



Eco-friendly Life

MGM

Member Get Member

“

เราเชื่อว่าความสุขส่งต่อกันได้
ชวนเพื่อนคุณมาเป็นส่วนหนึ่งในครอบครัวของเรา
...เพราะสังคมก็เริ่มต้นที่บ้าน

”

เพียงแนะนำ **เพื่อน** มาเป็น **ครอบครัว NC**
รับค่าตอบแทนสูงสุด **100,000** บาท

NC ROYAL
PINKLAW
02 410 2999

NC ON GREEN
Charm
LUXURY GOLF VILLAS
02 532 8084-7

บ้านฟ้าอโชน
เลคโครนด์
02 987 9380-3

บ้านฟ้าอโชน
นิเวศ
02 987 9380-3

บ้านฟ้าอโชน
เทอร์รี่
02 987 9380-3

บ้านฟ้าอโชน
TENDRO
02 987 9380-3
NEW PROJECT

บ้านฟ้า
กรีนเนอร์รี่
02 593 6033

บ้านฟ้า
กรีนเนอร์รี่
02 444 5579

บ้านฟ้า
Townee
02 444 5579
NEW PROJECT

NATUREZA Art
North Pattaya
038 221 657

condominium
Diamant
เชียงใหม่
053 245 987-9

กว่า 50 โครงการ ที่เราสร้างบ้านด้วยใจ เน้นยึดกับมาตรฐานการสร้างบ้านที่ทุกนายยอมรับ



สอบถามรายละเอียดเพิ่มเติม จันท์ - ศุภร์
โทร 02 993 5080-7 ต่อ 421 - 426

NC GROUP
HOME EXPERT LIVING CARE
www.ncgroup.co.th

Eco-friendly Life

วิถีชีวิตเมืองที่แสนซับซ้อนวุ่นวายในแต่ละวันนั้น ดูดกลืนพลังชีวิตของเราไปไม่น้อย การได้หวนคืนสู่อ้อมกอดของธรรมชาติ สัมผัสลมหายใจแห่งธรรมชาติที่แสนเรียบง่ายใกล้ตัว มีคุณค่าต่อชีวิตแบบที่เงินทองไม่สามารถซื้อหาได้เลย การได้ใกล้ชิดและรับพลังอันบริสุทธิ์จากธรรมชาติแม้เพียงเล็กน้อย ช่วยเติมความเบิกบานให้กับหัวใจ พื้นดินความสุขสงบให้กับจิตใจของเราได้ เพราะธรรมชาติมีพลังแห่งการเยียวยาร่างกายและจิตใจได้อย่างลึกซึ้งมาก

การเป็นมิตรกับธรรมชาติด้วยวิถี Eco-friendly Life เริ่มได้จากการทำความรู้จักธรรมชาติให้ลึกซึ้ง เข้าใจหลักแห่งธรรมชาติ เพื่อการอยู่ร่วมกับธรรมชาติให้ได้อย่างลงตัวและสมดุล เมื่อรู้จักและเห็นคุณค่าของธรรมชาติใกล้ตัวแล้ว เราจะตระหนักว่าการใช้ทรัพยากรอย่างรู้คุณค่าใช้ประโยชน์แบบไม่ทำร้ายธรรมชาติ คือสิ่งที่เราทุกคนทำได้ในชีวิตประจำวัน เพื่อประโยชน์ของตัวเองเราเอง เพราะมนุษย์คือส่วนหนึ่งของธรรมชาติ หากปราศจากธรรมชาติมนุษย์อย่างเราคงอยู่ไม่ได้แน่นอน

NCHappy Home ฉบับนี้จึงชวนเพื่อน ๆ ทุกท่าน มาทำความรู้จักกับไลฟ์สไตล์แนว **Eco-friendly** และ **Green Living** เพื่อเป็นทางเลือกในการใช้ชีวิตให้ใกล้ชิดธรรมชาติยิ่งขึ้น วิถีสีเขียวแบบเป็นมิตรกับสิ่งแวดล้อมนี้ เริ่มได้ที่ตัวเราเอง เริ่มได้จากในบ้านของเรา ไม่ว่าจะเป็นการตกแต่งบ้านให้เย็นสบายด้วยสีเขียวของต้นไม้ การลดใช้พลังงาน การเป็นครอบครัวสีเขียวแยกขยะเพื่ออนุรักษ์สิ่งแวดล้อม การรับประทานอาหารธรรมชาติ เพื่อให้ได้รับประโยชน์จากอาหารอย่างเต็มที่ และอื่น ๆ อีกมากมายที่เราสามารถทำได้เลย เพื่อความสุขอันแสนเรียบง่ายใกล้ตัว ที่เราสร้างสรรค์ขึ้นมาได้ด้วยสองมือของเราเอง



15 20 22 23

Contents

NC's Calendar	04
NC's Diary	06
Good Space	08
Well-Being	10
NC's News	12
Happy Together	14
Heart @ Home	15
The Things about	17
Get Inspired	18
Pick up	19
See Scape	20
Design Idea	22
Family's Bistro	23
Digital Content	24
Horoscope	25
Sanook Quiz	26



เมษายน



กิจกรรมวันสงกรานต์

สืบสานประเพณีไทยอันงดงาม
เพิ่มความใกล้ชิดกันในครอบครัว



พฤษภาคม



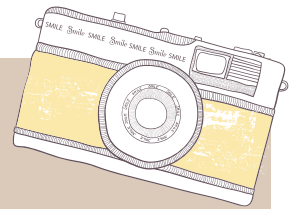
NC Family Club :

ตะลุยท้องนาธรรมชาติบ้านทุ่ง

พบกิจกรรมสุดสนุกสนานกับการไปทำท้องทุ่ง
ดำนา เก็บผัก สัมผัสวิถีชีวิตที่ใกล้ชิดธรรมชาติ
แบบพอเพียง



มิถุนายน



NC Family Club :

Road Trip To Pattaya

พาคุณไป Check in
กับหลากหลายร้านค้า และสถานที่
ท่องเที่ยวใหม่ๆ ในเมืองแห่งสีสัน
ที่ไม่เคยหลับใหล

Swimming Summer Camp 2017 (Day Camp)

กิจกรรมแคมป์เรียนว่ายน้ำ และเรียนรู้ Life Saving เบื้องต้น สำหรับเด็ก อายุ 5-12 ขวบ จำนวน 10 ชั่วโมง (18 เม.ย. - 2 พ.ค.)

Technical for advance butterfly stroke and take - off starting point

กิจกรรมการบรรยายและ Showcase สำหรับ นักกีฬาว่ายน้ำ : เทคนิคการว่ายน้ำท่าผีเสื้อและการกระโดดจากจุดปล่อยตัว (30 เม.ย.)



แพคเกจ

The Best Loyalty Brand - 13th Anniversary



ฉลองครบรอบ 13 ปี NC Sport Complex สนุกสนาน กับงานเลี้ยงสังสรรค์ ชมการแสดงดนตรี และร่วมรับประทานอาหาร พร้อมของที่ระลึกสำหรับสมาชิก VIP (14 พ.ค.)

แพคเกจ

แข่งขันว่ายน้ำเยาวชนรายการ “หนูน้อยเจ้าสระบ้านฟ้า 3/2560”

สอบถามรายละเอียดกิจกรรมได้ที่ NC Sport Complex โทร. 0 2532 6007-9



แพคเกจ

Physical Fitness Test for Banfah Sports Club

กิจกรรมทดสอบสมรรถนะทางร่างกาย สำหรับสมาชิก NC Sport Complex พร้อมให้ความรู้เรื่องการเสริมสร้างความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ และการดูแลสุขภาพสำหรับนักกีฬา (28 พ.ค.)



NEW PROJECT

บ้านฟ้าอิมเมจ

TENDRO

ทางด่วนวงแหวน สำลูกภาคทอง 6

SMART HOME

ฟังก์ชันใหม่
ดีไซน์ครบที่สุด

PRE-SALE แล้ววันนี้
“เลือกแปลงสวยก่อนใคร”

ราคาเริ่ม
3.4
ล้านบาท

www.ncgroup.co.th

02 987 9380-3

NC GROUP
รู้จักบ้าน รู้ใจคุณ



กิจกรรม วันเด็ก

วันเสาร์ที่ 14 มกราคม 2560
โครงการบ้านฟ้าปิยมรมย์ วงแหวนลำลูกกา คลอง 6



NC Family Workshop
Cooking Fun

“Strawberry Cream Cheese Pie”

วันอาทิตย์ที่ 26 กุมภาพันธ์ 2560
โครงการบ้านฟ้าปิยมรมย์ วงแหวนลำลูกกา คลอง 6



Green Living

ไอเดียแต่งบ้านสไตล์อีโค รับพลังธรรมชาติ

ธรรมชาติมีพลังทำให้เรารู้สึกสดชื่น บรรยากาศร่มรื่นด้วยสีเขียวของต้นไม้ช่วยให้อารมณ์ผ่อนคลาย ต้นไม้ยังช่วยให้บ้านเย็นสบาย เพิ่มอากาศบริสุทธิ์ เสียงน้ำไหลช่วยให้จิตใจสงบสุข การแต่งบ้านในสไตล์ที่ได้รับแรงบันดาลใจจากธรรมชาติ ช่วยให้รู้สึกใกล้ชิดและเป็นมิตรกับธรรมชาติมากขึ้น อีกหนึ่งตัวช่วยในการเพิ่มความสดชื่นใจให้กับบ้านของเรา



ม่านต้นไม้ บ้านเย็นสบาย

ช่วยบังแสงแดดให้กับบ้าน โดยม่านต้นไม้ติดตั้งง่าย แค่วางตาข่ายให้เชื่อมกับตัวบ้าน แล้วปลูกไม้เลื้อย ปล่อยให้ต้นไม้ให้ขึ้นจนเต็มตาข่าย ม่านต้นไม้จะช่วยบังแดด ทำให้บ้านเย็น กรองฝุ่นละอองจากภายนอก และยังจัดแต่งใช้เป็นมุมนั่งเล่นได้อีกด้วย

มูมน้ำตก ใจสงบแสนสดชื่น

เพิ่มความสบายใจให้กับบ้านด้วยมูมน้ำตกเล็กๆ เสียงน้ำไหลรินเบาๆ ทำให้รู้สึกเพลินผ่อนคลาย ทำได้หลายรูปแบบ อาจมีเพียงผนังให้น้ำไหลผ่านลงมา อ่างน้ำสั้นเล็กๆ หรือบ่อน้ำแบบเรียบๆ เลือกแบบที่ชอบ แล้วลงมือสร้างเอง ช้อบแบบสำเร็จรูป หรือจ้างช่างมาทำในงบประมาณที่ลงตัว ทุกแบบล้วนเป็นส่วนน้ำที่ช่วยคลายความร้อน สร้างความเย็นใจให้เราได้



ผนังบ้านเขียวข่มูม

จากผนังบ้านปูนธรรมดาสู่ผนังเขียวสดชื่นสวยเก๋ ด้วยการปลูกไม้เลื้อยประเภทที่ค่อยๆ โตเกาะขึ้นไปตามผนังอาคาร เช่น ต้นตีนตุ๊กแก หรือจะปลูกไม้เลื้อยชนิดที่ปล่อยให้ทิ้งตัวลงตามแรงโน้มถ่วงของโลก เช่น ต้นพลูด่าง ปลูกไว้ชั้นบนสุดของบ้านหรือตามระเบียงชั้นต่างๆ แล้วปล่อยให้ห้อยยาวลงมาเรื่อยๆ ปกคลุมผนัง



พืชคลุมดินดอกสดใส

เพิ่มพื้นที่สีเขียวและเพิ่มสีสันให้กับบ้าน สร้างความแปลกตาด้วยพืชคลุมดินที่ดูแลง่าย เช่น ถั่วลิสงเถา หรือถั่วปิ่นโต หรือถั่วบราซิล ที่ลำต้นแผ่เลื้อยคลุมดินได้ในบริเวณกว้าง ออกดอกสีเหลืองสด กระดุมทองเลื้อย หรือเบญจมาศเครือที่ลำต้นแตกแขนงดอกสีเหลืองเข้มทอดราบไปตามพื้นดิน ดอกไม้เล็กๆ เหล่านี้ช่วยเพิ่มบรรยากาศธรรมชาติอันสดใสให้กับพื้นที่บ้าน

รั้วต้นไม้ กรองฝุ่น ลดบ้านร้อน

การปลูกต้นไม้เสริมตามแนวรั้ว เพื่อให้รั้วที่เคยโล่งๆ กลายเป็นรั้วสีเขียว ต้นไม้ยอดนิยมนที่คนชอบปลูกเพื่อทำเป็นรั้วบ้าน เช่น โมก ไทรเกาหลี ไม้สีสุก ต้นช่อย โอศอกอินเดีย เทียนหยด หรือโกสน เป็นต้น



เปลี่ยนบ้านร้อน เป็นบ้านเย็นอยู่สบาย ภายใต้แนวคิดประหยัดพลังงาน



▲ คุณสาโรช-คุณอนุสรณ์ สาธุทรัพย์ เจ้าของบ้าน

หากเปรียบบ้านเป็นสถานที่พักผ่อน การพักผ่อนอันน่าอภิรมย์ที่แท้จริงควรอยู่ในสถานที่ที่สบาย ทั้งความ **สบายใจ** ได้อยู่อาศัยร่วมกับคนที่เรารัก **สบายตา** ได้อยู่อาศัยภายในห้องที่จัดเก็บอย่างเป็นระเบียบ และ **สบายกาย** มีอากาศถ่ายเท ไม่ร้อนอบอ้าว โดย 2 ปัจจัยแรกจำเป็นต้องพึ่งพาสมาชิกในครอบครัวร่วมกันสร้างบรรยากาศให้ภายในบ้านน่าอยู่ ส่วนข้อสุดท้าย สบายกาย อาจต้องอาศัยตัวช่วยอย่าง **Active AIRflow™ System** ระบบที่จะทำให้บ้านอยู่สบายยิ่งขึ้น

ด้วยวิถีชีวิตคนในปัจจุบันที่ทำงานนอกบ้านเป็นหลัก เวลากลางวันบ้านจึงมักถูกปิดไว้ตลอดวันทำให้อากาศไม่ระบายเกิดการสะสมความร้อน โดยเฉพาะบริเวณชั้นสองซึ่งอยู่ใต้โถงหลังคาจะมีความร้อนมากเป็นพิเศษ สังเกตว่าเมื่อกลับมานอนในเวลากลางคืนภายในบ้านจะร้อนอบอ้าวและมีกลิ่นอับ เพราะเห็นความสำคัญของการอยู่อาศัย SCG จึงคิดค้นนวัตกรรม **Active AIRflow™ System** ที่สร้างกลไกการถ่ายเทอากาศ และระบายความร้อนออกจากตัวบ้านและโถงหลังคา ทำให้บ้านมีการหมุนเวียนอากาศที่ดี เกิดสภาวะอยู่สบายในการอยู่อาศัย ลองไปฟังประสบการณ์ใช้งาน **Active AIRflow™ System** จาก **คุณสาโรช สาธุทรัพย์** อาชีพผู้พิพากษา เจ้าของบ้านภายใต้แนวคิด Cool Comfort ที่มีการออกแบบและเลือกใช้วัสดุก่อสร้างบ้านที่เหมาะสมเพื่อช่วยระบายความร้อน ทำให้บ้านกลับมาเย็นสบายน่าอยู่มากขึ้น

บ้านร้อน อบอ้าว

“ปกติตอนกลางวันเวลาไม่อยู่บ้านเราต้องปิดบ้านมิดชิด พอกลับมาตอนเย็นอันดับแรกที่ต้องทำคือเปิดเครื่องปรับอากาศและเร่งให้ทำงานเร็ว ๆ เพราะกว่าจะเย็นมันใช้เวลา ผมสังเกตว่าชั้นบนจะร้อนกว่าชั้นล่างเยอะมาก โดยเฉพาะห้องลูกสาวที่อยู่ทางทิศตะวันตกเพราะไม่ได้เปิดหน้าต่างเลย เสื้อผ้าของผมบางส่วนจะเก็บไว้ห้องลูก เวลาไปงานเลี้ยงตอนเย็นต้องเข้าไปเอาเสื้อผ้าก็ต้องรีบเข้าแล้วรีบออกมาเข้าห้องแอร์เพราะว่าร้อนอบอ้าวมากจริง ๆ”

บ้านเย็น อยู่สบาย

“พอติดตั้ง **Active AIRflow™ System** เห็นความเปลี่ยนแปลงได้ชัดเจน จากแต่ก่อนเข้าบ้านมาต้องรีบเปิดเครื่องปรับอากาศทันที แต่ตอนนี้กลับมาเรายังทำนู่นทำนี่ก็อยู่ได้ แค่เปิดพัดลมก็อยู่ได้สบาย ชั้น 2 จากเดิมที่ร้อนมากไม่อยากจะไปใช้งาน ตอนนี้แทบไม่รู้สึกรูปแบบนั้นเลย เหมือนได้พื้นที่ส่วนนี้กลับคืนมา”

“อีกอย่างสังเกตเห็นได้ชัด คือเวลาเปิดเครื่องปรับอากาศแล้วเย็นเร็วขึ้น ผมเปิดเครื่องปรับอากาศที่ 27-28 °C ก็เย็นสบาย เย็นง่าย เย็นเร็ว

สิทธิพิเศษ
สำหรับลูกค้าโครงการในเครือ NC GROUP รับส่วนลด 10%
กรณีติดตั้งภายในเดือน พ.ค. 2560 ลดเพิ่ม **5,000** บาท/หลัง



ตอนนี้เรียกว่าไลฟ์สไตล์แทบจะเปลี่ยนไปเลย จากปกติวันหยุดผมจะไปตีกอล์ฟแต่เช้า พอกลับมาบ้านก็ต้องออกไปห้างสรรพสินค้าเพราะบ้านร้อน แต่ตอนนี้คือบ้านน่าอยู่ เราสามารถทำอะไรในบ้านได้ทั้งวัน

สบายใจเรื่องติดตั้ง

“ทีมงานจาก SCG ติดตั้งเร็วมาก ใช้เวลาติดตั้งทั้งระบบ ภายใน 1 วัน เนื่องจากมีการแบ่งการทำงานกันอย่างชัดเจน”

“นอกจากนี้สินค้าที่ทาง SCG ส่งมาติดตั้งยังผลิตเสร็จมาจากโรงงาน อุปกรณ์จะยึดกับกระเบื้องมาสำเร็จ ทำให้ผมมั่นใจ ไม่ต้องกังวลเรื่องหลังคารั่วซึม”

ระบบดี ชีวิตก็เปลี่ยน

การทำงานของระบบ **Active AIRflow™ System** อาศัยกลไกการถ่ายเทความร้อนออกจากตัวบ้านและโถงหลังคา ผ่านอุปกรณ์ที่ติดตั้งตามจุดต่าง ๆ ในบ้าน ควบคุมการทำงานผ่านกล่องประมวลผลอัจฉริยะและแสดงผลผ่านแอปพลิเคชันควบคุมได้จาก iPad จึงสะดวกในการใช้งาน



“หลังจากติดตั้งค่าไฟก็ไม่ได้เพิ่มขึ้น เปรียบเทียบว่าช่วงฤดูร้อนเราเปิดแอร์มากกว่าเดิม ค่าไฟก็ยังคงที่เท่า ๆ เดิม และตัวระบบก็ไม่กินไฟเพราะใช้พลังงานแสงอาทิตย์เป็นหลัก สำหรับช่วงที่ไม่มีแดดจะตัดกลับมาใช้ไฟบ้านเพียงไม่กี่ชั่วโมง”

Active AIRflow™ System ไม่เพียงแต่จะทำให้สภาพอากาศภายในบ้านมีการถ่ายเทได้ดี และทำให้ผู้อยู่อาศัยรู้สึกโปร่งสบายเท่านั้น แต่ยังเป็น

นวัตกรรมที่เต็มเต็มคำว่า **“บ้าน”** ให้สมบูรณ์แบบมากขึ้น

สำหรับผู้สนใจระบบ **Active AIRflow™ System** สามารถชมระบบตัวอย่างได้ที่ SCG Experience หรือโทรสอบถามข้อมูลได้ที่ SCG Contact Center 02-586-2222



แสดงเพื่อลงทะเบียนรับสิทธิพิเศษ

สนับสนุนข้อมูลโดย

**SCG
LIVING
TECH**

SCG Contact Center 02-586-2222

Email : contact@scg.co.th, www.scgbuildingmaterials.com



Green Family

ครอบครัวหัวใจสีเขียว

คนยุคนี้ให้ความสำคัญเรื่องของสิ่งแวดล้อมมากขึ้น เพราะเรารู้กันดีแล้วว่าทรัพยากรในโลกมีอยู่อย่างจำกัด ทรัพยากรอย่างประหยัดและรู้คุณค่า ซึ่งไลฟ์สไตล์สีเขียวสิ่งแวดล้อมนี้จะเริ่มปลูกฝังกันตั้งแต่เด็ก โดยเริ่มปรับวิถีของครอบครัว เปิดรับแนวคิดที่ว่า เราทุกคนคือส่วนหนึ่งของธรรมชาติ ทุกสิ่งที่เราทำส่งผลกระทบต่อธรรมชาติ การอนุรักษ์ธรรมชาติจึงเริ่มต้นที่เรื่องใกล้ตัวจากในบ้านของเรา ลองชวนเด็กๆ มาทำสิ่งเล็กๆ น้อยๆ ในชีวิตประจำวันเหล่านี้ได้อย่างมีความสุข สนุกสนานกันดีกว่า



ลดขยะ เริ่มต้นที่ 3R



- **Reduce** ลดขยะ: ลดการใช้อย่างฟุ่มเฟือย เลือกใช้เท่าที่จำเป็น เช่น ใช้ถุงผ้า ลดใช้ถุงพลาสติก ลดใช้โฟม ลดใช้กระดาษของที่เสียซ่อมแล้วนำกลับมาอีก ฯลฯ
- **Reuse** นำกลับมาใช้ซ้ำอีก การใช้ทรัพยากรให้คุ้มค่าที่สุด โดยนำสิ่งของเครื่องใช้กลับมาใช้ซ้ำ เช่น ใช้กระดาษให้ครบทั้งสองหน้า นำเสื้อผ้าเก่าที่ไม่ได้ใช้แล้วไปบริจาค เลือกซื้อสินค้าแบบเติมได้ (Refill) ฯลฯ
- **Recycle** นำกลับมาเปลี่ยนเป็นทรัพยากร ทำได้โดยการแยกขยะในครัวเรือน เช่น นำขวดแก้ว ขวดพลาสติก โลหะ และอะลูมิเนียม รวบรวมไว้ขายให้กับคนรับซื้อของเก่านำไปสู่โรงงานรีไซเคิล

เรียนรู้คุณค่าของธรรมชาติ

- **ปลูกผักสวนครัว** การปลูกผักสวนครัว เพื่อให้เด็กๆ ได้เรียนรู้ธรรมชาติ ได้รู้จักการใช้ประโยชน์จากธรรมชาติ
- **ปลูกต้นไม้** เพื่อลดโลกร้อน ช่วยให้บ้านเย็นสบาย เป็นการลดใช้พลังงานในบ้าน
- **เศษหญ้านำมาทำปุ๋ยบำรุงดิน** เพื่อหัดรู้จักนำสิ่งของเหลือใช้ในธรรมชาติมาใช้ประโยชน์



“

แค่เริ่มต้นปรับวิถีคตินิดหน่อย แล้วค่อยๆ หว่านเพาะเมล็ดพันธุ์แห่งความรักสิ่งแวดล้อมลงไปในชีวิตประจำวัน ด้วยเรื่องง่ายๆ ในชีวิตประจำวัน นอกจากได้ช่วยโลกแล้วยังช่วยลดรายจ่ายในครอบครัว ได้ใช้ประโยชน์จากทรัพยากรอย่างเต็มที่ด้วยหัวใจที่รู้คุณค่าของทุกสิ่ง ทั้งหมดนี้ก็เพื่อให้เด็กๆ ลูกหลานของเราได้อยู่ในสิ่งแวดล้อมที่ดีไปได้อีกนานแสนนาน ”



ใช้ทรัพยากรอย่างรู้คุณค่า

- **ลดใช้ไฟฟ้า** ปิดไฟเมื่อไม่ใช้ ไม่เปิดทีวีทิ้งไว้ ลดการเปิดแอร์ ถอดปลั๊กเครื่องใช้ไฟฟ้าเมื่อไม่ได้ใช้งาน ฯลฯ
- **ประหยัดน้ำ** ตึมน้ำให้หมดแก้ว ใช้ถังน้ำและฟองน้ำล้างรถแทนการใช้สายยางฉีด น้ำล้างจานสามารถนำไปรดต้นไม้ได้ ฯลฯ
- **รับประทานอาหารให้หมดจาน** สอนเด็กๆ ว่าการผลิตอาหารทุกขั้นตอนใช้พลังงาน การรับประทานอาหารเหลือทิ้งจึงเป็นการใช้ทรัพยากรอย่างไม่รู้คุณค่า

NC ON GREEN

Charm ณารม

ที่สุดแห่งการ อยู่อาศัย



พื้นที่สีเขียว

รายล้อมด้วยธรรมชาติ บรรยากาศสวน 400 ไร่



ระบบ Active Airflow

ระบายความร้อนภายในตัวบ้าน บ้านเย็นตลอดปี



รับประกันโครงสร้างดี

จอตลอดสูงสุด 6 ปี ไม่มีขุติ



Universal Design

เดินรอบบ้านด้วยทางลาดไม่สะดุด



Video Door Phone

รับรู้ทุกเหตุการณ์ จากภายในบ้าน



Smart Connect

เชื่อมต่อกับ Smart Phone ของคุณได้ทุกที่ทุกเวลา



Golf Villas

บ้านทรู...ติดสนามกอล์ฟ ให้คุณออกรอบได้ทุกวัน



เส้นทางปั่นจักรยาน
ท่ามกลางธรรมชาติ

www.NConGreen.com

02-532-8084-7

BIKE LANE

บ้านทรู พังค์เซ็นครบ พร้อมรับ Member Golf สูงสุด 6 ปี โครงการเริ่ม 6 - 15 ล้านบาท

เอกสิทธิ์พิเศษ เฉพาะลูกค้า NC GROUP

เพียงแนะนำเพื่อนหรือญาติ ชื้อบ้านในโครงการ CHARM

รับค่าแนะนำ สูงสุด 100,000 บาท

และเมมเบอร์กอล์ฟ ฟรี



ภาพทุกภาพใช้เมื่อประกอบโครงการ

เจ้าของโครงการและผู้มีกรรมสิทธิ์ในที่ดิน : บริษัท เอ็น.ซี.เอส.ซี. จำกัด (มหาชน) ทุนจดทะเบียน : 1,200 ล้านบาท (ชำระเต็ม) สำนักงานใหญ่ เลขที่ 1/765 หมู่ 17 ด.พหลโยธิน กม.26 ต.คูคต อ.ลำลูกกา จ.ปทุมธานี 12130 ประธานกรรมการ : นายสุธรรม ชัยवालวงศ์ กรรมการผู้จัดการ นายสมเชษฐ์ ตันฑะเทอดธรรม ที่ตั้งโครงการ : อ.ลำลูกกา ต.ลาดสวาย อ.ลำลูกกา จ.ปทุมธานี : พื้นที่โครงการ : 32-3-20.2 ไร่ สวสนสาธารณะขนาด 459.2 ไร่ โฉนดที่ดินเลขที่ : 2313 , 2314 , 93557 , 93558 , 153761 , 153762 , 153763 , 153764 ใบอนุญาตจัดสรรที่ดินอยู่ในระหว่างการขออนุญาต ที่ดินมีภาระผูกพัน สนับสนุนโครงการโดย ธนาคารไทยพาณิชย์ จำกัด (มหาชน) เริ่มก่อสร้าง : กันยายน 2558 คาดว่าแล้วเสร็จบางส่วน : สิงหาคม 2559

กิจกรรม “CG & CSR Day 2017 รู้จักบ้าน รู้ใจคุณ สู่ความยั่งยืน”

บริษัท เอ็น.ซี.เอสซีซิ่ง จำกัด (มหาชน) ตระหนักถึงความสำคัญในการบริหารงานภายใต้หลักการกำกับดูแลกิจการที่ดี และคู่มือจรรยาบรรณบริษัทมาอย่างต่อเนื่อง โดยกำหนดให้วันที่ 2 กุมภาพันธ์ของทุกปี ซึ่งเป็นวันคล้ายวันก่อตั้งบริษัทเป็นวันบริษัทภิบาล (CG & CSR Day)

เมื่อวันที่ 2 กุมภาพันธ์ 2560 ที่ผ่านมา ผู้บริหารและพนักงาน เอ็น.ซี. กรุ๊ป ร่วมกันจัดงาน “CG & CSR Day 2017 รู้จักบ้าน รู้ใจคุณ สู่ความยั่งยืน” โดยภายในวันงานมีการแถลงนโยบาย แผนงานและเป้าหมาย ปี พ.ศ. 2560 และบรรยายถ่ายทอดความรู้ โดยวิทยากรผู้ทรงคุณวุฒิ ได้แก่ “CSR in Process” โดยคุณวรรณัฐ เพียรธรรม ผู้ช่วยผู้อำนวยการ สถาบันไทยพัฒนา และการบรรยาย “รู้จักบ้าน รู้ใจคุณ สู่ความยั่งยืน” โดย ดร.วิเลิศ ภูริวัชร ภาควิชาการตลาด คณะพาณิชยศาสตร์และการบัญชี จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ตามด้วยกิจกรรมมอบทุนการศึกษา ในโครงการ “ทุนเอ็น.ซี.ประจำปีการศึกษา 2560” ซึ่งเป็นกรมอบทุนการศึกษาต่อเนื่องจนสำเร็จการศึกษาในระดับปริญญาตรี แก่นักศึกษามหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลธัญบุรี จำนวน 8 ทุน



เอ็น.ซี.เอสซีซิ่ง เปิดแผนปี 60 โตต่อแนวราบ ชูนวัตกรรม NCXT ตอบโจทย์บ้านอยู่อาศัยแห่งอนาคต

นพ.สมเชาว์ ดันตเทอดธรรม กรรมการผู้จัดการ บริษัท เอ็น.ซี. เอสซีซิ่ง จำกัด (มหาชน) เปิดเผย แผนปี 2560 มีการขยายโครงการรุกต่อแนวราบ ในทำเลศักยภาพ 4 โครงการใหม่ มูลค่ารวม 3,700 ล้านบาท สร้างแบรนด์ให้อยู่ในใจลูกค้า **Home Expert Living Care** ด้วยกลยุทธ์ Product Strategy ให้ความสำคัญกับลูกค้าเป็นอันดับแรก Customer First โดยปีนี้เพิ่มฐานลูกค้าในทำเลศักยภาพโซนเหนือ และรุกเพิ่มทำเลโซนตะวันตก ชูนวัตกรรมบ้านแห่งอนาคต **NCXT (NC Cross Innovation & Home Technology)** ตอบโจทย์ทุกการอยู่อาศัย NCXT : Smart Eco และ Smart Care ด้วย Lifestyle ที่เป็นเอกลักษณ์เฉพาะ **ครอบครัวไทยยุคใหม่** สร้างความสมดุลวัยเด็ก, วัยหนุ่มสาว, และวัยเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณยกระดับความสุขของการอยู่อาศัยกับบ้านเทคโนโลยีอย่างเหนือชั้น NCXT : **Smart Eco** กระบวนการออกแบบดีไซน์ ทั้ง Function และสถาปัตยกรรมภายในภายนอกด้วยนวัตกรรม การเชื่อมโยงบ้านให้เป็นมิตรกับสิ่งแวดล้อม รูปแบบการดีไซน์รองรับระบบบ้านเย็น ควบคุมอุณหภูมิ ระบบ Active Airflow และ Solar Roof System NCXT : **Smart Care** การอยู่อาศัยอย่างปลอดภัยสูงสุดของแบรนด์บ้านฟ้า มีพัฒนาการรักษาความปลอดภัยสู่ Security System ในชีวิต ทรัพย์สิน และสุขภาพ ด้วยนวัตกรรมสร้างสมดุลการใช้ชีวิตร่วมกันอย่างมีความสุขที่ เอ็น.ซี. มอบให้



The Tales of Tender Living

บ้านฟ้าปียสมร
TENDRO
ทางด่วนรอบ 11 แคว้น สำลู่กกาคลอบ 6
BY **INC GROUP**



กาลครั้งหนึ่ง นานมาแล้ว... ประโยคเริ่มต้นจากนิทานเกือบทุกเรื่องที่ราๆ อาจเคยได้ยิน...ได้ฟัง...หรือได้อ่านกันมาสมัยยังเด็กจนกระทั่งโตเป็นผู้ใหญ่ซึ่งไม่ว่าเรื่องราวจะมีจุดเริ่มต้นในแบบใด แต่ในท้ายสุดก็มักจะลงเอยด้วยความสุขอยู่เสมอ

ถึงแม้ชีวิตจริงจะไม่ได้สวยงามเหมือนในนิทานแต่ผู้คนส่วนใหญ่ยังคงตามหาความสุขจากความประทับใจในวัยเยาว์จากเรื่องราวเหล่านั้น ไม่ว่าจะเป็นการวาดฝันถึงการเริ่มต้นชีวิตคู่ที่สมบูรณ์แบบเจกเช่นเจ้าชายเจ้าหญิง หรือแม้แต่การได้อาศัยอยู่ในคอนโดหลังใหญ่โตตั้งปราสาทในเทพนิยาย

หากบางสิ่งที่เราได้แต่ฝัน เกิดเป็นจริงขึ้นมาได้ก็คงจะดีไม่น้อย ซึ่งวันนี้ **“บ้านฟ้าปียสมร เทนโดร”** ได้เนรมิตภาพแห่งจินตนาการให้สามารถจับต้องได้ ด้วยการนำแนวคิดการออกแบบสถาปัตยกรรมจากรื่องราวในเทพนิยายที่ทุกคนคุ้นเคย รั้งสรรค์สู่ทุกตารางเมตรของพื้นที่ภูมิทัศน์ผ่านแนวคิด Plaza De La Torre ซึ่งคำว่า Torre หมายถึง Tower (หอคอย) จึงได้นำเอกลักษณ์ของซีกโลกตะวันตกผสมผสานเป็นชุมทางเข้าที่ขนาบด้วยหอคอยคู่สี่เทา-ดำสูงตระหง่านเป็นเสมือน Plaza จุดแรกที่ดึงดูดสายตาด้วยเส้นตั้งที่โดดเด่นทอดนำสู่วงเวียนสโตร์อังกฤษ สลับกับกำแพงต้นไม้เขียวชะอุ่ม สร้างความรู้สึกอบอุ่นเป็นกันเอง โดยออกแบบให้มีความสะดวกคล่องกับลักษณะการวางผังแบบ Formal Form ที่มีสวนสาธารณะทรงสี่เหลี่ยมเป็น Landmark ตรงใจกลางของโครงการ มีหลายเส้นจากชุมทางเข้าทอดยาวสู่สายฟ้าตรงนำสายตาไปสู่พื้นที่สวนอย่างเชื่อเชิญซึ่งบริเวณนี้เปรียบเสมือนเป็น Plaza จุดที่สองของชุมชนใช้สำหรับการพักผ่อนหย่อนใจ ครอบคลุมสวนสิ่งอำนวยความสะดวกเพื่อตอบใจหทัยชีวิตคนยุคใหม่ ไม่ว่าจะเป็นถนน Bike Lane ลานยกพื้นอเนกประสงค์สำหรับเป็นจุดนัดพบ ลานกิจกรรมกลางแจ้ง สนามเด็กเล่น รวมถึงพื้นที่นั่งพักผ่อนรอบโครงการ

เหนือสิ่งอื่นใด คือความโดดเด่นที่ทำให้ **“เทนโดร”** เป็นยิ่งกว่า **“บ้าน”** ซึ่งก็คือ การให้ความสำคัญในฐานะจุดเริ่มต้นที่ใช้สำหรับครอบครัวยุคใหม่ เพราะบ้านแต่ละหลังล้วนถูกออกแบบให้มีความฉลาด ทันสมัย แผงด้วยกลิ่นอายของความหรูหรา แข็งแรงมั่นคง ดูโอ่งโง่งทั้งภายนอกและภายใน เพราะเปิดพื้นที่ใช้สอยภายในบ้านให้เชื่อมต่อถึงกัน เพื่อให้ตัวบ้านดูโล่งโปร่ง สบายและยังทำให้การใช้ชีวิตของคนในบ้านไม่ห่างเหินจนเกินไป นอกจากนี้ด้วยทำเลที่ตั้งบนถนนลำลูกกา คลอง 6 ซึ่งอยู่ติดวงแหวนกาญจนาภิเษก รองรับรถไฟฟ้าสายสีเขียว หมอชิต-สะพานใหม่-คูคต จึงพร้อมตอบรับการเดินทางที่แสนสะดวกสบายต่อการไปยังจุดต่างๆ ได้อย่างลงตัว

หากชีวิตมีเรื่องราวแบบเดียวกับในนิทาน การเริ่มต้นกับ **“เทนโดร”** คงเปรียบเหมือนการเดินทางสู่บทสรุปของความสุข กับตอนจบที่แสน **Happy Ending** นั่นเอง



บ้านฟ้าปียสมร เทนโดร เริ่มต้น 3.4 ลบ.
สอบถามข้อมูลเพิ่มเติม โทร. 02 987 9380-3





เมืองน่าอยู่

เมื่อทุกคนช่วยกันแยกขยะ

แรงบันดาลใจจากญี่ปุ่น

เมื่อเอ่ยถึงการแยกขยะ คงต้องพูดถึงชาวญี่ปุ่นเพื่อเป็นแรงบันดาลใจกันหน่อย ใครเคยไปญี่ปุ่นจะเห็นว่าบ้านเมืองสะอาดเรียบร้อย ถึงขยะมีแยกย่อยตามประเภทขยะจำนวนมาก คนญี่ปุ่นมีวินัยในการแยกขยะ มาจากพื้นฐานวัฒนธรรมการเสียสละของ มีการแยกขยะในครัวเรือนกันจริงจัง มีระบบการจัดการที่ดี บางเมืองแยกขยะกันถึง 16 ประเภท มีการกำหนดวันเวลาที่รถเก็บขยะจะมารับขยะแต่ละประเภทอีกต่างหาก

การจัดการขยะของญี่ปุ่นเป็นการใช้ประโยชน์จากขยะทุกชิ้นให้เป็นทรัพยากรหมุนเวียนกลับมาใช้ใหม่ให้มากที่สุด ทั้งในรูปแบบวัตถุดิบในการผลิตสินค้า ในรูปของพลังงาน ความร้อน พลังงานจากการหมักเอาก็าก็มีเทน หรือในรูปของปุ๋ยหมัก ปุ๋ยอินทรีย์ ภายใต้กฎหมายที่ครอบคลุม และสื่อสารกับประชาชนผ่านสื่อต่างๆ มีการเรียนรู้เรื่องแยกขยะตั้งแต่วัยเด็ก



แยกขยะประโยชน์มหาศาล

เมืองไทย เฉพาะในกรุงเทพฯ ปี 2559 มีขยะที่เกิดขึ้น 10,130 ตัน/วัน เฉลี่ยแล้วมาจากการทิ้งขยะคนละประมาณ 1.2 กิโลกรัม/วัน ตัวเลขไม่ใช่ในน้อยแบบนี้ ถ้าเราช่วยกันแยกขยะจะเกิดประโยชน์มากมาย

1. **ช่วยลดปริมาณขยะลง** แยกขยะที่นำกลับมาใช้ประโยชน์ได้ออกจนเหลือขยะที่ต้องนำไปกำจัดจริงๆ น้อยลง
2. **ประหยัดงบประมาณของรัฐที่ใช้ในการกำจัดขยะ**
3. **การนำวัสดุประเภท Recycle หมุนเวียนมาใช้ใหม่ ช่วยลดการสิ้นเปลืองพลังงานและทรัพยากร**
4. **ช่วยรักษาสิ่งแวดล้อม** เมื่อขยะน้อยลง มลพิษในสิ่งแวดล้อมก็น้อยลงตามไป



แยกขยะ 4 ประเภท

เราคงไม่ต้องแยกขยะถึง 16 ประเภทแบบญี่ปุ่น แต่ลองมาทำแบบง่าย ๆ ด้วยการแยกขยะ 4 ประเภท ได้แก่

- **ขยะย่อยสลายได้** เช่น ใบไม้ เศษอาหาร ถ้าที่บ้านมีสวนนำไปทำปุ๋ยบำรุงดินได้
- **ขยะทั่วไปย่อยสลายไม่ได้** เช่น ผ้า ไม้ ยาง หนังสือ โฟม พลาสติก ขงบะหมี่กึ่งสำเร็จรูป
- **ขยะรีไซเคิล** เช่น กระดาษ แก้ว พลาสติก โลหะ
- **ขยะมีพิษอันตราย** เช่น ขวดยา หลอดฟลูออเรสเซนต์ ถ่านไฟฉาย ระเบิด สเปรย์ ยาฆ่าแมลง ฯลฯ

อาจหาถังขยะสีต่างๆ มาใส่ขยะแต่ละประเภท ลองหาวิธีสนุกๆ เพื่อให้การแยกขยะไม่น่าเบื่อ เช่น การจดสติ หาเบอร์คนรับซื้อของเก่าเจ้าประจำเพื่อให้มารับซื้อของไปเมื่อมีมากพอ เพียงแค่นี้ใส่ใจมากขึ้นอีกนิด เริ่มทำได้เลยในบ้านเราเอง ลองจินตนาการ ถ้าทุกครัวเรือนแยกขยะ ปริมาณขยะจะลดลงได้มหาศาลแค่ไหน และบ้านเมืองของเราคงน่าอยู่ขึ้นอีกมากทีเดียว

โซเซียลมีเดีย ความรุนแรงและ Brain Executive Functions

น.พ.อุดม เพชรสังหาร

คงไม่มีใครปฏิเสธหากจะบอกว่าโซเซียลมีเดียมีอิทธิพลมหาศาลต่อชีวิตของคนเราในปัจจุบัน เราได้ความรู้ ข้อมูล ขณะเดียวกันก็ได้เห็นการด่าทอ การใช้ความรุนแรง หนึ่งปี โฆษณาขายยาเสพติด และสิ่งผิดกฎหมายด้วยเช่นกัน หลายคนเริ่มกังวลกับโซเซียลมีเดียเพราะมันมีอำนาจทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงในสังคมได้สูง บางเรื่องถึงกับทำให้อาการทางสังคมที่เคยมีอยู่เกิดอาการอ่อนแอไปเลยก็ว่าได้

สมัยก่อนพ่อแม่จะสอนลูกสาวว่าต้องรักษานวลสงวนตัว ไม่นุ่งน้อยห่มน้อยเพราะมันไม่งาม แต่ทุกวันนี้คำสอนนี้ดูเหมือนจะเป็นอัมพาตไปเสียแล้ว เพราะโซเซียลมีเดียนำเสนอแพชชั่น การแต่งกายของวัยรุ่นจากต่างชาติ นำเสนอความเซ็กซี่ของเรือนร่าง สาววัยรุ่นไทยจึงนิยมแต่งเซ็กซี่มากกว่าที่จะแต่งตามคำสอน (ปณ) ของพ่อแม่ที่รอกอยู่ทุกวัน

จีนเป็นกรณีศึกษาที่น่าสนใจมากกว่า 40 ปีมาแล้ว จีนได้ชื่อว่าเป็นชาติที่แต่งกายคอนเซ็ปต์ที่ฟิตที่สุด อันเป็นผลมาจากนโยบายปฏิวัติวัฒนธรรม แต่การไหลบ่าของวัฒนธรรมจากทั่วโลกผ่านสื่อต่าง ๆ (ขณะนั้นยังไม่มีโซเซียลมีเดียด้วยซ้ำ) ทำให้คนจีนไม่สนใจนโยบายนี้ของรัฐบาลเท่าใดนัก ในที่สุดรัฐบาลจีนต้องยอมผ่อนปรนและยกเลิกนโยบายนี้ในที่สุด ปัจจุบันแพชชั่นจากจีนได้กลายเป็นเทรนด์แฟชั่นของโลกไปแล้ว นอกเหนือจากเทรนด์แฟชั่นจากโตเกียว ปารีส หรือนิวยอร์ก

นี่คืออิทธิพลของสื่อที่มีต่อกลไกของสังคม

ในสังคมไทยของเราเอง การนำเสนอการใช้ความรุนแรงทางโซเซียลมีเดีย เป็นประเด็นที่หลายคนเริ่มกังวลว่ามันอาจทำให้เด็กและเยาวชนของเราเกิดความชินชาจนถือเป็นเรื่องปกติ และยึดเอาเป็นแบบอย่างสำหรับตัวเอง เราจะยับยั้งสื่อไม่ให้นำเสนอสิ่งที่กระทบต่อเด็ก เยาวชน และกระทบต่อกลไกทางสังคมดั้งเดิมได้หรือไม่

คำตอบที่น่าจะตรงมากที่สุดในตอนนี้เป็นคือ “เห็นที่จะยาก” มันเยอะจนเราตามไม่ทันหรืออีกอย่างโซเซียลมีเดียได้กลายเป็นระบบนิเวศทางสังคมของเราไปเรียบร้อยแล้ว การจัดการกับ

ระบบนิเวศใด ๆ ของสังคมมักมี “ราคาที่ต้องจ่าย” ตามมาเสมอ และบางที “ราคา” นั้นก็แพงเกินกว่าเมื่อเทียบกับสิ่งที่ได้มา

แล้วเราจะปกป้องเด็กๆ ลูกหลานของเราได้อย่างไร

ทางออกที่ดีที่สุดคือ “การสร้างภูมิคุ้มกันที่เข้มแข็งให้กับเด็กๆ ของเรา” ให้มีภูมิคุ้มกันตามต่อแบบอย่างที่ไม่เหมาะสมทั้งหลายที่มาถึงโซเซียลมีเดียได้ และมีวิจารณญาณในการตัดสินใจเลือกแบบอย่างที่ดีที่เหมาะสมสำหรับชีวิต

ความรู้ใหม่ทางประสาทวิทยาศาสตร์และวิทยาการการเรียนรู้ (Cognitive Neuroscience) พบว่าการทำงานที่มีประสิทธิภาพของสมองส่วนหน้า (Prefrontal Cortex) หรือที่นักวิชาการเรียกว่า “Brain Executive Functions” คือสิ่งที่ทำให้เด็ก ๆ ของเรามีภูมิคุ้มกันต่อแบบอย่างที่ไม่ดี รวมทั้งมีวิจารณญาณในการเลือกสิ่งดี ๆ สำหรับชีวิตพวกเขา

การค้นคว้าวิจัยว่าสองทศวรรษ ได้ข้อสรุปว่า “Brain Executive Function” คือหลักประกันความสำเร็จในชีวิตของคนเราทั้งเรื่องการเรียน การทำงาน ชีวิตครอบครัว การเงิน การเป็นพลเมืองดีของสังคม และแม้แต่การมีสุขภาพที่ดี

Brain Executive Functions มีองค์ประกอบย่อยอยู่ 3 เรื่องคือ

ความสามารถในการยับยั้งคิดและไตร่ตรอง (Inhibitory Control)

ความสามารถในการจดจำและใช้ประโยชน์จากข้อมูล (Working Memory)

ความสามารถในการปรับตัวและยืดหยุ่นไปตามสถานการณ์ที่เปลี่ยนไป (Mental Flexibility)

ทั้งหมดจะร่วมกันทำหน้าที่สร้างทักษะ

ในการใช้วิจารณญาณ การรู้จักยับยั้งคิดไตร่ตรอง การแก้ปัญหา การตัดสินใจ การมีเป้าหมายของชีวิต ตลอดจนความสามารถในการควบคุมกำกับตัวเองเพื่อการบรรลุเป้าหมายที่ต้องการให้เกิดขึ้น

ช่วงเวลาของการพัฒนา Brain Executive Functions คือตั้งแต่อายุ 3 จนถึงประมาณ 25 ปี แต่ช่วงที่มีการพัฒนาเร็วที่สุดคือ วัยเด็กตอนต้น 3-10 ปี และกิจกรรมที่พัฒนา Brain Executive Functions ได้ครบถ้วนที่สุดคือ “กิจกรรมดนตรี”

ลองทำแบบนี้กับลูก

เริ่มต้นง่าย ๆ พาลูกเล่นกับจังหวะเพลง จะด้วยการปรบมือ ตีกลอง หรือเคาะกระป๋องไปกับเพลงก็ตามสะดวก สว่าง “จังหวะ” หรือ “Sense of Rhythm” ให้เกิดขึ้นกับลูกให้ได้ (รวมทั้งพ่อแม่ด้วย ถ้าพ่อแม่เองก็ยังไม่มีความรู้เพราะจังหวะคือ “เสาหลัก” ที่จะช่วยพัฒนา Brain Executive Functions ให้กับลูกต่อไป

เมื่อลูกมีจังหวะแล้ว พาลูกนับจังหวะ 1234 1234 ไปเรื่อย ๆ พร้อมกับตีกลองหรือปรบมือตามการนับ

ขั้นต่อไปชวนลูกปรบมือหรือตีกลองเฉพาะตอนนับ 1 หรือ 2 หรือ 3 หรือ 4, หรือ 1 กับ 3, 2 กับ 4 สลับไปมาเรื่อย ๆ นี่คือการฝึก “ความสามารถในการยับยั้งคิดและไตร่ตรอง (Inhibitory Control)” ซึ่งจะมีพัฒนาการก่อนในบรรดาองค์ประกอบย่อยของ Brain Executive Functions

ต่อไปก็เล่นตีกลองโต้ตอบกับลูก พ่อ (แม่) ตีกลองเป็นจังหวะ “โ๊ะ โ๊ะ โ๊ะ โ๊ะ ตึง” แล้วให้ลูกตีตาม (เลียนแบบ) ให้เหมือนมากที่สุด แล้วเปลี่ยนจังหวะเป็นแบบอื่นให้หลากหลายวิธีนี้คือการฝึก “ความสามารถในการจำและใช้ประโยชน์จากข้อมูล (Working Memory)”

เมื่อวิชาตีกลองหรือปรบมือของลูกก้าวหน้าดีแล้ว ชวนลูกตีกลองหรือปรบมือตามเพลง แต่คราวนี้ชวนลูกให้ใส่ลูกเล่นด้วย ไม่ต้องตีตามเสียงกลองในเพลง แต่ตีตามแบบที่อยากตี ขอเพียงให้เข้าจังหวะกับเพลงได้เป็นพอ แค่นี้ก็ช่วยฝึกความยืดหยุ่นของความคิดหรือ Mental Flexibility ให้ลูกได้แล้ว

แม้เราไม่สามารถจัดการกับสิ่งแวดล้อมรอบตัวเด็กได้ทุกเรื่อง แต่การพัฒนาให้เด็กมีภูมิคุ้มกันที่เข้มแข็งคือสิ่งที่เราทำได้ และมันจะเป็นเกราะช่วยป้องกันพวกเขาให้ปลอดภัยจากสิ่งแวดล้อมที่เป็นพิษทั้งหลายเอง

เตรียมพบกับ
ทาวน์เฮ้าส์ใหม่
บนทำเล
ปิ่นเกล้า-สาย 5

ธรรมชาติลงตัวกับเทคโนโลยี ใกล้ใจกลางเมือง
รองรับรถไฟฟ้าสายสีแดงอ่อน และสายสีน้ำเงิน

สอบถามเพิ่มเติม www.ncgroup.co.th

02 444 5579

 NC GROUP
รู้จักบ้าน รู้ใจคุณ

วิถีการรับประทานอาหารของคนเรามีพัฒนาการมายาวนาน มีอาหารหลากหลายประเภทให้เลือก โดยเฉพาะในยุคอุตสาหกรรมอาหารแบบนี้ อาหารบางอย่างที่ผลิตในระบบอุตสาหกรรมอาจไม่ค่อยดีต่อสุขภาพเท่าไร เพราะเต็มไปด้วยสารเคมีและสิ่งแปลกปลอม แต่เรายังมีทางเลือกที่ทำได้เลยในชีวิตประจำวัน เพื่อสุขภาพที่ดีกว่า นั่นคือ การหวนคืนสู่ธรรมชาติดั้งเดิมของอาหาร ให้ร่างกายได้เปิดรับคุณค่าอันแท้จริง สัมผัสความบริสุทธิ์สะอาดสดใหม่ของอาหารจากรธรรมชาติ ที่ผ่านการปรุงแต่งน้อยที่สุด

คุณค่าจากธรรมชาติ



◀ กินอาหารสมุนไพร

พืชผักสมุนไพรมีประโยชน์ต่อระบบต่างๆ ของร่างกาย

▶ กินอาหารท้องถิ่น

สดใหม่ ไม่ต้องขนส่งมาไกล มั่นใจว่าไม่ต้องใช้สารกันบูด



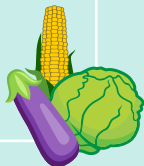
◀ ข้าวที่ไม่ขัดสี

ข้าวกล้อง ข้าวซ้อมมือ



▶ กินอาหารตามฤดูกาล

พืชผักที่มีตามฤดูกาล ใช้สารเคมีน้อยกว่าพืชที่ปลูกนอกฤดู



◀ พักสดผลไม้สด

เพิ่มสัดส่วนผักสด ผลไม้สดในมื้ออาหารให้มากขึ้น



Back to the Origin of Food

หวนคืนสู่คุณค่าแท้จริงของอาหาร

▶ กินอาหารไขมันต่ำ

ลดอาหารไขมันสูง ลดเนื้อสัตว์



◀ ปลูกผักไว้กินเอง

เพื่อความมั่นใจเรื่องอาหารปลอดภัย



อาหารที่ควรเลี่ยง

อาหารที่ผ่านกระบวนการแปรรูปเหล่านี้ อุดมไปด้วยสารเคมีที่อาจสะสมและเป็นพิษต่อร่างกาย

- ▶ อาหารหมักดอง
- ▶ อาหารแปรรูป (Processed food)
- ▶ อาหารกระป๋อง



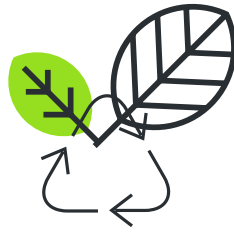
ผลดีที่เกิดกับร่างกาย



มีภูมิคุ้มกันที่ดี ร่างกายสดชื่นแข็งแรง ดีต่อระบบต่างๆ ในร่างกาย ระบบย่อยอาหาร ระบบหัวใจ ระบบเลือด ฯลฯ ลดความเสี่ยงจากโรค ห่วงไกลโรคที่เกิดจากวิถีชีวิตที่ไม่เหมาะสม

Inspired by Nature

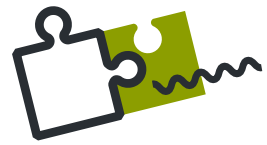
4 ธุรกิจแนวคิดรักษ์สิ่งแวดล้อม



เทรนด์ธุรกิจสีเขียวใส่ใจสิ่งแวดล้อมค่อยๆ เติบโตอย่างน่าสนใจ เพราะคนสมัยใหม่รู้สึกเชื่อมโยงตัวเองเข้ากับธรรมชาติได้อย่างแท้จริงมากขึ้น มีจิตสำนึกที่ห่วงหาขวัญสิ่งแวดล้อมและต้องการใช้ทรัพยากรให้คุ้มค่าที่สุด ทำให้เกิดเป็นธุรกิจรักษ์โลกที่มีแนวคิดมาจากความตั้งใจดีต่อธรรมชาติ ทั้งธุรกิจเพื่อลดขยะ นำสิ่งของใช้แล้วมาออกแบบเป็นสินค้า หรือธุรกิจที่ลดใช้สารเคมี ทุกขั้นตอนการผลิตคำนึงถึงการใช้ทรัพยากรอย่างรู้คุณค่า และเป็นมิตรกับสิ่งแวดล้อมอย่างยั่งยืน ซึ่งถือเป็นการสร้างความแตกต่างในเชิงธุรกิจ ส่งผลให้สินค้าและบริการโดดเด่นแปลกใหม่ จับใจผู้บริโภคที่แคร์ในสิ่งเดียวกัน



The ReMaker



ของใช้ดีไซน์เก๋จากวัสดุเหลือใช้

อีกหนึ่งธุรกิจของรุ่นใหม่ที่สร้างความแตกต่างมานานนับ 10 ปี ด้วยความมุ่งมั่นและตั้งใจของนักธุรกิจหนุ่มไฟแรง **คุณยุทธนา อินทัยสินทวี** เจ้าของแบรนด์ "The ReMaker" (เดอะ รีเมกเกอร์) ผู้สร้างสรรค์สินค้าจากเศษวัสดุเหลือใช้มานานชนิดอย่างเสื้อผ้ามือสอง ยางรถยนต์ ป้ายไวต์บอร์ด นำมาสร้างเป็นผลงานของใช้จนเป็นที่ยอมรับของลูกค้า โดยสินค้าที่โดดเด่นในปัจจุบันคือ "ยางในรถยนต์" ถูกนำมาออกแบบเป็นงานดีไซน์ที่มีเอกลักษณ์เฉพาะตัว กลายเป็นของใช้ ของแต่งบ้านที่สวยงาม เช่น ที่ใส่ของ เฟอร์นิเจอร์ กระเป๋า เข็มขัดจากยางในรถ ฯลฯ

Eco Shop Common



ออกแบบเพื่อสิ่งแวดล้อมที่ยั่งยืน

ร้านที่เกิดจากความรักและชื่นชอบงานออกแบบของ **คุณท็อป-พิพัฒน์ อภิรักษ์ธนากร** พิธีกรและนักแสดง ผู้สร้างแบรนด์ผลิตภัณฑ์ที่เป็นมิตรต่อสิ่งแวดล้อม โดยสังสรรค์ประสบการณ์จนประสบความสำเร็จทางด้านงานออกแบบที่มีแนวคิดเพื่อความยั่งยืน สร้างธุรกิจที่คำนึงถึงสังคมและสิ่งแวดล้อม เริ่มสร้างธุรกิจด้วยการเรียนรู้เรื่อง Eco Design ควบคู่ไปกับการทำร้าน Eco Shop Common นำเสนอผลงานแนว Eco รวมทั้งเป็นที่พบปะของผู้บริโภค นอกจากขายสินค้าแล้วยังขยายไอเดียสร้างจิตสำนึกช่วยกันรักษาโลกใบนี้ให้กับผู้ที่สนใจอีกด้วย



กระเป๋าผ้า มานะดีไซน์

สินค้าแฮนด์เมดดีไซน์ด้วยใจรักทั่วโลกเกิดขึ้นจากแรงบันดาลใจของ **คุณสุชฎา คล่องนักรบ** อดีตพนักงานบริษัทที่ถึงจุดอิ่มตัวและลาออกมาดูแลครอบครัว ด้วยเป็นคนที่ไม่เคยหยุดหาความรู้ จึงได้เข้าอบรมโครงการสอนงานฝีมือกับหลายหน่วยงาน เป็นจุดเริ่มต้นของร้านสินค้าแฮนด์เมด ผลิตภัณฑ์กระเป๋าผ้าทำมือ รวมถึงถุงผ้าที่ใช้เพื่อช่วยลดการใช้ถุงพลาสติก ดีไซน์เก๋ไก๋เรียบง่ายสไตล์ Eco หลากหลายรูปแบบ มีทั้งกระเป๋าถือ แฟชั่น กระเป๋าใส่เอกสาร พวงกุญแจ สมุดบันทึก สายห้อยบัตร BTS/MRT และซองใส่มือถือ สินค้าทุกชิ้นทำมือด้วยความประณีตและเน้นใช้วัสดุจากธรรมชาติ

Origins



รังสรรค์ความงามจากธรรมชาติ

ออริจินส์ แบรนด์แห่งความงามเพื่อการปรนนิบัติผิวที่ก่อตั้งมายาวนาน มุ่งมั่นพัฒนาอย่างต่อเนื่องบนหลักปรัชญาเพื่อความยั่งยืนของธรรมชาติ เน้นใช้วัตถุดิบจากธรรมชาติที่อ่อนโยนเพื่อการดูแลผิวพรรณได้ทั่วทั้งเรือนร่าง ใช้ได้ทั้งชายและหญิง ไม่เกิดการระคายเคือง อีกทั้งใส่ใจในรายละเอียดของบรรจุภัณฑ์ที่ทำจากวัสดุรีไซเคิล ลดการใช้พลังงานด้วยกระบวนการผลิตที่ใช้พลังงานจากกังหันลม เป็นเครื่องสำอางที่ไม่ทดลองกับสัตว์ ถือเป็นอีกหนึ่งแบรนด์ที่ตระหนักถึงสังคมอันยั่งยืน ด้วยการพยายามผลิตสินค้าที่เป็นมิตรกับสิ่งแวดล้อมในทุกขั้นตอน



Relaxing at Home

ความบันเทิงจากธรรมชาติ

ความสุขมีหลายรูปแบบ และหนึ่งในความบันเทิงที่ช่วยย่ำรู้สึกลึบผ่อนคลายสงบสุขยิ่งขึ้นคือ สื่อต่างๆ หนังสือ เพลง หรือหนังสือที่น่าพาให้รู้สึกใกล้ชิดธรรมชาติ ไม่ว่าจะเป็นหนังสือที่ทำให้เราได้เห็นความงามของธรรมชาติ เสียงดนตรีจากธรรมชาติ หรือหนังสือที่ช่วยย่ำรู้จักรูปประโยคจากธรรมชาติเพื่อแสวงหาความสุขง่ายๆ ไปด้วย



Little Forest

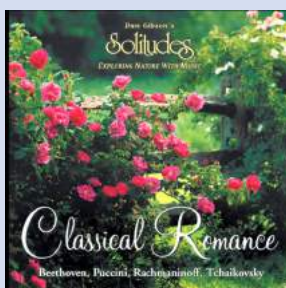
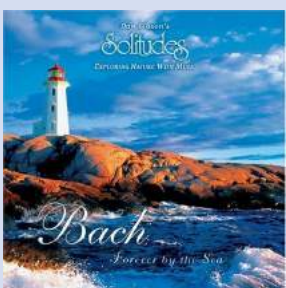
หนังสือรักธรรมชาติ ดีต่อใจ

หนังสือเล่มนี้ทำให้รู้สึกถึงความงามของชีวิตและธรรมชาติ เมื่อหญิงสาวคนหนึ่งตัดสินใจกลับไปทำการเกษตรที่บ้านเกิด หมู่บ้านเล็กๆ แวดล้อมด้วยภูเขาและป่าใหญ่ เธอต้องทำทุกอย่างด้วยตัวเอง ไม่ว่าจะเป็นการทำนา ทำสวน ทำซอสญี่ปุ่น นูเทลล่า สากะทิววน เป็ดย่าง ไปจนถึงเก็บของป่า และหาเห็ด เราได้เห็นความเอาใจใส่ต่อทุกอย่างรอบตัว ได้เรียนรู้ถึงคุณค่ามากมายที่ได้จากธรรมชาติ สำหรับคนที่สนใจวัฒนธรรมการกินแบบญี่ปุ่นน่าจะชอบหนังสือเล่มนี้ เพราะเรื่องราววนเวียนอยู่กับการกินอยู่ท่ามกลางธรรมชาติของหญิงสาว และหลายฉากได้โชว์การทำอาหารโฮมเมดแบบญี่ปุ่น

หนังสือ 2 ภาคคือ **Little Forest : Summer / Autumn**

และ **Little Forest : Winter / Spring**

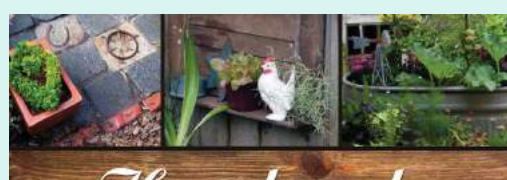
ซึ่งทำให้ได้เห็นความงดงามของสภาพแวดล้อมที่หมุนเวียนแปรเปลี่ยนไปในแต่ละฤดูกาล การเปลี่ยนแปลงของสภาพอากาศมีผลกับรายละเอียดในชีวิตของหญิงสาวอย่างแยกไม่ออก เพราะเธอต้องพึ่งพาธรรมชาติ ทั้งเรื่องอาหารการกิน การเก็บของป่า การทำไร่ทำสวน และยังมีเรื่องของอารมณ์ที่เปลี่ยนแปลงไปพร้อมกับอากาศ จนทำให้เรารู้สึกได้ว่าธรรมชาติมันส่งผลต่อชีวิตของมนุษย์อย่างลึกซึ้งมากเหลือเกิน



Dan Gibson's Solitudes

เสียงดนตรีจากธรรมชาติ

เสียงจากธรรมชาติช่วยให้จิตใจสงบผ่อนคลาย รู้สึกเป็นหนึ่งเดียวกับธรรมชาติ หนึ่งในศิลปินที่น่าเสียงธรรมชาติมาใส่ไว้ในเสียงดนตรีที่ได้รับการยอมรับแพร่หลายคือ ศิลปินชาวแคนาดา Dan Gibson เขาได้สร้างสรรค์ผลงานดนตรีที่ใช้เสียงจากธรรมชาติ เสียงนกร้อง เสียงจากป่า เสียงสัตว์ เสียงน้ำ นำเข้ามาผสมผสานกับเสียงบรรเลงดนตรี ภายใต้ชื่อ Dan Gibson's Solitudes มีอัลบั้มออกมาหลายอัลบั้ม เช่น Sleep Deeply, A Mid Summer's Evening, Forest Cello ฯลฯ มีให้ดาวน์โหลดใน itunes และขายใน www.amazon.com หรือจะลองฟังใน youtube ก่อนก็ได้



Handmade Garden

จัดสวนสวยด้วยมือเรา

หนังสือ Handmade Garden นำเสนอวิธีการจัดสวนสวยที่ง่ายและสนุก มีตัวอย่างเรื่องราวของสวนที่เจ้าของลงมือจัดเอง เทคนิคการจัดแต่งมุมนั่งเล่นที่แวดล้อมด้วยธรรมชาติ การเลือกของแต่งสวนอย่างมืออาชีพ การลงมือทำ D.I.Y. ของตกแต่งสวน ตั้งแต่ชั้นเล็กไปจนถึงเฟอร์นิเจอร์ชิ้นใหญ่ เพื่อให้ผู้อ่านสามารถหยิบเอาไอเดียต่างๆ จากหนังสือมาประยุกต์ใช้ได้จริง หนังสือ Handmade Garden เป็นหนึ่งในชุด Natural Gardening ของสำนักพิมพ์ Gakken ประเทศญี่ปุ่น สำนักพิมพ์บ้านและสวน นำมาแปลและจัดพิมพ์เพื่อคนรักการจัดสวนชาวไทย

เกี่ยวใย ไร่เรียนรู้ Eco พักฟาร์มสเตย์ -friendly Travel วิวงามสุดฟิน

ชวนไปท่องเที่ยวแบบเป็นมิตรกับสิ่งแวดล้อม สัมผัสคุณค่าแท้จริงของธรรมชาติ เรียนรู้ การเกษตรปลอดสารพิษ ใน 5 ที่พักฟาร์มสเตย์ตอบโจทย์คนรักสิ่งแวดล้อม ลองมาใช้ชีวิต ช้าๆ แสนสงบ พักผ่อนในแบบที่จะช่วยล้างพิษทั้งร่างกายและจิตใจให้สดชื่นขึ้นทันที



บ้านทุ่งละคร ฟาร์มสเตย์ by ภูซอมพอ

ฟาร์มพักบ้านทุ่ง จากบ้านหลังเล็ก ๆ ที่รักการปลูกผัก ขยายเป็นฟาร์มผักขนาดใหญ่กลางหุบเขา เปิดให้นักท่องเที่ยว เข้ามาพักผ่อนสบาย ๆ กลางแปลงผัก ปั่นจักรยานเที่ยว รอบหมู่บ้าน กินผักปลอดสารพิษ สด ๆ จากฟาร์ม

📍 ที่อยู่ : ต.ดอนแก้ว อ.แม่ริม จ.เชียงใหม่
โทร. : 08 6479 8789, 09 0262 4556
เว็บไซต์ : phusompor.com,

www.facebook.com/phusomporfarm

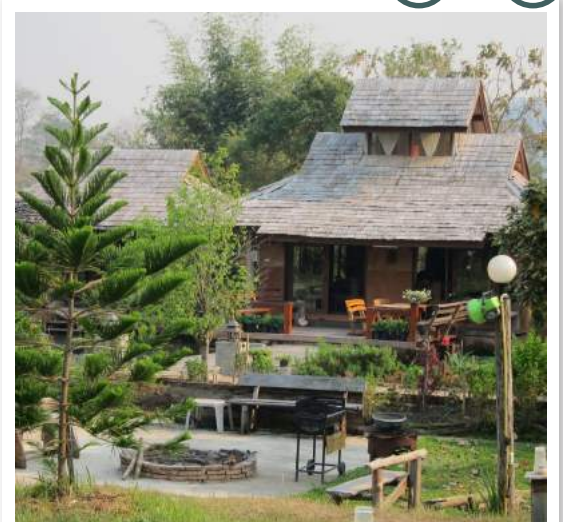


อยู่ดินกินดี ฟาร์มสเตย์ (You Din Kin Dee Farmstay)

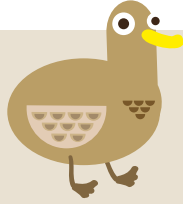
ท่องเที่ยวเชิงเกษตรในฟาร์มออร์แกนิก ที่พักในสไตล์บ้านดินท่ามกลาง ธรรมชาติ แวดล้อมด้วยทุ่งนา สวนผัก และบึงน้ำ ตกแต่งภายในด้วยวัสดุเก่า ที่ทำสีใหม่ให้สดใส พร้อมเรียนรู้กิจกรรมในฟาร์มเกษตร สูดอากาศบริสุทธิ์ จากธรรมชาติเชิงดอย

📍 ที่อยู่ : บ้านแม่โน ต.แม่แรม อ.แม่ริม จ.เชียงใหม่
โทร. : 09 1479 8687
เว็บไซต์ : youdinkindee.com,

facebook.com/YouDinKinDeeFarmstay: อยู่ดินกินดีฟาร์มสเตย์



ฟาร์มสเตย์ โรงเรียนชาวนา

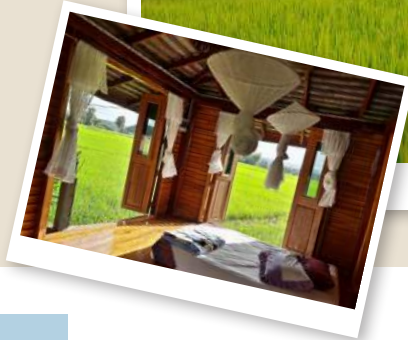


ที่พักแวดล้อมด้วยทุ่งนาเขียวขจีงดงาม มีกิจกรรมที่น่าสนใจ
ให้ได้เรียนรู้ เช่น เรียนรู้การทำนา ตั้งแต่การไถนา ดำนา เกี่ยวข้าว
นวดข้าว และการปลูกผักปลอดสารพิษ เป็นต้น

📍 ที่อยู่ : บ้านนาคำ ต.ศิลาเพชร อ.ปัว จ.น่าน

☎ โทร. : 08 9999 7737

🌐 เว็บไซต์ : www.facebook.com/homestayfarmerschool/



บ้านกลางทุ่ง ออร์แกนิกโฮมสเตย์



หลบความวุ่นวายมาใช้ชีวิตช้า ๆ แบบไร้อารมณ์ พักในบ้าน
กลางทุ่งนา เรียนรู้วิถีฟาร์มปลอดสารพิษ ที่มีทั้งสวนผักและสวน
ผลไม้ไม่น้อยหน้า อุ่นใจไร้เมล็ด และยังมีห้องครัวสำหรับปรุง
อาหารด้วยตัวเองได้อีกด้วย

📍 ที่อยู่ : หมู่บ้านหนองขาว อ.ท่าม่วง จ.กาญจนบุรี

☎ โทร. : 08 9919 9093

🌐 เว็บไซต์ : www.facebook.com/bktorganichomestay



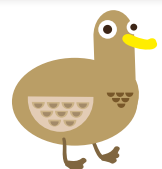
บ้านไร่วิมานดิน ฟาร์มสเตย์

ตอบใจคนรักธรรมชาติและสุขภาพ ฟาร์มแห่งนี้เริ่มต้น
ทำเกษตรอินทรีย์มาตั้งแต่ปี พ.ศ. 2540 และเริ่มเปิดบ้านโฮมสเตย์
ให้นักท่องเที่ยวเข้าพัก กินอาหารปลอดสารพิษทุกมื้อ ชมชม
ผักพื้นบ้านสมุนไพร สวนผลไม้ และยังมีกิจกรรมดูนกอีกด้วย

📍 ที่อยู่ : ต.ห้วยเขย่ง อ.ทองผาภูมิ จ.กาญจนบุรี

☎ โทร. : 08 1988 9609, 08 1842 4754

🌐 เว็บไซต์ : www.facebook.com/บ้านไร่วิมานดินออร์แกนิกฟาร์มสเตย์



D.I.Y.

แปลงโคมบัวต๋องเก่าให้เป็น กระถางปลูกต้นไม้สุดฮิป แต่งสวนให้เก๋

รองเท้าบูตบางที่เป็นแค่รองเท้ายางเก่าๆ ราคาถูก แต่มันกลับมีความเก๋อยู่ในตัวเอง ทำให้เกิดไอเดียใหม่ในการจัดสวน ลองนำรองเท้าบูตเก่าเก็บที่ไม่ได้ใช้แล้ว มาแปลงโคมให้กลายเป็นกระถางปลูกต้นไม้สุดฮิป อาจเป็นรองเท้าบูตยางเก่าที่เก็บมาตั้งแต่สมัยเตรียมสู่น้ำท่วมใหญ่ อย่าเพิ่งทิ้ง เพียงแค่นำมาปรับเปลี่ยนเล็กน้อยแบบง่ายๆ ก็จะได้กระถางปลูกต้นไม้รูปรองเท้าใช้จัดสวนให้มีสีสัน นำไปวางจัดตกแต่งสวนตามมุมต่างๆ วางไว้ตรงไหนก็ช่วยให้สวนแลดูเก๋ขึ้นไปอีก

รองเท้าบูต
จัดสวน
แนวตั้ง



บูตหลากสีลายจุด

เพิ่มความสดใสโดยนำรองเท้าบูตเก่าสีพื้นหมองๆ มาเพ้นต์สีลายจุด ไม่ต้องใช้ฝีมืออะไรมาก ไม่ต้องกังวลว่าทาสิแล้วเลอะไม่เรียบร้อย ความไม่เนียบยิ่งทำให้กระถางต้นไม้จากรองเท้าบูตเก่ามีความเก๋ยิ่งขึ้น

อุปกรณ์ 1. รองเท้าบูตยาง 2. สวนหรือตะปู 3. สีอะคริลิก 4. พู่กัน 5. ดิน 6. ปุ๋ย 7. ต้นไม้

อุปกรณ์

1. รองเท้าบูตยาง 2. สวนหรือตะปู 3. ตะขอ 4. ดิน 5. ปุ๋ย 6. ต้นไม้

วิธีทำ

1. ใช้สว่านหรือตะปูเจาะรูระบายน้ำที่พื้นรองเท้า
2. เจาะรูที่ด้านหลังรองเท้า เพื่อให้เสียบตะขอสำหรับนำไปแขวนผนัง
3. ใส่อินและปุ๋ยลงไปบนรองเท้า
4. นำไม้ดอกไม้ประดับมาวางปลูก
5. นำไปจัดสวนแนวตั้งแขวนไว้ที่ผนัง ระเบียงไม้ หรือแขวนริมรั้ว



วิธีทำ 1. นำรองเท้าบูตมาล้างน้ำให้สะอาด เช็ดให้แห้ง แล้วใช้สว่านหรือตะปูเจาะรูระบายน้ำที่พื้นรองเท้า 2. ใช้พู่กันระบายสีลายจุดแบบง่ายๆ ลงไปให้ทั่วบนรองเท้าบูต เสร็จแล้วทิ้งไว้ให้สีแห้ง 3. ใส่อินและปุ๋ยลงไปบนรองเท้า 4. นำไม้ดอกไม้ประดับมาวางปลูก 5. นำไปแขวนที่รั้วหรือกำแพงบ้านได้เลย

ใครที่ไม่ชอบลายจุด อาจจะเพ้นต์เป็นลายกราฟิกอื่น ๆ เช่น ลายดอกไม้ ลายสี่เหลี่ยม ลายทาง ดวงดาว หรือใครมีฝีมือวาดรูปสามารถวาดลวดลายลงไปบนรองเท้าบูตได้เลย และอีกวิธีคือลองให้เด็ก ๆ วาดรูปลายเส้นแบบสไตล์เด็ก ๆ ลงไป ยิ่งจะทำให้กระถางรองเท้าบูตของเราทั้งน่ารักและฮิปไม่เหมือนใครยิ่งขึ้น



มือเช้ามากคุณค่า Overnight Oatmeal

เมนูข้าวโอ๊ต
อิม่าง่าย ไขมันต่ำ
พลังงานสูง

ข้าวโอ๊ตหรือโอ๊ตมีลอาหารพลังงานสูง ไขมันต่ำ เหมาะเป็นอาหารเช้าเพื่อให้ได้รับพลังงานเพียงพอ และทำเป็นเมนูแบบแช่เย็นทิ้งไว้ข้ามคืน หรือ Overnight Oatmeal ก็ง่ายมาก เป็นเมนูเร่งด่วนให้คนเวลาน้อยได้กินมือเช้าแบบเต็มอิ่ม เด็กกินได้ผู้ใหญ่กินดี อร่อยได้หลายแบบเพียงเติมคุณค่าจากอาหารอื่นๆ ลงไป เตรียมข้าวโอ๊ตผสมกับสิ่งที่ชอบ เช่น นม โยเกิร์ต น้ำผลไม้ มูสลี่ ซีเรียล และผลไม้บานาชนิด คลุกเคล้าแล้วแช่เย็นทิ้งไว้ข้ามคืน ตื่นเช้ามาก็จะมีข้าวโอ๊ตรสชาติกลมกล่อม กินเต็มพลังได้ทันที



คุณค่าข้าวโอ๊ต

ข้าวโอ๊ต ธัญพืชชนิดนิยม อุดมด้วยสารอาหารที่มีคุณค่า ทั้งโปรตีน วิตามินอี วิตามินบี แคลเซียม โฟสเฟตเซียม และแมกนีเซียม ไขมันต่ำ มีเส้นใยอาหารมาก ช่วยให้อิม่าง่าย สารอาหารในข้าวโอ๊ตมีคุณสมบัติป้องกันการเกิดอนุมูลอิสระ ช่วยป้องกันความเสื่อมของร่างกายได้

สูตร 1 โอเวอร์ไนต์ข้าวโอ๊ต อบเชยและแอปเปิ้ล

ส่วนผสม นมอัลมอนด์หรือนมสด ½ ถ้วย, ข้าวโอ๊ต ½ ถ้วย, ซอสแอปเปิ้ลสูตรไม่หวาน ¼ ถ้วย, โยเกิร์ต ¼ ถ้วย, ผงอบเชย ½ ช้อนชา, ผลไม้ต่างๆ ที่ชอบ ผลไม้สดหรือแห้งก็ได้ เช่น บลูเบอร์รี่ เชอร์รี่ กล้วยหอม แอปเปิ้ล สตรอว์เบอร์รี่ กีวี แอปริคอต แครนเบอร์รี่ ลูกเกด ฯลฯ ½ ถ้วย



สูตร 2 โอเวอร์ไนต์ข้าวโอ๊ตเนยถั่ว ช็อกโกแลต

ส่วนผสม โยเกิร์ต ¼ ถ้วย, ข้าวโอ๊ต ½ ถ้วย, นมอัลมอนด์หรือนมสด ¾ ถ้วย, เนยถั่ว 2 ช้อนโต๊ะ, เมล็ดเจียหรือเมล็ดแฟลกซ์ 1 ช้อนโต๊ะ, ผงโกโก้ 2 ช้อนโต๊ะ, มูสลี่ 3 ช้อนโต๊ะ, เกลือป่น, น้ำผึ้งหรือเมเปิลไซรัป 1 ช้อนโต๊ะ, ผลไม้ต่างๆ ที่ชอบ ผลไม้สดหรือแห้งก็ได้ เช่น บลูเบอร์รี่ เชอร์รี่ กล้วยหอม แอปเปิ้ล สตรอว์เบอร์รี่ แอปริคอต ลูกเกด กีวี แครนเบอร์รี่ ฯลฯ ½ ถ้วย



สูตร 3 ข้าวโอ๊ตผลไม้ตามฤดูกาล

ส่วนผสม ผลไม้สดตามฤดูกาล เช่น มะม่วงสุก แอปเปิ้ล สตรอว์เบอร์รี่ หรือ กล้วยหอม ฯลฯ ½ ถ้วย, ข้าวโอ๊ต ½ ถ้วย, โยเกิร์ต ¼ ถ้วย, มูสลี่ 2 ช้อนโต๊ะ, นมสด / นมอัลมอนด์ หรือน้ำผลไม้ ½ ถ้วย



มือ่ง่ายๆ Overnight Oatmeal

- ข้าวโอ๊ตที่มีในท้องตลาดทุกชนิด นำมาทำ Overnight Oatmeal ได้
- สามารถปรับเปลี่ยนส่วนผสมได้ตามความชอบ หรือคิดค้นสูตรเองตามวัตถุดิบที่มีในตู้เย็นได้เลย



วิธีทำ Overnight Oatmeal ทั้ง 3 สูตร

1. ใส่วัตถุดิบทั้งหมดลงในภาชนะ
2. คลุกเคล้าให้เข้ากัน
3. ปิดฝาแล้วนำไปแช่เย็นประมาณ 3-4 ชั่วโมง หรือแช่ไว้ข้ามคืน

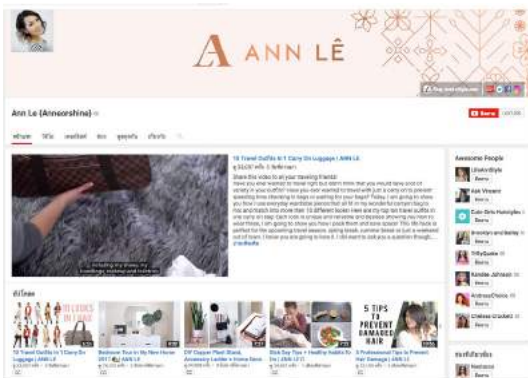
ในโลกออนไลน์เต็มไปด้วยเนื้อหาที่มีประโยชน์ ผู้คนมากมายต่างออกมาแชร์วิธีการใช้ชีวิตรูปแบบต่างๆ และเมื่อกระแส Eco Living กำลังอินเทรนด์ มีขลุ่ยสายกรีนที่กำลังโดดเด่นอยู่ในโซเชียลมีเดียจำนวนมาก พวกเขาออกมาแชร์เรื่องที่น่าสนใจ ทั้งความงามจากธรรมชาติ อาหารคลีน การตกแต่งบ้านแบบทำมือ หรืองาน D.I.Y. ต่างๆ ฯลฯ ซึ่งเราสามารถไปติดตาม เก็บเกี่ยวไลฟ์สไตล์เก๋ๆ แนวรักธรรมชาติ มองหาไอเดียใหม่ๆ เพื่อให้ชีวิตของเราง่ายขึ้นและสนุกสนานขึ้น

Green Bloggers & Youtubers to Follow

มองหาไอเดีย...ชีวิตที่ใกล้ชิดธรรมชาติ

ความงามจากธรรมชาติ

Natural Beauty



Ann Lê

งาน D.I.Y. ความสวยความงาม สอนทำเครื่องสำอางใช้เอง เช่น ลิปบาล์ม โลชั่น เจลอาบน้ำ ฯลฯ การทำอุปกรณ์จัดเก็บเครื่องสำอางต่างๆ และยังมีสอนงาน D.I.Y. เสื้อผ้าแบบง่ายๆ เช่น การตกแต่งเสื้อเชิ้ต เป็นต้น ติดตามเธอได้ที่ youtube.com/anneorshine

เมนูเพื่อสุขภาพ

Clean Food



Fully Raw by Kristina

สาว Kristina มาแนะนำวิธีทำเมนูอาหารสุขภาพที่เรียกว่า Raw Food ใครว่าอาหารสุขภาพยุ่งยาก ไม่อร่อย หน้าตาไม่สวย คงต้องเปลี่ยนความคิด เพราะแต่ละเมนูของ Kristina หน้าตาดี ทำตามได้ง่าย และอร่อยสดใหม่

ติดตามเธอได้ที่ youtube.com/user/FullyRawKristina



Fit Men Cook

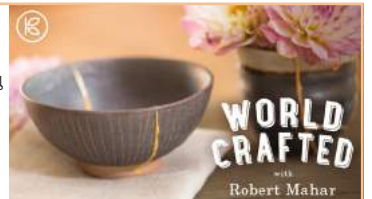
เมนูเพื่อสุขภาพอร่อยในราคาประหยัด สไตล์ Kevin จาก Fit Men Cook เขามาแชร์ไอเดียที่ว่า ร่างกายเฟิร์มเริ่มในครัว ไม่ใช่ที่ยิม และความสุขอยู่ที่เขาแชร์ กระทั่งวิธีการไปร้านของชำเลือกซื้ออาหารคุณภาพในงบประมาณที่จำกัด

ติดตามเขาได้ที่ youtube.com/user/fitmencook

สนุกกับแฮนด์เมด

DIY & Home Decoration

Robert Mahar จาก Kin Community ผู้ชายทำงานฝีมือ เขามีไอเดียเด็ดๆ กับสารพัดงาน D.I.Y. เรียบง่ายแต่แฝงความรู้ดีเกือบครบแบบผู้ชาย ติดตามเขาได้ที่ youtube.com/craftedwithrobert



Jessie Jane จาก Let's Craft with ModernMom

งาน D.I.Y. ทำของตกแต่งบ้านในแต่ละเทศกาล และเธอมักจะชวนเด็กๆ มาร่วมทำงานฝีมืออยู่เสมอ ติดตามเธอได้ที่ youtube.com/modernmom



ทำนายโชคชะตาราศี

เมษายน - มิถุนายน 2560



ราศีเมถุน (14 ม.ค. - 12 ก.พ.)

ช่วงเวลาแห่งความสำเร็จกำลังมาถึงแล้ว หากก่อนหน้านี้กำลังหมดหวังรู้สึกท้อเหี่ยว สถานการณ์มีดมนลับสนเหล่านั้นกำลังจะหายไป แสงสว่างกำลังจะเกิดขึ้นกับชีวิตทุกด้าน ด้านการงานมีโอกาสได้แสดงความสามารถให้ประจักษ์ อาจได้เลื่อนตำแหน่งหรือได้รับผิดชอบงานที่ทำหาย มีโชคทางด้านการเงิน ขอให้เตรียมพร้อมรับโอกาสใหม่ๆ นี้ด้วยความรอบคอบ



ราศีถุมภ์ (13 ก.พ. - 13 มี.ค.)

หากกำลังหวังสิ่งใด ไม่ว่าจะเป็นเรื่องงาน ครอบครัวยุ หรือความรัก สิ่งดีงามกำลังจะเกิดขึ้นแล้ว เพราะช่วงเวลานี้ดวงดาวแห่งความหวังของคุณเปล่งประกายทอแสงมาก อาจได้เริ่มงานใหม่ที่ ได้ทำงานที่ชอบ มีความก้าวหน้ามากขึ้น การเงินมั่นคงขึ้น แม้โชคจะเข้าข้างอย่างมาก แต่อย่าละทิ้งความพยายามที่เคยทำมา เพราะความเพียรทั้งหมดที่คุณเคยทำมานั่นเองที่เปิดโอกาสใหม่ๆ ทำให้ความหวังของคุณเป็นจริง



ราศีมีน (14 มี.ค. - 12 เม.ย.)

ต้องทำใจว่าบางครั้งความสันโดษคือหนทางแก้ปัญหาได้ดีที่สุด อาจรู้สึกผิดหวังกับความเปลี่ยนแปลงต่างๆ ที่เกิดขึ้น เกิดความรู้สึกเบื่อหน่ายต่อการทำงานที่ทำเท่าไรก็ไม่มีไครมองเห็นความทุ่มเทของคุณ ในเรื่องความสัมพันธ์เกิดความรู้สึกห่างเหิน ให้เข้าใจว่านี่คือธรรมชาติของชีวิต จึงใช้ช่วงเวลาที่ต้องอยู่อย่างโดดเดี่ยวนี้ทำความเข้าใจตนเอง วางแผนสำหรับวันข้างหน้าด้วยจิตใจที่สงบมั่นคง



ราศีเมษ (13 เม.ย. - 13 พ.ค.)

สถานการณ์ที่สับสนจนจับต้นชนปลายไม่ถูก ทำให้อารมณ์ของคุณแปรปรวน รู้สึกวิตกกังวลหม่นเศร้า สิ่งที่เคยคิดว่ามั่นคงกลับเกิดความไม่แน่นอนขึ้น มีอุปสรรคในการทำงาน อาจถูกกล่าวหาหรือใส่ร้าย มีปากเสียงกับคนร่วมงาน มีเสียงซุบซิบนินทาตบเข้าหูทุกอย่างที่เกิดขึ้นคือบททดสอบ ให้รับมือด้วยจิตใจที่ปล่อยวาง หมั่นทำบุญ นั่งสมาธิให้จิตใจสงบ แล้วจะเกิดสิ่งดีๆ ขึ้นหลังจากนี้



ราศีพฤษภ (14 พ.ค. - 13 มิ.ย.)

ชีวิตมีความสมบูรณ์พูนสุขในทุกด้าน มีเกณฑ์ได้รับของขวัญของมีค่า มีโชคทางด้านวัตถุ มีโชคทางการเงิน จะได้รับเงินมากขึ้นจากการงานที่ต้องรับผิดชอบเพิ่มขึ้น มีผู้หญิงที่มีอำนาจให้การช่วยเหลือสนับสนุน หากเกิดปัญหาใด ผู้คนให้ความเกรงใจช่วยเหลือให้ผ่านพ้นไปได้ด้วยดี ด้านความรัก ช่วงนี้คนรักเอาใจใส่ดีมาก และแถมยังมีคนมากมายมารุมรักเอ็นดูอีกต่างหาก



ราศีมิถุน (14 มิ.ย. - 14 ก.ค.)

อุปสรรคต่างๆ ที่เกิดขึ้นคือบทพิสูจน์หัวใจที่กล้าแกร่ง ความดีอันหวั่นไหวต้องการเอาชนะอย่างเดียว ทำให้เกิดขัดแย้งกับคนอื่น จงมองหาทางเลือกอื่นๆ ที่ไม่จำเป็นต้องปะทะไปทุกเรื่อง คำนึงถึงข้อจำกัดทั้งของตัวเองและผู้อื่นให้มาก แล้วค่อยๆ ก้าวเดินไปในทิศทางใหม่ ละวางความหยิ่งทะนงแบบผิดๆ เอาไว้เบื้องหลัง แล้วปัญหาขัดแย้ง การทะเลาะจะลดลง ชีวิตจะราบรื่นมากขึ้น



ราศีกรกฎ (15 ก.ค. - 16 ส.ค.)

จะมีสิ่งมาล่อลวงให้เกิดหลงผิดและลุ่มหลง ช่วงนี้ยังไมโหวางกว่าเดิม รู้สึกอยากตอบโต้อย่างรุนแรง จงรู้เท่าทันสัญชาตญาณดิบของตัวเอง จดเดินทางไปในสถานที่ที่โคจรแหล่งอบายมุข หันมาใช้อารมณ์ที่อ่อนไหวนี้ให้เกิดประโยชน์ ด้านบวก สร้างสรรค์ผลงานที่น่าประทับใจ หรือใช้เวลาทำสิ่งพิเศษให้กับคนรัก เพื่อให้สิ่งดีๆ เกิดขึ้นทดแทนเรื่องไม่ดีต่างๆ ที่มีแนวโน้มจะเกิดขึ้นได้ในช่วงนี้



ราศีสิงห์ (17 ส.ค. - 16 ก.ย.)

การทำงานหนักได้สิ้นสุดลงแล้ว ได้หยุดพักเก็บเกี่ยวผลประโยชน์และความสุขจากสิ่งที่ได้สร้างขึ้นด้วยความพยายามอย่างจริงจังและต่อเนื่อง ขณะเดียวกันก็เป็นเวลาที่ควรหยุดคิดพิจารณาสิ่งต่างๆ ที่ได้เคยทำไปแล้ว เพื่อหาข้อดีข้อเสีย การเงินมั่นคงเป็นปึกแผ่น แต่ต้องวางแผนการเงินอนาคตให้ดี เป็นเวลาที่เหมาะมากสำหรับวางแผนงานใหม่อย่างมีความหวัง



ราศีกันย์ (17 ก.ย. - 16 ต.ค.)

พลังใจอันเข้มแข็งของคุณทำให้ผ่านพ้นสถานการณ์อันท้าทายต่างๆ มาได้ด้วยดี ความคิดสร้างสรรค์ที่มีอยู่ในตัวทำให้ประสบความสำเร็จอย่างงดงามหลายครั้งหลายหน ความทะเยอทะยานทำให้คุณมุ่งมั่นสู่เป้าหมายอย่างไม่ย่อท้อ จนสามารถสร้างฐานะชื่อเสียงและเงินทองขึ้นมาได้ด้วยตัวเอง มีเกณฑ์ได้เลื่อนตำแหน่ง จะมีผู้ใหญ่ใจดีอุปถัมภ์ให้ได้ทำงานใหญ่ จงเปิดรับทุกโอกาสที่เข้ามาในชีวิตอย่างมีสติ



ราศีตุลย์ (17 ต.ค. - 15 พ.ย.)

กำลังต้องตัดสินใจเลือกบางสิ่งบางอย่าง อาจเป็นเรื่องความรัก การงาน หรือความเป็นไปได้ต่างๆ ในอนาคต นอกจากนี้จะได้ทำงานสองอย่าง ได้ทำงานกับหุ้นส่วน งานเข้ามา เงินก็เข้าดีขึ้น หากทางจัดสรรการเงินให้ลงตัว และยังคงจัดสมดุลในชีวิตด้วย ทั้งเรื่องการทำงานและการดูแลสุขภาพ ดูแลคนอื่นอย่างดี ตั้งใจทำงานอย่างหนักแล้ว อย่าลืมดูแลสุขภาพตัวเองให้ดีด้วย ระวังการป่วยแบบไม่รู้ตัว



ราศีพิจิก (16 พ.ย. - 15 ธ.ค.)

รู้สึกไม่พอใจในสิ่งที่มีอยู่ สิ่งที่ต้องการไม่ได้ สิ่งที่ได้มาไม่ใช่ที่อยากได้ สถานการณ์ไม่เป็นใจให้เกิดความสำเร็จ บางคนรู้สึกเบื่อหน่ายงานที่ทำอยู่ ธุรกิจเริ่มซบเซา ระวังเงินขาดมือ หมุนเงินไม่ทัน แก้ไขได้โดยวางแผนการเงินให้รัดกุมกว่าเดิม บรรยายภาคคีติเมชาแบบนี้ต้องกระตุ้นตัวเองให้ตื่นตัวขึ้นมาอีกครั้งให้ได้ อย่าปล่อยจิตใจจมลงไปในความรู้สึกเบื่อหน่าย



ราศีธนู (16 ธ.ค. - 13 ม.ค.)

มีโชคเรื่องงาน ได้ตำแหน่งงานสูงขึ้น ได้เริ่มต้นงานใหม่ ธุรกิจเจริญเติบโตก้าวหน้า ซึ่งมาจากการรู้จักใช้ความรู้ความสามารถให้เกิดประโยชน์ ในช่วงนี้ความคิดสร้างสรรค์ของคุณบรรเจิดมาก มีพลังสร้างสรรค์เต็มเปี่ยม และคุณจะได้ใช้ความคิดใหม่ๆ นั้นสร้างเงินสร้างงานให้กับตัวเอง ความรักความสัมพันธ์ในครอบครัวผลิดอกออกผลเป็นความสุข คนโสดมีเกณฑ์ได้เริ่มต้นสร้างครอบครัวกับคนที่รักกันจริง

โยงคำ-จับคู่

ลองมาทบทวนความเข้าใจเรื่องการใช้ทรัพยากรอย่างรู้คุณค่ากันสักหน่อย ด้วยการเล่นเกมโยงคำ-จับคู่ ดูคำที่เกี่ยวข้อง **Eco Living** 4 คำในคอลัมน์ ด้านขวา แล้วจับคู่กับกิจกรรมรักษ์โลกในในคอลัมน์ด้านซ้าย

นำตัวอักษร a b c d มาเติมช่องว่างหน้าคำในคอลัมน์ซ้ายมือ แล้วส่งมาลุ้นรับของรางวัล บัตรชมภาพยนตร์ 2 ที่นั่ง และ ร่ม NC ON GREEN "CHARM" จำนวน 5 รางวัล



..... Reduce (ใช้น้อย)

..... Repair (ใช้นาน)

..... Reuse (ใช้ซ้ำ)

..... Recycle (ใช้ใหม่)

(a) ใช้กระดาษให้ครบทั้งสองหน้า

(b) ล้างรถด้วยถังน้ำกับฟองน้ำเพื่อประหยัดน้ำ

(c) แยกขยะ

(d) ช่อมรองเท้า

เฉลยเกม Sanook Quiz จิกซอร์ต่อภาพ ฉบับ 84



รายชื่อผู้ได้รับรางวัล

กระเป๋าล้อลาก LH Bank จำนวน 5 รางวัล

จากการร่วมเล่นเกมสนุกควิช Natureza's Puzzle ฉบับ 84 (มกราคม-มีนาคม 2560)

- | | |
|------------------------------|-------------------------------------|
| 1. คุณธวัชรัตน์ คนไฉ | บ้านฟ้ารังสิตคลอง 4 |
| 2. คุณสมานชัย เนียมบุญเจือ | บ้านฟ้าปทุมธานี เรือนพฤษ์ |
| 3. คุณวิสา วิวัฒน์วรกุลชัย | สมาชิกบัตร NC CARD |
| 4. คุณศิริวัลย์ หุมอาจ | บ้านฟ้ากรีนเนอร์รี่ ปิ่นเกล้า สาย 5 |
| 5. คุณสินีนารถ เลี่ยมพิพัฒน์ | บ้านฟ้าลาดกูน |



(สงวนสิทธิ์สำหรับผู้ที่สามารถรับของรางวัลได้ด้วยตนเองที่สำนักงานใหญ่ หรือสำนักงานขายโครงการเท่านั้น)

กรุณาติดต่อรับของรางวัลที่ คุณเมย์รี โทร. 0 2993 5080 ต่อ 442 จันทร์-ศุกร์ เวลา 10.00-16.00 น. ภายในวันที่ 30 เมษายน 2560 มิฉะนั้นจะถือว่าสละสิทธิ์ (กรุณาแสดงบัตร NC CARD เมื่อติดต่อรับของรางวัล)

ชื่อ-สกุล หมายเลข NC CARD

โครงการ บ้านเลขที่ โทร. Email

ส่งคำตอบมาร่วมสนุกได้ทางโทรสาร, อีเมล, กล่องข้อความ www.facebook.com/nc_happy_home และทางไปรษณีย์ ที่ฝ่ายลูกค้าสัมพันธ์ ภายในวันที่ 30 เมษายน 2560 ประกาศรายชื่อผู้โชคดีในนิตยสาร NCHappy Home ฉบับที่ 86

บริษัท เอ็น.ซี.โฮมส์ซิ่ง จำกัด (มหาชน) 1/765 ซอยอัมพร หมู่ 17 ถนนพหลโยธิน กม.26 ตำบลคูคต อำเภอลำลูกกา จังหวัดปทุมธานี 12130 โทร. 0 2993 5080-7 ต่อ 441, 442 แฟกซ์ 0 2533 7767 อีเมล cr@ncgroup.co.th

ไลฟ์สไตล์

ความสำเร็จของชีวิต
คือการได้ครอบครองสิ่งที่ดีที่สุด



บ้านดีไซน์ใหม่ ที่สุดแห่งนวัตกรรม

410 ตร.ม 5 นอน 5 ห้องน้ำ
จอดรถ 6 คัน

เริ่ม 12.5 MB*

เอกสิทธิ์เฉพาะลูกค้าเก่า NC GROUP
รับค่านำส่งสูงสุด 100,000 บาท



Universal Design
เดินรอบบ้านด้วยทางลาดไม่สะดุด



รับประกันโรงจอดรถ



รับประกันโครงสร้างดี
จอดรถสูงสุด 6 คัน ไม่มีที่รุด



จบปัญหาดินไหลเข้าบ้าน



ระบบ **Active AIRflow™** System
บ้านเย็นตลอดปี

www.nc-royal.com

02-4 10-2999

*สอบถามรายละเอียดที่โครงการ ภาพและบรรยากาศจำลอง *เงื่อนไขเป็นไปตามที่บริษัทกำหนด

SCG eldercare | SCG | a//gen | NC GROUP

เจ้าของโครงการและผู้บริหารหลักที่ดิน : บริษัท เอ็น.ซี.เอส. จำกัด (มหาชน) ทุนจดทะเบียน 1,200 ล้านบาท (ชำระแล้ว 1,186 ล้านบาท) สำนักงานใหญ่ เลขที่ 1/765 หมู่ 17 ถนนพหลโยธิน กม.26 ต.คลองเตย อ.สาธุקה จ.ปทุมธานี 12130
 ประธานกรรมการ : อรรถมนต์ ชีวาลองค์ กรรมการผู้จัดการ : นายสมเกียรติ ตันตาทอดธรรม **เอ็น ซี เอส ปิ่นเกล้า** ที่ตั้งโครงการ 212/1-6 ถนนพหลโยธิน แขวงบางเขน เขตบางเขน กรุงเทพมหานคร พื้นที่โครงการ 26-2-15.5 ไร่ โฉนดที่ดินเลขที่ 2252, 10455, 10456, 10458, 10459, 10460, 10503 (บางส่วน), 10504, 10505 และ 1712 โฉนดญาติจัดสรรที่ดิน อยู่ในระหว่างขออนุญาต ที่ดินมีการผูกพัน สิ้นสุดสัญญาโครงการโดย ธนาคารไทยพาณิชย์ จำกัด (มหาชน) คลื่นเข้าสู่ปีครบรอบสิบของบริษัทฯ ไม่ใช่อารมณ์ของบุคคลใดและไม่รับผิดชอบต่อผู้จัดซื้อ เริ่มก่อสร้าง พฤษภาคม 2554 คาดว่าจะแล้วเสร็จปลายปี 2558

