

happiness

Feb.-Apr. 2022 | Vol. 29

Activity



Do
What
You Love
Love
What
You Do



happiness Activity



รถยนต์ไฟฟ้า มาแน่

มารู้จักข้อดีของรถยนต์ไฟฟ้าก่อนใคร จะได้ไม่ตกเทรนด์!

ข้อดีของรถยนต์ไฟฟ้า



ลดมลภาวะ
และฝุ่น PM 2.5



ค่าใช้จ่าย
เชื้อเพลิงน้อยกว่า



มีอัตราการเร่งที่ดี



ปลอดภัย



ลุยน้ำท่วมขังได้

ความแตกต่าง

รถยนต์น้ำมัน

จุดเด่น

ราคาถูก เป็นที่นิยม
ตัวเลือกเยอะ ซ่อม-ขายคล่อง

ระบบขับเคลื่อน

เครื่องยนต์

แหล่งพลังงาน

น้ำมัน

อัตราการ ประหยัดน้ำมัน

น้อย

ค่าบำรุงรักษา

ปานกลาง เสียค่าซ่อมบำรุง
ตามการใช้งาน

อัตราสิ้นเปลือง

14 - 16 กม./ลิตร



รถยนต์เบนซิน (รถ B-SUV)

รถยนต์ Hybrid

ใช้ทั้งน้ำมันและไฟฟ้า
รถมีกำลังมากขึ้น อัตราเร่งดี

เครื่องยนต์ + มอเตอร์ไฟฟ้า

น้ำมัน + ไฟฟ้า

ปานกลาง

สูง มีทั้งเครื่องยนต์
และระบบไฟฟ้า

23 - 25 กม./ลิตร



รถยนต์ Hybrid (รถ B-SUV)

รถยนต์ไฟฟ้า

ใช้พลังงานไฟฟ้า 100%
ไม่ส่งผลกระทบต่อสิ่งแวดล้อม
เครื่องเงียบ

มอเตอร์ไฟฟ้า

ไฟฟ้า

ไม่ใช้น้ำมัน

น้อย ใช้ไฟฟ้าและมอเตอร์
สึกหรอช้า ชิ้นส่วนน้อย

2.89 - 6.04 กม./kWh
kWh = กิโลวัตต์-ชั่วโมง



รถยนต์ไฟฟ้า EV Car

หมายเหตุ

- อัตราสิ้นเปลืองของรถยนต์น้ำมัน อ้างอิงจากรถยนต์ SUV 6 รุ่น และรถยนต์ Hybrid จากรถยนต์ SUV 3 รุ่น
- อัตราสิ้นเปลืองพลังงานไฟฟ้า อ้างอิงจากข้อมูลเปรียบเทียบคุณสมบัติรถยนต์ไฟฟ้าที่ กฟน. นำมาใช้งานที่สถานีชาร์จ 3 รุ่น
- kWh (Kilowatt-hour) หรือ กิโลวัตต์-ชั่วโมง คือ หน่วยไฟฟ้าที่อยู่ในใบเรียกเก็บค่าไฟฟ้า ซึ่งเป็นค่าที่เกิดจากการนำเอาค่า "กิโลวัตต์" และ "ชั่วโมง" มาคูณกัน



PTT NEWS



WE LOVE PTT



GODJI OFFICIAL



GODJI_PTTGROUP



PTT Group



FROM THE EDITOR

สวัสดีครับ
ผู้ออกันผู้ ปตท. ทุกท่าน

หลังจากทำงานหนักมาตลอด
ทั้งปีจนถึงช่วงหยุดยาวก็คงต้อง

พักผ่อนกันให้เต็มที่ เพื่อชาร์จแบตเตอรี่พลังกลับมาลุยงานต่อ เพราะการทำงานให้มีประสิทธิภาพและมีความสุขในระยะยาวควรแบ่งเวลาจัดสมดุลให้กับชีวิตด้วย เช่น การจัดทริปท่องเที่ยวตามที่ต่าง ๆ หรือเข้าร่วมกิจกรรมดี ๆ ที่ผมและทีมงาน PTT Debenture Club ได้คัดสรรมา Work-Life Balance เพิ่มความสุขสดชื่นให้ท่านอย่างต่อเนื่องเช่นเดิมครับ

สำหรับในช่วงปลายเดือนกุมภาพันธ์นี้พวกเราขอเชิญชวนท่านผู้ออกันผู้ ปตท. ร่วมเดินทางไปยังเส้นทางทรงคุณค่าทางประวัติศาสตร์ในจังหวัดพะเยาและเชียงราย เพื่อชมความงดงามอันยิ่งใหญ่ของธรรมชาติแห่งล้านนา ไม่ว่าจะเป็น กว๊านพะเยา ขุนเขาภูลังกา และมหานทีธารลำนํ้าโขง รวมถึงเรียนรู้ร่องรอยอารยธรรมและภูมิปัญญาท้องถิ่นที่หาชมได้ยากในปัจจุบัน

ส่วนท่านที่ชื่นชอบการใช้เวลาผ่อนคลายที่บ้านก็สามารถสร้างบรรยากาศ home sweet home ให้น่าอยู่มากขึ้นกับกิจกรรมเวิร์กช็อปของเรา Blossom Memories : Epoxy Resin เก็บดอกไม้แสนสวยให้อยู่นานแสนนาน โดยคุณก้อย สุชาดา สมประสงค์ เจ้าของร้านเครื่องประดับและผลงานคราฟท์จากดอกไม้แห้ง Shizen Handmade และเจ้าของเพจ Lailalin Soap จะมาช่วยรังสรรค์ดอกไม้ให้กลายเป็น

ผลงานชิ้นเอกไว้ใช้ในบ้าน เช่น ถาดรองเครื่องประดับ และจานรองแก้วจาก Epoxy Resin ซึ่งเป็นการเพิ่มความสวยงามให้กับของใช้ในชีวิตประจำวันและคงคุณค่าของดอกไม้ให้อยู่ได้ยาวนานกว่าเดิม

การแพร่ระบาดของเชื้อไวรัสโควิด-19 ยิ่งทำให้การดูแลสุขภาพร่างกายและจิตใจให้แข็งแรงเป็นเรื่องสำคัญมาก ซึ่งวิธีการเสริมสร้างสุขภาพดีอย่างง่าย ๆ และยั่งยืนสามารถเริ่มต้นได้ตั้งแต่วินาทีที่บ้าน โดยพญ.วรรณวิพุธ สรรพสิทธิ์วงศ์ แพทย์ผู้เชี่ยวชาญด้านเวชศาสตร์ชะลอวัย การแพทย์เพื่อชีวิตที่ยินยาร่วมถ่ายทอดข้อมูลแบบเจาะลึกในงานสัมมนาถ่ายทอดสดหัวข้อ “Pick Your Diet เผยเคล็ดลับโภชนาการให้สุขภาพดีอย่างยั่งยืน” ด้วยการเปรียบเทียบการควบคุมน้ำหนักแต่ละวิธีการซึ่งจะช่วยให้สามารถตัดสินใจจนถึงเริ่มลงมือควบคุมน้ำหนักสร้างสุขภาพดีได้ในเร็ววัน

นอกเหนือจากงานสัมมนาที่เราดำเนินการในรูปแบบ Live Streaming แล้ว การจัดกิจกรรมเดินทางท่องเที่ยวและการเวิร์กช็อปของเราจัดขึ้นภายใต้มาตรการป้องกันและตรวจคัดกรองในสถานการณ์โควิด-19 โดยกำหนดให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมทุกท่านต้องแสดงหลักฐานการฉีดวัคซีนป้องกันโควิด-19 ครบ 2 เข็ม (ยกเว้น Johnson & Johnson 1 เข็ม) และในวันกิจกรรมได้มีการจัดตรวจหาเชื้อโควิด-19 ด้วยชุดตรวจ ATK หรือมีใบรับรองผลการตรวจภายใน 72 ชั่วโมง แสดงที่จุดลงทะเบียนในวันรวมกิจกรรม เพื่อให้ท่านผู้ออกันผู้ ปตท. ทุกท่านสามารถเข้าร่วมกิจกรรมได้อย่างสบายใจ

พวกเราหวังเป็นอย่างยิ่งว่าจะมีโอกาสได้ต้อนรับและมอบความสุขให้กับผู้ออกันผู้ ปตท. ผ่านกิจกรรมที่สามารถช่วยเติมพลังบวกและเป็นแรงบันดาลใจในการเริ่มต้นดูแลโภชนาการเพื่อสุขภาพที่ดีในระยะยาว ด้วยความมุ่งมั่นตั้งใจจัดขึ้นแทนคำขอบคุณผู้ออกันผู้ ปตท. ที่ให้การสนับสนุนพวกเราเสมอมา โดยท่านสามารถดาวน์โหลดแอปพลิเคชัน PTT Debenture Club หรือ Add Friend ใน Line Official Account “PTT Debenture Club” สำหรับติดตามข้อมูลข่าวสารและกิจกรรมของเราที่จัดขึ้นตลอดทั้งปีครับ

suwa ปรภาพันธุ์
บรรณาธิการบริหาร



ที่ปรึกษา : คุณพรรณณลิน มหาวงศ์ฤกษ์
บรรณาธิการบริหาร : คุณธนพล ปรภาพันธุ์
จัดทำโดย : ฝ่ายผู้ลงทุนสัมพันธ์ บริษัท ปตท. จำกัด (มหาชน)
555 ถนนวิภาวดีรังสิต แขวงจตุจักร เขตจตุจักร กรุงเทพฯ 10900
ออกแบบและผลิตโดย : บริษัท แคนดิส แอนด์ ดี จำกัด
317/8 ถนนพระรามที่ 6 แขวงทุ่งพญาไท เขตราชเทวี กรุงเทพฯ 10400
โทรศัพท์ 0-26129662-3 โทรสาร 0-2612-9660

กองบรรณาธิการ



คุณวิศรุต
ไรจนพานิช



คุณมุสดี
คู่มารัฟ



คุณภัทรวิรินทร์
เทียนสวัสดิ์



คุณไพสิฐ
ศิริบวร



คุณกฤตภาส
อธิกุลสินธุ์

IN THIS *Issue*

FEB.-APR.
2022
Vol. 29



06

INBOUND TRIP

06

กวีานพะเยา เชียงแสน
มนต์เสน่ห์อารยธรรม
ธรรมชาติและกลุ่มชาติพันธุ์
ดินแดนล้านนาตะวันออก

WORKSHOP

12

Blossom Memories :
Epoxy Resin
เก็บดอกไม้แสนสวย
ให้อยู่นานแสนนาน

SEMINAR

14

Pick Your Diet
เผยเคล็ดลับโภชนาการ
ให้สุขภาพดีอย่างยั่งยืน

PTT SOCIETY

16

ประมวลภาพหลากหลาย
ของกิจกรรมที่สร้าง
ความประทับใจ

MAP

22

แผนที่สถานที่
จัดกิจกรรม

12





PTT DEBENTURE CLUB

23 การสมัครกิจกรรม

วันที่จัดกิจกรรม

จำนวน

ปิดรับสมัคร

ประกาศผล*

กวีานพะเยา เชียงแสน มนต์เสน่ห์อารยธรรม ธรรมชาติและกลุ่มชาติพันธุ์ "ดินแดนล้านนาตะวันออก" โดย บริษัท สุขนิยมทัวร์ จำกัด

INBOUND TRIP

24-27 กุมภาพันธ์ 2565

8 สิทธิ์
(ผู้ติดตาม 1 คน
ต่อ 1 สิทธิ์ รวม 16 คน)

16 มกราคม 2565

21 มกราคม 2565

Blossom Memories : Epoxy Resin เก็บดอกไม้แสนสวยให้อยู่นานแสนนาน

WORK SHOP

4/5 มีนาคม 2565
(4 รอบ)

20 สิทธิ์ต่อรอบ
(ผู้ถือหนังสือ ปตท. 1 คนต่อ
1 สิทธิ์เท่านั้น ไม่มีผู้ติดตาม
รวม 20 คนต่อรอบ)

30 มกราคม 2565

4 กุมภาพันธ์ 2565

Pick Your Diet เพาะเคล็ดลับโภชนาการให้สุขภาพดีอย่างยั่งยืน

SEMINAR

2 เมษายน 2565

500 สิทธิ์
(ผู้ถือหนังสือ ปตท. 1 คน
ต่อ 1 สิทธิ์ รวม 500 คน)

27 กุมภาพันธ์ 2565

4 มีนาคม 2565

*หมายเหตุ : ประกาศผลทางเว็บไซต์ ปตท. และ SMS (เฉพาะผู้ได้รับสิทธิ์)



กวี้นพะเยา เชียงแสน

มนต์เสน่ห์อารยธรรม ธรรมชาติและกลุ่มชาติพันธุ์

“ ดินแดนล้านนาตะวันออก ”

เส้นทางอันทรงคุณค่าทางประวัติศาสตร์ที่จะพาคุณไปเรียนรู้ร่องรอยอารยธรรมและภูมิปัญญาท้องถิ่น ผ่านการเที่ยวชมวัดวาอารามอันเก่าแก่แถบแคว้นพะเยา อาณาจักรโบราณในสมัยเดียวกับยุคปลายของหริศนครเงินยางเชียงแสน พร้อมร่วมกิจกรรมเรียนรู้ทางวัฒนธรรมที่หาชมได้ยากในปัจจุบัน สัมผัสความงดงามยิ่งใหญ่ของธรรมชาติแห่งล้านนา กวี้นพะเยา ขุนเขาภูลังกา และมหาธารน้ำโขง ที่จะเติมเต็มพลังมอบความสดชื่นให้ผู้นมาเยี่ยมชมเยือน พักผ่อนกับโรงแรมบรรยากาศโล่งโปร่งสบายริมกวี้นพะเยาและโรงแรมบูติกเล็ก ๆ สโตร์ล้านนาโมเดิร์นใจกลางเมืองโบราณเชียงแสนที่เปิดประตูต้อนรับเฉพาะเราในค่ำคืนนั้น

DAY 1

24 กุมภาพันธ์ 2565

กรุงเทพฯ-เชียงใหม่-พะเยา-

วัดอนาลโยทิพยาราม-กว๊านพะเยา

- 07.00 น. คณะพร้อมกันที่สนามบินสุวรรณภูมิ ชั้น 4 ประตู 2 เคาน์เตอร์ D สายการบินไทยสมายล์ เจ้าหน้าที่สุขนียมทวัตรพร้อมต้อนรับ และคอยอำนวยความสะดวก
- 08.30 น. ออกเดินทางสู่จังหวัดเชียงราย โดยสายการบินไทยสมายล์ เที่ยวบินที่ WE 130 (ใช้เวลาเดินทาง 1.25 ชั่วโมง)
- 09.55 น. ถึงสนามบินเชียงราย เปลี่ยนการเดินทางเป็นรถตู้ปรับอากาศ ก่อนออกเดินทางสู่ จังหวัดพะเยา (ใช้เวลาเดินทาง 1.45 ชั่วโมง)
- เที่ยง รับประทานอาหารกลางวัน
- ช่วงบ่าย นำชม วัดอนาลโยทิพยาราม วัดงามเมืองพะเยา บนดอยบุษราคัม สร้างโดยพระอาจารย์โพนุลย์สุ่มังคโล โดยในขณะอาศัยอยู่ที่วัดรัตนวารามได้เห็นแสงของทรายทองอยู่อีกฟากหนึ่งของกว๊านพะเยา



วัดอนาลโยทิพยาราม



วัดศรีโคมคำ



วัดโลกอาราม

ช่วงบ่าย

และไหลลงสู่เบื้องล่างซึ่งเป็นที่ตั้งของดอยบุษราคัม หลังจากนั้นจึงได้สร้างเป็นที่พักปฏิบัติธรรม นับเป็นวัดสำคัญแห่งหนึ่งที่ควรไปกราบ หลังจากนั้นชม **วัดศรีโคมคำ** กราบสักการะพระพุทธรูปศิลปะเชียงแสน องค์ใหญ่ที่สุดในล้านนา ชมงานจิตรกรรมฝาผนังภายในพระอุโบสถริมกว๊านพะเยาที่มีลวดลายงดงามวิจิตร ฝีมือการวาดโดยอาจารย์อึ้งคาร กัลยณพงศ์ ศิลปินแห่งชาติด้านกวีนิพนธ์

ล่องเรือสู่ **วัดติโลกอาราม** วัดกลางกว๊านพะเยา อายุราว 500 ปี เป็นศาสนสถานเก่าแก่ที่มีมาก่อน กว๊านพะเยาซึ่งจมอยู่ใต้กว๊านยาวนานกว่า 68 ปี มีเพียงยอดเจดีย์ที่ก่อด้วยอิฐดินเผาเท่านั้น ที่โผล่พ้นน้ำขึ้นมา

ช่วงเย็น

รับประทานอาหารเย็น ณ **ครัวออโรรา** นำเข้าที่พัก **โรงแรมภูกลอง ****** หรือเทียบเท่า (พัก 2 คืน)

UPCOMING INBOUND TRIP



วัดท่าฟ้าใต้



วนอุทยานภูลังกา



การทอผ้าไทลื้อ

ช่วงบ่าย

เอกลักษณ์เฉพาะ ก่อด้วยอิฐถือปูน หลังคามี 3 ชั้น มุงด้วยแป้นเกล็ด ภายในวิหารมีองค์พระประธาน พระพุทธรูปปางมารวิชัยแกะสลักจากไม้ประดู่ ซึ่งได้อัญเชิญมาจากแคว้นสิบสองปันนา ประดิษฐานบนฐานชุกชีทรงสี่เหลี่ยมย่อมุมศิลปะไทลื้อ ประดับด้วยลายปูนปั้นรูปเครือเถา ลงรักปิดทอง ประดับกระจก มีแท่นธรรมาสัน ลักษณะคล้ายมณฑปหรือปราสาทฐานสี่เหลี่ยมย่อมุมยี่สิบชั้น ประดับลายปูนปั้นรูปเครือเถาและสัตว์ต่าง ๆ มีลักษณะเด่นคือลวดลายดอกไม้ที่แพรวพราวไปด้วยกระจกประดับหลากสี รวมถวาย **ตุ้งไทลื้อ เพื่อความเป็นสิริมงคลตามคติของชาวไทลื้อ**

เยี่ยมชม **การทอผ้าไทลื้อ** บ้านทุ่งมอก ของชุมชนชาวไทลื้อ แหล่งเรียนรู้อันทรงคุณค่าทางปัญญาและวัฒนธรรมของเยาวชนชาวเชียงคำ ที่มีจุดเด่นในการย้อมสีด้วยฝ้ายด้วยสีย้อมจากธรรมชาติที่สามารถหาได้ในท้องถิ่นและมีการออกแบบลายผ้าทอร่วมสมัย

จากนั้นเดินทางไปชมความงามของ **น้ำตกธารสวรรค์** ตั้งอยู่ในเขตอุทยานแห่งชาติดอยภูาง เกิดขึ้นจากน้ำในลำห้วยต่าง ๆ ไหลรวมกันกลายเป็นห้วยแม่ปิ้ง และตกลงมาเป็นน้ำตกธารสวรรค์ ก่อนไหลลงสู่แม่น้ำยม น้ำตกแบ่งออกเป็น 4 ชั้น และถือเป็นน้ำตกที่มีความอุดมสมบูรณ์ ซึ่งตั้งอยู่กลางป่าที่มีพืชพรรณมากมายหลายชนิด จากนั้นออกเดินทางสู่อำเภอเมือง (ใช้เวลาเดินทาง 1.15 ชั่วโมง)

รับประทานอาหารเย็น
เดินทางสู่ที่พัก **โรงแรมภูกลอง ******
หรือเทียบเท่า

ช่วงเย็น



น้ำตกธารสวรรค์

DAY 2

25 กุมภาพันธ์ 2565

วนอุทยานภูลังกา-เชียงม่วน-วัดท่าฟ้าใต้-หมู่บ้านทอผ้าไทลื้อ-น้ำตกธารสวรรค์

ช่วงเช้า

รับประทานอาหารเช้า ณ ห้องอาหารโรงแรม
ออกเดินทางสู่ **วนอุทยานภูลังกา** (ใช้เวลาเดินทาง 2 ชั่วโมง) เป็นเทือกเขาสูงสลับซับซ้อนอยู่ในเทือกเขาสันปันน้ำ มีความสูง 900-1,720 เมตร มุ่งสู่ **จุดชมวิวดาข่าวน้อย ภูลังกา** จุดชมวิวก่อด้วยไม้สักที่สวยที่สุดในเขตวนอุทยาน **ดื่มด่ำกับวิวพาโนรามาของเทือกเขา** สลับซับซ้อนตัดกับเส้นขอบฟ้า **พร้อมจิบเครื่องดื่มเพื่อเพิ่มความสดชื่น** จากนั้นออกเดินทางสู่ **อำเภอเชียงม่วน** (ใช้เวลาเดินทาง 1.30 ชั่วโมง)

เที่ยง

รับประทานอาหารกลางวัน

ช่วงบ่าย

นำชม **วัดท่าฟ้าใต้** วัดเก่าแก่ที่สร้างขึ้นใน พ.ศ. 2311 โดยผู้นำชาวไทลื้อซึ่งอพยพมาจากสิบสองปันนา สร้างตามรูปแบบศิลปะไทลื้อที่มีความงดงามเป็น



DAY 3

26 กุมภาพันธ์ 2565

พะเยา-ดอยผาอี เชียงราย-
อุทยานสามเหลี่ยมทองคำ

ช่วงเช้า

รับประทานอาหารเช้า ณ ห้องอาหารโรงแรม

ออกเดินทางสู่ ดอยผาอี จังหวัดเชียงราย
(ใช้เวลาเดินทาง 3 ชั่วโมง) แหล่งปลูกกาแฟที่ขึ้นชื่อ
ของประเทศ เยือน หมู่บ้านผาอี เป็นหมู่บ้านชาวไทย
ภูเขาเผ่าอาข่าที่ใช้ชีวิตแบบเรียบง่าย ชมจุดชมวิวของ
หมู่บ้านมีชิงช้าของชาวอาข่าตั้งอยู่บริเวณนี้และ
ชมกาแฟบนดอยผาอี

เที่ยง

รับประทานอาหารกลางวัน
แบบขันโตกชนเผ่าบนดอยผาหมี่

ช่วงบ่าย

เดินทางสู่ หอฝิ่น อุทยานสามเหลี่ยมทองคำ อำเภอ
เชียงแสน (ใช้เวลาเดินทาง 50 นาที) เป็นดงผลไม้
แห่งแรงบันดาลใจของมูลนิธิแม่ฟ้าหลวงในการสืบสาน
แนวพระราชดำริสมเด็จพระศรีนครินทราบรมราชชนนี
เพื่อให้ความรู้ในเรื่องความเป็นมาของฝิ่นที่มีความ
เกี่ยวข้องกับพื้นที่สามเหลี่ยมทองคำ โทะของฝิ่น
และสิ่งเสพติดที่พัฒนามาจากฝิ่นชนิดต่าง ๆ โดยใช้
สื่อมัลติมีเดียที่ทันสมัย หอฝิ่นแห่งนี้ได้รับรางวัล
PATA Gold Award ทองเที่ยวเพื่อการเรียนรู้จาก
สมาคมส่งเสริมการท่องเที่ยวภูมิภาคเอเชีย-แปซิฟิก
(PATA) ใน พ.ศ. 2547 และรางวัลดีเด่นในฐานะ
แหล่งท่องเที่ยวเพื่อนันทนาการ (The 6th
Thailand Tourism Award 2006) จากการท่องเที่ยว
แห่งประเทศไทย เมื่อ พ.ศ. 2549 และยังเป็น
ที่กล่าวขวัญว่า เป็นนิทรรศการที่จัดแสดงได้ดีที่สุด
แห่งหนึ่งของประเทศไทยและของเอเชีย

ช่วงบ่าย

ออกเดินทางเข้าสู่ที่พัก Athita The Hidden Court
Chiang Saen **** โรงแรมสไตล์โมเดิร์นล้านนา
เจือกลิ่นอายท้องถิ่นเมืองเหนือ สถาปัตยกรรมเป็น
อาคารไม้สักสูงขนาดสองชั้นที่ไม่ต่างจากบ้านไม้
ในชนบท และคอร์ตสนามหญ้าผืนใหญ่สำหรับ
เป็นลานกิจกรรม เปิดมุมมองให้เห็นยอดเจดีย์
และพระพุทธรูปโบราณอายุกว่า 500 ปี

** ห้องพักที่ Athita The Hidden Court Chiang Saen
มีจำนวน 9 ห้อง ขอสงวนสิทธิ์งดการพักเดี่ยว

ช่วงเย็น

จุจจติพิพย์รสไปกับอาหารโมเดิร์นสไตล์ล้านนา
ที่จัดเสิร์ฟเป็นพิเศษให้กับคณะ ณ ห้องอาหาร
ของโรงแรม เพลิดเพลินไปกับรสชาติและการ
ตกแต่งที่สวยงามของจานอาหารในเมนูรสเลิศ อาทิ
เมี่ยงอิตา ข้าวอบหมูเมิน พร้อมชมการแสดงพื้นเมือง
ของชาวเชียงแสน



หอฝิ่น อุทยานสามเหลี่ยมทองคำ



DAY 4

27 กุมภาพันธ์ 2565

ดักบาตรในเวียงโบราณ-ศึกษาโหรา บูชาพระธาตุ-
เมืองโบราณเชียงแสน-สวรรค์บนดิน-
วัดร่องเสือเต้น-กรุงเทพฯ

06.00 น.	อรุณสวัสดิ์ยามเช้า ร่วมดักบาตรในเวียงโบราณ
ช่วงเช้า	รับประทานอาหารเช้า ณ ห้องอาหารโรงแรม
	ย้อนรอยวิถีล้านนา นุ่งขึ้นใส่ชุดเมือง ร่วมกิจกรรม ศึกษาโหรา บูชาพระธาตุ สืบสานวัฒนธรรมการทำ เครื่องสักการะแบบล้านนา ดูศึกษาโหรา แล้วนำ เครื่องสักการะไปถวายยังวัดโบราณที่ตั้งอยู่ ณ ทิศที่ เป็นมงคลกับเจ้าชะตา ก่อนนั่งรถราง ย้อนเวลาผ่าน กำแพงเมืองเก่า เยี่ยมชม เมืองโบราณเชียงแสน ที่เก่าแก่ที่สุดแห่งหนึ่งของล้านนา เป็นที่ตั้งของวัดและ ซากโบราณสถานมากมาย ทั้งวัดร้างและไม่ร้างกว่า 76 วัด ซึ่งเราอาจจะเคยได้ยินกันมาบ้างในชื่อของ “เมืองหิรัญนครเงินยางเชียงแสน” เยี่ยมชม เจดีย์ วัดป่าสัก (วัดร้าง) องค์เจดีย์ค่อนข้างสมบูรณ์แบบ โดยมีฐานเจดีย์มณฑปยอดระฆัง 5 ยอด รูปแบบ สถาปัตยกรรมได้รับอิทธิพลมาจากหริภุญไชย ด้าน ศิลปกรรมได้รับอิทธิพลมาจาก พุกาม ขอม สุโขทัย นักวิชาการหลายสาขากำหนดให้เป็นเจดีย์แบบพิเศษ (แบบเชียงแสน-เชียงใหม่) นมัสการ พระเจ้าล้านทอง พระพุทธรูปที่เคารพของชาวเชียงแสน ภายในวัดมี พระเจดีย์ฐานสี่เหลี่ยมย่อมุมขนาดใหญ่และมีพระเจดีย์ ทรงระฆังแปดเหลี่ยมขนาดเล็กตั้งอยู่ตอนบนเจดีย์องค์นี้ คาดว่าสร้างขึ้นภายหลังเพราะขนาดไม่ได้สัดส่วนกับฐาน ตามตำนานกล่าวว่าพระยารัษฎาเงินกอง ไอร์พระเจ้า- ติโลกราชสร้างขึ้นใน พ.ศ. 2030
เที่ยง	นุ่งขึ้นกินปิ่นโตอาหารสี่แผ่นดิน ลิ้มลองอาหารปิ่นโต เมนูพิเศษในบรรยากาศของเมืองเก่าที่รังสรรค์เฉพาะ ผู้ร่วมทริป
ช่วงบ่าย	เดินทางสู่ อ.เมือง เชียงราย (ใช้เวลาเดินทาง 1.15 ชั่วโมง) แวะพัก สวรรค์บนดิน Farm & Homestay

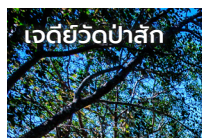
ช่วงบ่าย

ร้านชาสมุนไพรและฟาร์มสเตย์เล็ก ๆ ของครอบครัว
โต-ชูเกียรติ เวสารัชชพงศ์ ชายหนุ่มผู้ชวนกลับไปทำ
กิจการในบ้านเกิด บนวิถีแห่งความสุข บนพื้นที่แห่ง
ความพอเพียง **บริการชาร้อนและเบเกอรี่สูตรพิเศษ**
ของทางร้าน จากนั้นอิสระเลือกซื้อชาสมุนไพร
ผลิตภัณฑ์ออร์แกนิกของทางร้านเป็นของฝาก

นำชม **วัดร่องเสือเต้น** วัดสวยที่สร้างขึ้นจากฝีมือ
สล่าคน ศิลปินท้องถิ่นชาวเชียงราย ผู้ซึ่งเป็นลูกมือของ
อาจารย์เฉลิมชัย ในการสร้างวัดร่องขุน เมื่อมีโอกาสได้
มาสร้างวิหารวัดแห่งนี้ จึงได้นำวิชาที่ร่ำเรียนมารังสรรค์
ให้เกิดประโยชน์จนกลายเป็นวัดโดดเด่นในเรื่องสีสัน
และความสวยงาม ในอดีตสถานที่แห่งนี้เคยเป็นที่ตั้ง
ของวัดร้าง ก่อนจะพบเห็นเศษซากอิฐโบราณสถาน
ในวัดแห่งนี้เป็นจำนวนมาก เมื่อ 80-100 ปีก่อน
วัดร่องเสือเต้นถูกสร้างขึ้นเนื่องจากชาวบ้านร่องเสือเต้น
ไม่มีที่ทำบุญในหมู่บ้าน ต้องไปทำบุญที่วัดอื่นทำให้
คนในหมู่บ้านต่างกระจัดกระจายกันไป จึงได้ร่วมกัน
ประชุมศึกษาคิดจะบูรณะวัดร้างตรงบริเวณนี้ขึ้นมา

18.00 น.

รับประทานอาหารเช้า ณ **ร้านหลู่ล่า** อิ่มอร่อยกับ
อาหารพื้นเมืองเหนือท่ามกลางบรรยากาศสบาย
ริมแม่น้ำกกก่อนออกเดินทางสู่ **สนามบินเชียงราย**



- 20.45 น.

เดินทางกลับสู่กรุงเทพฯ โดยสายการบินไทยสมายล์ เที่ยวบินที่ WE 137
- 22.10 น.

ถึงสนามบินสุวรรณภูมิ กรุงเทพฯ โดยสวัสดิภาพ

อัตราค่าบริการ		
รายละเอียด	ผู้ถือหุ้ณกุ้ และผู้ติดตาม คนละ (บาท)	บุคคลทั่วไป คนละ (บาท)
พักห้องละ 2 คน (คืนที่ 3 : Superior Pagoda View - 5 ห้อง)	27,500	29,500
พักห้องละ 2 คน (คืนที่ 3 : Deluxe Private Garden - 2 ห้อง)	28,500	30,500
พักห้องละ 2 คน (คืนที่ 3 : Lotus Garden Suite - 2 ห้อง)	29,500	31,500
สงวนสิทธิ์งดการพักเดี่ยว เนื่องจากคืนที่ 3 ห้องมีจำนวน 9 ห้อง	-	
ไม่รวมตัวเครื่องบิน (ลดราคา)	4,000	
อัตราค่าบริการรวม		
- ค่าประกันภัยอุบัติเหตุระหว่างการเดินทาง คนละ 1,000,000 บาท (เงื่อนไขตามกรมธรรม์) - ค่าประกันภัยไวรัสโคโรนา คุ้มครองการเจ็บป่วยด้วยภาวะหรือโรคร้ายแรงที่มีสาเหตุมาจากการติดเชื้อไวรัสโคโรนา จำนวนเงินเอาประกันภัย 500,000 บาท (เงื่อนไขตามกรมธรรม์) - ค่าภาษีหัก ณ ที่จ่าย 3%, ภาษีมูลค่าเพิ่ม 7% (ยกเว้นตัวเครื่องบิน)		
อัตรานี้ไม่รวม		
- ค่าน้ำหนักกระเป๋าเดินทางในกรณีเกินกว่าสายการบินกำหนด (ไม่เกิน 20 กก.) - ค่าใช้จ่ายส่วนตัวนอกเหนือจากที่ระบุไว้ในรายการ เช่น ค่าอาหาร และเครื่องดื่มที่สั่งเพิ่มเอง ค่าโทรศัพท์ ค่าชกักริต เป็นต้น		



วัดร่องเสือเต้น

ลงทะเบียน

- ตั้งแต่วันที่ 16 มกราคม 2565
- ประกาศผลผู้ได้รับสิทธิ์วันที่ 21 มกราคม 2565
- จำนวนสิทธิ์ผู้เข้าร่วมกิจกรรม 8 สิทธิ์ (ผู้ถือหุ้ณกุ้ ปตท. และผู้ติดตาม 1 คนต่อ 1 สิทธิ์ รวม 16 คน)

การสำรองที่นั่ง

- ชำระเงินเต็มจำนวน ภายในวันที่ 28 มกราคม 2565

กรณียกเลิกการเดินทาง

- ภายในวันที่ 28 มกราคม 2565 : ไม่มีค่าใช้จ่าย
- ตั้งแต่วันที่ 29 มกราคม 2565 : สงวนสิทธิ์ไม่คืนเงินใด ๆ ทั้งสิ้นเนื่องจากได้สำรองค่าใช้จ่ายล่วงหน้าให้ผู้เดินทางแล้ว

มาตรการป้องกันและดูแลผู้เดินทาง ในสถานการณ์โควิด-19

- จำกัดจำนวนผู้เดินทางและมีการจัดที่นั่งให้เหมาะสม
- สงวนสิทธิ์การเข้าร่วมกิจกรรมเฉพาะผู้ที่ได้รับการฉีดวัคซีนป้องกันโควิด-19 ครบ 2 เข็ม (ยกเว้น Johnson & Johnson 1 เข็ม) ก่อนการเดินทางไม่น้อยกว่า 14 วัน โดยส่งหลักฐานการฉีดวัคซีนภายในวันชำระค่าเดินทางเท่านั้น
- ผู้เดินทางและเจ้าหน้าที่ทุกท่านจะต้องผ่านการตรวจหาเชื้อโควิด-19 ในวันเดินทาง โดยชุดตรวจ Antigen Test Kit หรือต้องมีใบรับรองผลการตรวจภายใน 72 ชม. นำมาแสดง ณ จุดลงทะเบียนในวันเดินทางเท่านั้น กรณีพบผู้เดินทางมีผลเป็นบวก ขอสงวนสิทธิ์ยกเลิกการเดินทางของผู้ที่มีผลเป็นบวกและจะไม่มีการคืนเงินใด ๆ ทั้งสิ้นเนื่องจากได้สำรองค่าใช้จ่ายล่วงหน้าให้ผู้เดินทางแล้ว

UPCOMING

WORKSHOP

4/5 มีนาคม 2565

สถานที่ : หอศิลป์ ณ บ้านเจ้าพระยา

49/1 ถนนพระอาทิตย์ แขวงชนะสงคราม เขตพระนคร กรุงเทพฯ

BLOSSOM MEMORIES: *Epoxy Resin*

เก็บดอกไม้แสนสวยให้อยู่นานแสนนาน

บรรยากาศดอกไม้ที่สดชื่นสามารถรักษาล้อมข้างตัวคุณได้ตลอดเวลาด้วยการนำดอกไม้แห้งมารังสรรค์ให้เกิดเป็นผลงานที่สามารถนำไปใช้ได้ทุกวัน เช่น จานรองแก้ว ถาดรองเครื่องประดับที่ทำจาก Epoxy Resin ที่ช่วยถนอมดอกไม้แสนสวย พร้อมถ่ายทอดความทรงจำและเรื่องราวดี ๆ ให้อยู่กับเราไปแสนนาน มาเก็บเรื่องราวเหล่านี้ด้วยดอกไม้แห้งและ Epoxy Resin ให้เป็นชิ้นงานแห่งความทรงจำด้วยกันกับคุณก้อย สุชาดา สมประสงค์ เจ้าของร้าน Shizen Handmade ร้านเครื่องประดับและผลงานคราฟท์จากดอกไม้แห้ง และเจ้าของเพจ Lailalin Soap



กำหนดการ

รอบเช้า

- 09.00 น. ลงทะเบียน ณ
“หอศิลป์ ณ บ้านเจ้าพระยา”
ถนนพระอาทิตย์
- 09.30 น. กิจกรรม
Blossom Memories :
Epoxy Resin
- 11.00 น. ชมนิทรรศการงานศิลปะ
- 11.30 น. จบกิจกรรม

รอบบ่าย

- 13.30 น. ลงทะเบียน ณ
“หอศิลป์ ณ บ้านเจ้าพระยา”
ถนนพระอาทิตย์
- 14.00 น. กิจกรรม
Blossom Memories :
Epoxy Resin
- 15.30 น. ชมนิทรรศการงานศิลปะ
- 16.00 น. จบกิจกรรม



มาตรการป้องกันและตรวจคัดกรอง ในสถานการณ์โควิด-19

- สงวนสิทธิ์การเข้าร่วมกิจกรรมเฉพาะผู้ที่ได้รับการฉีดวัคซีนป้องกันโควิด-19 ครบ 2 เข็ม (ยกเว้น Johnson & Johnson 1 เข็ม) ก่อนการเข้าร่วมกิจกรรม โดยแสดงหลักฐานการฉีด ณ จุดลงทะเบียน
- ผู้เข้าร่วมกิจกรรมทุกคนจะต้องผ่านการตรวจหาเชื้อโควิด-19 ในวันกิจกรรม โดยชุดตรวจ Antigen Test Kit หรือต้องมีใบรับรองผลการตรวจภายใน 72 ชม. นำมาแสดง ณ จุดลงทะเบียนในวันร่วมกิจกรรมเท่านั้น กรณีพบผู้เข้าร่วมกิจกรรมมีผลเป็นบวก ขอสงวนสิทธิ์ยกเลิกการเข้าร่วมกิจกรรมของผู้ที่มีผลเป็นบวก
- ปตท. ขอสงวนสิทธิ์การเข้าร่วมกิจกรรมของผู้ที่ไม่ผ่านเกณฑ์การคัดกรองโควิด-19 (อ้างอิงการตรวจคัดกรองตามนโยบายของภาครัฐในช่วงการจัดกิจกรรม)

ลงทะเบียน

ตั้งแต่วันที่ 30 มกราคม 2565
ประกาศผลผู้ได้รับสิทธิ์
วันที่ 4 กุมภาพันธ์ 2565

จำนวนสิทธิ์ผู้เข้าร่วมกิจกรรม 20 สิทธิ์ต่อรอบ

(สงวนสิทธิ์เฉพาะผู้ถือหนังสือ ปตท.
1 คนต่อ 1 สิทธิ์เท่านั้น ไม่มีผู้ติดตาม
รวม 20 คนต่อรอบ) โดยสามารถ
เลือกได้เพียง 1 รอบเท่านั้น

หมายเหตุ

- 1 สิทธิ์ สามารถเข้าร่วมได้ 1 คน (สงวนสิทธิ์เฉพาะผู้ถือหนังสือ ปตท. 1 คนเท่านั้น ไม่มีผู้ติดตาม)
- ปตท. ขอสงวนสิทธิ์การเปลี่ยนแปลงกำหนดการหรือรายละเอียดการจัดงานทุกกรณี
- กรณียกเลิกการเข้าร่วมกิจกรรม ต้องแจ้งล่วงหน้าก่อนวันจัดกิจกรรมไม่น้อยกว่า 7 วันทำการ มิเช่นนั้นจะถูกตัดสิทธิ์ในกิจกรรมประเภท Workshop เป็นเวลา 2 ปี

UPCOMING SEMINAR

2 เมษายน 2565
ถ่ายทอดสด (Live Streaming)
เวลา : 10.00-12.00 น.



“ *Pick Your Diet*
เผยเคล็ดลับโภชนาการ
ให้สุขภาพดีอย่างยั่งยืน ”



พญ.วรรณวิพุธ สรรพสิทธิ์วงศ์

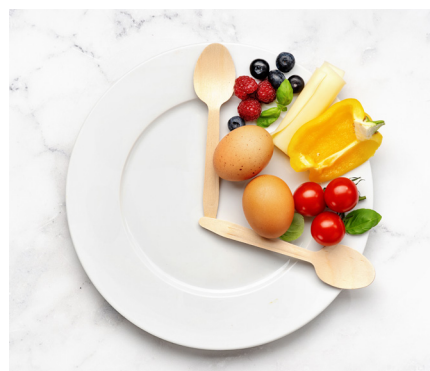
แพทย์ด้านเวชศาสตร์ชะลอวัย
การแพทย์เพื่อชีวิตที่ยืนยาว

สุขภาพที่ดีควบคู่มากับการได้รับสารอาหารอย่างครบถ้วนถูกต้องตามหลักโภชนาการ รวมถึงการควบคุมน้ำหนักให้เหมาะสมซึ่งเป็นเรื่องที่เราควรให้ความสนใจ ในปัจจุบันการควบคุมน้ำหนักมีหลากหลายวิธีให้เลือก เช่น คีโต, IF (Intermittent Fasting), นับแคลอรี แต่แบบไหนที่จะเหมาะกับไลฟ์สไตล์เรามากที่สุด บางครั้งเราอาจจะสับสนว่าควรจะเริ่มจากวิธีไหนดี วันนี้เราจะมาพูดคุยถึงแนวทางและเปรียบเทียบการควบคุมน้ำหนักแต่ละวิธีการ เพื่อให้เห็นว่าวิธีการควบคุมน้ำหนักแบบไหนเหมาะสม ซึ่งจะช่วยให้เราตัดสินใจและได้เริ่มลงมือควบคุมน้ำหนักได้ไวขึ้น และสามารถเริ่มได้ง่าย ๆ ด้วยตัวเองจากที่บ้าน เพื่อจะได้มีรูปร่างที่สมส่วนหุ่นดี สุขภาพดีในเร็ววัน จากแพทย์ผู้เชี่ยวชาญด้านเวชศาสตร์ชะลอวัย การแพทย์เพื่อชีวิตที่ยืนยาว พญ.วรรณวิพุธ สรรพสิทธิ์วงศ์ ในหัวข้อ “Pick Your Diet เผยเคล็ดลับโภชนาการให้สุขภาพดีอย่างยั่งยืน”



กำหนดการ

- | | |
|----------|---|
| 10.00 น. | บรรยาย “Pick Your Diet
เผยเคล็ดลับโภชนาการ
ให้สุขภาพดีอย่างยั่งยืน” |
| 11.30 น. | ตอบคำถาม |
| 12.00 น. | จบการบรรยาย |



ลงทะเบียน

ตั้งแต่วันนี้ถึงวันที่ 27 กุมภาพันธ์ 2565
ประกาศผลผู้ได้รับสิทธิ์
วันที่ 4 มีนาคม 2565

จำนวนสิทธิ์ผู้เข้าร่วมกิจกรรม

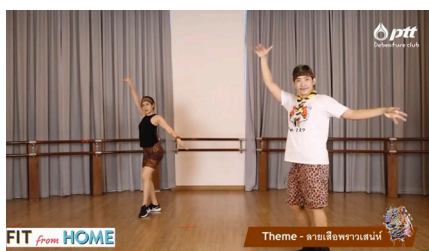
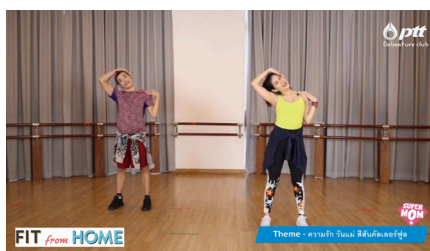
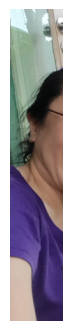
500 สิทธิ์ต่อรอบ

(ผู้ถือหุ้นกู้ ปตท. 1 คนต่อ 1 สิทธิ์
รวม 500 คน)

หมายเหตุ

- 1 สิทธิ์ จะได้รับรหัสการเข้าชม 1 รหัส โดย ปตท. จะจัดส่งรายละเอียดการเข้าร่วมแบบ live streaming ให้ผู้ที่ได้รับสิทธิ์หลังประกาศรายชื่อ



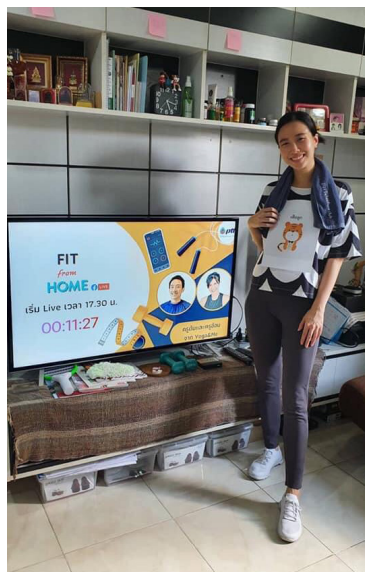




VIRTUAL WORKOUT

FIT FROM HOME

9, 12, 16, 19, 23, 26,
30 สิงหาคม,
2 กันยายน 2564



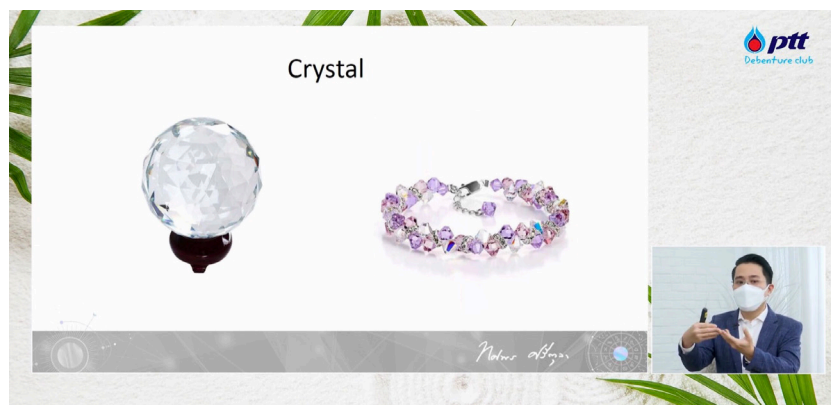
SEMINAR

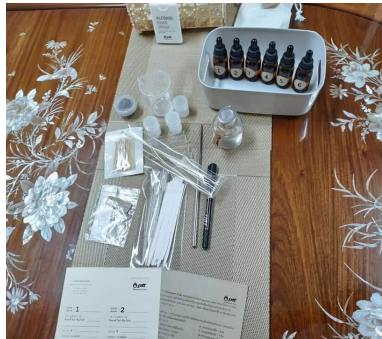
จัดบ้านให้ถูกตามหลักฮวงจุ้ย
เสริมโชคลาภ สุขภาพดี

กับหมอช้าง ศศพร ศรีตุลา

11 กันยายน 2564





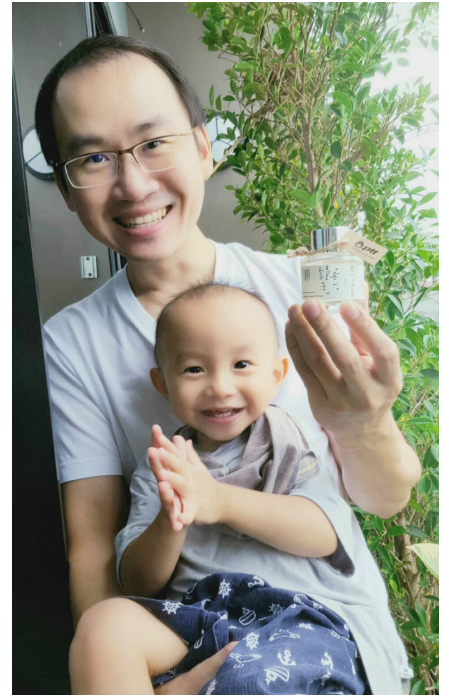


WORKSHOP

CRAFT YOUR OWN TIME REED DIFFUSER

25 กันยายน 2564





25/09/2021 12:10:30 หลังเที่ยง



แผนที่ หอศิลป์ ณ บ้านเจ้าพระยา

@BAN
CHAO
PHRAYA



HOW TO
GO?



หอศิลป์
ณ บ้านเจ้าพระยา

วิธีการเดินทาง

- รถประจำทาง :
สาย 3, 6, 9, 30, 32, 33, 53, 64 และ 524
- โดยสารเรือด่วนเจ้าพระยา :
ขึ้น-ลงที่ท่าพระอาทิตย์

การสมัครกิจกรรม

ผู้ถือหุ้นกู้ ปตท. สามารถสมัครร่วมกิจกรรม
กับ PTT DEBENTURE CLUB ได้ 3 ช่องทาง (24 ชั่วโมง)

1

ลงทะเบียนผ่าน Line
PTT Debenture Club



2

ลงทะเบียนผ่าน PTT Debenture
Mobile Application



ดาวน์โหลดแอปพลิเคชันที่



หรือ



3

ลงทะเบียนผ่าน Website :

http://pttregister.onetooncontacts.com/reserve_form.php



หมายเหตุ

- ปตท. ขอสงวนสิทธิ์ในการยกเลิกหรือเปลี่ยนแปลงรายละเอียดกิจกรรมตามสถานการณ์และความเหมาะสม โดยจะแจ้งให้ผู้ถือหุ้นกู้ ปตท. ที่ได้รับสิทธิ์เข้าร่วมกิจกรรมทราบหากมีการเปลี่ยนแปลงดังกล่าว
- ปตท. ขอสงวนสิทธิ์การร่วมกิจกรรมให้ผู้ถือหุ้นกู้ ปตท. มากกว่า 100 หน่วยและขอสงวนสิทธิ์การร่วมกิจกรรม (ประเภทเดียวกัน) สำหรับผู้ที่ได้เข้าร่วมกิจกรรมเป็นเวลา 2 ปี (ยกเว้นกิจกรรมประเภท Virtual Trip และ Seminar)
- ในกรณีที่ผู้ใดผู้แจ้งความประสงค์การเข้าร่วมกิจกรรมเกินจำนวนที่จัดเตรียมไว้ ปตท. จะคัดเลือกโดยการสุ่มรายชื่อจากผู้ลงทะเบียน ที่ดำเนินการตามขั้นตอนและมีคุณสมบัติถูกต้องตามเงื่อนไขที่กำหนดเท่านั้น
- ผู้ที่ได้รับสิทธิ์ไม่สามารถเปลี่ยนแปลงวันร่วมกิจกรรมได้
- สิทธิการร่วมกิจกรรมไม่สามารถแลกเปลี่ยนเป็นเงินสดได้
- ข้อมูลผู้ถือหุ้นกู้ ปตท. ปรับปรุง ณ วันที่ 30 กันยายน 2564

NEW ENERGY NEW YOU

สิ่งที่ต้องทำทันที เมื่อกลับถึงบ้าน
ในช่วงสถานการณ์ **COVID-19**

ข้อมูล : กรมอนามัย



1. ทำความสะอาด
และกำจัดเชื้อโรคภายในรถ
ด้วยแอลกอฮอล์



2. ถอดรองเท้านอกบ้าน
ไม่ใส่เข้าบ้านเด็ดขาด



3. หากสวมชุดคลุม
แขวนไว้นอกบ้าน



4. ถังหน้ากากอนามัย
ให้ถูกวิธี และทิ้งในถัง
ที่ปิดมิดชิดนอกบ้าน



5. ถ้าใช้หน้ากากผ้า
ให้ซักตากแดดทุกวัน



6. ล้างมือด้วยสบู่
ให้สะอาดอย่างน้อย
20 วินาที



7. ทำความสะอาดกระเป๋า
โทรศัพท์ นาฬิกา
ด้วยแอลกอฮอล์



8. ห้ามนั่งเก้าอี้ หรือโซฟา
ก่อนอาบน้ำ



9. อาบน้ำ สระผม
เปลี่ยนเสื้อผ้าใหม่



10. แยกซักเสื้อผ้าที่ใส่
นอกบ้านและในบ้าน

