

1 APRIL 2022

CONTENTS 50 ปี

FEATURE



6



28



20



44



52

6 เรื่องพิเศษ 1 :

50+ SILVER AGE HEALTHY GUIDE แนวทางดูแลสุขภาพวัย 50+

20 เรื่องพิเศษ 2 :

เรียนรู้และเข้าใจสมองและอารมณ์ของผู้สูงอายุ

28 เรื่องพิเศษ 3 :

อยู่อย่างไรให้เป็นที่รักและเป็นที่ยอมรับ 4 ปัญหาทางสังคมของคนไทยวัย 50+

44 เรื่องพิเศษ 4 :

MONEY (PLAN) DOES MATTER เกษียณสบายใจ ต้องวางแผนการเงินให้เบี๊ยะ

52 เรื่องพิเศษ 5 :

SENIOR LIVING ความสุขง่ายๆ เริ่มต้นจากที่บ้าน

1 APRIL 2022

CONTENTS **ชีวิต**

STORY SHARING

- 36 ประสบการณ์สุขภาพ :
SILVER ACTIVE 50+
แชร์เคล็ดลับสุขภาพดีเพื่อคนวัย 50+

LIFESTYLE

- 4 จากบรรณาธิการ
5 ใบสมัครสมาชิก
68 SPECIAL REPORT :
THE MAGIC OF ANTHOCYANIN
แอนโทไซยานิน ดูแลเซลล์
ชะลอความเสื่อมก่อนเข้าสู่วัยเกษียณ



36