



ISSUE 
02

February, 2018

S H N I G



SUANKITTI GROUP
วิสาหกิจเพื่อสังคม



สัมมนาเชิงปฏิบัติการ
กระบวนการมีส่วนร่วม
ของผู้มีส่วนได้ส่วนเสีย
ในการจัดการป่าไม้อย่างยั่งยืน
เพื่อเข้าสู่ประชาคมเศรษฐกิจ



องค์การอุตสาหกรรมป่าไม้จัดโครงการจัดการป่าไม้ อย่างยั่งยืนเพื่อเข้าสู่ประชาคมเศรษฐกิจอาเซียน โดยมีบริษัทชาวสวนเกษตรจำกัด และบริษัทไม้ตีศรีปราจีน จำกัด ในนามกลุ่มบริษัทสวนกิตติได้เข้าร่วมโครงการ ในการส่งเสริมสวนป่า ให้ได้รับการรับรองมาตรฐานการ จัดสวนป่าอย่างยั่งยืน ทางด้านชุมชน สิ่งแวดล้อม และ เศรษฐกิจ โดยทางบริษัทชาวสวนเกษตร จำกัด ได้จัดโครงการดังกล่าวขึ้นในวันที่ 10 มกราคม 2561 ณ หอประชุมหมู่บ้านหินดาษ หมู่ที่ 11 ตำบลเกาะขนุน อำเภอนวมสารคาม จังหวัดฉะเชิงเทรา



และทางบริษัทไม้ดีศรีปราจีน จำกัด ได้จัดในวันที่ 25 มกราคม 2561 ณ วัดแสงจันทร์ หมู่ที่ 2 ตำบลกรอกสมบูรณ์ อำเภอสรีมโหฬารจังหวัดปราจีนบุรี โดยมีเจ้าหน้าที่จากองค์การอุตสาหกรรมป่าไม้ เจ้าหน้าที่จากการไฟฟ้าฝ่ายผลิตแห่งประเทศไทย พนักงานกลุ่มบริษัทสวนกิตติผู้นำชุมชนผู้รับเหมาและประชาชนในพื้นที่ร่วมโครงการเป็นจำนวนมาก โดยในวันดังกล่าวได้มีการบรรยายให้ความรู้ในเรื่องเกี่ยวกับมาตรฐาน F S C , ความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับอันตรายจากไฟฟ้าแรงสูง, กฎหมายเกี่ยวข้องกับการจัดการสวนป่าอย่างยั่งยืน, การปฐมพยาบาลเบื้องต้นของงานภาคสนาม และเทคนิคการใช้เลื่อยยนต์



กลุ่มบริษัทสวนกิตติ เข้าร่วมอบรม
"การรับรองการจัดการไม้สวนป่า
เศรษฐกิจอย่างยั่งยืน ตามแนวทาง
มาตรฐานสากล"

เมื่อวันที่ 14 กุมภาพันธ์ 2561 คณะผู้บริหารและ
พนักงานกลุ่มบริษัทสวนกิตติ เข้าร่วมอบรม
“การรับรองการจัดการไม้สวนป่าเศรษฐกิจอย่าง
ยั่งยืน ตามแนวมาตรฐานสากล”
ณ คณะวนศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์



ตรุษจีน 2561

วันที่ 15 กุมภาพันธ์ 2561 คณะผู้บริหารและพนักงานกลุ่มบริษัทสวนกิตติ
ร่วมกันสักการะศาลเจ้าพ่อขุนเขา ณ บริเวณด้านหน้าตึกสวนไม้ตะวันออก
เนื่องในโอกาสวันตรุษจีน ประจำปี 2561 เพื่อความเป็นสิริมงคล





สวนกิตติ แจกเครื่อง Photo Stamp ให้พนักงาน

วันที่ 8 กุมภาพันธ์ 2561 กลุ่มบริษัทสวนกิตติได้แจกเครื่อง Photo Stamp ให้แก่พนักงานจำนวน 93 เครื่อง เพื่อเป็นสวัสดิการและเพื่ออำนวยความสะดวกในการทำงานให้แก่พนักงาน โดยในช่วงเช้าเป็นการลงทะเบียนเพื่อรับเครื่อง และในช่วงบ่ายคุณร่มศักดิ์ ช่วยสุข ผู้จัดการแผนกไอที เป็นวิทยากรบรรยายในเรื่องการใช้โปรแกรม พร้อมด้วยเจ้าหน้าที่ฝ่ายบุคคลและเจ้าหน้าที่แผนกโฆษณาและประชาสัมพันธ์ ได้สอนการใช้ งานโปรแกรม Photo Stamp และโปรแกรมอื่นๆให้แก่พนักงาน



การเตรียมตัวก่อนตรวจสุขภาพประจำปี 2561

ช่วงนี้เข้าสู่ช่วงกลางเดือนกุมภาพันธ์แล้วและเร็ว ๆ นี้ทางกลุ่มบริษัทสวนกิตติได้เริ่มโครงการตรวจสุขภาพประจำปีเพราะฉะนั้นก่อนตรวจสุขภาพ เราควรเตรียมตัวและปฏิบัติตัวให้ถูกต้องเหมาะสมเพื่อเตรียมร่างกายให้พร้อมสำหรับการตรวจร่างกายที่จะมาถึงในเร็ว ๆ นี้ วารสารฉบับนี้ทางเราก็ได้นำข้อปฏิบัติต่างๆ ก่อนตรวจสุขภาพมาฝากกันค่ะ



1. นอนหลับพักผ่อนให้เพียงพอ การอดนอนอาจทำให้อัตราการเต้นของหัวใจผิดปกติรวมทั้งอาจทำให้ผลการตรวจวัดความดันโลหิตสูงหรือต่ำกว่าปกติได้ ไม่ควรอดนอนก่อนวันตรวจสุขภาพ

2. การตรวจเลือด การตรวจเลือดทั่วไป สามารถเจาะเลือด ได้ตลอดเวลาและไม่ต้องเตรียมตัวแต่อย่างใด ยกเว้นการตรวจระดับน้ำตาลและไขมันในเลือด ที่จำเป็นต้องงดอาหาร (แต่ดื่มน้ำเปล่าได้) ซึ่งต้องปฏิบัติดังนี้

2.1 หลีกเลี่ยงเครื่องดื่มแอลกอฮอล์และเครื่องดื่มกาเฟอีนโดยเฉพาะในวันก่อนตรวจ

2.2 งดอาหารและน้ำ 8-12 ชั่วโมงก่อนเจาะเลือด หากต้องการตรวจเฉพาะระดับน้ำตาลในเลือด ควรงดอย่างน้อย 8 ชั่วโมง แต่หากต้องการตรวจระดับไขมันในเลือดด้วย อาจต้องงดถึง 12 ชั่วโมง

2.3 สวมเสื้อผ้าที่สะดวกต่อการเจาะเลือดที่ข้อพับแขน

2.4 เมื่อเจาะเลือดแล้ว ควรใช้นิ้วมือกดเบาๆ ลงบนพลาสติกที่ปิดไว้ตรงตำแหน่งที่เจาะ ประมาณ 5 นาที จนกว่าเลือดจะหยุดไหล อาจจะไม่จำเป็นต้องพับแขน และไม่ควรรวดค้ำบริเวณที่เจาะเลือด เพราะอาจทำให้เป็นรอยช้ำได้

3. การตรวจปัสสาวะ

3.1 ไม่ควรรับประทานวิตามินซี หรืออาหารที่มีโปรตีนมากๆ ก่อนการตรวจปัสสาวะ

3.2 หลีกเลี่ยงการออกกำลังกายหนักๆ ก่อนตรวจปัสสาวะ

3.3 ไม่จำเป็นต้องงดอาหารหรือน้ำ วิธีเก็บทำได้ โดยทำความสะอาดบริเวณภายนอกของอวัยวะสืบพันธุ์ ชักถ่ายด้วยน้ำสะอาด ถ่ายปัสสาวะช่วงแรกทิ้งและเก็บปัสสาวะช่วงกลางลงในภาชนะ ส่วนปัสสาวะช่วงท้ายให้ถ่ายทิ้งไป เพราะอาจทำให้ตรวจพบโปรตีนและเม็ดเลือดขาวได้

ห้าม!!! นำสิ่งของแปลกปลอมผสมลงในปัสสาวะเด็ดขาด เช่น เอ็ม 150

ติดตามทุกข่าวสารการเคลื่อนไหวได้ที่

www.facebook.com/suankitti.hrcenter/