

ภาคผนวก ค

เอกสารประกอบการปฏิบัติตามมาตรการฯ

ภาคผนวก ค-1

ป้ายประชาสัมพันธ์

5 WAYS TO SAVE ENERGY

เคล็ดลับไม่ลับกับวิธีใช้แอร์ช่วงซัมเมอร์



1

ปิดเครื่องปรับอากาศ
ก่อนจะออกจากห้อง
15-20 นาที
เพราะความเย็นยังคงเวียน
อยู่ภายในห้อง



2

ตั้งเวลาปิดแอร์
ก่อนตื่นนอน 1 ชั่วโมง
จะช่วยลดการใช้ไฟได้ 30 หน่วย/เดือน

3



ตั้งอุณหภูมิแอร์ไว้ที่
27 - 28 องศาเซลเซียส
พร้อมกับเปิดพัดลมเบอร์ 1
ประหยัดพลังงานได้ถึง 10 - 20 %
เมื่อเทียบกับเปิด 25 องศาเซลเซียส

4

ล้างแอร์ปีละ 2 ครั้ง
ช่วยให้แอร์ทำงานเบาลง
สามารถประหยัดไฟได้ 5-7 %



5

ไม่นำความชื้นเข้าห้อง
เช่น ไม่ควรปลุกต้นไม้หรือตากผ้าในห้องที่มี
การปรับอากาศ เพราะจะเป็นการเพิ่มความชื้น
และทำให้เครื่องปรับอากาศทำงานหนักขึ้น

“

ทำวันนี้.. ประหยัดทันที
ลดค่าใช้จ่าย ลดการใช้พลังงาน
ใช้เครื่องปรับอากาศเท่าที่จำเป็น

”

PLUS+

LIVING MANAGEMENT
ภาคผนวก ค1 - 1

9 วิธีลดการใช้พลาสติก ง่ายๆ ใกล้ตัว

Tips for Living with Less Plastic

การลดผลกระทบต่องานสิ่งแวดล้อมง่ายๆ ใครๆ
ก็ทำได้ เพียงแค่ปรับพฤติกรรม และการวางแผนนิดหน่อย
แต่เชื่อเถอะว่าสิ่งเหล่านี้ จะทำให้คุณภูมิใจในการทำลดขยะ
จากพลาสติกด้วยกัน

Simple ways to reduce the effects to the environment start
from yourself. It requires organization and forethought plan,
but you'll thank yourself for saving this earth.



01 พกถุงผ้าติดตัว

Bring your own
shopping bag.

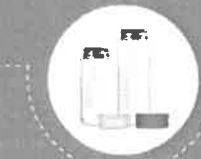


02 พกกล่องอาหาร เมื่อซื้ออาหารหรือ เนื้อสัตว์

Take reusable
containers to
buy food or
fresh meat.

03 ใช้ชีวิตให้ช้าลง และ ทานอาหารที่ร้านเพื่อ ลดการใช้พลาสติกแบบ

Slow down and dine
in-no plastic wrap.

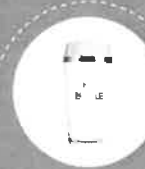


04 พกขวดน้ำรีไซเคิล

Carry a reusable
water bottle.

05 พกแก้วติดตัวไว้

Bring your
own cup to
the coffee shop.



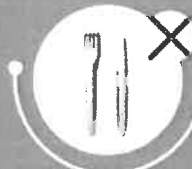
06 บอกลาหลอด พลาสติก

Say no to
plastic straw.



07 หลีกเลี่ยงการใช้ ช้อนส้อมพลาสติก ที่ใช้ครั้งเดียวแล้วทิ้ง

Avoid single-use
cutlery. Invest in
travel spork



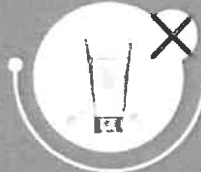
08 ใช้สบู่ก้อนแทนสบู่เหลว

Use bar soap instead
of liquid washing
up soap. It create less
Carbon Footprint than
the liquid one.



09 หลีกเลี่ยงผลิตภัณฑ์ที่ มีส่วนผสมของ เม็ดไมโครบีดส์

Say no to microbeads
in toothpaste and
face wash. The microbeads
end up in the sea and
our food chain.



Source: www.lessplastic.co.uk , www.treehugger.com

รักน้ำ เราทำได้

วิธีการประหยัดแบบง่ายๆ ในการใช้ห้องน้ำ



หัวฝักบัวประหยัดน้ำ

ติดอุปกรณ์เติมอากาศที่หัวฝักบัวเพื่อ
ช่วยเพิ่มอากาศให้แก่น้ำที่ไหลออกจาก
หัวฝักบัว ลดปริมาณการไหลของน้ำ
ช่วยประหยัดน้ำ



อาบน้ำ

อาบน้ำให้เร็วขึ้นแค่ 4 นาทีเท่ากับการ
ใช้น้ำไป 75–150 ลิตร ซึ่งถ้าอาบนาน
กว่านี้ ปริมาณของน้ำที่ต้องใช้ก็จะเพิ่มขึ้น
ตามไปด้วยและควรอาบน้ำด้วยฝักบัวจะสิ้นเปลือง
น้ำน้อยกว่าอ่างอาบน้ำที่ใช้น้ำมากกว่า



ใส่ขวดพลาสติก ลงในถังชักโครก

ให้คุณใส่ทรายหรือกรวดหรือทั้งสอง
ชนิดลงในขวดพลาสติกกรอกน้ำลงไป
แล้วปิดฝาขวดให้แน่น จากนั้นวางขวด
ลงในถังชักโครก ซึ่งมันจะช่วยให้เกิดการ
การทำงานที่มีความปลอดภัยและยังช่วย
ประหยัดน้ำด้วย



ไม่ทิ้งขยะลงชักโครก

การทิ้งขยะลงชักโครกนอกจากจะเป็น
สาเหตุที่ทำให้ชักโครกตันแล้วยังเป็นการ
สิ้นเปลืองน้ำอีกด้วย ไม่ว่าจะเป็นผ้าอนามัย
กระดาษชำระ หรือก้อนบูหรี่ที่ถูกทิ้งลงไป
จะต้องใช้น้ำปริมาณมากทีเดียว
ในการชำระล้างไม่ให้เหลือซาก

6 วิธีประหยัดพลังงานในบ้าน และเซฟเงินในกระเป๋า



ใช้ผ้าม่านทึบแสง ในห้องที่มีเครื่องปรับอากาศ

ทำให้ความร้อนที่เข้ามาลดน้อยลง
อุณหภูมิในห้องก็เย็นขึ้น
ประหยัดเงินในกระเป๋า
เพราะช่วยให้คุณประหยัดค่าไฟ
แอร์ก็ทำงานหนักน้อยลง



ใช้แบตเตอรี่ หรือถ่านไฟฉาย แบบรีชาร์จ

ช่วยประหยัดพลังงาน ลดขยะอิเล็กทรอนิกส์
ซึ่งก่อให้เกิดมลพิษต่อสิ่งแวดล้อม
และยังช่วยประหยัดค่าใช้จ่ายได้ด้วย



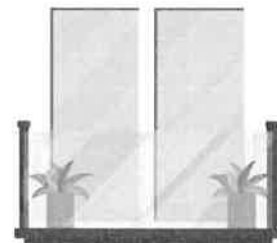
ปิดก๊อกน้ำ ขณะที่แปรงฟันอยู่

สามารถช่วยประหยัดน้ำได้ถึง 5 แกลลอน หรือ
20 ลิตร/ วัน และยังช่วยประหยัดค่าน้ำด้วย



ติดฟิล์มกรองแสง ช่วยประหยัดไฟได้

ฟิล์มรุ่นใหม่ ๆ จะมีความใสมากขึ้น แต่กันความร้อนได้มากกว่าเดิม
อาจจะจางมากกว่าเดิมหน่อย
แต่คุ้มค่ากับค่าไฟที่เราต้องจ่ายไปแน่นอน



ปิดไฟ ปิดแอร์ทุกครั้ง เมื่อออกจากห้อง

ปิดไฟ ปิดแอร์ทุกครั้ง เมื่อออกจากห้องเป็นเวลานานกว่า 10 นาที
ช่วยยืดอายุการใช้งานของหลอดไฟและเครื่องใช้ไฟฟ้า
แถมยังช่วยประหยัดพลังงานและค่าไฟด้วย



ปิดคอมพิวเตอร์ เมื่อไม่ใช้งาน

แทนการเลือกใช้ Sleep Modes

สามารถช่วยให้คุณประหยัดพลังงานได้ถึง 40 วัตต์/ชั่วโมง
และเป็นการเซฟค่าไฟไปในตัว



REPORT

60 นาที ปิดไฟ

งดใช้พลังงานไฟฟ้าที่ไม่จำเป็น
เรื่องดีๆ ที่พวกเราสนใจกันทำ
เพื่อบ้าน เพื่อคอมมูนิตี้ และโลกใบนี้ของเรา

#YOUAreMadeForLife

ขอเชิญลูกบ้านที่สนใจ
ลงทะเบียนเป็นส่วนหนึ่ง ในการร่วมปิดไฟ



60+

EARTH HOUR
SANGHVI ESTATE AND

SANSIRI PLUS+

The Standard



X SPRING
EXPRESS CAPITAL PUBLIC COMPANY LIMITED

waste to
WORTH

Micro Plastic

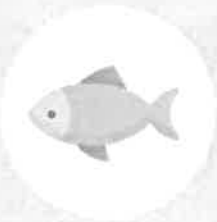


ภัยร้ายใกล้ตัว

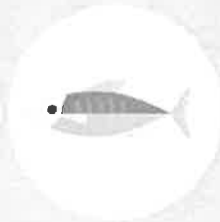
ไมโครพลาสติก คืออะไร

ชิ้นส่วนพลาสติกขนาดเล็กที่มองไม่เห็นด้วยตาเปล่า ปนเปื้อนอยู่ในธรรมชาติ และเข้าสู่ห่วงโซ่อาหารผ่านสัตว์ชนิดต่างๆ และในพื้นที่ดินทางการเกษตร ซึ่งอาจปนเปื้อนในอาหารที่พวกเราบริโภค โดยที่ไม่ได้สังเกต

ไมโครพลาสติกปนเปื้อนในห่วงโซ่อาหาร



ในปลา 1 ตัว
จะพบไมโครพลาสติก
เฉลี่ย 4.3 ชิ้น



ในท้องปลาทูไทย 1 ตัว
จะพบไมโครพลาสติก
เฉลี่ยสูงตัวละ 78 ชิ้น



สาร BPA มีผลกระทบต่อพัฒนาการทางสมองของเด็กที่อายุน้อยกว่า 5 ปี ทำให้ความจำและระบบประสาทลดลง, ทำให้ฮอร์โมนเพศชายมีการเปลี่ยนแปลง ถึงกับเสื่อมสมรรถภาพทางเพศ และทำให้เกิดโรคมะเร็งได้

เราจะแก้วิกฤตนี้ได้อย่างไร?



ลดการใช้บรรจุภัณฑ์พลาสติกที่ใช้ครั้งเดียวทิ้ง



ใช้ระบบเติม หรือน้ำภาชนะมาเติมผลิตภัณฑ์ได้เอง



สนับสนุนสินค้าที่ลดใช้พลาสติก



แยกขยะพลาสติกออกมาจากขยะทั่วไป



รู้หรือไม่

โครงการ Waste to Worth ที่ลูกบ้านแสนสิริ และพลัสฯ ร่วมกัน คัดแยกขยะก่อนทิ้ง ซึ่งช่วยลดปริมาณขยะที่ต้องฝังกลบได้ถึง 220 ตัน ในปี 2564 และในปีนี้ และปีต่อๆ ไป หวังว่า พวกเราจะยังช่วยกันลดปริมาณขยะลงได้มากขึ้น เพื่อให้เกิดการเหลือทิ้งได้น้อยที่สุด

ร่วมด้วยช่วยกัน ลดขยะ E-WASTE

E-WASTE

ขยะอิเล็กทรอนิกส์

หมายถึง เครื่องใช้ไฟฟ้าหรืออุปกรณ์
อิเล็กทรอนิกส์ ที่ไม่ได้มาตรฐานหรือ
หมดอายุการใช้งานไม่สามารถย่อยสลาย
เองได้ และเป็นพิษต่อสิ่งแวดล้อม



แบตเตอรี่มือถือ
Battery



พาวเวอร์แบงก์
Power Bank



สายชาร์จ
Power Cable



มือถือ/แท็บเล็ต
Mobile Phone/Tablet



หูฟัง
Small Talk

ผลกระทบ



ทำลายระบบประสาท
และระบบหายใจ



เกิดโรคเรื้อรัง
ได้ในพืชและสัตว์



ตกค้างในแหล่งน้ำ
หรือในธรรมชาติ



How To ทำจัด E-Waste อย่างถูกวิธี

นำขยะอิเล็กทรอนิกส์มาทิ้งได้ที่
กล่องฝากทิ้งที่นิติ

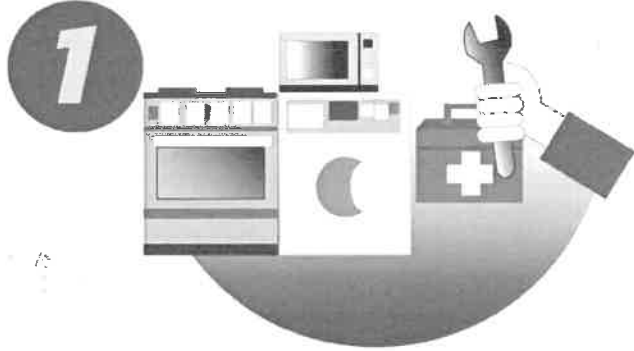
อย่าลืมลบข้อมูลส่วนตัว
ถึง memory card
ออกก่อนนะครับ



5 วิธีง่ายๆ ป้องกันอัคคีภัย

ลดความสูญเสียในชีวิตและทรัพย์สิน

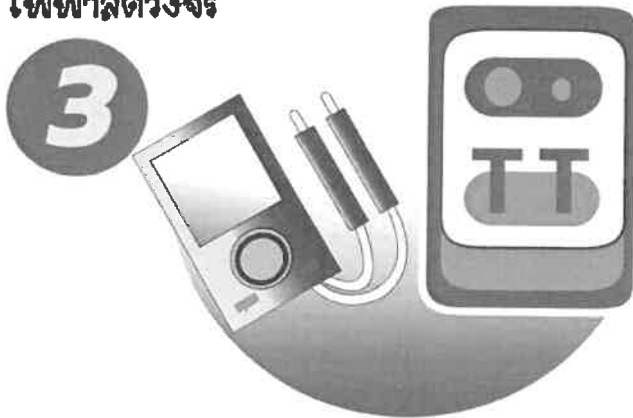
หมั่นตรวจเช็คเครื่องใช้ไฟฟ้า ลายไฟ
ให้อยู่ในสภาพที่สมบูรณ์



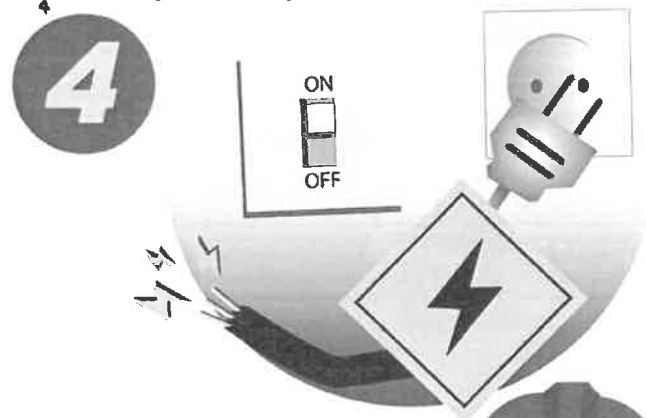
เก็บรักษาลิงของที่อาจจะเป็นเชื้อเพลิง เช่น
เสื้อผ้าเก่า หนังสือพิมพ์ นิตยสาร เป็นต้น



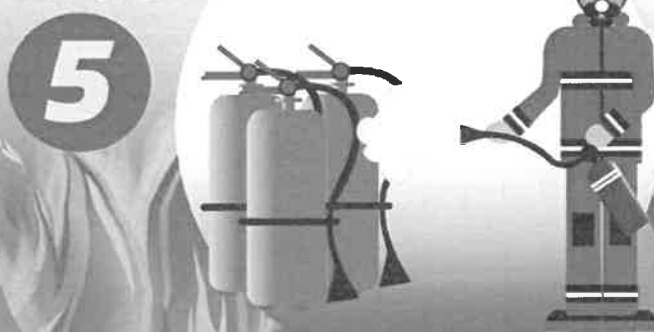
ติดตั้งเครื่องตัดไฟ เพื่อแก้ไขปัญหา
ไฟฟ้าลัดวงจร



ปิดสวิทช์ ดึงปลั๊กเครื่องใช้ไฟฟ้า
ทุกครั้งหลังใช้งาน



ติดตั้งถังดับเพลิงที่ได้มาตรฐาน เหมาะสม
กับขนาดของบ้าน พร้อมศึกษาวิธีการ
ใช้งานให้เข้าใจอย่างละเอียด



แจ้งเหตุฉุกเฉิน โทร. 199



ประชาสัมพันธ์กรุงเทพมหานคร @pr_bangkok



สำนักงานประชาสัมพันธ์ กทม. @prbangkok

ภาคผนวก ค-2

ซ้อมดับเพลิง

เรียนเชิญเข้าร่วมกิจกรรมฝึกอบรมดับเพลิงเบื้องต้น

Announce Date: 8 July 2022



ตามที่ บริษัท พลัส พร็อพเพอร์ตี้ จำกัด มีนโยบายให้เจ้าหน้าที่ที่ปฏิบัติงานประจำโครงการสามารถ
เข้าระงับเหตุเพลิงไหม้เบื้องต้นได้ จึงได้มีการจัดการอบรมการฝึกซ้อมแนวทางปฏิบัติการดับเพลิงให้กับ
เจ้าหน้าที่ประจำโครงการ โดยผู้เชี่ยวชาญจากบริษัทรักษาความปลอดภัย ในวันเสาร์ที่ 23 กรกฎาคม 2565
ตั้งแต่เวลา 10.00 - 12.00 น. บริเวณศาลาริมทะเลสาบบนอาคารสโมสร

ฝ่ายจัดการฯ จึงขอเรียนเชิญท่านสมาชิกหมู่บ้านบวรสิริ ปัญญาอินทราทุกท่าน เข้าร่วมฝึกอบรม
ดับเพลิงเบื้องต้นตามวันและเวลาดังกล่าว ท่านสามารถแจ้งความจำนงค์เข้าร่วมกิจกรรมได้ที่ คุณสุวิดา สุนทร
วิภาค ผู้จัดการหมู่บ้านฯ โทร.095-207-9461 ทุกวันในเวลาทำการ เพื่อเจ้าหน้าที่จะได้จัดเตรียมสถานที่ให้
เพียงพอกับท่านสมาชิกที่เข้าร่วมกิจกรรมในวันและเวลาดังกล่าวโดยไม่มีค่าใช้จ่าย

จึงเรียนมาเพื่อโปรดทราบ

ฝ่ายจัดการหมู่บ้านบวรสิริ ปัญญาอินทรา

กิจกรรมฝึกอบรมดับเพลิงเบื้องต้น

ประกาศ วันที่ 24 กรกฎาคม 2565

โครงการ บุราสิริ ปัญญาอินทรา

ตามที่ บริษัท พลัส พร็อพเพอร์ตี้ จำกัด มีนโยบายให้เจ้าหน้าที่ที่ปฏิบัติงานประจำโครงการสามารถ เข้าระงับเหตุเพลิงไหม้เบื้องต้นได้ จึงได้มีการจัดการอบรมการฝึกซ้อมแนวทางปฏิบัติการดับเพลิงให้กับเจ้าหน้าที่ประจำโครงการและผู้พักอาศัย โดยผู้เชี่ยวชาญจากบริษัทรักษาความปลอดภัย แรเงอร์ อินเวสติเกชั่น จำกัด เมื่อวันที่ 23 กรกฎาคม 2565 ตั้งแต่เวลา 10.00 - 12.00 น. บริเวณ ศาลาพักผ่อนบนอาคารสโมสร

