

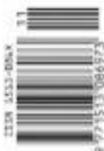
ชีวจิต

รู้รอบเรื่องสุขภาพ ทำตามง่าย ได้ผลจริง

115 บาท

no.599

พฤศจิกายน 2567



เจาะลึกวิตามินและแร่ธาตุ กินขาด กินเกิน เสี่ยงสุขภาพพังอย่างไร **โปรแกรมกินวิตามิน** เพื่อคนวัย 35+ 50+ และ 60+ ปลอดภัย ไม่ละลายกริพย์ **เปิดตำราแพทย์แผนไทย** ป้องกันและบำบัดโรคซึมเศร้า **โลกสุขภาพ** ประสบการณ์เฉียดตายด้วยโรคหลอดเลือดหัวใจ **กุยช่าย** ผักรสเผ็ด เพิ่มความอบอุ่นร่างกายรับลมหนาวปลายปี **ประกาศผล 50 รางวัลชีวจิต Awards 2024** แก่บุคคล องค์กร และผลิตภัณฑ์คุณภาพ

“วิตามิน & แร่ธาตุ”

กินน้อยไปป่วยง่าย
กินมากไปก็ไม่ดี



ชื่อวารสาร : ชิวจิต

ฉบับที่ : 599

เดือน : พฤศจิกายน

พ.ศ. : 2567

สาระสังเขป

นำเสนอเนื้อหาเกี่ยวกับ **Scoop** : วิตามินและแร่ธาตุ เรื่องไม่เล็กที่ต้องรู้ **Scoop** : เทคนิคกินวิตามิน และแร่ธาตุ ให้ตอบโจทย์คนวัย 35+ 50+ และ 60+ อย่างปลอดภัย **ประสบการณ์สุขภาพ** : เทคนิคกินวิตามินธรรมชาติสไตล์รุ่น สนิทธา **Local Remedies** : รับมือโรค มเศร้า แพทย์แผนไทยช่วยได้ ของกินพื้นบ้าน อาหาร **พื้นถิ่น** : กุยช่วย ผักอบอุ่นกาย **โลกสุขภาพ** : เพื่อนกินหาไม่ง่าย เพื่อนยังไม่ตายยิ่งหายากกว่า **ชิวจิต Review** : พูพอเพียง ตา อาเต้ รัสออร์ท **ชิวจิตชวนชิม** : ร้านอาหารบ้าน ๑๐๐ ปี คาเฟ่ & ฟาร์ม

www

OCTOBER 2024

Special Gifts 2024

จัดเต็มพาเหรด
ของขวัญสุดฟิน
FASHION
BEAUTY
LIFESTYLE



2 ล้านบาท



YEAR

2024

Perfect 10
THE JOURNEY OF BEAUTY
PRESENTED BY
PRAEW MAGAZINE



*Nune
Woranuch*



ชื่อวารสาร : นิตยสารแพรว

ปีที่ : 46

ฉบับที่ : 1,011

เดือน : ตุลาคม

พ.ศ. : 2567

สาระสังเขป

นำเสนอเนื้อหาเกี่ยวกับ **PRAEW ICONIC BEAUTY 2024 PERFECT : THE JOURNEY OF BEAUTY**
สัมภาษณ์พิเศษ : The Ultimate Breast Talk **FASHION SCOOP** : Runway Rundown Spring/Summer
2025 **WATCH STORY** : Rolex & Wimbledon The Spirit of Championships **FASHION COVER** : Being
A Girl **สัมภาษณ์พิเศษ** : Nune-Woranuch **SPECIAL TALK** : Pass On Beauty **PRAEW TALK** : ใช้ “ความ
ตั้งใจ” นำทาง ควิษฐ์ อุทัยเฉลิม **SPECIAL STORY** : Road to Champion วิว-กุลวุฒิ วิทิตศานต์
PRAEW FAVOR : Ohm & Leng **LUXURY LIVING** : Timeless Luxury Home ดร.ธรรมรัตน์ รุระทอง
ครั้งหนึ่ง : เมื่อหมอป่วย นายแพทย์สมรส พงศ์ละไม **ข่าวพิเศษ** : Praew Charity 2024 "Love in the Air"
PRAEW SPECIAL : GIFTS 2024