

HappyLife

 กรุงเทพมหานครประกันชีวิต

เพื่อชีวิตที่มีความสุขมากกว่า

'Holistic Health' สุขภาพดี 360°



7 วิธีดูแลสุขภาพ

สร้างสุขจากพื้นฐาน

งดโซเซียล...เที่ยวพะงัน

สัมผัสเสน่ห์ที่ถูกกลืน

ที่ปรึกษาทางการเงิน คือใคร?

ทำไมหลายประเทศถึงให้ความสำคัญ

4 อ. เคล็ดลับความสำเร็จ

ของคุณครูวัย 58 ปี

HAPPY

TALK

กรุงเทพประกันชีวิต

Bangkok Life Assurance Public Company Limited



ตลอดระยะเวลาที่ผ่านมา
กรุงเทพประกันชีวิต
ให้ความสำคัญกับการรณรงค์ให้
คนไทยมีสุขภาพร่างกายที่ดี

รวมทั้งการพัฒนาผลิตภัณฑ์
ที่สร้างหลักประกันด้านสุขภาพ
เพื่อชีวิตที่มีความสุขมากกว่า



ชีวิต
ออกแบบ

To
Happy

"การไม่มีโรคเป็นลาภอันประเสริฐ" การมีสุขภาพดี มีค่ากว่าการมีเงินทองมากมายมหาศาล เพราะแม้ว่าจะมีเงิน มากองจนท่วมตัว ก็ไม่สามารถซื้อสุขภาพที่ดีให้กลับคืนมาได้ ตัวเราเท่านั้นที่จะเป็นผู้กำหนด การดูแลรักษาสุขภาพร่างกาย ให้แข็งแรงจึงเป็นเรื่องที่เราควรให้ความสำคัญอย่างมาก

ตลอดระยะเวลาที่ผ่านมา **กรุงเทพประกันชีวิต** จึงให้ความสำคัญกับการณรงค์ให้คนไทยมีสุขภาพร่างกายที่ดี โดยร่วมกับกองออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ กระทรวงสาธารณสุข จัดทำกิจกรรมเพื่อณรงค์ให้คนไทยสนใจการออกกำลังกาย และเราตั้งใจที่จะสานต่อโครงการด้านสุขภาพเหล่านี้ รวมทั้งการพัฒนาผลิตภัณฑ์ที่สร้างหลักประกันด้านสุขภาพ เพื่อให้คนไทยมีสุขภาพที่ดี และมีชีวิตที่มีความสุขมากกว่า

HappyLife ฉบับนี้ จึงขอนำเสนอเรื่องราวดีๆ สารระ นำรู้เกี่ยวกับสุขภาพ ร่างกาย และการสร้างหลักประกันด้าน สุขภาพ เพื่อเป็นข้อมูลการวางแผนสำหรับคนรักสุขภาพทุกคน



ชวน ไสภณพนิช

กรรมการผู้จัดการใหญ่

เจ้าของ

บริษัท กรุงเทพประกันชีวิต จำกัด (มหาชน)
23/115-121 รอยัลชิตตี้เวนิว ถนนพระราม 9
เขตห้วยขวาง กรุงเทพฯ 10310
โทร. 0 2777 8888 โทรสาร 0 2777 8899
www.bangkoklife.com

กองบรรณาธิการ

ส่วนบริหารลูกค้าสัมพันธ์ ฝ่ายการตลาด
โทร. 0 2777 8577-8 โทรสาร 0 2777 8538
อีเมล : crm.happylife@bangkoklife.com

ออกแบบ

บริษัท สลัด จำกัด

HappyLife

วารสารราย 3 เดือน จัดทำขึ้นเพื่อสนับสนุนการ แก่ลูกค้า ตัวแทน เจ้าหน้าที่ ผู้บริหาร และ พันธมิตรของบริษัท บทความและรูปภาพใน วารสาร **HappyLife** สงวนลิขสิทธิ์ตามกฎหมาย การนำบทความหรือรูปภาพในวารสารไปเผยแพร่ ต้องได้รับอนุญาตเป็นลายลักษณ์อักษรจากบริษัท เท่านั้น

ไทย มาเลเซีย สิงคโปร์ ผนึกกำลังหนุนตลาดทุนอาเซียน»

ในข้อตกลงประชาคมเศรษฐกิจอาเซียนจะเปิดโอกาสให้มีการเคลื่อนย้ายปัจจัยด้านการค้าและการผลิตอย่างเสรี 5 ปัจจัยด้วยกัน ประกอบด้วย สินค้า บริการ แรงงาน การลงทุน และเงินทุน

4 ปัจจัยแรก เราได้เห็นการเปลี่ยนแปลงและการดำเนินการทั้งในภาครัฐและเอกชนค่อนข้างมาก แต่ในด้านเงินทุนที่จะถ่ายเทไปมาหากันนั้นยังได้ยั้งช้ากว่ารายน้อยมาก ที่มีความเคลื่อนไหวและฮือฮา อย่างการจัดตั้งธนาคารเพื่อการลงทุนในสาธารณูปโภคแห่งเอเชีย (Asian Infrastructure Investment Bank : AIIB) ก็ไม่ใช่ชาติสมาชิกอาเซียนเป็นโต้โผ แต่เป็นยักษ์ใหญ่อย่างจีนที่ใส่ทุนประเดิม 50,000 ล้านดอลลาร์ เพื่อจัดตั้ง AIIB หวังทาบรัศมีกองทุนการเงินระหว่างประเทศหรือ IMF ที่มีอเมริกาเป็นเจ้าของใหญ่ และธนาคารเพื่อการพัฒนาแห่งเอเชียหรือ ADB ที่มีญี่ปุ่นเป็นผู้ริเริ่ม เพียงแต่ชาติอาเซียนโดยมากยกมือเชียร์และประกาศพร้อมร่วมลงขันใน AIIB

แต่เมื่อต้นเดือนมีนาคมที่ผ่านมา นับเป็นข่าวดีที่เกิดความร่วมมือด้านตลาดทุนโดยชาติอาเซียนเป็นผู้ริเริ่ม นั่นคือคณะกรรมการกำกับหลักทรัพย์และตลาดหลักทรัพย์ของ ประเทศไทย มาเลเซีย และสิงคโปร์ ลงนามในบันทึก



ความเข้าใจ (Memorandum of Understanding : MOU) เพื่อให้กระบวนการพิจารณาคำขออนุญาตเสนอขายหลักทรัพย์ที่เปิดเผยข้อมูลตามมาตรฐานการเปิดเผยข้อมูลอาเซียนสามารถกระทำได้รวดเร็วขึ้น

ความร่วมมือนี้จะทำให้บริษัทจดทะเบียนในตลาดหลักทรัพย์ของประเทศพันธมิตรเสนอขายตราสารทุนและตราสารหนี้ได้สะดวกขึ้น ลดความซับซ้อนของกระบวนการ โดยหน่วยงานที่ทำหน้าที่กำกับดูแลหลักทรัพย์ของแต่ละประเทศมีข้อตกลงร่วมกันว่า จะพิจารณาคณะสมบัติของบริษัทที่มาขอจดทะเบียนและเสนอขายหลักทรัพย์ให้เสร็จสิ้นภายใน 3-4 เดือน นับจากวันยื่นเอกสาร โดยราวไตรมาสสามของปีนี้ จะได้เห็นการขอเข้าจดทะเบียนหลักทรัพย์ระหว่างกันเกิดขึ้น

ในปี 2558 นี้จึงนับเป็นมิติที่น่าสนใจที่จะได้เห็นตลาดทุนไทยก้าวไปอีกระดับหนึ่ง อีกทั้งจะเป็นการยกระดับผู้ประกอบการไทยด้วย เพราะจะต้องดำเนินธุรกิจอย่างมีธรรมาภิบาลและมีโมเดลธุรกิจที่เป็นที่สนใจของนักลงทุนสากลมากขึ้น



เส้นทางมอเตอร์เวย์หนุ บางใหญ่บูม

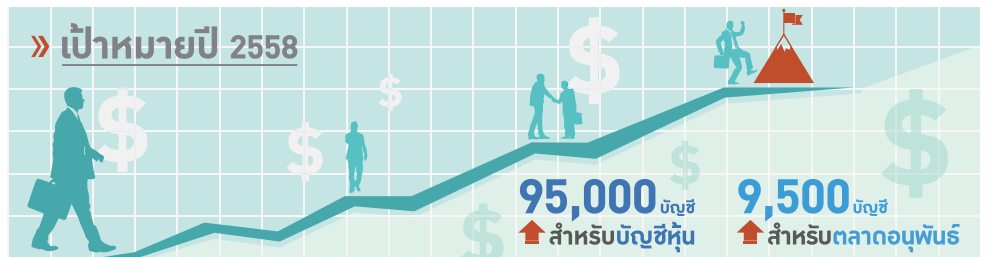
ก่อนหน้านี้ราคาที่พักอาศัยและคอนโดมิเนียมย่านบางใหญ่ก็ปรับตัวสูงขึ้นแล้วพอสมควร จากโครงการรถไฟฟ้าสายสีม่วงของการรถไฟฟ้าขนส่งมวลชนแห่งประเทศไทย (รฟม.) ที่พาดผ่านเริ่มเสร็จเห็นเป็นรูปร่าง แต่นักวิเคราะห์ก็มองว่านั่นยังไม่ใช่จุดสูงสุด เพราะยังมีโครงการยักษ์ที่จะดึงให้เส้นกราฟราคาย่านบางใหญ่สูงขึ้นไปอีก นั่นคือโครงการขยายเส้นทางเศรษฐกิจทวาย-เมียนมาร์ ตามแนวเส้นทางมอเตอร์เวย์ "บางใหญ่-กาญจนบุรี-ด่านบ้านพุน้ำร้อน" ของกรมทางหลวง ทำให้นักพัฒนาอสังหาริมทรัพย์เริ่มจับจองและกว้านซื้อที่ดินเพื่อผุดโครงการต่างๆ

หากวางแผนที่จะสำรวจสภาพการขยายตัวของเมืองในอดีต ฟังธนบุรีเป็นเมืองที่รองรับการขยายตัวจากฝั่งพระนครและราคาที่ดินยังไม่สูงนัก แต่ปัจจุบัน ฟังธนบุรีมีที่พักอาศัยหนาแน่นและมีโครงการนำสมัยมากมาย และมีเส้นทางคมนาคมเชื่อมต่อไปทั่วจังหวัดในภาคใต้ ภาคกลาง เช่น อยุธยา ปทุมธานี เส้นทางที่เชื่อมต่อไปจังหวัดทางด้านตะวันตกของประเทศ เช่น สุพรรณบุรี กาญจนบุรี ส่งผลให้ราคาที่ดินขยับสูงขึ้นมาก อีกไม่นานบางใหญ่ซึ่งมีพื้นที่ติดกับฟังธนบุรีก็จะบูมไม่แพ้กัน

เพิ่มนักลงทุนหน้าใหม่ ในตลาดหลักทรัพย์

แม้ปัจจุบันจะมีรูปแบบการออมและการลงทุนในตลาดให้เลือกหลากหลายมากขึ้น เช่น พันธบัตร สลากรางวัล ตลาดหุ้น ตลาดซื้อขายล่วงหน้าทั้งสินค้าเกษตร ทองคำ ตราสารทางการเงิน เป็นต้น แต่การลงทุนในตลาดหุ้นนั้นกลับได้รับความสนใจในสัดส่วนน้อย เมื่อเทียบกับประชากรไทย 70 ล้านคน มีนักลงทุนรายย่อยที่เปิดบัญชีซื้อขายเพียง 1.2 ล้านบัญชี และในจำนวนนี้ บางส่วนเป็นบัญชีที่นิ่งไม่มีรายการหมุนเวียน

เพื่อส่งเสริมให้ประชาชนมีความรู้ ความเข้าใจ พร้อมรับความเสี่ยงในการลงทุน และเพื่อเป็นการ



สร้างเสถียรภาพในการลงทุนของประเทศ โดยเพิ่มสัดส่วนนักลงทุนรายย่อยให้มากขึ้น ตลาดหลักทรัพย์แห่งประเทศไทย (ตลท.) จึงมีความประสงค์จะเพิ่มจำนวนนักลงทุน โดยในปีนี้ตั้งเป้าจะเพิ่มให้ได้จำนวน

95,000 บัญชีสำหรับบัญชีหุ้น และอีก 9,500 บัญชีสำหรับตลาดอนุพันธ์ โดยวางแผนจัดโรดโชว์ออกให้ความรู้แก่ประชาชนก่อนตัดสินใจลงทุนร่วม 26 จังหวัด พร้อมเชิญชวนให้เปิดบัญชีซื้อขาย

นอกจากนั้น ยังตั้งเป้าปี 2563 ว่าจะเพิ่มปริมาณการซื้อขายต่อวันให้ได้ถึงแสนล้านบาท โดยจะเพิ่มโอกาสให้กับกลุ่มบริษัทในกลุ่มน้ำแข็งเข้าจดทะเบียนตลาดหลักทรัพย์ในไทย

การเพิ่มสัดส่วนนักลงทุนรายย่อยนี้ นอกจากเพิ่มทางเลือกในการลงทุนของประชาชนแล้ว ยังช่วยเพิ่มเสถียรภาพตลาดหุ้นของประเทศไทยในระยะยาว เพราะที่ผ่านมา บ่อยครั้งตลาดพบกับภาวะผันผวนเพราะผู้กุมตลาดคือนักลงทุน

รายใหญ่ทั้งในและต่างประเทศ หากมีปริมาณนักลงทุนรายย่อยเพิ่มมากขึ้น จะทำให้ตลาดหุ้นไม่ผันผวนโดยง่ายจากพฤติกรรมกรรมการซื้อขายของรายใหญ่ เช่น การเทขาย การทุ่มซื้อ การสร้างข่าว เป็นต้น

การมีรายย่อยมาร่วมลงทุนอย่างอุ่หนาฟาคังก็จะช่วยให้ตลาดทุนไทยและบริษัทที่จดทะเบียนมีความเป็นมหาชนที่แท้จริงยิ่งขึ้น

7 กลยุทธ์ SME อยู่รอดได้ ทุกสภาพเศรษฐกิจ



หาลูกค้ารายใหม่หรือสร้างตลาดกลุ่มใหม่ฯ



ใช้จ่ายเงินอย่างรัดกุมและรอบคอบ โดยเฉพาะอย่างยิ่ง “กระแสเงินสด” ต้องดูแลเป็นพิเศษ



กำหนดเป้าหมายการดำเนินงาน-วางแผนล่วงหน้าให้ชัดเจน ไม่ประมาท



ค้นหาเทคโนโลยีใหม่หรือนวัตกรรมมาประยุกต์ใช้กับผลิตภัณฑ์ให้เหมาะสม



ปรับปรุงคุณภาพสินค้าและบริการ เพื่อรักษาลูกค้าเดิม ซึ่งเป็นรายได้หลักไว้



ลงทุนฝึกอบรมพนักงาน นอกจากพนักงานมีความรู้เพิ่ม ยังก่อให้เกิดการเพิ่มศักยภาพการแข่งขันของบริษัท



จัดระบบตัวแทนจำหน่าย ด้วยการพูดคุย-ตกลงให้แต่ละฝ่ายมีผลประโยชน์ที่ไปด้วยกันได้

ข้อมูล : www.incquity.com



เวลคัม เจแปน! ฐานผลิตชิ้นส่วนอากาศยาน ชิ้นส่วนอีโคโนคาร์ในไทย

..... การค้นพบ Product Champion แม้เพียงรายการเดียวก็สามารถสร้างเงินตรา สร้างงาน สร้างการหมุนเวียนทางเศรษฐกิจได้มหาศาล

อเมริกามีซิลิคอน วาลเลย์ ส่งออกคอมพิวเตอร์ซอฟต์แวร์ และแอปพลิเคชันไปทั่วโลก

ญี่ปุ่นมีรถยนต์และเครื่องใช้ไฟฟ้ามากมายที่ขายได้จากทั่วโลก ก่อนจะถูกเกาหลีเซียมาเบียดแข่ง

ประเทศไทยแม้ไม่ใช่เจ้าแห่งการคิดค้นผลิตภัณฑ์ แต่ในระยะ 30 ปีที่ผ่านมา การเป็นฐานการผลิตที่มีแรงงานทักษะ (Skill Labor) ที่มีฝีมือ

และค่าแรงไม่แพง จึงทำให้ไทยเป็นฐานการผลิตอุตสาหกรรมหลายชนิดทั้งเครื่องใช้ไฟฟ้า เครื่องนุ่งห่มและสิ่งทอ อุตสาหกรรมรถยนต์ และอีกมากมายหลายอุตสาหกรรม


แต่ล่าสุดนักวิชาการ นักวิเคราะห์ทางเศรษฐกิจในหลายๆ เวที วิเคราะห์ตรงกันว่าไทยสูญเสียความได้เปรียบในการแข่งขันเรื่องค่าแรงต่ำไปแล้ว

สิ่งที่ยังมีและถือเป็นจุดเด่นคือ แรงงานทักษะ อย่างเช่นเมื่อ 20 กว่าปีก่อน นักการเมืองและข้าราชการได้ร่วมกันระดมสมองเพื่อวางรากฐานเศรษฐกิจไทย และผลักดันให้ “รถกระบะ” เป็น Product Champion ด้วยมีความสอดคล้องกับสภาพสังคมไทยซึ่งยังเป็นสังคมเกษตรที่มีความต้องการใช้ยานพาหนะเพื่อขนถ่ายและลำเลียงสินค้า เกือบ 3 ทศวรรษที่ผ่านมากระบะจึงเป็นผลิตภัณฑ์ที่มีปริมาณการผลิตและจำหน่ายจำนวนมาก

แล้วสำหรับปัจจุบัน อะไรที่พอจะเป็น Product Champion ได้บ้าง คำตอบน่าจะอยู่ที่การเชิญชวนของ ม.ร.ว.ปรีดิยาธร เทวกุล รัฐมนตรีว่าการกระทรวงการคลังที่ได้มีการเชิญชวนนักลงทุนในญี่ปุ่นให้มาตั้งฐานผลิตอุตสาหกรรมชิ้นส่วนอากาศยานและรถยนต์อีโคโนคาร์ระยะที่ 2 ในประเทศไทย

ด้วยแนวโน้มการเปิดเสรีด้านการค้าการลงทุนย่อมส่งผลให้เกิดการแข่งขันและผู้คนและสินค้ามากขึ้น บริการอากาศยานจึงมีแนวโน้มต้องการเพิ่มสูงขึ้น ส่วนอีโคโนคาร์นั้นตอบสนองต่อความต้องการของผู้บริโภคในโลกที่ให้ความสำคัญกับการลดปัญหาสิ่งแวดล้อมมากขึ้น ไทยจึงมีความประสงค์เป็นส่วนหนึ่งของซัพพลายเชนในสองอุตสาหกรรมนี้ B

“
คนเรามักคาดการณ์การเปลี่ยนแปลงในอีก 2 ปีข้างหน้าแบบเกินจริง
แต่มักคาดไม่ถึงกับเหตุการณ์ในอีก 10 ปีข้างหน้า
จงอย่าจมอยู่ในความเฉื่อยชา
 ”
บิลล์ เกตส์ มหาเศรษฐีอันดับ 1 ของโลกปี 2558 (ถือเป็นปีที่ 16 ในรอบ 21 ปี)



สร้างสุขจากพื้นฐาน! ดูแลสุขภาพแบบ 360°

ถึงวันนี้ น่าจะมีคนจำนวนไม่น้อยที่ยอมรับว่า การมีชีวิตที่ปราศจากโรคหรือโรคร้าย ปรมา ลากา คือพื้นฐานสำคัญในการประสบความสำเร็จ และใช้ชีวิตอย่างมีความสุข เพราะเมื่อเรามีสุขภาพที่ดี เราก็จะมีพลังในการทำงานหรือสรรค์สร้างสิ่งต่างๆ ที่ฝันไว้

แต่กว่าเราๆ ท่านๆ จะเข้าใจประโยชน์อย่างลึกซึ้ง หลายคนต้องเผชิญหน้ากับความทุกข์จากโรคร้ายไข้เจ็บ ซึ่งมีภาวะเป็นผลจากการหักโหมทำงานหนัก พักผ่อนไม่เพียงพอ ไม่เคยมีเวลาไปออกกำลังกาย ละเลยการเลือกรับประทานสิ่งที่ดีมีประโยชน์ เป็นต้น... และหลายสิ่งหลายอย่างที่เราพูดถึงนี้ คือส่วนประกอบสำคัญของการมี 'สุขภาพองค์รวม' ที่ดี

เพื่อให้สมาชิก **HappyLife** สามารถใช้ชีวิตได้อย่างมีความสุขจากพื้นฐานอย่างแท้จริง ฉบับนี้เราจึงพาทุกท่านไปทำความรู้จักกับสุขภาพแบบ 360 องศา หรือที่วงการคนรักสุขภาพรู้จักกันในชื่อ 'สุขภาพแบบองค์รวม' ตลอดจนสัญญาณโรคร้ายที่เราต้องระวัง วิธีดูแลสุขภาพแบบรอบด้าน และการวางแผนชีวิตเพื่อลดความเสี่ยงต่างๆ อันเกิดจากปัญหาสุขภาพที่อาจเกิดขึ้นกับเราเมื่อไหร่ก็ได้...

การดูแลสุขภาพแบบองค์รวม คืออะไร?

จากข้อมูลของสำนักการแพทย์ทางเลือก กระทรวงสาธารณสุข ระบุว่าหลายๆ ภูมิภาคทั่วโลกให้นิยาม สุขภาพแบบองค์รวม หรือ Holistic Health ไว้ใกล้เคียงกัน ในส่วนของประธานสถาบัน American Holistic Health Association (AHHA) อย่าง ซูซาน วอลเตอร์ นิยามไว้ว่า สุขภาพแบบองค์รวมคือการมองสุขภาพเชื่อมโยงกับทั้งชีวิต ไม่ได้ดูแค่อาการเจ็บป่วยแล้วรักษาเฉพาะส่วนใดส่วนหนึ่งในร่างกาย แต่สุขภาพแบบองค์รวมจะพิจารณาทั้งตัวคนคนนั้น เพราะ "ส่วนรวมทั้งหมดถูกสร้างขึ้นจากส่วนย่อยๆ ที่สัมพันธ์เกี่ยวเนื่องและพึ่งพาต่อกัน" ซึ่งข้อมูลจากวารสารเกี่ยวกับการส่งเสริมสุขภาพประเทศสหรัฐอเมริกา ที่สถาบันการเรียนรู้เพื่อปวงชนได้นำมาเผยแพร่ในเว็บไซต์ www.life.ac.th ได้แจกแจงสุขภาพแบบองค์รวมไว้เป็น 5 มิติ ดังนี้



1. มิติทางกาย

ในส่วนนี้จะครอบคลุมถึงความแข็งแรงสมบูรณ์ของร่างกายที่ไร้ซึ่งโรคร้ายเป็นสำคัญ โดยมองว่าผู้ที่มีสุขภาพกายที่ดีนั้น มาจากการรับประทานอาหารที่ถูกหลักโภชนาการ มีสมรรถนะทางกายสมบูรณ์แข็งแรง สิ่งแวดล้อม ที่อยู่อาศัย และภาวะทางเศรษฐกิจที่เพียงพอต่อการดำรงชีวิต เป็นต้น



2. มิติทางจิต

เกี่ยวข้องกับสภาวะทางจิตใจหรืออารมณ์ที่มีผลต่อสุขภาพที่ดีโดยรวม เช่น ร่าเริง, ไม่มี ความกังวล และมีความสุข ซึ่งผู้ที่มีมิติทางจิตใจที่ดีคือผู้ที่สามารถจัดการกับสภาวะ ความเครียด และรู้จักดูแลตัวเองไม่ให้เกิดวิกฤตทางอารมณ์ขึ้น



3. มิติทางสังคม

การที่ผู้คนตั้งแต่ระดับครอบครัวไปจนถึงระดับสังคมอยู่ร่วมกันได้อย่างดี ระบบในสังคม มีความยุติธรรม มีวัฒนธรรมชุมชน และมีบริการที่ดีและทั่วถึง



4. มิติทางจิตวิญญาณ

คือการที่คนเราได้ใช้ชีวิตอย่างมีความหวัง มีความรัก มีสิ่งที่ยึดมั่น-ศรัทธา-เคารพ และสามารถใช้ชีวิตอยู่ร่วมกับบุคคลอื่นได้อย่างมีคุณธรรม จริยธรรม ทั้งนี้การมีสุขภาพทางจิตวิญญาณที่ดี ไม่ได้แปลว่าเราจะสามารถจัดการทุกปัญหาที่พบเจอได้ตลอดเวลา แต่มันยังหมายถึงการที่เราสามารถอยู่กับปัญหาที่แก้ไขไม่ได้โดยไม่ทุกข์ร้อนจนเกินไป



5. มิติทางปัญญา

เกี่ยวกับการมีความรู้ เฉลียวฉลาด รู้เท่าทันสิ่งต่างๆ ที่จะเปลี่ยนแปลงไป ทั้งทางกาย จิตใจ และสังคม สามารถประกอบอาชีพ และประสบความสำเร็จในชีวิต

7 วิธีดูแลสุขภาพแบบองค์รวม

ในส่วนนี้เพื่อให้ชาว **HappyLife** มองเห็นสู่ทางในการดูแลสุขภาพแบบรอบด้านให้ชัดเจนขึ้น เราขอเสนอวิธีดูแลสุขภาพแบบครบทุกมิติ...หลายๆ ข้อดูเหมือนปฏิบัติได้ง่าย แต่ไม่ใช่ทุกคนที่สามารถทำได้ ครบทุกข้อ แต่ถ้าเรามุ่งมั่นและตั้งใจพอ การปฏิบัติให้ครบทุกข้อต่อไปนี้คงไม่ใช่เรื่องยากอะไร?

1. ใส่ใจเรื่องอาหาร

ควรเลือกรับประทานอาหารโดยคำนึงถึงสัดส่วนที่มีความสมดุล มีความหลากหลาย ไม่ควรรับประทานอาหารซ้ำๆ หรือทานเฉพาะสิ่งที่ชอบ สำหรับอาหารที่ดีต่อสุขภาพ คืออาหารประเภทผัก ผลไม้ ธัญพืชเต็มเมล็ด นมพร่องไขมันหรือนมไขมันต่ำ อาหารที่ควรเลี่ยงหรือลดคืออาหารที่มีไขมันอิ่มตัว ไขมันทรานส์ เกลือ (โซเดียม) รวมทั้งน้ำตาล สำหรับเนื้อสัตว์ควรรับประทานแบบที่ไม่มีไขมัน หรือไม่กินหนังทานสัตว์ปีก ปลา ไข่ และถั่วเปลือกแข็ง เป็นต้น

2. บอกตัวเองอย่าเครียด

ความเครียดเกิดจากสมองของคุณอยู่ภายใต้แรงกดดัน แม้ความตื่นตัวที่เพิ่มขึ้นจะช่วยให้คุณจัดการกับเรื่องเร่งด่วนได้ แต่ในขณะเดียวกันก็มีผลเสียต่อสุขภาพ เพราะผู้ที่เครียดอยู่เสมอมักมีแนวโน้มที่จะเป็นโรคหัวใจ เกิดภาวะซึมเศร้า มีปัญหาในการนอนหลับ และโรคผิวหนังเรื้อรัง

การควบคุมความเครียดทำได้หลายวิธี โดยเฉพาะวิธีการสร้างเครือข่ายทางสังคม เพราะการพูดคุยช่วยบรรเทาความเครียดได้เป็นอย่างดี และเวลาที่เรารู้สึกว่าร่างกายจะหลั่งสารเอนดอร์ฟิน ซึ่งเป็นสารเคมีจากสมองที่ทำให้เกิดความสุข ช่วยทำให้กล้ามเนื้อผ่อนคลายและลดความดันโลหิตได้

3. รักสุขภาพใจไม่ให้ขุ่นมัว

การทำจิตใจให้เบิกบานและแจ่มใสอยู่เสมอเป็นการเยียวยาสุขภาพแบบองค์รวมที่สำคัญวิธีหนึ่ง เพราะร่างกายและจิตใจนั้นมีส่วนเชื่อมโยงถึงกัน เมื่อใจไม่ดีก็กระทบกาย ดังนั้น แม้กายจะป่วยก็อย่าปล่อยให้ใจเศร้าหมอง ซึ่งวิธีที่สามารถทำให้จิตใจเราเป็นปกติที่ดีวิธีหนึ่งคือการทำสมาธิ การหาเวลาอย่างน้อยวันละ 30 นาที - 1 ชั่วโมง ก็เพียงพอที่จะทำให้เราเกิดสติและปัญญาตามมา

4. อยู่ในสิ่งแวดล้อมที่ดี

สภาพแวดล้อมเป็นอีกปัจจัยที่สำคัญมากต่อการดูแลสุขภาพแบบองค์รวม การอยู่ในที่ที่อากาศถ่ายเทไม่ติด หรืออยู่ในที่เต็มไปด้วยฝุ่น ควัน เชื้อโรค หรือกลิ่นบูดๆ อาจจะทำให้เจ็บป่วยได้ ด้วยเหตุนี้เราจึงควรเลือกไปอยู่ในที่อากาศดี และมีสิ่งแวดล้อมที่ดีต่อสุขภาพจะดีกว่า

5. พักผ่อนให้เพียงพอ

ไม่ว่าจะนอนอย่างน้อย 6-8 ชั่วโมง หรือการพักระหว่างวันในวันที่ใช้สายตาดูจอมากเกินไป ถือเป็นทางเลือกที่ดีต่อสุขภาพที่เราควรทำให้เคยชิน อย่าปล่อยให้ร่างกายต้องทำงานโดยไม่หยุดพัก เพราะนอกจากจะทำให้เราเครียดโดยไม่รู้ตัวแล้ว อาจส่งผลให้นอนไม่หลับและมีปัญหาสุขภาพตามมา

6. ออกกำลังกายสม่ำเสมอ

ควรออกกำลังกายให้เหมาะสมกับวัย เพศและสภาพร่างกาย อย่าลืมว่าไม่ใช่ทุกคนที่จะเกิดมาเพื่อเป็นนักกีฬาวิ่งมาราธอนหรือสามารถเล่นโยคะพลายได้ทุกท่วงท่าเช่นเดียวกัน ดังนั้นเราต้องหาให้เจอว่าตนเองเหมาะกับการออกกำลังกายวิธีใดมากที่สุด อย่าไปทำตามใคร เพราะท่ายที่สุดจนออกจากคุณจะไม่สนุกแล้ว การออกกำลังกายที่ฝึกสภาพร่างกายอาจทำให้เกิดการบาดเจ็บได้

7. แบ่งปันความรัก

การมีความรักทั้งต่อตัวเองและผู้อื่นถือเป็นอีกวิธีที่ช่วยให้เราห่างไกลจากโรคภัยได้ง่ายๆ เพราะการรู้จักแบ่งปันความรู้สึกคือความรักและการมีสัมพันธภาพที่ดีกับคนรอบข้าง จะทำให้ร่างกายหลั่งสารเอนดอร์ฟินได้อย่างสม่ำเสมอ

สุขภาพแบบองค์รวม คือ การมองสุขภาพ เชื่อมโยงกับทั้งชีวิต ไม่ได้ดูแค่อาการ เจ็บป่วยแล้วรักษา เฉพาะส่วน



ประกันสุขภาพ

เตรียมความพร้อมเพื่อการใช้ชีวิต

ถึงแม้เราจะดูแลสุขภาพตัวเองเป็นอย่างดีและพยายามดูแลสุขภาพให้รอบด้านอย่างทีกล่าวไป แต่เพื่อสร้างความเชื่อมั่นให้กับตัวเองและครอบครัวว่าหากมีการเจ็บป่วยเกิดขึ้น “เราจะไม่เดือดร้อน” กับค่ารักษาพยาบาล หรือการที่เราต้องหยุดทำงานชั่วคราวไปจนถึงระยะยาว การทำประกันสุขภาพจึงกลายเป็นส่วนหนึ่งของการลดความเสี่ยง และสำหรับภาพรวมของระบบประกันสุขภาพไทย แบ่งออกเป็น 2 ส่วนใหญ่ๆ ดังนี้

ส่วนที่ 1 คือการประกันสุขภาพภาคบังคับ

เป็นระบบที่ภาครัฐพยายามสร้างขึ้นมา เพื่อเป็นสวัสดิการขั้นพื้นฐานของประชาชนทั่วประเทศ ประกอบด้วย 3 กองทุนหลักอย่าง ระบบสวัสดิการรักษายาบาลข้าราชการ, ระบบประกันสังคม และระบบหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ

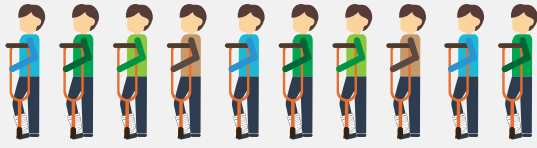
ส่วนที่ 2 คือการประกันสุขภาพภาคสมัครใจ

เพื่อเป็นสวัสดิการขั้นเพิ่มเติมสำหรับประชาชนทั่วไป รับประกันโดยบริษัทประกันชีวิตหรือประกันวินาศภัยที่มีหลากหลายรูปแบบให้ประชาชนเลือก โดยแต่ละคนต้องจ่ายเงินซื้อเอง เพื่อรับบริการรักษายาบาลและบริการที่ดีกว่าสวัสดิการขั้นพื้นฐานที่รัฐมอบให้ นับเป็นเครื่องมือในการบริหารความเสี่ยงส่วนบุคคลที่ดีวิธีหนึ่ง



ถึงแม้เราจะดูแลสุขภาพตัวเองเป็นอย่างดี...
แต่เพื่อสร้างความเชื่อมั่น การทำประกันสุขภาพ
จึงกลายเป็นส่วนหนึ่งของการลดความเสี่ยง

เหตุผลที่ต้องมีประกันสุขภาพ



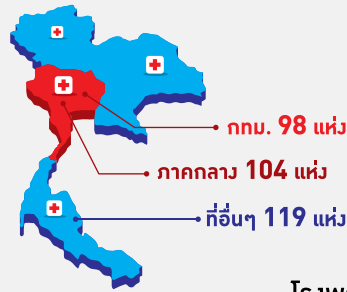
ปี 2554 มีผู้ป่วยในเข้ารับการรักษา....

2,176,829 คน



โรงพยาบาลและสถานพยาบาลเอกชน

ทั่วประเทศ 321 แห่ง ปี 2555



โรงพยาบาลใหญ่ที่มี 100 เตียงขึ้นไป

ห้องเดี่ยวพิเศษเฉลี่ย **3,925 บาท/คืน**

ข้อมูล : สำนักงานสถิติแห่งชาติ

สำนักงานสถิติแห่งชาติ ได้รายงานไว้ว่า โรงพยาบาลและสถานพยาบาลเอกชนในปี 2555 มีจำนวน 321 แห่ง อยู่ในกรุงเทพมหานครและภาคกลางถึง 202 แห่ง โดยโรงพยาบาลขนาดใหญ่ที่มีมากกว่า 100 เตียงขึ้นไป จะมีราคาห้องพักเตียงพิเศษเฉลี่ยถึง 3,925 บาทต่อคืน

อีกตัวเลขหนึ่งที่น่าสนใจคือจำนวนผู้ป่วยในเข้ารับการรักษาพยาบาลในปี 2554 มีทั้งสิ้น 2,176,829 คน โดยมีระยะเวลาเข้าพักรักษาเฉลี่ย 2.9 วัน

ทั้งสองตัวเลขนี้มีนัยยะสำคัญซึ่งคนที่กำลังต้องการซื้อประกันสุขภาพต้องพิจารณา เพราะเวลาป่วย คือเวลาที่เร่อ่อนแอมากที่สุด เป็นเวลาที่เรา

ต้องการการดูแลอย่างดี และบริการรักษาพยาบาลที่ดีส่วนใหญ่ ก็อยู่ในโรงพยาบาลขนาดใหญ่ที่มีมากกว่า 100 เตียงขึ้นไป ดังนั้นจึงเป็นเรื่องน่าเศร้าใจ หากวันหนึ่งคุณต้องนำเงินที่อุตสาหะเก็บหอมรอมริบไว้มาจ่ายเป็นค่ารักษาพยาบาล การซื้อประกันสุขภาพจึงน่าจะเป็นช่องทางเลือกหนึ่งเพื่อป้องกันการสูญเสียและลดความเสี่ยง

ด้วยเหตุนี้แบบประกันสุขภาพในตลาดมีหลากหลายแบบ เพราะแต่ละบริษัทก็พยายามนำเสนอสิ่งที่ดีให้กับลูกค้า แต่ก็ไม่ใช่ว่าแต่ละบริษัทจะสามารถกำหนดเบี้ยประกันสุขภาพเองได้ตามใจชอบทุกเบี้ยประกันต้องขออนุมัติจากสำนักงานคณะกรรมการกำกับและส่งเสริมการประกอบธุรกิจ

ประกันภัยหรือ คปภ. ที่คอยดูแล ต้องมีสถิติค่าใช้จ่ายต่างๆ มากมายมาประกอบ ถึงจะได้รับการอนุมัติธุรกิจนี้จึงอยู่บนพื้นฐานของความยุติธรรมและสุจริตใจร่วมกัน

สำหรับผู้สนใจในเรื่องการประกันสุขภาพ ท่านสามารถขอคำแนะนำจากตัวแทน **กรุงเทพประกันชีวิต** ที่ดูแลท่าน และควรซื้อให้เหมาะกับสถานะของท่าน อย่าลืมว่าทุกวันนี้เราต่างมีสวัสดิการขั้นพื้นฐานที่รัฐเตรียมไว้ให้แล้ว เพียงเติมประกันสุขภาพให้เหมาะสมกับคุณค่าของชีวิตเราในฐานะบุคคลสำคัญของครอบครัว เราก็สามารถใช้ชีวิตได้อย่างมีความสุข ไร้กังวล **B**

สัญญาณโรคร้ายที่ไม่ควรมองข้าม ⚠️

“น้ำหนักเกิน”

ที่มาของโรคไขมันอุดตันในหลอดเลือด

“ไขมันรอบเอว”

บอกความเสี่ยงโรคหัวใจ (35 นิ้วขึ้นไปในผู้หญิง และ 40 นิ้วขึ้นไปในผู้ชาย)

“ค่าคอเลสเตอรอลสูง”

ระวังความดันสูงจะตามมา

“เวียนหัวบ่อย”

หน้ามืด ต้องรีบเช็กความดันและระวังเป็นหลอดเลือดตีบ หัวใจวายเฉียบพลัน

“ระดับไตรกลีเซอไรด์สูง”

อาจเป็นสัญญาณภาวะโรคหัวใจขาดเลือดและหลอดเลือดหัวใจตีบ

“อัตราชีพจรเต้นต่ำกว่าเกณฑ์ในตอนเช้า”

ค่าที่ได้ควรอยู่ระหว่าง 60-90 ครั้ง/นาที ผู้ที่ออกกำลังกายเป็นประจำอาจได้ค่าที่ค่อนข้างต่ำ (แต่ไม่ต่ำกว่าเกณฑ์) เพราะกล้ามเนื้อหัวใจมีความแข็งแรง แต่หากคุณวัดค่าได้ต่ำกว่าเกณฑ์จริงๆ ที่ไม่ค่อยได้ออกกำลังกาย นี่เป็นสัญญาณบ่งบอกว่าคุณอาจมีปัญหาเกี่ยวกับโรคหัวใจ

บทบาทของ ที่ปรึกษาทางการเงิน Financial Advisor

โดย เรืองศักดิ์ ปัญญาบดีกุล, CFP®
ผู้ช่วยผู้จัดการใหญ่อาวุโส สายการตลาด
บมจ. กรุงเทพประกันชีวิต

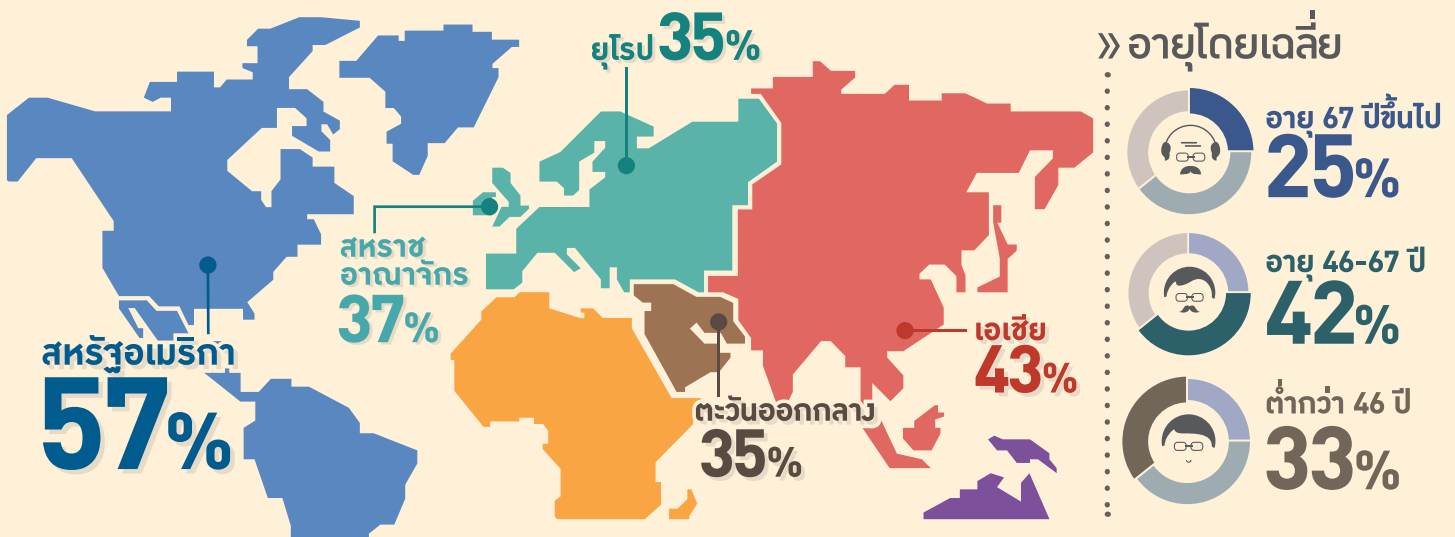
หลายท่านคงมีข้อสงสัยว่าที่ปรึกษาทางการเงิน หรือนักวางแผนการเงิน เขากำลังทำอะไรกัน แล้วทำไมเราต้องมีที่ปรึกษาทางการเงิน แล้วเราจะเลือกที่ปรึกษาทางการเงินกันอย่างไรดี?

ผมขออนุญาตเรียนนำเสนอทุกท่านดังนี้ครับ หน้าที่ของที่ปรึกษาทางการเงินคือการให้คำแนะนำ คำปรึกษา หรือจัดทำแผนการเงิน เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษา มีโอกาสที่จะบรรลุเป้าหมายทางการเงินที่กำหนดไว้ในอนาคต เช่น แผนบริหาร รายรับ-รายจ่าย แผนเกษียณอายุ แผนการศึกษาบุตร แผนภาษี แผนความคุ้มครอง และแผนมรดก เป็นต้น

ในต่างประเทศโดยเฉพาะประเทศที่พัฒนาแล้ว ที่ปรึกษาทางการเงินจะมีบทบาทที่สำคัญมาก ในการสร้างความมั่งคั่งและมั่นคงอย่างยั่งยืนให้กับประชาชน ช่วยสร้างประเทศให้มีความเข้มแข็งทางด้านเศรษฐกิจอย่างแท้จริง



สัดส่วนการเข้าถึงการใช้บริการที่ปรึกษาทางการเงินของประชาชนทั่วโลก



ข้อมูล : การสำรวจที่ปรึกษาทางการเงิน (Financial Advisors) ปี 2556, Natixis Co – A Global Asset Management company



มีคนจำนวนมากที่เข้าใจว่าคนรวยเท่านั้นถึงมีโอกาสวางแผนการเงิน ประเด็นนี้ไม่จริงครับ คนทุกคนไม่ว่ามีหรืออยากจนก็สามารถที่จะวางแผนการเงินได้ทั้งนั้น ยิ่งถ้าเป็นคนที่มีความรู้ทางการเงินอ่อนแอ ยิ่งต้องวางแผนการเงินครับ ผมเชื่อว่าทุกชีวิตต่างมีความต้องการที่จะทำให้ชีวิตตนมีความสุขมากยิ่งขึ้น เช่น อยากมีบ้านสักหลัง อยากมีรถสักคัน อยากให้ลูกเรียนสูงๆ อยากสบายตอนเราชราภาพ อยากมีสวัสดิการมารองรับยามเราเจ็บป่วย เป็นต้น

วันนี้ถ้าท่านมีความฝัน แล้วท่านมีความต้องการที่จะสร้างความฝันให้เป็นจริง นอกจากพลังกำลังและจิตใจที่เข้มแข็งในการต่อสู้ของท่านแล้ว ท่านต้องหาโอกาสพูดคุย ปรึกษากับที่ปรึกษาทางการเงินสักคน ท่านอาจจะพบคำตอบที่จะช่วยท่านให้เดินทางสู่เป้าหมายได้เร็วและปลอดภัยมากยิ่งขึ้นครับ

กรุงเทพประกันชีวิต ได้ร่วมมือกับพันธมิตร ได้แก่ บลจ.บัวหลวง และกรุงเทพประกันภัย เพื่อพัฒนาบุคลากรทางด้านที่ปรึกษาทางการเงิน ซึ่งปัจจุบันเรามีที่ปรึกษาทางการเงินประมาณ 800 คน และคาดว่าจะเป็น 1,000 คนในปีนี้ ซึ่งเป็นบุคลากรที่ผ่านการอบรมเรื่องการวางแผนการเงินส่วนบุคคลโดยตรง รวมทั้งมีใบอนุญาตที่ให้คำแนะนำและบริการสินค้าทางการเงินที่ถูกต้อง

นอกจากนี้เรายังร่วมมือในการพัฒนาสินค้าทางการเงินที่ครบวงจร ไม่ว่าสินค้าทางด้านสร้างความมั่งคั่งผ่านกองทุนรวมบัวหลวง และสินค้าทางด้านความมั่นคงผ่านทาง **กรุงเทพประกันชีวิต** และ **กรุงเทพประกันภัย** เพื่อรองรับและให้บริการแก่ทุกๆ ท่านที่มีความสนใจครับ

ที่ผ่านมามาตลอด 4-5 ปี ทางทีมงานที่ปรึกษาทางการเงินของเราได้มีโอกาสนำเสนอโครงการภายใต้ชื่อ “ชีวิตออกแบบได้” ซึ่งเป็นกิจกรรมที่มุ่งเน้นให้ความรู้เรื่องการวางแผนการเงินโดยตรงแก่ลูกค้าพนักงาน ข้าราชการและ

ดังนั้นบุคลากรที่จะเป็นที่ปรึกษาทางการเงินได้ ต้องผ่านการเรียนรู้และการอบรมหลักสูตรวิชาชีพนี้ รวมทั้งกรณีให้คำแนะนำหรือบริการสินค้าทางการเงินก็ต้องมีใบอนุญาตจากหน่วยงานกำกับดูแล ไม่ว่าจะเป็นใบอนุญาตผู้แนะนำการลงทุนหรือผู้วางแผนการลงทุน จากสำนักงานคณะกรรมการกำกับหลักทรัพย์และตลาดหลักทรัพย์ (กลต.) ใบอนุญาตตัวแทนประกันชีวิตและวินาศภัย จากสำนักงานคณะกรรมการกำกับและส่งเสริมการประกอบธุรกิจประกันภัย (คปภ.) เป็นต้น

ประโยชน์ที่ท่านจะได้รับจากการมีที่ปรึกษาทางการเงิน คือการบริหารจัดการเงินอย่างมีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น เช่น ทำอย่างไรให้เงินเรามีโอกาสส่งองเงยมากยิ่งขึ้น ทำอย่างไรที่เราจะบริหารความเสี่ยงไม่ว่าจะเป็นชีวิตและทรัพย์สินได้อย่างคุ้มค่า เพื่อให้เป้าหมายในชีวิตเราเป็นจริงขึ้นมาได้

เห็นไหมครับ คำว่า “ทำอย่างไร” คือสิ่งที่สำคัญที่สุดที่ที่ปรึกษาทางการเงินจะให้คำแนะนำท่าน เพราะมันคือบทบาทหน้าที่ของพวกเขาครับ

ข้อมูล : www.forbes.com



กระแสนี้ที่ปรึกษาทางการเงิน

FINANCIAL ADVISOR

ปี 2555 ในอเมริกา **FA = 316,000**

ปี 2563 คาดว่า **FA จะเพิ่มขึ้น 32%**

อัตราการเติบโตเฉลี่ย **ทุกอาชีพ = 14%**

คนทุกคนไม่ว่าจะมีหรืออยากจนก็สามารถที่จะวางแผนการเงินได้ทั้งนั้น

ยิ่งถ้าเป็นคนที่มีความรู้ทางการเงินอ่อนแอ ยิ่งต้องวางแผนการเงิน ครับ



ปัจจุบัน เรามีที่ปรึกษาทางการเงิน
ประมาณ 800 คน และคาดว่าจะ
จะเป็น 1,000 คนในปี
ซึ่งเป็นบุคลากรที่ผ่านการอบรม
เรื่องการวางแผนการเงินส่วนบุคคลโดยตรง



ประชาชนทั่วไป ไม่ว่าจะเป็นรูปแบบการสัมมนา การอบรม บทความผ่านสื่อสิ่งพิมพ์ รายการวิทยุและโทรทัศน์ ทั้งนี้เพราะเรามุ่งมั่นที่จะช่วยสร้างฐานะและสร้างหลักประกัน ให้กับประชาชนทุกกลุ่มนั่นเอง

สุดท้ายนี้มีคำกล่าวที่ว่า "ใครเจอเรา ชีวิตต้องดีขึ้น" การให้ความรู้ ความเข้าใจ ทางด้านการวางแผนการเงินที่ถูกต้อง การนำเสนอสินค้าที่เหมาะสม รวมทั้งการบริการลูกค้าด้วยความปรารถนาดี จึงถือเป็นภารกิจสำคัญที่สุดของที่ปรึกษาทางการเงิน

เราพร้อมที่จะบริการทุกท่าน ลองมาแวะคุยและปรึกษากับที่ปรึกษาทางการเงินของเรา ไม่แน่นอนครับ ชีวิตท่านอาจจะเปลี่ยนไปได้ เพราะ "ชีวิตออกแบบได้" ครับ **B**



กรุงเทพประกันชีวิต

วางแผนการเงิน...ให้พร้อม

พบกับที่ปรึกษาการเงินมืออาชีพ
จากกรุงเทพประกันชีวิต



- วางแผนการใช้จ่าย
- วางแผนจัดการความเสี่ยง
- วางแผนการลงทุน
- วางแผนจัดการภาษี
- วางแผนการเกษียณ
- วางแผนจัดการมรดก

ท่านผู้สนใจรับบริการที่ปรึกษาทางการเงิน
สามารถสอบถามรายละเอียดเพิ่มเติมที่
0 2777 8888

ดาวน์โหลด E-Magazine **HappyLife** ฟรี! ได้แล้ววันนี้ เพื่อชีวิตที่มีความสุขมากกว่า...ทุกที่ ทุกเวลา

นับจากนี้ คุณจะไม่พลาดทุกเรื่องราวน่ารู้ในวารสาร HappyLife ตลอดจนสิทธิประโยชน์พิเศษที่รวบรวมเพื่อคนสำคัญเช่นคุณ

เพียงดาวน์โหลด แอปพลิเคชัน
HappyLife ที่รองรับทั้งสมาร์ตโฟน, แท็บเล็ต
และไอแพดทุกรุ่น จาก Play Store* หรือ
App Store** ตามขั้นตอนดังนี้



①

เข้าไปที่



หรือ



②

ค้นหาคำว่า

'HappyLife'
แล้วดาวน์โหลด

③



อ่าน **'HappyLife'** ได้ทันที

สิทธิพิเศษสำหรับลูกค้ากรุงเทพประกันชีวิต

ส่วนลดพิเศษ



- ส่วนลดค่ายา **5%** เมื่อชำระด้วยเงินสด (สำหรับผู้ป่วยนอก OPD)
- รับสิทธิตรวจสุขภาพ ในราคาสมาชิก

โปรแกรม	ราคาสมาชิก (บาท)
Standard	1,150
Silver	1,930
Gold	2,900
Platinum	4,300

เงื่อนไขการใช้สิทธิ

1. โปรดแสดงบัตรประจำตัวผู้เอาประกันและบัตรประชาชน
2. ไม่สามารถเข้าร่วมกับบัตรส่วนลดหรือรายการส่งเสริมการขายอื่นได้
3. ขอสงวนสิทธิ์ในการเปลี่ยนแปลงเงื่อนไขโดยมีต้องแจ้งให้ทราบล่วงหน้า
4. สอบถามรายละเอียดเพิ่มเติม โทร. 0 3427 0080-7
5. กำหนดให้เข้ารับบริการตั้งแต่ วันที่ - 31 พฤษภาคม 2559



- ส่วนลดผู้ป่วยนอก
 - ส่วนลดค่ายา **10%** เมื่อชำระด้วยเงินสด
 - ส่วนลดค่ายา **5%** เมื่อชำระด้วยบัตรเครดิต
- ส่วนลดผู้ป่วยใน
 - ส่วนลดค่ายา, ค่าห้อง **10%** เมื่อชำระด้วยเงินสด
 - ส่วนลดค่ายา, ค่าห้อง **5%** เมื่อชำระด้วยบัตรเครดิต
- รับสิทธิโปรแกรมตรวจสุขภาพประจำปี **BLA HappyLife INC2.0117**
15 รายการ ราคา 2,200 บาท (ปกติ 4,210 บาท)
 รายละเอียดรายการ PE, Chest X-Ray, EKG, CBC, FBS, Chol, TG, HDL-C, LDL-C(Direct), SGOT, SGPT, BUN, Creatinine, Uric Acid, UA

เงื่อนไขการใช้สิทธิ

1. โปรดแสดงบัตรประจำตัวผู้เอาประกันและบัตรประชาชน
2. สูงลง 1 ไม่ ต่อการให้บริการ 1 โปรแกรม และใช้ได้ครั้งเดียวเท่านั้น
3. ไม่สามารถเข้าร่วมกับบัตรส่วนลดหรือรายการส่งเสริมการขายอื่นได้
4. ขอสงวนสิทธิ์ในการเปลี่ยนแปลงเงื่อนไขโดยมีต้องแจ้งให้ทราบล่วงหน้า
5. สอบถามรายละเอียดเพิ่มเติม โทร. 0 2596 7888
6. กำหนดให้เข้ารับบริการตั้งแต่ วันที่ - 31 ธันวาคม 2558



- ส่วนลดค่ายา **5%** (สำหรับผู้ป่วยนอก OPD)
- ส่วนลดค่ายา **5%**, ค่าห้อง **10%** (สำหรับผู้ป่วยใน IPD)
- รับสิทธิตรวจสุขภาพ โปรแกรมรักภัยกับ ในราคาพิเศษ **4,000 บาท** (ปกติ 5,380 บาท)

เงื่อนไขการใช้สิทธิ

1. โปรดแสดงบัตรประจำตัวผู้เอาประกันและบัตรประชาชน
2. ไม่สามารถเข้าร่วมกับบัตรส่วนลดหรือรายการส่งเสริมการขายอื่นได้
3. ขอสงวนสิทธิ์ในการเปลี่ยนแปลงเงื่อนไขโดยมีต้องแจ้งให้ทราบล่วงหน้า
4. สอบถามรายละเอียดเพิ่มเติม โทร. 0 5590 9000 ต่อ 4163, 9121
5. กำหนดให้เข้ารับบริการตั้งแต่ วันที่ - 31 ธันวาคม 2558



- ส่วนลดค่ายา **10%**
- รับสิทธิตรวจสุขภาพ โปรแกรม **Bangkok healthy life** พร้อมตรวจคลื่นไฟฟ้าหัวใจ ในราคาพิเศษ **1,590 บาท** (ปกติ 5,280 บาท)

เงื่อนไขการใช้สิทธิ

1. โปรดแสดงบัตรประจำตัวผู้เอาประกันและบัตรประชาชน
2. ไม่สามารถเข้าร่วมกับบัตรส่วนลดหรือรายการส่งเสริมการขายอื่นได้
3. ขอสงวนสิทธิ์ในการเปลี่ยนแปลงเงื่อนไขโดยมีต้องแจ้งให้ทราบล่วงหน้า
4. ใช้บริการได้ทั้ง 3 สาขาในเครือโรงพยาบาลเปาโล เวมเมจิเอล
5. สอบถามรายละเอียดเพิ่มเติม
 - สาขาพญาไท โทร. 0 2271 7000 ต่อ 11292, 11293
 - สาขาสุขุมวิท โทร. 0 2863 2000 ต่อ 424
 - สาขาโรตีย์ โทร. 0 2514 4141 ต่อ 1700, 1701
6. กำหนดให้เข้ารับบริการตั้งแต่ วันที่ - 31 กรกฎาคม 2558



- โปรแกรม **A** ตรวจ 18 รายการ ราคาพิเศษ **1,900 บาท** (ปกติ 5,935 บาท)
 ตรวจสุขภาพโดยแพทย์, ตรวจวัดสายตา, วัดความดันโลหิต, Chest X-ray, EKG, Cholesterol, Triglycerides, HDL-C, LDL-C, CBC, FBS, SGPT, SGOT, Alk Phosphatase, Creatinine, BUN, Uric Acid, UA
- โปรแกรม **B** ตรวจ 23 รายการ ราคาพิเศษ **3,500 บาท** (ปกติ 9,775 บาท)
 ตรวจสุขภาพโดยแพทย์, ตรวจวิเคราะห์ในช่องปากโดยทันตแพทย์, ตรวจประเมินฟันและเหงือก, ตรวจสุขภาพตาโดยจักษุแพทย์, ตรวจวัดสายตา, ตรวจวัดความดันโลหิต, ตรวจเช็ดยูตา และตรวจคัดกรองจอประสาทตา, Chest X-ray, EKG, Cholesterol, Triglycerides, HDL-C, LDL-C, CBC, FBS SGPT, SGOT, Alk Phosphatase Creatinine, BUN, Uric Acid, UA

เงื่อนไขการใช้สิทธิ

1. โปรดแสดงบัตรประจำตัวผู้เอาประกันและบัตรประชาชน
2. กรุณางดน้ำ-อาหารอย่างน้อย 8 - 12 ชม.
3. ราคาดังกล่าวจะได้รับสมรรถยานผลตรวจสุขภาพ 1 ชุด และคู่มืออาหารว่าง 1 ชุด
4. สามารถรับบริการตรวจได้ที่ ศูนย์สุขภาพพิเศษ เวชศาสตร์ชะลอวัย (Wellness & Anti-Aging Center) ชั้น 4 เวลเนสเวิลด์ฮิลล์เซ็นเตอร์ (WMC)
5. ไม่สามารถเข้าร่วมกับบัตรส่วนลดหรือรายการส่งเสริมการขายอื่นได้
6. ขอสงวนสิทธิ์ในการเปลี่ยนแปลงเงื่อนไขโดยมีต้องแจ้งให้ทราบล่วงหน้า
7. สอบถามรายละเอียดเพิ่มเติมและนัดหมายการตรวจล่วงหน้า โทร. 0 2836 9999 ต่อ 6220
8. กำหนดให้เข้ารับบริการตั้งแต่ วันที่ - 31 สิงหาคม 2558



- รับส่วนลด **3,000 บาท / 1 ท่าน** เพื่อรับการตรวจคัดกรองมะเร็งลำไส้ใหญ่ด้วยการส่องกล้อง (Colonoscopy)

เงื่อนไขการใช้สิทธิ

1. โปรดแสดงบัตรประจำตัวผู้เอาประกันและบัตรประชาชน
2. ไม่สามารถเข้าร่วมกับบัตรส่วนลดหรือรายการส่งเสริมการขายอื่นได้
3. ขอสงวนสิทธิ์ในการเปลี่ยนแปลงเงื่อนไขโดยมีต้องแจ้งให้ทราบล่วงหน้า
4. สามารถใช้บริการได้ที่สถานพยาบาลและระบบทางเดินอาหาร โรงพยาบาลสมิติเวช สุขุมวิท อาคาร 1 ชั้น 2 เท่านั้น
5. กรุณานัดหมายล่วงหน้าก่อนเข้ารับบริการตรวจที่สถานโรคตับและระบบทางเดินอาหาร โทร.0 2711 8822-4
6. สอบถามรายละเอียดเพิ่มเติม โทร. 0 2711 8822-4
7. กำหนดให้เข้ารับบริการตั้งแต่ วันที่ - 31 ธันวาคม 2558



ประเพณี | แห่งเทียนพรรษาทางน้ำ

30 กรกฎาคม 2558 > ตลาดลาดชะโด อ.ผักไห่ จ.พระนครศรีอยุธยา

เดิมทีตลาดลาดชะโดมีชื่อว่า บ้านจักรราช จัดเป็นชุมชนเก่าแก่ที่มีอายุประมาณ 248 ปี ตามข้อมูลเล่าว่า ชาวบ้านที่อยู่ในพื้นที่แห่งนี้ คือชาวกรุงเก่าที่หนีศึกสงครามมาจากครั้งนั้น และด้วยความที่พื้นที่นี้มีคูคลองมาก และมีปลาชุมโดยเฉพาะปลาลาดชะโด ในเวลาต่อมาจึงกลายเป็นที่รู้จักในนามลาดชะโด สำหรับเสน่ห์ของที่นี่คือ ความคลาสสิกของอาคารบ้านเรือนที่ชาวบ้านในชุมชนช่วยกันอนุรักษ์ไว้เป็นอย่างดี และถ้าชาว HappyLife เดินทางไปร่วมงานในวันที่ 30 ก.ค. นอกจากจะได้ชมขบวนแห่เทียนพรรษาทางน้ำ ทุกท่านยังมีโอกาสได้ ชมการจำลองตลาดน้ำลาดชะโด ชมการละเล่นพื้นบ้าน และร่วมเป็นสักขีพยานในการประกวดแต่งบ้านเรือนริมคลองลาดชะโดอีกด้วย

สอบถามข้อมูลก่อนเดินทางได้ที่ : องค์การบริหารส่วนตำบลลาดชะโด โทร. 0 3574 0263-4 และ ททท. สำนักงานพระนครศรีอยุธยา โทร. 0 3524 6076-7



วิ่งมาราธอน | เทศกาลวิ่งแหวกทะเลสู่เกาะพิทักษ์



งานจำหน่ายสินค้า | เทศกาลทุเรียนและผลไม้เมืองลับแล



ประเพณี | งานบุญเดือนหกและการละเล่นผิชนน้ำ

1 - 30 มิถุนายน 2558 >

๓.ปากน้ำหลังสวน อ.หลังสวน จ.ชุมพร

เดิมทีเกาะพิทักษ์มีชื่อว่า เกาะผีทัก เพราะสมัยก่อน ชาวประมงที่มาถึงบริเวณเกาะนี้มักเห็นเงาคนกวกักมือเรียก นี่เป็นเพียงเรื่องเล่าในอดีต ปัจจุบันเกาะพิทักษ์ มีการทำโฮมสเตย์เปิดโอกาสให้นักท่องเที่ยวได้ใช้ชีวิตแบบชาวเล สัมผัสบรรยากาศเงียบสงบของเกาะ พร้อมทำกิจกรรมล่องเรือ, ปั่นจักรยาน และชิมอาหารทะเลกันสดๆ สำหรับงานวิ่งแหวกทะเลสู่เกาะพิทักษ์ งานนี้ถือเป็นงานใหญ่ แบ่งเป็นประเภทมาราธอน ระยะทาง 14 กม. และ Fun Run ระยะทาง 3.5 กม. นอกจากนี้ยังมีการแข่งขันจักรยาน แต่ถ้าไม่ถนัดทั้งสองอย่าง แลไปพักผ่อนชมกิจกรรมก็คงสนุกไม่น้อย

สอบถามข้อมูลก่อนเดินทางได้ที่ : ททท. สำนักงานชุมพร 0 7750 1831-2, 0 7750 2775-6

1 - 30 มิถุนายน 2558 >

๓.ห้วยดง อ.ลับแล จ.อุตรดิตถ์

สำหรับแฟนทุเรียนตัวจริงคงทราบดีว่าทำไมทุเรียนของเมืองลับแลถึงมีชื่อว่า “หลงลับแล” แต่สำหรับคนที่ยังไม่เคยลิ้มลองหลงลับแลเลยสักครั้ง หรือไม่เคยแม้แต่จะไปเที่ยวพักผ่อนท่ามกลางธรรมชาติที่อ.ลับแล เมืองที่ตามตำนานกล่าวขานว่ามีแต่คนมีบุญเท่านั้นที่จะเข้าไปถึงเมืองลับแลได้ ในเทศกาลทุเรียนและผลไม้เมืองลับแล ประจำปีนี้ ชาว HappyLife จะได้เที่ยวชมสวนผลไม้ของชาวบ้านที่มีให้บริการที่พักแบบโฮมสเตย์สไตล์ชาวสวนลับแล พร้อมช้อปปิ้ง-ชิม-ฟินไปกับทุเรียนพันธุ์ต่างๆ ตลอดจนร่วมกิจกรรมอื่นๆ อีกมากมาย

สอบถามข้อมูลก่อนเดินทางได้ที่ : เทศบาลตำบลห้วยดง โทร. 0 5545 7257 และ ททท. สำนักงานแพร่ โทร. 0 5452 1118

2 - 4 มิถุนายน 2558 >

๓.นาข้าว อ.เชียงคาน จ.เลย

ดั้งเดิมคนที่นี่เป็นชนกลุ่มน้อยเผ่าไทยพวนที่อพยพจากฝั่งซ้ายของลำน้ำโขง ก่อนจะมาตั้งถิ่นฐานในพื้นที่ที่เหมาะสมเพาะปลูกและเลี้ยงสัตว์อย่างน่าทึ่ง นี่คือการประเพณีที่เรียกว่า นาข้าวในโลกลอนอินเตอร์เน็ต แต่ใครอยาก “สัมผัสของจริง” ด้วยตัวเอง 2-4 มิถุนายนนี้ ต้องแพ็คกระเป๋าไปเชียงคาน เพราะนี่คือโอกาสที่คุณจะได้สัมผัสวิถีชีวิตที่เรียบง่ายของคนที่นี่ พร้อมร่วมทำบุญและชมขบวนแห่ผิชนน้ำ ตลอดจนการแสดงศิลปวัฒนธรรมต่างๆ ของชาวบ้านนาข้าวอย่างใกล้ชิด

สอบถามข้อมูลก่อนเดินทางได้ที่ : องค์การบริหารส่วนตำบลนาข้าว โทร. 0 4285 5152 และ ททท. สำนักงานเลย โทร. 0 4281 2812

ภาพ : การท่องเที่ยวแห่งประเทศไทย

ปฏิทินกิจกรรม กรุงเทพประกันชีวิต

14 มิถุนายน

เดิน-วิ่ง การกุศล



14 มิถุนายน 2558 กรุงเทพฯ ในโอกาสที่ กรุงเทพประกันชีวิต ก้าวสู่ปีที่ 65 ได้รณรงค์ให้ชาวไทยหันมาใส่ใจและรักษาสุขภาพ ด้วยการจัดกิจกรรม เดิน-วิ่ง เพื่อสุขภาพการกุศล ‘กรุงเทพประกันชีวิต ฮาล์ฟมาราธอน ครั้งที่ 2’ ณ สวนพระราม 8 กรุงเทพฯ โดยรายได้จากโครงการนี้ทั้งหมดจะถูกนำไปต่อยอดสนับสนุนโครงการ “สวนสุขภาพ เพื่อชีวิตที่มีความสุข”

เมษายน



สร้างความสุขสำหรับผู้สูงวัย

เมษายน 2558 จ.ขอนแก่น และ จ.มหาสารคาม กรุงเทพประกันชีวิต ตอกย้ำพันธกิจในการดำเนินนโยบายเพื่อสังคมด้วยการส่งเสริมความสุขในการดำรงชีวิตให้แก่ผู้สูงวัย จัดกิจกรรมตรวจสุขภาพ วัดสายตา พร้อมมอบแว่นสายตาแก่ผู้สูงอายุ ภายใต้โครงการ ‘ร่วมสร้างความสุข โลกสดใส สำหรับผู้สูงวัย จากใจกรุงเทพประกันชีวิต’ ที่ อ.อุบลรัตน์ จ.ขอนแก่น และที่ อ.ภูธร จ.มหาสารคาม ตามลำดับ

7 พฤษภาคม



มหกรรมการเงิน Money Expo

7-10 พฤษภาคม 2558 กรุงเทพฯ กรุงเทพประกันชีวิต ได้ออกให้คำปรึกษาพร้อมให้บริการวางแผนทางการเงินในงานมหกรรมการเงิน ‘Money Expo’ เพื่อสร้างความมั่นคงทางการเงินอย่างรอบด้านให้แก่ประชาชนโดยไม่เสียค่าใช้จ่าย ณ บูธ H8 ชาเลนเจอร์ 2-3 อิมแพ็ค เมืองทองธานี นอกจากนี้ในงานยังมีการจัดกิจกรรมมอบความสุขและสร้างความบันเทิงแก่ผู้ที่มาร่วมงานอีกด้วย B

พร้อม...รอบด้าน สุขทุกช่วงชีวิต

กรุงเทพประกันชีวิต เชื่อว่า ชีวิตยิ่งพร้อม ความสุขยิ่งเพิ่ม...จากการวางแผนการ
เงินรอบด้าน ทั้งการสร้างหลักประกันเพื่อตัวคุณเองและคนที่คุณรัก และการสร้างฐานะ
เพื่อช่วยให้ชีวิตบรรลุเป้าหมายได้เร็วขึ้น กรุงเทพประกันชีวิต จึงมุ่งมั่นคัดค้านหลักประกัน
รูปแบบใหม่ เพื่อตอบโจทยักทุกช่วงชีวิตอย่างรอบด้าน เพื่อให้คุณพร้อมมุ่งสู่เป้าหมายอย่าง
มั่นคง ไม่กังวลห่วงหน้าพะวงหลัง “เพราะชีวิตที่พร้อม...คือชีวิตที่มีความสุขมากกว่า”

ช่วงศึกษา (อายุต่ำกว่า 20 ปี)



วัยอายุต่ำกว่า 20 ปี เป็นช่วงที่เด็กต้องพึ่งพาคุณพ่อคุณแม่ ทั้งการศึกษา ค่าใช้จ่าย
หรือค่ารักษาพยาบาล คุณพ่อคุณแม่ควรวางแผนการเงิน เพื่อเตรียมพร้อมตั้งแต่ก่อนมีบุตรหรือ
หลังคลอด การทำประกันสุขภาพของบุตรและประกันที่ให้ความคุ้มครองคุณพ่อคุณแม่เป็นสิ่ง
สำคัญมาก ถ้าเป็นอะไรไปลูกจะได้มีการศึกษาที่สูงอย่างที่ตั้งใจไว้

- ผลิตภัณฑ์แนะนำสร้างฐานะ :** ประกันชีวิตสะสมทรัพย์, ประกันกรุงเทพ 115
- ผลิตภัณฑ์แนะนำสร้างหลักประกัน :** ประกันห่วงรักคุ้มครองครบ แผนของขวัญเพื่อลูกรัก, ประกันบีแอลเอ พร้อมซัวร์ เพื่อการศึกษา 10/5, ประกันกรุงเทพ 115 พลัส, ประกันสุขภาพ, ประกันอุบัติเหตุส่วนบุคคล

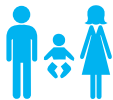
ช่วงเริ่มทำงาน (อายุ 20-30 ปี)



เป็นช่วงวัยที่เริ่มมีรายได้ เน้นการออมเงิน เพื่อสร้างความมั่งคั่ง โดยมีเป้าหมายและ
ระยะเวลาในการออมที่ชัดเจน สามารถลงทุนแบบมีความเสี่ยงค่อนข้างสูงและผลตอบแทนดี
ควบคู่ไปกับการสร้างหลักประกันเพื่ออนาคตข้างหน้า โดยเลือกทำประกันแบบจ่ายน้อย คุ้มครอง
นาน ค่าเบี้ยต่ำ ซึ่งสามารถรับเงินก้อนคืนได้เมื่ออายุครบสัญญาหรือเลือกทำประกันชีวิตเพื่อ
คุ้มครองรายได้หากต้องดูแลพ่อแม่

- ผลิตภัณฑ์แนะนำสร้างฐานะ :** ประกันชีวิตสะสมทรัพย์, กรุงเทพ 115 และ กรุงเทพ 115 พลัส, วางแผนลงทุนในหุ้น/กองทุนที่ระดับความเสี่ยงสูง
- ผลิตภัณฑ์แนะนำสร้างหลักประกัน :** ประกันห่วงรักคุ้มครองครบ แผนกรมธรรม์ฉบับแรก, บีแอลเอ พร้อมเกษียณ, ประกันบำนาญ 555 และประกันบำนาญ 600, ประกันสุขภาพ, ประกันอุบัติเหตุส่วนบุคคล

ช่วงสร้างครอบครัว (อายุ 31-45 ปี)



เป็นช่วงที่ต้องดูแลทั้งคนรัก ลูกและคุณพ่อคุณแม่ การสร้างหลักประกันเพื่อความมั่นคงในชีวิตคู่และครอบครัวเป็นสิ่งสำคัญ ควรเลือกแบบที่ทุนประกันสูง
คุ้มครองยาว ครอบคลุมภาระและความรับผิดชอบ การศึกษาลูก และหนี้สิน รวมถึงเป็นหลักประกันที่เก็บไว้ดูแลคนที่คุณรักแทนตัวคุณ ควบคู่ไปกับการสร้างฐานะ
ออมเงินในระยะกลาง และระยะยาว การลงทุนอาจเลือกลงทุนแบบที่ความเสี่ยงไม่สูงนัก และควรเริ่มวางแผนการเงินเพื่อการเกษียณสำหรับตัวเอง

- ผลิตภัณฑ์แนะนำสร้างฐานะ :** ประกันชีวิตสะสมทรัพย์ระยะปานกลาง และระยะยาว, กรุงเทพ 115, วางแผนลงทุนในหุ้น/กองทุนที่ระดับความเสี่ยงปานกลาง
- ผลิตภัณฑ์แนะนำสร้างหลักประกัน :** ประกันห่วงรักคุ้มครองครบ แผนสัญญารัก แผนทดแทนคุณ, บีแอลเอ พร้อมซัวร์ เพื่อการศึกษา 10/5, บีแอลเอ แอปบี โทมัส ประกันชีวิตคุ้มครองสินเชื่อบีแอลเอ คุ้มครองสูง, กรุงเทพ 115 พลัส, บีแอลเอ พร้อมเกษียณ ประกันบำนาญ 555 และประกันบำนาญ 600, ประกันสุขภาพ, ประกันอุบัติเหตุส่วนบุคคล

ช่วงเสริมสร้างฐานะ (อายุ 46-60 ปี)



ช่วงอายุนี้มีรายได้เพิ่มขึ้น มีเงินเก็บ สามารถนำ
เงินออกไปลงทุนให้กองเงยได้ ควรลงทุนในหุ้นหรือผลิตภัณฑ์
ทางการเงินความเสี่ยงปานกลางถึงต่ำ เพื่อสร้างประกันที่
แน่นอนให้กับชีวิตหรือเพื่อเป็นมรดก หรือถ้ามีภาระหนี้สิน การ
สร้างหลักประกันที่ให้ความคุ้มครองสูง เป็นการลดความเสี่ยง
แบ่งเบาความกังวลได้ เมื่ออายุเพิ่มขึ้นควรทำประกันสุขภาพ
ประกันคุ้มครองโรคร้ายแรง และประกันบำนาญ เพื่อความ
สบายใจหลังเกษียณวางแผนการเงินเพื่อการเกษียณสำหรับ
ตัวเอง

- ผลิตภัณฑ์แนะนำสร้างฐานะ :** ประกันชีวิตสะสมทรัพย์ระยะสั้น และปานกลาง, กรุงเทพ 115, วางแผนลงทุนในหุ้น/กองทุนที่ระดับความเสี่ยงปานกลางถึงต่ำ
- ผลิตภัณฑ์แนะนำสร้างหลักประกัน :** ประกันห่วงรักคุ้มครองครบ แผนแทนรัก, บีแอลเอ พร้อมซัวร์ เพื่อการศึกษา 10/5, บีแอลเอ แอปบี โทมัส ประกันชีวิตคุ้มครองสินเชื่อบีแอลเอ คุ้มครองสูง, กรุงเทพ 115 พลัส, บีแอลเอ พร้อมเกษียณ ประกันบำนาญ 555 และประกันบำนาญ 600, บีแอลเอ ซูเปอร์ซีเนียร์, ประกันสุขภาพ, ประกันอุบัติเหตุส่วนบุคคล

ช่วงเกษียณ (อายุ 60 ปีขึ้นไป)



เมื่ออายุมากขึ้น ความเสี่ยงด้านสุขภาพมากขึ้น พร้อมไว้ก่อน
ด้วยหลักประกันคุ้มครองสุขภาพสำหรับผู้สูงวัย เพื่อสุขกับชีวิต
อิสระโดยไม่ต้องกังวลเรื่องค่าใช้จ่าย สามารถดูแลตัวเองได้
ไม่เป็นภาระให้ลูกหลาน และแบ่งเงินส่วนหนึ่งไปลงทุนแบบ
ความเสี่ยงต่ำ เพื่อให้เงินกองเงย

- ผลิตภัณฑ์แนะนำสร้างฐานะ :** ประกันชีวิตสะสมทรัพย์ระยะสั้น, วางแผนลงทุนในหุ้น/กองทุนที่ระดับความเสี่ยงต่ำ
- ผลิตภัณฑ์แนะนำสร้างหลักประกัน :** ประกันห่วงรักคุ้มครองครบ, บีแอลเอ คุ้มครองสูง, บีแอลเอ ซูเปอร์ซีเนียร์, ประกันสุขภาพ, ประกันอุบัติเหตุส่วนบุคคล



บีแอลเอ คุ้มครอง 2 พลัส มั่นใจ... คนข้างหลังจะไม่มีวันลืม



“อะไรจะเกิดขึ้น...ถ้าคุณยังหายใจ แต่ชีวิตต้องหยุด ไม่สามารถหารายได้ ไม่สามารถทำหน้าที่เสาหลักของครอบครัว...ไม่สามารถปกป้องคนที่เรารัก”
หยุดความกังวลด้วย บีแอลเอ คุ้มครอง 2 พลัส หลักประกันความเสี่ยง คุ้มครองรายได้ 2 ชั้น ทั้งชีวิต และคุ้มครองเพิ่ม 3 เท่า กรณีคุณภาพการดำรงสืบเชื้อ

- ☑ คุ้มครองการเสียชีวิตและคุณภาพการดำรงสืบเชื้อ
- ☑ คุ้มครองเพิ่มสูงถึง 3 เท่า กรณีคุณภาพการดำรงสืบเชื้อ
- ☑ ชำระเบี้ยต่ำ ให้ความคุ้มครองสูง
- ☑ คุ้มครองสูงสุดถึงอายุ 75 ปี

เงื่อนไขและความคุ้มครองของท่าน โปรดศึกษารายละเอียดในกรมธรรม์

ติดต่อตัวแทนประกันชีวิต
และที่ปรึกษาการเงินกรุงเทพประกันชีวิต
Tns. 0 2777 8888 www.bangkoklife.com

 **กรุงเทพประกันชีวิต**
ชีวิตที่มีความสุขมากกว่า

“ถ้าเลือกจะทำอะไร เราควระมุ่งมั่น ทำตรงนั้นให้ดีที่สุด”

คุณสุนันทา ปัญญาชนวัฒน์ (อายุ 58 ปี)

นิยามคำว่า ‘ชีวิตที่ประสบความสำเร็จ’ ของแต่ละคนนั้นไม่เหมือนกัน สำหรับบางคนอาจจะหมายถึงการได้ ‘ครอบครอง’ แต่สำหรับคุณสุนันทา ปัญญาชนวัฒน์ อายุ 58 ปี ความสำเร็จของเธอคือการได้อยู่กับ ‘ครอบครัว’ และมีชีวิตที่สงบสุขราบรื่นอย่างที่เธอวาดหวังไว้

ความสำเร็จ ของคุณครู

คุณสุนันทาเริ่มต้นเล่าย้อนอดีตว่า สมัยวัยรุ่นเธอฝันอยากเป็นทหารหญิงตามน้าชายที่เป็นทหาร แต่เนื่องจากจังหวะและโอกาสที่ไม่เอื้ออำนวยทำให้เธอเลือกเรียนวิทยาลัยครูพระนครในยุคนั้น

“ตอนนั้นดิฉันมองว่าเราคงไม่มีวาสนาที่จะได้เป็นทหาร แต่แฟนดิฉันก็เป็นทหารอากาศอยู่แล้ว เราก็เลยเบนเข็มมาเป็นครู” ถึงแม้เส้นทางชีวิตจะไม่เป็นดังหวัง แต่เมื่อต้องรับหน้าที่ครู คุณสุนันทาก็มุ่งมั่นและปฏิบัติหน้าที่ของเธออย่างเต็มที่จนปัจจุบันในวัย 58 ปี คุณสุนันทาได้ดำรงตำแหน่งหัวหน้าระดับและมีลูกศิษย์ที่ประสบความสำเร็จในหน้าที่การงานมากมาย

“ดิฉันสอนหนังสือมาเป็นเวลากว่า 36 ปี ก็สอนหนังสือมาจนทุกวันนี้ มีลูกศิษย์ลูกหามากมาย เวลาถึงงานศิษย์เก่าเขาก็จะมาเยี่ยมเรา เวลาได้เห็นความสำเร็จของลูกศิษย์ที่บางคนก็เป็นเจ้าของกิจการ เป็นหมอ เป็นทหาร เป็นอัยการ เป็นนักบิน เราก็กภูมิใจ

“หลักการการทำงานที่ดิฉันยึดถือตลอดมาคือ ถ้าเราทำให้เด็กๆ รู้สึกได้ว่าเรากับเขา เรารัก

เขาเหมือนลูก มีอะไรเราพร้อมให้คำปรึกษาได้ทุกเรื่องเหมือนกับเป็นแม่ของเขไปอีกคนหนึ่ง เขาก็จะมีความผูกพันกับเราและกลับมาหาเราอยู่เสมอ

“เคยมีอยู่ครั้ง เด็กรู้สึกกลัวความสูงมาให้ดิฉันอ่านแล้วน้ำตาเกือบไหล คือเขาบอกว่าที่หนูมีวันนี้ได้ก็เพราะครู ถ้าหนูไม่มีครู หนูคงไม่มีวันนี้ได้ยืนแล้วเรารู้สึกภูมิใจที่เราได้ทำอาชีพนี้ค่ะ”

คุณสุนันทาบอกกับทีมงาน **HappyLife** ด้วยน้ำเสียงตื่นเต้นว่า การที่ได้เห็นลูกศิษย์ไปถึงฝั่งและยังคงนึกถึงเธอแม้จะเรียนจบไปเป็นสิบปีอย่างที่เป็นอยู่ทุกวันนี้ คือสิ่งที่ทำให้เธอรู้สึกว่าได้ประสบความสำเร็จในชีวิตการทำงานแล้ว

เบื้องหลัง ครอบครัวที่อบอุ่น

ในด้านชีวิตครอบครัว คุณสุนันทาเป็นภริยาพลอากาศโทอนุรัตน์ ปัญญาชนวัฒน์ ทั้งสองแต่งงานหลังดูใจกันนานถึง 11 ปี...

“สำหรับคนที่ยังไม่มีครอบครัว ดิฉันขอแนะนำว่าการเลือกคู่ครองเราต้องดูตั้งแต่แรกๆ

ว่าต่อหน้าและลับหลังเขาดูแลเราดีมั๊ย เข้ากับครอบครัวเราได้มั๊ย การที่เราจะเลือกผู้ชายมาอยู่ชายคาเดียวกัน เขาต้องรับครอบครัวเราได้ทุกเรื่อง ไม่ใช่พอรู้เรื่องบางเรื่องแล้วรับไม่ได้” คุณสุนันทายังแถมมาด้วยว่า สาเหตุหนึ่งที่เขาเลือกพลอากาศโทอนุรัตน์ ก็เพราะแพ้วความที่เขาเป็นคนเสมอต้นเสมอปลาย ดูแลเธอเป็นอย่างดี

“ในการใช้ชีวิตครอบครัว ดิฉันถือคติว่าคนเราอยู่ด้วยกัน เราต้องถ้อยทีถ้อยอาศัยกันอย่างสามมี เราก็ไม่พยายามที่จะชวนเขาทะเลาะเมื่อมีลูก ความที่เป็นครูทำให้ดิฉันรู้ว่าช่วงม.2 เขาจะติดเพื่อน จีบสาว แต่พอผ่านช่วงนั้นไปได้ก็โอเค ดังนั้นหลักการในการเลี้ยงลูกของดิฉันจึงเป็นการให้ความใกล้ชิดและหมั่นพูดคุยกับเขาอย่างในเรื่องของการเรียน เวลาเรียนจะบอกลูกว่าลูกเรียนได้ เล่นได้ มีแฟนได้ แต่อย่าไปฝึกไฟให้คบแบบเราเป็นเพื่อนกัน ดูแลกัน มีอะไรปรึกษากัน ซึ่งวิธีนี้เป็นวิธีเดียวกับที่ดิฉันใช้สอนลูกศิษย์ตลอดมา”

ปัจจุบันลูกชายคนโตของคุณสุนันทามีอายุ 26 ปี ประกอบอาชีพเป็นพนักงานต้อนรับบนเครื่องบินหรือสจ๊วต ส่วนลูกชายคนเล็กวัย 22 ปี นั้นก็กำลังเจริญรอยตามพี่ชาย

เคล็ดลับ สร้างชีวิตตามแผน

“นิยามคำว่าประสบความสำเร็จของคนส่วนใหญ่มักจะมองว่า ต้องการมีเงินเยอะๆ ตำแหน่งหน้าที่การงานสูงๆ แต่ดิฉันมองต่างจากคนอื่น ดิฉันไม่ตะเกียกตะกายอยากจะทำอะไรทำนองนี้ เพราะดิฉันเคยเห็นจากคนใกล้ตัวที่ลงทุนทำธุรกิจทีละสองอย่าง ทีนี้พอบริหารจุดหนึ่งได้ไม่ดี ธุรกิจอื่นก็ล้มตามไปด้วย ดิฉันจึงมองว่าถ้าเราเลือกจะทำอะไร เราควรจะมีแผนทำตรงนั้นให้ดีที่สุด อย่างดิฉันเองก็มุ่งมั่นทำหน้าที่ครูให้ดีที่สุด”

เมื่อถามถึงปัจจัยสำคัญที่ทำให้คุณสุนันทาได้ใช้ชีวิตอย่างที่เธอวางแผนไว้อย่างราบรื่นตลอดชีวิตที่ผ่านมา เธอมองว่าสาเหตุสำคัญมาจากการที่เธอและครอบครัวให้ความสำคัญกับเรื่องการวางแผนการเงิน

“ครอบครัวเราไม่มีเรื่องทะเลาะเบาะแว้งกัน เพราะเราอยู่กันแบบถ้อยทีถ้อยอาศัย



อย่างที่บอกไป และในเรื่องของการเงิน ซึ่งถือเป็นปัจจัยหนึ่งที่สำคัญสำหรับชีวิตครอบครัว ดิฉันได้มีการวางแผนเป็นอย่างดี ด้วยการกันเงินไว้ 3 ส่วน ส่วนหนึ่งเก็บเป็นค่าใช้จ่าย อีกสองส่วนสำหรับออมเป็นเงินเก็บและค่ารักษาพยาบาลที่จริงดิฉันบริหารการเงินแบบนี้ตั้งแต่ตอนเริ่มทำงาน ตั้งแต่เงินเดือนยังน้อยๆ พอมีครอบครัวดิฉันก็ยังบริหารค่าใช้จ่ายของครอบครัวด้วยวิธีนี้มาตลอด ทีนี้พอการเงินของเราไม่มีปัญหา เพราะเราบริหารกันด้วยความระมัดระวัง มันก็ส่งผลให้ด้านอื่นของชีวิตราบรื่นไปด้วย”

ประกันสุขภาพ เพิ่มความสุขใจ

ความที่คุณสุนันทายึดหลักการใช้ชีวิตอย่างไม่ประมาทและมีการวางแผนอย่างรอบคอบ เมื่อสิบกว่าปีก่อนเธอจึงเริ่มออมเงิน เตรียมทุนการศึกษาให้ลูกชายคนโตด้วยการทำประกันชีวิต

“นอกจากเงินส่วนนี้จะกลายเป็นเงินก้อนให้กับเขาเมื่อเรียนจบ ยังเป็นเงินสำหรับกรณีฉุกเฉิน ถ้าหากเกิดเหตุการณ์ที่ไม่คาดคิดขึ้นมาเราก็ไม่ต้องมารับภาระในเรื่องนี้ จริงอยู่ว่าครอบครัวดิฉันสามารถเบิกโรงพยาบาลรัฐได้ แต่เท่าที่พบมาระบบการให้บริการมักจะช้า ในขณะที่ถ้าเราทำประกันชีวิต เราจะได้เข้าไปใช้บริการโรงพยาบาลเอกชนอย่างสะดวกสบาย”

ด้วยเหตุนี้ คุณสุนันทาและครอบครัวจึงทำประกันชีวิตพร้อมประกันสุขภาพแบบครอบคลุมทุกด้านกับที่ปรึกษาทางการเงิน จาก **กรุงเทพประกันชีวิต**

ไม่ว่าจะเป็นการทำประกันชีวิต ประกันอุบัติเหตุ ชดเชยรายได้ ประกันอุบัติเหตุค่ารักษา และคุ้มครองโรคร้ายแรง

และถึงจะมีประกันสุขภาพที่ดูแลเธอและครอบครัวอย่างครอบคลุม แต่คุณสุนันทาก็ไม่ลืมที่จะให้ความสำคัญกับการดูแลสุขภาพอย่างสม่ำเสมอ ตั้งแต่อดีตจนถึงปัจจุบัน เพราะอย่างไรเสียการไม่มีโรคคือพื้นฐานสำคัญในการใช้ชีวิตอย่างมีความสุขอย่างแท้จริง

“ถ้าใครเคยเห็นดิฉันตอนเป็นสาวๆ นะ จะพบว่าดิฉันก็หุ่นอย่างนี้แหละ เสื้อผ้าที่ดิฉันเคยใส่ตั้งแต่ตอนลูกๆ ยังเด็กทุกวันนี้ดิฉันก็ยังใส่ได้นะคะ”

คุณสุนันทาเล่าอย่างอารมณ์ดีก่อนแจ้มเคล็ดลับการดูแลสุขภาพในแบบของเธอ



ถ้าเราดูแลครอบครัวให้มีสุขภาพดี
มีสุขภาพจิตดี
มีเวลาให้กันและกันอย่างเต็มที่
ทุกอย่างในชีวิตก็จะดีไปหมด

“4 อ.” สุขภาพดี-ชีวิตสมดุล

“ครอบครัวดิฉันจะโฟกัส ‘อาหาร’ เป็นอันดับแรก อาหารของเราจะเน้นทานผักกับผลไม้ โดยเฉพาะแอปเปิ้ลที่ทานแล้วจะช่วยเรื่องระบบทั้งหลายและสับปะรดช่วยเรื่องขับถ่าย เพราะดิฉันทราบมาว่าถ้าตื่นเช้าเราขับถ่ายดีของที่เรทานเข้าไปมันก็จะไม่สะสม”

ถัดจากอาหาร คุณสุนันทาจะ ‘ออกกำลังกาย’ ด้วยการเดินเร็วอาทิตย์ละ 3 วัน ครั้งละประมาณ 1 ชั่วโมง “ถ้าวิ่งแล้วข้อเท้าอาจจะมีปัญหา ดิฉันจึงชอบเดินเร็วแบบก้าวเท้ายาวๆ และแกว่งแขนแรงๆ ไปด้วย”

ส่วนในเรื่องของการดูแลสุขภาพจิตใจหรือ ‘อารมณ์’ คุณสุนันทามีวิธีง่ายๆ ว่า

“เราต้องไม่เครียด เมื่อก่อนเป็นคนที่มีเหตุหึงหวาดเห็นใครทำอะไรก็ไม่ถูกใจ แต่หลังๆ ก็พยายามปรับตัว หวาอะไรทำอย่างการทำงานอดิเรกนี้ช่วยให้หายเครียดได้นะคะ แถมทำให้เราได้ออกกำลังกายด้วย”

และ อ. สุดท้ายที่คุณสุนันทาใช้สร้างความสมดุลให้ชีวิตของเธอและครอบครัว คือ ‘อ. อาทิตย’

“วันอาทิตย เป็นวันที่ครอบครัวดิฉันจะอยู่พร้อมหน้าพร้อมตากัน ก่อนหน้านี้มีคนเคยชวนไปสอนพิเศษช่วงวันหยุดเหมือนกันนะ แต่ดิฉันไม่ไปขอยกเวลาให้ครอบครัว เพราะมองว่าถ้าเราดูแลครอบครัวให้มีสุขภาพดี มีสุขภาพจิตที่ดี

มีเวลาให้กันและกันอย่างเต็มที่ ทุกอย่างในชีวิตก็จะดีไปหมด

“ในฐานะที่เป็นครู ดิฉันพบว่า การสร้างความเข้าใจภายในครอบครัวเป็นสิ่งที่คุณมักมองข้าม บางครอบครัวคิดว่าฉันทำงาน ฉันหาเงินให้ลูกแล้ว แต่ไม่ได้ดูแลกันอย่างใกล้ชิด เมื่อเวลาผ่านไปก็จะมาเสียตายน่ารู้แบบนี้เราน่าจะใช้เวลาอยู่กับครอบครัวให้มากกว่า เพราะเวลาผ่านไปแล้วไม่มีวันย้อนกลับ” ดูเหมือนตอนนี้ชีวิตของคุณสุนันทาถือว่าสุขสมบูรณ์ประสบความสำเร็จแล้ว?

คุณสุนันทา ยิ้มให้ทีมงาน **HappyLife** ก่อนตอบคำถามสุดท้ายกลับมากับมาด้วยใบหน้าเปื้อนรอยยิ้มว่า “ถ้าลูกทั้งสองแต่งงานเมื่อไหร่ ก็ถือว่าประสบความสำเร็จเมื่อนั้นละคะ” **B**



หน้าร้อนจ้าขึ้น คืนวัน 'พะจัน' เต็มดวง...

เที่ยวทะเลหน้าไหนก็อาจไม่สุขใจเท่าหน้าร้อน เพราะแสงแดดสายลม และน้ำทะเลสีฟ้าใสๆ กว้างไกลสุดลูกหูลูกตาจะพาให้เราเข้าสู่โหมดอินกับธรรมชาติได้ไม่ยาก หน้าร้อนนี้เราจึงหนีความวุ่นวายของแสงสีในเมืองกรุงมุ่งหน้าลงภาคใต้ ชำมน้ำชามทะเลที่ท่าเรือจังหวัดสุราษฎร์ธานี เพื่อไปยัง 'เกาะพะงัน' เกาะที่ได้ชื่อว่ามีคืนพระจันทร์เต็มดวงที่สวยงามที่สุด มีทั้งจุดชมจันทร์และจุดชมวิวยามพระอาทิตย์ตก

หลังจากขึ้นเครื่อง ต่อรถ ต่อเรือ แล้วก็มาต่อรถจากรีสอร์ทที่มารับเราอีกที ก็เป็นอันถึงจุดหมายปลายทาง เราออกตระเวนสำรวจเกาะด้วยการนั่งเรือแท็กซี่ที่จอดอยู่แถวที่พักให้พาเราลัดเลาะไปเยี่ยมหาดต่างๆ ซึ่งก็มีทั้ง หาดขอม หาดขวด หาดยาว หาดสลัด หาดแม่หาด ฯลฯ นี่ยังไล่ชื่อไม่ครบเลยหลายคนอาจจะไม่เคยได้ยินชื่อของหาดเหล่านี้มา

ก่อน ซึ่งก็ไม่แปลก เพราะส่วนมากเราจะได้ยินแต่ชื่อเสียงของหาดรีน ที่เป็นหาดยอดนิยมในการจัดปาร์ตี้ฟูลมูน ดังนั้นมาทำความรู้จักหาดต่างๆ บนเกาะพะงันกันก่อนดีกว่า

ตั้งต้นกันที่ หาดยาว เป็นหาดที่ตั้งอยู่ทางด้านตะวันตกของเกาะ มีความยาว 1 กิโลเมตรและแม้ชายหาดยาวก็จริง แต่มีด้านที่เป็นป่าชายเลนพื้นที่ละแวกนี้จะเป็นที่อยู่อาศัยของชาวบ้านบนเกาะ

หาดแม่หาด อยู่ทางด้านตะวันตกเฉียงเหนือของเกาะ เวลานั้นจะมึนทรายปรากฏให้เห็นข้ามไปยังเกาะมาได้ ถือเป็นอีกหาดที่สวยงามและเป็นส่วนตัว ดูเหมาะสำหรับกรุ๊ปที่เกี่ยวกันเฉพาะในครอบครัวอยู่เหมือนกัน

ถัดไปเป็น อ่าวในวก ตั้งอยู่ทางทิศตะวันตกของเกาะ อยู่ใกล้กับท่าเรือท้องศาลา ซึ่งเป็นท่าที่เราขึ้นฝั่งมายังเกาะพะงัน บริเวณนี้จะมีร้านค้าต่างๆ

ส่วนหาดรีน อยู่ทางด้านตะวันตกของเกาะ มีชายหาดยาวประมาณ 1,000 เมตร ลักษณะเป็นพื้นที่ราบเชื่อมต่อระหว่างเขาหิน 2 ลูกที่ยื่นออกไปเป็นแหลมรีน ทำให้แบ่งพื้นที่เป็น หาดรีนนอกและหาดรีนใน โดยมีพื้นที่ตรงกลางเป็นที่ลุ่มน้ำขัง เรียกว่า พรุ คือ พรุหาดรีน เป็นหาดที่มีนักท่องเที่ยวมากที่สุดในคืนฟูลมูน มีร้านค้าและบาร์เครื่องดื่มมากที่สุด

วกกลับมาที่ หาดสลัด เดิมเป็นที่หลบซ่อนของโจรสลัด เป็นหาดเล็กๆ อีกหาดที่น่าไปพักผ่อนออกไปไกลสุดของเกาะคือ อ่าวท้องนายปานใหญ่ เป็นหาดที่ได้รับความนิยมที่สุดด้านตะวันออก และมีหมู่บ้านเล็กๆ ล้อมรอบด้วยสวนมะพร้าว มีรีสอร์ต มีบาร์และร้านอาหาร บรรยากาศสงบสวยงามน่าพักผ่อน และหาดขอม อยู่เลยจากหาดโฉลกหล้าไปไม่ไกล สามารถเดินเลาะเขาไปได้ แต่ทางที่ตีควรงั่งเรือแท็กซี่เพียง 15 นาทีก็ถึง

ส่วนหาดโฉลกหล้า อยู่ทางด้านทิศเหนือของเกาะ มีชายหาดโค้งเป็นรูปครึ่งวงกลม ความยาวประมาณ 1 กิโลเมตร เป็นที่อยู่ของชุมชนชาวประมงชายฝั่ง เราเลือกพักที่นี่เพราะมีรีสอร์ตเล็กๆ น่ารัก บรรยากาศเงียบสงบ และที่สำคัญอาหารอร่อย และยังมี หาดขวด เลยจากหาดขอมไปอีกเล็กน้อย มีชายหาดยาวกว่าหาดขอม มีที่พักแบบเรียบง่ายเรียงราย เป็นอีกหาดที่เงียบสงบเหมาะกับการไปพักผ่อนอย่างเป็นส่วนตัว

ใครที่อยากจะไปชมให้ครบทุกหาด สามารถเหมารถรับจ้าง หรือบางหาดใกล้ๆ ก็นั่งเรือแท็กซี่ไปได้ เพราะบางช่วงถนนยังเชื่อมต่อกันไม่ทั่วถึง สำหรับชาว HappyLife ที่อยากพา



ครอบครัวชาวต่างชาติ ที่มาพักซิลลอบเกาะชว

☐
ชื่อเสียงของเกาะพะงันอาจอยู่ที่
คืนพระจันทร์เต็มดวง
แต่ถ้าใครได้มารู้จักเกาะพะงันในยาม
ปกติ จะพบว่าเสน่ห์ของที่นี่ยังมีให้
สัมผัสอีกหลากหลายมุม



พระอาทิตย์ยามเย็นที่หาดสลัด

น้องๆ หนูๆ ไปเที่ยวเกาะพะงันด้วยกัน เพื่อความ
สะดวกและความปลอดภัยในการเดินทางข้ามเกาะ
ขอแนะนำว่าควรเป็นเด็กอายุประมาณ 1-2 ขวบขึ้นไป
และควรเลือกนั่งรถแทนการนั่งเรือแท็กซี่ที่ดูจะเหมาะ
สำหรับเที่ยวแบบผู้ใหญ่มากกว่า

นอกจากนี้เกาะพะงันยังมีที่ท่องเที่ยวอีกหลาย
แห่งที่น่าสนใจ เช่น น้ำตกธารเสด็จ สถานที่ที่ ร.5
เคยเสด็จมาประทับ มีทั้งวัดจีนและวัดไทยที่
บรรยากาศเงียบสงบ สามารถมาเช่าคอร์สฝึกปฏิบัติ
ธรรม หรือจะแค่มาเดินชมบรรยากาศภายในวัดที่เต็ม
ไปด้วยความเขียวของต้นไม้ก็ได้ เพราะวัดที่นี่มีการ
ดูแลรักษาความสะอาดและความเป็นธรรมชาติไว้
อย่างดี จัดเป็นสถานที่ที่อนุรักษ์สิ่งแวดล้อมและ
ธรรมชาติไว้ได้อย่างยอดเยี่ยม



ที่พักสุดสงบริมหาดยาว

จะว่าไปเกาะพะงัน จัดเป็นเกาะที่ยังมี
สภาพสมบูรณ์ด้วยธรรมชาติ ไม่ว่าจะนั่งรถออกไป
ไหนเราก็จะได้สัมผัสกับต้นไม้เขียวๆ เรียงราย
มีบางช่วงที่ดูดิบๆ ด้วยความเงียบสงบไร้แสงสี
ร้านค้าก็ยังเป็นแบบชาวบ้าน บรรยากาศโดยรวม
ไม่พลุกพล่านมากเหมือนเกาะใหญ่อ่างสมุย
เพราะฉะนั้นใครที่มองหาแสงสีก็ต้องไม่พลาดคืน
ฟูลมูน ส่วนใครอยากพักผ่อนๆ ชิลล์ๆ เล่นน้ำ
ทะเลสบายๆ ก็มองหาหาดเล็กๆ แบบส่วนตัวตาม
ที่บอกไปก่อนหน้านี้ได้

แม้เกาะพะงันอาจอยู่ไกลไปสักนิด แต่ก็
สามารถเดินทางมาได้ไม่ยาก ถ้าใครไปสมุยอาจ
ข้ามเรือจากสมุยมาได้ใช้เวลาแค่ไม่ถึงครึ่งชั่วโมง
แล้วจะพบว่าบรรยากาศช่างแตกต่างกัน...ชื่อเสียง
ของเกาะพะงันอาจอยู่ที่คืนพระจันทร์เต็มดวงก็จริง
แต่ถ้าใครได้มารู้จักเกาะพะงันในยามปกติ จะพบ
ว่าเสน่ห์ของที่นี่ยังมีให้สัมผัสอีกหลากหลายมุม
และบางทีการได้เปลี่ยนบรรยากาศ มาอยู่ใกล้ชิด
ธรรมชาติ มีลมทะเลพัดโชยเย็นๆ ได้ดื่มด่ำช่วง
เวลาพระอาทิตย์ตก ได้อยู่กับตัวเองเสมือนเกาะนี้
เป็นของเราในพื้นที่เล็กๆ บนชายหาด เพียงเท่านี้
ก็จะทำให้รู้สึกได้ว่าธรรมชาติสำคัญกับเรามาก
เพียงใด

แม้เพียงช่วงเวลาสั้นๆ ที่ได้มาเยือน
เกาะพะงัน แต่รับรองว่าจะได้ต่อยอดความฝันและ
แรงบันดาลใจกลับไปมากมายเหมือนเรา

B



ร่วมดูแลสิ่งแวดล้อมบนเกาะพะงัน

- 🐚 ไม่ทิ้งขยะบนชายหาดหรือท้องทะเล รวมถึงบริเวณแหล่งน้ำสาธารณะ
- 🐚 ไม่ให้อาหารปลาในทะเล รวมถึงไม่จับสัตว์น้ำ
และไม่เก็บเปลือกหอย
- 🐚 ไม่ปล่อยน้ำเสียหรือเทเครื่องดื่มทุกชนิดลงทะเล
- 🐚 สนับสนุนชาวบ้านให้ช่วยกันรักษาป่าชายเลน
- 🐚 ไม่ทำลายปะการัง



วางแผน ก่อนเดินทาง



จากกรุงเทพฯ มีสายการบิน ไปลงได้ทั้งที่
จ.สุราษฎร์ธานี หรือ จ.นครศรีธรรมราช
หรือหากเดินทางด้วยรถทัวร์ก็ได้ จากนั้น
ต่อรถตู้ไปที่ท่าเรือต่างๆ ตามเวลาดังนี้

● จาก สุราษฎร์ธานี-เกาะพะงัน

1. เรือเฟอร์รี่ ของบริษัท ราชาเฟอร์รี่
ออกจากท่าเรือดอนสัก ไปเกาะพะงัน
เวลา 10.00 น. 14.00 น. และ 18.00 น.
ถึง เกาะพะงัน เวลา 12.30 น. 16.30 น.
และ 20.30 น. ตามลำดับ ค่าโดยสาร
คนละ 180 บาท

2. นั้เรือด่วน ของบริษัท ส่องเสริม รุ่งเรือง
ออกจากสุราษฎร์ธานี วันละ 1 เที่ยว
เวลา 08.00 น. ใช้เวลาประมาณ
1 ชั่วโมง ค่าโดยสาร 250 บาท

● จาก เกาะสมุย-เกาะพะงัน

1. นั้เรือด่วน บริษัท ส่องเสริม รุ่งเรือง
ออกจากท่าเรือหน้าคอน วันละ 3 เที่ยว
เวลา 09.00 น. 11.00 น. และ 16.00 น.
ใช้เวลาประมาณ 1 ชั่วโมง ค่าโดยสาร 120 บาท
สอบถามข้อมูล สำนักงานเกาะสมุย
โทร. 0 7742 0157, 0 2280 7897

2. บริษัท เรือเร็วลมพระยา จำกัด
บริการเดินเรือเส้นทางชุมพร-เกาะพะงัน-เกาะสมุย วันละ 1 เที่ยว
สอบถามข้อมูล สาขาเกาะพะงัน โทร.
0 7723 8412 หรือที่สำนักงานกรุงเทพฯ
โทร. 0 2629 2569-70 หรือเว็บไซต์
www.lomprayah.com

● **ค่าใช้จ่ายก่อนในเวลา 3 คืน 4 วัน**
ประมาณ 10,000-12,000 บาท

● เช็กวันพระจันทร์เต็มดวง

ได้จากปฏิทิน หากไม่ตรงกับวันพระ
วันสำคัญทางศาสนา และวันเลือกตั้ง
จะมีปาร์ตี้ทุกครั้ง โดยเฉลี่ยคือ
เดือนละ 1-2 ครั้ง



โครงการดีๆ จาก BLA Happy Life

เพื่อชีวิตที่มีความสุขมากกว่า กรุงเทพมหานครประกันชีวิต ได้ยื่นหยัดมอบสิ่งดีๆ ที่สร้างความสุขอย่างต่อเนื่องให้กับลูกค้าของเรา สำหรับในช่วงเดือนที่ผ่านมา กรุงเทพมหานครประกันชีวิต ยังคงเดินหน้าจัดกิจกรรมให้ความรู้ด้านการวางแผนการเงินอย่างรอบด้าน พร้อมมีส่วนร่วมและสร้างสรรค์กิจกรรมตอบแทนสังคมในรูปแบบต่างๆ ดังต่อไปนี้...

MONEY EXPO : PATTAYA



บริษัท กรุงเทพมหานครประกันชีวิต จำกัด (มหาชน) หนึ่งในผู้นำธุรกิจประกันชีวิตและที่ปรึกษาการเงินระดับประเทศ ตอกย้ำพันธกิจในการสร้างความมั่นคงทางการเงินให้แก่ประชาชนทุกกลุ่ม ด้วยการขยายตลาดเพื่อเข้าถึงประชาชนในพื้นที่ต่างๆ โดยล่าสุดได้ร่วมออกบูธในงาน 'Money Expo Pattaya' งานนี้ กรุงเทพมหานครประกันชีวิต ได้ให้คำปรึกษาและวางแผน เพื่อสร้างความมั่นคงทางการเงินอย่างรอบด้านให้แก่ประชาชนโดยไม่มีค่าใช้จ่าย พร้อมนำเสนอผลิตภัณฑ์การเงินหลากหลายประเภทที่พร้อมตอบโจทย์ทุกความต้องการ นอกจากนี้ยังได้สร้างสีสันและมอบความสุขด้วยเกมชิงของรางวัลให้แก่ประชาชนทั้งชาวไทยและชาวต่างชาติที่ให้ความสนใจเข้าเยี่ยมชมบูธอย่างคับคั่ง



MONEY EXPO : HATYAI

ในช่วงเดือนมีนาคมที่ผ่านมา ทีมที่ปรึกษาการเงินมืออาชีพ บริษัท กรุงเทพมหานครประกันชีวิต จำกัด (มหาชน) พร้อมคณะผู้บริหารภาคใต้ ได้ให้บริการวางแผนทางการเงินแก่ชาวหาดใหญ่ จังหวัดสงขลา ในงาน 'Money Expo Hatyai 2015' พร้อมนำเสนอแนวคิด 'ชีวิตออกแบบได้' โดยเน้นเรื่องการวางแผนให้รอบคอบก่อนตัดสินใจลงทุน กู้ ออม หรือทำประกัน



กรุงเทพประกันชีวิตขึ้นแท่น 1 ในสุดยอดองค์กรธุรกิจของไทย



อีกครั้งกับความภาคภูมิใจอันยิ่งใหญ่ กรุงเทพประกันชีวิต ได้รับคัดเลือกให้เป็นหนึ่งในบริษัทที่ได้รับรางวัล Thailand Top Company Awards 2015 สาขาการประกัน เป็นหนึ่งในองค์กรธุรกิจไทยที่ประสบความสำเร็จระดับสูงของประเทศ รวมทั้งแสดงถึงความมุ่งมั่นในการพัฒนาบริษัทตามวิสัยทัศน์ ที่อยากให้คนไทยเห็นประโยชน์ของประกันชีวิต และทำประกันให้เหมาะสมกับฐานะทางการเงินและคุณค่าชีวิต

รางวัล Thailand Top Company Awards 2015 จัดโดยมหาวิทยาลัยหอการค้าไทย ร่วมกับนิตยสาร Business+ เป็นรางวัลที่มอบให้บริษัทที่มีผลประกอบการยอดเยี่ยมตามประเภทการดำเนินธุรกิจ ที่ผ่านเกณฑ์เชิงปริมาณและคุณภาพ ด้วยการดำเนินงานที่โปร่งใส ถูกต้อง ไม่ขัดต่อศีลธรรมและหลักกฎหมาย ทั้งนี้เพื่อเป็นเครื่องหมายแห่งความภาคภูมิใจระหว่างองค์กรธุรกิจ เป็นแรงบันดาลใจ เป็นแบบอย่างของวิสัยคิดและวิธีปฏิบัติให้แก่ภาคธุรกิจไทย ให้สามารถยกระดับขีดความสามารถการแข่งขันและการบริหารจัดการในด้านต่างๆ โดยมุ่งหวังจะนำไปสู่การพัฒนาและเติบโตทางเศรษฐกิจของประเทศอย่างยั่งยืน

มาละ...สร้างเมืองสะอาดสดใสกับดาวพิเศษ

คณะผู้บริหาร กรุงเทพประกันชีวิต พร้อมพนักงานและครอบครัว ตลอดจนสื่อมวลชนรวมกว่า 200 คน ได้ร่วมชมละครเวทีที่แนวสร้างสรรค์ ปลุกฝังจิตสำนึกรักสิ่งแวดล้อม ‘มาละ...สร้างเมืองสะอาดสดใสกับดาวพิเศษ’ ของสมาคมสร้างสรรค์ไทย (ดาวพิเศษ) ซึ่งงานนี้ถือเป็นส่วนหนึ่งของการส่งเสริมให้เมืองไทยกลายเป็นเมืองที่สะอาดสดใส ตอกย้ำนโยบายสร้างจิตสำนึกรักสิ่งแวดล้อมอย่างยั่งยืนแก่ประชาชนของ กรุงเทพประกันชีวิต



กรุงเทพประกันชีวิต ร่วมเฉลิมพระเกียรติ 60 พรรษา สมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี



กรุงเทพประกันชีวิต ร่วมกับกรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข สนับสนุนโครงการ 'ปวงประชาร่วมใจ บันสองล้อสู่สุขภาพดี เฉลิมพระเกียรติ สมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี' เนื่องในโอกาสวันคล้ายวันพระราชสมภพ 60 พรรษา ซึ่งงานนี้ถือเป็นโครงการสำคัญประจำปีของกรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข จัดเพื่อส่งเสริมให้ประชาชนออกกำลังกายด้วยการปั่นจักรยานที่ส่งผลดีต่อสุขภาพ ช่วยให้ประชาชนชาวไทยมีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น โดยมีการจัดอย่างยิ่งใหญ่ระหว่างวันที่ 29 มีนาคม ถึง 3 พฤษภาคม 2558 กระจายการจัดงานลงสู่พื้นที่ศูนย์อนามัยทั้ง 12 แห่งครอบคลุมทุกภูมิภาคทั่วประเทศ ประกอบด้วย กรุงเทพฯ, สระบุรี, ชลบุรี, ราชบุรี, นครราชสีมา, ขอนแก่น, อุบลราชธานี, นครสวรรค์, พิษณุโลก, เชียงใหม่, ยะลา และนราธิวาส



กิจกรรมดีๆ
จาก BLA Happy Life Club

ภายในงาน 'ปวงประชาร่วมใจ บันสองล้อสู่สุขภาพดี เฉลิมพระเกียรติ สมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี' ทีมงานจาก BLA HappyLife Club และตัวแทน กรุงเทพประกันชีวิต ยังได้รวมพลังให้บริการแจกเสื้อ น้ำดื่ม พัด และผ้าเย็น แก่นักปั่นผู้เข้าร่วมโครงการอีกด้วย



BLA Happy Life Go Green 4

อีกหนึ่งกิจกรรมสำคัญที่ กรุงเทพมหานครยังคงจัดอย่างต่อเนื่องคือ 'BLA Happy Life Go Green' กิจกรรมที่เกิดขึ้นจากความร่วมมือระหว่าง กรุงเทพมหานคร และมูลนิธิสิ่งแวดล้อมศึกษาเพื่อการพัฒนาอย่างยั่งยืน (ประเทศไทย) โดยมุ่งหวังที่จะปลูกสร้างจิตสำนึกรักสิ่งแวดล้อมอย่างยั่งยืนให้กับคนรุ่นใหม่ ผ่านการเสริมสร้างทัศนคติที่ดีและให้ความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับความเชื่อมโยงของสิ่งแวดล้อม เพื่อให้พวกเขาได้เห็นประโยชน์ของการรักษาและสร้างสิ่งแวดล้อมที่ดีในชีวิตประจำวัน

สำหรับทริปที่ผ่านมา 'BLA Happy Life Go Green' ครั้งที่ 4 ได้ไปจัดกันที่ เขตรักษาพันธุ์สัตว์ป่าสลักพระ จ.กาญจนบุรี ระหว่างวันที่ 20-22 มีนาคม 2558 กิจกรรมบำเพ็ญประโยชน์ในครั้งนี้ได้แก่การเปิดโอกาสให้น้องๆ เยาวชนที่เข้าร่วมกิจกรรมได้ร่วมทำแนวกันไฟป่าก่อนจะเข้าสู่ช่วงฤดูแล้งของปีนี้ และการร่วมสร้างฝายชะลอน้ำ เพื่อไว้ใช้รองรับน้ำฝนในช่วงฤดูฝนที่กำลังจะมาถึง พร้อมทั้งยังจะช่วยเพิ่มความชุ่มชื้นให้กับดินป่าในช่วงหน้าแล้งและเป็นแหล่งน้ำให้กับช้างป่าและสัตว์ป่าชนิดอื่นๆ ในพื้นที่ป่าสลักพระต่อไป



ศิครินทร์ บิณิมารอน ครั้งที่ 6

เพราะการมีสุขภาพที่ดีคือปัจจัยสำคัญในการมีความสุขที่มากกว่าที่ผ่านมา กรุงเทพมหานคร จึงได้จัดกิจกรรมส่งเสริมการมีสุขภาพที่ดีมากมายสำหรับในช่วงต้นเดือนมีนาคม กรุงเทพมหานคร ได้ร่วมสนับสนุนกิจกรรมวิ่งมินิมารอนซึ่งจัดโดยโรงพยาบาลศิครินทร์ ภายในงานนอกจากพนักงานและตัวแทนจาก กรุงเทพมหานคร ตั้งบูธให้บริการน้ำดื่มแก่ผู้ที่มาร่วมกิจกรรม รวมถึงชมรมวิ่งจาก กรุงเทพมหานคร ยังได้ร่วมวิ่งแสดงพลังในงานนี้อีกด้วย

สืบสานประเพณีตรุษจีนปากน้ำโพ



ประเพณีตรุษจีนปากน้ำโพของชาวนครสวรรค์ที่ผ่านมา ถูกจัดอย่างยิ่งใหญ่ภายใต้ชื่อ '99 ปี พลังแห่งศรัทธา สืบสานประเพณีแห่งเจ้าพ่อ-เจ้าแม่ปากน้ำโพ' ภายในงานผู้มาเยือนทั้งชาวไทยและต่างประเทศได้สัมผัสถึงสีสันและความยิ่งใหญ่ของกิจกรรมต่างๆ ทั่วเมือง งานนี้ กรุงเทพมหานคร ได้ร่วมสืบสานประเพณีดั้งเดิมด้วยการร่วมเดินขบวนแสดงพลังแห่งศรัทธา พร้อมจัดขบวนรถนางฟ้า ภายใต้แนวคิด 'เงิน-ทอง' เพื่อความเป็นสิริมงคล ตลอดจนให้การสนับสนุนงานสร้างสรรค์ของชาวไทยซึ่งเป็นนักศึกษาจากมหาวิทยาลัยเจ้าพระยาและร่วมจัดกิจกรรมเกม เพื่อมอบความบันเทิงและสร้างความสัมพันธ์อันดีกับชาวนครสวรรค์และนักท่องเที่ยวที่มาร่วมงาน B

สนใจร่วมเป็นส่วนหนึ่งในการทำกิจกรรมต่างๆ กับ BLA Happy Life Club
ติดตามรายละเอียดได้ที่ www.facebook.com/BLAHappyLife

หากคุณมีข้อสงสัย เกี่ยวกับการวางแผนการเงิน

ที่ปรึกษาการเงิน กรุงเทพประกันชีวิต พร้อมตอบทุกคำถาม

Q 1 อยากให้ช่วยอธิบายถึงสาเหตุที่ผู้ขอสินเชื่อ เพื่อซื้อบ้านต้องทำประกัน MRTA และจำเป็น ที่เราต้องทำกับธนาคารที่เราขอสินเชื่อ?

A เหตุสำคัญที่เราต้องทำประกันชีวิตคุ้มครองสินเชื่อ MRTA (Mortgage Reducing Term Assurance) เพราะเรามีความเสี่ยงในชีวิตตลอดเวลา หากเราจากไปก่อนผ่อนสินเชื่อหมด ภาระจะได้ไม่ตกแก่คนข้างหลัง บ้านจะได้เป็นของเรอย่างสบายใจ เหตุผลรองลงมาที่เราต้องทำ MRTA คือสิทธิประโยชน์ทางภาษี ถ้าทำประกัน MRTA ระยะเวลาประกันตั้งแต่ 10 ปีขึ้นไป เบี้ยประกันนั้นนำมาลดหย่อนภาษีได้ เหตุผลสุดท้าย คือประโยชน์จากดอกเบี้ยเงินกู้ที่ลดลง เพราะธนาคารส่วนใหญ่จะแถมโปรโมชั่นลดดอกเบี้ยให้ทำให้เราประหยัดดอกเบี้ยได้มากพอสมควร

เหตุผลที่เราจำเป็นต้องทำกับธนาคารที่ขอสินเชื่อ เพราะการดำเนินการเรื่องเอกสารต่างๆ ในการขอสินเชื่อจะได้คล่องตัวและได้โปรโมชั่นจากธนาคารด้วย แต่ธนาคารดังกล่าวไม่มีสิทธิ์บังคับผู้ขอสินเชื่อให้ทำ ซึ่งเป็นไปตามประกาศของธนาคารแห่งประเทศไทย

สำหรับคนที่สงสัยว่าแล้วซื้อประกันแบบอื่นแทนได้ไหม ขอตอบว่าได้ แต่ปัญหาคือเราจะมีความสามารถในการจ่ายเบี้ยประกันให้คุ้มครองครบตามวงเงินสินเชื่อไหม เช่น กู้ 5 ล้าน ทำ MRTA เสียเบี้ยประกันครั้งเดียว แคมธนาคารให้กู้ได้ เราก็ก่อนไปเรื่อยๆ เกิดเรามีเงินก้อนไปโปะเงินกู้ก่อนกำหนด เรายังสามารถเวนคืนเงินสดจากประกัน MRTA ได้ แต่ถ้ากู้ 5 ล้าน แล้วทำประกันอย่างอื่น ก็ต้องรับภาระเบี้ยประกันทุกปี ซึ่งก็ไม่ค่อยดีทีเดียว



Q 2 ถัดกันอายุ 35 ไม่เคยทำประกันชีวิต เพราะ รู้สึกว่าเราเก็บเงินด้วยการฝากธนาคารก็ได้ จนวันก่อนเพื่อนร่วมงานเล่าถึงประโยชน์การ ทำประกันชีวิตว่าถ้าเขาเป็นอะไรไปก่อน ก็ไม่ต้องห่วงคนข้างหลัง พี่แล้วถัดกันอยาก ทำประกันบ้าง เพราะตอนนี้ถัดกันมีลูกอายุแค่ 2 ขวบ อยากให้กรุงเทพประกันชีวิตแนะนำ กรมธรรม์สำหรับถัดกันหน่อยค่ะ?

A อายุ 35 ปี เป็นช่วงสร้างครอบครัว อีกทั้งคุณยังมีลูกอายุ 2 ขวบ การสร้างหลักประกันชีวิตเพื่อความมั่นคงในชีวิตเป็นเรื่องสำคัญ ควรเลือกแบบประกันที่ทุนประกันสูง คุ้มครองยาว ครอบคลุมภาวะความรับผิดชอบ ทั้งการศึกษา ฝึกอบรม ใช้จ่ายที่อาจจะเกิดกับตัวเรา อีกทั้งภาวะทุพพลภาพถาวรสิ้นเชิง ซึ่งแต่ละภัยนั้นไม่เกิดขึ้นบ่อย แต่ถ้าเกิดขึ้นแล้วจะสร้างความเสียหายทางการเงินมากกับครอบครัว แบบประกันที่แนะนำคือแบบ **ห่วงรักคุ้มครองครบ** ซึ่งให้ความคุ้มครองสูง เบี้ยประกันไม่เป็นการระดมเงินเกินไป ระยะเวลาการชำระเบี้ยก็สามารถเลือกได้ตามความเหมาะสมทางการเงิน บวกด้วยอนุสัญญาคุ้มครองโรคร้ายแรง ประกันสุขภาพ โดยดูจากสวัสดิการเดิมที่มี แล้วค่อยเลือกแผนสุขภาพเพิ่มเติมตามความเหมาะสม ตอนนี้ถ้าหากกังวลเรื่องภาวะทุพพลภาพถาวรสิ้นเชิง เรามีสินค้าใหม่ **บีแอลเอ คุ้มครอง 2 พลัส** คุ้มครองทั้งชีวิตและคุ้มครองเพิ่ม 3 เท่า กรณีทุพพลภาพถาวรสิ้นเชิง ซึ่งเป็นสินค้าที่แตกต่างจากบริษัทอื่น

Q 3 ผมมีธุรกิจรับเหมาต่อเติม ที่ทำกันเองใน ครอบครัว ไม่ได้มีสวัสดิการอะไร เลยเกิด ความกังวลในกรณีที่เกิดอุบัติเหตุในการทำงาน หรือเจ็บป่วยขึ้นมา จึงอยากขอคำแนะนำใน เรื่องของการทำประกันสุขภาพ เพื่อเป็นการ ประกันความเสี่ยงและลดค่าใช้จ่ายในการรักษา พยาบาลนะคะ?

A โดยทั่วไปคนไทยทุกคนมีประกันสุขภาพของรัฐอยู่แล้ว แต่ถ้าไม่พอใจอยากได้บริการแบบเอกชน ก็สามารถพิจารณาแบบประกันสุขภาพเพิ่มเติม ซึ่งมีหลายแบบให้เลือก หากมาซื้อกับบริษัทประกันชีวิต ต้องซื้อควบคู่กับแบบประกันที่คุ้มครองชีวิตด้วยจะคุ้มกว่าค่ะ เพราะคุณจะมีตัวแทนประกันชีวิตคอยให้บริการแบบญาติมิตรสนิทใจ และยังได้ความคุ้มครองด้านชีวิตเพิ่มด้วย... จะซื้อทั้งทีก็ซื้อให้คุ้มค่าดีกว่าค่ะ จากนั้นก็เลือกค่าห้องที่เหมาะสม มีค่าผู้พยาบาลไหม ถ้ามีเบี้ยก็สูงอีกนิดค่ะ มีบริการ Fax Claim ใหม่ เพราะการบริการจะได้สะดวกรวดเร็ว ส่วนรายละเอียดอื่นๆ ถามตัวแทนประกันชีวิตที่นารักได้เลยค่ะ

B

เพื่อสิทธิประโยชน์ของท่าน

กรุงเทพประกันชีวิต ขอเชิญท่านลูกค้าเข้าร่วมเป็นสมาชิก **บีแอลเอ แฮปปี้ไลฟ์ คลับ (BLA Happy Life Club)** คลับเพื่อชีวิตที่มีความสุขมากกว่า ซึ่งท่านจะไม่พลาดการติดต่อจากบริษัท โดยจะได้รับข้อมูล สิทธิประโยชน์ต่างๆ ที่บริษัทคัดสรรมามอบให้ลูกค้าคนสำคัญ อาทิ สิทธิในการเข้าร่วมกิจกรรม สิทธิในการเข้ารับบริการ หรือซื้อสินค้าราคาพิเศษ เพียงท่านลูกค้ากรอกข้อมูลลงในใบสมัครสมาชิก BLA Happy Life Club แล้วส่งกลับมายังบริษัท

เลือกจัดส่งได้ 3 ช่องทาง (กรุณาเลือกเพียงช่องทางเดียวเท่านั้น) | บริการธุรกิจตอบรับ | โทรสาร 0 2777 8538 | E-Mail : crm.club@bangkoklife.com

ติดต่อขอรับใบสมัครสมาชิก BLA Happy Life Club ได้ที่ส่วนบริหารลูกค้าสัมพันธ์ โทร. 0 2777 8577-8



สุขล้นวัย ไร้เรื่องกังวล

บีแอลเอ ซูเปอร์ ซีเนียร์*

พร้อมใช้ชีวิตสุขวัยอย่างมีความสุข ไร้กังวล เมื่อได้เตรียมพร้อมดูแลตัวเอง
คุ้มครองครบ • 5 กลุ่มโรคร้ายแรง อุบัติเหตุ และ ชีวิต

ยิ่งสุขวัย ยิ่งเสี่ยงกับโรคร้ายมากขึ้น เตรียมพร้อมรับมือกับค่าใช้จ่ายที่ไม่คาดคิด ภูมิใจที่ได้พึ่งพาตนเอง

- ✔ คุ้มครอง 5 กลุ่มโรคร้ายแรง รวม 11 โรค**
- ✔ รับความคุ้มครองสูงสุดถึง 400,000 บาท
- ✔ รับประกันตั้งแต่อายุ 50-75 ปี
- ✔ สมัครง่าย ไม่ต้องตรวจสุขภาพและไม่ต้องตอบคำถามสุขภาพ

* บีแอลเอ ซูเปอร์ ซีเนียร์ เป็นชื่อทางการตลาด ทั้งนี้แบบประกันที่ระบุในกรมธรรม์ คือ บีแอลเอ คุ้มครองสุขวัย

** โรคร้ายแรง 11 โรค: โรคมะเร็งระยะไม่ลุกลาม โรคมะเร็งระยะลุกลาม เนื้องอกในสมองชนิดที่ไม่ใช่เนื้องอก โรคลมชักเนื้อหัวใจ การผ่าตัดเส้นเลือดเลี้ยงกล้ามเนื้อหัวใจ โรคหลอดเลือดหัวใจตีบที่รักษาด้วยการสวนหลอดเลือดหัวใจ กล้ามเนื้อหัวใจตายเฉียบพลันจากการขาดเลือด โรคระบบประสาทกิลต์เฟิลส-เคลอโรซิส โรคหลอดเลือดสมองแตกหรืออุดตัน สมองอักเสบจากเชื้อไวรัส โรคหลอดเลือดสมองไม่พองที่ก่อรักษาโดยการผ่าตัด

พร้อมรับความสุขล้นวัยวันนี้ ติดต่อตัวแทนประกันชีวิต หรือที่ปรึกษาการเงิน
ที่สำนักงานใหญ่ สาขาบริษัททั่วประเทศ หรือ โทร. 0 2777 8888 www.bangkoklife.com

 **กรุงเทพประกันชีวิต**
ชีวิตที่มีความสุขมากกว่า