

## พัฒนานิสิต ปลุกจิตสำนึก ระลึกคุณธรรม ชี้นำคุณภาพชีวิต

### โครงการฝึกอบรมผู้นำกิจกรรมนิสิตชั้นปีที่ 1

เพื่อพัฒนาบุคลิกภาพพื้นฐานของผู้นำกิจกรรมนิสิตชั้นปี 1 ที่สร้างความเข้าใจรูปแบบแนวทางของกิจกรรมนิสิตมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ แก่ผู้นำกิจกรรมนิสิตชั้นปีที่ 1 อีกทั้งเป็นการสร้างเครือข่ายผู้นำกิจกรรมนิสิตชั้นปีที่ 1 จัดขึ้นระหว่างวันที่ 25 - 27 พฤศจิกายน 2562 ณ ห้องบรรยายและจัดกิจกรรม ชั้น 1 กองกิจการนิสิต อาคารระพีสาคริก และเรือนไม้ชายคลอง จังหวัดสมุทรสงคราม



### โครงการสัมมนาพัฒนาศักยภาพบุคลากรกองกิจการนิสิต

เพื่อเป็นการพัฒนาความรู้และเสริมสร้างความเข้าใจในการปฏิบัติงานสร้างแรงจูงใจเพิ่มประสิทธิภาพการทำงานและการให้บริการที่เป็นเลิศ จัดขึ้นระหว่างวันที่ 23 - 25 สิงหาคม 2562 ณ ห้องบรรยายและจัดกิจกรรม ชั้น 1 อาคารระพีสาคริก และโรงแรมรีเจนท์ ซาเลต์ หัวหิน จังหวัดเพชรบุรี















# รู้เท่าทัน พร้อมป้องกัน ไวรัสโคโรนา

**การใช้ชีวิตในที่ทำงาน**

**บันได และ ลิฟท์**

พยายามขึ้นบันได แทนการใช้ลิฟท์

หากต้องใช้ลิฟท์ ใส่หน้ากากผ้า เลี่ยงสัมผัส

ออกจากลิฟท์ล้างมือ

**กินอาหาร**

- เหลือเวลาพัก
- ล้างมือก่อนและหลังกินอาหาร
- นั่งห่างกันอย่างน้อย 1ม.
- ควรเป็นอาหารจานเดียว
- กินอาหารปรุงสุก ร้อน
- หากเป็นไปได้ควรมีภาชนะส่วนตัวของตนเอง
- เลือกร้านที่สะอาดเป็นไปตามหลักสุขอนามัย

**การใช้ห้องน้ำ**

- ล้างมือ ก่อนและหลังใช้ส้วม
- ปิดฝาชักโครกก่อนกด

กรมอนามัยส่งเสริมให้คนไทยสุขภาพดี

ศูนย์ควบคุมและป้องกันโรค  
กระทรวงสาธารณสุข COVID-19



**การใช้ชีวิตในที่ทำงาน**

**ในที่ทำงาน**

- **โต๊ะ เครื่องใช้ส่วนตัว**  
ทำความสะอาดสะอาดสม่ำเสมอ ก่อนและหลังใช้งาน ทุกวัน
- **อุปกรณ์ เครื่องใช้ หรือจุดที่มีการสัมผัสใช้ร่วม**  
ทำความสะอาดบ่อยๆ
- **หลังใช้อุปกรณ์ เครื่องมือ หรือสัมผัสจุดใช้ร่วม**  
ให้ล้างมือทุกครั้ง

**1m**

- นั่งห่างกันอย่างน้อย 1 ม.
- เปิดระบายอากาศ หน้าต่างประตู อย่างน้อย 1 ชม. ช่วงพักกลางวัน
- **หลีกเลี่ยงกิจกรรมที่มีคนมาอยู่ร่วมกัน**  
เช่น ประชุม สัมมนา หากจำเป็นต้องอยู่ร่วมกัน ไม่ควรเกิน 50 คน อยู่ห่างกันอย่างน้อย 1ม. ใส่หน้ากากผ้าทุกครั้ง

กรมอนามัยส่งเสริมให้คนไทยสุขภาพดี

ศูนย์ควบคุมและป้องกันโรค  
กระทรวงสาธารณสุข COVID-19



ที่มา : <https://multimedia.anamai.moph.go.th/help-knowledge/categories/covid19/?type=infographic>

จัดทำโดย คณะทำงานสื่อสารประชาสัมพันธ์ กองกิจการนิสิต มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

โทร. 02-118-0150 - 9 หรือหมายเลขภายใน 618500 โทรสาร. 02-118-0169 E-mail : saku@ku.ac.th