ เพื่อที่จะขอซื้อเฉพาะคางกึ่ง แต่ไม่ว่าจะไปที่ไหนๆ ก็โดนปฏิเสธกลับมาทุกครั้ง บางครั้งก็โดนหัวเราะเยาะ โดนไล่กลับ และยังดูถูกว่า

“หนูจะเอาไปทำอะไร ไม่มีใครขายให้หรอก ถ้าจะเอาไปก็เอาไปทั้งหัวเลย” แต่ด้วยความที่ไม่ย่อท้อ และเชื่อในสินค้านี้ว่าจะต้องไปได้ จึงพยายามหาไปเรื่อยๆ ใช้เวลาอยู่หลายเดือน จนในที่สุดก็มีผู้ใหญ่ใจดี ลองทำส่วนนี้ขายให้เธอ เธอจึงมีกำลังใจสู้ต่อและพัฒนาแบรนด์โอคุสโนมาจนถึงทุกวันนี้ หากเธอเจออุปสรรคและถอยหลัง ล้มเลิกที่จะทำธุรกิจนี้ตั้งแต่ตอนนั้น พวกเขาจะไม่มีโอกาสได้รู้จักกับคำว่า “คางกึ่ง” แน่นนอน

ความแตกต่างทางไอเดียของคุณแพรว

เนื่องจากคนไทยยังไม่รู้จักว่าคางกึ่งคือส่วนไหนของกึ่ง? อะไรคือคางกึ่ง? กึ่งมีคางด้วยหรือ? จึงเป็นเหตุให้ผู้บริโภคเกิดความสงสัย และจากความสงสัยนี้เอง ที่เธอนำมาเป็นจุดขาย สามารถดึงดูดให้ลูกค้าเข้ามาลองทานขนมของเราได้ และอีกหนึ่งจุดเด่นของผลิตภัณฑ์นี้คือ บรรจุภัณฑ์ที่มีความแตกต่างจากขนมถุงยี่ห้ออื่นๆ ซึ่งแพ็กเกจจึงส่วนใหญ่มักจะออกแบบถุงบรรจุภัณฑ์ที่มีสีพื้นหลากหลายสีและใช้พื้นมันเงา และมักใช้ภาพสินค้าจริงในการสื่อถึงผลิตภัณฑ์ แต่เธอทำส่วนทางจากขนมยี่ห้อต่างๆ อย่างสิ้นเชิง เธอใช้แพ็กเกจจึงเป็นพื้นสีขาวและเป็นพื้นด้าน แดงการออกแบบภาพยังใช้เส้นเหมือนเป็นการวาดการ์ตูนเพื่อให้มีความแตกต่างจากขนมขบเคี้ยวตามท้องตลาดทั่วไป เพราะเธอเชื่อว่าการทำธุรกิจจะต้องมีจุดยืน จุดเด่น จุดต่างของตัวเองโดยที่ไม่ลอกเลียนแบบใคร เธอเน้นความสนุกสนาน ซึ่งแสดงออกผ่านของบรรจุภัณฑ์ โดยการเน้นสีสันต่างๆ เหมือน “ให้ออกุสโนเติมสีสันให้ชีวิตคุณ” (Let OKUSNO bring you a colorful life) ซึ่งถือได้ว่าเป็นจุดเด่นที่เมื่อผู้ซื้อเห็นจะสามารถจดจำแพ็กเกจจิ้งของแบรนด์เธอได้

แม้แต่ในด้านการตลาดเธอก็มองถึงจุดที่ต่างออกไป เพราะเธอนำขนมโอคุสโนไปวางจำหน่ายในร้านหนังสือ Se-ed Book Center ซึ่งไม่มีใครคาดถึงว่าจะมีขนมขบเคี้ยวไปวางจำหน่าย แต่เธอมองว่าขนมโอคุสโนตอบโจทย์คนที่อ่านหนังสือได้เป็นอย่างดี เธอจึงเลือกวางจำหน่ายในร้านหนังสือแห่งนี้

ที่มีวางจำหน่ายทั่วประเทศ นอกจากนี้ยังมีการจัดส่งทางไปรษณีย์ทั่วประเทศถึงหน้าบ้านของผู้บริโภคอีกด้วย

ข้อคิดในการทำธุรกิจจากคุณแพรว

“ไม่ว่าทำอะไรก็แล้วแต่ อยากรู้ให้ทำให้ถึงที่สุด และก็เลยคำว่าที่สุดไปอีก เพราะว่ามันหนึ่งเรามองย้อนกลับมา เราจะได้รู้ว่าเราทำมันดีที่ที่สุดแล้ว” ประโยคนี้เองที่ทำให้เธอพลิกจากศูนย์จนกลายเป็นธุรกิจหลักล้านได้ ปัจจุบันขนมโอคุสโนมีวางจำหน่ายแล้วทั่วประเทศ เช่น Gourmet, Home Freshmart, Tops Supermarket, ร้านหนังสือ Se-ed Book Center, ร้านเจ้าแกนน้อยแลนด์, ร้านกาแฟพันธุ์ไทย, Max Mart, We Fitness Society และยังมีกรส่งออกไปยังประเทศต่างๆ อีกด้วย

ใครๆ ก็ฝันอยากมีธุรกิจเป็นของตัวเองกันทั้งนั้น แต่คุณรู้จักตัวเองดีรึยังว่าคุณเป็นคนที่จะพร้อมจะทำธุรกิจหรือไม่ คำถามที่คุณแพรว มักจะถามย้อนกลับเสมอ เมื่อมีคนมาปรึกษาเธอในเรื่องของการทำธุรกิจ “คุณชอบความเสี่ยงไหม?” ประโยคสั้นๆ แต่สามารถพลิกชีวิตและอนาคตของคุณได้ เธอกล่าวว่า ถ้าคุณเป็นคนไม่ชอบความเสี่ยง คุณก็ควรทำงานที่มีมั่นคงหรือทำงานประจำ เพราะคุณสามารถมีตำแหน่งที่ใหญ่ได้ มีเงินเดือนที่สูงได้ มีสวัสดิการมากมาย และมีความมั่นคงของชีวิต หากวันใดคุณออกจากรางานประจำมาเสี่ยงทำธุรกิจของตัวเอง คุณจะรับได้ไหม หากธุรกิจที่ทำไม่เป็นไปตามที่คุณคาดหวังไว้ คุณจะรับมือกับปัญหาต่างๆ ที่เข้ามาได้ไหม คุณจะถอยหลังให้กับอุปสรรคที่เข้ามาหาคุณไหม เพราะธุรกิจอยู่บนความเสี่ยงตลอดเวลา อาทิยหน้ายอดขายจะตกไหม อีกสองวันจะมีเงินเข้ามาหมุนพอยไหม พงษ์นี้ จะทำยังกับธุรกิจดี นี่เป็นปัญหาที่คนชอบความเสี่ยงสามารถผ่านมันไปได้ เพราะเขาชอบความเสี่ยง เสี่ยงที่จะลงเดินก้าวไปซ้าย ก้าวไปขวา แบบไม่กลัวคนที่ชอบความเสี่ยงจะสามารถกล้าตัดสินใจได้ดีกว่า เหมือนเป็นเรื่องของความท้าทายที่อยากจะทำซะนะ ธุรกิจก็เช่นกัน ดังนั้นการมีธุรกิจเป็นของ

ตัวเอง ก็เหมือนการที่เรากำลังขับเรืออยู่กลางมหาสมุทร และยื่นคুমหัวเรือว่าเราจะเดินเรือไปในทิศทางไหน

ไม่ว่าคุณจะทำธุรกิจแบบไหน การบริการ เสื้อผ้า เครื่องประดับ รองเท้า กระเป๋า คุณสามารถหาจุดต่างของตัวเองได้ การที่เราไปลอกเลียนแบบความคิดคนอื่นมาทำเป็นของตัวเอง เป็นสิ่งที่หลายคนอาจมองว่าเป็นเรื่องปกติในโลกของธุรกิจ แต่หากพูดกันตามหลักความเป็นจริงแล้ว จิตใจของคนที่เริ่มทำเป็นคนแรกจะเป็นอย่างไร กว่าเขาจะกลั่นกรองความคิดต่างๆ ออกมาได้ ประดิษฐ์สินค้าขึ้นมาสักอย่างหนึ่ง จะต้องผ่านการคิดมาแล้วหลายขั้นตอนผ่านการทดลองมาแล้วหลายร้อยครั้ง ดังนั้นอย่ากลัวทำให้คนรุ่นใหม่ที่ดีอยากทำธุรกิจของตัวเอง ที่ชอบความเสี่ยงและอยากลงทุน ให้หาจุดเด่นของตัวเอง จุดต่างที่ไม่เหมือนใคร แล้วคุณจะมีความภูมิใจในสิ่งที่คุณทำ และสามารถพาธุรกิจให้ประสบความสำเร็จได้อย่างแน่นอน

สำหรับเพื่อนๆ คนไหนที่อยากติดตามเรื่องราวที่เข้มข้นของนักธุรกิจสาว เจ้าของแบรนด์คางกึ่งทอดกรอบ “โอคุสโน” สามารถติดตามได้ใน www.facebook.com/okusnosnack หรือ Instagram: okusno หรือ Line: @okusno (มี @ ด้วยนะ)

WHO / WHAT / WEAR /

NO-NAME MODELS
FEATURED ON PAPER-CUT
CATWALKS

แคตวอล์คบน 2 หน้ากระดาษ
ของเหล่าโมเดลในนาม

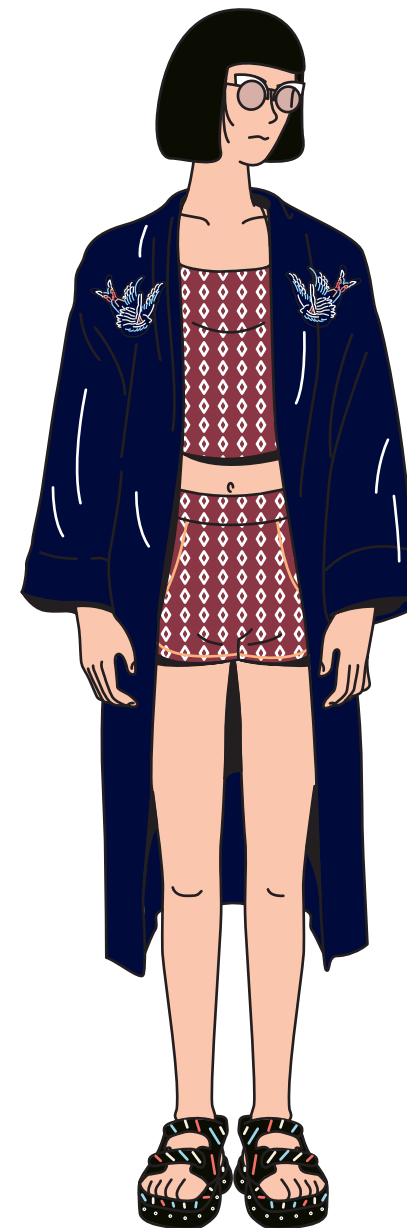
CHILLING, LAID BACK

Summer Season ที่เหมาะแก่การทำกิจกรรมกลางแจ้งกับครอบครัว หรือ จะเลือกนอนพักผ่อนหลังบนเปลญวนริมทะเลฟังเสียงคลื่นก็เป็นความคิดที่เข้าท่า สำหรับใครหลายๆ คนที่ยังรู้สึกซาร์จพลังไม่เต็มที่ในวันหยุดยาว ช่วงเดือนเมษายนแล้วละก็ เดือนพฤษภาคมก็เป็นอีกเดือนที่เหมาะแก่การหา วันว่าง ลานหยุดพักผ่อน เก็บเสื้อผ้าใส่กระเป๋าและออกเดินทางไปพักผ่อน ริมทะเลได้เช่นกัน

สำหรับเมืองร้อนอย่างบ้านเรา เทรนด์เสื้อผ้าประจำฤดูร้อนสามารถใส่กันได้ ตลอดทั้งปีอยู่แล้ว ไม่ว่าจะคุณเลือกหยิบชิ้นไหนมาติดตาม

Who What Wear เล่มนี้จะชวนคุณเก็บกระเป๋า mix and match เสื้อผ้าให้เข้ากับกิจกรรมกลางแจ้ง และเปลี่ยนริมหาดให้กลายเป็นแคตวอล์ค

สำหรับคุณ ด้วยไอเท็ม Signature จาก T-REX แบรินดีไซน์ใหม่ที่เป็น กระแสยูนกับเนื้อผ้าบางเบา สวมทับด้วยเสื้อคลุมตัวยาวปักดิเทลรูปนก ของคุณผู้ชายจาก ISSUE ให้ลุคสบายๆ และไม่ไปจนเกินไป เหมาะกับการ นอนเอนหลังบนเปลญวนริมชายหาด เราเลือกเพิ่มลูกเล่นให้ลุคดูคูลขึ้นด้วย CHANEL Sandals กับ FENDI Fashion Show sunglasses ที่จัดออกมา จากโชว์ SS 2016 ทั้งสองชิ้นมีดิเทลเท่ๆ จนใครเห็นก็ต้องเหลียวมองแน่นอน



SELECTED ITEMS

01 T-REX Signature
Tank Top Tinky and Bell



IG: @trex.bangkok

02 ISSUE PIXIE Robe
with Embroider
Bird Detail



IG: @issuethailand

03 FENDI Fashion Show
sunglasses in
ruthenium metal



fendi.com

04 CHANEL Sandals Tweed
Navy Blue, Red & White



chanel.com

DESIGN WONDERS

TASTE MAKE ALL DESIGN TRENDS WITH OUR VERY OWN DESIGN DIRECTOR

งานดีไซน์ดีๆ จากทั่วโลก จะมากองอยู่แถวนี้



ปุกปุ่น เป็นธุรกิจสีเขียว เราปลูกผักผลไม้ และ ซัพพลาย เป็นมิตรกับสิ่งแวดล้อม... (text continues in Thai)



THE GREEN WORKER

ในช่วงที่อากาศร้อนอย่างนี้ เรามายกพูดถึงเรื่องของการออกแบบกันสักเล่ม ตี๋มย ก็ไม่เชิงว่าไม่เกี่ยวข้องกับงานออกแบบหรือครับ แต่ในเล่มนี้จะขอเล่า ถึงเทรนด์การออกแบบที่โลกกำลังหมุนไป แต่เป็นการออกแบบเพื่อสุขภาพ ซึ่งถือเป็นเรื่องสำคัญอย่างหนึ่ง โดยเฉพาะคนที่อยู่ในวัยทำงานควรใส่ใจ เพราะสุขภาพที่ดีควรก้าวเดินไปพร้อมกับความก้าวหน้าในชีวิตด้วย เราจึงขอยกตัวอย่าง 2 แบรินด์น้ำดื่มเพื่อสุขภาพที่น่าสนใจ ที่ตอบโจทย์ทั้งในเรื่องสุขภาพ เรื่องโมเดลที่นำศึกษา และยังมีเหมาะสำหรับการหาตลาด คลายร้อนในช่วงอากาศร้อนๆ แบบนี้ด้วย

1. Juice Served Here แบรินด์น้ำดื่มสัญชาติอเมริกัน ที่นอกจากจะให้ความสำคัญกับวิธีการออกแบบที่มีมาให้เห็นกันในท้องตลาดแล้ว สิ่งที่น่าสนใจกว่าคือ ไอเดียเบื้องหลังของแบรินด์นี้ ไม่ใช่แค่เฉพาะหน้าตาที่ออกมา

สวยงาม หรือคอนเซปต์ที่ดีเท่านั้น ทาง Juice Served Here นั้นใส่ใจ ไปจนถึงแหล่งที่มาของวัตถุดิบ เพราะทางแบรินด์เขาไปคัดเลือกเองถึงฟาร์ม และฟาร์มในแต่ละที่นั้น ก็ต้องเป็นฟาร์มที่ปลูกพืชแบบออร์แกนิกจริงๆ ถึงจะ ผ่านเข้ามามีส่วนร่วมในการส่งมอบวัตถุดิบสำหรับทำน้ำดื่มสุขภาพให้แบรินด์นี้

2. Pukpun "ปลูกปุ่น" แบรินด์สัญชาติไทยนี้ เกิดขึ้นมาจากตัวเจ้าของ ที่ใส่ใจในการดูแลสุขภาพ โดยเริ่มแรกก็ทดลองกันเองในหมู่เพื่อน จนได้สูตร ของน้ำดื่มที่ลงตัว บวกกับคำเชิญจากคาเฟ่จากร้าน "เวลาเย็นน" ต้องการให้ มาแชร์พื้นที่ด้วยกัน ปลูกปุ่นจึงเกิดขึ้นมาเป็นรูปร่างที่ชัดเจน นอกจากหน้าตา แพ็กเกจที่ดูเป็นมิตร ผสมกับความใส่ใจในเรื่องวัตถุดิบและเทคนิคการทำ เพื่อให้ผู้บริโภคได้รับประโยชน์สูงสุด สิ่งที่น่าสนใจมากกว่านั้นคือ ร้านเวลาเย็นน เป็นหนึ่งในจุดศูนย์รวมของเหล่านักปั่นจักรยาน จึงเกิดกิจกรรมเชิญชวนผู้รัก

ในการปั่น มาใช้เวลาร่วมยามเช้าออกกำลังกายและเป็นตัวแทนในการส่งน้ำและ นำขวดแก้วกลับคืนมา เป็นกรช่วยเหลือทั้งตัวผู้บริโภคและสิ่งแวดล้อม

สุดท้ายนี้ ยอยากฝากแบรินด์น้ำดื่มเพื่อสุขภาพทั้ง 2 แบรินด์ไว้เป็นตัวเลือก ในการคลายร้อนให้กับผู้อ่านทุกท่าน และหวังว่าจะได้เห็นอีกหนึ่งมุมมองให้ผู้อ่าน ได้ศึกษาไอเดียแพ็กเกจและรูปแบบของกิจกรรมไปในตัว

ข้อมูลและรูปจาก juiceservedhere.com www.pukpun.com/th

ITCHY FEET

ITCHING
TO
WALK & TRAVEL
& TALK

ที่น่าที่อยากไปทั่วโลกทุกวันนี้
จากคนที่ตื่นเช้าต้องออกเดินทาง
และคืนปากจมน้ำต้องอยากเล่า

Zurich

เมือง Zurich ที่แฝงไปด้วยวัฒนธรรมและสิ่งแปลกตาตลอดสองข้างทาง

-SUMMER FLAVOR-





Zurich University of the Arts

Zurich ได้ขึ้นชื่อว่าเป็นเมืองที่ใหญ่ที่สุดในประเทศสวิตเซอร์แลนด์ แต่ก็ยังไม่ใช่เมืองหลวงอย่างเบิร์น Zurich ถือเป็นเมืองที่มีคุณภาพชีวิตดีที่สุดในโลก และยังเป็นเมืองที่ร่ำรวยที่สุดในยุโรป จึงไม่แปลกใจเลยว่าทำไม Zurich ถึงได้เป็นเมืองที่ใครหลายๆ คนวาดฝันไว้ว่าต้องมาสัมผัสสักครั้ง และยิ่งในช่วง Summer อย่างนี้ การได้แวะมาเยี่ยมที่นี่สักครั้งถือได้ว่าเป็นเรื่องราวที่น่าจดจำมากๆ

เริ่มต้นเช้าวันใหม่กับการเดินชมรอบๆ เมือง Zurich ที่แฝงไปด้วยวัฒนธรรมและสิ่งแปลกตาตลอดสองข้างทาง เช่น ตัวอาคารบ้านเรือนที่ถูกทำไปด้วยสีเส้นสดใส ตัดกับสีฟ้าของท้องฟ้าที่มีแสงแดดในช่วง Summer ที่พัดผ่านข้างเป็นอะไรที่ดึงดูดสายตาให้ต้องรีบหันไปมองมากเลยทีเดียว ถึงแม้วันนี้อาจจะมียานยนต์ตกลงมาให้เย็นฉ่ำเป็นบางช่วงก็ตาม แต่ก็ไม่ใช่อุปสรรคในการเดินเล่นดูนั่นดูนี่ ตลอดสองข้างทางมีร้านขายของน่ารักๆ อย่างเช่นร้านหนังสือ ที่รวบรวมหนังสืออ่านเล่น รวมไปถึง magazine เอาไว้มากมาย

เดินไปเดินมากี่มาเจอกับอาคารรูปร่างทันสมัย แปลกตาอย่าง Zurich University of the Arts ก็อดใจไม่ได้ที่จะเข้าไปดูข้างใน เมื่อเดินผ่านทางเข้าหลักก็พบกับตัวหนังสืออันโดดเด่นที่เขียนว่า Museum für Gestaltung - Schaudépot ที่ดึงดูดสายตาให้เข้าไปดูว่ามันคืออะไร ซึ่งภายในเป็นสถานที่ที่รวบรวมเฟอร์นิเจอร์หลายยุคหลายสมัยเอาไว้อย่างมากมาย น่าเสียดายที่ข้างในไม่ให้ถ่ายรูป แต่รับรองได้ว่าหากคุณเป็นคนชอบเรื่องราวของเฟอร์นิเจอร์ คุณจะติดค้ำกับมันอย่างมาก museum นี้ตั้งอยู่ในตัวของมหาวิทยาลัย และก็ใช้เวลาออกเดินสำรวจภายในตัวอาคารด้านที่เป็นมหาวิทยาลัย Zurich University of the Arts ได้ชื่อว่าเป็นมหาวิทยาลัยที่สอนทางด้านศิลปะและการออกแบบ เช่น Design, Film, Fine Arts, Music, Dance, Theatre ที่ใหญ่ที่สุดในทวีปยุโรป หวังว่าหนึ่งวันกับการเดินเล่นใน Zurich กับแสงแดดอ่อนอบอุ่นในช่วง Summer อาจจะเป็นหนึ่งกิจกรรมสำหรับใครที่อยากหาอีกหนึ่งรสชาติกับการท่องเที่ยวในต่างแดน

Zurich University of the Arts
Toni-Areal, Pfingstweidstrasse 96
P.O. Box, CH-8031 Zurich
Email: hs.admin@zhdk.ch
Phone: +41 43 446 46 46
Fax: +41 43 446 45 87

Museum für Gestaltung - Schaudépot
Toni-Areal, Pfingstweidstrasse 96
P.O. Box, CH-8005 Zurich
Email: welcome@museum-gestaltung.ch
Phone +41 43 446 67 67

THE WAY HOME

ALONG THE PATH ARE USUALLY MANY STORIES, INVITING FOR THE DIGRESSION OF THOUGHTS, AND LOTS OF TINY SMILES.

ระหว่างทางกลับบ้าน มีเรื่องราวมากมายชวนให้เถลไถลไปครุ่นคิด แล้วยิ้มนิดๆ ไปด้วยมัน

วันสุดท้าย...ร้านเฮียบิ่ง

เที่ยงคืนกว่าแล้ว ผมยังอยู่ปากซอย ตั้งใจจะแวะหาอะไรกินก่อนเข้าบ้าน เหลือร้านในซอย 2 ร้านที่ยังเปิดอยู่ ปกติแล้วแทบไม่ต้องคิดเลย ระหว่างร้านบะหมี่เกี๊ยวเจ้าโปรด กับร้านเฮียบิ่ง ร้านตามสั่งยอดแย่งตรงข้าม แต่สำหรับคืนนี้ ผมตัดสินใจเลือกร้านเฮียบิ่ง เพียงเพราะป้ายแขวนหน้าร้าน เขียนด้วยปากกามาเจ็ดตัวโตๆ ว่า "ขายวันสุดท้าย"

เคยมีอาคารแบบนี้บ้างมั๊ยครับ บางสิ่งที่เราเกลียดมันมาตลอด แต่เมื่อถึงวันที่จะจากไป กลับมีความโหยหาลึกลับในความผูกพันอันประหลาด

ผมตั้งชื่อร้านเฮียบิ่งตามใบหน้าบึ้งตึงบอกบุญไม่รับ แคมยังไม่แคร์ลูกค้า สั่งไข่ดาวไม่สุกที่ไร ได้เป็นไข่ต้มทุกที สั่งผัดกะเพราไก่ ก็ได้วิญญาณไก่ในดงตัวฝักยาวที่ไร่ใบกะเพรา และถ้าสั่งอะไรที่ร่วนวายประมาณว่า หมูกรอบขอแบบไม่ติดมัน หรือปลาหมึกเอาแต่เนื้อ ไม่เอาหนวด แกจะไม่ทำให้และข้ามไปทำให้คิดต่อไปทันทีโดยที่ไม่บอกผม แต่ที่หนักสุดเห็นจะเป็นตอนที่ผมพกข้าวกล่องมากินเองโดยสั่งเฉพาะกับมาอย่างเดียว แกก็เอาป้ายกระดาษแข็งมาติดว่า "เอาข้าวที่อื่นมากิน กรุณาล้างจานเอง" ซึ่งป้ายนี้ติดอยู่กับป้ายอื่นๆ ทั้งเขตปลอดบุหรี่ เขตปลอดสุรา เขตปลอดเสียงดัง ผมอยากจะได้เข้าไปอีกป้ายว่า "เขตปลอดความอร่อย"

ผมยังถามตัวเองว่า เรามานั่งทำบ้ออะไรที่ร้านนี้ บางทีความผูกพันมันก็เปลี่ยนประสบการณ์แยๆ ให้เป็นเรื่องราวที่หลอมรวมเป็นส่วนหนึ่งของชีวิตไปแล้ว หรือพลังของการพลัดพรากเปลี่ยนทุกสิ่งให้มีความหมาย

ไหนๆ ก็เป็นวันสุดท้ายของร้าน ขอสั่งเมนูประจำเป็นการทิ้งทวน "ผมขอกะเพราไก่ไข่ดาว ไม่เอาตัวฝักยาว ไข่ดาวไม่สุก" แกพยักหน้าบึ้งๆ ของแกไม่นานนักแกก็มาเสิร์ฟ มาเหมือนเดิมเลย "วิญญาณไก่ ตัวฝักยาว ไข่ดาวสุก" แต่สิ่งที่ต่างไปคือ แกมานั่งร่วมโต๊ะด้วย ผมจึงสบโอกาสคุยกับแก "วันนี้วันสุดท้ายแล้วหรือครับเฮีย" เฮียพยักหน้า "แล้วเฮียจะย้ายไปไหน" ผมถามอีก "กลับนครสวรรค์" แกตอบหัวงๆ เฮีย! เฮียคุยกับผมด้วย แล้วก็คุยกันยาวเลยที่นี้ แกเล่าด้วยสีหน้าจริงจังว่า แกกับเมียย้ายมาอยู่เมื่อ 20 ปีก่อน เมียอยากเปิดร้านข้าว แต่ดันทำกับข้าวไม่เก่ง เลยจ้างแม่ครัวมาช่วย แต่แม่ครัวก็คนๆ ก็เผ่นเพราะทนนิสัยแกไม่ได้ เลยตัดสินใจทำเอง ด้วยความเชื่อว่าจะไปเรื่อยๆ ประสบการณ์จะช่วยให้เก่งขึ้นเอง (ผมอยากบอกแกว่าความเชื่อนี้ใช้ไม่ได้กับทุกคนนะเฮีย)

หลังจากที่คุยกับแกรู้สึกเหมือนได้รู้จักเพื่อนใหม่ ที่เจอหน้ากันมาหลายปี แต่เพิ่งมาผูกมิตรกันเอาวันนี้ลาจาก ผมมองไปในจานข้าวกะเพรา (ที่เต็มไปด้วยตัวฝักยาว) แล้วลองเอาช้อนเขี่ยดู ก็พบว่ามันก็มีเนื้อไก่จำนวนไม่น้อยเลย เป็นชิ้นเล็กๆ กระจายอยู่ กระจุกกระจิกในจานแยๆ เอาเข้าจริงถ้าสังเกตดีๆ มันก็มีสิ่งดีๆ แทรกอยู่เสมอ ผมก้มลงกินต่อ ค่อยๆ ชิมซับบ้างจืดจางรสชาติที่จืดๆ มีแต่ความเผ็ดน้ำ ที่ต่อไปจะไม่ได้กินมันอีก และแล้วทันใดนั้น จู่ๆ ก็มีไข่ดาวมาวางบนข้าว มันเป็นไข่ดาวไม่สุก! ผมเงยหน้ามองหน้าแก เฮียกำลังยิ้มให้ ผมยิ้มตอบ บอกขอบคุณ แล้วก็หันกลับไปกินต่อในชั่วขณะนั่นเอง ข้าวกะเพราจานเดิม แต่ผมสัมผัสได้ถึงความอร่อยที่เพิ่มขึ้นของมัน และนี่คงเป็นรสชาติที่ผมจะไม่ลืม "กะเพราไก่ตัวฝักยาวร้านเฮียบิ่ง"



ON SOFA

FAVORITE SOFA EQUALS GREAT MUSIC, GOOD FILMS AND FEEL GOOD MINDSET

เพลง หนึ่ง และความรู้สึกดีๆ มาแนะนำ ตอนคุณแอนหลังนั่งอยู่บนโซฟาตัวโปรด

MOVIE YELLOW POTION



THE KINGS OF SUMMER
Directed: Jordan Vogt-Roberts
Starring: Nick Robinson, Gabriel Basso, Moises Arias
Release Date: August 2013
Running Time: 95 minutes

The Kings of Summer - รสชาติของวัยรุ่น ผมเชื่อว่าสมัยเป็นวัยรุ่น หรือแม้กระทั่งโตเป็นผู้ใหญ่แล้วก็ตาม เราทุกคนต่างก็คงมีความคิดอยากเป็นอิสระ อยากมีชีวิตเป็นของตัวเอง หลุดจากกรอบของสังคม ไม่อยากทำตามกฎของใคร จนบางครั้งอยากที่จะหนีมันไปให้ไกลๆ กันมาบ้างใช้ไหมครับ เช่นเดียวกันกับ 3 หนุ่มของเรื่องนี้ Joe (Nick Robinson), Patrick (Gabriel Basso) และ Biaggio (Moises Arias) ที่พวกเขาเมื่อโลกของผู้ใหญ่จะเหลือเกิน เบื่อในสิ่งที่คอยบอกให้พวกเขาทำ เลยชักชวนพากันหนีออกจากบ้าน แล้วแอบมาสร้างบ้านอยู่กันเองในป่า ใช้ชีวิตสุดแสนจะเสรี ไร้กฎเกณฑ์มันซะเลย

The Kings of Summer เป็นหนังแนว Coming of age ที่น่าสนใจเรื่องหนึ่ง ทั้งในแง่ของความสุข ที่ดูเพลิน น่าติดตาม และแง่ของข้อคิดที่นำเสนองานหนักกลับมายังชีวิตตาม อีกทั้งในส่วนของการถ่ายทำที่ถ่ายทอดออกมาถือว่าสวยงามทีเดียว เป็นหนังที่มีแสงสีสวยงาม ดูแล้วให้บรรยากาศความสดชื่นของ Summer ความเขียวขจีของป่า ทุ่งหญ้า ดอกไม้ สายลม แสงแดด หรือแม้กระทั่งสายน้ำเย็นฉ่ำของลำธาร ถือว่าเป็นเสน่ห์ที่โดดเด่นเลยทีเดียว ผมว่าทุกคนดูแล้วน่าจะชอบได้ไม่ยาก เพราะทุกคนคงน่าจะผ่านจุดนี้กันมาแล้ว และคงจะมีวีรกรรมแบบๆ สมัยเป็นวัยรุ่นที่ลืมไม่ลงกันมาบ้าง เชื่อว่าพอนึกย้อนไปตอนนั้นก็ยังคงมันสุดๆ เลยใช้ไหมครับ และนี่คงเป็นอีกหนึ่งในความฝันของหลายๆ คนที่จะได้ออกไปทำตัวเงาะ ไร้สาระแบบลิ้มโลก แต่เชื่อเหลือเกินว่าหนังเรื่องนี้จะให้แง่คิดกลับมาในการใช้ชีวิตในสังคม การอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้เป็นอย่างดีเลยละครับ

MUSIC PANDA



RASMEE ISAN SOUL

สีท้องฟ้าเริ่มใส สีของใบไม้เริ่มเปลี่ยน เมฆบนท้องฟ้าเริ่มน้อยลง ความแสบของแสงแดดเริ่มมากขึ้น ปุ่มลกดนทุ้มบิบนริโมตแอร์เริ่มกดถี่ยิ่งขึ้น นี่แหละสัญญาณเริ่มต้นของฤดูร้อนแห่งประเทศไทยที่กำลังจะเริ่มขึ้นอย่างเป็นทางการในเวลาอันเป็นมหากุณนี้ ขอเชิญท่านรัฐมนตรีขึ้นมากล่าวต้อนรับฤดูร้อน... ไม่ใช่!!!! หลายๆ คนอาจจะนึกถึงเทศกาลสงกรานต์ในช่วงเดือนเมษายนที่ทั่วบ้านทั่วเมืองเต็มไปด้วยมลภาวะทางภาพและเสียง ไม่ว่าจะเสียงเครื่องยนต์ของรถมอเตอร์ไซด์สองจังหวะ ที่บิดคันเร่งโซว์ศักยภาพและเชิญชวนเพศตรงข้ามให้มาผสมพันธุ์ หรือเพลงจังหวะสามช่าที่เหมือนกันทุกเพลงและผ่านการเร่งบีทจนเสียงของนักร้องบิบลัยคนเป็นมะเร็งเส้นเสียงเปิดผ่านลำโพงราคาแพงหลังรถกระบะไหลดเตี้ย ที่มีเงินอย่างเดียวซื้อไม่ได้ ต้อง...ด้วย เอ้อออ... ฤดูร้อนปีนี้ของพวกเราจะเปลี่ยนไป เมื่อทุกคนได้ทำความรู้จัก "RASMEE ISAN SOUL" (รัสมีย์ อีสาน โซล) ผมรู้จักครั้งแรกเมื่อรุ่นน้องที่เป็นดีเจเซอร์แชร่ผ่าน Facebook เลยลองกดเข้าไปดูวีณาที่แรกที่ได้ยิน วันของผมก็เปลี่ยนไปทันที เป็นการเอาเพลงลูกทุ่งหมอลำ (เอาจริงๆ ไม่ทราบว่ามันต่างกันยังไง) มาร้องบนดนตรี Soul คุณพระช่วย... ใครจะรู้ว่า หากเราเปลี่ยนเอาน้ำปลาร้า มาใส่แทนคาเวียร์ จะเพิ่มรสชาติได้จัดจ้านขนาดนี้ จะบอกว่าความบังเอิญก็คงไม่ใช่ เมื่อไล่ดู ไล่ฟัง หลายๆ เพลงแล้ว ความสามารถของนักดนตรีทุกคน รวมถึงนักร้อง มันทำให้เราเข้าใจได้เลยว่า น่าจะเป็นการตกผลึกของความคิดสร้างสรรค์ทางดนตรีซะมากกว่า หรือความบังเอิญตอนแจมกันก็เป็นไปได้ ไม่มีข้อกังขาเมื่อได้รับรู้ภายหลังว่าได้เข้าชิงคมชัดลึกอวอร์ดด้วย ตอนนั้นใน iTunes Store ก็มีแล้วใน YouTube ก็มีแล้ว เพลงที่เปิดวนไปวนมาหลายๆ รอบช่วงนี้มี Maya, Lam-Duan, Muang Chut Dum เนื้อหาแต่ละเพลงก็แซ่บอืดซะเหลือเกิน ดีใจจริงๆ ที่เพลงไทยยังมีวงใหม่ๆ ให้เราได้เปิดโลกทัศน์อยู่ ยังไม่จมไปกับเพลงค่ายใหญ่ๆ ที่ยังกินบุญเก่าเอามาทำใหม่ซ้ำๆ ซากๆ หรือเพลงไทยบางเพลงที่เอาบุพการีที่กำกับมาแต่งให้รู้สึกหยาบคาย นี่แหละ สุดท้ายคนฟังในยุคนี้ก็จะเห็นเองว่า ของจริงกับของปลอมต่างกันตรงไหน "รัสนิยม" และ "ความเป็นศิลปิน" เป็นสิ่งที่ลอกกันไม่ได้ครับ... ใครอยากติดตามเพิ่มเติมลองเสิร์ชใน Facebook หรือ YouTube ได้เลยครับ "RASMEE ISAN SOUL" ถ้าจะให้ดีอุดหนุนพวกเขาใน iTunes ด้วยก็ดีครับ

PROJECT NO. 143

APPTRACTION

A MUST HAVE APPLICATION FOR CYBERNAUTS

Application เจ๋งๆ ที่ชาวไซเบอร์ไม่ควรพลาด

1 DESIGN & FASHION



GOAT : Buy & Sell Sneakers
By Grubwithus, Inc.

Description

GOAT is the safest way to buy and sell sneakers. We offer free verification services on all purchases to ensure your sneakers are authentic and as described.

2 EAT & DRINK



Get Juiced
By Burleigh Labs Pty Ltd

Description

LETS 'GET JUICED' AND BE FRIENDS WITH BENEFITS!

Nourish your body from the inside out with our simple Juice & Smoothie recipes. Get the results your bod craves!

3 PLAY !



Fiete Math
By Ahoiii Entertainment

Description

Fiete Math makes counting easy for kids to understand. In this app, numbers are touchable objects that your child can group, combine and cut up.

4 ENTERTAINMENTS



Twitch
By Twitch Interactive, Inc.

Description

Twitch lets you instantly watch broadcasts of the games you love and chat with the players you follow.

5 TRAVEL & GUIDE



AirAsiaGo - Hotels & Flights
By Expedia, Inc.

Description

AirAsiaGo Hotels & Flights app is the best and most beautiful way to book your hotel or cheap AirAsia flight.

6 NEWS



Surfing Life
By Morrison Media Services Pty Ltd

Description

Surfing Life is Australia's favourite surfing magazine and we've been working hard to create a multimedia experience that actively enhances your surfing life.

UNKNOWN WOW

STORIES THAT YOU NEVER IMAGINE COULD POSSIBLY HAPPEN, ACTUALLY HAPPEN NOWADAYS. LOOK CLOSELY, YOU'LL BE INSPIRED IN SOME WAYS.

เรื่องที่ไม่ไม่มีใครรู้ นึกไม่ถึงว่าจะเป็นไปได้ แต่เกิดขึ้นจริง แค่มองให้ดี มุมคิดดีๆ ก็อยู่รอบตัวเรา

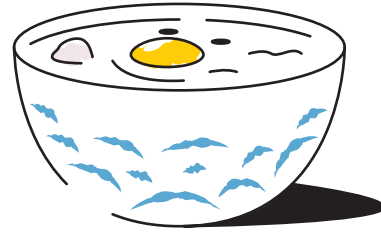
หน้าร้อนที่เรารู้จักๆ ของซัมเมอร์ ขวนให้นึกถึงปมร้อนต่างๆ ที่ผ่านเข้ามาสะดูดจนเกิดเป็นไฮไลต์สำคัญ สร้างเป็นเจดีย์ต่างมาตัดสลบ ทำให้ซัมเมอร์ปีนี้มีลิซ่าเข้ามาอีกมิติที่ลึกลงไป



1

โหมคชีวิตที่ทับซ้อน

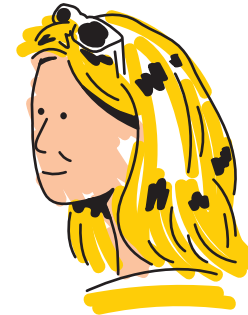
เคยเป็นมั้ย เวลาใครจะต้องรีบไป มักจะเจอรถคันหน้าขับช้าแบบชีวิตไม่รีบมาบล็อกรอยู่ แชนจ์ก็แชนจ์ไม่ได้ หรือถ้าแชนจ์ไปได้ก็จะเจอคันหน้าที่มีอาการแบบเดิมมาลกดดาวรุ่งอีก เป็นแบบนี้ทุกครั้งจนสงสัยว่ามันอะไรกัน ซึ่งพอเลยช่วงเวลารีบ แล้วกลับมามอง เหตุการณ์นี้ที่เกิดขึ้นกับคนอื่น มันเหมือนเรามองภาพคนสองคนที่อยู่คนละมิติเวลา แต่มาแชร์สถานที่กัน คนหนึ่งใช้ชีวิตแบบค่อยๆ ไป ค่อยๆ คิด แต่กลับมามีชีวิตติดกับอีกคนที่ใช้ชีวิตแบบฟาสต์แทร็ก ต่างคนต่างดำเนินชีวิตในมิติของตัวเอง คนช้าไม่เคยเข้าใจว่าทำไมจะต้องรีบขนาดนี้ คนรีบก็ไม่เข้าใจว่าทำไมชีวิตถึงว่างจะช้าได้ขนาดนั้น เพราะต่างคนต่างอยู่ในมิติเวลาของตัวเอง แค่นั่งรถคนเดียวกัน ผลที่ออกมาคือ ความหงุดหงิด ไม่เข้าใจ ทางเดียวคือ การเคารพในกติกา คนช้าอยู่เลนซ้าย คนรีบอยู่เลนขวา อย่าล้ำเส้น อย่ากั๊กทาง แค่นี้ เราก็อยู่ในโลกที่มีโหมคทับซ้อนกันได้อย่างไม่ต้องหงุดหงิด



2

ความสุขในลมหายใจ

ชุดอาหารอย่างดีทั้งความหวานจัดเค็มในภาดเรียบๆ ทั้งใจที่ตั้งใจจากโรงแรม แลนด์มาร์ค น้ำเต้าหู้ตั้งจากบางลำพู น้ำแร่ ฝรั่งลูกโต ทั้งหมดบ่งบอกถึงความตั้งใจของผู้ที่จัดเตรียมอย่างไม่ต้องมีคำบรรยาย ถ้าเราเตรียมอาหารเหล่านี้ให้คนที่เราเคารพรักได้กิน เขาคงกินมันอย่างเอร็ดอร่อย พร้อมคำขอบคุณไม่ขาดปาก แต่หากเป็นการตั้งโต๊ะไหว้ คงเป็นภาพที่น่าเศร้า เพราะความตั้งใจจะไม่มีใครตอบรับอีกต่อไป การได้เห็นภาพทั้งสองในเวลาใกล้เคียงกัน ช่วยให้เรามองเห็น และรู้จักการเติมความสุขให้ตัวเองอย่างสมดุล ทั้งจากคำแนะนำด้านสุขภาพของหมอ กับความสุขจากการกินของอร่อย เพราะการห้ามกินไปทุกอย่างเพื่อรักษาผลเลือดให้ปกติที่สุด แต่ความสุขเล็กๆ ของการได้กินลูกมืองข้าม และคำขอบคุณซึ่งกันและกันต้องหายไป ไม่น่าจะใช่ทางที่ดีที่สุด เพราะถ้าเวลาที่เหลืออยู่ของคนที่เรารักหมดลง การหาของกินที่ดีที่สุดมาตั้งโต๊ะไหว้เป็นเรื่องที่น่าเสียดาย และน่าเสียใจที่สุด



4

ความสำเร็จจากความกลัว

เพิ่งได้ดูหนังเรื่อง Blue Jasmine หน้าที่ทำให้ แคท บล็องเช็ตต์ (Cate Blanchett) คว่ารางวัลออสก้ากับบทบาทสุดยอด จนทำให้อยากรู้จักเธอมากขึ้น แน่นนอนเส้นทางของเธอไม่ใช่ความฟลุคหรือหน้าตา แต่เป็นความมุ่งมั่น พยายาม ตั้งแต่เรียนการแสดงในโรงเรียน จนมาเล่นละครเวทีในซิดนีย์เธียเตอร์หลายต่อหลายเรื่อง กว่าจะก้าวสู่ภาพยนตร์ และที่เราเห็นว่าเธอได้ออสก้าเรื่อง Blue Jasmine ซึ่งเป็นหนังที่ต้องพาล่ามพูดคนเดียว และเป็นสิ่งที่เธอกลัวที่สุด สำหรับการแสดง เพราะจะไม่มีใครช่วยส่งอารมณ์เลย ทั้งหมดต้องเกิดจากความเชื่อว่าตัวเองเป็นตัวละครนั้น อย่งที่เราเรียกกันว่า Inner ซึ่งช่วงแรกผู้กำกับ วู้ดดี อัลเลน (Woody Allen) บอกว่าเธอแสดงได้แย่มาก เธอเปลี่ยนความกลัวและคำติเป็นแรงผลักดันให้ตัวเองพยายามมากขึ้น เธอให้สัมภาษณ์ว่าเธอชอบที่จะรู้สึกกลัว เพราะมันเป็นสิ่งเดียวที่จะสร้างแรงกระตุ้นให้เอาชนะทุกอย่างได้

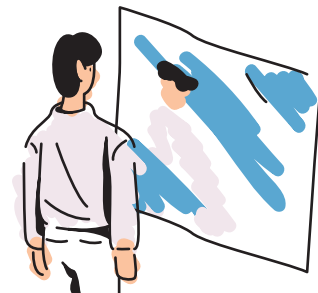
ชมคลิปสัมภาษณ์เต็มได้ที่ www.youtube.com/watch?v=ns3w0IMs6mg



3

กับดัก

คุยกับคนแก่ ท่านมักบอกว่า ถ้ายังแข็งแรงอยากไปเที่ยวไหนก็ไปนะ พอค่อยกับคนวัยทำงานเขาก็บอกว่า ถ้ามีตั้งค้อยากไปเที่ยวไหนก็ไปเลย รู้สึกใหม่ว่าเมื่อเราเดินทางไปถึงอายุที่ต่างกัน เงื่อนไขในชีวิตที่ถูกสร้างขึ้นมามีเหมือนระบบอัตโนมัติจะต่างกันไป ทั้งๆ ที่ทุกคนไม่มีใครคิดมาก่อนหรอกว่า มันจะเกิดขึ้นกับตัวเองจนเป็นกับดักในชีวิต เพราะความสุขจากการได้ไปเที่ยวเป็นความสุขพื้นฐาน เหมือนยาสามัญประจำชีวิตที่คอยเยียวยาไม่ให้อึดใจซ่าชาจนเกินไป แต่คนหลายรุ่น เป็นตัวอย่างที่บอกให้เราเห็นตัวแปรของความสุขว่ามีอยู่จริง และเมื่อเรามองเห็นคงต้องถามตัวเองอีกทีว่าเราจะติดกับดักที่ว่ามันใหม่ ทั้งที่เห็นคนเขาติดกันเยอะขนาดนั้น เพราะวันนี้ เราเป็น คนทำงานที่พอมีเงิน และมีร่างกายที่แข็งแรง การแบ่งเวลาไปเที่ยวพักผ่อน น่าจะเป็นทางที่ดีที่วันหนึ่งเราจะไม่เสียดายกับเวลาที่ผ่านไป



5

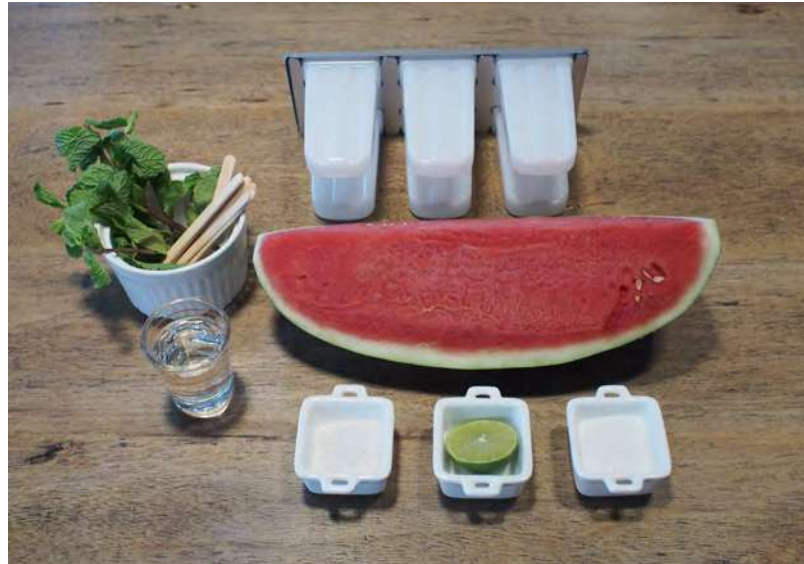
จุดเปลี่ยนสีจางๆ

ความรู้สึกนี้เกิดขึ้นได้ทุกฤดูในชีวิต โดยเฉพาะซัมเมอร์ ซึ่งเป็นช่วงเวลาที่ดีเต็มไปด้วยพลังงาน ทั้งแสงแดด เสียงเพลง ลีลา ข้างเราให้หัวใจยังทะยานไป แต่ถ้าความตั้งใจไม่ได้เป็นไปอย่างที่ดี ด้วยตัวแปรมากมายทั้งทางเศรษฐกิจภายนอก และความนึกคิดภายใน จนเหมือนกับเดินทางมาถึงทางตัน คุณ บุญเสียง นักเขียนและนักดนตรี เคยพูดถึงเรื่องนี้ได้อย่างน่าทึ่งว่า ถ้าเรารู้สึกแบบนั้นให้นึกถึงมด ลัตัวตัวนิดเดียวยังไม่ยอมอยู่ในทางตัน แต่กลับรู้จักลัดเลาะเลี้ยวหาทางใหม่ๆ ให้ตัวเองไปต่อจนได้ คนก็เหมือนกัน ไม่มีวันหมดทางถ้าไม่หยุดหาทางใหม่ๆ ให้ตัวเอง จากบทความที่ถูกตีพิมพ์มากกว่า 20 ปี ยังคงให้ข้อคิดดีๆ ในสถานการณ์ปัจจุบัน เพราะถ้าเราคิดว่า โลกนี้ไม่มีทางตัน มีแต่จุดเปลี่ยนสีจางๆ ที่ต้องมองหาจึงจะมองเห็น จะช่วยผลักดันให้เรากล้าเปลี่ยนมาเดินในเส้นทางที่ต่างไปจากเดิม ชีวิตคงสนุกต่อไปได้อีกหลายซัมเมอร์ แต่เราไม่หยุดเรียนรู้ จุดเปลี่ยนครั้งนี้ อาจทำให้เราเข้าใจตัวเราเองมากขึ้นก็ได้

P.S. Yummy

HOME-MADE MENU, EASY BUT YUMMY

เมนูอร่อยง่าย ทำได้ง่าย
จากเศษผลไม้สด แต่ทำจริงจัง



Drenched Watermelon

ถ้าอากาศจะร้อน ร้อนระอุ ร้อนอบอ้าว กันขนาดนี้ คงไม่มีอะไรจะดีไปกว่าการหาอะไรเย็นๆ รสชาติจี๊ดจ๊าด กินให้ดับกระหายคลายร้อน เชฟอ้วนเลยอยากชวนเพื่อนๆ มาทำเมนูไอติมแท่ง (Popsicle) ง่ายๆ แล้วยังใช้วัตถุดิบที่สามารถหาซื้อได้แถวบ้าน ในราคาที่ย่อมเยา รับรองได้เลยว่าทุกคนจะรู้สึก "ชื่นใจ" ทันทีที่ได้สัมผัสถึงความเย็นสดชื่นของไอติม "โอ้ว แต่งโม"

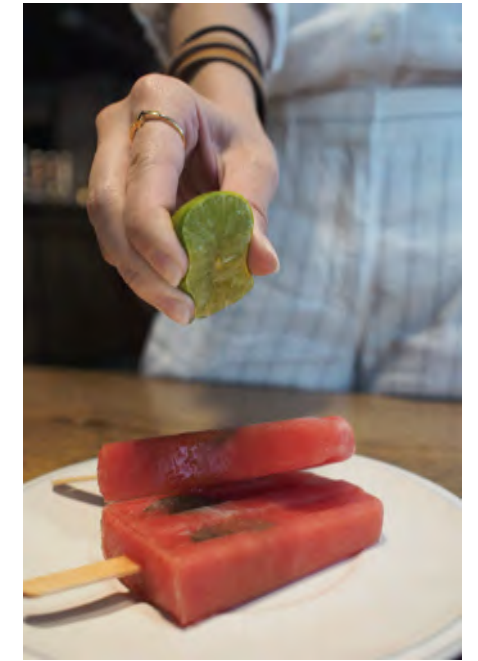
ลองถ่ายภาพในวันที่อากาศร้อนเกือบ 40 องศาเซลเซียส คุณเดินไปหยิบไอติมแท่งโมที่ทำเก็บไว้ในตู้เย็น บีบมะนาว 1 ซีกลงบนไอติมก่อนรับประทาน คุณจะได้กลิ่นหอมของมะนาวพร้อมกับความเปรี้ยวที่ทำให้คุณนำลายสอ ตามมาด้วยรสแต่งโมหวานฉ่ำชื่นใจ แค่นี้ก็มีความสุข

เครื่องปรุง วิธีทำ

- น้ำ 4 ช้อนโต๊ะ
- น้ำตาลทราย 1/3 ถ้วยตวง (80 มิลลิลิตร)
- น้ำมะนาว 4 ช้อนโต๊ะ (ประมาณ 4 ลูก)
 - แต่งโม 700 กรัม (แกะเมล็ดออก)
- เกลือ 1/8 ช้อนชา (ใส่เล็กน้อย อย่าใส่มากจะเค็ม)
- โปสเตอร์แท่ง 20 โป (ใส่ 2 โปต่อแท่ง)

(สามารถทำไอติมขนาด 80 - 90 มิลลิลิตร ได้จำนวน 8 - 10 แท่ง)

1. ผสมน้ำและน้ำตาลทรายในหม้อต้ม นำขึ้นตั้งไฟปานกลาง คนจนน้ำตาลละลาย หลังจากนั้นปิดไฟและวางทิ้งไว้ให้น้ำเชื่อมเย็นในอุณหภูมิห้อง
2. นำแต่งโม น้ำมะนาว เกลือ และน้ำเชื่อมที่เตรียมไว้ ใส่ในเครื่องปั่นน้ำผลไม้ ปั่นจนส่วนผสมเข้ากันดี
3. ก่อนเทลงพิมพ์ ถ้ามีเมล็ดแต่งโมตกค้างอยู่ ให้กรองผ่านตะแกรงก่อน
4. นำโปสเตอร์แท่งจุ่มในส่วนผสมและแช่ไว้ในพิมพ์ไอติม (แท่งละ 2 โป)
5. เทส่วนผสมลงในพิมพ์ไม่ต้องเติม โดยเหลือพื้นที่ส่วนบนไว้ 1/4 ของพิมพ์ (เมื่อส่วนผสมแข็งตัวจะขยายจนเต็มพิมพ์)
6. ใส่แท่งไม้ไอติม และนำไปแช่ในช่องแช่แข็ง ระยะเวลา 6 - 8 ชั่วโมง (ถ้าข้ามคืนได้ยิ่งดี)
7. ก่อนรับประทาน บีบมะนาว 1 ซีกลงบนไอติม แค่นี้ก็ "ชื่นใจ"



SIMPLE.FAST.EASY

SIMPLE DIY SEESIONS RECREATING COLL NEW CUTTING EDGE HOME-MADE DECORS

มาครีเอทของเก๋ไว้แต่งบ้านสำหรับคนรัก DIY



CAMERA STRAP FROM A SCARF

เปลี่ยนผ้าพันคอเก่าๆ ให้กลายเป็นสายคล้องกล้องสำหรับทริปหน้าร้อนของสาว ๆ

อุปกรณ์ วิธีทำ

- ผ้าพันคอผืนเก่า หรือ ผ้าลายน่ารักๆ
 - ชิ้นหนึ่ง สำหรับทำที่เก็บปลายผ้า 2 ชิ้น
 - ห่วงทองเหลืองวงกลม 2 ชิ้น
 - ตะขอเกี่ยว 2 ชิ้น
 - เข็มเย็บผ้า
 - ด้ายในลอน
 - กรรไกร
1. ตัดชิ้นหนึ่งทั้งสองชิ้นเป็นรูปทรงทรงแท่ตาย สำหรับทำที่เก็บปลายผ้า ขนาดยาว 3 นิ้ว x 1.5 นิ้ว
 2. ประกอบห่วงทองเหลืองวงกลมกับตะขอเกี่ยวเข้าด้วยกัน
 3. นำชิ้นหนึ่งไปสอดไว้ในห่วงทองเหลือง ก็จะเป็นอันว่าเตรียมที่เก็บปลายผ้าเรียบร้อยแล้ว
 4. นำผ้าพันคอมาเนาขอบ เหลือปลายด้ายไว้สักเล็กน้อย แล้วตัดออกทั้งสองด้าน
 5. จับปลายด้ายส่วนที่เหลือ แล้วรวดผ้าให้ไปกองรวมกัน ก่อนจะผูกปมให้ผ้าไม่คลายออก
 6. นำชิ้นหนึ่งที่สอดห่วงแล้วมาพับประกบโดยมีปลายผ้าสอดอยู่ระหว่างกลาง
 7. เย็บขอบหนึ่งโดยรอบให้ติดกัน เพื่อความแข็งแรงอาจจะเย็บซ้ำในส่วนที่มีปลายผ้าสอดอยู่อีกรอบหนึ่ง
 8. เก็บปลายผ้าอีกด้านด้วยชิ้นหนึ่งที่สอดห่วงเตรียมไว้อีกชุด ก็จะเป็นอันเสร็จพร้อมนำไปคล้องกล้อง เพิ่มความสดใสให้กับทริปของสาว ๆ

* สามารถหาของตกแต่งผ้ามาเพิ่มเติมได้ตามต้องการ



GO TOUCH UP

RE-RENOVATE YOUR OLD ROOM WITH OUR FAST AND NEW IDEAS THAT WILL HAVE HEADS TURNING WOW!

จัดห้องเก่ามาแต่งใหม่ ไอเดียดีๆ ที่ไม่สงวนลิขสิทธิ์



P.332



P.333

"And so with the sunshine and the great bursts of leaves growing on the trees, just as things grow in fast movies, I had that familiar conviction that life was beginning over again with the summer."

F. Scott Fitzgerald, The Great Gatsby

และเมื่อแสงอาทิตย์สาดส่อง มาพร้อมกับการผลิบานของใบไม้ ด้วยความเร็วราวกับภาพยนตร์ มันเตือนใจฉันว่าชีวิตหน้าร้อนได้เริ่มอีกครั้งแล้ว

ฤดูร้อน ช่วงเวลาแห่งการออกไปโลดเล่น outdoor พร้อมกับกลิ่นไอของฤดูร้อน เพื่อเก็บบันทึกภาพกิจกรรมมากมายที่กำลังจะเกิดขึ้น ไม่ว่าจะเป็นการกระโดดโลดเต้นใน EDM Concert ริมชายทะเล การดำน้ำดูปะการังที่เกาะลิบง การพายเรือเข้าถ้ำมรกตที่เกาะมุก หรือการเล่นเซิร์ฟลอดช่องบนเกลียวคลื่นที่จังหวัดภูเก็ต แต่ก่อนที่คุณจะเดินทางไปทีเหล่านั้น GO TOUCH UP อยากจะขอให้คุณแบ่งเวลามาเตรียมความพร้อมสักนิด นัดเพื่อนร่วมทริปมาพูดคุยแผนการเดินทางกันสักหน่อย และที่รวมตัวที่สะดวกที่สุดก็คือบ้านของคุณนั่นเอง

เริ่มจากการจัดพื้นที่เป็นมุมจิบ Lemonade Ice Tea กับขนมร้านโปรดของคุณ เพื่อวางแผนการเดินทางกับกลุ่มเพื่อนในมุมสบายๆ ของบ้าน โดยจัดวางโซฟา กับหมอนนุ่มๆ หลายใบ และอาร์มแชร์นั่งสบายๆ คู่กับผ้าห่มลายพริ้นต์สวยๆ ไว้ไม่ไกลจากชั้นวางหนังสือใกล้บู๊ทที่เตรียมไว้หาข้อมูลการเดินทาง เปลี่ยนโต๊ะกลางโต๊ะเป็นโต๊ะสูงปกติเพื่อให้ง่ายต่อการใช้งาน หากมีบอร์ดไม้คอร์ทู้มผ้าสักแมงจะได้ไว้ปักหมุดแสดงเมืองต่างๆ ที่เราจะเดินทางไปในทริปได้ยิ่งดี และสร้างบรรยากาศด้วยดอกไม้สวยๆ อย่างพวก Hydrangea หรือ Tulip Mascotte ช่วยลดอุณหภูมิในห้องของคุณ และให้คุณใช้เวลาอยู่กับกลุ่มเพื่อนได้แบบไม่จำกัด

เพิ่มเติมบรรยากาศให้มิกซ์อายของหน้าร้อน ด้วยการใช้สี Pantone 13-1520 Rose Quartz (ที่เราหยิบมาจาก collection Spring/Summer 2016 ของ Pantone) สีถึงสีของท้องฟ้ายามพระอาทิตย์ตก สีของแก้มมีเลือดฝาดของเด็กสาว หรือสีของดอกไม้ที่กำลังผลิบาน เป็นสีที่มีความนุ่มนวลอย่างนุ่มนวลและคอยเตือนใจเราว่า ท่ามกลาง Summer ที่วุ่นวายนี้ มีความสนุกสนานซ่อนเร้นอยู่ ซึ่งเราสามารถนำมาใช้กับบ้านของเรา เช่น การเปลี่ยนผนังทาสีเรียบๆ นิ่งๆ มาเป็นการปิดวอลล์เปเปอร์ที่มีลวดลายเหมือนการพลิ้วไหวของสีน้ำสี Rose Quartz ให้ความรู้สึกสดใสและนุ่มนวล หรือการนำสี Rose Quartz นี้มาใช้กับ Element ง่ายๆ พวกปลอกหมอน ผ้าคลุมเตียง และพริอพต่างๆ เติมแต่งให้มีสีสันได้ไม่น้อย

นอกจากนี้การใช้ลายพริ้นต์ที่มีลายธรรมชาติอย่างลายหินอ่อน ลายไม้ ลายดอกไม้ หรือขนสัตว์ที่เข้ากับวัสดุพวกหมอนผ้าต่างๆ เช่น หมอน เบาะ ผ้าห่ม ก็ช่วยลดความแข็งกระด้างและให้ความนุ่มนวลอย่างมีสไตล์

และเมื่อเสียงแจ๊ซของการดกเถียงกับผองเพื่อนสงบลง ได้เป็นแผนการการผจญภัยครั้งใหม่ ก็เหลือเพียงรอเวลาที่หีบห่อกระเป๋าและออกเดินทางไปโลดเล่นรับลมร้อนกันแล้ว.....สวัสดีฤดูร้อน

Keep it cool, stay in shape

หน้าร้อนแสนสดใส และแดดแรงๆ แบบนี้ สิ่งที่เราคิดถึงกันมากที่สุดคงหนีไม่พ้น ไอศกรีมถ้วยโต หรือน้ำหวานใส่น้ำแข็งเย็นเจิบชื่นใจแก้วใหญ่ๆ สำหรับดับ ความร้อนกันแบบทันทีทันใด รู้ไหมว่าปริมาณน้ำตาลและแคลอรีจากไอศกรีม ถ้วยโปรดและน้ำหวานแก้วใหญ่ที่ชื่นใจเหล่านั้นมากมายชนิดที่ถ้าคุณวิ่ง ก็คงจะต้องวิ่งกันหลายรอบเลยทีเดียวว่าจะเผาผลาญพลังงานหวานเจี๊ยบ เหล่านั้นได้หมด

A MAG ฉบับซัมเมอร์นี้ มีลิสต์อาหารสำหรับดับความร้อนแบบไม่อ้วน แถมได้ ประโยชน์อีกมากมายมาฝากกันค่ะ

แตงกวา

"Cool as a cucumber" ส่วนผสมแปลว่า "ใจเย็น" อาจจะมีส่วนจริงจาก คุณประโยชน์ของเจ้าแตงกวาก็ได้ เพราะแตงกวามีส่วนประกอบเป็นน้ำถึง 90% ดับร้อนได้ดีราวกับน้ำ ดังนั้นเมนูอาหารสำหรับเที่ยงวัน อาจลองมองหาเมนู ที่มีส่วนประกอบเป็นแตงกวา เช่น สลัดต่างๆ หรือเพิ่มปริมาณแตงกวาที่ปกติ เรารับประทานเป็นเครื่องเคียงในช่วงหน้าร้อนนี้ มากขึ้นหน่อยนะค่ะ นอกจากดับร้อนแล้ว ส่วนประกอบที่เป็นน้ำเสียส่วนมาก ยังทำให้เรารู้สึกสดชื่น ด้วยนะค่ะ

แตงโม

ถ้าการรับประทานเนื้อสัตว์และเครื่องเทศต่างๆ ในหน้าหนาว เปรียบเสมือน การสร้างฮีทเตอร์ให้กับร่างกาย การรับประทานแตงโมก็เหมือนเราติดแอร์ให้กับ ร่างกายของเราเช่นกัน แตงโมมีคุณสมบัติที่คล้ายกับแตงกวา คือ ประกอบไปด้วย น้ำเป็นส่วนมาก ทำให้ช่วยดับร้อนได้ดี แถมแคลอรีต่ำ เหมาะสำหรับเป็น อาหารควบคุมน้ำหนัก แต่คุณสมบัติที่ดีกว่านั้นคือ แตงโมมีสารที่เรียกว่า Citrulline (ซิทรูลิน) ซึ่งจะพบสารนี้ในเปลือกมากกว่าส่วนของเนื้อ ดังนั้น การรับประทานแตงโมที่มีส่วนเปลือกขาวๆ ติดมาด้วยก็จะเป็นประโยชน์ที่ดี มากกว่าที่จะกินแต่เนื้อสดๆ โดยประโยชน์ของสารนี้คือ จะช่วยขยายเส้นเลือด ดีต่อระบบภูมิคุ้มกัน และยังเป็นประโยชน์อย่างมากสำหรับคนที่ เป็นโรคเบาหวาน และโรคอ้วนอีกด้วย

ผักใบเขียว

ผักใบเขียวทุกชนิดมีประโยชน์ต่อเรา ไม่ว่าจะหน้าไหน การรับประทาน ผักใบเขียวทำให้ประโยชน์กับเราแน่นอน โดยสำหรับในหน้าร้อน ผักใบเขียว ซึ่งประกอบด้วยน้ำส่วนมากเช่นกัน จะทำให้ร่างกายค่อยๆ เย็นลง เป็นการ ประหยัดพลังงานร่างกายของเราไม่ต้องเสียไปกับการย่อยอาหารที่ย่อยยาก อย่างเช่น เนย น้ำตาล ฯลฯ ทำให้เรายังคงมีพลังงานเหลือสำหรับคงความเย็น ให้กับร่างกาย

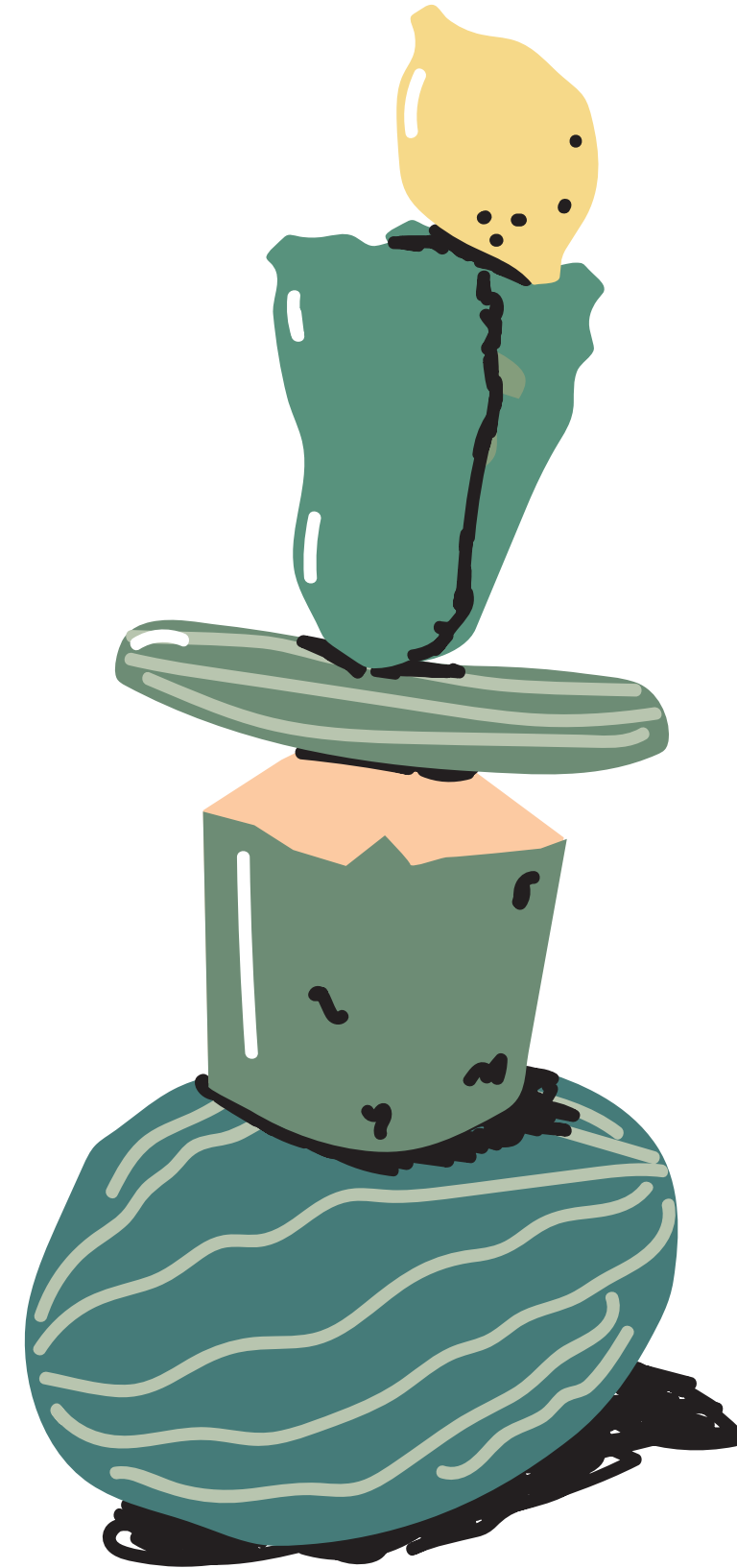
มะนาว

มะนาวนอกจากจะช่วยให้ร่างกายเราเย็นลงได้แล้ว ยังช่วยเรื่องการล้างพิษ ออกจากร่างกาย และปรับสมดุลระบบขับถ่ายอีกด้วย เราเชื่อว่ากรดื่มน้ำมากๆ จะดีต่อสุขภาพ ลองเปลี่ยนเป็นน้ำผสมมะนาวดูนะค่ะ นอกจากลดความร้อนแล้ว ยังลดความอ้วนได้อีกต่างหาก

น้ำมะพร้าว

อยู่เมืองไทยโชคดีมาก เรามีมะพร้าวเป็นผลไม้พื้นถิ่นที่หาซื้อได้ในราคาไม่แพง ผลไม้สารพัดประโยชน์อย่างมะพร้าว ซึ่งช่วยดับกระหายคลายร้อนได้อย่างทันที ทันใด เพราะประกอบด้วยเกลือแร่สูง เรียกว่าเป็นเครื่องดื่มเกลือแร่จากธรรมชาติ เลยทีเดียว นอกจากนี้วิตามินและแร่ธาตุที่มากมายยังช่วยดูดซับสารพิษออกจาก ร่างกาย ทำให้ผิวพรรณสดใส แถมไม่อ้วนเพราะประกอบด้วยไขมันเชิงเดี่ยว ซึ่งเผาผลาญได้ง่ายอีกด้วย

หน้าร้อน จะร้อนแค่ไหน เราก็เย็นได้แบบสวยๆ และไม่อ้วนนะค่ะ



S.P.E.C.I.A.L.

OUR SPECIAL PROMOTIONS,
YOU SHOULDN'T MISS

ของดี โปรโมชันดี ๆ
ที่อยากป่าวประกาศให้คุณไม่พลาด



เปิดโครงการใหม่ บ้านเดี่ยวและทาวน์โฮม
บนทำเลศักยภาพ วงแหวน-ราชพฤกษ์
.. ที่ทำให้คุณมีชีวิตดี ๆ

- เพียง 10 นาที สู่รถไฟฟ้าสายสีม่วง สถานีคลองบางไผ่ เชื่อมต่อคุณสู่ใจกลางเมืองได้อย่างง่ายดาย
- เดินทางสะดวกด้วยถนนหลักหลายเส้นทาง ทั้งถนนกาญจนาภิเษก (วงแหวนตะวันออก), ถนนสะพานนันทบุรี-บางบัวทอง สามารถไปถนนติวานนท์ รังสิต และเพียง 15 นาที สู่ถนนแจ้งวัฒนะ
- ใกล้ช้อปปิ้งมอลล์ขนาดใหญ่ ไม่ว่าจะเป็นเซ็นทรัล เวสต์เกต, อิกเกีย บางใหญ่ และบิ๊กซี บางใหญ่
- อุบัติใกล้โรงพยาบาลเกษมราษฎร์ และสถานศึกษาชั้นนำอย่าง โรงเรียนสารสาสน์

AREEYA
COMO
by Areeya
BLISSFULLY DESIGN



อารีญา โคมโม่ บ้านเดี่ยว 2 ชั้น
สไตล์ Modern Contemporary
บนพื้นที่ความสุข 141 ตร.ม.

สุขทุกพื้นที่ด้วยการออกแบบที่ให้คุณใช้ชีวิตได้อย่างสมบูรณ์แบบ
เริ่มตั้งแต่ประตูบานเลื่อนขนาดใหญ่เปิดรับแสงให้ความรู้สึกโปร่งสบาย
แบ่งสัดส่วนห้องนั่งเล่น เพิ่มความเป็นส่วนตัว มาพร้อมพื้นที่สำหรับ Pantry
ขนาดใหญ่สำหรับเตรียมอาหารและพื้นที่สำหรับครัวไทยด้านหลัง ชั้น 2
ของบ้านแบ่งออกเป็น 3 ห้องนอนประกอบด้วย 1 ห้องนอนขนาดใหญ่พิเศษ
แบบ Modern Exclusive Suite พร้อม Walk-in closet
ห้องน้ำและระเบียบส่วนตัว และ 2 ห้องนอนขนาดใหญ่ 3 ห้องน้ำ 2 ที่จอดรถ
ให้คุณผ่อนคลายท่ามกลางสวนสีเขียวร่มรื่น พร้อมคลับเฮ้าส์ สระว่ายน้ำ
และฟิตเนส เติมเต็มความอุ่นใจด้วยระบบรักษาความปลอดภัยตลอด 24 ชั่วโมง
พร้อมระบบตรวจสอบการเข้า-ออกโดยใช้ Keycard และกล้องวงจรปิด CCTV
แล้วชีวิตสุขนิยม จะอยู่กับคุณทุกวัน ที่ Areeya Como

-SUMMER FLAVOR-



LIFE IN PASTEL LIFE IN THE COLORS



เริ่มเพียง 1.49 ล้าน*

ใช้ชีวิตที่เต็มไปด้วย “สีสัน”
กับทาวน์โฮมเก๋ๆ สไตล์ Modern Tropical

แบบ Pastel A
พื้นที่ใช้ชีวิต 114 ตร.ม. 4 ห้องนอน 2 ห้องน้ำ 2 ที่จอดรถ

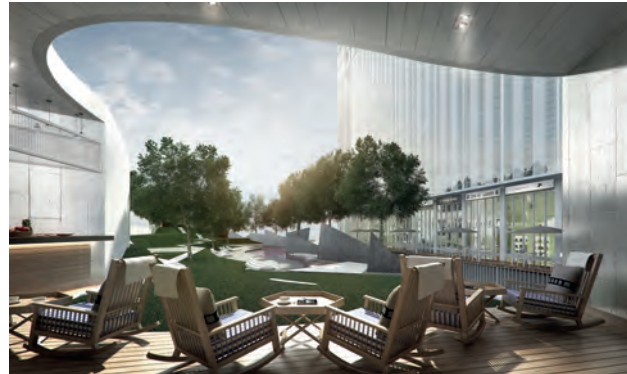
แบบ Pastel B
พื้นที่ใช้ชีวิต 104 ตร.ม. 3 ห้องนอน 2 ห้องน้ำ 1 ที่จอดรถ

ที่ออกแบบหน้าบ้านกว้าง 5.7 ม. ให้ความรู้สึกกว้างกับบ้านเดี่ยว
หน้าต่างเป็นกระจกบานใหญ่ เพื่อเปิดรับแสงธรรมชาติและให้ความรู้สึกโปร่งโล่ง
และยังมีห้อง Multi Function เป็นสเปซส่วนตัวที่เปิดให้คุณปรับฟังก์ชัน
เพื่อทุกความต้องการ ใช้ชีวิตเก๋ๆ ได้เต็มที่ด้วยคลับเฮ้าส์ สระว่ายน้ำ
และฟิตเนส ที่รายล้อมด้วยสวนสีเขียวร่มรื่น

S.P.E.C.I.A.L.

OUR SPECIAL PROMOTIONS,
YOU SHOULDN'T MISS

ของดี โปรโมชันดีๆ
ที่ยากกว่าจะพลาดให้คุณไม่พลาด



เอ สเปซ โอดี อโศก-รัชดา
เอกสิทธิ์สุดท้ายคอนโดใจกลางย่านธุรกิจใหม่
เชื่อมต่อศูนย์กลางทางคมนาคม



ใช้ชีวิตอย่างมีระดับกับคอนโดหรูใจกลางย่านธุรกิจ
รายล้อมด้วยอาคารสำนักงานชั้นนำ อาทิ ตลาดหลักทรัพย์แห่งประเทศไทย,
AIA Capital Center, สำนักงานยูนิลีเวอร์เฮาส์, G Land, Super Tower
พร้อมด้วยแหล่ง Lifestyle ชั้นนำ ได้แก่ เซ็นทรัล พลาซ่า พระราม 9, ฟอรั่ม
ทาวเวอร์ และเอสพลานาด

สะดวกด้วยการเดินทางทุกรูปแบบ เชื่อมโยงถนนหลายสาย สุขุมวิท,
เลียบทางด่วนรามอินทรา, อโศก-ดินแดง, พระราม 9, วิกาวดี-รังสิต
พร้อมยังเป็นจุดเชื่อมต่อทางด่วนทุกเส้น
 อีกทั้งยังใกล้จุดเชื่อมต่อรถไฟฟ้าไม่ว่าจะเป็น MRT, BTS, Airport Link
 รวมถึงรถไฟฟ้าสายสีส้ม (โครงการในอนาคต)

เอ สเปซ โอดี อโศก-รัชดา มีฟังก์ชันห้องให้เลือกถึง 2 แบบ
 ทั้ง One-Bedroom และ Two-Bedroom ขนาด 32.84 - 72.10 ตร.ม.
 ยิ่งไปกว่านั้น เอ สเปซ โอดี ยังมาพร้อมด้วยนวัตกรรมระบบจอดรถอัจฉริยะ
 ให้คุณสามารถจอดรถได้ง่ายๆ พร้อมด้วยสระว่ายน้ำขนาดใหญ่
 แบบ Free-form, กรีนซิมฟิตต์กอล์ฟ ให้คุณได้ซ้อมวงสวิงได้ทุกวัน,
 ออกกำลังกายและผ่อนคลายได้ทุกเวลาที่ Fitness และ Sauna
 สดชื่นได้เต็มปอดกับสวนขนาดใหญ่กว่า 1 ไร่รอบโครงการ

เริ่ม 3.69 ล้านบาท
โทร.1797 กด 11
aspace.co.th



ME & YOU

OUR CREATIVE ACTIVITIES
BRING YOU ALL SMILE

กิจกรรมดีๆ ของชาวอารียากับลูกบ้าน
เอามาฝากให้ยิ้มกัน



P.40

P.41

Build and Share Made with Love

หลังอารียาเปิดรับบริจาคตุ๊กตาและของเล่นเพื่อน้องๆ ผ่านทางคลับเฮ้าท์และ
นิติบุคคลของโครงการอารียาในโซนต่างๆ ไม่ว่าจะเป็นบางนา ลาดพร้าว
ติวานนท์ อโศก รัชดาภิเษก และเกษตร-นวมินทร์ มานานกว่า 2 สัปดาห์
เพื่อมอบให้แก่น้องๆ ในความดูแลของมูลนิธิสายธารแห่งความหวัง นับว่า
กระแสตอบรับดีเกินคาดเมื่อกล่องรับบริจาคอัดแน่นด้วยตุ๊กตาและของเล่นจน
ล้นกล่อง เพื่อเป็นการขอบคุณ ทางอารียาจึงจัดกิจกรรมต่อเนื่องให้ชาวอารียา
ผู้โชคดีจากการเล่นเกมทายจำนวนหมีปริศนาผ่านทางหน้าเพจเฟซบุ๊กของ
Areeya Home ได้รับสิทธิ์เข้าร่วมเวิร์กช็อปตกแต่งตุ๊กตาหมีจาก Teddy House

และกระทงให้ลูกคุณแพนเค้ก เขมนิจ หนึ่งในผู้บริหารและแบรนด์แอมบาสเดอร์
Teddy House ที่สยามสแควร์ ซอย 11 โดยไม่เสียค่าใช้จ่าย งานนี้นอกจาก
สมาชิก Areeya & You ทั้ง 40 ท่าน จะอึ้งใจที่ได้เห็นตุ๊กตาแถมๆ และสนุกสนาน
ไปกับการตกแต่งตุ๊กตากับดาราคณดั่งแล้ว ยังอึ้งอึ้งกับเด็กหมีน้อยน่ารักอีกด้วย



ติดตามกิจกรรมจากอารียา ได้ที่



-SUMMER FLAVOR-

รักผม...พามไปฉีดยา

หลายปีที่ผ่านมามาอารียาได้ให้ความสำคัญต่อการจัดกิจกรรมในรูปแบบต่างๆ
ภายในหมู่บ้านเพื่ออำนวยความสะดวก ตลอดจนสร้างสัมพันธ์ที่ดีระหว่าง
ลูกบ้าน เราได้คำนึงถึง lifestyle ของลูกบ้านในแต่ละช่วงวัย เริ่มตั้งแต่วัยเด็ก
วัยทำงาน ไปจนถึงผู้สูงอายุ นอกจากคนแล้ว สัตว์เลี้ยงก็ถือเป็นสมาชิกที่อาศัย
อยู่ในหมู่บ้านด้วยเช่นกัน อารียาจึงได้จัดกิจกรรม "รักผม... พามไปฉีดยา" ขึ้น
เนื่องจากในช่วงฤดูร้อนของทุกปี โรคพิษสุนัขบ้าเป็นโรคที่ระบาดในสัตว์เลี้ยง
โดยเฉพาะสุนัขและแมว ดังนั้นเพื่อความปลอดภัยของลูกบ้านและสัตว์เลี้ยงเอง
อารียาจึงอาสาที่จะอำนวยความสะดวกในส่วนนี้แบบฟรี ไม่มีค่าใช้จ่าย

กิจกรรมรักผม...พามไปฉีดยา ได้รับการตอบรับจากลูกบ้านเป็นอย่างดี บรรยายกาศ
ภายในกิจกรรมเป็นกันเอง สบายๆ ลูกบ้านต่างพาสุนัขและแมวมารับวัคซีน
พิษสุนัขบ้า โดยมีสัตวแพทย์จากโรงพยาบาลสัตว์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ มาให้
คำแนะนำในการดูแลสัตว์เลี้ยง และตรวจเช็กร่างกายสัตว์เลี้ยงเบื้องต้นอีกด้วย

ติดตามกิจกรรมจากพิกดาเคสลี่ แบนด์ค็อก ได้ที่



PickdailyBangkok PickdailyBangkok

AREEYA & YOU CARD

เอกสิทธิ์พิเศษสำหรับ
ลูกบ้านอารีญา
บัตรเดียว
ที่เติมเต็มความสุข
ให้กับทุกไลฟ์สไตล์
ที่เป็นคุณ

มอบความอบอุ่นให้กับลูกบ้านอารีญาโดยเฉพาะ
ด้วยบริการและกิจกรรมพิเศษต่าง ๆ มากมาย
ไม่ว่าจะกิน เที่ยว ช้อป ซิล ดีไซน์ไว้อย่างลงตัว
ตอบโจทย์สำหรับทุกคนในครอบครัว
เพราะอารีญาเรามองว่าบ้านจะเป็นบ้านที่ดีได้นั้น
สิ่งที่สำคัญไม่น้อยไปกว่าการก่อสร้าง
นั่นก็คือการคำนึงถึงความสุขที่เกิดจากความรัก
และความอบอุ่นของทุกคนในครอบครัว
ที่ถือเป็นปัจจัยหลักให้บ้านนั้นเป็นบ้านที่สมบูรณ์แบบ



AREEYA LIFESTYLE PRIVILEGES



ตอบโจทย์ทุกจังหวะของชีวิต สนุกสุดขีดกับหลากหลายความบันเทิงชั้นนำ



ENTER-TAINMENT

ลูกบ้านอารีญา รับสิทธิคุณหนึ่ง **ฟรี 1 ที่นั่ง**
ทุกเรื่อง ทุกรอบ ที่โรงภาพยนตร์ในเครือเมเจอร์ ซินีเพล็กซ์ทุกสาขา
(1 สิทธิ์/ 1 ที่นั่ง/ เดือน จำนวน 250 ที่นั่ง/ เดือน)

ขั้นตอนการรับสิทธิ์

- กรณียังไม่ได้ลงทะเบียนบัตร Areeya & You โปรดลงทะเบียนบัตรของท่านที่ http://www.areeya.co.th/2014/index_areeyayou_card.php#AndYou
- ท่านสามารถรับสิทธิ์ชมภาพยนตร์ได้โดยการสแกนบัตร Areeya & You ที่ตู้จำหน่ายบัตรอัตโนมัติ ณ โรงภาพยนตร์ในเครือเมเจอร์ ซินีเพล็กซ์ ทุกสาขา
- ไม่สามารถใช้ร่วมกับโปรโมชั่นหรือรายการส่งเสริมการขายอื่นๆ ได้
- จำกัดการใช้สิทธิ์ 1 หมายเลขบัตร / 1 ที่นั่ง / 1 เดือน รวม 250 ที่นั่ง / เดือน
- สามารถใช้ชมภาพยนตร์ในระบบฉายปกติ และดีจิตอล 2D ในที่นั่งปกติ Normal Seat เท่านั้น
- สามารถใช้สิทธิ์ได้ที่ เมเจอร์ ซินีเพล็กซ์ และ อีจิว ทุกสาขา, พารากอน, คอวท์เกียร์, เอสพลานาด, พาราไดซ์, เมกา, หาดใหญ่ และโรงภาพยนตร์อื่นๆที่ร่วมรายการ

ใช้สิทธิ์ได้ตั้งแต่วันที่ – 31 ธ.ค. 2559



* เงื่อนไขเป็นไปตามที่บริษัทฯ กำหนด ขอสงวนสิทธิ์ในการยกเลิก / เปลี่ยนแปลงรายการส่งเสริมการขาย โดยไม่ต้องแจ้งให้ทราบล่วงหน้า

areeya.co.th

Areeya Home

AreeyaHome

Tel. 02 798 9800

Areeya LIFESTYLE PRIVILEGES



เติมเต็มความสุขในทุกมื้อ กับโปรสุดคุ้มจากร้านค้าสุดชิค



<p>• ฟรี Pancake Pancake 1 Jan เมื่อรับประทานอาหารเช้าในร้าน ครบ 500 บาท</p> <p>• ฟรี Italian Soda 1 แก้ว เมื่อรับประทานอาหารเช้าในร้าน ครบ 300 บาท</p>	<p>• ส่วนลด 5% สำหรับสินค้าในร้านทุกชิ้น</p> <p>• ส่วนลด 10% เมื่อซื้อสินค้า ครบ 1,000 บาท ขึ้นไป</p>	<p>• ส่วนลด 10% ค่าอาหาร ไม่รวมเครื่องดื่ม เมื่อทาน ครบ 500 บาทขึ้นไป</p>	<p>• ส่วนลด 10% ค่าอาหาร ไม่รวมเครื่องดื่ม เมื่อทาน ครบ 500 บาท และชำระด้วยเงินสด</p>	<p>• ส่วนลด 10% สำหรับร้านอาหาร ไม่รวมเครื่องดื่ม (เฉพาะเงินสดเท่านั้น)</p>	<p>• ส่วนลด 10% สำหรับร้านอาหาร ไม่รวมเครื่องดื่ม (เฉพาะเงินสดเท่านั้น)</p>
<p>• ส่วนลด 10% สำหรับร้านอาหาร ไม่รวมเครื่องดื่ม</p> <p>• รับฟรี เมนูลาอิตแทง (ใส่โรยปลาทอด) เมื่อทานครบ 2000 บาทขึ้นไป</p>	<p>• ส่วนลด 20% เฉพาะร้านอาหาร (ไม่รวมเครื่องดื่ม)</p>	<p>• ส่วนลด 10% สำหรับร้านอาหาร ไม่รวมเครื่องดื่ม (เฉพาะเงินสดเท่านั้น)</p>	<p>• รับส่วนลด 15% เมื่อซื้อเครื่องดื่ม 2 แก้ว</p> <p>• รับส่วนลด 10% เมื่อสั่งซื้อเค้กปอนด์</p>	<p>• ส่วนลด 10% สำหรับบุฟเฟ่ต์ ราคาปกติ 299 บาท/ท่าน</p>	<p>• ส่งเมนูครบ รับฟรีไอศกรีม 1 สกูป ราคา 35 บาท</p>
<p>• ส่วนลด 10% สำหรับร้านอาหารและเครื่องดื่ม</p>	<p>• ส่วนลด 10% สำหรับร้านอาหาร ไม่รวมเครื่องดื่ม เมื่อทานครบ 500 บาทขึ้นไป</p>	<p>• ส่วนลด 10% สำหรับร้านอาหาร ไม่รวมเครื่องดื่ม เมื่อทานครบ 500 บาทขึ้นไป</p>	<p>• ส่วนลด 10% สำหรับร้านอาหาร ไม่รวมเครื่องดื่ม</p>	<p>• ส่วนลด 5% สำหรับร้านอาหาร ไม่รวมเครื่องดื่ม</p>	<p>• ส่วนลด 10% สำหรับร้านอาหาร ไม่รวมเครื่องดื่ม</p>
<p>• ส่วนลด 10% สำหรับร้านอาหาร ไม่รวมเครื่องดื่ม</p>	<p>• ส่วนลด 10% สำหรับร้านอาหาร ไม่รวมเครื่องดื่ม</p>	<p>• ฟรีเครื่องดื่ม Hot Americano, Iced Lemon Tea, Iced Thai Tea ขนาดปกติ 1 แก้ว</p>			

วันนี้ - 30 มิ.ย. 59

ข้อประหน้ากับส่วนลดมากมายจากหลากหลายแบรนด์ดัง



SHOPPING

<p>• รับส่วนลด 10% เมื่อซื้อสินค้าครบ 1,000 บาท</p> <p>• รับส่วนลด 20% เมื่อซื้อสินค้าครบ 2,000 บาท (ยกเว้นสินค้า New Collection, Made to Order)</p>	<p>• รับส่วนลด 20% จากราคาป้าย</p>	<p>• รับส่วนลด 25% สำหรับผลิตภัณฑ์ทองสีแปเปอร์, ผลิตภัณฑ์ผ้า ผ้า และผ้าปูโต๊ะ, ผลิตภัณฑ์พรม, ผลิตภัณฑ์พื้นไม้</p>	<p>• 5,000 บาทขึ้นไป รับคูปองส่วนลด 200 บาท ใช้เป็นส่วนลดในใบเสร็จถัดไป จำกัดสูงสุด 3 ครั้ง / เดือน</p>
--	------------------------------------	---	---

วันนี้ - 30 มิ.ย. 59

ให้ชีวิตได้รีแลกซ์ พักผ่อนไปกับไลฟ์สไตล์ที่เป็นคุณ



HEALTH & BEAUTY

<p>• รับสิทธิ์บริการกรัดผมตัดผมโปรแกรมวิเคราะห์ผิวหน้า แบบ 3 มิติ 3D Facial Analysis หรือโปรแกรมวิเคราะห์รูปร่าง และเช็คมวลปริมาตรไขมันในร่างกายด้วยเครื่อง CT-SCAN ฟรี 1 ครั้ง มูลค่า 4,500 บาท</p>	<p>• ปีใหม่นี้เริ่มเป็นคุณคนใหม่ กับโปรแกรม 21-Day Habit Theory ฝึกโยคะ / Fly / Pilates 21 ครั้ง ภายใน 21 วัน เพียง 3,900 บาท</p>	<p>• ฟรี บริการกรัดผมตัดผมโปรแกรม Hollywood Stars Beauty Package เพื่อผิวสุขภาพดีและทรงเงางาม 1 ครั้ง มูลค่า 8,500 บาท</p>
<p>• ฟรี บริการทดลองกรัดผมตัดผม นักทรง-ซันด์ส่วน เฉพาะจุด 1 ครั้ง มูลค่า 8,000 บาท</p>	<p>• บริการให้คำปรึกษาพร้อมตรวจเช็คสภาพเส้นผม และหนังศีรษะ ฟรี</p> <p>• ชี้อ 1 แก้ว 1 ทุกโปรแกรม พร้อมรับฟรี Laser Comb 1 ครั้ง ฟรี</p> <p>• รับสิทธิ์เมื่อสมัครในเดือนกุมภาพันธ์ โปรแกรม Holistic Hair Spa อีก 1 ครั้ง</p>	<p>• ส่วนลด 10% สำหรับโปรแกรมสุขภาพ (บริการครอบคลุมตั้งแต่ปรับฮอร์โมน ดูแลปัญหาวัยทองและวัยทองก่อนวัย โปรแกรมล้างสารพิษโลหะหนัก โปรแกรมกรองเลือด สเต็มเซลล์ วัฒนาบึงเพื่อสุขภาพ)</p> <p>• ส่วนลด 20% สำหรับโปรแกรมความงาม (ใบท็อกซ์ ฟิวเจอร์ ร้อยไหม ลดไขมันเฉพาะจุด ปรับผิวขาวใส วัฒนาบึงสูตรความงาม วัฒนาบึงลควรรอย)</p> <p>• สำหรับสมาชิกอายุเข้ารับการครั้งแรก รับฟรี Drip Vitamin (สูตรความงามหรือสูตรสุขภาพ) 1 ครั้ง มูลค่า 5,500 บาท</p>

วันนี้ - 30 มิ.ย. 59

แพ็คเกจกระเป๋า พร้อมโปรโมชั่นที่พิเศษสุด ในสถานที่ที่สวยสุด



TRAVEL



X2

X2 Kui Buri
• แพคเกจ 3 วัน 2 คืน ในวิลล่าแบบ Deluxe Garden Villa พร้อม Champagne Breakfast สำหรับ 2 ท่าน ราคา 9,000 บาท



X2

X2 River Kwai
• แพคเกจ 3 วัน 2 คืน ในห้องพักแบบ PoolXide Cabin พร้อม Champagne Breakfast สำหรับ 2 ท่าน ราคา 11,000 บาท



X2

X2 Samui
• แพคเกจ 3 วัน 2 คืน ในวิลล่าแบบ Deluxe Pool Villa พร้อม Champagne Breakfast สำหรับ 2 ท่าน ราคา 10,000 บาท ยกเว้นการเข้าพักวันหยุดยาว, วันหยุดนักขัตฤกษ์



LE BAYBURI PRANBURI

Le Bayburi Pranburi
• แพคเกจ 3 วัน 2 คืน ในวิลล่าแบบ Scandinavian Vacation Villa หรือ Mediterranean Retreat Villa ราคา 28,000 บาท



AWAY KOH KOOD

Away Koh Kood
• แพคเกจ 3 วัน 2 คืน ในห้องพักแบบ Duplex Ocean Facing Bungalow พร้อมอาหารเช้า, กลางวัน, เย็น (5 มื้อ) และเรือรับส่ง (ตราด-เกาะกูด) สำหรับ 2 ท่าน ราคา 15,800 บาท

วันนี้ - 30 มิ.ย. 59

สิทธิพิเศษอื่น ๆ จากอารียา



OTHERS



Discover Scuba
• Program ทดลองดำน้ำแบบ Discover Scuba ในสระว่ายน้ำ (ระยะเวลาเรียน 3 ชม.) พิเศษเพียง 900 บาท (ปกติ 3,300 บาท)
• หลักสูตรดำน้ำเบื้องต้น Open Water Diver Course 30 ชม. ลดพิเศษ 20% เหลือเพียง 7,200 บาท (ปกติ 9,000 บาท)



Pet Grooming
• กรัดขนตัด, สบ่าง สำหรับสุนัข น้าหนักไม่เกิน 5 กิโลกรัม เพียง 350 บาท (จากปกติ 500 บาท)



Spa Treatment
• แพคเกจพิเศษเพียง 26,999 บาท
- ถ่ายรูปฟรุ๊ตคิงนอกสถานที่ ให้โฟลสภาพทั้งหมด
- ภาพขยายขนาด 20 x 24 นิ้ว จำนวน 2 ภาพ
- กรอบหลุยส์ขนาด 20 x 24 นิ้ว จำนวน 2 กรอบ
- อัลบั้ม 4 in 1 (4 x 5 นิ้ว จำนวน 4 รูป และ 8 x 10 นิ้ว จำนวน 1 รูป)
- ชุดใส่ถ่ายภาพสำหรับเจ้าสาว จำนวน 2 ชุด
- ชุดใส่ถ่ายภาพสำหรับเจ้าบ่าว จำนวน 2 ชุด
- แต่งหน้าทำผมตามสไตล์ชุด
- ชุดเจ้าสาววันงาน จำนวน 2 ชุด
- ชุดเจ้าบ่าววันงาน จำนวน 2 ชุด



Car Rental
• ต่อที่ 1 ล้างรถ ดูแลฝุ่น รับกันที่ส่วนลดค่าเช่าต่อวัน 10 บาท
• ต่อที่ 2 ล้างรถ ดูแลฝุ่น เคลือบสี รับกันที่ส่วนลด 10%
• ต่อที่ 3 จัดสีตีบระบบ รับกันที่ส่วนลด 20%
• ต่อที่ 4 ทำความสะอาดภายใน รับกันที่ส่วนลด 20%
• ต่อที่ 5 เคลือบแก้ว (Glass Coating) รับกันที่ส่วนลด 40%



AR Kids
• รับส่วนลด 10% สำหรับลูกค้าบ้านอารียา



Music Academy
• สิทธิพิเศษเฉพาะลูกค้าบ้านอารียา ร้อง (เพลง) เล่น (ดนตรี) ดับ (บิลเลียด, เท็กซัส, ฮิปฮอป, เค-ป๊อป) ฟรี 1 ชั่วโมงทันที เมื่อสมัครคอร์สเรียน 3 เดือน



English Corner
• พิเศษสุด!!! สำหรับลูกค้าบ้านอารียา อายุ 2 - 15 ปี 8,100 บาท เหลือเพียง 7,500 บาท อายุ 2 - 3 ปี 5,400 บาท เหลือเพียง 5,000 บาท * 1 คอร์สเรียน 3 เดือน



Pom Pom Grooming
• ไปรับชมรับชมรับชม!!!! งานนำราคาเดียว 200 บาท

วันนี้ - 30 มิ.ย. 59

3 โปรแกรมทัวร์ ตามมูลค่าโครงการที่ได้แนะนำ

สำหรับโครงการมูลค่า 7 ล้านบาทขึ้นไป

โปรแกรมทัวร์ รัสเซีย 5 วัน 4 คืน สำหรับ 2 ที่นั่ง มูลค่ารวม 100,000 บาท หรือเลือกรับเงินสด 40,000 บาท

- นำท่านขึ้นสู่อากาศโปรวิวฮิล หรือเจมินฮิลส์ หรือบินเจนาทกร-จอก เป็นบริเวณที่มองเห็นทัศนียภาพของนครมอสโกซึ่งอยู่เบื้องล่างได้อย่างดีเยี่ยม
- นำท่านชมสถานีรถไฟใต้ดินกรุงมอสโก (METRO) สร้างขึ้นในปี ค.ศ.1931 โดยได้รับการยกย่องจากทั่วโลกว่าเป็นสถานีรถไฟใต้ดินที่สวยงามที่สุดในโลก
- ชมจัตุรัสแดง (RED SQUARE) ซึ่งเป็นสถานที่สำคัญตั้งอยู่กลางใจเมืองของมอสโก
- ชม พิพิธภัณฑ์อาวุธอ้อมรีเชมเบอร์ (KREMLIN ARMOURY CHAMBER)ที่อยู่ในบริเวณพระราชวังเครมลิน พิพิธภัณฑ์นี้เป็นสถานที่เก็บสะสมวัตถุล้ำค่ากว่า 4,000 ชิ้น

หมายเหตุ • เดินทางตลอดเดือน มิ.ย. - ธ.ค. 59 • กรุณาสำรองที่นั่งล่วงหน้าก่อนเดินทาง 30 วัน



สำหรับโครงการมูลค่า 4-6.99 ล้านบาท

โปรแกรมทัวร์ ฮ่องกง 5 วัน 3 คืน สำหรับ 2 ที่นั่ง มูลค่ารวม 60,000 บาท หรือเลือกรับเงินสด 30,000 บาท

- จัดรถเที่ยวบินอเนกประสงค์
- พระราชวังต้องห้าม "ปักกิ่ง"
- หอประชุมเทียนถาน
- ทัศนียภาพเมืองปักกิ่ง
- กำแพงเมืองจีน
- พิพิธภัณฑ์หุ่นขี้ผึ้ง
- ถนนหวังฟูจิง
- พระราชวังฤดูร้อน "อวิ๋นเหอหยวน"
- ผ่านเขนสนามกีฬาแห่งชาติ
- ช้อปปิ้งตลาดรัสเซีย
- ตลาดตงหัวเหมิน
- International Buffet Golden Jaguar + Red Wine

หมายเหตุ • เดินทางตลอดเดือน มิ.ย. - ธ.ค. 59 • กรุณาสำรองที่นั่งล่วงหน้าก่อนเดินทาง 30 วัน



สำหรับโครงการมูลค่า 1-3.99 ล้านบาท

โปรแกรมทัวร์ ฮ่องกง 3 วัน 2 คืน สำหรับ 2 ที่นั่ง มูลค่ารวม 40,000 บาท หรือเลือกรับเงินสด 20,000 บาท

- วิวเซก
- วิวหวงต้าเซียม
- พิพิธภัณฑ์ 3 มิติ
- นั่งรถ BIG BUS (เปิดหลังคา) ชมวิวเมืองฮ่องกง
- ช้อปปิ้งถนนนาธาน
- นั่งกระเช้ามองสูง 360 องศา

หมายเหตุ • เดินทางตลอดเดือนกุมภาพันธ์ 2559 • กรุณาสำรองที่นั่งล่วงหน้าก่อนเดินทาง 30 วัน



Ins. 1797

*เงื่อนไขเพิ่มเติมที่บริษัทฯ กำหนด



กรุณาลงทะเบียนเพื่อรับสิทธิ์ที่ www.areeya.co.th

สอบถามรายละเอียดการเดินทางได้ที่ [AmVacation](http://www.AmVacation.com) Call Center : 0-2688-5588



ENGLISH ACTUALLY

LEARN HOW TO SPEAK ENGLISH DIFFERENTLY,
LEARN HOW TO SPEAK ENGLISH
THE FASHIONABLE WAY

เรียนรู้ภาษาอังกฤษกันแบบไม่เหมือนใคร
จากตัวแม่ด้านภาษาที่แรงทั้งการสอนและแฟชั่น

FUN THINGS TO DO IN THIS SUMMER

ช่วง Summer ที่หลายๆ คนรอคอยก็มาถึงแล้ว หลายคนมีแผนที่จะพาครอบครัวและคนรู้จัก
ไปเที่ยวที่ที่สวยงาม และน่าประทับใจ ส่วนใครที่ยังไม่รู้จะทำอะไรในช่วงวันหยุดนี้
คริสปี้ก็มีกิจกรรมสนุกๆ เพื่อรับมือกับอากาศร้อนในช่วง Summer ด้วยรอยยิ้ม
เสียงหัวเราะ และยังได้รับประโยชน์จากการท่องเที่ยวอีกด้วยค่ะ

Let's make this summer special.

1. Go to the beach

A lot of people like to go to the beach in summer. But this time let's make your trip to the beach a little more special.

เวลาพูดถึง Summer หลายๆ คนมักจะนึกถึงทะเล แต่จะทำยังไงให้การไปทะเลครั้งนี้ มันเป็นการไปพักผ่อนที่พิเศษ และมันที่สุด ลองคิดภาพตามนะคะ เราได้ไปพักผ่อนที่โรงแรมที่เป็นหาดส่วนตัว เงียบสงบ มีหุบเขาเล็กๆ กันระหว่างหาดอื่นๆ พร้อมด้วยชายหาดที่สะอาดและคลื่นลมสงบ พร้อมให้เราลงไปนอนกึ่งบนหาดทรายสีขาว มีเครื่องดื่มทั้ง Cocktails และ Mocktails มาเสิร์ฟกับน้ำแข็งบดเล็กๆ เย็นชื่นใจตลอดทั้งวัน กลับตาทึ่งเสียงคนเดินชมความงามของทะเล พร้อมด้วยเสียงหัวเราะที่เปี่ยมความสุข ช่างเป็นการพักผ่อนที่ผ่อนคลาย และสบายสุดๆ จริงๆ

2. Make some new friends

Rather than just spending most of your time at home and online, why don't you go out to make new friends, experience different cultures, make new connections and have some laughs?

ถึงเวลาพักผ่อนก็ต้องพักผ่อนจริงจัง ดึงตัวเองออกมาจากความเครียดหลังการทำงานตลอดปี ใช้เวลากับตัวเอง คนรอบข้าง และทำความรู้จักเพื่อนใหม่ตลอดทริป เพื่อเรียนรู้ แลกเปลี่ยนวัฒนธรรมและความคิด เพื่อสร้างไอเดียทัศนคติในการทำงาน และการใช้ชีวิตให้ดีขึ้นกว่าเดิม เพื่อนใหม่ และความคิดใหม่ๆ จะเปิดโลกกว้างให้เราได้เรียนรู้ไอเดียที่หลากหลาย "ฟรี" จากการแลกเปลี่ยนประสบการณ์ของแต่ละคน

3. Go on a tour with people

Instead of taking a boat ride yourself or with your family why don't you join a tour to meet new people and have lots of laughter with?

การไปในที่ใหม่ๆ กับกลุ่มคนใหม่ๆ ก็จะได้ประสบการณ์และความคิดใหม่ๆ แต่ถ้าคุณลองเพิ่มเติมประสบการณ์ใหม่ๆ กับกลุ่มคนใหม่ๆ ความคิดและแนวทางใหม่ๆ เราจะได้ชีวิตและแนวความคิดใหม่ๆ พร้อมด้วยความสุขที่แตกต่างอีกด้วย

4. Do fun and crazy things.

When we were children, we used to do fun and crazy things. Now we've grown up, we seem to stop doing those kinds of things. Why don't we just take back those old times?

นี่ย้อนไปในวันที่เราเป็นเด็ก เรามักทำอะไรที่แปลกๆ และไม่สนใจใคร แต่พอเราโตเป็นผู้ใหญ่ เราก็ไม่กล้าทำแบบเดิมๆ ถ้าอยากปลดปล่อย อยากกลับไปสู่วันที่เรายังเป็นเด็ก ทำอะไรไม่ลองไปใหม่ๆ ที่คนไม่รู้จัก แล้วกลับมาเป็นเด็กอีกครั้ง ทำในสิ่งที่เราเคยทำตอนเด็กๆ ที่ไม่สนใจใคร แล้วเติมที่ไปกับมัน รับรองว่า Summer นี้เราจะได้รับความทรงจำที่ไม่รู้ลืมเลยทีเดียว

Summer ครั้งนี้เป็นครั้งที่พิเศษสุดๆ ที่ไม่ใช่แค่ไปพักผ่อนแล้วกลับบ้าน แต่ยังได้ทั้งความสุข มีประสบการณ์ใหม่ๆ สิ่งใหม่ๆ แนวคิด วัฒนธรรม และอื่นๆ มากมาย ที่จะสร้างความสุขสุดๆ แบบไม่รู้ลืมและเรียกได้ว่าเป็นการพักผ่อนที่คุ้มค่ากับการทำงานหนักมาตลอดปี

ขอให้ทุกท่านไปเที่ยวในช่วง Summer นี้อย่างมีความสุขสุดๆ นะคะ



GOOD VIEW STORY

STORIES THAT CAN CALM YOU DOWN OR STRIKE YOUR DAY WILL AMAZED YOU IN SOME ORDINARY WAY

เรื่องราวที่เกิดขึ้นเอง เป็นอยู่เอง และรอการจะจบไปเองที่นำตื่นเต้น น่าสนใจ จนเป็นมุมมองที่น่าแบ่งปัน

ฝึกปรือฝีมือใหม่

โลกใบเดียวกันย่อมเปลี่ยนไปเมื่อเราเปลี่ยนแว่นใหม่แล้วมองมันอีกที

ชีวิตค่อยๆ ลากพาเราไปสู่ความถนัดเฉพาะอย่าง ยิ่งเติบโตเรายิ่งเก่งกาจในบางสิ่ง แต่สิ่งที่ความสามารถอีกพะเราเกี่ยวพันไปตามเส้นทางที่ผ่านมา ก่อนหน้านี้เราเคยมีความสามารถหลากหลาย เตะบอล ทอดไข่ แกะสลักแตงกวา เล่นกีตาร์ ร้องเพลง เล่นเกม กระโดดยาง ว่ายน้ำ เขียนกวี ตีลังกา วิ่งผัด และอีกสารพัดนับไม่หวาดไม่ไหว

แต่พอคืบคลานเข้าสู่การเป็นผู้ใหญ่ เรายังถูกเรียกร้องให้เลือก เป็นเลือกทำเพียงบางสิ่ง เพื่อจะถนัดเพียงบางอย่าง เป็นการปูทางไปสู่การเป็น ‘มืออาชีพ’

สุดท้ายแล้วเราประกอบอาชีพนั้น ใช้เวลากับมัน เก่งมากขึ้น ถนัดมากขึ้นเรื่อยๆ

กระทั่งเมื่อเวลาผ่านไป ทำงานที่ถนัดมาเนิ่นนาน กระทั่งรู้สึกเบื่อๆ อายากๆ เริ่มรู้สึกว่าทักษะที่มีอยู่นั้นคับแคบ ความสนใจของตัวเองไม่หลากหลาย จำข้าช้ำๆ จนเริ่มอยากออกไปนอกพื้นที่ปลอดภัย

กระนั้นก็หวั่นเกรง เพราะขึ้นชื่อว่า ‘นอกพื้นที่ปลอดภัย’ ย่อมมีความหมายอีกอย่าง นั่นคือ ‘พื้นที่เสี่ยงภัย’ หรือบางคนอาจถึงขั้นรู้สึกว่ามันเป็น ‘พื้นที่อันตราย’

เรื่องการก้าวเท้าออกไปจากพื้นที่ปลอดภัยนี้เป็นเรื่องแปลก ยิ่งอยู่ในพื้นที่นั้นนานเท่าไร ความกล้าที่จะก้าวออกไปยิ่งลดน้อยลง ยิ่งคุ้นชินก็ยิ่งหวาดกลัว

กระนั้น การก้าวออกไปก็ไม่ได้หมายความว่าเราจะต้องพบหม้อข้าวอันคุ้นเคย แล้วถูกร้องดังลั่นเพื่อวิ่งสุดฝีเท้าไปตายเอาดาบหน้าเหมือนในหนังสงครามย้อนยุค แบบนั้นไม่สนุกและเสี่ยงต่อการเลือดตกยางออก

ไม่ต้องลาออกทันทีที่เบื่อ แต่เมื่อรู้สึกเบื่อนายการงานที่ทำ เรายังน่าจะลองมองหาส่วนผสมใหม่ใส่เข้าไปในชีวิตโดยที่ยังไม่ต้องปล่อยมือจากอาชีพอันมั่นคงที่ชำนาญการมาเนิ่นนาน

ใช่, เราสามารถฝึกฝีมือใหม่ๆ คุ้นชานไปกับสิ่งที่ทำอยู่

เพราะชีวิตไม่ได้มีแค่ที่ทำงาน ไม่ได้มีแค่จันทร์ถึงศุกร์ ยังมีเวลาหลังเลิกงาน มีเวลาเบิกบานเสาร์-อาทิตย์ ช่วงเวลานั้นเอง

ที่เปิดโอกาสให้เราได้เรียนรู้สิ่งใหม่เพื่อนำไปสู่การจินตนาการถึงชีวิตตัวเองในแบบอื่น

คนเราสามารถจินตนาการถึงอนาคตได้เท่าที่เราจะสมมติได้ วัจนปัจจุบัน เรามีประสบการณ์แค่ไหน สิ่งสมมติอะไรไว้ ขำขานดูสิ่งใด ทั้งหมดนั้นเป็นวัตถุดิบเริ่มต้นเมื่อเรานิ่งลงเท้าค้างแล้วขบคิดว่าจะทำอะไรกับชีวิตต่อไปดี

หากเริ่มต้นด้วยวัตถุดิบเท่าที่ว่ามีมา ชีวิตภายภาคหน้าที่จะจินตนาการถึงคงไม่กว้างขวาง หลากหลาย และมีสีสันเท่าไรนัก ด้วยเหตุนี้ การออกตามล่าวัตถุดิบใหม่ๆ จึงมีความจำเป็น ไม่เพียงแต่ทำให้เราสามารถนึกถึงตัวเองในมุมใหม่ ๆ แต่ยังช่วยทำให้หัวใจได้ขยับขยาย ขวนให้รู้สึกสดใหม่กับชีวิต

มนุษย์มีชีวิตชีวาเสมอเมื่อได้พบเจอและเรียนรู้สิ่งใหม่ แต่บางคนหยุดเรียนรู้ไปตั้งแต่ว่าก้าวออกจากสถานศึกษา นั่นชวนให้รู้สึกว่าชีวิตมันช่างน่าเบื่อหน่ายเสียนี้กระไร ความจริงหาเป็นเช่นนั้นไม่ โลกมีอะไรใหม่ๆ ให้เรียนรู้เต็มไปหมด

ด้วยความที่เมืองเปลี่ยนแปลงรวดเร็ว วิถีชีวิตของผู้คนในเมืองก็เปลี่ยนตามในจังหวะใกล้เคียงกัน ผู้คนหลังไหลเข้ามาอยู่ในเมืองกันมากขึ้น ความแออัดเบียดเสียดเป็นสิ่งที่ตามมาอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ รดตติมากขึ้น คนอยู่คอนโดกันมากขึ้น กิจวัตรต่างๆ ของคนเมืองค่อยๆ เปลี่ยนไปจากเดิม

ที่เคยดูหนัง เดินห้าง ช้อปปิ้งกันในวันเสาร์-อาทิตย์ ก็เริ่มคิดหาทางออกใหม่ๆ ให้ชีวิต พร้อมกับกับที่บรรดานักจัดกิจกรรมทั้งหลายมีไอเดียใหม่ๆ เพื่อตอบสนองความสนใจที่แตกต่าง หลากหลายของมนุษย์เมืองจำนวนมหาศาล ความต้องการเสพกับความต้องการป้อนจึงสอดคล้องกันพอดี

ทุกวันนี้มีกิจกรรมทั้งฟรีและไม่ฟรีให้เข้าร่วมมากมาย ทั้งที่จัดขึ้นโดยเอกชน ผู้คนต่างๆ และหน่วยงานภาครัฐที่ขยันจัดไม่แพ้กัน

แทนที่จะเดินห้าง ให้เมื่อยน่อง ท่องร้านอาหารให้เมื่อยพุง เราอาจพกพาสมองแล้วมุ่งหน้าไปเข้าร่วมกิจกรรมใหม่ๆ อันจะนำมาซึ่งแรงบันดาลใจ ไลฟ์สไตล์ ความขยันที่หายไปนาน แล้วยังได้บริหารสมองในแง่มุมที่ไม่คุ้นเคย



เวทีเสวนา สัมมนาต่างๆ นานาจัดขึ้นมากมาย ให้เราพาสมองพองนำไปดูดูดซับความคิดใหม่ๆ ทั้งที่กำลังสนใจและไม่เคยสนใจ พาตัวเองไปอยู่ในสภาพแวดล้อมและเรื่องราวที่ไม่เคยคิดว่าสนใจ อาจทำให้พบแง่มุมใหม่ของความคิด หากเป็นคนศิลปะ ลองขยับไปนั่งฟังนักธุรกิจพูด หากเป็นคนวิทยาศาสตร์ ลองเงี่ยหูฟังนักเขียนและกวี หากเป็นคนชอบดนตรี ลองไปนั่งฟังเสนาศาสตร์หรือการตลาดดูสักตั้ง การทำเช่นนี้ย่อมทำให้เรามองได้กลับไปเป็นเด็ก ตื่นเต้นกับสิ่งที่ไม่เคยรู้ หรือสิ่งที่เคยรู้ในมุมที่ไม่เคยคิด

โลกใบเดียวกันย่อมเปลี่ยนไปเมื่อเราเปลี่ยนแว่นใหม่แล้ว มองมันอีกที

ขึ้นชื่อว่างานเสวนา สัมมนา อาจทำให้รู้สึกว่าเป็นจริงจัง เค่งขริบและน่าเบื่อ แต่จงเชื่อเถิดว่าทุกวันนี้รูปแบบและบรรยากาศของงานชวนคุยชวนคิดทำนองนี้ไปไกลกว่าเดิมมากมาย บางเวที บางรายการสนุกไม่แพ้การได้ชมหนังหรือการแสดงดีๆ เรื่องหนึ่งเลยที่เดียวเขียว เพราะมีทั้งอารมณ์ขัน ดุติณ ธรรมมา แดมยังให้ข้อคิดสะกิดสมองกลับไปไตร่ตรองอีกหลายวัน

การฟังเป็นเพียงจุดเริ่มต้นของการเดินทางครั้งใหม่อันยาวไกล แต่การฟังอะไรใหม่ๆ นั้นเหมือนการจุดไม้ขีดไฟให้ชีวิต ฟังหนึ่งครั้งเกิดประกายไฟความสนใจใหม่ๆ ขึ้นมา จากนั้นจึงออกเดินทางตามหาความรู้หรือข้อมูลที่ว่านั้นไปบนเส้นทางใหม่ที่เราไม่เคยก้าวเดินมาก่อน

อาจตามหาหนังสือมาอ่าน เปิดหาคลิปความรู้เรื่องนั้นๆ ดูเพื่อศึกษาต่อ หรือกระทั่งเพื่อความบันเทิงใจก็ได้เช่นกัน ใครจะไปรู้-เพียงเข้าร่วมกิจกรรมเกี่ยวกับดนตรีแจ๊ซแค่ครั้งเดียว อาจทำให้ใครบางคนกลายเป็นคนที่หลงใหลในตัวโน้ตที่เลื่อนไหลไปอีกนาน บางคนอาจเข้าร่วมกิจกรรมถ่ายภาพแล้วเกิดอยากซื้อกล้อง กลายเป็นช่างภาพสตรีทไฟได้ เป็นงานอดิเรก บางคนอาจเข้าร่วมกิจกรรมเย็บปักถักร้อย แล้วกลายเป็นเจ้าแม่งานฝีมือที่ชอบทำนู่นนี่แจกเพื่อนพ้องหรือเปิดร้านขายของในอินสตาแกรมไปเลยก็เป็นได้

เราไม่มีทางรู้ว่าการก้าวเท้าไปฝึกปรี๊ดฝีมือใหม่จะนำไปสู่ชีวิตใหม่อย่างไรบ้าง

เพราะกิจกรรมต่างๆ เหล่านี้มีเพียงแค่นี้ให้เราเป็น 'ผู้ชม' แต่หลายกิจกรรมเปิดโอกาสให้เราเป็น 'ผู้ลงมือทำ' ตั้งแต่อบขนมปัง เขียนหนังสือ วาดภาพสีน้ำ จัดดอกไม้ ถ่ายหนังสือ และอะไรอีกมากมายที่เราสามารถเลือกได้ตามที่ใจสน

บางคนเรียกกิจกรรมเช่นนี้ว่า 'เวิร์กช็อป' อันที่จริงน่าจะเรียกว่า 'เวิร์ก-ชอป' คือเป็นการงานที่เราชอบ และสมัครใจที่จะลงมือทำเพื่อความเพลิดเพลินเจริญใจโดยไม่มีใครบังคับ และไม่ต้องมีใครจ้ำจี้ให้ทำ

ผู้ที่ใช้เวลาว่างไปกับกิจกรรมที่ชื่นชอบเช่นนี้ย่อมรู้สึกกระชุ่มกระชวย ไม่เบื่อหน่าย หงอยเหงา เศร้าซึม เป็นสุดสัปดาห์ที่ได้ออกไปเผชิญกับโลกใบใหม่ ผู้คนใหม่ๆ ความรู้ใหม่ๆ ความชอบใหม่ๆ และแน่นอน...ชีวิตใหม่ๆ

เราจะได้รู้จักเพื่อนใหม่ๆ ที่จะลากพาเราไปสู่ความเป็นไปได้ใหม่ๆ อีกมากมายที่เราคิดไม่ถึง แต่มันรอเราอยู่ที่ใดสักแห่ง เพียงเราขยับตัวออกไปจากจุดเดิม

ชีวิตใหม่อยู่ไม่ไกลจากชีวิตอันจำเจเดิมๆ เพียงเบี่ยงทำ ออกนอกเส้นทางอันคุ้นชินเท่านั้น มีกิจกรรมฝึกปรี๊ดฝีมือใหม่ รอให้เราไปเรียนรู้มากมายนัก เรายังฝึกหัดอะไรใหม่ๆ ได้เสมอ ไม่มีใครแก่เกินเรียน ไม่มีวิชาใดสายเกินไป

ตัวเรายังเป็นอะไรได้มากกว่าที่เคยเป็นมา อดีตจริงเราไว้กับที่ ขณะที่อนาคตจะปลดล็อกแล้วพาเราไปข้างหน้า ชีวิตย่อมไม่น่าเบื่อ เมื่อเราเห็นความเป็นไปได้ใหม่ๆ ของตัวเองเสมอๆ

เพียงไม่ขังตัวเองไว้กับ 'อาชีพ' พาตัวเองออกไปวิ่งเล่น เก็บสะสมวัตถุ癖ใหม่ๆ มาผสมกับความชำนาญเดิมๆ เพิ่มเติมทุกวัน

แล้วอาจจะพบว่า สิ่งที่เราชอบ อาจเป็นสิ่งที่เรายังไม่รู้จักรัก

ON THE MOVE

LIFE IS PASSING FAST, SOMETIMES SLOW. SEE EVERYTHING AROUND AND SAY HI THEN GOODBYE

บนชีวิตที่ไม่หยุดนิ่ง ท่ามกลางสรรพสิ่งที่เคลื่อนย้าย

เจ็ดจากห้าหมื่นตะวัน

"When we see beyond self, we no longer cling to happiness. And when we stop clinging, we can begin to be happy." Ajahn Chah

กว่า 10 ปี ที่เริ่มมาสนใจ ใส่ใจในเรื่องประมาณนี้ หนึ่งสื่อนับร้อย เสียคำสอนนับพันหมื่นนาที่ และอีกหลายร้อยหลายพันนาที่แห่งการปฏิบัติ ถูกบ้าง ผิดบ้าง มีสติบ้าง ขาดสติบ้าง มัวบ้าง คิดเอาเองบ้าง ผมพบว่า ตัวเดินทางสู่การเข้าถึงตนตัวที่แท้ของตัวเอง ไม่ใช่มีแค่การได้งาน 3 วัน 7 วัน ไปนุ่งขาวปฏิบัติธรรม หรือโกนหัวบวชสักสองสามพรรษา (แต่ทั้งหมดนั้น มีประโยชน์และเป็นฐานรากสำคัญ โดยมีข้อแม้ว่าเราต้องรู้จริงว่าเป้าหมาย และวัตถุประสงค์ของการปฏิบัติ คืออะไร ?)

เพราะแม้ขณะที่เราเปลี่ยนตัวตนใหม่เป็นนักปฏิบัติ มันเพียงแค่เปลี่ยนเปลือกแห่งความรู้ จากอากัปกิริยาเดิม ๆ ไปสู่ท่วงท่าลีลาของนักปฏิบัติธรรม และหากเราเผลอหลงยึดในโฉมหน้าอันสะอาดสะอ้านนี้ มันเป็นตัวตนใหม่ที่ยากกว่าจะถูกค้นพบและละวาง และความไม่รู้ ที่ห่อหุ้มความจริงไว้ ก็ไม่ได้ถูกสะกิดให้หลุดออกแต่อย่างใด เพราะปัจจัยภายนอก รวมทั้งการสร้างวาระแห่งการปฏิบัติทั้งหลาย ยังไม่ใช่เรื่องสำคัญเท่าปัจจัยภายใน การมีสติระลึกตัวภายในต่างหาก เป็นแผนที่เดินทางที่สำคัญที่สุดของทริปนี้ เพราะความจริงของตัวตนที่เราค้นหา

เป็นการเดินทางภายในล้วนๆ และ 'สติ ใน ปัจจุบัน' คือ ตัวทองคำชั้นเพชรคลาสในทวีปนี้

หากเป็นมือใหม่หัดเดินทางภายใน การทำให้สงบนิ่งอาจจะเป็นเรื่องที่ต้องฝึกฝนกันไม่น้อย การทำใจ วางใจให้นิ่ง เป็นเรื่องของการสร้างสมาธิ ซึ่งจะขอไม่กล่าวละเอียดในที่นี้ แต่จะขอข้ามไปยังแลนด์มาร์กสำคัญของการเดินทาง คือ การมีสติ รู้เท่าทัน ความคิด

การรู้ทันความคิด ไม่ใช่การคิดว่า รู้ทันความคิดเป็นยังไง มันเป็นเรื่องที่เกิดขึ้น โดยไม่ได้คิด แต่ รู้... ความคิด ที่ผุด ที่ก่อร่างสร้างตัวมันขึ้น และค่อยๆ แปรเปลี่ยนสลายไป

จากนั้น เดินทางต่ออีกนิด... พอเราค่อยๆ วางความคิด วางการทำงานของความรู้ และความคิด ลองไม่มุ่งหมาย กำหนดหมาย ไม่ตีความ ให้คำกับทุก ๆ สิ่งที่มากระทบสัมผัส กับทวารที่เชื่อมกับจักรวาลทั้งหก ตา หู จมูก ลิ้น กาย และ ใจ "เพียงรู้" สักว่า รู้" เราจะเริ่มเข้าถึง ตัวตน ที่ไม่ใช่ ตนตัว

มันเป็นเพียงอาการ รู้ ... รู้ทุก ๆ อย่างที่กำลังปรากฏอยู่ ณ ขณะนั้น



ในเวลานั้น ไม่มีอดีต ไม่มีอนาคต เพราะเวลาที่ผ่านไปแล้ว และยังไม่มาถึง เป็นสิ่งที่เกิดจากความคิด มันไม่มีจริง อดีต คือ ความคิดถึงสิ่งที่ผ่านไปแล้ว อนาคต คือ ความคิดถึงสิ่งที่ยังไม่เกิดขึ้น

ขณะที่รู้ สักแต่ว่ารู้ เราจะเข้าสู่กาลเวลาหนึ่งซึ่งแปลกประหลาด เป็นกาลที่เราอยู่กับมันมาแล้วตั้งแต่วันที่เราก่อเกิด คือ ... ปัจจุบันกาล ... เมื่อใจเราละเอียดลออพอ เราจะพบความจริงที่น่าตกใจว่า มันแทบจะเรียกได้ว่า ไม่มีปัจจุบันเลยก็ได้ ในทุกขณะแห่งการรู้ นั้นผ่านไป ... เร็ว ซ้ำ หนัก เบา ไม่ว่าเป็นสิ่งใดๆ ทางทวารใดๆ มันล้วนผ่านมาผ่านไป ณ ปัจจุบัน ที่บางเฉียบยิ่งกว่าด้านคมของใบมีด อาการรู้ในปัจจุบัน มันแทบไม่มีกาลใดๆ ให้มันตั้งอยู่ ... เราทั้งอดีต หรือความเป็นตัวตนของเรา

เพราะเราจะพบว่า อดีตก็เหมือนกับทุกอย่างที่ผ่านมาเข้ามาทางทวารทั้งหก แต่ทว่า อดีตนั่น เกิดที่ทวารเดียว คือ ใจ ... มันเป็นผลงานชิ้นเอกของใจ คิด ปอง แต่ง สร้าง หวง หลง ยึด ฯลฯ กล่าวได้ว่า ตัวตนหรืออดีต

คือ ผลงานของความคิดที่เราสร้างขึ้น จากความเป็นเราทั้งหมดนั้นเอง

แต่ทว่าเมื่อ อดีตกลายเป็นสิ่งที่ถูก รู้ แล้วคุณไม่สงสัยหรือว่า ใครกัน เป็นผู้รู้อดีต?

ในเมื่อ ตัวตน กลายเป็นสิ่งที่ถูกเห็น สิ่งที่แลเห็นตัวตน ย่อมไม่ใช่ตัวตนที่ถูกพบ สิ่งที่เห็นยิ่งใหญ่ไพศาล อัศจรรย์กว่าตัวตนมากนัก เพราะ ตัวตน ที่เราถือว่าเป็นเราของเรา ถูกค้นพบและแลเห็นแล้วว่ามันเป็นแค่ความคิด สิ่งที่ไม่ใช่ตัวตน ที่คุณ (คิดว่าคุณ) เป็นนั่นแหละ... คือ ความจริง ที่คุณเป็น

กล่าวโดยสรุปได้ว่า ... พ้นจากทั้งหมดที่ ความรู้ บอกไว้ เหนือจากสิ่งที่ ความคิด คอยชี้นำ ก้าวข้ามจากสายตาของ ตัวตน ที่เรายึดถือ คือ ความจริง ที่เรา...อยู่ตรงนั้น

... .. นี่คือการส่องแห่งความจริง ที่เจ็ดจากห้าหมื่นตะวัน ส่องสว่างทอประกายอยู่ตลอดเวลา รอแค่เพียงว่า... ณ โมงยามใดกัน ...ที่เราจะมองเห็นมัน

“ทำในสิ่งที่รัก” แล้วคุณจะตกหลุม “รักในสิ่งที่ทำ”

80% ของมนุษย์เงินเดือนเกลียดงานที่ตัวเองทำ

คำถามคือ ทำไมคนเหล่านั้น ไม่กล้าออกไปหาสิ่งที่พวกเขาชอบ รัก หลงใหล (Passion)

อาจจะเพราะพวกเขา มีภาระ ผ่อนบ้าน ผ่อนรถ หนี้สิน หรือต้องเลี้ยงดูครอบครัว

อาจจะเพราะพวกเขา ไม่กล้าทำ ทดลอง เสี่ยง

อาจจะเพราะพวกเขา คิดว่ามันน่ากลัว ยาก เป็นไปไม่ได้

หรือ อาจจะเพราะ มันไม่ใช่สิ่งที่ทุกคนเขาทำกัน

หลายคนมักบอกเราว่า การทำในสิ่งที่รักมันมักไม่ค่อยมีรายได้

แต่แท้ที่จริงแล้ว ถ้าคุณได้ทำในสิ่งที่ตัวเองรัก

คุณก็จะอยากทำมันตลอดเวลา ไม่รู้สึก “เหนื่อย” ไม่มีคำว่า “เบื่อ”

วันเวลาของคุณจะผ่านไปอย่างรวดเร็ว และมีความสุข เมื่อคุณรักงานที่ทำ คุณก็จะให้เวลากับมันมากขึ้น คุณจะกลายเป็นผู้เชี่ยวชาญ (Expert) และอยากทำมันให้ดีขึ้น ดีขึ้นอีก ดีกว่าคนอื่น

การที่จะประสบความสำเร็จในงานที่เรารัก อาศัยเพียงความเชื่อ

เชื่อในตัวเอง
เชื่อในสิ่งที่ทำ
และไม่หยุดที่จะ “เชื่อ”

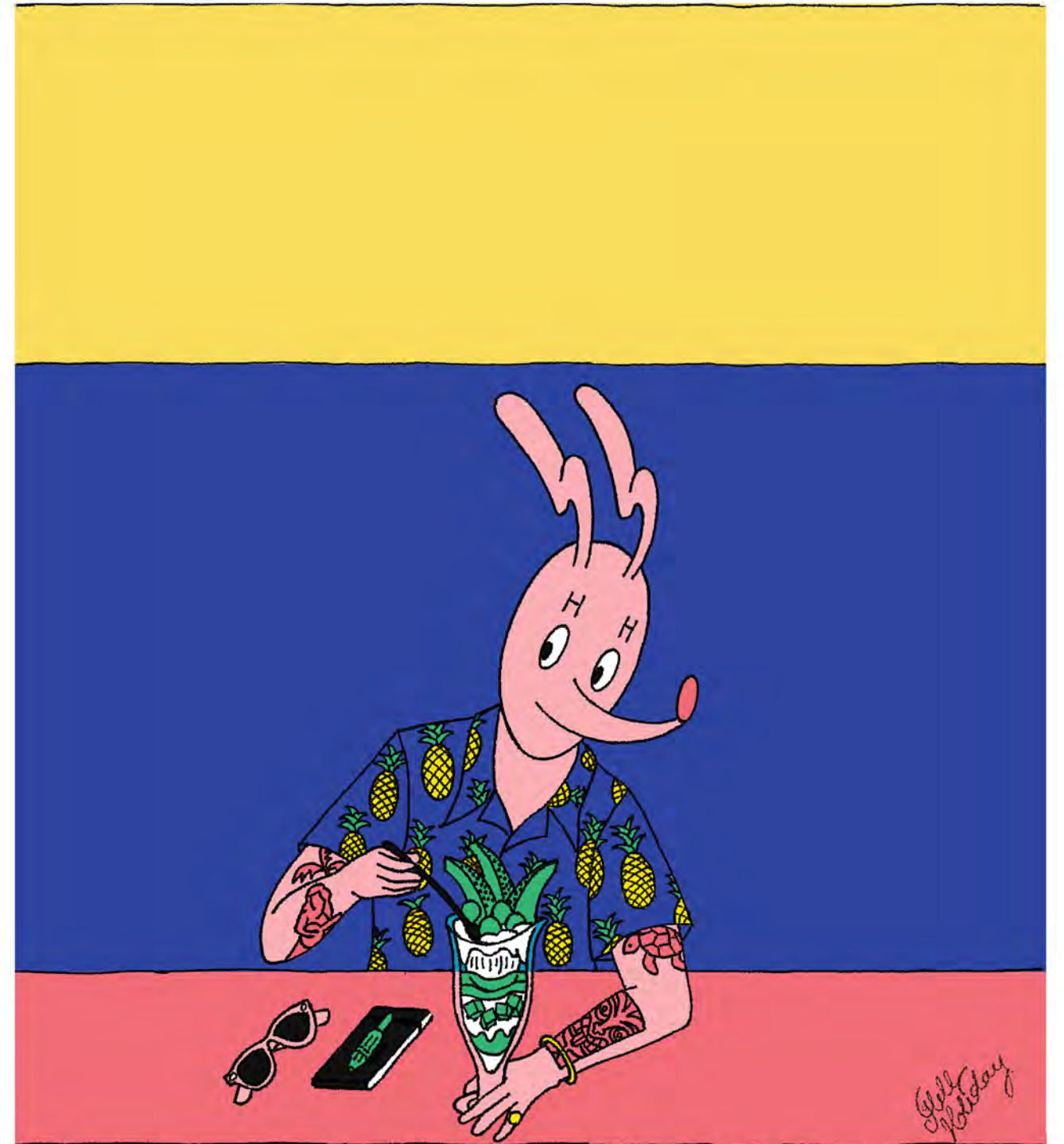
จนวันหนึ่งสิ่งที่คุณทำ
“ขายได้ ขายดี”
วันนั้นคือวันที่งานรักคุณกลับ

คนอื่นก็ทำแบบที่คุณทำไม่ได้ เพราะเขาไม่ได้ตกหลุมรักในสิ่งที่เขาทำ

จริงๆ แล้ว “งาน” ก็ไม่ต่างจาก “คู่ชีวิต”
คนเราต้องทำงานกว่าคู่ชีวิต สำหรับบางคนอาจทั้งชีวิต

ดังนั้นคุณคือคนเลือกว่าอยากจะแต่งงาน
และใช้ทั้งชีวิตกับ
คนที่คุณรัก หรือ คนที่คุณเกลียด

“If you haven't found it yet, keep looking. Don't settle. As with all matters of the heart, you'll know when you find it. And, like any great relationship, it just gets better and better as the years roll on.”
- Steve Jobs





อัตลักษณ์ใหม่ในการใช้ชีวิต
**เอ สเปซ ไอดี
 อโศก-รัชดา**

D



PUTTING GREEN IN URBAN GARDEN



STUNNING HIGH CELLING LOBBY



IDENTITY GYM & HEALTH CLUB



IDENTITY LIBRARY

คอนโดใหม่ใจกลาง NEW CBD ใกล้เซ็นทรัล พระราม 9

A SPACE I.D. ASØKE-RATCHADA

START **3.69** MB.

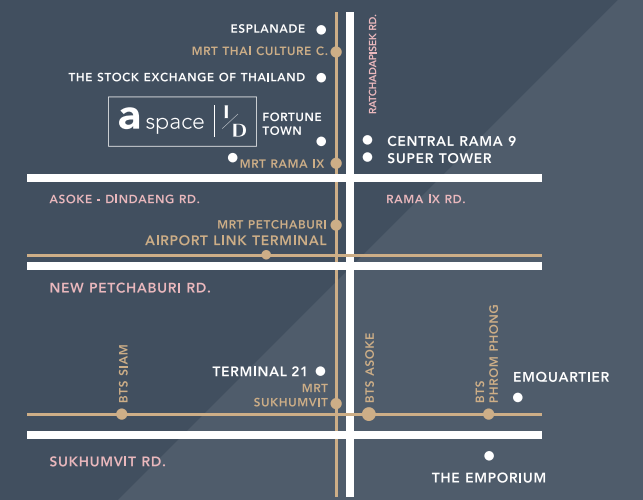
aspace.co.th

โทร. **1797** กด **11**

a space | I/D | by **Areeya**

**คอนโดมิเนียม
 ใจกลางมหานครกรุงเทพ**

มีชีวิตสะดวกสบายเหนือระดับด้วยระบบจอดรถอัตโนมัติ ภายใน庭อาคารพิเศษมากกว่าด้วย Vertical Garden หน้าห้องตลอดทางเดิน
 ครบครันด้วย Facilities มากมาย ไม่ว่าจะเป็น Stunning High Ceiling Lobby เชื่อมต่อกับ Identity Library พร้อม Wifi ฟรีเลิกซ์ไปกับ Free-Form Swimming Pool กรีนซอซพื้นที่พักผ่อนกลางแจ้งขนาดใหญ่กว่า 1 ไร่ พร้อมคลายความเหนื่อยที่ Identity Gym & Health Club ที่มีทั้ง Fitness และ Steam & Sauna พร้อมระบบความปลอดภัยตลอด 24 ชม.



เอ สเปซ ไอดี อโศก-รัชดา: เจ้าของโครงการ บริษัท พร็อพเพอร์ตี้ คอมมิวนิตี้ จำกัด โทร. 0107546000431 ที่อยู่ 999 ถนนประดิษฐ์มนูธรรม สะพานสอง วัฒนา กรุงเทพฯ 10310 กรุงเทพมหานคร 990 ล้านบาท (ชำระแล้วเป็นจำนวน) กรรมการผู้จัดการ คุณวิศิษฐ์ เหลาพุทธสิงห์ ที่ตั้งโครงการ อโศก-รัชดา ดินแดง กทม. อาคารชุดพักอาศัยสูง 30 ชั้น (คิดรวมชั้นลอยแล้ว) 1 อาคารรวมประมาณ 547 ยูนิต โฉนดที่ดินเลขที่ 1818 ตำบลดินแดง อำเภอดินแดง กรุงเทพมหานคร เนื้อที่โครงการประมาณ 2-1-83.7 ไร่ แบ่งก่อสร้างประมาณ ส.ก. 56 ควบแล้วเสร็จประมาณ ค.ย. 59 ได้รับอนุญาตก่อสร้างอาคารจากเจ้าพนักงานท้องถิ่นตามกฎหมายว่าด้วยการควบคุมอาคาร จะจัดเตรียมอาคารชุดเมื่อก่อสร้างแล้วเสร็จ ที่ดินมีภาระผูกพันกับ ธ.ไทยพาณิชย์ จำกัด (มหาชน) ภาระจำยอมและภาระสิทธิในการจดทะเบียนโอนกรรมสิทธิ์ในสิ่งปลูกสร้างหน้าตึกยังชำระตามกฎหมายว่าด้วยอาคารชุด รายละเอียดตามโฆษณา นี้เผยแพร่ใช้ตั้งแต่ ค.ย. 57 ข้อความโฆษณาที่มีอยู่ก่อนและข้อความนี้ให้ใช้ข้อความในโฆษณานี้เป็นหลัก *ภาพที่ใช้สำหรับเพื่อการโฆษณาเท่านั้น ข้อมูลและภาพในโฆษณาอาจมีการเปลี่ยนแปลงโดยไม่ต้องแจ้งให้ทราบล่วงหน้า