

ปันยิ้ม เต็มสุข

นิตยสาร ปันยิ้มเต็มสุข ปีที่ 3 ฉบับที่ 7

4

ดูแลด้วยใจ
อัคระดับกับชีวิตที่ดูดี

5

กินดี อยู่ดี
เสริมสุขภาพ 12 ราศี

6

สายน้ำไหลย้อนกลับ
ที่ชุมชนริมน้ำจันทบูร

เมืองไทย
ประกันภัย
MUANG THAI INSURANCE

เปิดรอยยิ้ม

สวัสดิ์ค๊ะ: กลับมาพบกันอีกครั้งสำหรับปันยิ้มเต็มสุข ในช่วงเวลาของการเปลี่ยนผ่านฤดูกาลจากฤดูร้อนที่แสนอบอุ่นของเมืองไทย มาสู่ฤดูฝนที่แสนชุ่มฉ่ำ เชื่อว่าจะช่วยดับความร้อนไปได้บ้างไม่มากก็น้อยค๊ะ โดยเฉพาะพี่น้องต่างจังหวัดที่ประสบภัยแล้งน่าจะพอได้ชื่นใจกันบ้าง

เช่นเดียวกับเมืองไทยประกันภัยของเราที่พร้อมส่งมอบสิ่งดี ๆ ให้กับลูกค้าเสมอมา และเพิ่มความสะดวกรวดเร็วในการบริการ ตอนนี้เรามีช่องทางการให้บริการใหม่ IVR Self Service หรือบริการผ่านระบบอัตโนมัติ 24 ชั่วโมง ที่จะให้ข้อมูลในทุก ๆ เรื่อง รวมถึงการแนะนำสาขาชลบุรีและกิจกรรมต่าง ๆ ที่เราจัดขึ้นในช่วงเวลาที่ผ่านมา

การรับประทานอาหารถือเป็นเรื่องสำคัญของคนไทย แต่หากรับประทานมากไปก็ไม่ใช่ว่าเรื่องที่ดีแน่นอน ฉะนั้นเรามีตัวช่วยกับสุดยอดอาหารที่เผาผลาญไขมัน-แคลอรี ได้ในระดับดีเยี่ยม จากนั้นไปติดตามดูว่าในแต่ละราศีต้องเสริมสุขภาพของตัวเองด้วยอะไรบ้าง เพื่อรักษาสมดุลร่างกายให้สมบูรณ์แข็งแรงค๊ะ และสำหรับใครที่หลงใหลการท่องเที่ยวแบบวิถีชีวิตชุมชนแบบดั้งเดิม ขอแนะนำให้ไปเยี่ยมเยือนที่ชุมชนริมน้ำจันทบูร จ.จันทบุรี ที่ที่เชื่อกันว่าสายน้ำจะพาเราไหลย้อนกลับไปสู่อดีตได้ และปิดท้ายด้วยร้านอาหารกับบรรยากาศดี ๆ ที่เรามีมาแนะนำเช่นเคยค๊ะ

สุขภาพเป็นเรื่องสำคัญท่ามกลางอากาศที่เปลี่ยนแปลงบ่อย ๆ แบบนี้ อยากให้ทุกคนดูแลสุขภาพเป็นพิเศษนะค๊ะ เพราะเมื่อเราดูแลตัวเองดีแล้ว จะได้มีกำลังเพื่อไปดูแลคนที่เรารักได้ค๊ะ

กลับมาพบกันใหม่ฉบับหน้านะค๊ะ
นวลพรรณ ล่ำซำ



สารบัญ



04 ยิ้มจากใจ



05 ยิ้มดีมีเฮง



06 ยิ้มเที่ยวไทย



10 ยิ้มแบ่งปัน



11 ยิ้มใสกายสุข



12 ยิ้มอัศจรรย์



13 เรื่องยิ้ม ๆ หยิบมาแฮร์



14 ยิ้มเพื่อเธอ



15 ยิ้มอ่อน



16 กระดานส่งยิ้ม



17 ส่งยิ้มให้กัน



19 ยิ้มอ้อมท้อง

ยิ้มจากใจ

ดูแลด้วยใจ อีกระดับกับชีวิตที่ดูดี

เมืองไทยประกันภัย สาขาซอยชลบุรี เป็นอีกหนึ่งสาขาที่ลูกค้าสามารถติดต่อขอรับคำปรึกษาด้านประกันภัยต่าง ๆ ด้วยความสบายใจหายห่วง โดยมีทีมงานมืออาชีพพร้อมให้บริการด้วยความยินดี และเต็มใจสำหรับการดูแลแบบครบวงจร เช่น



- ✓ ให้คำแนะนำปรึกษาในเรื่องต่าง ๆ เกี่ยวกับประกันภัยและผลิตภัณฑ์ประกันภัย
- ✓ รับประกันภัยทั่วไป เช่น อัคคีภัยและทรัพย์สิน ประกันการเดินทาง ประกันอุบัติเหตุและสุขภาพ ฯลฯ
- ✓ รับประกันภัยรถยนต์
- ✓ ให้บริการสินไหมรถยนต์



ขอรับบริการของสาขาซอยชลบุรีได้ที่

- 🏠 104/35 ม.2 ถ.พระยาสุรเสนา ต.เสมิต อ.เมือง จ.ชลบุรี 20000
- 📞 โทรศัพท์ : 0 3846 7356-7
- 📠 โทรสาร : 0 3846 7763

กินดี อยู่ดี เสริมสุขภาพ 12 ราศี

สุขภาพถือเป็นเรื่องใกล้ตัวที่มีความสำคัญมาก เพราะการมีสุขภาพที่ดีย่อมมีชัยไปกว่าครึ่ง ทำให้เรามีแรงและกำลังใจที่จะทำอะไรได้หลาย ๆ อย่าง เราไปดูกันว่าในแต่ละราศีมีโอกาสเสี่ยงต่อปัญหาสุขภาพด้านใดบ้าง และจะมีวิธีเลือกรับประทานอาหารตามราศีเพื่อให้มีสุขภาพที่ดีได้อย่างไร



ราศีมังกร

- เสี่ยงต่อการเป็นโรคเกี่ยวกับข้อต่อและกระดูก
- ควรเลือกรับประทานอาหารที่มีแคลเซียมและวิตามินดี เช่น คะน้า เมล็ดงา ข้าวโอ๊ต

ราศีกุมภ์

- มักมีอาการบวมที่ข้อเท้าหรือบริเวณต่ำกว่าหัวเข่าลงมา จึงต้องระวังเกี่ยวกับโรคข้อเท้าบวม เคล็ด
- ควรนวดขาทุกวันด้วยน้ำมันวิตามินอี หรือน้ำมันหอมระเหยมะนาวผสมกับลาเวนเดอร์

ราศีมีน

- มีโอกาสเป็นโรคเกี่ยวกับระบบต่อมน้ำเหลืองได้มากและการเป็นคนคิดมากจึงทำให้เวียนศีรษะอยู่บ่อย ๆ
- ควรเลือกดื่มน้ำสมุนไพรและรับประทานอาหารที่มีธาตุเหล็ก เช่น ตับหมู ตับไก่ ธัญพืช ฯลฯ

ราศีเมษ

- ชาวราศีเมษเป็นคนมีเรื่องให้กังวลอยู่เสมอ เสี่ยงต่อการปวดศีรษะและเป็นโรคไมเกรน
- ควรรับประทานอาหารให้ตรงเวลา เลือกดื่มเครื่องดื่มเพื่อสุขภาพ เช่น น้ำหัวบีท แครอท ฯลฯ

ราศีพฤษภ

- มักมีปัญหาเรื่องรูปร่าง แกรมยังมีปัญหาปวดเมื่อยตามคอ ยิ่งเมื่ออยู่ในที่เย็นหรือเกิดอาการเครียดจัด
- รับประทานปลาหรืออาหารที่มีโอโอตินมาก ๆ เช่น อาหารทะเล น้ำมันตับปลา เมล็ดถั่วต่าง ๆ

ราศีเมถุน

- มักเกิดอาการตึงเส้นเอ็นบริเวณข้อมือบ่อย ๆ ยิ่งถ้าต้องนั่งทำงานหรืออยู่หน้าจอคอมพิวเตอร์นาน ๆ
- ควรหาอุปกรณ์เสริมในเวลาใช้คอมพิวเตอร์ เช่น หาเบาะนิ่ม ๆ มารองข้อมือ หรือเลือกใช้เก้าอี้ที่นั่งสบาย

ราศีกรกฎ

- มีดวงเคราะห์ประจำราศีเป็นดวงจันทร์ส่งผลต่ออาการต่าง ๆ ก่อนมีประจำเดือน ทั้งยังมีปัญหาเกี่ยวกับระบบย่อยอาหารด้วย
- เลือกรับประทานอาหารที่มีแมกนีเซียมสูง เช่น ผักโขม ผักปวยเล้ง ทำให้ระบบย่อยอาหารทำงานได้ดีด้วย

ราศีสิงห์

- ความเป็นคนนิสัยดีร้อนชอบทำทุกอย่างด้วยตนเอง ทำให้ร่างกายเมื่อยล้าและเคล็ดขัดยอกอยู่บ่อย ๆ
- เปลี่ยนพฤติกรรมมารับประทานขนมขบเคี้ยวมาเป็นการรับประทานผักผลไม้ เพื่อเลี่ยงปริมาณเกลือและไขมันที่สูง

ราศีกันย์

- ชาวราศีกันย์ไม่ค่อยมีปัญหาสุขภาพ แต่จะหนักใจกับปัญหาการนอนไม่หลับบ่อย ๆ
- ควรหลีกเลี่ยงอาหารมือหนักหลังสี่โมงเย็น หรือดื่มนมและน้ำผึ้งอุ่น ๆ ก่อนนอน

ราศีตุลย์

- เป็นคนชอบรับประทานของหวานและอาหารมัน ๆ แต่ไม่ชอบออกกำลังกาย ส่งผลให้ทำงานหนักมากกว่าปกติ
- ดื่มน้ำวันละ 6-8 แก้ว หลีกเลี่ยงอาหารประเภทเนื้อ ปลา เบ็ด ไก่ แล้วแทนที่ด้วยผักผลไม้สีเขียวและสีเหลือง

ราศีพิจิก

- ชาวราศีพิจิกมีนิสัยชอบกลั่นแกล้งการขบถ่ายไว้นาน ๆ ทำให้โรคท้องผูกมักมาเยือนบ่อย ๆ
- หลีกเลี่ยงอาหารที่มีปริมาณไขมันสูง บริโภคผักผลไม้ที่ย่อยง่าย เช่น น้ำมันตับปลา ถั่วฝักยาว มะละกอ ฯลฯ

ราศีธนู

- ชาวราศีธนูให้ความสำคัญกับการสังสรรค์ ทั้งกินและดื่ม ทำให้มีโอกาสเป็นโรคตับอักเสบ โรคตับแข็ง
- ลด ละ เลิก เครื่องดื่มที่ทำร้ายสุขภาพต่าง ๆ เพื่อลดความเสี่ยงต่อการเกิดโรค

สายน้ำไหลย้อนกลับที่ชุมชนริมน้ำจันทบุรี

เมื่อเอ่ยถึงจันทบุรี แน่แน่นอนว่าหลายคนต้องนึกถึงกองทัพเรือ สายลม หรือไม้ก็บรรยากาศของสวนผลไม้ขึ้นชื่อแห่งภาคตะวันออก แต่สำหรับคนที่หลงใหลความมีเสน่ห์ของวิถีชุมชนที่เรียบง่าย แต่มีมนต์ขลังให้ค้นหาแล้วละก็ ที่ชุมชนริมน้ำจันทบุรี คืออีกมุมหนึ่งของจังหวัดจันทบุรีที่เชื่อเชิญให้คุณมาสัมผัส

ไม่ไกลจากศาลหลักเมืองและศาลสมเด็จพระเจ้าตากสินมหาราชอันเป็นที่เคารพสักการะของชาวจันทบุรี ยังคงมีชุมชนริมน้ำจันทบุรีที่มีอายุยาวนานกว่า 300 ปี ชุกช่อนอยู่ ชุมชนที่เรียงรายไปด้วยบ้านเรือนเก่าแก่หลากหลายรูปแบบ ทั้งบ้านริมน้ำแบบไทย ตึกสถาปัตยกรรมแบบยุโรปผสมกับจีน และยังเมื่อได้ใช้เวลาอย่างไม่เร่งรีบ มาเดินเล่นไปตลอดทั้งเส้นทาง สิ่งที่เราจะได้พบเห็นคือวิถีชีวิตของชาวบ้านในชุมชนที่ยังคงเหมือนเดิมไม่เปลี่ยนแปลง เสมือนว่าได้ย้อนเวลากลับไปสู่อดีตอีกครั้ง ร้านรวงที่เห็นอยู่สองข้างทางส่วนใหญ่เป็นร้านเก่าแก่แทบทั้งสิ้น เราจะได้เห็นคนเฒ่าคนแก่ออกมานั่งชายของอยู่หน้าบ้านด้วยความยิ้มแย้ม ประหนึ่งรอยยิ้มแห่งมิตรภาพสำหรับผู้มาเยือน ส่วนใครที่ชื่นชอบความสวยงาม ที่นี่ยังเป็นแหล่งของตลาดค้าพลอยชื่อดัง สามารถไปยืนเลือกซื้อติดไม้ติดมือกลับบ้านได้ด้วย

สิ่งหนึ่งที่ไม่ควรพลาดเมื่อมาเยือนชุมชนริมน้ำแห่งนี้ คือการเข้าพักที่ “บ้านพักประวัติศาสตร์หลวงราชไมตรี” ที่มีเอกลักษณ์และความโดดเด่นจนใคร ๆ ก็ต้องเหลียวมองเมื่อเดินผ่าน ด้วยเพราะมีประวัติความเป็นมา





ที่น่าสนใจ ย้อนไปในอดีตกว่า 150 ปี ที่บ้านพักประวัติศาสตร์แห่งนี้เคยทำหน้าที่ต้อนรับแขกบ้านแขกเมืองของหลวงราชไมตรี ปัจจุบันได้ถูกฟื้นฟูกลับขึ้นใหม่อีกครั้งอย่างร่วมสมัยให้เป็นบ้านพักประวัติศาสตร์สไตล์ Boutique Hotel ในนาม “บ้านพักประวัติศาสตร์หลวงราชไมตรี Historic Inn” ซึ่งตั้งอยู่ ณ ชุมชนริมน้ำจันทบูรบนถนนสายแรกของจังหวัดจันทบุรี โดยการดูแลของคนในชุมชน และรายได้ทั้งหมดก็กลับคืนเข้าสู่ชุมชนแห่งนี้ด้วยเช่นกัน

ภายในบ้านพัก 2 ชั้นถูกแบ่งเป็น 12 ห้องนอน ที่มีขนาดและลักษณะแตกต่างกันไป แต่ที่เก๋ไก๋ไม่เหมือนใคร คือแต่ละห้องจะมีชื่อเฉพาะที่ผูกมัดเรื่องราวแห่งประวัติศาสตร์เอาไว้ทั้งหมด เช่น ห้องนายพ่อนายแม่ ห้องนักเรียนชาย ห้องนักเรียนหญิง ห้องลูกยาง ห้องวิถีจันทน์ ห้องครวนายแม่ ห้องบ้านราชไมตรี ฯลฯ นอกจากนี้ ที่ชั้นล่างยังจัดให้

เป็นพิพิธภัณฑ์ที่รวบรวมข้าวของเครื่องใช้ต่าง ๆ ในสมัยที่เรือนพักแห่งนี้ยังคงมีชีวิตชีวา เพื่อให้คนรุ่นใหม่ได้ศึกษาเรียนรู้ ที่สำคัญคือเป็นบ้านพักดีดริมน้ำทำให้เราได้สัมผัสกับธรรมชาติอย่างใกล้ชิด ให้ความรู้สึกผ่อนคลายอย่างบอกไม่ถูก ยามเช้าแนะนำให้ตื่นเร็ว ลักหนอย เตรียมของไว้ใส่บาตรพระที่จะเดินบิณฑบาตในชุมชนในบรรยากาศที่ไม่มีให้เห็นในสังคมเมือง

บรรยากาศยามเช้าที่ชุมชนแห่งนี้ถือเป็นเสน่ห์อย่างหนึ่งที่แนะนำให้ลองไปเดินสัมผัส มีทั้งบ้านเรือน ร้านค้า โรงเจเพียงเชิงตั้งเก่าอายุกว่า 100 ปี รวมถึง “บ้านเลขที่ 69 ขุนอนุสรสมบัติ บ้านเรียนรู้ชุมชน ชุมชนริมน้ำจันทบูร” เป็นบ้านเก่าแก่ที่รวบรวมประวัติของชุมชนริมน้ำจันทบูร มีภาพเก่าและข้าวของเครื่องใช้ในสมัยก่อนให้ได้ชม และอีกหนึ่งไฮไลท์เมื่อเดินข้ามสะพานนิรมล ซึ่งเป็นสะพานเล็ก ๆ ข้ามแม่น้ำจันทบุรี เราจะได้พบกับอาสนวิหารพระนางมารีอาปฏิสนธินิรมล หรือ โบสถ์คาทอลิกจันทบุรี





ที่แม้จะผ่านกาลเวลามากกว่า 100 ปี แต่ยังคงอยู่ในสภาพที่สมบูรณ์ ศูนย์รวมจิตใจของชาวคาทอลิก ที่ใคร ๆ มาเยือนเป็นต้องแวะไปถ่ายรูปและชื่นชมกับความสวยงามทั้งภายนอกและภายใน

ปัจจุบันชุมชนริมน้ำจันทบูรเริ่มเป็นที่รู้จักของนักท่องเที่ยวมากขึ้น ทุกวันหยุดเสาร์-อาทิตย์ เราจะได้เห็นผู้คนที่หลงไหลความเป็นอดีตมาเดินเที่ยวชม มีทั้งผู้ใหญ่ตลอดไปจนถึงเด็ก ๆ วัยรุ่นก็นิยมมาเดินถ่ายรูปกันอย่างสนุกสนาน เป็นชุมชนเล็ก ๆ ที่สามารถเดินเที่ยวได้ง่าย ๆ และไม่ต้องกลัวหลง เพราะมีจุดที่เป็นป้ายบอกทางและแหล่งท่องเที่ยวสำคัญเอาไว้อย่างเด่นชัด

หากใครมีเวลาช่วงวันหยุดสุดสัปดาห์ ลองเดินทางย้อนอดีตมาเที่ยวชมและสัมผัสเสน่ห์แห่งความเรียบง่ายที่ชุมชนริมน้ำจันทบูรแห่งนี้สักครั้ง ไม่เพียงแต่ความสุขใจเท่านั้น แต่ยังสามารถเรียนรู้ความเป็นมาของประวัติศาสตร์ที่น่าจดจำอีกด้วย เพราะต่างก็เชื่อว่าที่นี่สายน้ำจะไหลย้อนกลับได้เสมอ



**บ้านพักประวัติศาสตร์
หลวงราชไตรี**
252 ก.สุขาภิบาล ต.วัดใหม่ อ.เมือง
จ.จันทบุรี
ติดต่อสอบถาม จองห้องพัก
โทร. 08 8843 4516
โทร. 08 1915 8815
www.baanluangrajamaitri.com

ยืมแบ่งปัน

เพิ่มความอุ่นใจทุกครั้งสำหรับการเดินทาง ด้วยศูนย์/อู่ซ่อมรถของเมืองไทยประกันภัยครอบคลุมทุกพื้นที่กว่า 811 แห่งทั่วประเทศ พร้อมให้บริการอย่างเป็นมิตรโดยช่างผู้ชำนาญและมากประสบการณ์ ฉบับนี้ขอแนะนำ 3 อู่คุณภาพที่พร้อมต้อนรับทุกท่านด้วยรอยยิ้ม



ภัคดีการช่าง

122/6 ถ.พัฒนาการสุขวาท ต.ในเมือง
อ.เมือง จ.นครศรีธรรมราช 80000
0 7532 1020
เวลาทำการ : จันทร์-เสาร์
เวลา 08.00-17.00 น.
Tip! อู่ภัคดีเน้นเรื่องการบริการลูกค้า



อู่ตงเจริญยนต์ (3) จำกัด

1 ถนนบางบอน 5 แขวงบางบอน
เขตบางบอน กรุงเทพฯ 10150
0 2892 5515
เวลาทำการ : จันทร์-เสาร์
เวลา 08.00-17.00 น.
Tip! อู่ตงเด่นเรื่องการซ่อมสีรถยนต์



หจก.อู๋นัมเบอร์วัน เซอร์วิส

227 ม.4 ถ.เชียงใหม่-สันกำแพง (สายใหม่)
ต.ท่าศาลา อ.เมือง จ.เชียงใหม่ 50000
0 5324 5688
เวลาทำการ : จันทร์-เสาร์
เวลา 08.30-17.30 น.

Tip! อู๋นัมเบอร์วัน เน้นเรื่องการซ่อมตัวถังและเครื่องยนต์



เป็นยืมใช้รถลูกค้าแบ่งปันประสบการณ์
การเคลมประกันรถยนต์ แล้วส่ง
ชื่อ-สกุล ที่อยู่ พร้อมเบอร์โทรศัพท์
มาที่ crm@muangthaiinsurance.com
ลุ้นรับรถเมืองไทยฯ ไปกันแดดเลย

10 รางวัล



* ส่งกลับภายในวันที่ 1 สิงหาคม 2559 *

สุดยอดอาหาร เพาพลาญไขมัน-แคลอรี ระดับดีเยี่ยม

หลายคนคงรู้ว่าเรื่องกินเป็นเรื่องใหญ่ ยิ่งในเมืองไทยของเราที่
ขึ้นชื่อเรื่องความอุดมสมบูรณ์ด้านอาหารด้วยแล้ว ใครล่ะจะอดใจไหว
ดังนั้น เราจึงควรมีวิธีที่ดีในการเพาพลาญอาหารเหล่านี้
วิธีหนึ่งที่จะช่วยกระตุ้นระบบเพาพลาญให้ทำงานได้อย่างขยันขันแข็ง
มากขึ้นคือการรับประทานอาหารเหล่านี้ นอกจากนี้จะหาได้ง่าย ใกล้มือแล้ว
คนที่รับประทานมังสวิวัตก็ยังสามารถรับประทานได้สบาย ๆ อีกด้วย



กรีกโยเกิร์ตผสมมะนาว

กรีกโยเกิร์ตมีแคลเซียมซึ่งเป็นส่วนประกอบ
สำคัญในการทำงานของระบบเพาพลาญ
ส่วนน้ำมะนาวก็อุดมไปด้วยวิตามิน C ที่จะ
ช่วยให้ร่างกายดูดซึมแคลเซียมไปใช้ได้
สะดวกยิ่งขึ้น

มะละกอ

มะละกอน้ำน้อยตัวสำคัญที่ชื่อว่า ปาปาอิน
(Papain) ซึ่งจะช่วยย่อยอาหารที่เรากิน
เข้าไปให้ถูกดูดซึมไปใช้งานได้เร็วขึ้น อีกทั้ง
ยังช่วยดูดซึมโปรตีนซึ่งเป็นสารอาหารสำคัญ
ของระบบเพาพลาญได้อย่างยอดเยี่ยม



พริกขี้หนู

พริกขี้หนูมีสารแคปไซซินที่ช่วยลดความ
อยากอาหาร และเพิ่มอุณหภูมิร่างกายจาก
ความเผ็ดร้อนของตัวพริกเอง ช่วยกระตุ้น
เมตาบอลิซึมของเราให้ทำงานได้อย่างมี
ประสิทธิภาพมากกว่าเดิม

ชาเขียวและชาเขียวมัทฉะ

นอกจากประโยชน์สารพัดแล้ว ชาเขียว
และชาเขียวมัทฉะยังมีโพลีฟีนอลและ
EGCG (Epigallocatechin Gallate) ซึ่งจะ
ทำหน้าที่ช่วยกระตุ้นระบบเพาพลาญใน
ร่างกายได้โดยตรงนั่นเอง



น้ำส้มสายชู

คุณสมบัติของน้ำส้มสายชูคือช่วยลดระดับ
การดูดซึมแป้งในร่างกาย อีกทั้งยังช่วยป้องกัน
ระดับน้ำตาลในเลือดด้วย เมื่อระดับน้ำตาล
ในเลือดคงที่ กระบวนการย่อยอาหารจึงค่อย
เป็นค่อยไป ช่วยให้ระบบเพาพลาญทำงานได้ดี

ขิง

สมุนไพรไทยอีกชนิดหนึ่งที่ขึ้นชื่อเรื่อง
ความเผ็ดร้อน คุณสมบัติของขิงอยู่ที่
การช่วยกระตุ้นระบบย่อยอาหาร และเร่งระดับ
การเพาพลาญไขมันในร่างกายไปพร้อม ๆ กัน



พริกไทยดำ

พริกไทยดำมีสารอาหารสำคัญและมีฤทธิ์
เป็นด่าง ซึ่งคุณสมบัติเหล่านี้จะช่วยกระตุ้น
ระบบเพาพลาญให้เริ่มต้นกระบวนการเบิร์น
ได้อย่างมีประสิทธิภาพ

ถั่วเลนทิล

เมล็ดถั่วเลนทิลอุดมไปด้วยธาตุเหล็กและ
แร่ธาตุที่สำคัญต่อกระบวนการทำงานของ
ร่างกาย ช่วยให้ระบบการเพาพลาญทำงาน
อย่างมีประสิทธิภาพมากขึ้นกว่าเดิม



จริงอยู่ว่าอาหารเหล่านี้มีส่วนช่วยให้ระบบเพาพลาญในร่างกายของเราทำงานได้ดีขึ้น แต่อย่าลืมว่าหัวใจสำคัญ
ของการเพาพลาญไขมันและแคลอรีส่วนเกินนั้นคือการออกกำลังกายนั่นเอง ฉะนั้นแล้วอย่าละเลยที่จะ
ออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอควบคู่ไปด้วย เพื่อเป็นการรักษาสมาดุลของร่างกายนะคะ

ยิ้มอัปเดต

บริการด้วยใจ สะดวก รวดเร็ว ด้วย IVR Self Service ให้บริการผ่านระบบอัตโนมัติตลอด 24 ชั่วโมง

เพราะเรารู้ว่าทุกวินาทีของลูกค้ามีค่า
เมืองไทยประกันภัยจึงได้เปิดบริการ
รูปแบบใหม่ IVR Self Service ที่จะช่วยให้คุณ
สอบถามรายละเอียดกรมธรรม์ผ่านระบบ
อัตโนมัติตลอด 24 ชั่วโมง

โทร. 1484 กด 6

NEW! บริการใหม่สุดพิเศษ
Call Center โทร. 1484 กด 6
พร้อมบริการผ่านระบบอัตโนมัติตลอด 24 ชั่วโมง

- สอบถามข้อมูลกรมธรรม์
- รายชื่อศูนย์รับงานบริษัทฯ
- รายชื่อผู้รับงานบริษัทฯ

"เมืองไทยประกันภัย... ยิ้มให้กับบริการ"

ตลอด 24 ชั่วโมง

Call Center 1484 เมืองไทยประกันภัย

IVR Self Service เป็นการบริการรูปแบบใหม่ผ่านระบบอัตโนมัติ ให้บริการตลอด 24 ชั่วโมง โดยลูกค้าสามารถสอบถามข้อมูลด้านการประกันภัยรถยนต์ ประกันอุบัติเหตุ ประกันสุขภาพ และประกันภัยอื่น ๆ อาทิ การตรวจสอบสถานะกรมธรรม์ ค่าเบี้ยประกันภัยปีต่ออายุ ขอสำเนากรมธรรม์ แบบฟอร์มการชำระเงิน เป็นต้น ไม่เพียงเท่านั้น ลูกค้ายังสามารถขอรับรายชื่อศูนย์และผู้ซ่อมรถได้อีกด้วย

สะดวก รวดเร็ว ไม่ว่าเวลาใดก็เข้าถึงบริการต่าง ๆ ของเมืองไทยประกันภัยได้เสมอ

สอบถามข้อมูลกรมธรรม์ รายชื่อศูนย์ ผู้รับงานบริษัทฯ ผ่านระบบอัตโนมัติ 24 ชั่วโมง โทรศัพท 1484 กด 6

กด 1 บริการข้อมูลกรมธรรม์ สำหรับลูกค้า	กด 4 ขอรายชื่อศูนย์รับงานบริษัทฯ ทางแฟกซ์	กด 5 ขอรายชื่อผู้รับงานบริษัทฯ ทางแฟกซ์
กด 1: สอบถามสถานะกรมธรรม์ประกันภัย กด 2: สอบถามเบี้ยประกันภัยหมดอายุ กด 3: ขอเอกสารหรือแบบฟอร์มต่าง ๆ ทางแฟกซ์	กด 1: กรุงเทพฯ กด 2: ปริมณฑล กด 3: ภาคกลาง กด 4: ภาคตะวันออก กด 5: ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ กด 6: ภาคเหนือ กด 7: ภาคใต้	กด 1: กรุงเทพฯ กด 2: ปริมณฑล กด 3: ภาคกลาง กด 4: ภาคตะวันออก กด 5: ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ กด 6: ภาคเหนือ กด 7: ภาคใต้
<ul style="list-style-type: none">• กด 1: ขอสำเนากรมธรรม์ปีปัจจุบันและสำเนาสลักหลัง• กด 2: ขอสำเนาใบเตือนต่ออายุพร้อมแบบฟอร์มการชำระเงิน• กด 3: ขอแบบฟอร์มการชำระเงิน• กด 4: ขอสำเนาใบเสร็จรับเงิน	สำหรับลูกค้าโปรดเตรียมหมายเลขบัตรประชาชนและเลขกรมธรรม์เพื่อความสะดวกในการให้บริการ	

รายละเอียดเพิ่มเติม www.muagthaiinsurance.com

ช่วยกันลดโลกร้อน ด้วยการใช้พลังงานสะอาด E85 กันเถอะ

ช่วงปีที่ผ่านมาราคาน้ำมันปรับลดลงมาก รวมถึงการปรับโครงสร้างราคาน้ำมัน ทำให้ผู้ใช้รถเปลี่ยนไปเติมแก๊สโซฮอล์ E10 และ E20 แทนการใช้ E85 กันมากขึ้น เพราะส่วนต่างราคาใกล้เคียงกัน ทำให้ประเทศไทยของเราต้องเสียโอกาสไปหลายอย่าง เพราะความจริงแล้ว E85 เป็นเชื้อเพลิงที่เป็นมิตรกับสิ่งแวดล้อม (Environmentally Friendly Fuel) ช่วยลดมลภาวะจากการเผาไหม้ได้มากกว่าน้ำมันเชื้อเพลิงชนิดอื่น ๆ หลายเท่า และยังช่วยสร้างความมั่นคงทางพลังงาน และเศรษฐกิจให้ประเทศ เพราะช่วยลดการนำเข้าน้ำมัน และยังช่วยสนับสนุนผลผลิตจากเกษตรกรอีกด้วย

E85 พลังงานจากธรรมชาติ 85%

E85 เป็นการนำน้ำมันเบนซิน 15% ผสมกับเอทานอลที่ผลิตจากพืชผลเกษตร 85% ทุก 1 ลิตรของ E85 จะช่วยลดการปล่อยก๊าซคาร์บอนไดออกไซด์ หรือ CO₂ ซึ่งเป็นสาเหตุของการเกิดภาวะโลกร้อนได้มากถึงประมาณ 850 กรัม นอกจากนี้ยังช่วยลดการเกิดก๊าซมลภาวะอื่น ๆ เช่น คาร์บอนมอนอกไซด์ ซัลเฟอร์ไดออกไซด์ ลงได้มากเช่นกัน นอกจากนี้ เอทานอลที่ผลิตจาก อ้อย มันสำปะหลัง เป็นต้น ที่ปลูกในประเทศ เท่ากับเป็นการช่วยสร้างความมั่นคงทางพลังงาน ลดการสูญเสียเงินจากการนำเข้าน้ำมัน และช่วยให้เกษตรกรไทยมีรายได้ที่มั่นคง มีตลาดรองรับผลผลิตที่แน่นอนอีกด้วย

E85 แรง สะอาด เพื่อรถคุณ

ด้วยส่วนผสมของเอทานอลทำให้ E85 มีค่าออกเทนสูงกว่า 100 (RON>100) ขณะที่น้ำมันเบนซินทั่วไปมีค่าออกเทน 87 ถึง 95 ทำให้ E85 มีความแรงเพิ่มขึ้น 5-10% รวมทั้งให้แรงบิดและอัตราเร็วสูงสุดเพิ่มขึ้น แถมยังมีราคาต่ำกว่าเบนซินชนิดอื่น ๆ และแม้ว่า E85 จะใช้ได้กับเครื่องยนต์ที่ได้รับ



การออกแบบมาสำหรับการใช้น้ำมัน E85 โดยเฉพาะ หรือที่เรียกว่ารถ FFV (Flex Fuel Vehicles) แต่ปัจจุบันมี Conversion Kit สำหรับแปลงระบบการจ่ายน้ำมันเชื้อเพลิงในรถที่ไม่ได้ออกแบบมาสำหรับน้ำมัน E85 กันอย่างแพร่หลาย

จะเห็นได้ว่า E85 ไม่เพียงเป็นทางเลือกที่ดีต่อตัวเราและรถของเราเท่านั้น แต่ยังเป็นพลังงานที่สะอาดและเป็นมิตรกับสิ่งแวดล้อมอีกด้วย ที่สำคัญยังเป็นการส่งเสริมการสร้างรายได้ให้เกษตรกรของไทยอย่างยั่งยืน และสร้างความมั่นคงด้านพลังงานของประเทศ และเพื่อลูกหลานของเราในอนาคตด้วย

บางจาก E85 พัฒนาเพื่อรถ FFV

เพื่อรณรงค์ให้คนไทยร่วมใจใช้พลังงานสะอาด บริษัท บางจาก (มหาชน) ได้พัฒนาคุณภาพน้ำมันบางจาก E85 โดยผสมสารเพิ่มคุณภาพ (Additive) สูตรที่พัฒนาขึ้นสำหรับเครื่องยนต์ FFV โดยเฉพาะ เพื่อให้การทำงานของหัวฉีดเป็นไปอย่างราบรื่น และลดการสะสมของเขม่าที่บริเวณวาล์วไอดี ทำให้เครื่องยนต์ทำงานได้เต็มสมรรถนะ จนได้รับความเชื่อมั่น มียอดขายเป็นอันดับหนึ่งในเมืองไทย ปัจจุบัน บางจากฯ มีสถานีบริการน้ำมันที่จำหน่าย E85 รวม 270 แห่งทั่วประเทศ



ปิ่นยิ้มเชิญลูกค้าส่งวิธีช่วยลดโลกร้อน แล้วส่งชื่อ-สกุล ที่อยู่ และเบอร์โทรศัพท์มาที่ crm@muangthaiinsurance.com ลุ้นรับ!! บัตรเติมน้ำมัน จำนวน 3 รางวัล โบนัส 500 บาท ส่งกลับภายในวันที่ 1 สิงหาคม 2559*

*บริษัทฯ ขอสงวนสิทธิ์ในการนำเอาไอเดียต่างๆ เผยแพร่ในสื่อประชาสัมพันธ์ของบริษัทฯ ที่เป็นสื่อสิ่งพิมพ์หรือออนไลน์ทุกประเภท



ยิ้มเพื่อเธอ

บริษัท เมืองไทยประกันภัย จำกัด (มหาชน) อาสาส่งความสุขและรอยยิ้มจากใจเพื่อพี่น้องชาวไทยทั่วประเทศ กับโครงการฉันทน์รักเมืองไทย ซึ่งจัดขึ้นอย่างต่อเนื่องเป็นปีที่ 3 โดยปีนี้ได้เพิ่มการจัดกิจกรรมฉันทน์รักเมืองไทย On Tour โดยพนักงานตามสาขาย่อยต่างจังหวัดที่จะร่วมพลังกันสร้างประโยชน์และความสุขให้กับสังคมไทยในหลากหลายพื้นที่ นอกจากนั้น ยังมีโครงการอาสาสมัครใหม่เมืองไทยที่จัดขึ้นอย่างต่อเนื่องโดยกลุ่มพนักงานเข้าใหม่อีกด้วย

ฉันทน์รักเมืองไทย ปีที่ 3

โดยพนักงานเมืองไทยประกันภัย สำนักงานใหญ่



กิจกรรม “สานฝันเพื่อน้อง” โดยกลุ่ม “เมืองไทยสานฝัน” ที่อาสาสานต่อความฝันให้กับน้อง ๆ โรงเรียนบ้านอิมาดอิทราย จ.อุทัยธานี ด้วยการยกขบวนความสุข สนุกสนาน เพื่อมอบรอยยิ้มให้กับเด็ก ๆ และชาวบ้านในพื้นที่โรงเรียนบ้านอิมาดอิทราย และยังมอบของใช้จำเป็นให้กับโรงเรียนและชาวบ้านอีกด้วย



กิจกรรม “คนเมืองไทย บันน้ำใจ แต่ผู้สูงวัย จ.ปทุมธานี” โดยกลุ่ม “สานฝัน บันน้ำใจ” อาสาส่งมอบความสุขและเสียงหัวเราะให้กับผู้สูงอายุ รวมถึงเลี้ยงอาหารกลางวัน และมอบของใช้จำเป็นให้กับผู้สูงอายุ ณ ศูนย์พัฒนาการจัดสวัสดิการสังคมผู้สูงอายุ จ.ปทุมธานี

ฉันทน์รักเมืองไทย On Tour

โดยพนักงานเมืองไทยประกันภัยสาขาย่อยต่างจังหวัด



กิจกรรมฉันทน์รักเมืองไทย On Tour ตอน “แบ่งปันรอยยิ้ม ณ ขอนแก่น ดินแดนดอกคูน” โดยพนักงานสาขาย่อยขอนแก่น อาสามอบความรักและความสุขจากใจ ด้วยอาหารมื้ออร่อยให้กับน้อง ๆ ผู้พิการตาบอด พร้อมดูแลและพูดคุยระหว่างรับประทานอาหาร อีกทั้งยังได้มอบของใช้จำเป็นและมอบเงินสมทบทุนให้กับโรงเรียนสอนคนตาบอด จ.ขอนแก่น เพื่อใช้ในกิจกรรมต่าง ๆ อีกด้วย

อาสาสมัครใหม่เมืองไทย



กิจกรรม “กล้าอาสาเพื่อรอยยิ้ม” เติมเต็มส่วนที่ขาดให้กับน้อง ๆ พิการตาบอด ด้วยการเลี้ยงอาหารเข้ามื้อพิเศษแสนอร่อย รวมถึงขนมและนม เพิ่มพลังให้กับน้อง ๆ ยามเช้า ณ โรงเรียนสอนคนตาบอด กรุงเทพฯ



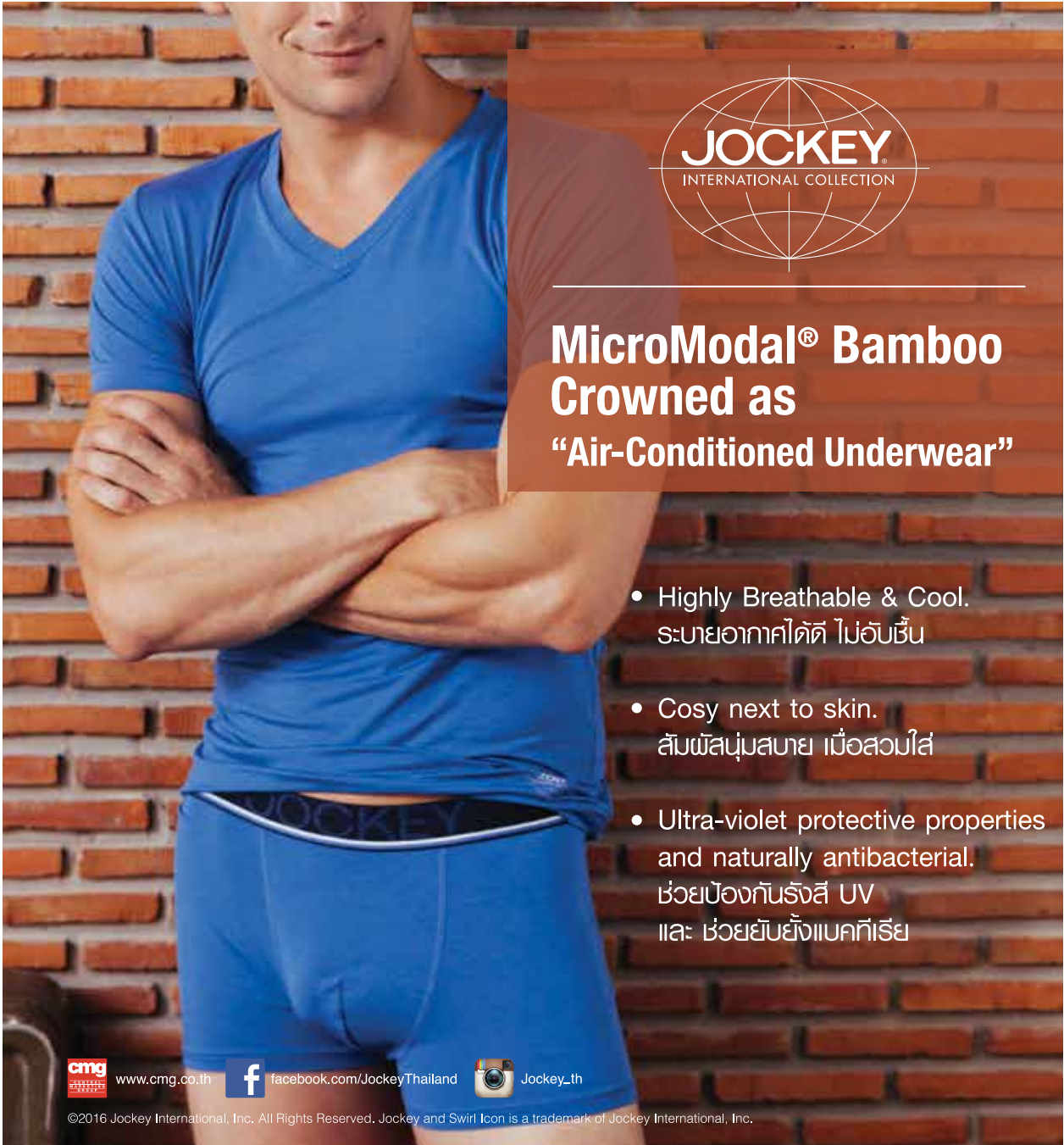
กิจกรรม “ยิ้มนี้เพื่อพิทหาร” สร้างความสุข เติมเต็มรอยยิ้มและมอบกำลังใจให้พี่ ๆ ทหารที่ได้รับบาดเจ็บจากการปฏิบัติหน้าที่ด้วยความเสียสละในการปกป้องประเทศชาติ ณ โรงพยาบาลทหารผ่านศึก




กิจกรรม “เมืองไทยบันน้ำใจเพื่อน้อง” แบ่งปันความสุขและรอยยิ้มให้กับน้อง ๆ นักเรียนด้วยการมอบอุปกรณ์การเรียนของใช้จำเป็น และกิจกรรมสนุก ๆ เติมเต็มความสุขให้กับน้อง ๆ ณ โรงเรียนวัดดอนยอ จ.นครนายก






กิจกรรม “คนเมืองไทย (MTI)คนใจสะอาด” (ตอน “ร่วมพลังคนรอบวัด พิทักษ์ความสะอาด” Yeah!!!!) ร่วมส่งเสริมการเป็นพุทธศาสนิกชนที่ดีด้วยการร่วมพลังทำความสะอาดบริเวณวัด เพื่อเป็นส่วนหนึ่งในการทำนุบำรุงพระพุทธศาสนาและศาสนสถาน ณ วัดกลางบางซื่อ จ.นนทบุรี





MicroModal® Bamboo Crowned as “Air-Conditioned Underwear”

- Highly Breathable & Cool.
ระบายอากาศได้ดี ไม่อับชื้น
- Cosy next to skin.
สัมผัสนุ่มสบาย เนื้อสวมใส่
- Ultra-violet protective properties
and naturally antibacterial.
ช่วยป้องกันรังสี UV
และ ช่วยยับยั้งแบคทีเรีย

 www.cmg.co.th
  facebook.com/JockeyThailand
  Jockey_th

©2016 Jockey International, Inc. All Rights Reserved. Jockey and Swirl Icon is a trademark of Jockey International, Inc.



**BUY 2
GET 1
FREE**
ชุดชั้นในชาย Jockey

เงื่อนไข
 · สินค้าตัวที่แถมราคาน้อยกว่าหรือเท่ากับ
สินค้าที่ซื้อ
 · จำกัดสิทธิ์ 10 ท่าน / วัน / สาขา
 · ไม่สามารถเข้าร่วมกับโปรโมชันอื่นๆได้
 · ใช้สิทธิ์ได้ถึงแต่วันที่ 1 มิ.ย.-31 ส.ค. 59

© ซุปเปอร์และคานันทอรรจิ้นในชาย
Jockey ทุกสาขาทั่วประเทศ



**BUY 2
GET 1
FREE**
เครื่องแต่งกายชาย Jockey

เงื่อนไข
 · สินค้าตัวที่แถมราคาน้อยกว่าหรือ
เท่ากับสินค้าที่ซื้อ
 · จำกัดสิทธิ์ 10 ท่าน / วัน / สาขา
 · ไม่สามารถเข้าร่วมกับโปรโมชันอื่นๆได้
 · ใช้สิทธิ์ได้ถึงแต่วันที่ 1 มิ.ย.-31 ส.ค. 59

© ซุปเปอร์และคานันทอรรจิ้นเครื่องแต่งกายชาย
Jockey ทุกสาขาทั่วประเทศ

กระดานส่งยิ้ม

สุขภาพดี รับปีใหม่

ด้วยความห่วงใยและใส่ใจต่อสุขภาพของลูกค้าคนสำคัญ เมืองไทยประกันภัยจัดกิจกรรมพาลูกค้าออกกำลังกายเพื่อสุขภาพด้วยการเล่นโยคะ ณ True Fitness ซึ่งนอกจากจะช่วยให้ผ่อนคลายความตึงเครียดแล้วยังเป็นการฝึกสมาธิอีกทางหนึ่งด้วย



ปันยิ้ม อิ่มบุญ

เมืองไทยประกันภัยจัดกิจกรรมล่องเรือไหว้พระและชมวิวทิวทัศน์ 2 ฟากฝั่งแม่น้ำเจ้าพระยาต่อเนื่องเป็นปีที่ 2 พร้อมแวะชมประเพณีวัฒนธรรมแบบพื้นบ้านดั้งเดิม ชิมอาหารคาวหวาน ณ เกาะเกร็ด ซึ่งนอกจากจะอิ่มบุญ อิ่มใจแล้ว ยังได้ของที่ระลึกกลับบ้านอีกด้วย



Movie Free Day

เอาใจคอภาพยนตร์กับกิจกรรม Movie Free Day: BATMAN v SUPERMAN : DAWN OF JUSTICE ณ ศูนย์การค้า Terminal 21 นอกจากความสนุกสนานจากบุรุษเกมต่าง ๆ แล้ว ยังอิมมอร์ลียกับชุดป๊อปคอร์นอีกด้วย



ส่งยิ้มให้กัน

ส่งยิ้มให้กัน ชวนนักซึ่งมาช่วยกันจับผิดภาพในเกม เพื่อน ๆ จะได้ฝึกสมอง ฝึกสายตา ความไว การเป็นคนช่างสังเกตไปในตัว การเล่นก็ง่าย ๆ เพียงจับผิดภาพว่ารูปทั้ง 2 มีจุดที่แตกต่างกัน 5 จุด เจอแล้วก็ทำเครื่องหมายวงกลมไว้เลย



หากำตอบครบแล้ว ส่งกลับมาตามไปรษณีย์ตอบรับ หรืออีเมล crm@muangthaiinsurance.com ลุ้นรับหมอนรองคอน่ารัก ๆ 100 รางวัล ไปหนุนกันเลย

ชื่อ นามสกุล ชาย หญิง

วันเดือนปีเกิด อีเมล

หมายเลขโทรศัพท์มือถือ

ที่อยู่ในการจัดส่งของรางวัล

.....

.....



ระดับความพึงพอใจต่อนิยายสารบันเทิง เดิมสุข (1 หมายถึงไม่พึงพอใจ และ 5 หมายถึง พึงพอใจมาก)

1

2

3

4

5

ท่านมีแนวโน้มที่จะแนะนำ บริษัท เมืองไทยประกันภัย จำกัด (มหาชน) ให้กับเพื่อนหรือคนรู้จักหรือไม่ ?

ไม่แนะนำแน่นอน แนะนำแน่นอน

สิ่งที่ยากให้เมืองไทยประกันภัยปรับปรุง เพื่อให้ท่านได้รับการบริการที่ดีขึ้น

.....

.....

ส่งยิ้มให้กับ

ประกันเดินทาง “เมืองไทย เทียวไปยิ้มไป”



ซื้อออนไลน์ได้แล้วที่ www.muangthaiinsurance.com

สอบถามข้อมูลเพิ่มเติมได้ที่ mti_ecommerce@muangthaiinsurance.com หรือ โทร. 1484

หมายเหตุ : ผู้ซื้อควรทำความเข้าใจในรายละเอียดความคุ้มครองและเงื่อนไขก่อนตัดสินใจ

เที่ยวไทยให้สนุก พร้อมยิ้มสวย
อวดเพื่อน แบบหมดกังวล
ไม่ว่าอุบัติเหตุเล็ก หรือใหญ่ในระหว่าง
เดินทาง เราคุ้มครองคุณสูงสุดถึง

1 ล้านบาท ด้วยราคาเริ่มต้นไม่ถึงร้อย

- ให้ความคุ้มครองตลอด 24 ชั่วโมง
ระหว่างการเดินทางภายในประเทศ
- คุ้มครองทุกอาชีพ ทั้งชาวไทย และ
ชาวต่างชาติ
- ไม่ต้องตรวจสอบสุขภาพ
- อายุรับประกันภัยตั้งแต่แรกเกิด-60 ปี



เมืองไทยประกันภัย
MUANG THAI INSURANCE

บริการธุรกิจตอบรับ

ใบอนุญาต เลขที่ ปน. (น) 3713 ปณจ. ลาดพร้าว
ถ้าฝากส่งในประเทศไม่ต้องผูกตราไปรษณียากร

บริษัท เมืองไทยประกันภัย จำกัด (มหาชน)
252 ถ.รัชดาภิเษก แขวงห้วยขวาง เขตห้วยขวาง กรุงเทพฯ 10310
สำนักบริหารข้อมูลลูกค้าสัมพันธ์



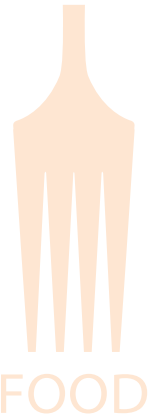
ยิ้มอิ่มท้อง

BonChon Chicken



ไก่ทอดสูตรเด็ด จัดจ้านถึงใจสไตล์เกาหลี

FOOD



BonChon Chicken ร้านอาหารเกาหลี ที่มีเมนูขึ้นชื่ออย่าง “ไก่ทอดบอนซอน” ซึ่งเป็นไก่ทอดสูตรต้นตำรับเก่าแก่จาก เมืองปูซาน กลายเป็นร้านที่กำลังนิยม อยู่ในเวลานี้ เพราะรสชาติที่แตกต่าง จากไก่ทอดทั่วไป และเทคนิคการทอดแบบ ไร้ไขมันออกจากหนัง ให้ได้ไก่บอนซอน ที่มีหนังบางกรอบ และเนื้อในนุ่มได้ที่ ตกท้ายด้วยการบรรจกราชอสสูตรพิเศษ นำเข้าจากเกาหลี ที่ทำมาจากส่วนผสม กว่า 30 ชนิด มีให้เลือก 2 รสชาติ คือ Soy Garlic และ Hot จัดจ้านถึงใจ

นอกจากไก่ทอดบอนซอนที่ถือเป็น Signature ของร้านแล้ว เมนูแนะนำที่แทบทุกโต๊ะ ต้องสั่งก็เห็นจะเป็น บอนซอนฟรายส์ ทานคู่กับซอสสไปซี่เมโย เกี่ยวซาบอนซอน นอกจากนี้ยังมี บุลโกกิหมูแรพ และซูปซุนดูบูซีฟูด รสชาติจัดจ้านถูกปากคนไทย ทั้งบรรยากาศร้านที่ตกแต่งแบบเรียบง่ายสไตล์ Modern Minimalism ของ สาขา **Royal Garden Plaza Pattaya** ที่รองรับกลุ่มนักท่องเที่ยวเป็นหลัก ยิ่งช่วย แต่งเติมบรรยากาศการรับประทานมากขึ้น

สำหรับใครที่เดินทางไปพักผ่อนที่พัทยา และอยากลิ้มลอง รสชาติไก่ทอดบอนซอนสูตรเกาหลีแท้ ๆ แวะเวียนไปได้ที่ ชั้น G Royal Garden Plaza Pattaya เปิดบริการ ทุกวัน ตั้งแต่เวลา 10.00 น.-23.00 น. หรือติดตามข่าวสาร และโปรโมชั่นต่าง ๆ ได้ที่ www.bonchonthailand.com www.facebook.com/bonchonthailand





บัตรพีที แมกซ์ มีแต้ม แลกพ.ร.บ.

แต้มสะสม แลกพ.ร.บ. และ ประกันภัยภาคสมัครใจ

แลกกรรมธรรม์
ประกันภัย พ.ร.บ.
รถยนต์ภาคสมัครใจ
(2+, 3+, 3) รถยนต์
ส่วนบุคคล กระบะ
และบรรทุก



- แลกกรรมธรรม์ (กลุ่มลูกค้าที่มีแต้มสะสม 6,001 แต้มขึ้นไป)
- แลกส่วนลด + เงินสด เพื่อซื้อกรรมธรรม์ (กลุ่มลูกค้าที่มีแต้มสะสม 500 แต้มขึ้นไป)

90 แต้มขึ้นไป แลกกรรมธรรม์ ประกันอุบัติเหตุ (P.A.)

แลกกรรมธรรม์
ประกันอุบัติเหตุ (P.A.)
สามารถเลือกความ
คุ้มครองระยะสั้น
90 วัน, 180 วัน
และ 1 ปี คุ้มครอง
ค่ารักษาพยาบาล เงินชดเชย
รายวัน เสียชีวิต ฯลฯ



- แลกส่วนลด + เงินสด เพื่อซื้อกรรมธรรม์ (กลุ่มลูกค้าที่มีแต้มสะสม 500 แต้มขึ้นไป)
- แลกกรรมธรรม์ (กลุ่มลูกค้าที่มีแต้มสะสม 90 แต้มขึ้นไป)

โดยลูกค้าเป็นผู้รับผิดชอบในการชำระเงินส่วนต่าง

PT CALL CENTER 1614

หมายเหตุ • ผู้ซื้อควรทำความเข้าใจในรายละเอียดความคุ้มครอง และเงื่อนไขก่อนตัดสินใจทำประกันภัยทุกครั้ง • บมจ. เมืองไทยประกันภัยเป็นเพียงผู้จำหน่ายกรมประกันภัย ผ่านนายหน้าอุปริมโบรกเกอร์ เพื่อนำไปทำตามกับบริษัทฯ กำหนดเท่านั้น