



## P.01 BKI STORY

Best Insurance Solutions Advisory  
Team Thailand 2015  
อีกหนึ่งความภาคภูมิใจของ  
กรุงเทพประกันภัย

## P.04 BKI CARE

ดีมีอะไร (สุขภาพ) ดี?

## P.05 SMART LIVING

Slow Life  
เพื่อคุณภาพชีวิตที่ดี

## P.06 BACKPACK

Snow Town Bangkok  
สัมผัสเมืองหิมะกลางกรุง

# *BEST INSURANCE SOLUTIONS ADVISORY TEAM THAILAND 2015*





กรุงเทพประกันภัยคือความเชื่อมั่นในธุรกิจประกันวินาศภัยของประเทศไทยอีกครั้งกับการได้รับรางวัล “Best Insurance Solutions Advisory Team” จาก Capital Finance International นิตยสารชื่อดังจากทวีปยุโรป นับเป็นอีกหนึ่งความสำเร็จและความภาคภูมิใจของกรุงเทพประกันภัยที่ได้รับรางวัลอันทรงเกียรตินี้ ซึ่งแสดงให้เห็นถึงคุณภาพการให้บริการและการบริหารจัดการธุรกิจของกรุงเทพประกันภัยที่มีประสิทธิภาพ ได้มาตรฐานสากลจนเป็นที่ยอมรับในระดับนานาชาติ และเป็นแรงผลักดันให้กรุงเทพประกันภัยไม่หยุดนิ่งที่จะพัฒนาคุณภาพการให้บริการของเราให้ดียิ่งๆ ขึ้นต่อไป

โดยล่าสุด กรุงเทพประกันภัยได้มีพิธีเปิดสาขาระยะอย่างเป็นทางการ เพื่อขยายการให้บริการและอำนวยความสะดวกให้แก่ลูกค้าในพื้นที่ภาคตะวันออกเฉียงเหนือให้ครอบคลุมมากยิ่งขึ้น นอกจากนี้ บริษัทฯ ยังได้เข้าร่วมโครงการต่อต้านการทุจริตเพื่อแสดงถึงเจตนาของกรุงเทพประกันภัยที่ยึดมั่นในการดำเนินธุรกิจอย่างโปร่งใส ถูกต้อง และเป็นธรรมต่อผู้มีส่วนได้เสียทุกกลุ่ม ติดตามได้ใน BKI Story

BKI Care ขวนคุณใส่ใจกับการเลือกเครื่องดื่มเพื่อสุขภาพที่ดี แล้วไปรู้จักแนวคิดการใช้ชีวิตแบบ Slow Life อีกหนึ่งเทรนด์ฮิตในยุคนี้ หากคำตอบได้ใน Smart Living แล้วเปิดประสบการณ์ท่องเที่ยวใหม่ๆ กับ Backpack พาคุณไปสัมผัสเมืองหิมะใจกลางกรุงเทพฯ ที่ Snow Town Bangkok

นวัตกรรมดี ๆ ที่น่าสนใจ Hot Issue นำมาอัปเดตกันเช่นเคยกับเทคโนโลยีที่ช่วยจัดการเปลี่ยนขยะกระดาษในออฟฟิศให้กลายเป็นดินสอแท่งใหม่กลับมาใช้ได้จริง ต่อด้วย BKI Online พบกับโปรโมชันสุดพิเศษสำหรับลูกค้าที่ซื้อประกันภัยออนไลน์ผ่านเว็บไซต์ และค้นหาไอเดียตกแต่งบ้านแบบเก๋ๆ ด้วยการ DIY เฟอร์นิเจอร์ไม้พาลาเตใน Navigator

Insight พบกับข้อเสนองานประกันภัยรถยนต์ชั้น 1 แบบพิเศษสำหรับรถอายุ 7 - 12 ปีที่ให้ความคุ้มครองที่คุ้มค่ายิ่งขึ้น ปิดท้ายด้วยข่าวสารและกิจกรรมดี ๆ ที่เกิดขึ้นรอบรั้วกรุงเทพประกันภัยใน We're Together

ช่วงไตรมาสสุดท้ายของปี 2558 นอกจากกรุงเทพประกันภัยยังคงเดินหน้าพัฒนาประสิทธิภาพการให้บริการต่างๆ ในประเทศอย่างต่อเนื่องแล้ว บริษัทฯ ยังได้เริ่มรุกขยายการให้บริการ ด้านประกันภัยไปยังประเทศเพื่อนบ้านอย่าง สปป.ลาว อีกด้วย ซึ่งนับเป็นอีกหนึ่งก้าวอย่างสำคัญของการเติบโตทางธุรกิจในระดับภูมิภาคอาเซียน อยากรู้ทุกท่านคอยติดตามความเคลื่อนไหวที่น่าสนใจครั้งนี้นี้ได้ใน BKI News ฉบับต่อไป นะคะ

**สุจิตา มลิลลา**  
Contributing Editor

ศูนย์ควบคุมคุณภาพ ยินดีรับข้อเสนอแนะ คำติชม  
โทร. 0 2285 8575-6 หรือ [www.bangkokinsurance.com](http://www.bangkokinsurance.com)

# CONTENTS

## 01/ BKI STORY

- Best Insurance Solutions Advisory Team - Thailand 2015  
อีกหนึ่งความภาคภูมิใจของกรุงเทพประกันภัย
- กรุงเทพประกันภัยเปิดสาขาระยะ
- นโยบายต่อต้านการคอร์รัปชันในธุรกิจประกันวินาศภัย

## 04/ BKI CARE

ดื่มอะไร (สุขภาพ) ดี?

## 05/ SMART LIVING

Slow Life เพื่อคุณภาพชีวิตที่ดี

## 06/ BACKPACK

Snow Town Bangkok สัมผัสเมืองหิมะกลางกรุง

## 08/ HOT ISSUE

เครื่องผลิตดินสอจากกระดาษใช้แล้ว

## 09/ BKI ONLINE

ของสมนาคุณพิเศษสำหรับลูกค้าที่ซื้อประกันภัยออนไลน์

## 10/ NAVIGATOR

DIY เฟอร์นิเจอร์จากไม้พาลาเต

## 11/ INSIGHT

ประกันภัยรถยนต์ประเภท 1 Used Car Special G 3-4

## 12/ WE'RE TOGETHER

- มอบทุนการศึกษา ประจำปี 2558
- ออกหน่วยแพทย์เคลื่อนที่ ให้บริการแก่ประชาชน
- ร่วมทำกิจกรรมกับสำนักงานตัวแทน
- ให้ความรู้สู่นักศึกษา
- มอบสินไหมทดแทน
- กิจกรรมร่วมสนุก

BKI News เป็นวารสารราย 3 เดือนของ บริษัท กรุงเทพประกันภัย จำกัด (มหาชน) จัดทำขึ้นเพื่อเป็นนันทนาการแก่ผู้มีอุปการคุณลูกค้า ลูกค้า ตัวแทน นายหน้า ผู้บริหาร และพนักงานของบริษัทฯ บทความและรูปภาพทั้งหมดในวารสาร BKi News สงวนลิขสิทธิ์ตามกฎหมาย การนำข้อความหรือรูปภาพไปเผยแพร่ต้องได้รับอนุญาตเป็นลายลักษณ์อักษรจากบริษัทฯ เท่านั้น หากท่านมีข้อคิดเห็นใดๆ เกี่ยวกับวารสาร BKi News กรุณาติดต่อสำนักบริหารภาพลักษณ์และสื่อสารองค์กร บริษัท กรุงเทพประกันภัย จำกัด (มหาชน) อาคารกรุงเทพประกันภัย เลขที่ 25 ถนนสาทรใต้ เขตสาทร กรุงเทพฯ 10120 โทรศัพท์ 0 2285 8581-9 โทรสาร 0 2610 2132 e-mail: [corp.comm1@bangkokinsurance.com](mailto:corp.comm1@bangkokinsurance.com)



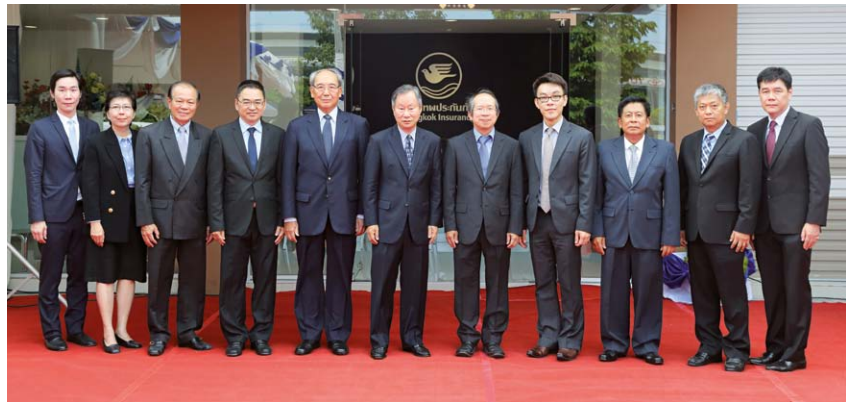
## *Best Insurance Solutions Advisory Team Thailand 2015*

### *อีกหนึ่งความภาคภูมิใจของกรุงเทพประกันภัย*

บริษัท กรุงเทพประกันภัย จำกัด (มหาชน) ภายใต้การบริหารงานโดยคุณชัย โสภณพนิช ประธานกรรมการและประธานคณะผู้บริหาร ได้รับรางวัล Best Insurance Solutions Advisory Team Thailand 2015 ซึ่งจัดขึ้นโดย Capital Finance International นิตยสารด้านธุรกิจ เศรษฐกิจ และการเงินชื่อดังของทวีปยุโรป

กรุงเทพประกันภัยเป็นบริษัทประกันวินาศภัยแห่งแรกและแห่งเดียวของประเทศไทยที่ได้รับรางวัลอันทรงเกียรตินี้ ในฐานะที่เป็นบริษัทประกันวินาศภัยชั้นนำที่มีการพัฒนาด้านต่างๆ อย่างรวดเร็วและต่อเนื่อง อาทิ มีกระบวนการทำงานที่มีประสิทธิภาพได้มาตรฐานสากล มีการลงทุนเรื่องระบบการวิเคราะห์และการบริหารจัดการความเสี่ยงที่ทำให้บริษัทฯ ปรับตัวได้รวดเร็วและทันต่อทุกสถานการณ์ ดำเนินธุรกิจโดยยึดถือลูกค้าเป็นศูนย์กลาง และให้ความสำคัญต่อการบริการลูกค้าอย่างตรงใจ เพื่อให้ได้รับความพึงพอใจสูงสุด

# กรุงเทพประกันภัย เปิดสาขาระยอง



กรุงเทพประกันภัย เดินหน้าขยายสาขาอย่างต่อเนื่อง ล่าสุดได้ทำการเปิดสาขาระยองอย่างเป็นทางการ โดยมีคุณชัย โสภณพนิช ประธานกรรมการและประธานคณะผู้บริหาร คุณพนัส ธีรวิชญ์กุล กรรมการผู้อำนวยการใหญ่ บริษัท กรุงเทพประกันภัย จำกัด (มหาชน) พร้อมด้วยคุณชิตชาย โพธิ์สุนทร ผู้จัดการภาคธุรกิจรายปลีก คุณธีรยุทธ กิจจวรพัฒน์ ผู้จัดการภาคธุรกิจรายกลาง และคุณประยุทธ์ ยืนวงษ์ ผู้จัดการภาคกลาง ธนาคารกรุงเทพ จำกัด (มหาชน) ร่วมให้เกียรติเป็นประธานในพิธีเปิดฯ พร้อมอัญเชิญครุฑตราตั้งขึ้นประดิษฐานเพื่อความเป็นสิริมงคล ณ กรุงเทพประกันภัย สาขาระยอง อ.เมือง จ.ระยอง เมื่อวันที่ 10 กรกฎาคม 2558

นอกจากนี้ บริษัทฯ ยังมีการมอบจักรยานให้แก่นักเรียนโรงเรียนบ้านชะวีกเพื่อใช้ประโยชน์ทางการศึกษาและการเดินทางของนักเรียนในท้องถิ่น

สำหรับสาขาระยอง พร้อมให้บริการด้านประกันภัยครบวงจร ทั้งการรับประกันภัยบริการด้านสินไหมทดแทน บริการสำรวจอุบัติเหตุ รวมถึงการเป็นที่ปรึกษาด้านประกันภัยที่เรามีความเชี่ยวชาญ



# นโยบายต่อต้านการคอร์รัปชัน ในธุรกิจประกันวินาศภัย

การคอร์รัปชันนับเป็นปัญหาเรื้อรังในระบบเศรษฐกิจและสังคมไทย มาช้านานแล้ว จากข้อมูลดัชนีภาพลักษณ์คอร์รัปชัน (Corruption Perceptions Index) จัดอันดับโดยองค์กรเพื่อความโปร่งใสนานาชาติ (Transparency International) เมื่อปี 2557 ประเทศไทยได้คะแนนความโปร่งใสเพียง 38 จากคะแนนเต็ม 100 อยู่ในลำดับที่ 85 จาก 175 ประเทศทั่วโลกที่ทำการสำรวจ และที่น่าเป็นห่วงอย่างยิ่งคือทัศนคติของคนไทยในการยอมรับการทุจริตคอร์รัปชัน โดยผลสำรวจเอแบคโพลปี 2556 พบว่ามีถึง 65.8% ที่ยอมรับได้ถ้ารัฐบาลทุจริตคอร์รัปชันแต่ขอให้ตนเองได้ประโยชน์ด้วย องค์กรภาคเอกชนจึงได้ร่วมมือกันก่อตั้งองค์กรต่อต้านการคอร์รัปชัน และโครงการ “แนวร่วมปฏิบัติของภาคเอกชนไทยในการต่อต้านการทุจริต” ซึ่งได้ขยายขอบเขตไปยังภาคเอกชนมากมาย สำหรับธุรกิจประกันภัยได้มีพิธีลงนามบันทึกข้อตกลงเข้าร่วมโครงการ “แนวร่วมปฏิบัติของภาคเอกชนไทยในการต่อต้านการทุจริต” ระหว่างสมาคมประกันวินาศภัยและสมาคมส่งเสริมสถาบันกรรมการบริษัทไทย โดยมีสำนักงานคณะกรรมการกำกับและส่งเสริมการประกอบธุรกิจประกันภัย (คปภ.) ร่วมเป็นสักขีพยานเมื่อวันที่ 26 กรกฎาคม 2556 ซึ่งมีบริษัทประกันวินาศภัยร่วมลงนามถึง 51 บริษัท และบริษัท กรุงเทพมหานคร จำกัด (มหาชน) ก็เป็นหนึ่งในบริษัทที่เข้าร่วมลงนามบันทึกข้อตกลงดังกล่าว เพื่อแสดงถึงเจตนาที่มุ่งมั่นในการดำเนินธุรกิจอย่างโปร่งใส ถูกต้อง เป็นธรรม ตามหลักการกำกับดูแลกิจการที่ดี สร้างความมั่นใจต่อผู้มีส่วนได้เสียทุกกลุ่ม เนื่องด้วยตระหนักและให้ความสำคัญกับการต่อต้านการให้สินบนและคอร์รัปชันทุกรูปแบบ ทั้งทางตรงและทางอ้อม เพราะนอกจากจะส่งผลกระทบต่อบริษัทฯ แล้วยังส่งเสริมการพัฒนาสังคมและเศรษฐกิจของประเทศ

จากการเข้าร่วมโครงการแนวร่วมปฏิบัติของภาคเอกชนไทยในการต่อต้านการทุจริต และถือปฏิบัติตามกฎหมายของประเทศไทยในการต่อต้านคอร์รัปชัน กรุงเทพมหานครประกันภัยได้กำหนดให้กรรมการผู้บริหาร พนักงานของบริษัทฯ ยึดมั่นและถือปฏิบัติโดยเคร่งครัด ด้วยการไม่เรียกรับ ดำเนินการ หรือยอมรับการคอร์รัปชันในทุกรูปแบบ เพื่อประโยชน์ทั้งทางตรงและทางอ้อมต่อบริษัทฯ ตนเอง ครอบครัว เพื่อน และคนรู้จัก ครอบคลุมในทุกธุรกิจในทุกประเทศและทุกหน่วยงานที่เกี่ยวข้องกับบริษัทฯ โดยจะต้องปฏิบัติด้วยความระมัดระวังในเรื่องดังต่อไปนี้

1. การให้และรับสินบน โดยห้ามให้หรือรับสินบนทั้งที่เป็นตัวเงินหรือไม่เป็นตัวเงินเพื่อตอบแทนการให้ผลประโยชน์ทางธุรกิจ และห้ามมอบหมายผู้อื่นรับหรือให้สินบนแทนตนเอง
2. ของขวัญ บริการต้อนรับ และค่าใช้จ่ายอื่น ๆ โดยไม่พึงรับหรือให้ที่เกินความจำเป็น

3. การช่วยเหลือทางการเมือง (Political Contributions) บริษัทฯ ไม่มีนโยบายช่วยเหลือสนับสนุนพรรคการเมืองหรือนักการเมือง ไม่ว่าทางตรงหรือทางอ้อม

4. เงินบริจาคเพื่อการกุศล หรือเงินสนับสนุน ต้องเป็นไปอย่างโปร่งใส ถูกต้องตามกฎหมาย และไม่ขัดต่อศีลธรรม หรือไม่มีเจตนาแอบแฝงเพื่อความได้เปรียบทางการค้า รวมถึงต้องไม่ใช่เงินบริจาคหรือเงินสนับสนุนเพื่อเป็นข้ออ้างในการติดสินบน

นอกจากนี้ ยังให้ความสำคัญของการแจ้งเบาะแส หากมีผู้พบเห็นการกระทำที่เข้าข่ายคอร์รัปชันที่เกี่ยวข้องกับบริษัทฯ สามารถรายงานข้อมูลมายังบริษัทฯ ผ่านผู้รับข้อร้องเรียน ได้แก่ คณะกรรมการตรวจสอบ เลขาธิการบริษัทฯ สำนักตรวจสอบ หรือศูนย์ควบคุมคุณภาพ ได้ตามช่องทางต่อไปนี้

1. ร้องเรียนโดยตรงด้วยวาจาหรือทำเป็นลายลักษณ์อักษรไปที่บริษัทฯ
2. ส่งเป็นจดหมายถึงผู้รับข้อร้องเรียนตามที่อยู่บริษัทฯ
3. ทางเว็บไซต์ของบริษัทฯ
4. ทางอีเมล [anti-corruption@bangkokinsurance.com](mailto:anti-corruption@bangkokinsurance.com)

การร้องเรียนดังกล่าวจะถือเป็นความลับที่สุด ผู้ร้องเรียนสามารถร้องเรียนได้มากกว่า 1 ช่องทางและไม่จำเป็นต้องเปิดเผยตัวตน แต่หากเปิดเผยจะทำให้ บริษัทฯ สามารถแจ้งผลดำเนินการหรือรายละเอียดให้ทราบโดยตรงได้และสามารถร้องขอให้บริษัทฯ กำหนดมาตรการคุ้มครองที่เหมาะสมให้ได้หากเห็นว่าจะไม่ได้รับความปลอดภัย

ดังนั้น กรุงเทพมหานครประกันภัยจึงขอแจ้งว่าเรายินดีและขอขอบพระคุณสำหรับข้อร้องเรียนจากบุคคลที่มีเจตนาดีเพื่อต่อต้านการกระทำที่สื่อถึงคอร์รัปชัน เพื่อร่วมเป็นส่วนหนึ่งที่ช่วยยกระดับบ้านเมืองของเราให้ดีขึ้นและน่าอยู่มากขึ้น



# ดื่มอะไร (สุขภาพ) ดี?

การมีสุขภาพที่ดีนั้น นอกจากเราจะต้องดูแลเอาใจใส่เรื่องการรับประทานอาหารแล้ว เรายังต้องให้ความสำคัญกับเครื่องดื่มที่เราบริโภคอยู่เป็นประจำด้วยเช่นกัน



เนื่องจากร่างกายของคนเรานั้นมีน้ำเป็นส่วนประกอบอยู่ภายในกว่า 70% ดังนั้นร่างกายของเราจึงต้องการน้ำเข้าไปหล่อเลี้ยงร่างกายให้ทำงานได้อย่างเป็นระบบ น้ำยังมีส่วนช่วยชะลอวัย ทำให้ผิวชุ่มชื้น และทำให้ระบบขับถ่ายเป็นปกติ

เราควรดื่มน้ำให้ได้นั้นละ 6-8 แก้ว (นับรวมน้ำที่อยู่ในอาหารที่เราได้รับประทานเข้าไปด้วย) น้ำเปล่าเป็นน้ำที่ดีที่สุดต่อการบริโภคและมีประโยชน์กับร่างกาย แต่ปัจจุบันมีเครื่องดื่มหลากหลายชนิดเกิดขึ้นมากมายในท้องตลาดให้เราได้เลือกบริโภคตามความชอบ ซึ่งแม้ว่าเครื่องดื่มเหล่านี้จะมีการบอกสรรพคุณที่เราจะได้รับเพิ่มเติมจากการดื่มน้ำเปล่าธรรมดา แต่หากเราพิจารณาส่วนประกอบให้ละเอียดจะพบว่าส่วนผสมบางอย่างในเครื่องดื่มเหล่านั้นสามารถเป็นโทษต่อร่างกายได้ หากเราดื่มอย่างไม่ถูกต้อง

**น้ำเปล่า/น้ำแร่** แม้ว่าน้ำแร่มีส่วนผสมของแร่ธาตุต่างๆ มากกว่าน้ำเปล่า แต่หากดื่มน้ำแร่ปริมาณมากไปจะทำให้ร่างกายเสียสมดุลได้ ดังนั้นการดื่มน้ำเปล่าสะอาดๆ ก็พอเพียงแล้ว

**เครื่องดื่มสดจากธรรมชาติ** เครื่องดื่มซึ่งทำขึ้นสดๆ ใช้น้ำตาลจากธรรมชาติและไม่ผสมสารปรุงแต่ง ถือเป็นเครื่องดื่มที่ยังคงคุณค่าทางสารอาหารไว้ยกตัวอย่าง น้ำผลไม้คั้นสด เราจะ

ได้รับวิตามินที่ครบถ้วนและได้รับน้ำตาลฟรุกโตส (น้ำตาลในผลไม้) ซึ่งดีกว่าน้ำตาลปกติ อย่างไรก็ตาม ผลไม้บางชนิด เช่น กล้วยหอม มะม่วงสุก ลิ้นจี่ ทูเรียน มีปริมาณน้ำตาลฟรุกโตสสูง หากบริโภคมากเกินไปอาจส่งผลเสียทำให้เกิดไขมันที่ตับและมีไขมันไตรกลีเซอไรด์ในเลือดสูงได้ ดังนั้นจึงควรบริโภคแต่น้อย

**เครื่องดื่มผสม** เครื่องดื่มที่มีส่วนประกอบอื่นๆ ที่ไม่ได้มาจากธรรมชาติ 100% ซึ่งหลายคนบริโภคอยู่เป็นประจำ เช่น

**กาแฟ** เครื่องดื่มยอดนิยมของคนวัยทำงาน กาแฟขงส่วนใหญ่มีส่วนผสมของครีมเทียมและน้ำตาลสูง ซึ่งเป็นตัวการทำลายสุขภาพ ดังนั้นควรลดปริมาณครีมเทียมและน้ำตาลลงเพื่อสุขภาพที่ดี หรือถ้าสามารถดื่มกาแฟดำได้ จะช่วยเรื่องการเผาผลาญไขมัน

**น้ำอัดลม/น้ำอัดลมไดเอต** เราทราบกันดีว่าน้ำอัดลมมีปริมาณน้ำตาลสูงและส่งผลเสียต่อสุขภาพ จึงเกิดน้ำอัดลมไดเอตขึ้นมาทดแทน แต่แท้จริงแล้วน้ำอัดลมไดเอตมีส่วนผสมของน้ำตาลเทียมที่เรียกว่า Aspartame เป็นสารแทนความหวาน ซึ่งนอกจากจะไม่มีประโยชน์ต่อสุขภาพแล้ว ยังส่งผลทำให้เกิดโรคอ้วน โรคกระดูกพรุน และโรคอื่นๆ ตามมา ดังนั้นหาก



ต้องการดื่มน้ำอัดลม ควรดื่มแบบสูตรปกติและควบคุมปริมาณการดื่มเพียงแต่น้อย

**เครื่องดื่มผสมแอลกอฮอล์** หากดื่มในปริมาณที่เหมาะสมก็มีประโยชน์ต่อร่างกายได้ เช่น ไวน์แดงและเบียร์ มีสารต้านอนุมูลอิสระสูง ช่วยป้องกันโรคที่เกี่ยวข้องกับหัวใจและโรคเมเร็ง สำหรับเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ประเภทเหล้า มีงานวิจัยพบว่าหากจิบในปริมาณน้อยๆ และไม่ได้ดื่มต่อเนื่อง แอลกอฮอล์จะช่วยเพิ่มระดับคอเลสเตอรอลที่ดีในเลือด และช่วยลดความเสี่ยงของโรคหัวใจได้ถึง 30% บางคนจึงมักจิบเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ควบคู่กับมื้ออาหาร

การดื่มเพื่อสุขภาพที่ดีนั้น เราควรพิจารณาส่วนประกอบที่อยู่ในเครื่องดื่มแต่ละชนิดให้ละเอียดและควบคุมปริมาณการดื่มให้เหมาะสม เพื่อให้เรามีสุขภาพที่แข็งแรง มีอายุยืนยาวต่อไปได้อีกนาน

# Slow Life เพื่อคุณภาพชีวิตที่ดี

การได้ใช้ชีวิตที่ดีทั้งกายและใจ ย่อมเป็นความปรารถนาอันสูงสุดอย่างหนึ่งของมนุษย์เรา แต่ด้วยสภาพการณ์ของสังคมที่เปลี่ยนไปนั้น ผลักดันให้มนุษย์ใช้ชีวิตไหลไปตามกระแสโลก รวดเร็ว รีบเร่ง เพื่อความอยู่รอด จนละเลยที่จะใส่ใจตัวเอง

คำว่า Slow Life (สโลว์ไลฟ์) เกิดการพูดถึงกันอย่างแพร่หลายมากขึ้นในไทยและต่างประเทศ ชีวิตแบบ Slow Life คือรูปแบบการใช้ชีวิตอย่างช้าๆ ค่อยเป็นค่อยไป หลังจากผ่านการใช้งานชีวิตอย่างหนักมาทุกรูปแบบและเร่งรีบกับทุกเรื่อง เมื่อถึงจุดๆ หนึ่งที่เรารู้สึกตัวเองออกจากสังคมเมือง หลีกหนีจากความวุ่นวาย จากโลกของเทคโนโลยี จากเวลาเป็นเงินเป็นทอง ที่เคยเห็นว่ามีค่ามากที่สุดในชีวิต แล้วกลับไปใช้ชีวิตแบบเรียบง่ายตามวิถีธรรมชาติ ไม่มีเวลาเร่งรัด ไม่ต้องถูกควบคุมด้วยภาระหน้าที่ หลุดพ้นจากการเร่งรีบวุ่นวายของโลกโซเชียล เพื่อการใช้ชีวิตอย่างมีความสุข สงบ และมีเวลาที่จะใคร่ครวญทบทวนตัวเองมากขึ้น

## แบบไหนเรียกว่า Slow Life

บล็อกเกอร์และนักเขียนชื่อดังชาวอเมริกันชื่อ Leo Babauta หนึ่งในผู้บุกเบิกการใช้ชีวิตแบบ Slow Life ได้พูดถึงข้อปฏิบัติที่จะทำให้ชีวิตไม่เร่งรีบและมีความสุขได้ไว้ดังนี้

- เลือกทำในสิ่งที่สำคัญที่สุดก่อน ทำให้น้อยลง ไม่ทำหลายๆ อย่างพร้อมกันทั้งหมด
- มีสติอยู่กับปัจจุบัน
- ถอยห่างเทคโนโลยี ปิดโทรศัพท์มือถือหรือหยุดใช้อินเทอร์เน็ตในช่วงวันหยุดพักผ่อนแล้วสื่อสารกับคนรอบข้างบ้าง
- ขึ้นชมธรรมชาติ ตื่นเช้าสูดอากาศบริสุทธิ์ ออกไปรับแสงแดด ทำกิจกรรม ออกกำลังกายกลางแจ้ง
- รับประทานอาหารให้ช้าลง
- ขับรถให้ช้าลง
- มีความสุขกับสิ่งรอบข้างที่เจอ คิดบวก สุขกับสิ่งธรรมดา
- สูดหายใจเข้าลึกๆ กำหนดลมหายใจให้เป็นสมาธิ

## Slow Life แล้วดีอย่างไร

ข้อดีหลัก 3 ประการ ที่เมื่อเราใช้ชีวิตให้ช้าลง คือ

1. สุขภาพกายดี เมื่อเราไม่หักโหมร่างกาย ไม่ทำร้ายร่างกายตัวเอง ร่างกายของเราจะไม่เสื่อม ไม่เป็นโรค มีสุขภาพกายดี



2. สุขภาพใจดี เมื่อเราไม่ต้องรีบ ไม่ต้องเจอภาวะที่ทำให้เกิดความเครียด คิดบวกจิตใจของเราจะดีมีความสุข

3. รู้จักตัวเองดี เมื่อเรามีเวลา มีสติอยู่กับตัวเอง จะทำให้รู้จักตัวตนและค้นพบเป้าหมายที่แท้จริงในชีวิตของตัวเอง

ทั้งหมดนี้ เชื่อว่าทุกคนคงทราบดีว่าควรทำอะไร แต่ก็ยังมีหลายคนเข้าใจว่าการใช้ชีวิตแบบที่เรียกว่า Slow Life ได้คือ ต้องเป็นคนที่ไม่รีบร้อนใช้แล้วเท่านั้น หากแต่ความจริงแล้ว ทุกอย่างเกิดขึ้นที่ใจ แม้ว่าเราจะต้องดิ้นรนใช้ชีวิตเพื่อความอยู่รอด แต่ถ้าเรามีสติ มีสมาธิ ควบคุมความคิด อารมณ์ ดูแลจิตใจของเราให้ดีไม่ให้หมุ่นไปตามกระแสสังคมที่วุ่นวาย เราก็สามารถทำชีวิตแบบ Slow Life ได้ ดังนั้นเมื่อใดก็ตามที่พอมีเวลา แม้เพียงน้อยนิดหรือทุกขณะที่เรานั่งขึ้นได้ ลองฝึกใช้ชีวิต Slow Life ดูบ้าง ทำให้บ่อยครั้งเท่าที่จะทำได้ เพื่อคุณภาพชีวิตที่ดีทั้งสุขภาพกาย สุขภาพใจที่สามารถสร้างขึ้นได้ง่ายๆ ด้วยตัวคุณเอง



# Snow Town Bangkok

## สัมผัสเมืองหิมะกลางกรุง

หากใครอยากลองสัมผัสหิมะท่ามกลางสภาพอากาศหนาวเย็น ตอนนี้ไม่ต้องเสียเวลาเดินทางไกลถึงเมืองนอกแล้ว เพราะล่าสุดมีสถานที่ท่องเที่ยวแห่งใหม่ให้คนไทยได้เล่นหิมะเย็นจับใจเหมือนอยู่ต่างแดนกันแล้วที่ Snow Town Bangkok

Snow Town Bangkok ถูกเนรมิตให้เป็นเมืองหิมะจำลองแห่งแรกในเมืองไทย บนพื้นที่กว่า 3,000 ตารางเมตร บริเวณชั้น 5 ศูนย์การค้า Gateway เอกมัย โดยสร้างหิมะเทียมปกคลุมพื้นที่หนา 30 - 40 เซนติเมตร ในบรรยากาศแบบ Snow Park โดดเด่นด้วยโคมไฟสีขาว ตกแต่งด้วยสถาปัตยกรรมสไตล์ยุโรปผสมผสานกับกลิ่นอายของวัฒนธรรมญี่ปุ่น ซึ่งจำลองคล้ายเมืองโอตารุ เกาะฮอกไกโด ประเทศญี่ปุ่น

เมื่อเดินทางไปถึงเราจะได้พบกับพี่หิมะสีขาวตัวใหญ่ ผูกเนกไทสีน้ำเงิน มีชื่อว่า Mr.Kamai (คามัย) เป็นมาสคอตขวัญใจเด็กๆ ของ Snow Town จะมาคอยยืนต้อนรับนักท่องเที่ยวท่องเที่ยว อยู่บริเวณด้านหน้าทางเข้า

ก่อนเข้าสู่ประตูด้านใน เราจะต้องเสียค่าบริการผ่านประตูสำหรับผู้ใหญ่ ราคา 100 บาท ส่วนเด็ก ราคา 80 บาท สามารถอยู่ใน Snow Town ได้ทั้งวันไม่จำกัดเวลา (ยกเว้นลานหิมะ) สำหรับคนที่ต้องการเข้าไปเล่นในโซนลานหิมะจะต้องซื้อบัตรค่าเข้าเพิ่มอีก 100 บาท จำกัดเวลาเข้า 30 นาที และสามารถต่อเวลาได้ทุก 15 นาที โดยจ่ายเงินเพิ่มอีก 20 บาท

ภายใน Snow Town แบ่งออกเป็นโซน โซนแรกเรียกว่า Snow Playground มีกิจกรรมและเครื่องเล่นให้เล่นสนุกบนลานหิมะสีขาว พร้อมบริการให้เช่ารองเท้าบูตฟรีสำหรับใส่เข้าไปเล่นในลานหิมะได้ เพียงแต่ผู้เช่าต้องสวมถุงเท้าเพื่อความสะอาด จึงขอแนะนำให้เตรียมถุงเท้าส่วนตัวไปให้พร้อม เพราะหากไม่ได้นำถุงเท้าไปด้วยจะต้องซื้อถุงเท้าเพิ่มอีก 50 บาท

บริเวณลานหิมะจะแบ่งพื้นที่เป็นสัดส่วน เน้นสำหรับเล่นเบาๆ เล่นและเน้นสำหรับเล่นสกี ซึ่งที่นี่มีคอร์สเปิดสอนสกีสำหรับผู้สนใจและเด็กๆ โดยไม่ต้องกังวลเรื่องความปลอดภัย เพราะมีผู้ฝึกสอนจากประเทศญี่ปุ่นและเจ้าหน้าที่มาคอยดูแลอย่างใกล้ชิด สำหรับหิมะของที่นี่เป็นหิมะเทียมทำมาจากน้ำบริสุทธิ์ ไม่มีสารเคมี ผลิตจากเครื่องนำเข้าจากประเทศญี่ปุ่น ซึ่งใช้เทคโนโลยีของเยอรมนี โดยสามารถผลิตหิมะออกได้ใกล้เคียงกับหิมะจริงมากๆ ผู้เล่นจึงมั่นใจได้ในความปลอดภัย และความหนาวเย็นเหมือนอยู่เมืองนอกเลยทีเดียว



โซนต่อมาเป็นโซนร้านค้ากว่า 10 ร้านสไตล์ญี่ปุ่นให้เราได้เพลิดเพลิน มีทั้งร้านสตูดิโอถ่ายภาพ ซึ่งมีบริการเช่าชุดกิโมโนและเสื้อผ้าแบบญี่ปุ่น สำหรับใส่ถ่ายรูปในสตูดิโอโดยเฉพาะ มีร้านขนมและร้านอาหารให้เลือกหลากหลาย ทั้งร้านอาหารญี่ปุ่นต้นตำรับแท้ๆ เช่น ร้าน Meet Sapporo ซึ่งโดดเด่นเรื่องเนื้อวัวเป็นพิเศษ โดยเฉพาะเนื้อเจงกิสข่านชื่อดังจากฮอกไกโดที่อร่อยนุ่มลิ้นจนคนรักเนื้อวัวไม่ควรพลาด ร้าน Ajino Tokeidai ซึ่งเป็นร้านราเมนเก่าแก่จากฮอกไกโด ได้รับความนิยมและมีชื่อเสียงในญี่ปุ่นมายาวนาน หรือถ้าอยากหาของกินเล่น ขอแนะนำร้าน Hana Hana มีขนมและของทอดต่างๆ ให้เลือกมากมาย หรือชมคาเฟ่น่ารักๆ แบบญี่ปุ่น รับรองว่าถูกใจคนรักการ์ตูนมังงะ อนิเมะ คอสเพลย์อย่างแน่นอน

พิเศษสุดสำหรับหลังช่วงเวลา 18.00 น. เป็นต้นไป จะมีการเปิดโซนร้านอาหารเรียก ว่า Snow Restaurant ให้นักท่องเที่ยวได้นั่งลิ้มรสอาหารใต้แสงเทียนในบรรยากาศหิมะโปรยปรายกลางลานหิมะและเสียงเพลงบรรเลงเบาๆ แสนโรแมนติก

อีกโซนหนึ่งที่น่าสนใจ คือโซน Edutainment ที่เปิดโอกาสให้ทั้งเด็กและผู้ใหญ่ได้ปลดปล่อยความคิดและจินตนาการกับกิจกรรมศิลปะสร้างสรรค์ที่ Team Lab Island Sketch Town พร้อมสนุกสนานไปกับระบบ Interactive ซึ่งสามารถทำให้รูปที่เราวาดระบายสีลงบนกระดาษให้กลายเป็นโมเดลภาพ 3 มิติเคลื่อนไหวได้เสมือนจริงปรากฏอยู่บนกำแพงให้เราได้ตื่นตาตื่นใจอย่างเพลิดเพลิน

Snow Town Bangkok เปิดให้บริการทุกวันจันทร์ - ศุกร์ เวลา 11.00 - 22.00 น.  
ส่วนวันเสาร์ - อาทิตย์ และวันหยุดนักขัตฤกษ์ เปิดเวลา 10.00 น. - 22.00 น.  
ดูรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่ [www.snowtown.co.th](http://www.snowtown.co.th) หรือโทร. 09 5547 6870

# เครื่องผลิตดินสอจากกระดาษใช้แล้ว



ขยะที่เกิดจากการทำงานในออฟฟิศที่มีปริมาณมากที่สุดประเภทหนึ่ง คือ กระดาษใช้แล้ว แม้ว่าปัจจุบัน ออฟฟิศส่วนใหญ่จะมีนโยบายส่งเสริมการใช้ทรัพยากรกระดาษอย่างรู้คุณค่า โดยการนำกระดาษที่ใช้แล้วเพียงหน้าเดียวนำกลับมาใช้งานซ้ำ (reuse) ในหน้าที่สอง แต่เมื่อนำกลับมาใช้งานครบทั้งสองหน้าแล้ว กระดาษเหล่านั้นจะหมดประโยชน์การใช้งานและถูกนำไปทิ้งหรือเข้าสู่กระบวนการทำลายเอกสารต่อไป

แต่ปัจจุบันมีเทคโนโลยีใหม่ที่สามารถนำกระดาษใช้แล้วทั้งสองหน้ากลับไปใช้ประโยชน์อื่นๆ ได้อีกด้วยเครื่อง P&P Office Waste Processor หรือ เครื่องผลิตดินสอจากกระดาษที่ใช้แล้ว ซึ่งถูกคิดค้นโดยนักออกแบบชาวจีน ได้แก่ Chengzhu Ruan, Yuanyuan Liu, Xinwei Yuan และ Chao Chen ภายใต้แนวคิดจัดการเปลี่ยนกระดาษซึ่งเป็นขยะภายในออฟฟิศให้กลายเป็นดินสอ เพื่อนำไปใช้งานได้ต่อไป และด้วยไอเดียสุดสร้างสรรค์นี้เอง ทำให้ทั้ง 4 คน ได้รับรางวัลชนะเลิศด้านการออกแบบมาแล้ว

เครื่องผลิตดินสอจากกระดาษที่ใช้แล้วได้รับการออกแบบให้ใช้งานง่าย สะดวก และไม่ยุ่งยาก โดยเปลี่ยนกระดาษใช้แล้วให้เป็นดินสอได้แบบเบ็ดเสร็จภายในตัวเครื่องเดียว

## ขั้นตอนการทำงานของเครื่อง มี 3 ขั้นตอนหลัก ๆ ดังนี้

1. สอดแผ่นกระดาษใช้แล้ว (กระดาษ reuse) ขนาดประมาณ A4 หรือตามขนาดของเครื่อง โดยกระดาษจะต้องไม่หนาจนเกินไป ลงไปที่ช่องด้านบนของตัวเครื่อง (คล้ายกับการใส่กระดาษที่เครื่อง Printer หรือเครื่อง Fax) กดปุ่มทำงาน

2. เครื่องจะทำการดูดกระดาษที่เราใส่ไปผ่านอัดกระดาษให้ทบกันจนแน่นรอบแกนกราฟาท์ (แกนดินสอ) โดยในระหว่างกระบวนการหมุนกระดาษ เครื่องจะผสมกาวลงไป ทั้งนี้เพื่อให้กระดาษติดแน่นทนทาน

3. เครื่องจะม้วนกระดาษไปเรื่อย ๆ จนได้ขนาดเส้นผ่าศูนย์กลางตามที่ต้องการแล้ว เครื่องจะปล่อยดินสอออกมาทางช่องเล็กๆ ด้านข้างของตัวเครื่อง

ความพิเศษอีกอย่างหนึ่งของเครื่องนี้ คือช่องที่ปล่อยดินสอออกมานั้นยังสามารถทำหน้าที่เสมือนกบเหลาดินสอ โดยเครื่องจะเหลาแท่งดินสอที่ทำเสร็จแล้วให้แหลมคมออกมา เพียงเท่านั้นเราก็จะได้ดินสอแท่งใหม่พร้อมใช้งานได้ทันที

ทั้งหมดนี้เป็นกลไกการทำงานของเครื่องผลิตดินสอจากกระดาษที่ใช้แล้วแบบง่ายๆ ที่ให้คุณประโยชน์เกินตัว

## ประโยชน์ของเครื่อง P&P Office Waste Processor ได้แก่

1. ช่วยลดการตัดต้นไม้เพื่อนำมาทำดินสอ หรือผลิตกระดาษ เป็นการช่วยลดโลกร้อนอีกทางหนึ่ง รวมถึงช่วยประหยัดการใช้ทรัพยากรธรรมชาติอันมีค่าของโลก

2. ช่วยเพิ่มมูลค่าของกระดาษที่ไม่ใช้งานแล้วของออฟฟิศ

3. ทำให้เกิดการใช้กระดาษหมุนเวียนภายในออฟฟิศอย่างคุ้มค่า

4. ช่วยลดปริมาณขยะและลดความสิ้นเปลืองในการกำจัดขยะออฟฟิศ

นอกจากนี้ นักออกแบบยังคาดว่า P&P Office Waste Processor (เครื่องผลิตดินสอจากกระดาษที่ใช้แล้ว) นี้ จะเป็นที่นิยมและได้รับการตอบรับที่ดีจากบริษัท สำนักงานออฟฟิศ ที่มีนโยบายให้ความสำคัญและเห็นคุณค่าของการประหยัดทรัพยากรธรรมชาติ พร้อมทั้งจะส่งเสริมให้เกิดกระบวนการทำงานที่เป็นมิตรต่อสิ่งแวดล้อมอย่างยั่งยืนต่อไป

# ของสมนาคุณพิเศษสำหรับลูกค้า ที่ซื้อประกันภัยออนไลน์

กรุงเทพประกันภัยมอบของสมนาคุณพิเศษสำหรับลูกค้าที่รักการชอปปิงประกันภัยออนไลน์ เพียงซื้อประกันภัยรถยนต์ประเภท 1, ประกันภัยรถยนต์ประเภท 1 “คุ้มครอง คู้มค่า” หรือ First Care 2+ และประกันภัยการเดินทางต่างประเทศ ผ่านทางเว็บไซต์ [www.bangkokinsurance.com](http://www.bangkokinsurance.com) ตั้งแต่วันที่ - 31 ตุลาคม 2558



เมื่อทำประกันภัยรถยนต์ประเภท 1,  
รถยนต์ประเภท 1 “คุ้มครอง คู้มค่า” หรือ First Care 2+

**รับฟรี ม่านบังแดด  
หรือตุ๊กตาหมี**



เมื่อทำประกันภัยการเดินทางต่างประเทศ  
ตั้งแต่ 1,800 บาทขึ้นไป

**รับฟรี  
ผ้าไมโครไฟเบอร์**



สิทธิพิเศษนี้สำหรับลูกค้าใหม่ที่ทำประกันภัยรถยนต์ ประกันภัยการเดินทางต่างประเทศผ่านทางเว็บไซต์ [www.bangkokinsurance.com](http://www.bangkokinsurance.com) เท่านั้น  
สอบถามข้อมูลเพิ่มเติม โทร. 0 2285 8585

# DIY เฟอร์นิเจอร์จากไม้พาเลต

การเติมเต็มบ้านพักหรือที่อยู่อาศัยให้สมบูรณ์ นอกเหนือจากโครงสร้างบ้านที่แข็งแรงแล้ว เฟอร์นิเจอร์ที่อยู่ด้านในก็เป็นส่วนประกอบที่เสริมให้บ้านดูดีขึ้นได้ ปัจจุบันเราสามารถประยุกต์การตกแต่งบ้านด้วยเฟอร์นิเจอร์ให้มีรูปแบบสไตล์เป็นของตัวเองได้ ด้วยการทำเฟอร์นิเจอร์ขึ้นมาเองและหนึ่งในรูปแบบการทำเฟอร์นิเจอร์ที่ทำได้ง่ายและมีต้นทุนไม่สูงมากนัก คือการทำเฟอร์นิเจอร์จากไม้พาเลต

“ไม้พาเลต” (Pallet) หรือลังพาเลต คือแผงไม้หรือชั้นไม้ที่เรามักจะเห็นตามคลังสินค้า โรงงานหรือท่าเรือ มีไว้สำหรับจัดเรียงสินค้าเพื่อให้สะดวกสำหรับการใช้รถยกเวลาขนย้ายสิ่งของและช่วยป้องกันสินค้าถูกกระทบกระเทือนในระหว่างการขนส่ง ไม้พาเลตมีทั้งที่ทำจากไม้เนื้ออ่อนและไม้เนื้อแข็ง เช่น ไม้สน ไม้เบิร์ช ไม้ฉำฉา เป็นต้น นอกจากนี้ยังมีไม้พาเลตที่ทำจากพลาสติกด้วย ซึ่งไม้แต่ละชนิดมีคุณภาพการใช้งานที่แตกต่างกัน ราคาของไม้จึงขึ้นกับชนิดของไม้ด้วย



ไม้พาเลตสามารถนำมาทำเฟอร์นิเจอร์ได้หลากหลายรูปแบบ ตั้งแต่ของชิ้นเล็กไปจนถึงของชิ้นใหญ่ ไม่ว่าจะเป็นชั้นวางกรอบรูปหรือชั้นวางหนังสือขนาดเล็กที่ใช้ไม้พาเลตไม่กี่ชิ้นมาต่อกัน ชั้นวางรองเท้า ที่สามารถนำรองเท้าหลายอันมาใส่ได้ หรือทำราวแขวนเสื้อผ้าตลอดจนชั้นวางของในครัว ซึ่งสามารถดีไซน์ให้ด้านล่างสุดเจาะให้เป็นช่องไว้สำหรับเสียบก้าน

ของแก้วไวน์ได้ด้วย หรือจะทำเป็นเครื่องเรือนขนาดใหญ่ขึ้น เช่น โต๊ะกลางที่ทำจากชั้นไม้พาเลตทั้งชิ้น นำมาขัดและทาสีที่มีสีสนัดไล่นำมาติดลูกกลิ้ง แล้วตกแต่งให้ดูหรูหราขึ้นด้วยการวางแผ่นกระจกไว้ด้านบน แค่นี้ก็ได้โต๊ะกลางห้องรับแขกน่ารักๆ อีกชิ้น หรือทำเป็นเตียงนอนแบบเรียบง่ายที่ใช้ฐานทำจากไม้พาเลตโดยเน้นใช้ไม้เนื้ออ่อนและสีไม้เพื่อให้ดูเป็นธรรมชาติสบายตา หรือจะทำชิงช้าไม้พาเลตสักตัวไว้นั่งเล่นในสวนคู่กับชุดเก้าอี้ยามบ่ายก็ดูผ่อนคลายและเข้ากับธรรมชาติไม่น้อย



ข้อดีของไม้พาเลต คือราคาถูก แต่ข้อเสียที่มักพบคือเนื้อไม้ผุกร่อนได้ง่ายและมักโดนแมลงกัดกิน ดังนั้นเวลาเลือกซื้อไม้พาเลต ควรเลือกแบบที่ผ่านการรมน้ำยาเพื่อรักษาเนื้อไม้ หรือเราสามารถรักษาได้โดยการใช้ฝอยขัดหม้อจุ่มลงในน้ำส้มสายชูจากแอปเปิ้ล (Apple Cider) แล้วนำมาทาให้ทั่วรองพื้นไม้แห้ง นำไปล้างแล้วตากให้แห้งอีกครั้ง เนื่องจากหากเราไม่ล้างไม้พาเลตจะติดสีของน้ำ Apple Cider ที่เรานำมาทา ทำให้ไม่เห็นสีของเนื้อไม้ที่เราต้องการใช้ กรณีที่เราไม่ต้องการประกอบไม้พาเลตเอง ก็สามารถนำแบบที่เราไปให้ร้านที่รับทำเฟอร์นิเจอร์จากไม้พาเลตทำได้ เพียงเท่านั้นคุณก็จะได้เฟอร์นิเจอร์แบบใหม่สไตล์ตัวคุณเอง

# ประกันภัยรถยนต์ประเภท 1

## Used Car Special G 3-4



### ประกันภัยรถยนต์ ประเภท 1 ที่ให้ความคุ้มครองแบบตรงใจ สำหรับคนรักรถโดยเฉพาะ

**สุดคุ้ม** ด้วยทุนประกันภัยสูงสุดถึง 500,000 บาท  
**คุ้มครองครอบคลุม** ทุกอุบัติเหตุ ทั้งรถชน รถหาย ไฟไหม้ น้ำท่วม  
แบบประกันภัยชั้น 1 คุณจึงเดินทางได้อย่างไร้กังวล

**อุ่นใจ** กับความคุ้มครองความเสียหายจากภัยก่อการร้าย

**อุ่นใจทุกเส้นทาง** ด้วยบริการช่วยเหลือฉุกเฉินนอกสถานที่

ตลอด 24 ชั่วโมง ทุกที่ทั่วไทย

**มั่นใจ** ในคุณภาพการซ่อมของศูนย์ซ่อมมาตรฐานกรุงเทพประกันภัย

#### ตารางเบี้ยประกันภัย

หน่วย : บาท

ทุนประกันภัย	เบี้ยประกันภัย
100,000 - 290,000	16,500
300,000 - 390,000	17,000
400,000 - 500,000	17,500

#### เงื่อนไขความคุ้มครอง

- ตรวจสอบสภาพรถก่อนการรับประกันภัย
- คุ้มครองอุปกรณ์ตกแต่งเพิ่มเติมได้ตามรายการที่ระบุไว้ในกรมธรรม์ แต่ไม่เกิน 20,000 บาท ทั้งนี้ อุปกรณ์ตกแต่งไม่รวมถึงสติ๊กเกอร์
- กรมธรรม์มีผลบังคับใช้เมื่อผู้ขอเอาประกันภัยชำระเบี้ยประกันภัยแล้ว

#### ตารางความคุ้มครอง

หน่วย : บาท

ความคุ้มครอง	ผลประโยชน์
ความเสียหายต่อตัวรถ	ตามทุนประกันภัย สูงสุดถึง 500,000
รถยนต์สูญหาย/ไฟไหม้/น้ำท่วม	ตามทุนประกันภัย สูงสุดถึง 500,000
ความรับผิดต่อบุคคลภายนอก - ความเสียหายต่อชีวิต ร่างกาย หรืออนามัย - ความเสียหายต่อทรัพย์สิน	1,000,000 / คน 10,000,000 / ครั้ง 2,500,000 / ครั้ง
อุบัติเหตุส่วนบุคคลสำหรับผู้ขับขี่และผู้โดยสาร 6 คน	100,000 / คน
ค่ารักษาพยาบาลสำหรับผู้ขับขี่และผู้โดยสาร 6 คน	100,000 / คน
ประกันตัวผู้ขับขี่	250,000 / ครั้ง
ภัยก่อการร้าย	ตามทุนประกันภัย สูงสุดถึง 500,000

#### รถที่รับประกันภัย

- รับประกันภัยรถยนต์นั่งส่วนบุคคลไม่เกิน 7 ที่นั่ง และไม่ใช้รับจ้างหรือให้เช่า
- อายุรถ 7-12 ปี
- รถยนต์ที่รับประกันภัย ได้แก่ Honda Civic, CR-V, Mitsubishi Lancer, Nissan Cefiro, Toyota Collora Altis

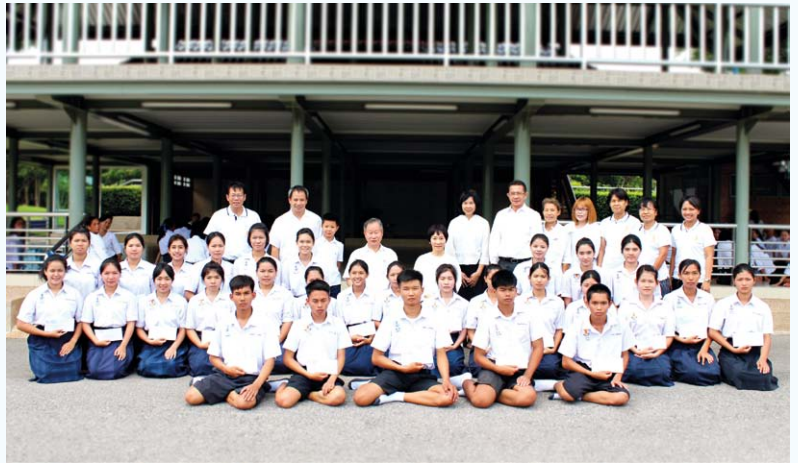
#### ตารางเปรียบเทียบความคุ้มครองประกันภัยรถยนต์ประเภทต่างๆ

ประเภทการประกันภัย	ความรับผิดต่อบุคคลภายนอก		ตัวรถเอาประกันภัย					ภัยพิเศษ				
	ทรัพย์สิน	บุคคล	สูญหาย	ไฟไหม้	การชน	น้ำท่วม	แผ่นดินไหว ลูกเห็บ ลมพายุ	อุบัติเหตุ ส่วนบุคคล	ค่ารักษา พยาบาล	ประกันตัว ผู้ขับขี่	ภัยก่อการร้าย	
1												
ชั้น 1 "คุ้มครอง - คุ้มค่า"												
First Care 2+ Special ทวีคูณ/สุดคุ้ม												
2												
3+ Sure Flood												
3												
4												

- หมายเหตุ : 1.\* จากอุบัติเหตุที่มีผู้กระทำความผิดเป็นยานพาหนะทางบก ซึ่งหมายถึงรถที่เดินด้วยกำลังเครื่องยนต์ โดยใช้พลังงานเชื้อเพลิง เช่น น้ำมัน ก๊าซ หรือกำลังไฟฟ้า และรวมถึงรถพ่วง รถไฟ รถราง
2. เพื่อประโยชน์สูงสุดของท่าน กรุณาตรวจสอบทุนฯ และเบี้ยประกันภัยรถยนต์ของท่านกับเจ้าหน้าที่
3. ผู้ซื้อควรทำความเข้าใจในรายละเอียดความคุ้มครองและเงื่อนไข ก่อนตัดสินใจทำประกันภัยทุกครั้ง
4. เบี้ยประกันภัยดังกล่าวรวมอากรและภาษีแล้ว

### มอบทุนการศึกษา ประจำปี 2558

คุณชัย โสภณพนิช ประธานกรรมการและประธาน คณะผู้บริหาร กรุงเทพประกันภัย ในฐานะประธานมูลนิธิ กรุงเทพประกันภัย มอบทุนการศึกษาในระดับอุดมศึกษา ประจำปี 2558 รุ่นที่ 22 จำนวน 29 ทุน แก่นักเรียนที่ขาดแคลนทุนทรัพย์ โดยทุนการศึกษาดังกล่าว รวมถึงค่าเล่าเรียน ค่าที่พัก ค่าอาหาร และค่าใช้จ่ายอื่นๆ ที่จำเป็น ซึ่งเป็นทุนให้เปล่า โดยบริษัทฯ จะ สนับสนุนทุนการศึกษาต่อเนื่องจนกว่าจะสำเร็จการศึกษาระดับปริญญาตรี ซึ่งที่ผ่านมา มีนักเรียนรับทุนการศึกษาไปแล้วทั้งสิ้น 491 คน เป็นเงินทุนการศึกษาทั้งสิ้นกว่า 76,000,000 บาท ณ วัดดอยธรรมเจดีย์ จ.สกลนคร



### ออกหน่วยแพทย์เคลื่อนที่ ให้บริการแก่ประชาชน

กรุงเทพประกันภัย ร่วมกับโรงพยาบาลบำรุงราษฎร์ ให้การสนับสนุนกิจกรรม “พี่เพื่อน้อง จากดวงเพื่อนชาวประกันและมวลมิตรธุรกิจเพื่อสังคม ปีที่ 12” โดยกรุงเทพประกันภัย ได้ร่วมสนับสนุนอาหารสำหรับงานดังกล่าว นอกจากนี้ ยังได้มอบอุปกรณ์การเรียนให้นักเรียนโรงเรียน บ้านตะโกล่าง โรงเรียนตชด.บ้านถ้ำหิน และโรงเรียนตชด.บ้านตะโกเปิดทอง สำหรับโรงพยาบาล บำรุงราษฎร์ได้จัดหน่วยแพทย์เคลื่อนที่ให้บริการแก่ประชาชน โดยมีคณะแพทย์และพยาบาล กว่า 20 คน มาให้บริการด้านอายุรกรรม ระบบทางเดินอาหาร และแพทย์ทางเลือกโดยการฝังเข็ม เพื่อรักษาอาการต่างๆ เช่น โรคระบบประสาทและกล้ามเนื้อ โรคระบบทางเดินหายใจ ณ โรงเรียน บ้านตะโกล่าง อ.สวนผึ้ง จ.ราชบุรี เมื่อวันที่ 11 กรกฎาคม 2558

### ร่วมทำกิจกรรมกับสำนักงานตัวแทน

กรุงเทพประกันภัย ร่วมกับสำนักงานตัวแทนจังหวัดระนอง นำพนักงานกรุงเทพประกันภัยและ พนักงานของสำนักงานตัวแทน ร่วมกิจกรรมปลูกป่าตามโครงการ “ฟื้นฟูป่าต้นน้ำเฉลิมพระเกียรติ” จัดโดยกรมกิจการพลเรือนทหารบก เพื่อฟื้นฟูระบบนิเวศและพัฒนาป่าต้นน้ำให้อุดมสมบูรณ์ ณ ป่าต้นน้ำบ้านเขาหยวก อ.เมือง จ.ระนอง เมื่อวันที่ 15 กรกฎาคม 2558



สำนักงานตัวแทนจังหวัดระนอง



สำนักงานตัวแทนจังหวัดฉะเชิงเทรา

กรุงเทพประกันภัย ร่วมกับสำนักงานตัวแทน จังหวัดฉะเชิงเทรา นำพนักงานกรุงเทพประกันภัย และพนักงานของสำนักงานตัวแทนร่วมเลี้ยงอาหารกลางวันเด็กนักเรียน พร้อมมอบอุปกรณ์การศึกษา และอาหารแห้งให้แก่โรงเรียนบ้านร่มโพธิ์ทอง นอกจากนี้ ยังได้ร่วมกันปลูกต้นไม้และทำกิจกรรม นันทนาการ ณ โรงเรียนบ้านร่มโพธิ์ทอง อ.ท่าตะเกียบ จ.ฉะเชิงเทรา เมื่อวันที่ 25 กรกฎาคม 2558

### ให้ความรู้สู่นักศึกษา

ฝ่ายทรัพยากรบุคคล กรุงเทพประกันภัย ได้รับเกียรติจากโครงการ ปริญญาตรีภาคพิเศษ สาขาวิทยาการประกันภัย ภาควิชาคณิตศาสตร์ และสถิติ คณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ โดยได้เชิญผู้บริหารจากฝ่ายทรัพยากรบุคคลเป็นอาจารย์พิเศษ ในรายวิชากฎหมายประกันภัยและวิธปฏิบัติ ซึ่งเป็นวิชาที่เปิดสอน ในระดับปริญญาตรี ภาคเรียนที่ 1/2558 ตั้งแต่วันที่ 21 สิงหาคม - 4 ธันวาคม 2558



**มอบสินไหมทดแทน**



คุณประยูร เน่งน้อย (ที่ 2 จากซ้าย) ผู้จัดการสาขาสระบุรี กรุงเทพประกันภัย มอบเงินสินไหมทดแทนประกันภัยความเสี่ยงภัยทรัพย์สิน จำนวน 825,079.95 บาท ให้แก่ คุณเสาวลักษณ์ ศิริเลิศศิริ (ที่ 2 จากขวา) ผู้เอาประกันภัย จากกรณีลมพายุพัดประตูโกดังพังน้ำฝนไหลท่วมเข้าไปในโกดัง ทำให้สต็อกข้าวสารที่ได้ทำประกันภัยไว้ได้รับความเสียหาย ณ บริษัทโรงสีข้าว ส.วงษ์พานิช จำกัด อ.บ้านหมี่ จ.ลพบุรี เมื่อเร็วๆ นี้

คุณพงษ์เทพ อ่วงอารีย์ (ที่ 2 จากซ้าย) ผู้จัดการสาขามุกดาหาร กรุงเทพประกันภัย มอบเงินสินไหมทดแทนประกันภัยอุบัติเหตุส่วนบุคคล จำนวน 1,040,000 บาท ให้แก่ คุณพานม แก่นพุทธ (ที่ 3 จากซ้าย) ผู้รับประโยชน์ จากกรณีที่คุณสมนึก แก่นพุทธ ซึ่งเป็นสามีและผู้เอาประกันภัยเสียชีวิตจากอุบัติเหตุตกจากที่สูง ณ ธนาคารกรุงเทพ สาขา สว่างแดนดิน จ.สกลนคร เมื่อวันที่ 9 กรกฎาคม 2558



คุณยงยุทธ นิสุทธิวรรณ (ขวาสุด) ผู้จัดการสาขานครปฐม กรุงเทพประกันภัย มอบเงินสินไหมทดแทนประกันภัยอุบัติเหตุส่วนบุคคล จำนวน 420,000 บาท ให้แก่ คุณอุเทน ทองบ้านฆ้อง (กลาง) ผู้รับประโยชน์ จากกรณีที่คุณน้ำค้าง ทองบ้านฆ้อง ซึ่งเป็นมารดาและผู้เอาประกันภัยประสบอุบัติเหตุรถยนต์ชนเสียชีวิต ณ ธนาคารกรุงเทพ สาขาดอนตูม จ.นครปฐม เมื่อวันที่ 4 สิงหาคม 2558

คุณกรรณสูตร หอมจันทร์ (ซ้ายสุด) ผู้จัดการสาขานครราชสีมา กรุงเทพประกันภัย มอบสินไหมทดแทนการประกันภัยอุบัติเหตุส่วนบุคคล จำนวน 320,000 บาท ให้แก่ คุณสมจิตร์ นามโคตร (กลาง) ผู้รับประโยชน์ จากกรณีที่คุณสุชาติ บุตรแสน ซึ่งเป็นสามีและผู้เอาประกันภัยประสบอุบัติเหตุรถจักรยานยนต์เสียชีวิต ณ ธนาคารกรุงเทพ สาขาชุมพวง อ.ชุมพวง จ.นครราชสีมา เมื่อวันที่ 24 สิงหาคม 2558



**กิจกรรมร่วมสนุก**

กรุงเทพประกันภัยขอขอบคุณลูกค้าทุกท่านที่ร่วมเป็นส่วนหนึ่งกับบริษัทฯ โดยมอบความไว้วางใจทำประกันภัยประเภทต่างๆ กับเรา และเพื่อแทนคำขอบคุณ บริษัทฯ จึงขอมอบสิทธิพิเศษสำหรับลูกค้าคนสำคัญ เพียงท่านและคนในครอบครัวที่มีนามสกุลเดียวกัน (อย่างน้อย 1 ท่าน) ส่งชื่อ - นามสกุล พร้อมระบุเลขกรมธรรม์ประกันภัยปีปัจจุบันของแต่ละท่านมาที่อีเมล corp.com1@bangkokinsurance.com หรือทางกล่องข้อความของ www.facebook.com/bangkokinsurance เพื่อลุ้นรับบัตรสุตารับบัตร มูลค่า 500 บาท จำนวน 10 รางวัล โดยสามารถร่วมกิจกรรมได้ตั้งแต่วันที่ - 30 พฤศจิกายน 2558

สำหรับรายชื่อผู้ได้รับรางวัลบัตรของขวัญมูลค่า 500 บาท จากการร่วมกิจกรรมของวารสาร BKI News ฉบับเดือนมิถุนายน มีดังนี้

- คุณกัณณริภัทร์ อังกูรวัฒนาวงศ์
- คุณคมสันต์ ชาญวิทยา
- คุณจักรกฤษณ์ สิทธิมงคล
- คุณธีรพล เขียววงศ์
- คุณธีรวัฒน์ รัตน์ทอง
- คุณนาฏวิภา อาษาเพชร
- คุณพฤตธานันต์ ศรีวงศ์เสียง
- คุณสมวิไล วงศ์ดีเลิศ
- คุณสมศรี วงศ์ดีเลิศ
- คุณสังคม พันธุ์มะเกลือ

ติดต่อขอรับรางวัลโดยส่งสำเนาบัตรประชาชนพร้อมระบุที่อยู่ในการจัดส่งของรางวัลมาที่อีเมล corp.com1@bangkokinsurance.com หรือ โทรสาร 0 2610 2132

# BKI TELEMATICS



ครั้งแรกของประกันภัยรถยนต์ พร้อมเทคโนโลยี Telematics  
ที่เพิ่ม 3 บริการพิเศษเพื่อความปลอดภัย

- 1 บริการแสดงตำแหน่งรถยนต์ตามเวลาจริง
- 2 บริการแจ้งเตือนเมื่อรถออกนอกพื้นที่ที่กำหนด
- 3 แจ้งคะแนนการขับขี่เพื่อการขับขี่อย่างปลอดภัย

สอบถามข้อมูลเพิ่มเติม โทร. 0 2285 8888



**กรุงเทพประกันภัย**  
**Bangkok Insurance**