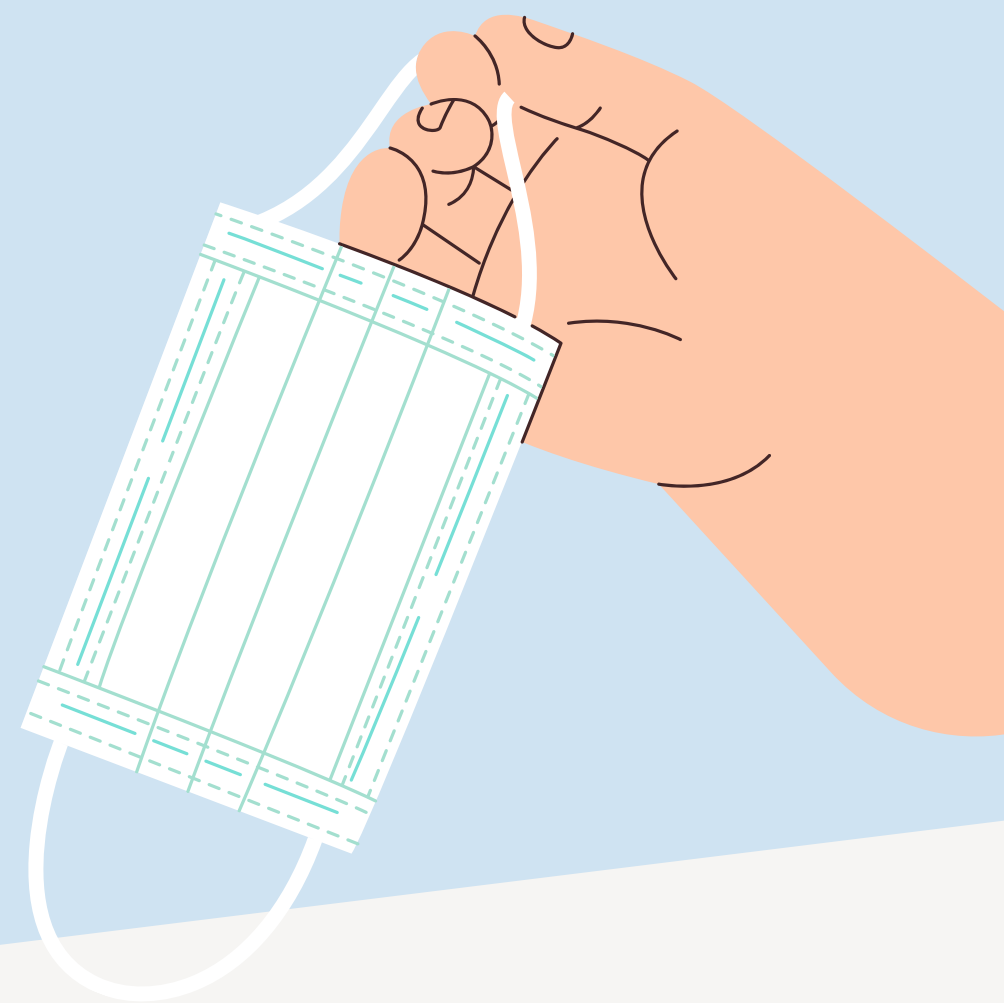


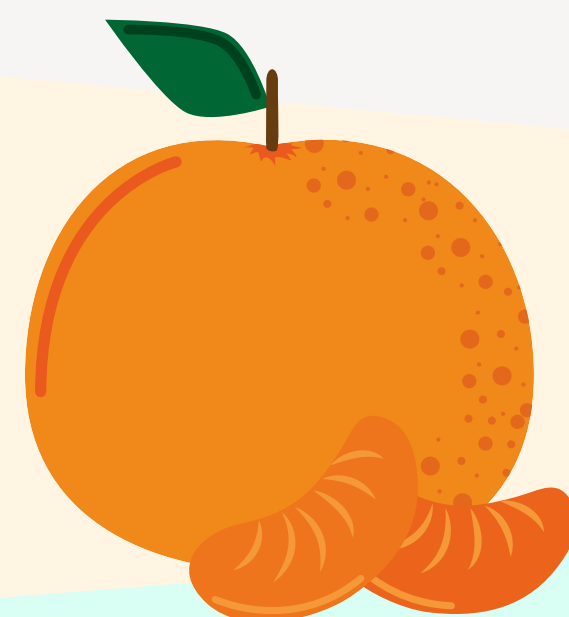
#PSSGROUP #StopTheSpread

PSS Fights Back COVID-19



We are pleased to inform that 70% of PSS staff are now fully vaccinated against COVID-19. Among our Service and Maintenance team, this number increases to 81 % fully vaccinated. Despite this good progress, we are quite aware that vaccination alone will not be enough to prevent Covid-19 in the future. This is due to the changing nature of the virus itself, the efficacy of the vaccines used, our overall health, other prevention measures (masks, frequent hand wash, social distancing), etc.

We all know that a healthy lifestyle is key to reducing the risk of contracting COVID-19 - regular and healthy eating, exercise, and stress management. There is also now some preliminary evidence which suggests that certain kinds of nutrients may help prevention like zinc, vitamin D, and vitamin C.



PSS has taken a decision to promote vitamin C in the lives of all our employees as it is a potent antioxidant that is critical in the immune-cell function. We have decided to distribute vitamin C rich fruits like oranges, papaya, and watermelon daily to all our employees for a period of 3 months. The normal recommendation is to have a daily dose of 500 mg of vitamin C for adults. We are hoping to encourage our employees to boost the intake of vitamin C and other nutrients with fruits, vegetables, and other foods.

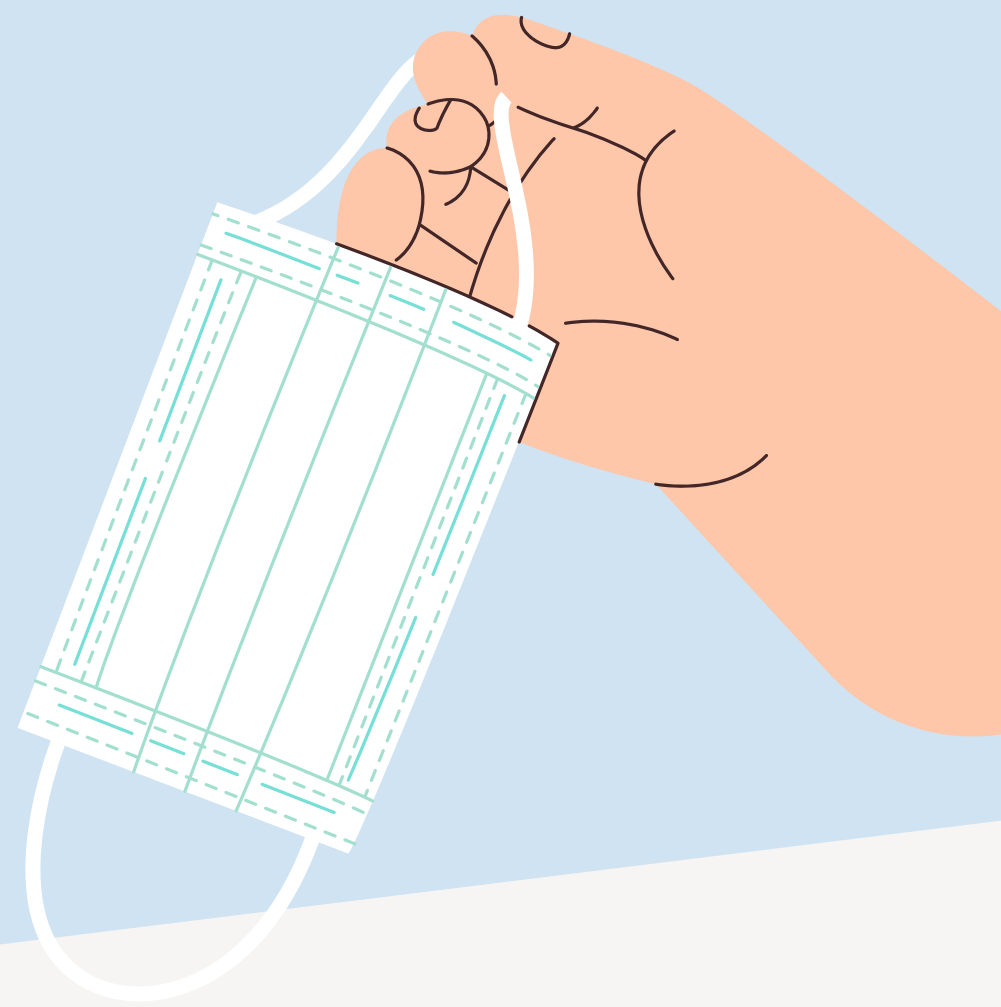
All our employees are on board with this program and it is our hope that this small step can make a difference in our fight against COVID-19.



The Perfect Seal and Services Co., Ltd.

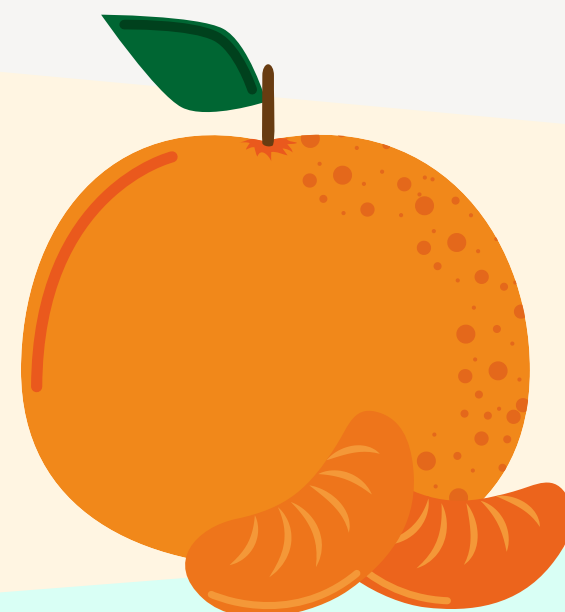
#PSSGROUP #StopTheSpread

PSS Fights Back COVID-19



เรามีความยินดีที่จะแจ้งให้ทราบว่า ขณะนี้พนักงานของ PSS กว่า 70% ได้รับการฉีดวัคซีนป้องกันโรค COVID-19 อย่างครบถ้วนแล้ว ในขณะที่ทีม Service และ Maintenance ก็มีจำนวนพนักงานกว่า 81% ที่ได้รับการฉีดวัคซีนป้องกันโรค COVID-19 อย่างครบถ้วนแล้วเช่นกัน แม้จะถือเป็นความคืบหน้าที่ดี แต่เราก็ตระหนักว่า การฉีดวัคซีนเพียงอย่างเดียวนั้นอาจจะไม่เพียงพอต่อการป้องกัน COVID-19 ในอนาคต ทั้งนี้ อาจสืบเนื่องมาจากหลายๆสาเหตุ ไม่ว่าจะเป็นธรรมชาติของไวรัสที่มีการพัฒนาและเปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลา ประสิทธิภาพของวัคซีนที่ใช้ สุขภาพโดยรวมของเรา หรือแม้กระทั่งมาตรการการป้องกันต่างๆ เช่น การใส่หน้ากากอนามัย ล้างมือบ่อยๆ และการเว้นระยะห่างทางสังคม เป็นต้น

เราทุกคนทราบดีว่า การมีวิถีชีวิตและสุขภาพที่ดีนั้นถือเป็นกุญแจสำคัญในการลดความเสี่ยงของการเกิดโรค รวมไปถึงลดความเสี่ยงในการติดเชื้อ COVID-19 เช่นกัน นอกจากนั้นการรับประทานอาหารที่ดี การออกกำลังกาย และการจัดการความเครียดก็ยิ่งถือเป็นอีกส่วนช่วยที่สำคัญอีกด้วย โดยในปัจจุบันมีหลักฐานเบื้องต้นชี้ให้เห็นว่าสารอาหารบางชนิด เช่น สังกะสี วิตามินดี และวิตามินซีนั้นมีส่วนช่วยยับยั้งและป้องกันการเกิดโรคได้



บริษัทฯ จึงตัดสินใจริเริ่มโครงการโดยมีจุดประสงค์เพื่อสนับสนุนและกระตุ้นให้พนักงานของเราบริโภควิตามินซีมากขึ้น เนื่องจากวิตามินซีนั้นมีสารต้านอนุมูลอิสระที่มีส่วนช่วยในการเสริมสร้างภูมิคุ้มกัน โดยบริษัทฯ ได้ทำการแจกจ่ายผลไม้ต่างๆ ที่อุดมไปด้วยวิตามินซี ไม่ว่าจะเป็น ส้ม มะละกอ และแตงโมเป็นประจำทุกวันให้กับพนักงานของเราอย่างต่อเนื่องเป็นระยะเวลาทั้งสิ้น 3 เดือน ซึ่งโดยปกติแล้วปริมาณวิตามินซีที่แนะนำต่อวันสำหรับผู้ใหญ่จะอยู่ที่ 500 มิลลิกรัมต่อวัน เราหวังว่าโครงการนี้จะช่วยกระตุ้นให้พนักงานของเราเพิ่มปริมาณการบริโภควิตามินซีและสารอาหาร อื่นๆ ได้ด้วยผลไม้ ผัก และอาหารที่มีประโยชน์ได้

ปัจจุบันพนักงานของเราทุกคนได้เข้าร่วมโครงการนี้แล้ว ซึ่งเราหวังว่าก้าวเล็กๆ ในครั้งนี้ จะสามารถสร้างความเปลี่ยนแปลงและพร้อมที่จะยับยั้ง COVID-19 นี้ได้



The Perfect Seal and Services Co., Ltd.