

RAJPRUEK^{Club}

July/August 2011
Issue 10

**All about
Motherhood**
เลี้ยงลูกอย่างไรให้เก่ง

**Do it like
Eat Pray Love**
ท่องเที่ยวตามรอยหนังสือชื่อดัง

The Chairman's Cup
บันทึกการแข่งขันกอล์ฟ/
รายการใหม่



WOMAN WONDER

ความน่าอัศจรรย์ของผู้หญิง ที่ไม่มีวันสิ้นสุด



Bangkok's most eagerly awaited freehold development.

Be amongst the privileged few to own the most prestigious new address in Bangkok. An estate to house your legacies. A grand address for future generations to call home.

Set amidst verdant Lumpini Park and the elite Royal Bangkok Sports Club, 185 Rajadamri is the only freehold residential development along Rajadamri Road and guarantees the best cosmopolitan living Bangkok has to offer.





Show Suites Open Everyday

Tel: 02 651 9600
raimonland.com

14.4 MB
Starting From

185
RAJADAMRI
Living Your Legacy

Job seekers contact: careers@raimonland.com

Agents please contact: agents@raimonland.com

Project Owner: Raimon Land Public Company Limited, Registered Capital: Baht 100,000,000 (One hundred million) (Fully paid up), Registered Address: 22nd Floor, Unit 2201-3, The Millennia Tower, 62 Langsuan Road, Lumpini, Pathumwan, Bangkok 10330, Site Location: On land title deed no. 3789, 4731, 13948, 13949, 3946 and lot no. 20, 23, 31, 30, 32 Pathumwan, Suan Lumpini (Pathumwan) Subdistrict, Pathumwan (Sampeng) District, Bangkok Province, Project Area: 4 Rai 1 Ngan 62.9 Sq. Wah, This project has received approval of EIA (Environmental Impact Assessment) report from ONEP (Office of Natural Resources and Environmental Policy and Planning, Ministry of Natural Resources and Environment) as per letter number Tor Sor 1009.5/418 dated 15th January 2010, Construction permit Number: Kor Tor Mor 6 No. 21/2553, dated 22nd January 2010, Construction Start: Approx. Q3 2010, Expected Completion: Q4 2013, Juristic Person will be registered after project completion and common area fee will be paid by buyers to the project's Juristic Person according to Sales and Purchase Agreement and/or Regulations of the Condominium Juristic Person, Contact Tel. No.: 02-651-9601 Fax No.: 02-651-9614, The advertized photos are fabricated environment and computer-generated images.

MESSAGE FROM GM



เรียนท่านสมาชิก

เพิ่งฉลองปีใหม่ไปไม่นาน พอรู้ตัวอีกทีก็ก้าวผ่านครึ่งปีไปอย่างไม่รู้ตัว แต่สิ่งที่แน่ชัดคือหลายสิ่งหลายอย่างในเมืองไทยมีการเปลี่ยนแปลงอย่างต่อเนื่อง ทั้งดินฟ้าอากาศ เศรษฐกิจ ตลอดจนเหตุการณ์บ้านการเมืองที่ยังคงต้องติดตามกันต่อไป แต่หนึ่งในความเปลี่ยนแปลงที่มโหฬารคือบทบาทของ 'ผู้หญิง' ที่น่าจับตา ไม่เพียงแต่เฉพาะในเมืองไทยเท่านั้นที่บทบาทของผู้หญิงในปัจจุบันนั้นสามารถเทียบเคียงผู้ชายในหลายด้าน แต่ในขณะเดียวกันก็สร้างความสมดุลกับหน้าที่ และบทบาทเดิมที่มีต่อครอบครัวได้อย่างไม่บกพร่อง

สำหรับนิตยสารราชพฤกษ์ฉบับเดือนกรกฎาคม-สิงหาคม ได้รับเกียรติจากท่านสมาชิก ที่เราสามารถเรียกได้เต็มปากว่าเป็น 'ยอดคุณแม่' ถึงสองท่าน ที่มาร่วมแบ่งปันเรื่องราว และมุมมองในฐานะที่เป็นผู้อยู่เบื้องหลังความสำเร็จของลูกสำหรับการสอบเอนทรานซ์ในปีที่ผ่านมา ซึ่งเชื่อว่าข้อคิดการเลี้ยงดูลูกในบทสัมภาษณ์นี้ จะเป็นแนวทางที่ดีสำหรับคุณแม่่มือใหม่ทุกท่าน

นอกเหนือจากไฮไลต์ในส่วนของเรื่องจากปก เรายังได้เตรียมเนื้อหาที่น่าสนใจไว้อย่างครบครัน ทั้งบันทึกการแข่งขันกีฬาต่างภายในสโมสร เรื่องท่องเที่ยวสำหรับคุณผู้หญิง ปฏิทินกิจกรรม และโปรโมชั่นใหม่ประจำเดือนของร้านอาหารในสโมสรเพื่อความรื่นรมย์ของสมาชิกทุกท่านครับ ซึ่งหากท่านสมาชิกมีความประสงค์จะขึ้นนะ หรือติชมเรื่องใด กรุณาแจ้งมาโดยตรงได้ที่ผมหรือ pasda.b@rajpruek.com ผมยินดีรับฟังทุกข้อคิดเห็นของท่าน

นายภัสดา บุณศิริ
ผู้จัดการทั่วไป

Dear Members,

The New Year celebrations didn't seem so long ago, but the time has flown by so quickly that now we have already reached Mid Year. However, during this time period we have and continue to experience constant changes in Thai society, from the weather to the economy to the domestic political situation, all of which need to be followed closely. But the biggest change of all now is the increased profile of women. In Thailand and throughout much of the world, women are becoming significantly more equal now to their male counterparts, yet many are still able to skillfully balance their family commitments and responsibilities at the same time.

To demonstrate this, for this July-August issue, we have the honour of interviewing our 'Best Mom' members about how they help to support their children before and up to their university entrance examinations. We believe that the information gained from these interviews will be of enormous help to any mother and indeed women in general.

We have also included in this issue a number of features on various sporting activities, female travel tips and a comprehensive range of member offers for activities and food promotions at the club. If you wish to give us any advice or comments, please contact me directly at pasda.b@rajpruek.com where I will be more than happy to answer any questions and assist in any way possible.

The Board of Governors

2011-2012

นาย พงส์ สารสิน ประธาน

Mr. Pong Sarasin : Chairman

นาย ฐาปน สิริวัฒนภักดี รองประธาน

Mr. Thapana Sirivadhanabhakdi : Vice President

ดร.จิรายุ อิศรางกูร ณ อยุธยา กรรมการ

Dr. Chirayu Isarangkul Na Ayuthaya

พล.ต.อ.พงษ์อำมาตย์ อมาตย์กุล กรรมการ

Pol.Gen. Pongamart Amatayakul

ม.ร.ว.ดิศนัดดา ดิศกุล กรรมการ

M.R. Disnadda Diskul

นาย ยศ เอื้อชูเกียรติ กรรมการ

Mr. Yos Euarchukiati

นาย สกฤษฎ์ ชัยเกษมโร กรรมการ

Mr. Sitthichai Chaikreangkrai

นาย วิกรม กุ่มไพโรจน์ กรรมการ

Mr. Vikrom Koompirochana

ม.ล.ศักดิ์ศรี กฤดากร กรรมการ

M.L. Saksi Kridakorn

นาย ปันจจะ เสนาดีชัย กรรมการ

Mr. Panja Senadisai

นาง ลดาวัลย์ ธนะบุญ กรรมการ

Mrs. Ladawan Tanatanit

นาย ทิรัชชัย วุฒิสรร กรรมการ

Mr. Tirachai Vuttithum

Founder Members and Board of Advisors

Mr. Pong Sarasin

Mr. Amorn Asvanunt

Mr. Anand Anantakoon

Mr. Anant Asvabhokhin

Mr. Aswin Kongsiri

Mr. Banyong Lamsam

Mr. Boonsithi Chokwatana

Mr. Chatri Sophonpanich

Dr. Chirayu Isarangkul Na Ayuthaya

Mr. Chird Boonyaratavej

Mr. Chumpol Na Lamlieng

Mr. Dhanin Chearavanont

M.R. Disnadda Diskul

Mrs. Hiroyuki Maruko

Mr. James P. Rooney

Mr. John Hancock

Mr. Katsumi Miyata

Dr. Olam Chaipravat

Mr. Pomsit Sriorathakul

M.R. Pridiyathon Devakula

Mr. Sivavong Changkasiri

Mr. Tarin Nimmanahaeminda

Gen. Tienchai Sirisamphan

Ms. Vilaiphan Euarchukiati

Mr. Yos Euarchukiati

Magazine Officials

General Manager:

Mr. Pasda Buranasiri

PR & Marketing Communication Team

For suggestion and comment please email

pimpan.b@rajpruek.com

Rajpruek Club

100 Moo 3, Vibhavadi-Rangsit Road,
Thung Song Hong, Lak Si, Bangkok
10210, Thailand

Tel: 0-2955 0055 (40 Lines)

Fax: 0-2955 0096

www.rajpruek.com

Rajpruek Club Magazine is published
and produced on behalf of the Rajpruek
Club by:

LIFESTYLE+TRAVEL MEDIA CO., LTD
12/2 Soi Methiniwet, Sukhumvit 24 Rd.,
Klongton, Klongtoey, Bangkok 10110
Thailand.

Tel: 0-2204 0310-5, Fax: 0-2204 0316,

Email: info@lifestyleandtravel.com,

www.lifestyleandtravel.com

Editorials:

Editorial Director

Jeerawan Duangnam

Lifestyle Editor

Natthawut Saengchuwong

Graphic Designer

Zurakij Dejpratakchai

Photographer

Rachaphant Sukrattanachaiyakul

For all editorial enquiries, write to:

jeer@lifestyleandtravel.com

Director of Sales & Marketing:

Amarin Kocharat

(mobile: 0-8168 23500)

All sales enquiries, please write to:

amarin@lifestyleandtravel.com

Advertising Team

Angsuthon Saengmanee

(mobile: 0-8181 32355)

Piyapan (Pooky) Philastijt

(mobile: 0-8507 00131)

Ponvipa Klaharn

(mobile: 0-8609 72887)

Vinda Kalyanamitr

(mobile: 0-8188 97482)

Accounting Manager

Aungkana Treesub

Admin & Distribution Supervisor

Rachanee Pairorj-euaanan

Option เต็มๆ เจอเลย แร่งๆ



ดอกเบี้ย 0% เกิน 60 เดือน รับประกัน 3 ปีเต็ม

โทรด่วน 02-652-7878



New C Coupe



E Coupe



New SLK

IN STOCK E250 CGI COUPE/SEDAN SLS R230 AMG R230 SLK 55 AMG COOPER S



RXZTV350 E250OC TT6 X6 Z4 ALFA ROMEO VELL FIRE

BMW P200S P200S 987 3.0, 2.9 WWW.ROYALMOTORS.CO.TH



1752 New Phetchaburi Rd, Bangkapi, Huaykwang, BANGKOK 10310 TEL. 02-652-7878-81

JUL-AUG 2011



24



28



42

UP TO DATE

8

Journal:

ปฏิทินกิจกรรมของสโมสรราชพฤกษ์

12

Up to Date: เกาะติดเรื่องราว
อัปเดตทั่วโลก

14

Club News: ข่าวสารสโมสร
ราชพฤกษ์

17

Club Promotion: โปรโมชัน
เด็ด เมนูล่าสุด จากร้านอาหารภายใน
สโมสรฯ

18

Social & Events: กิจกรรม
สังสรรค์ และการแข่งขันกีฬาภายใน
สโมสรราชพฤกษ์

FEATURE

24

Interview: สัมภาษณ์ 2 ยอดคุณแม่
พลังสำคัญสู่ความสำเร็จของลูก

28

The Great Escape: เทียวแบบ
ตามรอยหนังสือดัง Eat Pray Love

HIGH LIFE

34

Hotel: เยือนโรงแรมใหม่ใจกลาง
กรุงเทพฯ และโรงแรมหรูที่เขาค้อ

42

Car: เช็กซีคาร์ เพลิดเพลินไปกับรถ
สวยๆ สุดยั่วยวนใจ

44

Sport:

กีฬาเบาๆ สำหรับผู้หญิง

52

Shopping Update: ของขวัญ
สำหรับคุณแม่

54

Spirits: ไวน์ขาวและหญิงสาว

56

Restaurant: ชิมอาหาร
อิตาเลียนในบรรยากาศสุดอลังการ

“ พวกเรามั่นใจในรอยยิ้มที่สมบูรณ์แบบ ”



*พิเศษสำหรับลูกค้า 20 ท่านแรก

ที่เข้ารับบริการฟอกฟันขาวที่ร้าน Brite Smile และชำระด้วยบัตรเครดิต Citibank
รับทันทีปากกาเติมสีฟันแบบพกพารุ่นพิเศษจำนวน 1 แท่ง มูลค่า 1,500 บาท

BriteSmile ประสิทธิภาพให้ทุกกรอยยิ้มสมบูรณ์แบบด้วยฟันขาวสุขภาพดี
เปลี่ยนคราบหมองคล้ำจาก ชา กาแฟ และฟันเหลืองจากพลขของยาบางชนิด
ให้ขาวเป็นประกายภายใน 1 ชั่วโมง ด้วยเทคโนโลยีลิขสิทธิ์ของ BriteSmile
และทีมทันตแพทย์ผู้เชี่ยวชาญ นอกจากนี้เรายังมีบริการฟันจัดคราบด้วยเทคนิค
จาก Switzerland และการจัดฟันด้วยระบบ Damon เพื่อฟันสวยสมบูรณ์แบบ
" มอมฟันขาวเป็นประกายและรอยยิ้มใหม่แก่คนที่คุณรักและตัวคุณเอง "

ฟันขาว
เป็นประกาย
ภายใน 1 ชม.



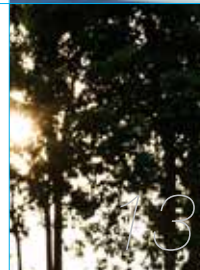
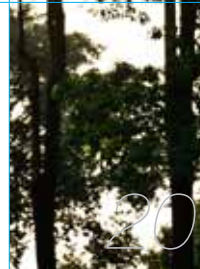
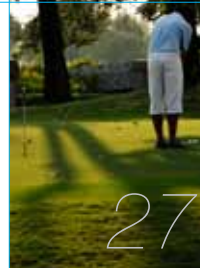
BriteSmile ให้ฟันคุณขาวขึ้นได้มากถึง 10 ระดับ*

Siam Paragon 0-2610-9630-3 Esplanade 0-2660-9085-6

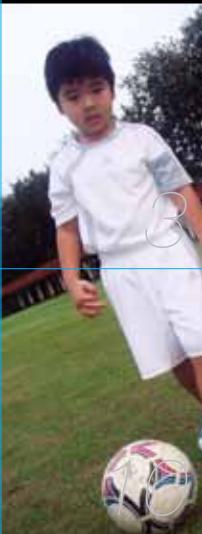
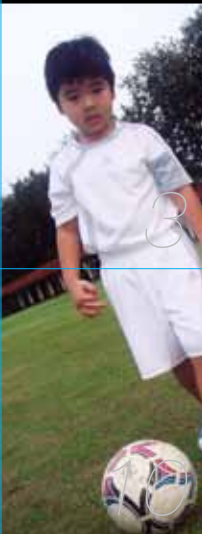
*ผลลัพธ์ขึ้นอยู่กับอาการของแต่ละบุคคล

BRITE SMILE®
www.britesmilethailand.com

july 2011

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
					Badminton Group(A)#6/1/2011 (18.00-19.00 hrs.)	Yoga # 3/2/2011 (14.30-16.00 hrs.) Child Care (16.00-17.00 hrs.) Tennis Group 1/8/2011 (16.30-18.00 hrs.)
Yoga # 3/3/2011 (14.30-16.00 hrs.) Child Care (16.00-17.00 hrs.)	Yogilates # 3/3/2011 (07.00-10.00 hrs.) Aerobic Beginner # Free (19.00-20.00 hrs.)	Body Bum # 6/8/2011 (9.30-10.30 hrs.) Chi Ball # 3/7/2011 (11.00-12.30 hrs.) Yoga Beginner # Free (19.30-20.30 hrs.)		Body Bum # 7/1/2011 (9.30-10.30 hrs.) Aerobic Beginner # Free (19.00-20.00 hrs.)	Badminton Group(A)#6/2/2011 (18.00-19.00 hrs.)	Yoga # 3/3/2011 (14.30-16.00 hrs.) Child Care (16.00-17.00 hrs.) Tennis Group 1/9/2011 (16.30-18.00 hrs.)
Yoga # 3/4/2011 (14.30-16.00 hrs.) Child Care (16.00-17.00 hrs.)	Yogilates # 3/4/2011 (07.00-10.00 hrs.) Aerobic Beginner # Free (19.00-20.00 hrs.)	Body Bum # 7/2/2011 (9.30-10.30 hrs.) Chi Ball # 3/8/2011 (11.00-12.30 hrs.) Yoga Beginner # Free (19.30-20.30 hrs.)		Body Bum # 7/3/2011 (9.30-10.30 hrs.) Aerobic Beginner # Free (19.00-20.00 hrs.)	วันอาสาฬหบูชา (Office Closed)	วันเข้าพรรษา Yoga # 3/4/2011 (14.30-16.00 hrs.) Child Care (16.00-17.00 hrs.)
Yoga #3/5/2011 (14.30-16.00 hrs.) Child Care (16.00-17.00 hrs.)	Yogilates # 3/5/2011 (07.00-10.00 hrs.) Aerobic Beginner # Free (19.00-20.00 hrs.)	Body Bum # 7/4/2011 (9.30-10.30 hrs.) Chi Ball # 4/1/2011 (11.00-12.30 hrs.) Yoga Beginner # Free (19.30-20.30 hrs.)		Body Bum # 7/5/2011 (9.30-10.30 hrs.) Aerobic Beginner # Free (19.00-20.00 hrs.)	Badminton Group(A)#6/3/2011 (18.00-19.00 hrs.)	Yoga # 3/5/2011 (14.30-16.00 hrs.) Child Care (16.00-17.00 hrs.) Tennis Group 1/10/2011 (16.30-18.00 hrs.)
Yoga # 3/6/2011 (14.30-16.00 hrs.) Child Care (16.00-17.00 hrs.)	Yogilates # 3/6/2011 (07.00-10.00 hrs.) Aerobic Beginner # Free (19.00-20.00 hrs.)	Body Bum # 7/6/2011 (9.30-10.30 hrs.) Chi Ball # 4/2/2011 (11.00-12.30 hrs.) Yoga Beginner # Free (19.30-20.30 hrs.)		Body Bum # 7/7/2011 (9.30-10.30 hrs.) Aerobic Beginner # Free (19.00-20.00 hrs.)	Badminton Group(A)#6/4/2011 (18.00-19.00 hrs.)	Yoga # 3/6/2011 (14.30-16.00 hrs.) Child Care (16.00-17.00 hrs.) Tennis Group 2/1/2011 (16.30-18.00 hrs.)
Yoga # 3/7/2011 (14.30-16.00 hrs.) Child Care (16.00-17.00 hrs.)						

august 2011

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
	Yogilates # 3/7/2011 (07.00-10.00 hrs.) Aerobic Beginner # Free (19.00-20.00 hrs.)	Body Bum # 7/8/2011 (9.30-10.30 hrs.) Chi Ball # 4/3/2011 (11.00-12.30 hrs.) Yoga Beginner # Free (19.30-20.30 hrs.)		Body Bum # 8/1/2011 (9.30-10.30 hrs.) Aerobic Beginner # Free (19.00-20.00 hrs.)	Badminton Group(A)#6/5/2011 (18.00-19.00 hrs.)	Yoga # 3/7/2011 (14.30-16.00 hrs.) Child Care (16.00-17.00 hrs.) Tennis Group 2/1/2011 (16.30-18.00 hrs.) สัปดาห์วันแม่ Very Special Week for Mom Only
	1	2	3	4	5	6
Yoga # 3/8/2011 (14.30-6.00 hrs.) Child Care (16.00-17.00 hrs.) สัปดาห์วันแม่ Very Special Week for Mom Only	Yogilates # 3/8/2011 (07.00-10.00 hrs.) Aerobic Beginner # Free (19.00-20.00 hrs.) สัปดาห์วันแม่ Very Special Week for Mom Only	Body Bum # 8/2/2011 (9.30-10.30 hrs.) Chi Ball # 4/4/2011 (11.00-12.30 hrs.) Yoga Beginner # Free (19.30-20.30 hrs.) สัปดาห์วันแม่ Very Special Week for Mom Only		Body Bum # 8/3/2011 (9.30-10.30 hrs.) Aerobic Beginner # Free (19.00-20.00 hrs.) สัปดาห์วันแม่ Very Special Week for Mom Only	วันแม่แห่งชาติ (Office Closed) สัปดาห์วันแม่ Very Special Week for Mom Only	Yoga # 3/8/2011 (14.30-16.00 hrs.) Child Care (16.00-17.00 hrs.) Tennis Group 2/1/2011 (16.30-18.00 hrs.)
7	8	9	10	11	12	13
Yoga # 4/1/2011 (14.30-16.00 hrs.) Child Care (16.00-17.00 hrs.)	Yogilates # 4/1/2011 (07.00-10.00 hrs.) Aerobic Beginner # Free (19.00-20.00 hrs.)	Body Bum #8/4/2011 (9.30-10.30 hrs.) Chi Ball # 4/5/2011 (11.00-12.30 hrs.) Yoga Beginner # Free (19.30-20.30 hrs.)		Body Bum # 8/5/2011 (9.30-10.30 hrs.) Aerobic Beginner # Free (19.00-20.00 hrs.)	Badminton Group(A)#6/6/2011 (18.00-19.00 hrs.)	Yoga # 4/1/2011 (14.30-16.00 hrs.) Child Care (16.00-17.00 hrs.)
14	15	16	17	18	19	20
Yoga # 4/2/2011 (14.30-16.00 hrs.) Child Care (16.00-17.00 hrs.)	Yogilates # 4/2/2011 (07.00-10.00 hrs.) Aerobic Beginner # Free (19.00-20.00 hrs.)	Body Bum # 8/6/2011 (9.30-10.30 hrs.) Chi Ball # 4/6/2011 (11.00-12.30 hrs.) Yoga Beginner # Free (19.30-20.30 hrs.)		Body Bum # 8/7/2011 (9.30-10.30 hrs.) Aerobic Beginner # Free (19.00-20.00 hrs.)	Badminton Group(A)# 6/7/2011 (18.00-19.00 hrs.)	Yoga # 4/2/2011 (14.30-16.00 hrs.) Child Care (16.00-17.00 hrs.)
21	22	23	24	25	26	27
Yoga # 4/3/2011 (14.30-16.00 hrs.) Child Care (16.00-17.00 hrs.)	Yogilates # 4/3/2011 (07.00-10.00 hrs.) Aerobic Beginner # Free (19.00-20.00 hrs.)	Body Bum # 8/8/2011 (9.30-10.30 hrs.) Chi Ball # 4/7/2011 (11.00-12.30 hrs.) Yoga Beginner # Free (19.30-20.30 hrs.) Thailand Economic Trends: Some Best Idea of Business Trend (Free of Charge) @ Europe Room				
28	29	30				
						

Remark (A) = Advance

(B) = Beginner

หมายเหตุ: สโมสรฯ ขอสงวนสิทธิ์ในการเปลี่ยนแปลงตารางกิจกรรมนี้ โดยไม่ต้องแจ้งให้ทราบล่วงหน้า



LINKING PARK LIVE IN BANGKOK

23 กันยายน 2554

ลานแอดทิฟสแควร์ เมืองทองธานี

www.totalreservation.com

วงนูเมทัลร็อกระดับโลก ลินคิน پارค จะกลับมาระเบิดความมันถึงขีดสุดให้แฟนเพลงชาวไทยอีกครั้ง ในการออกทัวร์คอนเสิร์ตรอบโลกกับอัลบั้มล่าสุด A Thousand Suns พร้อมโปรดัคชั่นแสงสีเสียงชุดใหญ่ที่ทีมงานขนมาเอง

Bird Encore Plus

19-21 สิงหาคม 2554

อิมแพ็ค อารีน่า เมืองทองธานี

www.thaiticketmajor.com

เบิร์ด-ธงไชย แมคอินไตย์ ขนเอาความสนุกสุดเซอร์ไพรส์กลับมาจัดเต็มให้แฟน ๆ ได้ชมกันอีกครั้ง ในคอนเสิร์ต 'เบิร์ด อาสาสนุก อังกอร์ ฟลัส Too Much So Much Very Much' ที่บอกความสนุกมากกว่าครั้งก่อนหลายเท่าตัว



WE ARE THE ONE

23 กรกฎาคม 2554

BITEC Bangna Hall 106

www.thaiticketmajor.com

รวมพลังขับไฟร่อนด้วยเพลงร็อก

กับคอนเสิร์ตที่รวมตัววงร็อกระดับ

ตำนานบนเวทีเดียว อาทิ เสก โลโซ, โปง ทิวเหล็กไฟ, บิลลี่ โอแกน, แบล็คเฮด, พงษ์พัฒน์ วชิระบรรจง, เสือ ธนพล อินทฤทธิ์ และศิลปินรับเชิญ อู๋ หฤทัย รายได้มอบให้มูลนิธิราชประชานุเคราะห์ ในพระบรมราชูปถัมภ์ เพื่อช่วยเหลือครอบครัวผู้เสียชีวิตในสามจังหวัดชายแดนภาคใต้



Thai International Travel Fair 2011

18-21 สิงหาคม 2554

ศูนย์การประชุมแห่งชาติสิริกิติ์

www.ftaa.or.th

งานเที่ยวทั่วโลก ไปทั่วโลก

ครั้งที่ 9 ต้อนรับฤดูกาลท่องเที่ยว

ในฤดูหนาว ภายใต้แนวคิด

'Hi! Winter' พบกับโปรโมชั่น

แพ็คเกจทัวร์ราคาพิเศษจากหลากหลาย

บริษัทนำเที่ยวทั้งไทยและ

ต่างประเทศกว่า 1,000 บูธ



CHICK MOUNTAIN MUSIC FESTIVAL

27 สิงหาคม 2554

ค่ายฝึกนักศึกษาวิชาทหาร เขาชวนไก่ จ.กาญจนบุรี

www.thaiticketmajor.com

เทศกาลดนตรีสุดเข้มข้นในรูปแบบ Military Theme Park Music Festival

ให้คุณได้สนุกสนานไปกับกิจกรรมผาดโผนคานากายฝึก พร้อมมัน

ไปกับการแสดงของศิลปินชั้นนำอย่างบอดี้สแลม, ดา เอ็นโดรฟิน, ปาล์มมี่,

เจ-มนทล จิรา, โจอี้ บอย, สดศรี และแก๊งห่วยขั้นเทพอย่าง SuckSeed

EU Film Festival 2011

7-17 กรกฎาคม 2554

หอศิลปวัฒนธรรมแห่งกรุงเทพมหานคร

www.facebook.com/EUinThailand

เทศกาลภาพยนตร์สหภาพยุโรป ครั้งที่ 20

โดยคณะผู้แทนสหภาพยุโรปประจำ

ประเทศไทย จัดฉายภาพยนตร์ 22 เรื่อง

จาก 16 ประเทศสมาชิกสหภาพยุโรปหลากหลาย

แนว ไม่ว่าจะเป็นภาพยนตร์สำหรับเด็ก

เด็ก เยาวชนวัย โรแมนติก ชีวิต จนถึง

การเมือง ทุกเรื่องฉายเป็นภาษาประจำชาติ

พร้อมคำบรรยายภาษาอังกฤษ เข้าชมฟรี



JAMES BLUNT LIVE IN BANGKOK

9 สิงหาคม 2554

อิมแพ็ค อารีน่า เมืองทองธานี

www.thaiticketmajor.com

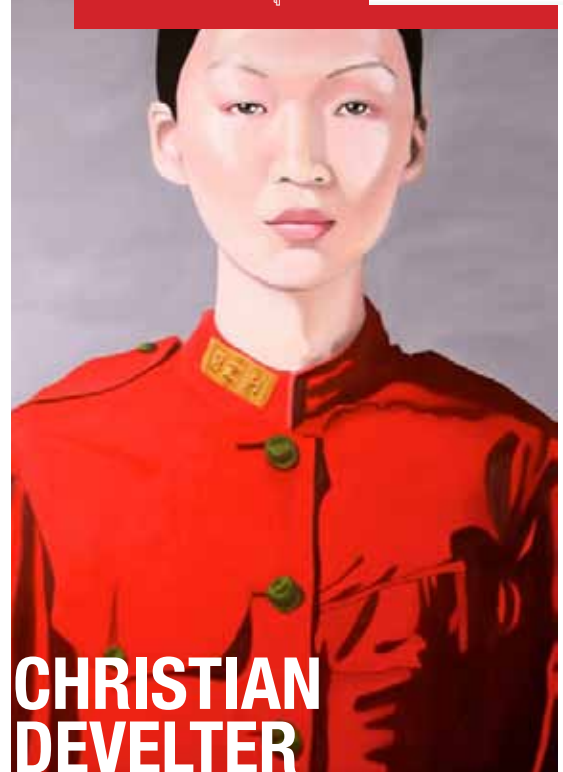
เจมส์ บลันท์ สุดยอดนักร้อง นักแต่งเพลง เจ้าของ

ยอดขายกว่า 15 ล้านก๊อปปี้ เจ้าของเพลงฮิต 'You're

Beautiful' จะมาโชว์เพลงฮิตทั้งจากอัลบั้มเก่าและอัลบั้ม

ล่าสุด 'Some Kind of Trouble' ให้แฟน ๆ ชาวไทยได้

ประทับใจกัน



CHRISTIAN DEVELTER

1-15 กรกฎาคม 2554

ห้องอาหาร Glow โรงแรมเมโทรโพลิแทน

โทร. 0-2625 3333

Christian Develter ศิลปินหนุ่มฝีมือดีชาวเบลเยียมที่พำนักอยู่ใน

กรุงเทพฯ จัดแสดงภาพเขียนสไตล์ร่วมสมัยที่สะท้อนถึงผู้หญิงเอเชีย

ด้วยลายเส้นที่หิวหาและโทนสีอันอุดมคติ อันเป็นเอกลักษณ์เฉพาะตัว

“The most glamorous beach living of Hua Hin”

มาราเกซ หัวหิน เรสซิเดนเซส คอนโดมิเนียมหรู ติดชายหาดสวยที่สดกว้าง 90 เมตร ใจกลางเมืองหัวหิน พร้อมโรงแรมระดับ 5 ดาว



ภาพถ่ายในโครงการจากสถานที่จริง บรรยากาศจำลอง



คนไทย พร้อมเข้าสู่

❄️ เพียง 2 นาทีจากตลาดนัดรถไฟ**

❄️ ฤดูหนาวสไตล์โมร็อกโก

**❄️ A MAGNIFICENT
LONG LAGOON**

เชิญชมห้องตัวอย่างบนอาคารจริง

พร้อมรับข้อเสนอพิเศษ*

FULLY FURNISHED PACKAGE*

ราคาพิเศษ 4.1 ล้านบาท
(ราคาโปรโมชั่น จำนวนจำกัด)

สอบถามรายละเอียด

032-536-111, 088-502-5006

WWW.MARRAKESH-HUAHIN.COM

[illegible]

DALLAS MAVERICKS WINS NBA CHAMPIONSHIP

ดัลลัส แมฟเวอริกส์ บุกเอาชนะทีม
เจ้าบ้าน ไมอามี ฮีต คว้ามแชมป์คิ
บาสเกตบอล เอ็นบีเอ สหรัฐอเมริกา
ฤดูกาล 2010-11 ไปครองได้เป็นสมัย
แรกในประวัติศาสตร์นับตั้งแต่ก่อตั้งทีม
ในปีค.ศ.1980 โดยเอาชนะไปด้วยคะแนน
รวม 105-95 (4-2 เกม) ที่สนามอเมริกัน
แอร์ไลน์ส อารีน่า



WORLD'S BEST AIRLINES

สายการบิน Qatar Airways ได้รับเลือกให้ครองตำแหน่งสายการบินที่ดีที่สุดในโลกประจำปีค.ศ.2011 จากการลงคะแนนโหวตของผู้โดยสาร 18.8 ล้านคน จาก 100 ประเทศ โดยสถาบันที่นำเชื่อดืออย่าง Skytrax เบียดแชมป์เก่าอย่าง Singapore Airlines ให้ลงไปอยู่อันดับ 2 ขณะที่สายการบินไทยของเราก็ไม่น้อยหน้าด้วยการครองอันดับ 5 ส่วนสายการบิน AirAsia ได้รับการโหวตให้เป็นสายการบินราคาประหยัดที่ดีที่สุดในโลก

ROWLING OPENS POTTERMORE

หลังจากที่หนังสือใหญ่เปิดฉากภาคอวสานปิดตำนาน Harry Potter นักเขียนสาวเจ.เค. โรว์ลิง ก็ผุดไอเดียใหม่ ด้วยการจับมือกับโซนี่ สร้างสรรค์เว็บไซต์ Pottermore (www.pottermore.com) ที่เสมือนเป็นจุดนัดรวมตัวของแฟน ๆ พ่อมดน้อยทั่วโลกให้เข้ามาร่วมกันแบ่งปันประสบการณ์และได้ย้อนอ่าน แฮร์รี่ พ็อตเตอร์ ในรูปแบบ e-book ซึ่งแฝงลูกเล่นสนุก ๆ มหัศจรรย์ไว้มากมาย นอกจากนั้นยังมีเกม แอปพลิเคชัน และข้อมูลเกี่ยวกับแฮร์รี่ พ็อตเตอร์ ที่ไม่เคยเปิดเผยที่ไหนมาก่อน โดยเว็บไซต์ดังกล่าวเปิดให้ลงทะเบียนล่วงหน้า เพื่อให้แฟน ๆ 1 ล้านคนได้มีสิทธิ์เข้าร่วมโครงการก่อน จากนั้นจะเปิดให้ทุกคนได้ใช้ในวันที่ 1 ตุลาคมนี้



NADAL WINS FRENCH OPEN

ราฟาเอล นาดาล นักเทนนิสมือ 1 ของโลกชาวสเปน คว้ามแชมป์เฟรนช์ โอเพ่นไปครองได้เป็นสมัยที่ 6 โดยเอาชนะโรเจอร์ เฟเดอเรอร์ มีวออันดับ 3 จากสวิตเซอร์แลนด์ไปด้วยคะแนน 3-1 เซต 7-5, 7-6, 5-7 และ 6-1 ในรอบชิงชนะเลิศที่โรลันด์ การ์รอส ในกรุงปารีส ประเทศฝรั่งเศส ผลจากการคว้าแชมป์ของนาดาลในครั้งนี้ ทำให้เขาสร้างสถิติครองแชมป์รายการนี้ได้มากที่สุด เทียบเท่าปีแยร์น บอร์ก อดีตมือหวดแรกเกิดอันดับ 1 ชาวสวีเดน ขณะที่ฝ่ายหญิงนั้นหลินา นักเทนนิสสาวจีนวัย 29 ปีสร้างประวัติศาสตร์ด้วยการเป็นนักหวดเอเชียคนแรกที่คว้าแชมป์แกรนด์สแลมมารอง จากการเอาชนะฟรานเซสกา สเคียเวเน แชมป์เก่าจากอิตาลีมาได้

THE RICHEST MUSICIANS

วงร็อกลายครามจากไอริช U2 ได้รับการจัดอันดับให้เป็นศิลปินเพลงที่มีรายได้สูงที่สุดในโลกจากนิตยสารทางการเงินชื่อดัง Forbes โดยป๊าโนและมองเฟื่อนกวาดเงินเข้ากระเป๋าไปรวม 195 ล้านเหรียญสหรัฐฯ ในรอบปีที่ผ่านมา ซึ่งส่วนใหญ่มาจากการทัวร์คอนเสิร์ต 360 Degree ที่กลายเป็นทัวร์คอนเสิร์ตที่มีรายได้สูงที่สุดในประวัติศาสตร์เช่นกัน ขณะที่วงร็อกรุ่นเก่า Bon Jovi และเอลตัน จอห์น ครองอันดับที่ 2 และ 3 ตามลำดับ ส่วนสาวเลดี้ กาก้า ก็พุ่งทะยานมาได้สูงถึงอันดับ 4 ด้วยรายได้ 90 ล้านเหรียญสหรัฐฯ



ON SCREEN

RISE OF THE PLANET OF THE APES

หนังแอ็กชันไซไฟที่เล่าเรื่องราวย้อนกลับไปสู่เหตุการณ์ก่อนหน้าที่จะเกิดพิภพวอร์ในหนังคลาสสิก Planet of the Apes ในปีค.ศ. 1968 โดยมีเจมส์ ฟรังโก รับบทนักวิทยาศาสตร์ผู้ทำการทดลองให้ลิงมีสติปัญญาฉลาดทัดเทียมมนุษย์จนเกิดหายนะขึ้น สิ่งที่น่าสนใจของหนังคือการใช้เทคนิคคอมพิวเตอร์กราฟิกจากทีมที่เคยได้รับรางวัลออสการ์จาก Avatar มาสร้างฝูงลิงให้ดูมีชีวิตและอารมณ์ไม่ต่างจากคน บวกกับการได้ แอนดี เซอร์คิส ผู้เคยแจ้งเกิดจากบททอลล์มैनใน The Lord of the Rings มารับบทเป็นชีชาร์ หัวหน้าฝูงลิง (Fox)



Conan the Barbarian

ริเมกจากงานเก่าของ อาร์โนลด์ ชวาร์ซเนกเกอร์ ในปีค.ศ. 1982 (แต่เนื้อเรื่องถูกดัดแปลงใหม่) จากฝีมือของผู้กำกับชาวเยอรมัน มาร์คัส โนสเปิล ที่ถนัดงานริเมกสยองขวัญอย่าง The Texas Chainsaw Massacre และ Friday the 13th โดยฉบับนี้ได้หนุ่มหล่อชาวฮาวาย เจสัน โมมัว มารับบทเป็นโคแนน นักรบผู้กล้าที่ออกผจญภัยเพื่อตามล้างแค้นให้พ่อแม่และคนในหมู่บ้าน (Mongkol Major)

Final Destination 5

หนังแฟรนไชส์สยองขวัญกลับมาอีกครั้งในภาคที่ 5 โดยคราวนี้แก๊งวัยรุ่นหนุ่มสาวโกงความตายอย่างหวุดหวิดจากอุบัติเหตุบนสะพานแขวน และต้องเผชิญกับการมาเยือนของมัจจุราชที่ไล่ปลิดชีวิตพวกเขาแต่ละคน ให้นกดูได้ลุ้นและหวาดเสียวยิ่งขึ้นในระบบสามมิติ (Warner Bros.)



COWBOYS & ALIENS

ผู้กำกับ จอห์น แฟฟโฟว์ เจ้าของหนังฮิตอย่าง Iron Man ทั้งสองภาค จับบรรดาความบอยมาสร้างศึกกับเหล่ามนุษย์ต่างดาว โดยมีดาราแอ็กชันสองรุ่นอย่างแดเนียล เคร็ก และแฮร์ริสัน ฟอร์ด ที่ต้องร่วมกันหาทางใช้อาวุธธรรมดาๆ ที่มีอยู่ในสมัยนั้น เอาชนะเอเลี่ยนที่ร่อนยานอวกาศมาบุกเมือง (UIP)



Bad Teacher

คาเมรอน ดิแอช กลับมาบริหารเสน่ห์แบบฮาๆ อีกครั้งในบทครูสาวมือใหม่ที่ปากการ้าย ขี้เมา และสอนไม่เอาไหน แถมยังวางแผนจับครูหนุ่ม (จัสติน ทิมเบอร์เลค) หลังจากที่ถูกทิ้งจากคู่หมั้นหนุ่มไฮโซอีกต่างหาก (Sony Pictures)

PLAYLIST

ADELE '21'

สตูดิโออัลบั้มชุดที่ 2 ของศิลปินนักแต่งเพลงมากความสามารถชาวอังกฤษ อะเดล ที่ตั้งชื่ออัลบั้มตามอายุของเธอในระหว่างการทำงาน (เช่นเดียวกับอัลบั้มแรก 19 ที่แจ้งเกิดด้วยการคว่ำรางวัลแกรมมี่ศิลปินหน้าใหม่ยอดเยี่ยม) เนื้อหาส่วนใหญ่ในอัลบั้มถ่ายทอดเรื่องราวความรักที่ผิดหวัง หลังจากเธอเลิกรักกับแฟนหนุ่มในขณะนั้น โดยได้อิทธิพลของดนตรีบลูส์และโซลแบบโบโฮวอันเป็นเอกลักษณ์ของอะเดล ถึงตอนนี้ '21' กลายเป็นอัลบั้มที่ขายดีที่สุดตลอดกาลของอังกฤษไปเรียบร้อยแล้ว (Warner Music)



สโมสรราชพฤกษ์ ขอต้อนรับ สมาชิกใหม่ทุกท่านด้วยความยินดี

Golf Ordinary Members

Mr.Hitoshi Ikoma
Mr.Kazuhiro Yamada
Mr.Kazurari Okuzono
Mr.Minoru Furusawa
Mr.Noritaka Takahashi
Mr.Susumu Uneno
Mr.Yoshihisa Nakano
นายพยุ้งศักดิ์ ขาติสุทธิผล
นายพิรัชย์ เบญจรงค์กุล
นายไพโรจน์ เปี่ยมพงษ์สานต์
นายศตถการ สุทัศน์ชูโต
นายศิริวัฒน์ วิลาสศักดิ์ตานนท์

Corporate Ordinary Term Members

Mr.Akio Matsuzaki
Mr.Hideki Honda

Mr.Hideki Yamamoto
Mr.Isao Nojo
Mr.Matthew Lobner
Mr.Nobuaki Nishihara
Mr.Ryota Sakakibara
Mr.Sang Hui
Mr.Shinjiro Kondo
Mr.Toshiro Kudama
Mr.Yutaka Miyaji
นายคณิศร์ สุนทรมาน
นายคุรุจิต นาครทรรพ
นายปรนันธ์ รัฐะวรรโณ
นายปิยะ จิตดาลาน
นายมนตรี ชำนาญโรจน์
นายวิรัตน์ เอื้อนฤมิต
นายสาธิต รัชคศิริ
นายสุนทร คงสุนทรกิจกุล

Sports Ordinary Members

นายเกรียงไกร ตั้งจรรูกิจ
นายบวรสิทธิ์ รัษฎะเสริฐ
นายบุญเกียรติ วิสิทธิ์กาศ
น.อ.หญิง เบญจมาศ ไพโรจน์โรจน์
นายประสาน ลัมพิพัฒน์กุล
นายมนสันต์ มฤคทัต
นางวรรณณา ผลชีวิน
นายสุรัชย์ เลิศสิทธิชัย
นางสาวอรรวรรณ วรปัญญา
นางเอมอร ชูโต

Sports Special Members Term 1 Year

Mr.Timothy Edward
นายจิรัญ รัตนวิริยะชัย
นายบรรณสิทธิ์ รั้ววงษ์

นายปฐมพงศ์ สิริชัยรัตน์
นายภูวพิตร ศุภมิตรโชติมา
นางสาวยุวดี จิ่งเจริญ
นายรัชพล จิตพิงธรรม
นายสันต์ ปรีชาวนิช
นายศิริ เทลิองสวัสดิ์
นางสมสวาท โชติกเสถียร
นายเสรี เสริมมัย
นายไสรชัย อัครประภา
นายเอกเชษฐ์ มธุรภัทร์

BADMINTON BATTLE

การแข่งขันแบดมินตันกระชับมิตร
ระหว่าง สโมสรราชพฤกษ์ และทีม
สน.ทุ่งสองห้อง ผลการแข่งขัน
สน.ทุ่งสองห้อง ชนะ 47 ต่อ 41 แมตช์
เมื่อวันที่ 28 พฤษภาคม 2554



CLUB CHAMPIONSHIPS 2011

ขอเชิญท่านสมาชิกฟิตร่างกายเตรียมความพร้อม เพื่อเข้าร่วมการแข่งขันชิงความเป็นเลิศทางด้านกีฬา ครองถ้วยรางวัลสโมสรราชพฤกษ์ ประจำปี 2554 กำหนดการแข่งขันกีฬาประเภทต่างๆ จะแจ้งให้ทราบอีกครั้งหนึ่ง



HOLE IN ONE

ขอแสดงความยินดีกับสมาชิกและแขกรับเชิญ
ที่ทำ Hole in One ได้ที่
สนามราชพฤกษ์

◀ 17 | 05 | 2011

Hole 11 88 Yards

Mrs. Anna Dalhen (Left)

UNSEEDDED 2011

ขอเชิญผู้มีใจรักกีฬาทุกท่าน ที่เป็นมือใหม่ถอดด้าม หรือมือไต่เต้า ที่มีจุดหมายรอรุ่งแทนแชมป์ในอนาคต รีบลงชื่อสมัคร UNSEEDDED 2011 เข้าร่วมแข่งขันกีฬาฝีมือใหม่ประจำปี 2554 ซึ่งด้วยรางวัลสโมสรราชพฤกษ์ โดยมี 3 ประเภทกีฬาให้ประลองฝีมือดังนี้ แบดมินตันมือใหม่ สควอชมือใหม่ และเทนนิสมือใหม่

คุณสมบัติผู้ลงสมัคร

- เป็นสมาชิกที่ยังคงสถานภาพสมาชิกสโมสรราชพฤกษ์
- สมาชิกที่เข้าร่วมแข่งขัน ต้องเป็นมือใหม่หรือไม่เคยติดอันดับ 1-2 ของกีฬาฝีมือใหม่แต่ละประเภท
- สโมสรฯ ขอสงวนสิทธิ์ในการปรับเปลี่ยนเงื่อนไขโดยมิต้องแจ้งให้ทราบล่วงหน้า

สมัครและสอบถามรายละเอียดได้ที่ ฝ่ายกีฬาและนันทนาการ โทร. 0-2955 0055 ต่อ 3109 และ 3111



KIDS SWIM

โลมาน้อยๆ นักกีฬาตัวฉกาจอนาคตไกล ลงชิงชัยแข่งขันว่ายน้ำไปเมื่อต้นเดือนพฤษภาคมที่ผ่านมา โดยได้รับเสียงเชียร์จากพี่ ป้า น้า อา ชาวสมาชิกสโมสรราชพฤกษ์ครอบครัวเดียวกันอย่างเกรียวกราว

ขอขอบคุณท่านสมาชิกที่ให้เกียรติเป็นผู้มอบเหรียญรางวัล ดังนี้ คุณรชฏ วรรณนก / คุณธรา สาครพันธ์ / คุณวิศนัต แก้วประสม





HOT STUFF

ลิ้มรสทอดกรอบแบบเก่าๆ แล้วลิ้มลองทอดกรอบรสชาติใหม่ที่นำเนื้อปลากระพงขาวสดๆ มาปรุงรส คลุกเคล้าเกล็ดขนมปังแล้วนำไปทอดจนกรอบนอก แต่นุ่มใน อร่อยคู่กับเฟรนช์ฟรายส์ ในราคา 110.++ บาท ที่ห้องอาหารเดลี ชีอป

HIGHLY RECOMMENDED

ดับกระหายหลังจากรับประทานด้วย 'น้ำอัญชัน' ที่มีสารต้านอนุมูลอิสระและเพิ่มความสามารถในการมองเห็น

หรือเพิ่มความสดชื่นด้วย 'Rambutan Smoothie' หวานเย็นชื่นใจได้วิตามินซีจากผลเงาะสดๆ ราคา 80.++ บาท (เฉพาะที่กอล์ฟไดน์นิ่งราคา 90.++บาท)



White Out

เมนูเพื่อสุขภาพไม่จำเป็นต้องไร้รสชาติเสมอไป เจกเช่น สเต็กปลากระพงขาว สามารถเลือกรับประทานคู่กับซอส Cafe de Paris, Hollandaise หรือ Dill Cream Sauce เสิร์ฟพร้อมผักสลัดในราคา 220.++ บาท ที่ห้องอาหารคิออฟี ชีอป



TOP PIG

ไม่ต้องเหินฟ้าไปถึงฮ่องกง ก็สามารถลิ้มรสความอร่อยของเมนูเด็ด 'หมูหันฮ่องกง' (Barbecued Suckling Pig) ที่หันเป็นชิ้นเสิร์ฟทั้งเนื้อและหนังในราคาพิเศษ 790.++ บาท ได้ที่ห้องอาหารกอล์ฟ ไดน์นิ่ง

HIGH MAINTENANCE

ไม่ใช่แค่สนามกอล์ฟที่ได้รับการดูแลรักษาและปรับปรุง แต่ยังรวมถึงส่วนอื่นๆ ภายในสโมสรฯ พกฯ แห่งนี้อีกด้วย เพื่อความสะดวกสบายในการใช้บริการสำหรับสมาชิกทุกท่าน

สนามกอล์ฟ ดำเนินการปรับปรุงแก้ไขพื้นที่ต่างๆ ในสนามกอล์ฟอยู่เสมอ เช่น จุดแฉะ และ Low Point ซ่อมแซมหญ้าตายตามจุดต่างๆ และเปลี่ยนหญ้าให้เป็นหญ้า Paspalum ตามโค่นต้นไม้บริเวณรฟทั้ง 18 หลุม

สนามเด็กเล่น ดำเนินการปรับปรุงทางระบายน้ำรอบสนามเด็กเล่น และเปลี่ยนเครื่องเล่นใหม่ที่มีความปลอดภัยสำหรับเด็กๆ สมาชิกซึ่งเพิ่มมากขึ้น หลังจากปิดปรับปรุงไปเมื่อวันที่ 27 เมษายน 2554 ขณะนี้ได้เปิดให้บริการแล้ว

สนามแบดมินตัน ดำเนินการติดตั้งพื้นยางสังเคราะห์สนามแบดมินตันเพิ่มอีก 2 สนาม ได้แก่ สนามที่ 3 และ 4 โดยพื้นยางมีความหนา 3.9 มม. ซึ่งได้มาตรฐานการแข่งขัน และเปิดให้บริการแล้วตั้งแต่วันที่ 24 พฤษภาคม 2554

ฟิตเนส ทำการเปลี่ยนดัมเบลล์ของห้องออกกำลังกายใหม่ ขนาดน้ำหนัก 2-20 กิโลกรัม จำนวน 10 ชุด สำหรับบริการสมาชิก เพิ่มความปลอดภัยด้วยการหุ้มด้วยยางกันกระแทก พร้อมทั้งจับกันลิ้นแบบใหม่ จาก Life Fitness



Opinions

ความเห็นจากสมาชิกสำหรับดัมเบลล์ใหม่ที่ห้องออกกำลังกาย

คุณจุจ มาสันต์ (01505790)

“รู้สึกว่ดัมเบลล์ชุดใหม่ เล่นง่ายกว่าเก่า เพราะมีด้ามจับกันลื่น ควบคุมง่ายกว่า”

คุณวิชญ บุรินทร์กุล (01505624)

“ดัมเบลล์ชุดใหม่ให้ความรู้สึกปลอดภัยกว่า เพราะตัว Weight หุ้ม ด้วยยาง นอกจากนั้นด้ามจับยังมีความหนา ทำให้ควบคุมได้ง่ายขึ้น”

คุณธันว์ วุฒิธรรม (01501645)

“ชุดใหม่ ดูดี จับถนัดมือ ควบคุมง่าย มียางหุ้ม ทำให้ลดแรงกระแทก เหมาะสำหรับทุกคน”

คุณกรณ์ กระสานดิสุข (01503687)

“ดัมเบลล์ชุดใหม่ ดูทันสมัย และเล่นได้ง่ายขึ้น”



THE SEASONS CHANGE PARTY

บริษัท ไทยเชื้อเพลิงการบิน จำกัด และ บริษัท เจพี-วัน แอสเซ็ท จำกัด ร่วมกันจัดงาน The Seasons Change Party เนื่องในโอกาสที่ หม่อมราชวงศ์ศุภดิศ ดิศกุล ส่งมอบตำแหน่งกรรมการผู้จัดการ และมอบของที่ระลึกเพื่อแสดงความยินดีแก่ คุณเจริญ ปรวโรจน์กิจ กรรมการผู้จัดการ บริษัทไทยเชื้อเพลิงการบิน จำกัด และดร.ภักดี มานะศิริวัฒน์ กรรมการผู้จัดการ บริษัท เจพี-วัน แอสเซ็ท จำกัด ณ ห้องยุโรป สโมสรราชพฤกษ์ เมื่อวันที่ 29 เมษายน 2554

GENERATION NEXT

คุณสมชาย เบญจรงค์กุล ส่งมอบหน้าที่ประธานชมรมกอล์ฟ วตท.8 แก่คุณพูนศักดิ์ เขียวอนันต์ ที่สนามกอล์ฟราชพฤกษ์ โดยมีคุณธีรชัย วุฒิธรรม และคุณกิตติรัตน์ ณ ระนอง รวมทั้งเพื่อนๆ นักศึกษาวิทยาลัยตลาดทุนรุ่นที่ 8 ร่วมเป็นสักขีพยาน



WELCOME EVERTON

คุณพลภัทร สุวรรณศร ผ.ข.กรรมการผู้อำนวยการใหญ่ และคุณสุรพล อุทินทุ ผ.อ. โครงการไทยเบฟไทยทาเลนท์ บริษัท ไทยเบฟเวอเรจ จำกัด ให้การต้อนรับทีมงานของเอฟเวอร์ตัน ฟุตบอลอะคาเดมี ได้แก่ Mr. Ray Hall, Mr. Robbie Anderson, Mr. Michael O'Brien, Mr. John McKeown ในโอกาสมาออกรอบทดสอบสนาม ณ สโมสรราชพฤกษ์ เมื่อวันที่ 23 มิถุนายน 2554 ที่ผ่านมา



REUNION DAY

คณะศิษย์เก่าวิศวะจุฬาฯ รุ่น 59 จัดงานเลี้ยงแสดงความยินดีในโอกาสที่ ดร.ไพรินทร์ ชูโชติถาวร ได้รับเลือกเป็นกรรมการผู้จัดการใหญ่ บริษัท ป.ต.ท. (มหาชน) จำกัด และคุณสรัญ รังคศิริ รักษาการรองกรรมการผู้จัดการใหญ่ สายธุรกิจน้ำมัน โดยมี ดร.อาณัติ อาภาภิรม อดีตผู้ว่าการการปิโตรเลียมแห่งประเทศไทยได้ให้เกียรติมาร่วมงานและให้ข้อคิดในการทำงานแก่ศิษย์เก่าที่มาร่วมงาน ณ ห้องสโปรตบาร์ สโมสรราชพฤกษ์ เมื่อวันที่ 17 มิถุนายน 2554 ที่ผ่านมา





BANGKOK BEAT

สมเอร์นอฟ เครื่องดื่มวอดก้าที่มียอดขายอันดับ 1 ของโลก เปิดตัวปฏิบัติการความมันส์ครั้งใหม่ Smirnoff Bangkok Remix ขวณคนไทยมาร่วมริมหักคำคืนของกรุงเทพฯ ให้สนุกและต่างจากที่เคย ด้วยจังหวะใหม่ของดนตรีและเครื่องดื่มที่ไม่จำเจ โดยมี มณฑล จิรา มารับบทคิวเตอร์ผู้ดูแลโปรเจกต์ ร่วมกับซูเปอร์สตาร์ ทาทา ยัง และวงร็อกชื่อดัง สลิลอต แมชชีน ขวณคนไทยลุยภารกิจใหญ่ เลือกเพลงที่ต้องการและลงมือริมหักคำในทีโวลท์ของกรุงเทพฯ ผ่าน facebook.com/SmirnoffThailand พร้อมลุ้นรับโอกาสได้เข้าร่วมปาร์ตี้สุดมันในวันที่ 22 กรกฎาคมนี้



WHAT'S YOUR FLAVA?

บัตรเครดิตซีทีแบงก์ ผู้นำเทรนด์ด้าน Dining ฉลองก้าวสู่ปีที่ 13 จัดงาน The New Era of Citibank Dining Privileges ด้วยการชวนผู้ถือบัตรได้ร่วมสนุกโพสต์รูปอาหารจานโปรดผ่านแอปพลิเคชันของ Citi Community Thailand ลุ้นรับเครดิตเงินคืน 999 บาททุกสัปดาห์ พร้อมเชิญเชฟบริติชเจ้าของร้านอาหารชื่อดัง 7 ร้าน มาร่วมแลกเปลี่ยนประสบการณ์ความอร่อย ร่วมกับม.ล.ภาสันต์ สวัสดิวัตน์ ณ โรงแรม LIT Bangkok



DESIGN INSPIRATION

วิวัฒน์ องค์กรวิญญู ประธานกรรมการบริหาร และมร.จิรล ศรดีลลช ผู้จัดการทั่วไปโรงแรม โซฟีเทล โซ แบงคอก จัดแถลงข่าวครั้งแรกของ โรงแรมฯ ในหัวข้อ “แรงบันดาลใจและดีไซน์” โดยได้รับเกียรติจากสถาปนิกและกลุ่มมัณฑนากรระดับแถวหน้าของเมืองไทย ผู้ร่วมออกแบบโรงแรมให้เป็นโรงแรมแห่งแรกๆ ที่เน้นการดีไซน์และตอบโจทย์ชีวิตคนเมืองอย่างแท้จริง มีกำหนดเปิดให้บริการประมาณปลายปีนี้ มาร่วมสนทนา ณ ศูนย์สร้างสรรค์งานออกแบบ (TCDC)



THE GOOD BARGAIN

บริษัท เอเชียบุ๊คส จำกัด ร้านหนังสือภาษาอังกฤษที่มีสาขาครอบคลุมไปทั่วประเทศกว่า 70 สาขา ร่วมลงนามบันทึกข้อตกลงร่วมกับส่วนบริหารกิจการจัดรัสรจามจรี สำนักงานทรัพย์สิน จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ในการเปิดร้านหนังสือ Book Outlet by Asia Books ที่ศูนย์การค้าจามจรีสควร์บนพื้นที่กว่า 500 ตารางเมตร ชั้น B โดยจะมีหนังสือภาษาอังกฤษในราคาประหยัดมากกว่า 200,000 รายการ สำหรับกลุ่มนักเรียน นักศึกษา และประชาชนทั่วไปได้เลือกซื้อ พร้อมเปิดให้บริการในวันที่ 16 สิงหาคมนี้

DR. ORAWAN

HOLISTIC INSTITUTE

1988



Promotion !

*Dr. Orawan Holistic Institute
kindly invites all RAJAPRUK members to join
“ Food Intolerance Test Program ”
with 10 % discount at Bangkok Branches
till July 31, 2011.*

e-mail : Info@drorawan.com

BANGKOK
Sukhumvit 55
The Grass 3rd. Fl.
Soi Thonglor 12
Tel. 02-714 8080

BANGKOK
Avenue Ratchayothin
Major Avenue
4 th Fl. Building C
Tel. 02-939 6275

SAMUI
Chaweng Beach
Xin City 2nd. Fl.
Tel. 077-914 111

PHUKET
Bangkok Phuket Hospital
2nd Fl.
Tel. 076-254 579

PHUKET
Royal Phuket Marina
Tel. 076-360 845
www.drorawan.com



NEW SHADES

หลังจากที่ขึ้นชื่อเรื่องการเป็นผู้นำด้านกระเป๋าเดินทางที่ผสานนวัตกรรมทางเทคนิคที่มีคุณภาพสูงสุด แบรินด์ระดับโลก TUMI (ทูมี) ได้เปิดตัวผลิตภัณฑ์ TUMI Eyewear โดยเชิญเหล่าเซเลบริตี้และสาวก TUMI อาทิ คุณข้างน้อย ญญาธร ณ อัญญา, ศิรเดช โทณวนิก, ชัยพัชร ซอสดิทิกุล และ พ.ต.ท.วัชรินทร์ พงษ์พานิช เป็นต้น มาร่วมสัมผัสคอลเล็กชั่นแว่นกันแดดที่มาพร้อมดีไซน์เรียบโก้และคุณสมบัติขั้นเลิศ

CREATIVITY

นับเป็นปีที่ 15 แล้วที่มีการจัดงาน Leo Burnett Cannes Predictions 2011 เพื่อคนโฆษณาและผู้สนใจจากทั่วทุกวงการ ได้มาร่วมแบ่งปันความคิดสร้างสรรค์และมุมมองใหม่ ๆ พร้อมชมผลงานโฆษณาที่เปี่ยมด้วยความคิดสร้างสรรค์จากทั่วโลก โดยงานนี้มีผู้บริหารเดอะ ลีโอ เบอเรนทท์ กรุ๊ป ประเทศไทย นำโดย คุณอ่อนอุษา ลำเลียงพล ประธานกลุ่ม พร้อมเหล่าเซเลบริตี้หลายคน



UNIQUE CLOTHING

ยูนิโคล่ (Uniqlo) แบรินด์เสื้อผ้าอันดับ 1 ของญี่ปุ่นได้จัดงานเปิดตัวและโชว์คอลเล็กชั่น Spring/Summer และ Fall/Winter 2011 เป็นครั้งแรกในประเทศไทย พร้อมนำเสนอเสื้อผ้าที่หลากหลายในแบบจำลองสำหรับทุกคน ให้สื่อมวลชนและแขกผู้มีเกียรติได้เยี่ยมชมก่อนใคร โดยมีร.นาโอกิ โอะโตะมะ กรรมการผู้จัดการ บริษัท ยูนิโคล่ จำกัด ประจำภูมิภาคเอเชียและประเทศญี่ปุ่น และรองประธานกรรมการบริหาร บริษัท ฟาสต์ รีเทลลิง จำกัด เดินทางมาร่วมงานด้วย ก่อนที่จะเปิดสาขาแรกอย่างเป็นทางการที่เซ็นทรัลเวิลด์ในเดือนกันยายนนี้





LIFESTYLE+ TRAVEL MEDIA

DESIGN, PRINTING, CONTRACT PUBLICATIONS
YOUR TOTAL PUBLISHING SOLUTIONS

AROUND
mag

AS
club

evero
mag

RAJPRUEK
mag

provides you with a wide range of services:

Contract Publishing: Corporate, In-Room and Free Magazines

Corporate Material: letterhead, logo, folder and website

Stationery: envelopes and business cards

*Promotional material: Advertising artwork, Brochure, Catalogue,
Flyer, Banner, Back-drop, Pop material, Product-display booth,
E-newsletter, PR News write-up.*

Photography and more...

Services cover design to production.



For inquiries, please drop us a line at
Tel: +66(0) 2204 0310-5
Fax: +66(0) 2204 0316
Mobile: +66(0) 81682 3500
E-mail: amarin@lifestyleandtravel.com
Website: www.lifestyleandtravel.com

ALL ABOUT MOTHERHOOD

ความสำเร็จเริ่มต้นที่ครอบครัว
คำกล่าวนี้นี้เหมาะสมที่สุดสำหรับ
ครอบครัวปทุมวัฒน์ ที่กำลังขึ้นบัน
กับความสำเร็จของบุตรชาย ที่ถือ
เป็นก้าวสำคัญของอนาคต

เมื่อต้นเดือนพฤษภาคมที่ผ่านมา หลายๆ คนคงได้รับทราบข่าวและ
ชื่นชมกับผู้ที่สอบได้คะแนนอันดับ 1 แอดมิชชัน ปีการศึกษา 2554
ของประเทศไทยไปแล้ว วันนี้เราจะพาคุณไปรู้จักกับคุณพ่อศิริพงษ์
และคุณแม่ดวงใจ ปทุมวัฒน์ ผู้อยู่เบื้องหลังความสำเร็จของ
น้องแก้ว นายรัตน ปทุมวัฒน์ เจ้าของคะแนนอันดับ 1 แอดมิชชัน ที่ 1
คณะรัฐศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย และได้รับทุนเล่าเรียน
หลวงของรัฐบาลไปเรียนต่อคณะรัฐศาสตร์ มหาวิทยาลัย
แคลิฟอร์เนีย เบิร์กลีย์ สหรัฐอเมริกา

‘แม่’ ผู้วางพื้นฐานการศึกษา

“แก้วเขาเป็นคนที่อ่านหนังสือเยอะ แม่ให้เขาอ่านหนังสือตั้งแต่
ทำเดือน เขานั่งได้ก็พลิกหนังสือแล้ว ถึงอ่านไม่ออกแต่เขาดูรูป แม่ทุ่ม
เงินซื้อหนังสือให้เขาเต็มที เราไม่เสียตังเงินซื้อหนังสือ พอเขาเรียน
อนุบาล เราก็เลือกอนุบาลฝั่งน้อย ซึ่งอยู่ใกล้บ้าน เพราะเด็กไม่ต้อง
เดินทางเยอะ แม่คิดเอาเองนะไม่รู้ว่าจะผิดหรือถูก คิดว่าการพักผ่อน
ของเด็กสำคัญที่สุดในการเติบโตของสมอง ถ้าต้องให้เด็กตื่นตีห้า
กินข้าวในรถ แล้วกว่าจะกลับอีกล่ะ มันจะเหนื่อย เป็นชีวิตที่แย่มาก
ไม่มีคุณภาพ พอตอนที่เข้าป.1 โรงเรียนพิชญศึกษา เราก็ตระเวน
ดูทุกโรงเรียนนะ ที่ชอบโรงเรียนนี้เพราะมีต้นไม้เยอะ ดูร่มรื่นดี
พอแก้วเห็นสนามเด็กเล่นเขาก็ยิ้มเลย เราก็เลยตกลงให้เรียนที่นี่

“ตอนที่อยู่ม.3 อาจารย์ก็พยายามโน้มน้าวว่าทำไมไม่เรียนสายวิทย
เลขก็ท็อป วิทยาศาสตร์ก็ท็อป เราก็เลยถามลูกว่าโตขึ้นอยากเป็น
อะไร เขาก็บอกว่าเขาชอบภาษา วิชาประวัติศาสตร์ ภูมิศาสตร์
แล้วเราก็สังเกตเห็นเขาชอบอ่านสังคมการเมืองระหว่างประเทศ
ประวัติศาสตร์ จันก็เอาประวัติศาสตร์แล้วก็ ความสัมพันธ์ระหว่าง
ประเทศ จะได้ทำองค์กรระหว่างประเทศ ก็เลยเบนเข็มมาเรียน
ศิลป-ฝรั่งเศส ซึ่งตอนสอบเข้าโรงเรียนเตรียมฯ เราก็ไม่คิดว่าเขาจะ
ได้ที่หนึ่ง เพราะลูกเราไม่ได้มาจากโรงเรียนดัง แล้วเรียนพิเศษก็เรียน
แค่ 21 วัน หลักสูตรเร่งรัดเพื่อให้รู้แนวข้อสอบของโรงเรียนเตรียมฯ
เพราะใครๆ ก็บอกว่าข้อสอบของโรงเรียนเตรียมฯ ไม่เหมือนข้อสอบที่อื่นๆ
เราบอกลูกเรียนอะไรก็ได้ แต่ถ้าเลือกแล้วก็ต้องเรียนให้เด่น เพราะ
ถ้าเรียนแล้วไม่เด่นจบมาแล้วก็จะธรรมดา เหมือนเด็กที่เรียนไม่เก่ง
แต่เก่งดนตรี ก็ควรให้เขาเรียนทางด้านดนตรีสนับสนุนเขาไปเลย”

เคล็ดลับการเลี้ยงลูก แบบฉบับครอบครัวปทุมวัฒน์

“ทำให้เขารักที่จะไม่ตี รักที่จะรู้ เมื่อเขารักที่จะทำแล้ว เขาจะรู้วิธีการ
ที่จะทำแล้วเขาจะพัฒนาตัวเอง พอเขาเริ่มพัฒนาตัวเองเขาก็ไม่ต้อง
ทำอะไร แค่เฝ้าดูในการพัฒนาของเขา ยกตัวอย่างเช่น เราไม่ต้อง
บอกลูกเวลานี้อ่านหนังสือ เวลานี้เรียนพิเศษ มันจะเป็นกรอบ เราก็
ปล่อยให้เขาทำ เพราะเขารู้ว่าเขาอยากทำให้มันดีที่สุดด้วยตัวของ
เขาเอง เคล็ดลับก็คือให้เขารักที่จะทำ แล้วเขาจะทำด้วยความรัก
การเลี้ยงลูกต้องมีศิลปะ แล้วศิลปะของแต่ละครอบครัวไม่เหมือนกัน
เพราะเด็กก็ต่างกันไป พ่อแม่ก็มีพื้นฐานที่ต่างกันไป จะใช้ศิลปะแบบไหน
ต้องหาเอง สำหรับครอบครัวเราต้องอบอุ่น แล้วก็สร้างให้เขาพัฒนา
ตัวเอง อย่างอ่านหนังสือด้วยกัน อ่านเรื่องรามเกียรติ์ สามก๊กฉบับ
การ์ตูน อ่านอย่างเดียวมันก็จะน่าเบื่อ บางทีเราก็ตั้งคำถาม จะตอบ
ถูกหรือไม่ถูกก็ไม่เป็นไร อย่างน้อยเขาได้มีโอกาสคิด จากนั้นเขาจะ
แตกแขนงไปเอง จากสามก๊กเล่มการ์ตูนก็จะไปเป็นวิเคราะห์ทั้งเบ้ง
เขาจะไปค้นของเขาเอง เราก็แค่ทำให้เขาเกิดความรู้อย่างจะรู้”
คุณพ่อศิริพงษ์ เล่าวิธีการเลี้ยงลูกชายให้กลายมาเป็นเด็กเก่ง

คุณแม่ดวงใจกล่าวเสริมประเด็นนี้ว่า “เราไม่ได้หวังว่าลูกจะต้อง
เรียนเก่ง แต่หวังว่าให้เป็นคนหนึ่งที่ดีในสังคม สังคมเราทุกวันนี้มี
แต่คนเห็นแก่ตัว ถ้าหากว่าลูกเราได้ทำประโยชน์ให้กับสังคมบ้าง
ไม่มากนักน้อย เรามีความสุขแล้ว เราไม่ได้ต้องการให้เขาต้องได้ที่หนึ่ง
ถ้าได้ก็ดี แต่ไม่ได้ก็ไม่เป็นไร เราบอกเขาว่าทำได้ดีที่สุด ได้ไม่ได้
ไม่เป็นไร สำคัญที่สุดคือทำได้ดีที่สุดหรือเปล่า ไม่ต้องแข่งขันกับเพื่อน
ให้แข่งขันกับตัวเอง การผลักดันตัวเองตลอดเวลาจะเป็นการต่อ
ยอกไปเรื่อยๆ แม่สอนเขาเสมอว่า ลูกมีทุกอย่างเต็มแล้ว ลูกต้อง
ให้คนอื่นนะ ลูกไม่มีเหตุผลที่จะเป็นเด็กไม่ดี เพราะลูกมีพร้อม
ทุกอย่าง ความอบอุ่นก็มี ในแง่ของวัตถุนิยมก็มี แม้ยังหาเหตุผล
ที่ลูกต้องทำให้ชีวิตตัวเองไม่ดีไม่ได้ เพราะไม่ขาดอะไร แล้วจะเรียก
ร้องอะไรอีก”

สำหรับน้องๆ ที่อยากเรียนเก่ง เหมือนพี่แก้ว

“เราต้องมีแรงผลักดันตัวเองว่าเราทำสิ่งนี้ เรียนสิ่งนี้ไปเพื่ออะไร
ถ้าเป็นสิ่งที่ชอบเราจะมีแรงผลักดันตัวเอง ต้องค้นหาตัวเองให้เจอ
แต่ไม่ต้องกดดันตัวเอง ครอบครัวก็ต้องเป็นแรงสนับสนุนด้วย เรื่อง
กีฬา ดนตรีเป็นสิ่งสำคัญ เราต้องเป็นมนุษย์ที่ครบถ้วน ต้องรอบด้าน
เพราะเราโตไป เราไม่ได้ใช้ความรู้อย่างเดียว เราต้องอยู่ในสังคมได้ด้วย
อีกอย่างหนึ่งไม่ว่าจะเป็นตัวเด็กหรือผู้ปกครอง อย่าปิดกั้น บางคน
มองว่าต้องเรียนโรงเรียนนี้เท่านั้น ต้องสายนี้เท่านั้น คณะนี้เท่านั้น
มหาวิทยาลัยนี้เท่านั้น ซึ่งอาจจะเป็นการทำให้เขาไม่ได้ค้นพบใน
สิ่งที่ชอบหรือศักยภาพตัวเองที่แท้จริง เรียนอะไรก็ได้ที่ทำให้เราได้
ใช้ศักยภาพได้สูงสุด”





SO PROUD

ความภูมิใจยกกำลัง 3 ของคุณแม่ กับบทสนทนา
ถึงวิธีการเลี้ยงลูกแฝดสามอย่างไรถึงได้สอบติดแพทย์ทุกคน

“แม่โชคดีที่ลูกไม่ดื้อ” คุณแม่ศุภสร ขาติละออง คุณแม่ลูก 5 ที่เราจะพูดคุยกันในฉบับนี้พูดถึงลูกๆ ด้วยความภาคภูมิใจ คุณแม่คนนี้เป็นแรงหนุนให้ลูกแฝดสามน้องภัทร-นายธีรภัทร น้องพิม-นางสาวปิยะนุช และน้องพล-นายธีรรัตน์ สอบติดคณะแพทยศาสตร์ในการเอ็นทรานซ์ปี 2554

คุณแม่เป็นคนเลือกโรงเรียนให้ลูกๆ เองไหม?

“เลือกให้ตอนม.1 หลังจบม.3 เพื่อนๆ เขาไปสอบเตรียมกันเยอะ ก็อยากไปตาม จากที่ทุกคนไม่เคยเรียนพิเศษก็ต้องมาปรับกันใหม่ มาอัดเทอม 2 ม.3 เพื่อจะสอบเข้าเตรียมฯ แต่ไปแล้วก็สอบไม่ติด ก็บอกเหตุผลเขาว่า เราเตรียมตัวน้อย คนที่สอบเข้าได้ เขาต้องเตรียมตัวมาตั้งแต่ม.ต้น ก็ปลอบใจเขา ตัวแม่เองไม่ได้รู้สึกอะไรสบายๆ เราไม่ได้กดดันเขา ปัญหาคือโรงเรียนเดิมถ้าออกแล้วไม่ให้กลับ เราก็เลยต้องหาโรงเรียนใหม่ ซึ่งคราวนี้ก็ได้อยู่โรงเรียนเดียวกันทั้งสามคน”

คุณแม่มีวิธีเลี้ยงน้องๆ ยังไงบ้าง?

“จริงๆ แล้ว คุณแม่มีลูกสาวอีกสองคน คนโตปีนี้อายุ 25 จบมาสามปีแล้ว จบความสัมพันธ์ระหว่างประเทศ จากแคนาดา คนที่สองจบวารสารฯ ธรรมศาสตร์ อินเตอร์ตอนนี้อยู่บริษัทเอกชนซีโฆมาสื่อออนไลน์ แม่โชคดีที่ลูกไม่ดื้อ ครอบครัวเราก็สบายๆ ค่ะ ส่วนใหญ่จะใกล้ชิดกัน ทำกิจกรรมด้วยกันตลอด มีอะไรก็ไปกับแม่ อย่างขับรถแม่ก็สอนกันเองไม่ได้ไปเรียน”

ลูกแฝดเลี้ยงยากไหม?

“ง่ายกว่า เพราะเหมือนเลี้ยงเป็นทีม ความรู้สึกของคุณแม่นะ คนเดียวเราต้องคอยกลัวว่าเขาจะเบื่อกัน จะเหงา จะติดเพื่อนหรือเปล่า จะมีปัญหาหรือเปล่า แต่แฝดนี้ไม่ยุ่งเลย เขามีกลุ่มอยู่ด้วยกัน ตอนเล็กๆ เขาก็เล่นด้วยกันตลอด น้องผู้หญิงก็ไม่ค่อยเป็นผู้หญิง (หัวเราะ) ที่บ้านจะเสซา เล่นกันอยู่ในบ้านไม่ค่อยไปเล่นที่อื่น

“เขาไม่ค่อยไปกันเอง แม่ก็ปล่อยนะคะ เพราะเราเห็นว่า

เขาเป็นยังไง เราใกล้ชิดกับเขา เพื่อนๆ เขาเราก็รู้จัก เวลาไปไหนเขาจะไม่กันสามคน คือถ้าจะมีใครนอกทางก็จะมีสายช่วยดูให้ (หัวเราะ) เขาจะดูแลกันเอง

“อย่างเรื่องเรียนเขาก็ดูกันเอง เลือกกันเอง แต่เราจะสังเกตว่าคนนี้อ่านการ์ตูนมากไปไหม เราก็เข้าไปดู อย่างเรียนห้องเดียวกัน คนหนึ่งปั่นงานส่งอาจารย์เยอะมาก แต่อีกคนไม่มีเลย เราก็จะเข้าไปถาม จะคอยดูอยู่ข้างนอก มีอะไรคอยพุ่งไปหาแต่ละคน จะเข้าไปดูว่ามีปัญหาอะไร

“เรื่องเรียนพิเศษก็เหมือนกัน คุณแม่ปล่อยให้เขาจัดเองหมด มีหน้าที่อย่างเดียวคือไปจ่ายเงินหลังจากที่เขาเลือกกันแล้วว่าเรียนอะไรดี ก็มีค่านเหมือนกัน แต่เขาก็บอกคุณแม่อยู่เฉยๆ เขาจะจัดการกันเองว่าควรเรียนอะไรก่อนอะไรไว้ทีหลัง เราก็เลยวางใจไม่ห่วงแล้ว รอจ่ายเงินแค่นั้น (หัวเราะ)”

น้องๆ แต่ละคนสอบติดที่ไหนกันบ้าง?

ภัทร : “ติดแพทย์ ม.สงขลานครินทร์ ภัทรเลือกตามคุณพ่อ (นายแพทย์บุญเสริม ขาติละออง แพทย์ผู้เชี่ยวชาญด้านโรคหัวใจ โรงพยาบาลเซนต์หลุยส์) ซึ่งจบจากสงขลา”

พิม : “หมอรามาค่ะ พิมเลือกที่นี่เพราะเห็นสร้างตึกใหม่ด้วย เครื่องมือก็พร้อม แล้วรุ่นพี่ก็บอกว่าศิริราชเครียดไป”

พล : “พลติดแพทย์จุฬาฯ ที่เลือกที่นี่ก็เพราะเขามีชื่อเสียงมานาน”

มีเทคนิคอย่างไรในการเอ็นฯ ให้ติด?

ภัทร : “ช่วงเตรียมตัวเอ็นฯ จะให้เวลาสำหรับการอ่านหนังสือ 6 ชั่วโมง โดยจะดูวิชาหลักๆ พกวิทยุ คณิตก่อน แต่ก็มิเตะบอลบ้าง”

พล : “เวลาไปเรียนก็จะตั้งใจเรียนเต็มที่ ถ้ามีการบ้านก็ทำ กลับมาจากโรงเรียนก็จะอ่านประมาณ 2 ชั่วโมงนอนประมาณสี่ทุ่ม ก็แบ่งเวลาให้เป็น ถึงเวลาเล่นก็เล่นสุดๆ เวลาเรียนก็เรียนจริงๆ”

พิม : “ช่วงก่อนเอ็นฯ ที่โรงเรียนเริ่มให้หยุด ก็อ่านหนังสือทุกวัน ตอนเช้าประมาณ 2-3 ชั่วโมง ปากี่อ่านนิตหนึ่งแล้วเย็นก็จะอ่านตั้งแต่หกโมงไปจนถึงห้าทุ่ม ช่วงเบรคก็นอน เล่นเปียโน การเล่นดนตรีมันช่วยทำให้จำได้ เพราะเวลาเล่นมันต้องจำโน้ตใจคะ”







DO IT LIKE EAT PRAY LOVE

การเดินทางของผู้หญิงคนหนึ่งสู่ดินแดนที่ไม่คุ้นเคย เพื่อ
ค้นหาความหมายใหม่ของความรัก และชีวิต จนกลายเป็น
แรงบันดาลใจแก่ผู้หญิงทั่วโลกในที่สุด

เอลิซาเบธ กิลเบิร์ต (Elizabeth Gilbert) ได้เปิดนิยามบทใหม่ และรักษาแผลใจให้
ผู้หญิงหลายคนทั่วโลก ในทุกสาขาอาชีพไม่ว่าวันแม้แต่บริทิช สเปียร์ส นักร้องซูเปอร์สตาร์
ชาวอเมริกัน ที่ต่างหยิบหนังสือ 'Eat, Pray, Love: One Woman's Search for
Everything Across Italy, India and Indonesia' มาเป็นแรงใจในการค้นหาความหมาย
ของชีวิตเมื่อประสบปัญหาเกี่ยวกับความรัก กิลเบิร์ตเขียนหนังสือเล่มนี้ขึ้นหลังจากได้
ตัดสินใจออกเดินทางเพื่อค้นหาประสบการณ์ใหม่ๆ เป็นเวลาหนึ่งปี หลังจาก
หย่าร้างกับสามี ซึ่งความโด่งดังของหนังสือเล่มนี้การันตีได้จากการติดอันดับหนังสือ
ขายดีของ New York Times นานถึง 187 สัปดาห์ รวมทั้งถูกนำไปสร้างเป็นหนังโดย
ไดนาส เอกยอนนิมอย่าง จูเลีย โรเบิร์ตส์ มารับบทตัวเอก ถ่ายทอดประสบการณ์
การท่องเที่ยวสู่ดินแดนที่ไม่คุ้นชินอย่าง อิตาลี อินเดีย และอินโดนีเซีย (บาหลิ) ที่
ทำให้เธอได้ค้นพบกับมุมมองใหม่ของความรัก และชีวิต



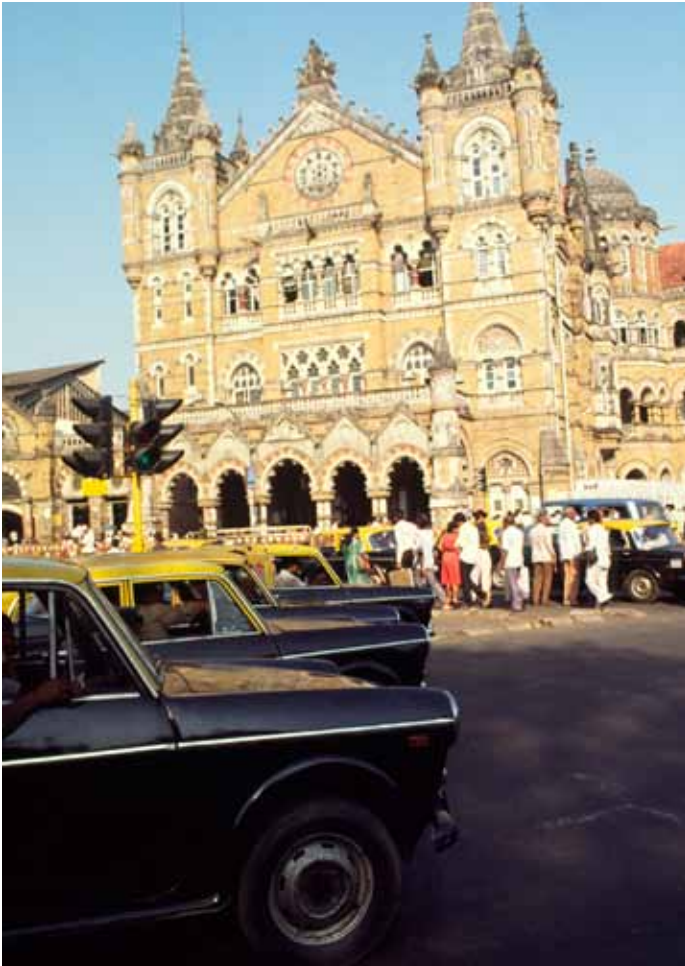
Eat in Italy

หากไม่นับท่าทางขี้เล่น และแววตาที่เปี่ยมไปด้วยความชุกชอนซ่อนเร้นของชายอิตาลีนั้น ประเทศอิตาลีนั้นมีเสน่ห์อยู่เหลือล้น กิลเบิร์ตได้เรียนรู้การดำเนินชีวิตแบบชาวอิตาลี 'il dolce far niente' หรือ 'the sweetness of doing nothing' ศาสตร์ที่ว่าด้วยการใช้ชีวิตแบบไม่เร่งรีบ แต่มีความหมาย ซึ่งกิลเบิร์ตเองนั้นให้ความเห็นไว้ว่าคนอิตาลีรู้จักการใช้เวลาว่างได้อย่างมีคุณค่าโดยการเอนจอยกับสิ่งดี ๆ ที่มีเข้ามาในชีวิต และหนึ่งในสิ่งที่ดีของชีวิตนอกเหนือจากบทสนทนาที่ออกรส เสียงหัวเราะ และมิตรภาพ คืออาหาร ซึ่งกิลเบิร์ตใช้เวลากว่า 4 เดือน ล้มรสชาติของดีแบบอิตาลีที่ถือเป็นเมนูที่ได้รับความนิยมทั่วโลกอย่าง พิซซ่า พาสตา และเจลาโต แบบไม่ต้องกลัวคาร์โบไฮเดรตกันเลยทีเดียว

เริ่มต้นทัวร์แบบ 'Good Food' โดยตั้งต้นที่โรม (Roma) ชิมพาสตาเส้นหนานุ่มที่มีเสิร์ฟอยู่ทั่วทุกมุมถนน หรือจะลองเยี่ยมเยียนความอร่อยจากเมืองที่อยู่แวดล้อมโรม อย่างลาซิโอ (Lazio) แล้วลองชิมพาสตาคาร์โบนาร่า ว่าอร่อยสมคำร่ำลือที่ว่าคาร์โบนาร่าที่รสดีที่สุดอยู่ที่ลาซิโอจริงหรือไม่ รวมทั้งเมืองแห่งขุนเขาอย่างอัมเบรีย (Umbria) ที่โด่งดังเรื่องการปลูกมะกอก ชิมรสชาติของน้ำมันมะกอกเข้ากันดีกับเกล็ดเกลือที่โรยหน้าขนมปังอบสดใหม่ แกล้มกับไวน์แดงของดีของเมือง ก่อนตบท้ายด้วยการไปเยือนเมืองเนเปิลส์ (Naples) เต็มเต็มความพึงพอใจในรสอาหารด้วยเจลาโต หรือไอศกรีมโฮมเมดแบบอิตาลี

นอกเหนือจากอาหารแล้ว ความรื่นรมย์ที่สามารถสัมผัสได้ที่อิตาลีคือบรรยากาศของคาเฟ่เล็กๆ ที่ซ่อนตัวอยู่ทั่วทุกมุมถนน ภาพของชายชราที่สนุกกับเกมไพ่กับผองเพื่อนสูงอายุ พร้อมจิบกาแฟเอสเปรสโซแก้วจิ๋วแต่หอมกรุ่น ภาพของคู่รักที่มีความสุขในการแบ่งปันอาหาร หรือภาพของเด็กน้อยผสมสี خمี้วุ่นเล่นไล่จับท่ามกลางแสงอาทิตย์แรงกล้า แต่ไม่ระคายผิวสักนิด สิ่งเหล่านี้คือมนต์เสน่ห์ของอิตาลีอย่างแท้จริง





Pray in India

ต่อเนื่องจากทริปความอร่อยในอิตาลี ทั้งรสชาติของพาสตา และเจลลาโตแบบต้นตำรับ ทำให้ฉันหันกลับอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ ทริปปต่อไปจึงเหมือนการท่องเที่ยวที่ต่างกันที่สุดชั่ว และอินเดียคือเดสทินชันต่อไปของกิลเบิร์ต ที่ได้เดินทางสู่ดินแดนที่เต็มไปด้วยผู้รักมากมาย ซึ่งหลังจากที่กิลเบิร์ตได้จับเครื่องบินลัดฟ้าจากทวีปยุโรป มุ่งหน้าสู่เมืองมุมไบ (Mumbai) ที่เต็มไปด้วยความวุ่นวายตามแบบฉบับเมืองใหญ่ ก่อนที่จะหลีกสู่วัดเพื่อความเงียบสงบ แบบที่ไม่เคยพบพานมาก่อนในชีวิต

แบบฝึกหัดแรกของการก้าวสู่ความสงบคือการนั่งสมาธิ และการงูพัน ทำความสะอาด อาศรม ซึ่งเป็นสิ่งที่กิลเบิร์ตไม่เคยเข้าใจวัตถุประสงค์ของกิจกรรมนี้ในตอนแรก จวบจนเวลาผ่านไป เธอจึงได้ค้นพบว่า กิจกรรมอย่างการปฏิบัติธรรมที่ท่านั้นมีเหตุและผลในตัวเอง และเป็นทางที่จะทำให้ได้รู้จักกับจิตวิญญาณของตัวเองได้มากขึ้นเมื่อมีสมาธิ และจิตใจสงบ

สำหรับการเดินทางของจิตวิญญาณที่อื่นเดียวนั้นสามารถทำได้ (ถึงแม้กิลเบิร์ตแทบจะไม่ได้ออกจากวัดก็ตาม) โดยการเยือนเมืองต่างๆ ในอินเดียที่เต็มไปด้วยศาสนสถานที่ทรงคุณค่ามากมาย เช่น พาราณสี (Varanasi) ซึ่งถือเป็นอีกหนึ่งเมืองศักดิ์สิทธิ์ของประเทศอินเดีย โดยมีความน่าสนใจที่แม่น้ำคงคาอันศักดิ์สิทธิ์ที่ประชาชนเชื่อว่าสามารถล้างบาปได้ รวมทั้งยังเป็นสถานที่ประกอบพิธีกรรมทางศาสนาสำหรับผู้ชายหนุ่ม ที่ว่าดวงวิญญาณจะถูกปลดปล่อยให้เป็นอิสระจากการเวียนว่ายตายเกิด

นอกเหนือจากเรื่องจิต เคราลา (Kerala) คืออีกหนึ่งเดสทินชันที่มีความน่าสนใจไม่แพ้กัน โดยเฉพาะในด้านสุขภาพและร่างกาย เพราะเป็นที่ๆ สามารถสร้างสมดุลระหว่างการฝึกสมาธิ และการผ่อนคลาย โดยการหัตถโยคะ ที่ร่างกายและจิตใจจะสอดประสานเป็นหนึ่งเดียว รวมทั้งเรียนรู้ศาสตร์ 'อายุรเวท' (Ayurveda) ของอินเดีย





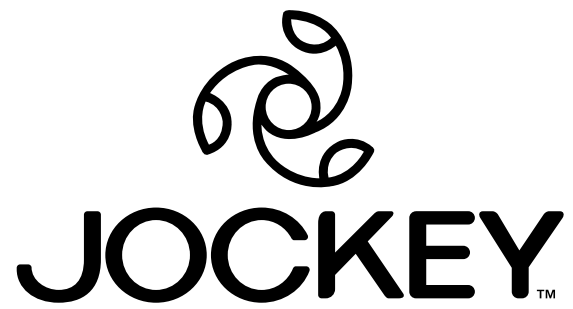
Love in Indonesia

เมื่อมีความพร้อมทั้งจิตใจและร่างกาย สถานที่ต่อไปที่กิลเบิร์ตได้เดินทางไปเยือนเป็นแห่งสุดท้ายคือ บาหลิ ประเทศอินโดนีเซีย ดินแดนที่ถือเป็นแหล่งสวรรค์ของคนรักเกลิยวคลีน วัฒนธรรม ศิลปะ และปาร์ตี้แบบสุดเหวี่ยง เมื่อเครื่องบินแตะรันเวย์ กิลเบิร์ตมุ่งหน้าไปที่อุบุด (Ubud) ศูนย์กลางแห่งวัฒนธรรมของบาหลิและตั้งใจกลับไปเยี่ยมเยียนผู้เฒ่าหมอผู้ซึ่งเป็นที่เคารพนับถือของชาวบ้าน ท่านผู้เฒ่าได้เคยทำนายไว้ว่าชีวิตของเธอจะพบกับความเปลี่ยนแปลงอย่างสุดซึ้งชั่วก่อนที่เธอจะหย่าร้างกับสามีเสียอีก

ด้วยทัศนียภาพและความงดงามของทุ่งนาขั้นบันไดที่ลดหลั่นตามไหล่เขาที่ฉาบสีเขียวจีกับเมืองอุบุดแห่งนี้ ช่างทำให้การพบกันกับหนุ่มรูปงามชาวบราซิลนั้นดูตราตรึงเหมือนดั่งในหนัง จากความบังเอิญในการเจอกันในตอนต้น ได้ฉุดแปรเป็นความผูกพันและความรักในที่สุด การเข้าถึงบาหลิไม่ใช่เรื่องยาก สามารถทำได้ง่ายๆ โดยการเช่าจักรยานขี่ลัดเลาะผ่านทุ่งนาสีเขียว แวะเยี่ยมชมวัดวาอารามที่เต็มไปด้วยศิลปกรรมแบบเฉพาะตัว เดินชมตลาดที่มีผ้าพื้นเมืองและเครื่องไม้จักสานขายเพลิดเพลีนไปกับแคเบย์สปา หรือชมพระอาทิตย์ตกดินที่ชายหาดซามินยัก (Saminyak) สำหรับคนที่ไม่ชอบความอึกทึกก็เหมือนกับที่คูต้า (Kuta) แต่มักท่องเที่ยวไม่น้อยที่หลงเสน่ห์ยามราตรีที่ไม่หลับใหล

ด้วยการเดินทางที่อ้อมเอมหัวใจตั้งแต่อดีต ผ่านการฝึกสมาธิ การรู้จักจิตวิญญาณและตัวตนจนถึงบาหลิ ทำให้ทัศนคติในชีวิต จิตใจ และร่างกายนั้นถูกปรับให้พร้อมสมบูรณ์มากขึ้นสำหรับความรักใหม่ และชีวิตในบทต่อไป





Natural Anti-Bacteria

Smooth and Luxuriously
Comfortable

Excellent Water Absorption

Breathable and Cool

Modern Comfort Collection



Central Trading Co.,Ltd
Tel. 0-2229-7000 www.cmg.co.th



www.facebook.com/jockeythailand

URBAN SANCTUARY

ท่ามกลางศูนย์กลางธุรกิจที่ทุกชีวิต
ต้องเร่งรีบอย่างสาคร ยังมีความ
ผ่อนคลายแอบซ่อนตัวไว้อย่าง
เนียนๆ บนอาคารสูง 37 ชั้น ใจกลาง
กรุงเทพมหานคร

Anantara Bangkok Sathorn โรงแรมชั้นนำที่เพิ่งเปิดตัว
ได้ไม่กี่เดือนจะเปลี่ยนวันอันเหน็ดเหนื่อยของคุณให้กลายเป็น
การพักผ่อนในบรรยากาศที่รื่นรมย์ ภายในห้องพักที่มี
ให้เลือกตั้งแต่แบบสตูดิโอ แบบดีลักซ์ จนถึงแบบสวีทสอง
ห้องนอน ตกแต่งอย่างเรียบหรู ทันสมัย และสบายตาด้วย
โทนสีขาว ครีมน้ำตาล แต่ก็แฝงไว้ด้วยความเป็น
ไทยร่วมสมัยบนภาพวาดสีน้ำมัน เฝ้ายพร้อมด้วยเครื่อง
อำนวยความสะดวกสบายในทุกห้องพัก โดยเฉพาะจอ
แอลซีดีขนาดใหญ่ที่นอกจากมอบความบันเทิงด้วย
หลากหลายรายการจากทุกมุมโลกแล้ว ยังสามารถเชื่อมต่อกับ
อินเทอร์เน็ตความเร็วสูงของโรงแรมได้อีกด้วย หรือ
หากอยากสูดอากาศสดชื่นก็ลองก้าวออกไปที่ระเบียง เพื่อ
เสพทัศนียภาพของกรุงเทพฯ และแม่น้ำเจ้าพระยาแบบ
พาโนรามาได้เต็มตา

ความสำคัญไม่ได้ถูกจำกัดอยู่แค่ในห้องพัก เพราะเมื่อ
ก้าวออกไปนอกประตู ยังมีสระว่ายน้ำน้ำสีฟ้าใสขนาดใหญ่
ที่วางขนานอยู่ริมสวนสวย หรือหากอยากยืดเส้นยืดสาย
ก็สามารถไปออกกำลังกายได้ที่ฟิตเนสเซ็นเตอร์ ซึ่งมี
ผู้ฝึกสอนส่วนตัวคอยให้บริการ ถ้ายังเหนื่อยไม่พอจะลอง
ดวลรักเก็ตกับเพื่อนที่สนามเทนนิสก็น่าสนุกไม่เบา ก่อน
ที่จะบำบัดความเหนื่อยล้าอย่างสมบูรณ์แบบที่ เซนเซส สปา
เพื่อเติมความมีชีวิตชีวากลับมาอีกครั้ง

เมื่อถึงเวลาพระอาทิตย์ตกดิน มีอาหารค่ำสุดพิเศษก็เริ่มต้น
ขึ้นที่ห้องอาหาร 100 East ที่ให้บริการอาหารเลิศรสตลอดวัน
แต่สำหรับผู้โปรดปรานพิชชา อย่าพลาดการไปเยือนห้อง
อาหาร Crust ที่ให้คุณได้เริ่ดอร่อยกับพิชชาในบรรยากาศ
ชิลๆ ริมสระว่ายน้ำยามพลบค่ำ หากยังมีแรงกายแรงใจ
เหลือเฟือ ก็เตรียมออกตะลุยราตรีที่ความสนุกสุดสำราญ
อยู่ใกล้แค่เอื้อม





*THE PERFECT BANGKOK GETAWAY
WITH FAMILY & FRIENDS
@ HILTON HUA HIN RESORT & SPA*

As one of Thailand's leading resort destination, Hilton Hua Hin Resort & Spa is committed to taking the holiday experience to a new level of luxury and personalized service.

Ideally located in the heart of a town regarded as Thailand's perfect weekend gateway, Hilton Hua Hin Resort & Spa enjoys tranquility as Hua Hin is a peaceful resort town. It offers a vast array of activities as well as a quick access to many of the country's top golf courses and fascinating attractions.

PARADISE FOUND

เขาหลัก หนึ่งในแหล่งท่องเที่ยวที่ชาวไทยและนักท่องเที่ยวทั่วโลกยกให้เป็นสรวงสวรรค์บนดินที่ทุกคนอยากมาสัมผัสกับดินแดนอันงดงามและเขียวขจี ยั่วยวนกับรีสอร์ทหรูระดับห้าดาวแล้ว ยิ่งยากที่จะหาใดมาเปรียบ

Le Meridien Khao Lak Beach & Spa Resort โรงแรมรีสอร์ทที่การันตีด้วยรางวัลโรงแรมรีสอร์ทยอดเยี่ยมที่สุดในประเทศไทยประจำปี 2554 จากไทยแลนด์อวอร์ด ด้วยความได้เปรียบของทำเลที่ตั้งที่หาดปากวิปซึ่งมีความยาว 13 กิโลเมตร อยู่ห่างจากพื้นที่ป่าอันเขียวชอุ่มและอุทยานแห่งชาติทางทะเล ถึงขนาดที่ชายหาดหน้ารีสอร์ทได้รับการขนานนามว่าเป็นหนึ่งในชายหาดที่สวยงามที่สุดในเอเชียตะวันออกเฉียงใต้

ห้องพักทั้งหมด 243 ห้อง ล้วนได้รับการออกแบบให้ผู้เข้าพักได้ใกล้ชิดกับธรรมชาติอย่างถึงที่สุด บวกกับการตกแต่งภายในได้ผสมผสานความเป็นไทยและความสมัยใหม่เข้าด้วยกันอย่างลงตัว จากระเบียงห้องพักสามารถมองเห็นสระว่ายน้ำฟ้าสดและสวนอันเขียวชอุ่ม ขณะที่ห้องพักแบบวิลล่าและสวีท เน้นความเป็นส่วนตัวด้วยสวนส่วนตัว สระว่ายน้ำ จากุซซี่ ศาลานวด ห้องน้ำที่มีทั้งอ่างอาบน้ำพร้อมโซนด้านนอกและด้านใน รวมทั้งบริการส่วนตัวจากวิลล่าโฮสต์ แคมด้วยวิวของท้องทะเลอันเขียวขจีได้ยืนเคียงคลั่งหาดทรายเบาๆ อยู่เบื้องหน้า เชิญชวนให้คุณเดินลงไปสัมผัสกับพื้นทรายด้วยเท้าอันเปลือยเปล่า

ในส่วนของห้องพักที่มีให้เลือกหลายประเภท เริ่มจากมือเช้าที่ห้องพักคาเฟ่ลิลาติ โดยมีมือของเชฟระดับมิชลินสตาร์ ฌองจอร์จ วองการิเทน ต้อนรับอาหารกลางวันแบบเบาๆ ที่ พลันซ์ บาร์ริมสระว่ายน้ำ หรือห้องพักอาหารบางสักกริลล์ ที่เหมาะสำหรับผู้ที่ชื่นชอบอาหารอิตาเลียน พอตกเย็นก็มีให้เลือกดินเนอร์ทั้งอาหารทะเลสดจากทะเล



อันดามันที่ห้องอาหารแบบบุ หรือจะลิ้มรสชาติอาหารไทยในบรรยากาศโบราณที่ห้องอาหารบ้านไทย ตกท้ายด้วยการเอาใจคนรักอาหารเกาหลีและญี่ปุ่นที่ห้องอาหารทวินเลด ก่อนที่จะจบค่ำคืนอันสุขสำราญลงที่คิกคังบาร์ แอนด์กริลล์ ที่มีการแสดงดนตรีสดเบาๆ ให้คุณนั่งชิลพร้อมจิบเครื่องดื่มหลากหลายเมนู

เมื่อเริ่มต้นวันใหม่ คุณสามารถเพลิดเพลินกับกิจกรรมมากมายท่ามกลางบรรยากาศอันแสนรื่นรมย์ ไม่ว่าจะเป็นการออกกำลังกายแบบเช้าๆ ด้วยโยคะและไทชิบนชายหาด จนถึงกิจกรรมที่เรียกเหงื่ออย่างการเล่นวอลเลย์

บอลชายหาดหรือปั่นจักรยานชมสวนยาง ที่นี่ยังเป็นสวรรค์สำหรับนักหวดด้วยสนามกอล์ฟ 18 หลุมที่มีวิวสวยๆ ติดชายหาดที่ทับละมุ ซึ่งอยู่ห่างจากโรงแรมเพียง 30 นาที แต่ก็ไม่ควรพลาดกิจกรรมบังคับอย่างการดำน้ำลึกและดำน้ำตื้นที่หมู่เกาะสิมิลัน แหล่งดำน้ำอันเลื่องชื่อของโลก ที่เสมือนเป็นลายเซ็นยืนยันว่าคุณได้มาถึงสรวงสวรรค์ของทะเลใต้แล้วจริงๆ

Le Meridien Khao Lak Beach & Spa Resort

โทร. 0-7642 7500, www.lemeridien.com/khaolak





Adds more flights to **MUMBAI**

Experience pleasant amenities that go above and beyond, including private departure lounges and gourmet in-flight meals that Bangkok Airways have long been famous for. Winner of multiple Skytrax World Airline Awards for 'Best Regional Airline of Asia' **Bangkok Airways, Asia's Boutique Airline.**

Non-stop flights daily

Flight Schedule

ROUTE	FLIGHT	DEPARTURE	ARRIVAL
Bangkok-Mumbai	PG 733	21:40	00:25
Mumbai-Bangkok	PG 734	01:05	06:50

Also flights daily to **Dhaka** (Bangladesh)

Flight Schedule

ROUTE	FLIGHT	DEPARTURE	ARRIVAL
Bangkok-Dhaka	PG 745	00:30	02:00
Dhaka-Bangkok	PG 746	03:15	06:45



Boutique Service

Boutique Lounge

Boutique Menu

Fly Different.
Feel Extraordinary.



ASIA'S BOUTIQUE AIRLINE
6 Years - Asia's Best Regional Airline

www.bangkokair.com / ☎ 1771



A DIFFERENT BEAT

รสนิยมที่แตกต่างคือเสน่ห์ในงานดีไซน์ ที่ตอบโจทย์ของความต้องการ และรูปแบบการใช้ชีวิตที่สุนทรีย์ที่ต่างกัน

The Oriental Residence Bangkok

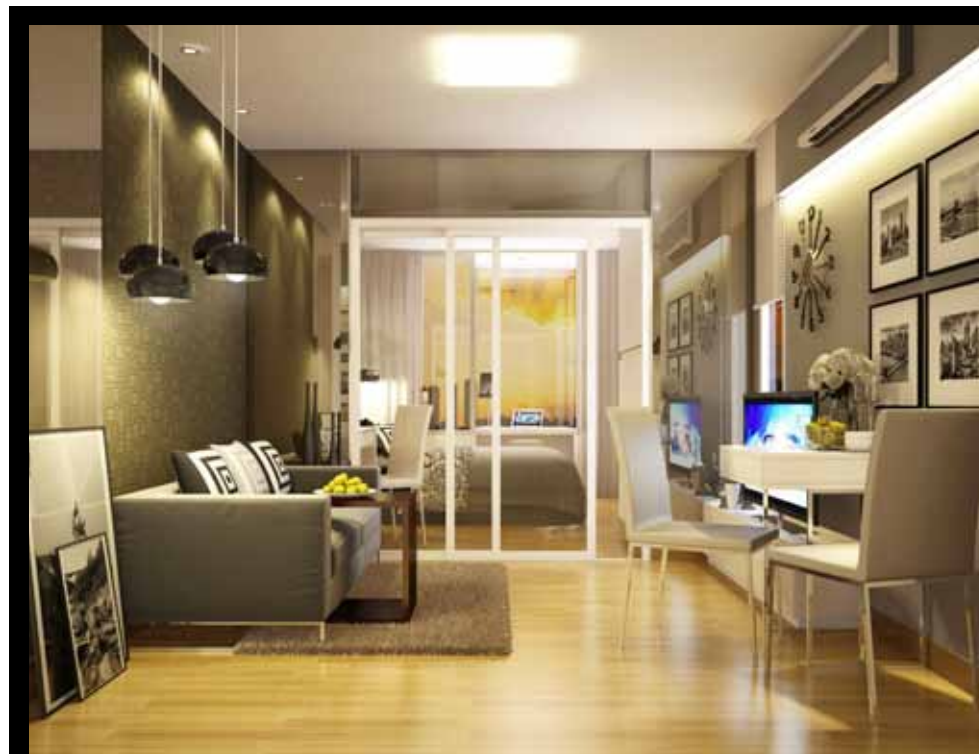
เรื่องราวความหรูหราแบบใหม่ ที่ผืนผืนอันทรงเกียรติของ 'ดิ โอเรียนเต็ล' และทำเลทองของย่าน 'ถ.วิทยุ' ไว้อย่างลงตัว กับโครงการคอนโดมิเนียมหรูระดับเวิลด์คลาส 'โอเรียนเต็ล เรสซิเดนส์ กรุงเทพฯ' ของบริษัท สินทรัพย์ช่างเหมาไทย จำกัด หรือ Thai Contractors Asset Co., Ltd. (TCA) โดดเด่นด้วยการออกแบบที่ผสานความทันสมัยและรสนิยมอันเป็นเลิศเข้าไว้ด้วยกันในสไตล์ Modern Contemporary ตกแต่งพร้อมอยู่ด้วยเฟอร์นิเจอร์หรูจากสุดยอดดีไซน์เนอร์บาร์บารา แบร์ โดยบริษัท ชนินทร์ ลิฟวิ่ง ทั้งนี้ยังได้นำเฟอร์นิเจอร์ที่มีเอกลักษณ์เฉพาะอย่าง มิน็อตติ (Minotti) คริสต็อง ลีแยแอร์ (Christian Liaigre) และเบเกอร์ (Baker) มาใช้ในการตกแต่งห้องเพนส์เฮาส์เพื่อเพิ่ม



ความหรูหราและความงดงามอย่างลงตัว ภายในโครงการมีพื้นที่ทั้งหมดประมาณ 2 ไร่เศษ หรือ 3,496 ตารางเมตร ก่อสร้างขึ้นเป็นตึกสูงขนาด 32 ชั้น โอบล้อมด้วยธรรมชาติสีเขียวอันร่มรื่นซึ่งเป็นจุดเด่นของย่านถ.วิทยุ โดยจัดสรรพื้นที่ไว้ 2 ส่วนด้วยกัน คือเซอร์วิสเรสซิเดนซ์ จำนวน 145 ยูนิต และคอนโดมิเนียมที่พักอาศัยซึ่งมีเพียง 46 ยูนิต ทั้งหมดจะอยู่ภายใต้การให้บริการในระดับเวิลด์คลาสมาตรฐานโรงแรม ดิ โอเรียนเต็ล โดยสามารถใช้พื้นที่ส่วนกลาง

อาทิ สระว่ายน้ำ ภัตตาคาร คอฟฟี่ช็อป ฟิตเนส บิสิเนสเซ็นเตอร์ เอ็กเช็กคูทีฟเลาจ์ สปา และบริการ WIFI พร้อมที่จอดรถชั้นใต้ดิน 4 ชั้น จอดรถได้มากกว่า 200 คัน

สนใจสอบถามข้อมูลเพิ่มเติมได้ที่ 0-2651 5999, www.oriental-residence.com



M Society

บริษัท เอ็ม เรสซิเดนซ์ จำกัด เปิดตัว 'เอ็ม โซไซตี้ คอนโดมิเนียม' บนทำเลที่ดีที่สุดในย่านแจ้งวัฒนะ ตั้งอยู่บนถนนบอนด์สตรีท เมืองทองธานี มีห้องชุดให้เลือกหลายขนาดพื้นที่ ทั้งแบบ 1 ห้องนอน และ 2 ห้องนอน โครงการตั้งอยู่บนเนื้อที่ประมาณ 4-2-19 ไร่ พร้อมสิ่งอำนวยความสะดวกครบครัน อาทิ Sky Garden ด้วยแนวคิดการจัดแบบ Oriental Garden ที่มีทั้ง สวนหินแบบ Zen สวนลอยฟ้า รวมทั้งสวนแบบ Vertical Garden บนชั้นที่ 4 และ 5 ขนาดกว่า 3,000 ตร.ม. สระน้ำกลางแจ้ง ห้องฟิตเนส ห้องโยคะ ห้องสมุด ห้องเล่นดนตรีสำหรับเด็ก ห้องซักผ้า ปลอดภัยด้วยระบบบิรียการ์ด นอกจากนี้ยังมีความสะดวกสบายด้วยร้านค้าภายในโครงการกว่า 50 ร้าน และความพร้อมสรรพอีกหลากหลายที่จะมาเติมเต็มทุกไลฟ์สไตล์แก่ผู้อยู่อาศัย

สอบถามข้อมูลเพิ่มเติมได้ที่ โทร. 0-2503 2222, www.msocietycondo.com



ALMETA

COCOON YOURSELF IN LUXURY



"Lifestly and Silk Showroom"



Missoni Home
"Unique Zig-Zag print 100% cotton"



Cire Trudon
"the oldest and world famous candle"



Decorative Crystal

"Where you can find a premium imported Home Decorative items from all over the world"



Since
where every thing is of

MISSONI HOME

20/3 SUKHUMVIT SOI 23 BKK +66 2 258 4227
SUKHOTHAI HOTEL SATHORN BKK +66 2 286 7922
THIRD FLOOR GAYSORN PLAZA BKK +66 2 656 1070
www.almeta.com

LOVE AT FIRST DRIVE

ในสมัยก่อน ผู้หญิงกับรถยนต์อาจดูเป็นสองสิ่งที่ห่างไกลกัน แต่สำหรับวันนี้ผู้หญิงส่วนใหญ่ก้าวขึ้นไปนั่งอยู่หลังพวงมาลัยมากกว่าเป็นแค่ผู้ดูตาดูหน้รถหนึ่งคัน นั่นคือ คุณโบว์-ณิศา เตชธีรสิริ Director Assistance บริษัท S.T.B. Autocar จำกัด สาวสวยผู้หลงใหลในรถยนต์หรูพองๆ กับกระเป๋าสตางค์เนม

“บริษัท S.T.B. Autocar เปิดบริการมาได้เกือบ 20 ปีแล้ว ด้วยความที่บอย (อินทระศักดิ์ เตชธีรสิริ Managing Director) พี่ชายของโบว์ชอบเรื่องรถมาตั้งแต่เด็ก เลยเข้ามาทำธุรกิจรถยนต์มือสอง โดยเริ่มต้นจากรถญี่ปุ่น ซึ่งจะเน้นรถแข่งและรถแต่งเป็นส่วนใหญ่ จากนั้นก็เริ่มหันมาเป็นรถ Ferrari มือสอง และเปลี่ยนเป็นผู้นำเข้ารถยนต์เอง”

โชว์รูม The Gallery by Unity ที่ K-Village สุขุมวิท 26 เป็นอีกหนึ่งสาขาของ S.T.B. Autocar ที่เปิดบริการเพื่อเอาใจคนรักรถในย่านสุขุมวิท โดยมีการนำรถแบรนด์หรูระดับ Prestige หลากหลายรุ่นผลัดเปลี่ยนหมุนเวียนมาให้ลูกค้าได้ชมกัน

ด้วยความเติบโตอย่างรวดเร็วของตลาดรถยนต์อิมพอร์ตจากยุโรป ทำให้ผู้บริโภคมีทางเลือกมากขึ้น ทว่าสิ่งที่สำคัญกว่านั้นคือบริการหลังการขายที่หลายคนมักลืมนึกถึง “เรามั่นใจว่าราคาตรงกับอุปสงค์ที่เราเสนอ กับลูกค้าไม่แพง และเป็นราคาที่สมเหตุสมผล ลูกค้าที่กำลังตัดสินใจซื้อรถอาจจะดูเปรียบเทียบราคาจากหลายแห่ง แต่ปัญหาของผู้อื่นๆ คือไม่ค่อยมีบริการหลังการขาย เพราะน้อยที่ที่จะสามารถซ่อมรถยุโรปได้ อย่าง Porsche หรือ Ferrari ปีท้ายๆ จะหาเครื่องมือซ่อมยากมาก ซึ่งกลายเป็นปัญหาของผู้บริโภคภายหลัง แต่สำหรับเราเน้นเรื่องการดูแลหลังการขายที่ครบครัน มีทั้งช่างที่มี

ประสิทธิภาพ มีความชำนาญงานสูง มีเครื่องมือที่ครบครันหรือเฉพาะเจาะจงในแต่ละรุ่น เพราะเรามีศูนย์ซ่อมรถยนต์ของเราเองชื่อ ‘Unity Auto Service’ สามารถซ่อมรถยนต์ได้ทุกประเภท ตั้งแต่รถญี่ปุ่น จนถึงไฮเอนด์อย่าง Porsche, Ferrari และ Lamborghini” คุณโบว์กล่าว

S.T.B. Autocar มีรถทุกแบรนด์ทุกรุ่น นับตั้งแต่ Mini Cooper จนถึง Roll-Royce ตลอดจนสามารถสั่งนำเข้าได้ตามที่ลูกค้าต้องการ โดยล่าสุดเป็นผู้นำเข้า ‘BMW M3 GTS’ ซึ่งผลิตแบบ Limited Edition เพียง 100 คันทั่วโลก และมีคันเดียวในประเทศไทย ด้วยตัวรถสีส้มพิเศษสุดเท่ ตัดกับสเปกเลอร์สีดำทั้งหน้าและหลังที่ผลิตจากคาร์บอนไฟเบอร์ มาพร้อมสมรรถนะที่เหนือชั้น เครื่องยนต์ V8 32 วาล์ว 4400 ซีซี 450 แรงม้า เกียร์ Dual Clutch 7 จังหวะ รวมทั้งรีดน้ำหนักรถด้วยการเปลี่ยนเบาะคู่หน้าแบบบาง ใช้วัสดุน้ำหนักเบา กระฉกหลังทำจาก Macrolon ที่เหนียวพิเศษ ที่สำคัญยังมีระบบป้องกันอุบัติเหตุอย่างสูงสุด ด้วยการติดตั้งโรลบาร์ตั้งแต่กลางรถถึงด้านหลัง เข็มขัดนิรภัย 6 จุด เครื่องดับเพลิง และสวิตช์ตัดสายไฟแบตเตอรี่ฉุกเฉิน ราคา 12.5 ล้านบาท

สาวรักรถคนนี้พูดทั้งทำใจว่า “ด้วยความที่อยู่ในธุรกิจนี้ โบว์เลยเป็นคนรักรถไปด้วย ชอบรถเร็ว รถสปอร์ต ตอนนี้



ชอบ BMW 6 Series แต่ปกติจะเปลี่ยนขับอยู่หลายคันหลายรุ่น เพราะนอกจากเราจะได้เรียนรู้แล้ว เวลาขับไปไหน ลูกค้านั่งตงถนนเห็นป้ายทะเบียนก็โทรเข้ามาถามรายละเอียดกัน ก็ถือว่าเป็นการโปรโมทไปในตัวค่ะ”

THE GALLERY BY UNITY

K-Village สุขุมวิท 26 โทร. 0-2665 6222

UNITY AUTO SPORT CO., LTD.

ถนนรัชดา โทร. 0-2692 6700-1

www.unityautogroup.com





SEXY VEHICLES

รถยนต์ 'ยิ่งมีความแปลกและสวยงามมากเท่าใด ก็ยิ่งออกแบบได้ยากมากขึ้นเท่านั้น เราได้หยิบเอารถยนต์ที่ถือว่าออกแบบได้เซ็กซี่ลงตัวติดระดับโลกมาแนะนำให้คุณรู้จัก

จากรูปทรงของรถยนต์ ที่ยึดโยงเอารูปทรงของรถม้ายุค วิกตอเรียมาดัดแปลง ซึ่งมีที่นั่งคนขับแยกออกมาอยู่นอกห้องโดยสาร ไม่ต่างจากสาริจิซึมาเมื่อร้อยกว่าปีที่แล้ว ได้ถูกเปลี่ยนแปลงไปมากเมื่อก้าวเข้าสู่ยุค 50 หลักอากาศพลศาสตร์ ได้ถูกนำมาเกี่ยวข้องกับการออกแบบเพื่อลดแรงต้าน ส่งผลให้มีการนำเทคโนโลยีแห่งวิศวกรรมการบินเข้ามาเสริมในวงการรถยนต์ รถยนต์ในยุคหลังจากนั้น เริ่มมีห้องโดยสารที่คลุมปิดรูปทรงโค้งมน และมีครีบบังทางดั่งเครื่องบิน

การออกแบบรถยนต์พัฒนาไปมากจากภาพร่างในกระดาษไปสู่การลากวาดในโปรแกรมคอมพิวเตอร์ แต่หลักในการออกแบบรถยนต์ให้สวยงามสะดุดตาก็ยังคงเป็นหลักการเดิม คือการแบ่งงานออกเป็น 1. การออกแบบภายนอก รูปร่างสัดส่วนและพื้นผิวของยานพาหนะ 2. การออกแบบตกแต่งภายในการจัดตำแหน่งและพื้นผิวสำหรับแผงเครื่องมือ ที่นั่ง แผ่นตัดประตู และ 3. การออกแบบสีและมุมมอง วัสดุที่ใช้กับยานพาหนะ อาทิหนังแท้ ไม้ พลาสติก ผ้า โลหะ ฯลฯ ได้นำมาใช้เป็นส่วนประกอบในการออกแบบมากขึ้น

CHEVROLET IMPALA 1959 CONVERTIBLE COUPE

เชvrolet อิมพาลา รถธงของค่ายเชvrolet ในยุค 60 เริ่มผลิตครั้งแรกในปี.ศ.1957 โดยเป็นการ 'แตกหน่อ' ออกมาจากกรุ่นเชvrolet เบล-แอร์ และเป็นรุ่นที่หายอดขายได้สูงที่สุดในสหรัฐอเมริกา อิมพาลามีจุดเด่นในเรื่องของการทาสีภายนอกด้วยสีเขียวโทนใหม่ การตกแต่งภายในที่เน้นสีขาว โอ้อา เบาะแบบโซฟาหนังแท้หนานุ่ม ตัวรถยาวเหยียดเกินกว่าที่คนรุ่นนี้จะจินตนาการไปถึง ใช้ไฟท้ายแบบ 6 ดวง และไฟข้างอีก 2 ดวง รุ่นเด็ดสุดคืออิมพาลาเปิดประทุน ที่มีผู้นำประเทศหลายท่านเอาไว้ใช้เป็นพาหนะสำหรับรัฐพิธี ส่วนเครื่องยนต์ก็มีให้เลือก 3 แบบ คือ 6 สูบ 3900 ซีซี, วี8 4600 ซีซี และ วี8 5700 ซีซี ถ้าอยากเห็นกรุ่นนี้ ลองชม MV ของ Enrique Iglesias ในอัลบั้ม You're My Number One ดูนะครับ



CITROEN GT CONCEPT

ซีตรองจากฝรั่งเศส ถือเป็นค่ายที่มีการออกแบบรถยนต์ไม่ซ้ำใคร ยন্ত্রกรรมจากซีตรองนั้นซ่อนความเป็นเฟมินีนมาตั้งแต่รุ่น DS เมื่อ 40 กว่าปีมาแล้ว จนมาถึง Citroen GT Concept ก็ยังมีความสวยหรูดูเมโทรเซ็กซี่ขลุ่ยอยู่ไม่เสื่อมคลาย จากเส้นสายของนักออกแบบชาวญี่ปุ่นทาคุมิ ยามาโมโตะ ที่สร้างรถคันนี้มาไว้ใน Gran Turismo ก่อนจะพัฒนามาเป็นคันจริง จอดโชว์ในงานปารีสมอเตอร์โชว์ 2008 รูปทรงรถสวยล้ำจากรับหลุมมาจากนิยายอวกาศ โลโก้ซีตรองสีเทา ไฟ LED สีฟ้าที่ไฟหน้ากระจกบังลมขนาดใหญ่แถมตามคอนเซ็ปต์ต้องมีเครื่องยนต์ไฮโดรเจน 700 กว่าแรงม้าเป็นแหล่งพลังงาน แต่เทคโนโลยีเครื่องยนต์ยังตามไม่ทัน เลยต้องขอยืมเครื่องยนต์ V8 จากฟอร์ดมาวางไว้แก้ขัดไปพลางๆ ก่อน

FORD SHELBY COBRA

รถต้นแบบของฟอร์ด มอเตอร์ เปิดตัวในงาน North American International Auto Show 2004 เป็นโรดสเตอร์ที่ย้อนกลับไปรำลึกถึง Shelby Cobra ที่ Carroll Shelby พัฒนาในปี.ศ.1964 ด้วยเครื่องยนต์อูมิเนียมน้ำหนักเบา V10 6.4 ลิตร มีพลังกำลังถึง 645 แรงม้า และลากรอบไปสุดเรดไลน์ที่ 6,800 รอบต่อนาที ทำความเร็วได้ 298 กม. / ชม. ผนวกกับทรวดทรงที่กลมกลิ้งดั่งบันท้ายของหญิงสาว ทำให้มันดูเร้าร้อนทุกครั้งที่อยู่บนถนน





FIOLE CONCEPT BY CHANEL

เป็นรถแนวคิดแรงบันดาลใจจากชาเนล ซึ่งเน้นไปที่ลูกค้าเพศหญิง เพื่อสร้างภาพลักษณ์ของสินค้าแฟชั่นและความงาม ผู้ออกแบบรถคันนี้คือ Jinyoung Joo จาก Hong-ik University เกาหลีใต้ ได้แรงบันดาลใจจากชุดวิวาห์หางยาวของหญิงสาว ตัวรถสีขาวมีเส้นสายลื่นไหลราวกับผ้าคลุมหน้าเจ้าสาว ด้านท้ายมีซุ้มปิดล้อหลังไว้คล้ายดังปลายชุดวิวาห์ที่ลากยาวออกไป



LAMBORGHINI COUNTACH

Lamborghini Countach คือซูเปอร์คาร์ของลัมโบร์กินี ที่ได้รับการยกย่องว่าเชิ่กซี้มากที่สุดในยุค 1980's ชื่อเพราะแม้แต่คำว่า 'คูนัทซ์' ก็มาจากคำอุทานภาษาพื้นเมืองที่ใช้เมื่อผู้ชายเห็นผู้หญิงที่สวยงาม มันถูกออกแบบโดย Marcello Gandini แห่งสำนักออกแบบ Bertone Design อิตาลี ซึ่งเส้นสายของตัวรถนั้นถือว่าแหกกฎของการออกแบบรถยนต์ไปมาก เพราะตัวกานคินี้เองก็ยังไม่มีการสนทนาด้านออกแบบรถยนต์มากนักในตอนนั้น แต่ความแปลกกลับเป็นผลดีที่ทำให้คูนัทซ์ขายและลงตัว ด้วยลายเส้น เหลี่ยมมุมทรงลิ้ม แบบแบบสี่เหลี่ยมคางหมู ประตูแบบกรรไกรเปิดกางออกทำให้เจ้าของรถโดดเด่นทุกครั้งที่กำลังขึ้นลงจากรถ เครื่องยนต์วางกลางแบบวี 12 สูบ 5.2 ลิตร 420 แรงม้า ซึ่งถือว่ามีกำลังสูงมากจนต้องสั่งให้โรงงานยางผลิตยางรถยนต์ที่มีหน้ากว้างที่สุดในยุคนั้นออกมารองรับกับตัวรถ คูนัทซ์ยังเป็นแม่แบบซูเปอร์คาร์รุ่นต่อมาของลัมโบร์กินี อาทิ Diablo, Murcielago และ Aventador

FERRARI TESTAROSSA

Ferrari Testarossa คู่ปรับตัวจริงของลัมโบร์กินี คูนัทซ์ ผลิตในปีค.ศ.1984 รูปทรงลิ้มแหลมแบนราบแต่มีช่องครีประบายอากาศขนาดใหญ่ที่ข้างประตู ซึ่งได้ฉายาว่า Cheese Slicer คือเหมือนกับมีดหั่นชีส ดูแล้วคล้ายงานศิลปะ ผลงานออกแบบบอมบะของฟิโนฟารินา กระจกมองด้านเดียวติดบนเสากระจกหน้า เพราะว่ารัดคันนี้ถูกดีไซน์มาให้แข่งคันอื่นไม่ใช่ให้ถูกคันอื่นแข่งจึงไม่จำเป็นต้องมีกระจกมองข้างอีกด้าน เครื่องยนต์ 12 สูบ 400 แรงม้า



JAGUAR TYPE - C

สปอร์ตคูเป้เปิดประทุนที่โด่งดังในยุค 50 กว่าแชมป์จากสนามแข่งมาหลายรายการ ให้อลูมิเนียมเป็นเฟรมและตัวถังเพื่อลดน้ำหนักตัวรถให้เบา รูปร่างหน้าตาแตกต่างจากรถแข่งยุคนี้มาก คู่อันแน่น คล้ายหญิงสาวอวบออด เครื่องยนต์ 3.4 ลิตร 6 สูบ



180 แรงม้า ดีไซน์เบรกกทั้งสี่ล้อ ความงามของ Type-C เคยปรากฏแวบๆ ในภาพยนตร์เรื่อง Hellphone ปีค.ศ.2007 แต่เป็นคันที่ทำงานมาเลียนแบบ เพราะของจริงตอนผลิตใหม่ๆ ราคาคันละ 6,000 เหรียญสหรัฐฯ แต่เอากลับมาขายในวันนี้มีคนรับซื้อถึง 4 แสนปอนด์ และแม้จากรจะออกแบบ New C-Type รุ่นใหม่เพื่อย้อนรำลึก และมีแรงม้าทะลุไปถึง 380 แรงม้า แต่ความเชิ่กซี้แบบเดิมสืบทอดยังต้องยกให้ Type-C ตัวแม่อยู่วันยังค่ำ

ASTON MARTIN DB5

รถยนต์สัญชาติอังกฤษ ที่ถูกใช้เป็นพาหนะประจำตัวของเจมส์ บอนด์ 007 อาทิ Goldfinger, Thunderball, GoldenEye, Tomorrow Never Dies และ Casino Royale เครื่องยนต์ 4.0 ลิตร 282 แรงม้า ผลิตเพื่อ



จำหน่ายในปีค.ศ.1963 แม้ด้านหน้ากระบังของรถจะมีลักษณะคางหมูคั่ว ราวกับเสือ ยั้มยาก แต่ด้วยรูปทรงโดยรวมของรถ โคมไฟหน้าทรงหยดน้ำ สดุดักอากาศบนฝากระโปรงหน้า และล้อซี่ลวดทำให้รถคันนี้เหมือนสาวสังคมชั้นสูงที่ซ่อนความเชิ่กซี้ในชุดราตรีรูป ซึ่งอิทธิพลความหรูเนี้ยบแบบ

อังกฤษก็ยังติดมาถึง แอสตัน มาร์ติน รุ่นหลังอย่างดีบีเอส ที่ขยับขึ้นชั้นซูเปอร์คาร์ 500 แรงม้า แต่ก็ยังดูรุกรากว่าซูเปอร์คาร์ค่ายอื่น

SPORT DOES MATTER

ผู้หญิงกับความงามเป็นเรื่องที่ติดกันไม่ขาด แต่การที่จะมีรูปร่างดี ไม่ใช่เพียงแค่ได้อีต แต่รวมถึงการออกกำลังกายที่เหมาะสม เพื่อเสริมสุขภาพที่ดี

ปัจจุบันผู้หญิงหันมาให้ความสำคัญกับเรื่องของสุขภาพกันเยอะ โดยเฉพาะการควบคุมอาหารและออกกำลังกาย นอกเหนือจากมุ่งให้ความสนใจอยู่แต่ด้านการส่งเสริมความงามหรือข้อปึงอย่างเดียวนั้น ถือเป็นส่วนหนึ่งของผู้หญิงยุคใหม่ที่ดี เมื่อพวกเขาต้องอาศัยอยู่ในสภาพแวดล้อมที่เต็มไปด้วยมลพิษซึ่งล้วนแล้วแต่ส่งผลเสียต่อสุขภาพในแทบจะทุกกิจกรรมตลอดการใช้ชีวิตประจำวัน

ความจริงแล้วผู้หญิงมีร่างกายที่อดทนมากกว่าผู้ชายด้วยซ้ำ แม้ว่ากล้ามเนื้อจะไม่แข็งแรงเท่า แต่ผู้หญิงก็มีความยืดหยุ่นของร่างกายที่ดีกว่า ขณะที่พออายุได้ 10-14 ปี เพศหญิงเริ่มมีประจำเดือนทำให้ปวดท้องและหงุดหงิดง่าย รูปแบบการออกกำลังกายของผู้หญิงส่วนใหญ่จึงออกเป็นแนวเพื่อสุขภาพและทรวดทรงมากกว่าเพื่อการแข่งขัน ซึ่งการออกกำลังกายที่กำลังจะกล่าวถึงต่อไปนี้คือกิจกรรมที่เป็นที่ถูกต้องถูกใจของบรรดาสาวๆ

วิ่งเหยาะ ๆ สลับเดิน ช่วยสร้างกล้ามเนื้อที่ขาและน่องให้แข็งแรงเร็ววาม อีกทั้งยังกระตุ้นการสุมิตเลือดในการทำงานของหัวใจไปหล่อเลี้ยงอวัยวะส่วนต่างๆ แถมยังเผาผลาญไขมันได้มากอีกด้วย

โยคะ มีประโยชน์มากมายมหาศาลจนได้รับความนิยมไปทั่ว ช่วยสร้างความยืดหยุ่นให้กล้ามเนื้อและช่วยให้ต่อน้ำเหลืองทำงานได้ดี นอกจากนี้ยังส่งผลดีต่อสภาพจิตใจให้ผ่อนคลาย แก้อึดซึมเศร้า และความเครียด



ชกมวย เป็นกีฬาที่กำลังมาแรงในหมู่สาวที่ชอบออกกำลังกายแบบหนัก ๆ แน่นอนว่าคุณจะได้ใช้กล้ามเนื้อทุกส่วนของร่างกายทั้งแขน ขา และหน้าท้อง อีกทั้งยังสามารถลดน้ำหนักได้มาก ซึ่งเดี๋ยวนี้มีโรงยิมค่ายมวยเปิดสอนมากมายหรือแม้แต่ในฟิตเนสบางแห่ง

ว่ายน้ำ เป็นกีฬายอดนิยมมาช้านาน เนื่องจากเล่นคนเดียวก็ได้และไม่ต้องใช้ความพยายามมากนัก อีกทั้งยังอยู่ในน้ำใส ๆ สดชื่น เย็นสบาย และที่สำคัญไม่เสี่ยงต่ออาการบาดเจ็บใดๆ อีกด้วย

ทั้งนี้ทุกคนทราบดีอยู่แล้วว่าการออกกำลังกายนั้นดีต่อบุคคลทุกเพศทุกวัย ไม่เฉพาะแต่ทางด้านร่างกาย แต่ยังส่งผลถึงด้านจิตใจและอารมณ์ ขณะที่จากผลงานวิจัยเรื่องผู้หญิงกับการเล่นกีฬายังพบว่ากีฬามีคุณประโยชน์เพิ่มเติมอีกหลายอย่างให้แก่ผู้หญิงนอกเหนือจากความสุขและความแข็งแรงของร่างกาย

หากพูดถึงเรื่องของความสามารถทางด้านวิชาการหรือการใช้ความคิด ผู้หญิงที่ออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอจะมีประสิทธิภาพในการทำงานหรือการเรียนมากกว่า เนื่องจากการเล่นกีฬานั้นช่วยส่งเสริมพัฒนาการเรียนรู้ การจดจำ และสมาธิ อีกทั้งยังกระตุ้นให้มีความกระตือรือร้น ซึ่งถือเป็นข้อได้เปรียบสำหรับการเรียนและการทำงาน

ขณะที่การเล่นกีฬายังช่วยให้ผู้หญิงรู้จักการทำงานเป็นทีมและทำงานอย่างมีประสิทธิภาพ อย่างกีฬาที่เล่นเป็นทีมหรือเล่นโดยมีโค้ชและเทรนเนอร์คอยแนะนำ มีคนรอบข้างหรือเพื่อนร่วมทีมคอยให้กำลังใจกัน

นอกจากนี้ผู้หญิงที่เล่นกีฬายังช่วยให้มองเห็นคุณค่าและเพิ่มความมั่นใจให้กับตัวเอง เป็นการพัฒนาความรู้สึกที่ดีๆ ต่อดนเองและสังคมผ่านการฝึกซ้อม พัฒนาทักษะความสามารถในการเล่น และบรรลุเป้าหมายในชัยชนะ





ต้องการการพักผ่อนมากขึ้น ความทนทานของร่างกายเริ่มลดลง ก่อนเริ่มออกกำลังกายทุกครั้งควรยืดเหยียดกล้ามเนื้อหรือวอร์มอัพร่างกายก่อนเสมอ กีฬาที่เหมาะสมควรเป็นกิจกรรมที่เคลื่อนไหวช้า เน้นความเพลิดเพลิน ความสบายใจ และปฏิบัติได้อย่างสม่ำเสมอ เช่น จ็อกกิ้ง ว่ายน้ำ ปั่นจักรยาน หรือกายบริหารต่างๆ

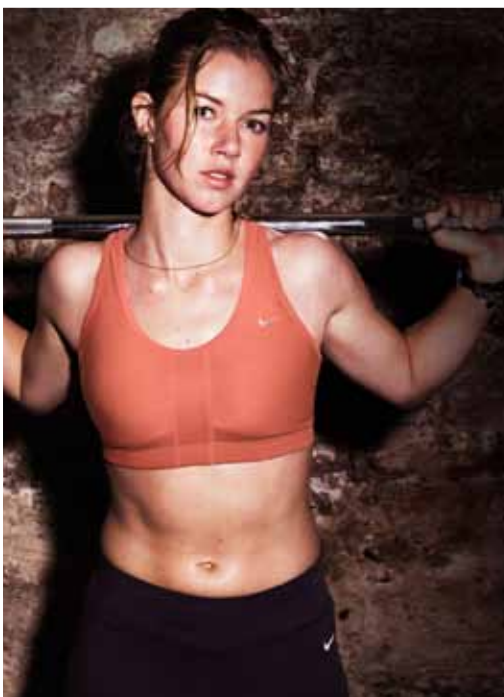
รวมถึงการลดความเสี่ยงของการเป็นโรคกระดูกพรุนด้วยการมีสุขภาพร่างกายที่แข็งแรง เนื่องจากเมื่อชอบออกกำลังกายแล้ว ก็มักจะไม่ต้องเกี่ยวข้องกับบรรดาสิ่งที่ทำลายสุขภาพอย่าง นุหรี่หรือของมีเมา โดยพยายามรับประทานแต่ของที่มีประโยชน์และพักผ่อนอย่างเพียงพอ

อย่างไรก็ดีการเลือกกิจกรรมสำหรับออกกำลังกายคือสิ่งสำคัญที่ผู้หญิงควรพิจารณา เนื่องจากแทนที่จะมีสุขภาพที่แข็งแรง อาจจะต้องประสบกับปัญหาอาการบาดเจ็บตามมาก็เป็นได้ โดยสิ่งที่ต้องคำนึงถึงลำดับต้นๆ นอกเหนือจากโรคประจำตัวต่างๆ แล้ว ก็คือเรื่องของวัยและอายุ

สำหรับเด็กจนถึงวัยสาวรุ่นนั้นไม่ค่อยน่าเป็นห่วงเท่าใดนัก ปัญหาจะเกิดขึ้นเมื่อเข้าสู่ช่วงของวัยกลางคน (อายุ 36-55 ปี) ในวันที่ร่างกายสะสมไขมันมากขึ้นและ

ส่วนเมื่อเลยเข้าสู่ช่วงสูงวัย (อายุตั้งแต่ 56 ปีขึ้นไป) ข้อควรระวังคือโรคข้อต่างๆ และการบาดเจ็บที่กล้ามเนื้อ เพราะความยืดหยุ่นของกล้ามเนื้อลดลง เมื่อสมรรถภาพทางกายโดยรวมลดลง สภาพจิตใจมักจะแย่ตามไปด้วย ควรเน้นการออกกำลังกายที่ฟื้นฟูสุขภาพให้แข็งแรง หรือรักษาสุขภาพโดยรวมให้ได้อยู่เสมอ เพราะจะช่วยให้ผู้สูงอายุได้ใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ สภาพจิตใจจะสดชื่น แจ่มใสขึ้น ทำให้ร่างกายแข็งแรงขึ้นด้วย กีฬาที่เหมาะสมควรเป็นกิจกรรมเบาๆ ไม่มีการปะทะ เคลื่อนไหวร่างกายอย่างราบรื่น ไม่มีการเปลี่ยนจังหวะหรือทิศทางอย่างกะทันหัน เช่น เดิน ว่ายน้ำ ปั่นจักรยาน ไทเก็ก หรือโยคะ

สุดท้ายขอให้ทุกท่านมีความสุขกับการเล่นกีฬา แล้วอย่าลืมชวนคนข้างๆ ไปออกกำลังกายด้วยกัน เพราะคงไม่มีอะไรดีเท่าการมีสุขภาพแข็งแรง ปราศจากโรคภัย ดังคำกล่าวที่ว่า "การไม่มีโรค คือลาภอันประเสริฐ"





จากซ้าย คุณวานิช นพนิราพารม คุณณฤช กุลทรัพย์ไพศาล, คุณสมบัติ แสงชาติ, คุณมนตรี วรรณ

RAJPRUEK CHAIRMAN'S CUP 2011

เป็นครั้งแรกของการแข่งขันที่ท่านนักกอล์ฟ สมาชิกสโมสรราชพฤกษ์ ได้ไขว่คว้ามือของตนเองล้วนๆ แบบตัวต่อตัวกับทัวร์นาเมนต์ Rajpruek Chairman's Cup 2011 เมื่อวันที่ 18-26 มิถุนายน 2554 โดยมีท่านนักกอล์ฟลงสนามร่วมแข่งขัน Hcp 0-9 ทั้งหมด 10 ท่าน และ Hcp 10-18 ทั้งหมด 19 ท่าน

การแข่งขันคัดเลือกและดำเนินไปด้วยดี แม้รอบ Qualifying จะมีสมาชิกบางท่านทำสกอร์ออกมาไม่ค่อยหรูหรานักด้วยความเกร็งกับการแข่งขัน บางท่านขอ Bye ในรอบต่อไป ท่านนักกอล์ฟผ่านรอบ 2 กันมาอย่างตื่นเต้น จนถึงรอบ Semi-Final อันเร้าใจเพราะเป็นการแข่งขันแบบ Match Play ตัวต่อตัวที่มีมือสูสีกันมาก ความเร็วของกรีนที่ฝ่ายบำรุงรักษาสานมปรับแต่งไว้ก็ถูกใจผู้เข้าแข่งขัน โดยเฉลี่ยอยู่ที่ 9.5 และสูงสุดที่ 9.8

Hcp 0-9 คู่ระหว่าง คุณสมบัติ แสงชาติ พบกับ คุณไตรภพ ลิมปพัทธ์ จบที่หลุม 16 (3 & 2)
คุณมนตรี วรรณ พบกับ คุณนครินทร์ เนตรจรัสแสง จบที่หลุม 17 (2 up)
Hcp 10-18 คู่ระหว่าง คุณวานิช นพนิราพาร พบกับ คุณโสมพัฒน์ ไตรโสรัส จบที่หลุม 16 (3 & 2)
คุณณฤช กุลทรัพย์ไพศาล พบกับ ท่านชุตติกรม คุ่มไพโรจน์ จบที่หลุม 18 (1 up)

เมื่อมาถึงรอบ Final ในวันอาทิตย์ที่ 26 มิ.ย. เกมยิ่งเข้มข้น ก่อนการแข่งขันต้องหยุดชั่วคราวราว 30 นาทีเพราะฟ้าฝนไม่เป็นใจ

Hcp 0-9 คู่ระหว่าง คุณสมบัติ แสงชาติ พบกับ คุณมนตรี วรรณ จบที่หลุม 16 (3 & 2)
Hcp 10-18 คู่ระหว่าง คุณณฤช กุลทรัพย์ไพศาล พบกับ คุณวานิช นพนิราพาร จบที่หลุม 15 (4 & 3)

และในที่สุดแชมป์ที่ได้ครอบครอง Chairman's Cup เป็นปฐมฤกษ์ คือ

Hcp 0-9	Winner	คุณสมบัติ แสงชาติ
	1st Runner up	คุณมนตรี วรรณ
Hcp 10-18	Winner	คุณณฤช กุลทรัพย์ไพศาล
	1st Runner up	คุณวานิช นพนิราพาร

รายชื่อผู้แข่งขัน Golf Chairman's Cup 2011

47



กัวนที่ 1

Mr.Montri Wanna , Mr.Tripop Limpapath , Mr.Krit Kulsuppalsam



กัวนที่ 2

Mr.Karun Laisathit , Mr.Soammaphat Traisorat , Mr. Wittaya Laksawut



กัวนที่ 3

Mr.Tipp Dalal , Mr.Nakarin Netcharussaeng , Mr.Aga Sinopnikom



กัวนที่ 4

Mr. Adison Thumaprudti , Dr. Panya Tantiyavarong , Mr. Wasun Potipimpanon



กัวนที่ 5

Mr.Supatchai Viratkatkaphan , Mr. Lib pinkriangkrai , Mr. Saringkarn Sutaschuto



กัวนที่ 6

Mr.Boonchai Leeraphante , H.E.Vikrom Koompaichans ,
Mr.Vanich Nopnirapath , Mr.Damnoen Kaewthawee



กัวนที่ 7

Mr. Prayoon Lekapojpanich , Gen.Chaaw Kongpoolsiopa ,
Mr. Wisith Tanawansombat



กัวนที่ 8

Mr. Pravitt Tangcravakoon , Mr.Sombat Saengchati



‘เครื่องดื่มตราช้าง’

สนับสนุน ‘PGA’ สร้างฝันคนไทยสมัครเล่นแข่งขันกอล์ฟระดับโลก

ในรายการกอล์ฟระดับโลก CIMB Asia Pacific Classic, Malaysia 2011 ต่อเนื่องกันเป็นปีที่ 2

27 มิถุนายน 2554 สนามกอล์ฟเดอะรอยัล เจมส์ กอล์ฟ แอนด์ สปอร์ตคลับ (ศาลายา) - “เครื่องดื่มตราช้าง” มุ่งสู่ระดับโลก ด้วยการเป็น Official Beverage Partner ผู้สนับสนุนด้านเครื่องดื่มอย่างเป็นทางการหนึ่งเดียวที่สนับสนุนการแข่งขันกอล์ฟ ‘CIMB Asia Pacific Classic, Malaysia 2011’ จัดโดยพีจีเอ ทัวร์แห่งอเมริกา และเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ โดยปีนี้จัดภายใต้ชื่อ CIMB Asia Pacific Classic 2011, Malaysia จัดขึ้นระหว่างวันที่ 27-30 ตุลาคม 2554 ณ สนามเดอะไมน์ส รีสอร์ท แอนด์ กอล์ฟ คลับ ประเทศมาเลเซีย พร้อมทั้งจัดแคมเปญ Live Your Dream เปิดโอกาสให้นักกอล์ฟชาวไทยร่วมลุ้นไปติดตามชมสนามการแข่งขัน พร้อมสัมผัสประสบการณ์การแข่งขันกอล์ฟระดับโลกในช่วงปลายปี

นายสรกฤต ลัทธนิธ Global Marketing Manager บริษัท ไทยเบฟเวอเรจ มาร์เก็ตติ้ง จำกัด กล่าวว่า “จากความสำนึกว่า ‘เครื่องดื่มตราช้าง’ คือ แบรินด์ไทยแบรนด์แรก และแบรนด์เดียวที่ได้รับสิทธิ์เป็น Official Beverage Partner (ผู้สนับสนุนด้านเครื่องดื่มอย่างเป็นทางการ) รายการแข่งขันกอล์ฟที่ยิ่งใหญ่ระดับโลก CIMB Asia Pacific Classic, Malaysia ภายใต้งบประมาณสนับสนุนมูลค่าสูงกว่า 150 ล้านบาท ในระยะเวลา 5 ปี ซึ่งนับเป็นการแข่งขันกอล์ฟระดับโลก พีจีเอ จัดโดย พีจีเอ ทัวร์แห่งอเมริกา และเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ รายการเดียวในเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ โดยปีนี้จัดภายใต้ชื่อ CIMB Asia Pacific Classic 2011, Malaysia จัดขึ้นระหว่างวันที่ 27-30 ตุลาคม 2554 ณ สนามเดอะไมน์ส รีสอร์ท แอนด์ กอล์ฟ คลับ ประเทศมาเลเซีย โดยจะมีสุดยอดนักกอล์ฟเพียง 40 คนเท่านั้นที่ได้สิทธิ์เข้าร่วมแข่งขัน ประกอบด้วย โปร 25 อันดับแรกของผู้เปิดเอ็กซ์และนักกอล์ฟ 10 อันดับแรกของเอเชียทัวร์

2010 ร่วมกับ 5 นักกอล์ฟจากการแข่งขันรอบคัดเลือกและรับเชิญจากซีไอเอ็มบี ถือเป็นรายการกอล์ฟที่มีเงินรางวัลมากที่สุดอีกรายการหนึ่ง ซึ่งมีมูลค่าถึง 6 ล้านเหรียญสหรัฐ โดยผู้ชนะเลิศจะได้ครองเงินรางวัลสูงสุดถึง 1 ล้านเหรียญสหรัฐ (32 ล้านบาท) รวมถึงคะแนนเพื่อเพิ่มอันดับโลกของผู้เข้าแข่งขันด้วย ซึ่งการสนับสนุนครั้งนี้ทำให้ ‘เครื่องดื่มตราช้าง’ เป็นที่รู้จักในระดับสากล หลังจากที่ได้เคยโอเอร์อย่างใหญ่จากการเซ็นสัญญาเป็นผู้สนับสนุนทีมฟุตบอลเอฟเวอร์ตันเมื่อก่อนหน้านี้”

Live Your Dream at CIMB Asia Pacific Classic, Malaysia 2011

นายสุรพล อุทินทุ Executive Director บริษัท ไทยเบฟเวอเรจ มาร์เก็ตติ้ง จำกัด กล่าวว่า เพื่อเปิดโอกาสให้นักกอล์ฟสมัครเล่นชาวไทยสัมผัสประสบการณ์สุดยอดการแข่งขันกอล์ฟระดับโลกในช่วงปลายปี ‘เครื่องดื่มตราช้าง’ ยังจัดแคมเปญภายใต้ชื่อว่า “Live Your Dream At CIMB Asia Pacific Classic, Malaysia 2011” คัดเลือกนักกอล์ฟสมัครเล่นฝีมือดีในการแข่งขันกอล์ฟรายการ Chang Amateurs Championship 60 คน จาก 8 สนามชั้นนำระหว่างวันที่ 10 กรกฎาคม - 17 กันยายน 2554 ควบคู่ไปกับกิจกรรม On Ground Activity เป็นการแข่งขัน Putting Challenge ระยะ 15-20 ฟุต คัดเลือกผู้เล่น 60 คน จาก สนามไดรฟ์กอล์ฟ 22 แห่ง ซึ่งผู้ที่ผ่านการคัดเลือกจากการแข่งขันทั้ง 2 รายการรวม 120 คน จะได้รับสิทธิ์ร่วมการแข่งขันรอบชิงชนะเลิศในรายการ Chang Golf Day ในวันที่ 8 ตุลาคม 2554 ณ สนามรอยัล เจมส์ กอล์ฟ แอนด์ สปอร์ต คลับ เพื่อชิงถ้วยให้สุดยอดนักกอล์ฟไทย 20 คนสุดท้าย พร้อมกับนักกอล์ฟเยาวชนอีก 2 คน

จากกิจกรรม Chang PGA Academy Golf Clinic ที่จะได้รับสิทธิ์บินลัดฟ้าไปเข้าร่วมชมการแข่งขันกอล์ฟ CIMB Asia Pacific Classic, Malaysia 2011 แบบชิดติดขอบสนามระดับ 5 ดาว ณ ประเทศมาเลเซีย

Oral Interpretation

Chang PGA Academy Golf Clinic

เอกสิทธิ์หนึ่งเดียวจาก ‘เครื่องดื่มตราช้าง’ สู่นักกอล์ฟเยาวชน

จากการเป็นผู้สนับสนุนด้านเครื่องดื่มอย่างเป็นทางการหนึ่งเดียวที่สนับสนุนการแข่งขันกอล์ฟระดับโลก PGA TOUR นั้น ทำให้ ‘เครื่องดื่มตราช้าง’ ได้รับเอกสิทธิ์แต่เพียงผู้เดียวในประเทศไทย คือ การตั้งได้ระดับโลก จาก PGA TOUR Academy มาฝึกสอนทักษะแก่นักกอล์ฟเยาวชน ในกิจกรรม ‘Chang PGA Academy Golf Clinic’ เปิดโอกาสให้นักกอล์ฟเยาวชนไทย จากชมรมหรือสมาคมกอล์ฟตาม ภาคต่างๆ เข้าร่วมฝึกอบรมและเทคนิคการเล่นกอล์ฟ ในหลักสูตร PGA TOUR Academy แบบมือโปร เพื่อพัฒนาฝีมือตามความฝัน ตามแนวคิด Live Your Dream ของเครื่องดื่มตราช้างนั่นเอง



“เครื่องดื่มตราช้าง” มีความยินดีอย่างยิ่งที่จะเชิญแฟนกอล์ฟชาวไทยเข้าร่วมกิจกรรมการแข่งขันกอล์ฟทั้งทัวร์นาเมนต์อย่าง Chang Amateur ที่จัดอย่างต่อเนื่องทุกปี รวมไปถึงกิจกรรม On Ground Activity ณ สนามไดรฟ์กอล์ฟ ที่ร่วมรายการ พร้อมติดตามการแข่งขันกอล์ฟ US PGA Tour ในเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ ในรายการ CIMB Asia Pacific Classic, Malaysia 2011 ที่จะจัดขึ้น ณ The Mines Resort & Golf Club ประเทศมาเลเซีย ได้ระหว่างวันที่ 27-30 ตุลาคม 2554 นี้ สำหรับผู้สนใจดูรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่ www.chang.co.th

Chang. The Official Beverage of the CIMB Asia Pacific Classic, Malaysia 2011



LADY FINGER

ร้านทำเล็บธรรมชาติไม่ตอบโต้ความต้องการที่เหมือนเดิมมากขึ้นของหญิงสาวในปัจจุบัน เพราะมือนุ่มๆ และสีสันของเล็บที่แต่งแต้มอย่างสวยงาม คืออีกหนึ่งไม้เด็ดของหญิงสาวไม่แพ้เดรสตัวเก่งเลยทีเดียว



PALETTE NAIL BOUTIQUE

ศูนย์บริการความงามด้านสปา (Spa Manicure) และสปาเท้าครบวงจร (Rejuvenate Manicure) พร้อมไปด้วยผลิตภัณฑ์คุณภาพชั้นดีจากต่างประเทศ และบริการสปาในรูปแบบที่มากกว่าการทำเล็บในร้านทั่วไป ด้วยการตกแต่งภายในสไตล์ Modern Contemporary

โทนสีขาว ครีม ตัดด้วยสีดำ เป็นส่วนสำคัญที่เพิ่มความหรูหรา ทันสมัย แต่แฝงไปด้วยความอบอุ่นอยู่ในที โดยแบ่งพื้นที่หลากหลาย ทั้งส่วนห้องพิเศษสำหรับให้บริการต่อเล็บอะคริลิก โซนซ่อมเล็บหรือเปลี่ยนสีเล็บ ห้องสำหรับบริการต่อขนตา และแว็กซ์กำจัดขน ถึง 2 ห้องพร้อม

ห้องน้ำในตัว ความเด่นของโซนนี้ยังรวมถึงเก้าอี้สปา Mani-Pedi Massage Chair ที่ได้รับรางวัล Nail Choice Awards ถึง 6 ตัว ด้วยระบบ Crystal Clean Pipe-Feed® ที่ไม่มีการเวียนน้ำกลับ ทำให้มั่นใจว่าอ่างแช่เท้าที่ไร้เชื้อโรคตกค้าง และดิสเพลย์อะคริลิกและยาทาเล็บหลากหลายหลายยี่ห้อที่ล้วนปราศจากสารอันตราย

นอกเหนือจากสปาเท้า และสปาเท้าแล้ว ยังมีบริการเสริมสวยเล็บ ด้วยอะคริลิก หรือเจล (Nail Extensions) การตกแต่งเล็บ (Nail Art) ทั้งการเพนท์ การปั้น 3D การทำแอร์บรัช และการดูแลรักษาผิวมือ และทำให้คงความชุ่มชื้นด้วยพาราฟิน (Paraffin Treatment) ซึ่งอุปกรณ์โลหะแต่ละชิ้นที่ให้บริการนั้น ล้วนผ่านการฆ่าเชื้อ และทำความสะอาดโดยการ Sterilize ด้วยความร้อนสูงถึง 170 องศาเซลเซียส ซึ่งได้รับการยืนยันในมาตรฐานความสะอาดด้วย Swiss Clean Certificate จาก O.P.I. เลยทีเดียว

Palette Nail Boutique @ Domus 16
โทร. 0-2259 5433, 0-2259 5430
www.palettenailboutique.com



THE NAIL BAR

เดอะ เนล บาร์ ณ โอเอสเวิร์ค เรสซิเดนเชียล สปา แอนด์ คลับ โรงแรม แกรนด์ ไฮแอท เอราวัณ กรุงเทพฯ กับประสบการณ์การทำเล็บท่ามกลางธรรมชาติ บรรยากาศผ่อนคลาย และมีความเป็นส่วนตัวสูง ให้บริการทั้งการบำบัดดูแลมือและเล็บโดยช่างผู้ชำนาญเฉพาะทางที่สามารถสร้างสรรค์ให้เล็บสวยเด่นสะดุดตา พร้อมผลิตภัณฑ์คุณภาพ และมีลักษณะเฉพาะที่ต่าง



ออกไปจากผลิตภัณฑ์อื่นๆ อีกทั้งยังมีชื่อเสียงโด่งดังทั่วโลก อาทิ 'ลิปป์แมนน์ คอลเลคชั่น' (Lippmann Collection) ที่เป็นเอกสิทธิ์ เพียงแห่งเดียวเท่านั้น คิดค้นและออกแบบโดย เนสอาร์ติสต์ เดบอราห์ ลิปป์แมนน์ (Deborah Lippmann) ผู้เชี่ยวชาญที่มีชื่อเสียงและเป็นที่ยอมรับด้านแฟชั่นมือและเล็บของฮอลลีวูด

Authentic Ritual Experience ถือเป็นลายเส้นของเดอะ เนลบาร์ ซึ่งเป็นทริตเมนต์ที่เน้นความเป็นไทย และ Comfort Zone Nail Experience โดยใช้ผลิตภัณฑ์ประสิทธิภาพสูงจากประเทศอิตาลี ผ่อนคลายก่อนทำทริตเมนต์ด้วยการนวดมือและเท้า ประคบบริเวณลำคอด้วยถุงสมุนไพรร้อน เพื่อให้ร่างกายลดความตึงเครียด จิบน้ำชาสมุนไพร ท่ามกลางบรรยากาศผ่อนคลายของสวนสวยในเมืองกรุง

The Nail Bar
i.sawan Residential Spa and Club, Grand Hyatt
Erawan Bangkok
โทร. 0-2254 1234

MAKING EYE CONTACT

คอนแทคเลนส์นั้นไม่ใช่แค่เกรตต์แฟชั่น โดยเฉพาะคนที่มีความผิดปกติทางสายตา เพราะสะดวกกว่าการใส่แว่น แต่เนื่องจากคอนแทคเลนส์นั้นต้องสัมผัสตาโดยตรง จะทำเลือกซื้อและใช้อย่างไรให้ปลอดภัย และถูกวิธี

ปัจจุบันวัยรุ่นไทยนิยมใส่คอนแทคเลนส์กันมากขึ้น แต่บางครั้งอาจซื้อโดยไม่รู้วิธีการใส่ที่ถูกต้อง อาจทำให้เสี่ยงต่อการเกิดอันตรายต่อดวงตา หรือร้ายไปกว่านั้นอาจทำให้ก้าวเข้าสู่โลกมืดโดยไม่รู้ตัวก็เป็นได้ หรือเคยรู้หรือไม่ว่า คอนแทคเลนส์ประเภทนิ่มที่ใส่กันทั่วไปนั้น ผลิตจากวัสดุชนิดธรรมดาที่เรียกว่า (HEMA) หรือวัสดุไฮโดรเจล เป็นวัสดุมีประสิทธิภาพการส่งผ่านออกซิเจนต่ำ และอาจทำให้ดวงตาคู๋สวยต้องเผชิญกับภาวะกระจกตาขาดออกซิเจน (hypoxia) หากไม่ได้รับการดูแลที่เหมาะสม อาจลุกลามไปสู่ความเสี่ยงของกระจกตา หรือที่เรียกว่ากระจกตาขรุขระว่าอายุจริง ซึ่งถึงแม้คุณจะมีอายุเพียง 20 ต้นๆ แต่กระจกตานั้นอาจมีอายุเข้าไปถึง 80 ปีก็เป็นได้

สำหรับผู้ใส่คอนแทคเลนส์ มีทางเลือกสำหรับการป้องกันการเกิดภาวะกระจกตาขรุขระได้โดยเลือกใส่คอนแทคเลนส์ที่มีคุณสมบัติในการส่งผ่านออกซิเจนสู่กระจกตาได้มากขึ้น ซึ่งผลการวิจัยแสดงให้เห็นว่าคอนแทคเลนส์ที่มีการซึมผ่านของออกซิเจนต่อความหนาของคอนแทคเลนส์ (Dk/t) สูง อย่างเช่น Air Optix™ Aqua คอนแทคเลนส์วัสดุซิลิโคนไฮโดรเจล ซึ่งให้ค่าการซึมผ่านของออกซิเจนต่อความหนาของคอนแทคเลนส์ (Dk/t) สูงถึง 138 หรือสูงกว่า 5 เท่าเมื่อเปรียบเทียบกับค่าเฉลี่ยการซึมผ่านของออกซิเจนต่อความหนาของคอนแทคเลนส์วัสดุธรรมดาทั่วไป จึงช่วยป้องกันการเกิด “ภาวะการขาดออกซิเจนของกระจกตา” (Corneal Oxygen Deficiency) และกระจกตาขรุขระ (Premature Cornea Ageing) จึงทำให้สามารถใส่ได้ระยะเวลานานขึ้นและลดโอกาสของการเกิดภาวะกระจกตาขาดออกซิเจนนั่นเอง

นอกจากการเลือกซื้อคอนแทคเลนส์ที่ได้มาตรฐาน และเหมาะสมกับดวงตาของผู้สวมใส่ และที่สำคัญที่สุดเพื่อป้องกันความเสี่ยงจากอันตรายต่างๆ ที่อาจเกิดขึ้นกับดวงตา จึงควรใส่และถอดคอนแทคเลนส์อย่างถูกวิธี

6 Easy Steps

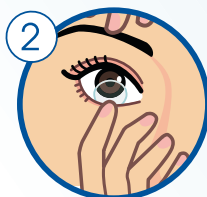
ขั้นตอนง่ายๆ 6 ขั้นตอน การ ใส่และถอดคอนแทคเลนส์อย่างถูกวิธี

CIBA Vision®
A Novartis Company

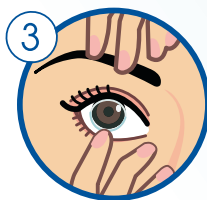
วิธีใส่คอนแทคเลนส์



ล้างมือก่อนการใส่คอนแทคเลนส์ทุกครั้ง



วางคอนแทคเลนส์บนปลายนิ้วชี้ และใช้นิ้วอีกข้างหนึ่งถ่างเปลือกตาออกเบาๆ



ค่อยๆ ใส่คอนแทคเลนส์สู่ดวงตาอย่างเบามือ

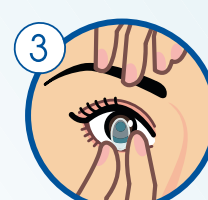
วิธีการถอดคอนแทคเลนส์



ล้างมือก่อนการถอดคอนแทคเลนส์ออกทุกครั้ง



ถ่างตาออกเบาๆ แล้วใช้นิ้วชี้เลื่อนคอนแทคเลนส์ลงมาที่บริเวณตาขาว การเลื่อนคอนแทคเลนส์ลงบริเวณตาขาวก่อนหยิบเลนส์ออก จะช่วยป้องกันไม่ให้เล็บไปโดนบริเวณตาดำ



ใช้นิ้วหัวแม่มือ และนิ้วชี้ค่อยๆ จับคอนแทคเลนส์แล้วดึงออกอย่างเบามือ

แต่ถ้าหากมีอาการต่อไปนี้ ไม่แนะนำให้ใส่คอนแทคเลนส์โดยเด็ดขาด

ภูมิแพ้ การอักเสบ ติดเชื้อหรือระคายเคืองในตา รอบดวงตา และเปลือกตา • ช่วงที่สุขภาพไม่ดี เช่น เป็นหวัดรุนแรง หรือไข้หวัดใหญ่ • ไข้ยาบางชนิด รวมทั้งยาตา • ตาแห้ง ตาแห้งรุนแรง หรือสิ่งแปลกปลอมที่เต็มไปด้วยฝุ่น ทำให้ใส่เลนส์สัมผัสแล้วรู้สึกไม่สบาย • เล่นกีฬาทางน้ำโดยไม่ใส่แว่นตาดำกันน้ำ

หากท่านต้องการคำแนะนำเพิ่มเติมเกี่ยวกับสภาวะที่กล่าวข้างต้น ควรปรึกษาจักษุแพทย์ หรือผู้ประกอบโรคศิลปะโดยอาศัยทัศนมาตรศาสตร์

สนใจตรวจสอบสุขภาพกระจกตา โทร. 0-2685 0962 หรือรับข่าวสารเกี่ยวกับสุขภาพกระจกตา ง่ายๆ เพียงเสิร์ชหา “Healthy Eyes Thailand” บนเฟซบุ๊กแล้วกด Like เข้าร่วมเป็นแฟนของเรา

ขอบคุณข้อมูลดีๆ จาก CIBA Vision และผลิตภัณฑ์ Air Optix Aqua

SOMETHING'S GOTTA GIVE

มอบของขวัญสำหรับวันพิเศษที่เหมาะสมกับไลฟ์สไตล์ของคุณแม่ ไม่ว่าจะเป็นแอคเซสซอรีชิ้นสวย เมคอัพแบรนด์ดัง หรือเทคโนโลยีล้ำสมัย ก็ล้วนเป็นเซอร์ไพรส์ได้ทั้งนั้น

ครีมบำรุงผิว Pivoine Flora Beauty Cream
จาก 'L'Occitane' ช่วยให้ผิวเนียนนุ่มพร้อม
กลิ่นหอมของดอกพีโอนี (1,950 บาท)



ที่ใส่ iPad หนังเดินเส้นลายควิลท์
จาก 'Chanel'



นาฬิกาคอลเล็กชั่น Miami จาก 'Glam
Rock' ตัวเรือนทำจากสตีลชุบทองชมพู
สายหนังสีขาว (52,500 บาท)



เครื่องทำไอศกรีมจาก 'Princess' มีคอมเพรสเซอร์
ในตัว สามารถทำไอศกรีมผลไม้และไอศกรีมโยเกิร์ต
ได้ง่ายและรวดเร็ว (12,900 บาท)



รองเท้าแพลตฟอร์มแก้วตัดต่อหนัง
จระเข้ จาก 'Jimmy Choo'



น้ำหอม Gucci Guilty EDT จาก 'Gucci' ผสานกลิ่นหอมเย้ายวน
ของส้มแมนดาริน อำพัน และพืชมะลิ ไว้ในขวดสีทองสวยหรู
(2,600-4,300 บาท)



อายแชโดว์และโกลว์ออน
Color Atelier จาก 'Shu
Uemura' สำหรับปรับ
เปลือกลูกตาและแก้ม มีให้
เลือกกว่า 60 เฉดสี



กระเป๋าผ้าทอ Tweed
Pushlock Tote
คอลเล็กชั่น Poppy
Fall 2011 จาก
'Coach'



แว่นกันแดด Marcie กรอบเหลี่ยมมน
โอเวอร์ไซส์ จาก 'Chloe' (12,700 บาท)

53

THE LAW OF ATTRACTION

ยุคของผู้ชายชาเซอร์ได้จบลงแล้ว มากหล่อเนียบ เจ้าสำอาง
และตามแฟชั่นต่างหากที่สยบใจผู้หญิงได้มากกว่าเห็นๆ



แว่นกันแดด NDG Clip-On จาก 'Oliver Peoples' มาพร้อมคลิปเลนส์
กันแดด สามารถเปลี่ยนเลนส์เป็นแว่นสายตาได้ (17,800 บาท)



กระเป๋าผ้าเคลือบยาง จาก 'Tod's'



ผลิตภัณฑ์ Ultra Facial
Oil-Free จาก 'Kiehl's'
ประกอบด้วยคลีนเซอร์
โทนเนอร์ และครีมบำรุง
ผิว ช่วยปรับสมดุลระดับ
ความชุ่มชื้นและควบคุม
ความมัน



เน็คไทผ้าไหม จาก
'Louis Vuitton'



รองเท้าหนังผูกเชือก
ตัดขอบสีแดง จาก 'Bally'



นาฬิกา Swiss Hunter Team PS
Edition จาก 'Oris' ตัวเรือน
สแตนเลสสตีล สายหนังลูกวัว
ประดับสัญลักษณ์ธงชาติ
สวิตเซอร์แลนด์บนฐานเข็ม
วินาที (49,900 บาท)



ปากกาคอลเลกชัน Limited Writers Edition
2011 จาก 'Montblanc' ออกแบบพิเศษเพื่อ
สตูดิโอ คาร์โล คอลโลดี ผู้ประพันธ์ฟิโนคิโอ

กระเป๋าเดินทาง Zoom
จาก 'Mandarina Duck'
ทำจากผ้าโพลีเอสเตอร์
และนีโอพรีนที่เบา
ยืดหยุ่น และทนทาน



WOMAN AND WINE

ไวน์เป็นทั้งศาสตร์ และศิลป์ ให้ความอร่อย สร้างความรื่นรมย์ เพิ่มสีสันในการสรรค์หาในมื้ออาหารนั้นๆ แต่ในบางครั้งหลายท่านก็ไม่มั่นใจในการเลือกซื้อไวน์ชนิดต่างๆ หลายท่านโดยเฉพาะสาวๆ ก็เลือกไวน์จากฉลากที่สวยงามดูใจไว้ก่อน ผู้เขียนในฐานะผู้หญิง และสอนไวน์ด้วย จะมาช่วยท่านผู้อ่านเลือกไวน์ให้เหมาะกับบุคลิก และรสนิยมของสาวๆ กันค่ะ

Boho Style

สำหรับสาวผู้มีหัวใจอิสระ มีสีสัน ขอแนะนำไวน์ขาว จากองุ่นพันธุ์ Sauvignon Blanc มีความสดใส ช่อนเปรี้ยว ได้กลิ่นของแอปเปิ้ล ส้มนิดๆ ให้ความสดชื่น มีให้เลือกทั้งในแนวโลกเก่า ซึ่งผู้เขียนขอแนะนำ ไวน์แม่บท จาก Sancerre และ Pouilly Fume ถิ่นกำเนิดทางตอนเหนือของประเทศฝรั่งเศส ส่วนถ้างามทางใต้ หน้อยก็จะมี Sauvignon Blanc จากแคว้น Bordeaux ที่มีส่วนผสมขององุ่น Semillon ให้กลิ่นหอม และมีความหวานที่ปลายลิ้น

แต่ถ้าจะให้ทันโลก ทันเหตุการณ์ และอินเทรนด์หน่อยก็ต้อง Sauvignon Blanc จาก Down Under ได้เส้นศูนย์สูตร ประเทศนิวซีแลนด์ ที่จะมีรสชาติจัดจ้าน มีกลิ่นของเสาวรส ซึ่งหอมหวานเพิ่มขึ้นไปอีก ราคาไวน์ที่ทำจากองุ่นพันธุ์ Sauvignon Blanc นั้นไม่ต่างกันมากนักไม่ว่าจะมาจากโลกเก่า หรือโลกใหม่ ซึ่งไวน์ Sauvignon Blanc นั้นเหมาะกับอาหารประเภทชีฟู้ด ซูชิ ซาซิมิ และปลาต่างๆ

Natural Style

เธอจะดูสบายๆ นุ่มนวล จึงขอแนะนำ Chardonnay ไวน์ขาวสุดฮิตของคนไทย องุ่นสายพันธุ์นี้มีถิ่นกำเนิด มาจากตอนกลาง และกลางตอนใต้ของประเทศฝรั่งเศส โดยมีชื่อเรียกตามถิ่นกำเนิดว่า Chablis, Pouilly Fuisse และ Montrachet ซึ่งจะมีรสชาติไปทางกลางๆ คมง่าย สบายๆ ให้กลิ่นของผลไม้แถบทรอปิคอลวานิลลาจากโอค อยู่ที่ว่าจะให้กลิ่นโอคมากหรือน้อยตามกรรมวิธี และระยะเวลาบ่มไม่ถึงไม้โอค

องุ่นพันธุ์ Chardonnay นั้นเป็นผู้เดินทางท่องเที่ยวโลกเลยทีเดียวไม่ว่าจะปลูกที่ไหนก็ประสบความสำเร็จทุกที่ ขึ้นชื่อทั้งในอเมริกาเหนือ และอเมริกาใต้ โดยเฉพาะที่เรารู้จักกันมากจะมาจากประเทศออสเตรเลีย ซึ่งจะให้น้ำหนักที่ลิ้น และรสชาติเข้มข้นกว่า Chardonnay จากโลกเก่า

Chardonnay คมได้กับอาหารชีฟู้ดเหมือนกัน แต่ว่าต้องมีความนุ่มของเนื้อปลามากกว่าที่จะรับประทานกับ Sauvignon Blanc เนื่องจาก Chardonnay เป็นไวน์ที่มีความแน่นกว่าจากตัวองุ่นองุ่นเอง และกรรมวิธีการผลิต ทำให้เข้ากันได้ดีกับหอยทุกชนิด และกุ้งล็อบสเตอร์ โดยเฉพาะจานที่มีซอสเนยเป็นส่วนผสม





Romantic Style

ขอแนะนำไวน์ขาว จากองุ่นพันธุ์ Riesling ซึ่งมีถิ่นกำเนิดจากกลุ่มแม่น้ำไรน์อันแสนโรแมนติกในประเทศเยอรมนี และจากดิน Alsace ที่ติดกับ Black Forest ของประเทศฝรั่งเศส ตัวของ Riesling นั้นมีกลิ่นหอมหวานเหมือนดอกไม้กลีบขาว แฉมรสชาติยังหวานติดปลายลิ้นอีกด้วย และยังได้ความสดชื่น จากถิ่นกำเนิดอันหนาวเย็นกว่าองุ่นพันธุ์อื่นๆ ซึ่ง Riesling จากประเทศเยอรมนีนั้นพิเศษจาก Riesling ที่ปลูกทางโลกใหม่ คือมีระดับความหวานให้เลือกถึง 5 ระดับ

แหล่งที่น่าสนใจทางด้านโลกใหม่ได้แก่ สหรัฐอเมริกา และออสเตรเลีย ให้กลิ่นหอมหวานและรสชาติที่เข้มข้นกว่า Riesling ที่ได้จากประเทศเยอรมนี เข้ากันกับอาหารสไตล์เอเชียได้อย่างยอดเยี่ยม โดยเฉพาะอย่างยิ่งอาหารไทย

ไวน์ที่แนะนำในฉบับนี้เป็นองุ่นสายพันธุ์หลักๆ แต่เป็นสากล มิให้เลือกร้านขายไวน์ และร้านอาหารโดยทั่วไป ซึ่งข้อสำคัญในการเลือกเมตซ์ไวน์กับอาหารนั้น ต้องให้มีความพอเหมาะพอดี สมดุลกันในทางรสชาติ และทำให้เราได้ลิ้มรสความเอร็ดอร่อยนุ่มนวล จนทำให้ประสบการณ์ของอาหารมื้อนั้น รื่นรมย์ เป็นที่ถูกปาก และประทับใจ อย่างที่ฝรั่งเศสว่าไว้ว่า "good food, good wine.... good company" ใช่แล้วค่ะไม่เพียงแต่อาหารและไวน์ที่ทำให้คุณมีความสุขในการดื่ม-กินในครั้งนี้ แต่ที่สำคัญที่สุดก็คือคนที่คุณได้แชร์ประสบการณ์ที่ประทับใจนี้ ใช่ไหมคะ?



ATTENTION TO DETAILS

นอกเหนือจากการผสมผสานรสชาติ และบรรยากาศได้อย่างละเมียดละไม 'ดีเทล' ก็ส่วนสำคัญที่ทำให้ร้านอาหารมีเอกลักษณ์เฉพาะตัว



Inversus ร้านอาหารอิตาลีเลียนรูปแบบเฉพาะตัว โดดเด่นด้วยเอกลักษณ์ ตั้งแต่การตกแต่งร้านที่นำความหรูหราอลังการอย่างงานสโตร์หลุยส์มาใช้ได้อย่างแปลกตา ไม่ว่าจะเป็นประตู ป้ายชื่อร้าน กรอบตกแต่งขนาดใหญ่แบบ Big Frame รวมทั้งยังให้ความสำคัญกับอุปกรณ์เครื่องมือเครื่องใช้ต่างๆ ที่เลือกสรรมาใช้ในร้านเป็นของคุณภาพสูงทั้งสิ้น นอกจากนี้ภายในร้านยังโอ้อ่า นั่งสบายเพราะพื้นที่แบ่งเป็น 2 ชั้น ชั้นล่างเป็นสเปซสำหรับนั่งรับประทานอาหารสบายๆ รวมทั้งเทอเรซด้านนอกสำหรับนั่งผ่อนคลายในยามเย็นพร้อมเพื่อนกลุ่มโต ส่วนชั้นบนเก๋ที่ห้องเหลื่อมเพชร ตกแต่งเพดานและพื้นด้วยเหลื่อมเพชร

ว่ากันว่าสโตร์ร้านมักบ่งบอกได้ถึงทิศทางอาหาร เมนูของ Inversus ไม่ใช่เพียงแค่พาสตารอรรรมดา แต่เน้นการนำอาหารอิตาลีแบบใหม่ๆ แบบดั้งเดิม มาผสมผสานกับวัตถุดิบอย่างผักพื้นบ้านของไทย ซึ่งเป็นการรังสรรค์เมนูรูปแบบใหม่ ผลงานของเชฟระดับมิชลินสตาร์ นอกเหนือ



จากการมีคอนเสิร์ตอาหารอิตาลีเลียนกับผักไทยแล้ววัตถุดิบและเครื่องปรุงอย่างอื่นได้รับคัดสรรแต่วัตถุดิบชั้นเยี่ยม เกรตเอ จากฟาร์มปิดคุณภาพสูง แน่ใจได้ว่าปลอดสารเคมี อาหารจานเด็ดยกให้ Inversus Salad ที่นำผักสดกรอบต่างๆ มารวมไว้ในจานเดียว กินคู่กับชีฟู้ด เข้ากันได้ดีกับเครสซิ่งบัลซามิก รวมทั้งเครื่องดื่มเย็นๆ อย่างค็อกเทล ไวน์ สมูทตี้สูตรเฉพาะแบบภูมิใจเสนอ โมเลกุลลำที่ผสมผสานผลไม้และสมุนไพรไทย และเป็นสูตรลับเฉพาะสำหรับที่นี่ทีเดียว

Inversus

K Village ซ.สุขุมวิท 26

โทร.0-2665 6377, www.inversusrestaurant.com



ตลอดเดือนสิงหาคมนี้ ร่วมกิจกรรมวันแม่แห่งชาติ



With a hundred kisses.

With a thousand care.



LOVE MOM

With a million hugs.



For Mom Only..

A Healthy Month 1-31 Aug, 2011

1.สมัครสมาชิกสามัญก็ได้ครับ

- ส่วนลดค่าบำรุงร่างกายเดือน 3 เดือนแรก

- ได้รับ Voucher Guest Fee มูลค่า 10,000 บาท

2.สมัครสมาชิกกีฬา: 1 ปี ได้รับ Voucher Guest Fee มูลค่า 3,000 บาท

3..สมัครสมาชิกกีฬา: 3 ปี ได้รับ Voucher Guest Fee มูลค่า 5,000 บาท

ระยะเวลาการใช้ Voucher Guest Fee ภายใน 3 เดือน นับจากวันที่สมัคร

A Wonderful Week 6-11 Aug, 2011

- คุณลูกค้าคุณแม่ที่ใช้บริการ Sports Club จ้างตั้งราคาจากปกติ 500 บาท เหลือเพียง 250 บาท (ไม่จำกัดจำนวนครั้ง)

- Set Dinner สำหรับ 4 ท่าน 1,250 บาท

และ 1,200 บาท สำหรับสมาชิก

รับฟรีน้ำสมุนไพร และเค้ก

Happy Mother's Day

12 Aug, 2011 Free for MoM

- คุณแม่ออกกำลังกายฟรี!! ทุกอุปกรณ์ Sports Club
- ถ้าง่วงเหงาหาวนอนหรือครบรอบวัน พร้อมกรอกรูปฟรี!!
- พวงมาลัยดอกมะลิ

Buffet Lunch / Buffet Dinner ราคาเดียว!!
@340.++ / 310.++(สำหรับสมาชิก)



For more information or reservations, please call Membership Dep.

Tel 0-2955-0055 ext. 2211 - 2214 , 2239

Rajpruek Club : 100 moo 3 Vibhavadi-Rangsit Rd.,

Thung Song Hong, Laksi, Bangkok 10210. www.rajpruek.com



GIFT AND TASTE

ร่วมส่งมอบความสุขแก่คุณแม่ที่รักด้วยโปรโมชันความสุขสุดคุ้มที่โรงแรมโนโวเทล กรุงเทพฯ สยามสแควร์ เมื่อพาคูณแม่มาทานอาหารที่ ห้องอาหารจินล กหา อิน หรือห้องอาหารเดอะสแควร์ พร้อมรับฟรี บัตรกำนัลเงินสดมูลค่า 500 บาท สำหรับใช้บริการในครั้งถัดไป และแพ็คเกจถ่ายรูปครอบครัวจากสตูดิโอชื่อดัง Jardin de L'Amour มูลค่า 15,000 บาท หรือเลือกมอบของขวัญเล็กๆ น้อยๆ จาก ลาบรียอช เดอะเคสส์ กับขนมเค้กหลากชนิด ตกแต่งหน้าพิเศษสำหรับคุณแม่ อาทิ คุณก็ช็อคเบอร์รี่ในกล่องสวยหรู พร้อมข้อความบอกรัก รวมทั้งช็อกโกแลตและอื่นๆ ให้เลือกอีกมากมาย พร้อมกับ Happy Hour ที่ครองใจชาวประจํามานานนับปีกับส่วนลด 50% กันทุกวัน ระหว่าง 20.00-22.00 น. สอบถามรายละเอียดเพิ่มเติม โทร. 0-2209 8888 ต่อ ลาบรียอช หรือ www.novotelbkk.com



PERFECT PAN

กิจกรรมเล็กๆ แต่อาจสร้างรอยยิ้มให้คุณแม่ได้อย่างมากโข กับกิจกรรม Mother's Day Pancake Playdate ที่ลูกๆ จะได้ลงมือทำแพนเค้กสุดพิเศษด้วยตัวเอง เพื่อมอบเป็นของขวัญให้กับคุณแม่ โดยสามารถเลือกเฉลิมฉลองวันพิเศษนี้ได้ทั้งโรงแรมเรนของส์ทั้ง 3 แห่ง โดยไม่ต้องห่วงเรื่องอุปกรณ์เพราะทางโรงแรมได้จัดเตรียมผ้ากันเปื้อนหมวก อุปกรณ์และวัตถุดิบในการทำแพนเค้กไว้พร้อมสรรพ

สอบถามรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่แผนกอาหารและเครื่องดื่ม โรงแรมเรนของส์ ทั้ง 3 แห่ง กรุงเทพฯ ราชประสงค์ โทร. 0-2125 5000 เกาละสมุย โทร. 0-7742 9300 และ ภูเก็ต โทร. 0-7636 3999

SAY CHEESE

เอาใจคนรักชีสด้วย กองทัพชีสหลากหลายที่มีให้เลือกเต็มอ้อมกว่า 30 ชนิด ที่ ห้องอาหารบริโอ โรงแรมเมริออท ริสอร์ท แอนด์ สปา กรุงเทพฯ ทั้งชีสสำหรับมือเก่า เช่น ร็อคฟอรัท (Roquefort) พูลินี เซนต์ ปีแยร์ (Pouliny St Pierre) และมิโมเลต (Mimolette) จากประเทศฝรั่งเศส แมนเชโก (Manchego) จากประเทศสเปน กอร์กอนโซลา (Gorgonzola) จากประเทศอิตาลี และอา เต็ต เดอ มวง (A Tete de Moine) จากประเทศสวิตเซอร์แลนด์ ที่อร่อยสุดๆ เมื่อกินกับสลัดเนื้อสโลตส์ไคโรดัลเลียน พาสตา และพิซซ่า ที่เสิร์ฟแบบไม่อั้นในราคาสุดพิเศษท่านละ 1,200 บาท หรือเลือกเพิ่มไวน์รสเยี่ยมทั้งไวน์แดง และไวน์ขาวตลอดค่ำคืนอีกเพียงท่านละ 950 บาท (ไม่รวมค่าบริการ และภาษี) เปิดบริการ มื้อเย็นเวลา 18.00 - 22.30 น. สอบถามรายละเอียดเพิ่มเติม หรือสำรองที่นั่งได้ที่โทร. 0-2476 0022 ต่อ 1416 อีเมล restaurantsvncenter@minomet.com หรือ Marriott.com/BKKTH





บางช่วงเวลา...
แค่ 1 นาทีที่หัวหินกับคนที่คุณรัก
อาจมีค่ามากกว่า...
เวลาที่ตามหามาทั้งชีวิต

ภาพถ่ายจากสกายท็องริ่ง

คนที่มีความฝัน **โอกาส** เท่านั้น ถึงจะรู้
H U A • H I N

“โอกาส” คอนโดสำหรับครอบครัวมีระดับริมทะเลหัวหิน
จำกัดเพียง 179 ครอบครัว บนพื้นที่กว่า 17 ไร่
เริ่มต้น 10 ล้านบาท

โทร. 1198 กด 18

www.lh.co.th/ocas Email: ocas@lh.co.th

