

มาตรการป้องกันโควิด 19  
ระดับองค์กรและระดับบุคคล

## มาตรการป้องกัน โควิด 19 ระดับบุคคล



### Do

-  สวมใส่หน้ากากผ้าหรือหน้ากากอนามัยทุกครั้งที่ออกจากบ้าน
-  ล้างมือบ่อยๆ ด้วยน้ำและสบู่หรือเจลแอลกอฮอล์
-  รับประทานอาหารร้อน ใช้ช้อนกลางส่วนตัว

### Don't

-  ออกนอกบ้านเท่าที่จำเป็น โดยเฉพาะกลุ่มเสี่ยงและผู้สูงอายุ
-  หลีกเลี่ยงการเดินทางที่ไม่จำเป็น
-  หลีกเลี่ยงการสัมผัสใกล้ชิดกับผู้อื่น
-  หลีกเลี่ยงการพบปะหรือชุมนุมเป็นกลุ่มก้อน



**สำนักสารนิเทศ**  
สำนักงานปลัดกระทรวงสาธารณสุข

☎ 0 2590 1311-2    🖨 0 2591 8612-3    🌐 <http://pr.moph.go.th>

 fanmoph   
  pr\_moph   
  healthmoph   
  moph channel



## มาตรการป้องกัน โควิด 19 ระดับองค์กร





ทำงานที่บ้าน



เหลื่อมเวลาการทำงาน



ส่งเสริมให้ทำธุรกรรมออนไลน์



ลดความแออัดในสถานที่ทำงาน



ติดตั้งแผงกั้นระหว่างโต๊ะทำงาน



ปรับระบบงานใช้เทคโนโลยี เช่น ประชุมทางไกล



ส่งเสริมให้ทุกคนปฏิบัติตามมาตรการป้องกันตัวเอง สวมหน้ากาก ล้างมือบ่อยๆ กินร้อน ช้อนส่วนตัว เว้นระยะห่าง



**สำนักสารนิเทศ**  
สำนักงานปลัดกระทรวงสาธารณสุข

☎ 0 2590 1311-2    🖨 0 2591 8612-3    🌐 <http://pr.moph.go.th>

 fanmoph   
  pr\_moph   
  healthmoph   
  moph channel

