

Progress Report of Thai Volunteer 2019

Period of work 1st May 2021 – 31st July 2021
Name Mr. Patitin Yanamporn
Position Audio Visual Production Supervisor
Working place Health Promotion Division (Ministry of Health)

ช่วงต้นเดือนพ.ค.มีการพบผู้ติดเชื้อในเมืองหลวง จึงมีการลือคความในระยะสั้น2วันเพื่อติดตามผู้สัมผัส ภายหลังจากจึงมีการประกาศปลดล็อคหลังจากไม่พบผู้ติดเชื้อเพิ่ม

หลังจากนั้นสถานการณ์ทางภาคใต้และชายแดนภูฏานฝั่งตะวันออกเริ่มมีการระบาดเข้ามามากขึ้น จึงมีการส่งทีมต่างๆจากกระทรวงออกไปเพื่อปฏิบัติหน้าที่ รวมทั้งเฝ้าระวังการทำงานของหน่วยพยาบาลต่างๆ

ทางส่วนของ Media and Risk Communication Team ที่ผมมาช่วยงานมีการปรับสัดส่วนและปฏิบัติงานลง เนื่องจากปริมาณงานที่เริ่มคงที่และอยู่ตัวและระดับชั้นการทำงานที่เริ่มกลับมาสู่ภาวะปกติมากขึ้น

ในช่วงกลางเดือนพ.ค.จึงได้เริ่มมีเวลาสำหรับวางแผนและเตรียมการติดต่อส่วนต่างๆสำหรับทำการฝึกสอนและถ่ายทอดความรู้ต่างๆตามแผนที่ได้วางไว้ โดยได้เตรียมการทางเนื้อหาและเอกสารต่างๆ ซึ่งได้รับการสนับสนุนจากทางแผนกและกระทรวงสำหรับการประสานงาน การทำเอกสาร การขอใช้พื้นที่และการสนับสนุนทางด้านของว่างระหว่างการอบรม

โดยแผนงานของผมนอกจากจะเล็งฝึกสอนให้กับคนในแผนกแล้วยังเปิดรับสมัครสำหรับคนที่สนใจในแผนกอื่นๆหรือแม้แต่บุคลากรในสังกัดกระทรวงด้วย โดยวางโควตาไว้ที่40คนแบ่งเป็น5 ครั้ง ครั้งละ8คน ซึ่งหลังจากการเปิดรับสมัครทางอีเมลเพียง2ชั่วโมงก็ได้รับการสมัครเกินจำนวนโควตาจนจบที่จำนวนผู้เข้าร่วมเบื้องต้น41คนจากจำนวนผู้สมัคร55คน

เนื่องจากยังอยู่ในช่วงของสถานการณ์โควิด แผนการอบรมจึงวางแผนไว้ในระยะเวลาสั้นๆเพียงสองชั่วโมงต่อหนึ่งการเรียนรู้เพื่อไม่ให้เป็นการรบกวนการทำงานและเปิดโอกาสให้คนที่มียุทธเวลาย่อยสามารถเข้าร่วมได้ ซึ่งจะเป็นการเรียนรู้จากการปรับใช้จากงานเก่าที่มีอยู่แล้วมากกว่าที่จะต้องเริ่มจากหนึ่งใหม่ เพื่อร่นระยะเวลาในการเรียน ซึ่งจะมีแบบทดสอบให้กลับไปทบทวนหลังจากการอบรมด้วย รวมถึงให้ผู้เข้าร่วมทำแบบประเมินเพื่อใช้พัฒนาการอบรมครั้งต่อไป

ซึ่งผลของการประเมินหลังจากการอบรมพบว่า ผู้เข้าร่วมมีความพอใจในระดับที่ดีต่อเนื้อหาและประโยชน์ที่จะได้ โดยมีข้อเสนอแนะให้ปรับปรุงระยะเวลาที่น้อยเกินไปและเนื้อหาบางส่วนที่ต้องการเวลาสำหรับการครอบคลุม (ตามเอกสารแนบท้าย)

ในส่วนงานอื่นๆเป็นการให้แนะนำการทำงานในแผนก และการช่วยเหลือส่วนที่ต้องการในงานสื่อต่างๆของแผนกตามเหมาะสม โดยเฉพาะงานเฉพาะหน้าตามสถานการณ์เร่งด่วน

ภาพถ่ายในระหว่างการปฏิบัติงาน.



การแนะแนวและให้คำแนะนำเพื่อเพิ่มประสิทธิภาพการทำงานแก่พนักงานประจำในแผนก



ภาพระหว่างการปฏิบัติงานช่วยเหลือด้านสื่อตามความเหมาะสม ซึ่งในช่วงเดือนก.ค.เป็นช่วงเวลาของการฉีดวัคซีนโดสที่สองของประเทศ มีการทำสื่อประชาสัมพันธ์และให้ความรู้มากมาย



ภาพระหว่างการจัดฝึกอบรมในหัวข้อแรก

ประมวลการจัดฝึกอบรมและผลประเมิน

การอบรมในหัวข้อแรกคือ “Flowchart and Table Designing Workshop” ซึ่งเน้นเรื่องของการใช้เครื่องมือเพื่อสร้างงานออกแบบจากการประมวลผลข้อมูลสู่สาธารณะ โดยที่ตัดสินใจเลือกหัวข้อจากปริมาณงานออกแบบที่มีเยอะที่สุดในอดีต เพื่อเน้นกระจายการทำงานและให้ความเข้าใจในการสร้างสรรค์มากยิ่งขึ้น เพื่อให้เป็นไปตามเนื้องานปัจจุบันมากที่สุดก่อน

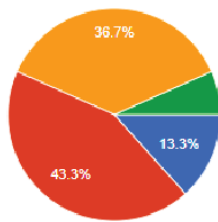
โดยการอบรมแบ่งออกเป็นอาทิตย์ละ1ครั้งในวันอังคาร จำนวน5ครั้ง ตั้งแต่10-12am จำนวนผู้เข้าร่วม8-10คนต่อครั้ง เพื่อเป็นการไม่รบกวนเวลาการทำงานมากเกินไป



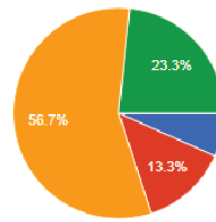
Graphic Designing Evaluation Results

5 Sessions 36 Participants 30 Form Responses

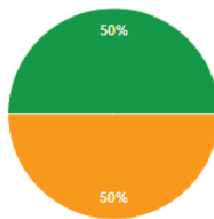
Time and Duration
30 responses



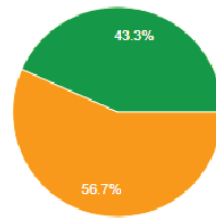
Difficulty of Contents
30 responses



Usefulness of Contents
30 responses



Understanding of Presenter
30 responses



Additional Comments

- Thank you so much for the great initiative.
- Everything is done excellently but bit hard to understand since we are attending for the first time. The information is very useful for our day to day office related works. Thank you very much.
- We are thankful for this opportunity
- I had a great time learning. It was fun and very knowledgeable, only the problem was with the time limitation.
- it was really a good initiative of you. thank you so much
- Need to extend time from 2 hours to 3 - 4 hours, so that learners get enough time to practice.
- Found very useful.
- Thank you
- Very useful workshop. Such should be covered for even all secretarial staff. It can help improve office documents. However, unless i do a lot f practice, i may still be poor in using it. Thank you o much for the initiatives
- Should include some advance tutorials such as designing shapes of the words
- Over all workshop is excellent but will be grateful if workshop time could increase to 3 to 4 hours. Thank you la
- For me duration of the presentation was shorter than the requirement being a beginner
If duration can be increased and give more time for exercise
- While the workshop is very useful, the content should be redesigned especially for the beginners and 2 hours time is too short to grasp the overall intended purpose of the workshop.
- None, Thank you for the worshop.
- More time is needed
- Time is too short for the workshop. It has to be at least a day long workshop to get enough time to practice and understand the tools more effectively.
- very good initiative, we need similar classes for photoshop
- Excellent. Thank you!
- The duration of session was very short, should at lease plan for more than 2 hours (suggest at least half a day).
- Would have been better if it was broken down into different sessions. It was a lot of content for a single day.
- However the contents were wonderful. Thank you for the workshop.
- The time was too short which was just for 2 hours. To learn all aspects thoroughly, it requires at least a day long duration.
- It was great. I just wish we had more time. Thank you Hui for conducting such a workshop.
- 1. The training was very good and useful. However, the duration of the training has to be long.
- I think more time should be allocated with few exercises guided by the instructor.

ภาพผลงาน Graphic Design บางส่วน

ADVISORY ON
IMPROVING VENTILATION & INDOOR AIR QUALITY
 amid the **COVID-19** situation

at Home, Offices, Shops, Restaurants, Colleges/ Schools/ Monastic institutes

Adhere to the following ways to allow fresh air circulation:

Open multiple doors and windows to allow more fresh air to move inside

Use table or ceiling fans at low speed to improve airflow

Keep toilet/bathroom and kitchen windows open or keep the exhaust fan running

Limit the number of visitors in your home and the time spent inside

Clean your home/ offices/ shops/ restaurants/ classrooms, dormitories, study halls etc. regularly to make it dust free

Avoid using cleaning products which has chemicals

Avoid burning excessive incense

FOR MORE INFORMATION : HOTLINES 2121 6060

www.health.gov.bt
www.facebook.com/MoHBhutan/
[@MoHBhutan](https://twitter.com/MoHBhutan)
[ministryofhealthbhutan_](https://www.instagram.com/ministryofhealthbhutan_)

ADVISORY ON
IMPROVING VENTILATION & INDOOR AIR QUALITY
 amid the **COVID-19** situation

in the quarantine facilities

Keep windows open as much as you can to let in fresh outdoor air

Before you open your door to avail services, open windows to let out stale air

Use fan at low speed instead of air conditioner

Keep toilet/bathroom windows open or keep the exhaust fan running

Clean room floor, tables, chairs regularly to make it virus droplets/particles free

FOR MORE INFORMATION : HOTLINES 2121 6060

www.health.gov.bt
www.facebook.com/MoHBhutan/
[@MoHBhutan](https://twitter.com/MoHBhutan)
[ministryofhealthbhutan_](https://www.instagram.com/ministryofhealthbhutan_)

PRIMARY EYE CARE PROGRAM -JDWNRH, THIMPHU



(OPERATIVE MOBILE EYE CAMP SCHEDULE FOR 2021)

EYE CAMP VENUE	TENTATIVE DATE	CATARACT TARGET	CAMP TEAM
<i>Paro Hospital</i>	2nd-7th August 2021	60	(Dr.Lhacha & Dr.Mendu) + Team
<i>Haa Hospital</i>	16th- 21st August 2021	50	(Dr.Dechen + Dr.Sonam) + Team
<i>Punakha Hospital</i>	30th August-4th Sep 2021	60	(Dr.Deki & Dr. Sandeep) + Team
<i>Bumthang Camp</i>	6th -11th September 2021	70	(Dr. Dechen & Dr. Deki) + Team
<i>Sombaykha BHU, Haa</i>	27th Sep-2nd Oct 2021	60	(Dr.Lhacha & Dr.Mendu) + Team
<i>Trongsa Hospital</i>	11th -16th October 2021	60	(Dr.Nor Tshering+ Dr. Aditya) + Team
<i>Gedu Hospital</i>	1st -6th November 2021	40	(Dr.Lhacha & Dr. Ugyen) + Team
<i>Dagapela Hospital (Feeder Dagana BHU I)</i>	15th- 20th November 2021	60	(Dr.Deki & Dr.Karma) + Team
<i>Wangdue Hospital</i>	6th-11th December 2021	80	(Dr.Nor Tshering & Dr.Sonam) + Team
<i>Buli, Zhemgang</i>	20th -25th December 2021	30	(Dr. Dechen & Dr. Nor) + Team

REMARK

Eye team member includes: Two Ophthalmologists, one Optometrist and three Ophthalmic Assistants (OA), One Ophthalmic Nurse Request for the release of local OA's 2 weeks screening prior to the eye camps.

www.health.gov.bt

www.facebook.com/MoHBhutan/

@MoHBhutan

ministryofhealthbhutan_

FOR MORE INFORMATION :

HOTLINES
2121
6060



PRIMARY EYE CARE PROGRAM



(OPERATIVE MOBILE EYE CAMP SCHEDULE FOR 2021)

EYE CAMP VENUE	TENTATIVE DATE
<i>Pemagatshel Hospital</i>	24th - 31st October 2021
<i>Reserboo Hospital + Feeder (Khaling & Tsangpo Hospital)</i>	7th -14th November 2021
<i>Tashiyantse Hospital + Feeder (Khamdang hospital)</i>	21st - 28th November 2021
<i>Lhuntse Hospital</i>	5th - 12th December 2021
<i>Tashigang Hospital + Feeder (Rangjung+ Kanglung)</i>	26th December 2021 - 2nd January 2022

Ministry of Health, Royal Government of Bhutan

www.health.gov.bt

@MoHBhutan

ministryofhealthbhutan_

HOTLINES
2121
6060



02/07/2021

FIVE ON FRIDAY

“Know Tobacco before you use”

Second hand smoke will cause cancer

There are at least 70 toxic chemicals in cigarettes known to cause cancer

Seek Tobacco cessation services at the health centers

Tobacco consumption causes cancer

Quit tobacco and its products for a better life

#5onfriday

09/07/2021

FIVE ON FRIDAY

“Best ways to Prevent Diarrhea”

Drink filtered/boiled water

Eat foods that are well cooked and properly prepared

Wash fruits and vegetables with clean water before eating or cooking

Always wash your hands with soap and water at critical junctures- before cooking, before eating, after playing, after using the toilet and after cleaning baby's bottom.

Avoid open defecation

#5onfriday

Announcement



The Ministry of Health informs the general public that apart from the institutional based stomach cancer screening program at CRRH, the endoscopy camps will be conducted in following places in Sarpang Dzongkhag. Therefore, individuals aged 40-75 with any of the following risk factors/symptoms of gastric cancer can visit the health centers to avail the gastric cancer screening services/Endoscopy Services:

- Peptic Ulcer Syndrome (stomach discomforts)
- Anemic patients
- People who have history of H. pylori infection
- People who have a family history of stomach cancer.
- People who have undergone gastric surgery
- Smokers/Tobacco consumers

Place/Dzongkhag	Camp dates
CRRH, Gelephu	Every weekend, starting 10 th July, 2021
Sarpang Hospital	Every weekend, starting 17 th July, 2021
Chuzergang Hospital	Every weekend, starting 31 st July, 2021

STROKE

WHAT IS STROKE?

Stroke is serious life-threatening medical emergency. It occurs when the blood supply to the brain stops. It is also called 'brain attack'.

WHO GETS STROKE?

People with High Blood pressure

People who are heavy smoker

People with obesity/over weight

People with unhealthy dietary habits

People with lack of physical exercise

COMMON SIGN AND SYMPTOMS OF STROKES

- Sudden numbness or weakness of face, hand or leg especially on one side of the brain
- Sudden confusion or trouble in speaking and understanding
- Sudden trouble seeing with one or both eyes
- Sudden trouble walking, sense of dizziness or loss of balance or coordination
- Sudden severe headache which may be accompanied by altered consciousness

Any one of these signs could mean a stroke

FACE

Looking for an uneven smile

ARM

Check if one arm is weak

SPEECH

Listen for slurred speech

TIME

Call 112 right away

HOW TO PREVENT STROKE?

Know your blood pressure

Quit smoking

Eat a healthy diets

Stay active

Maintain a healthy weight

Avoid drinking too much alcohol