

JAYMART NEWSLETTER

(FEBRUARY NO.11 2024)

01

Education

- วันมะเร็งโลก Page : 01

02

Sustainability

- การต่อต้านทุจจริตและคอร์รัปชัน Page : 02
- บริโภคอาหารช่วยลดคาร์บอนฟุตพริ้นท์ Page : 03
- น้ำดื่มขวดนี้เดินทางมา 2,810,000 เมตร Page : 04
- ESG Summary Data Page : 05 - 06

03

Activity

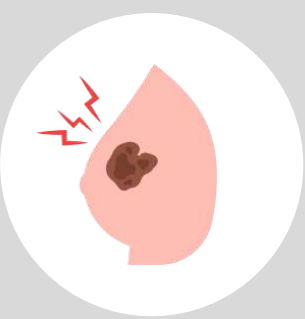
- ทำบุญตักบาตร Page : 07
- Jaymart Charity พลังใจให้โลก Page : 08



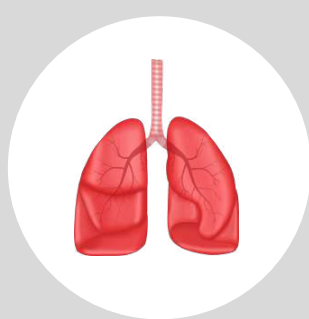
วันมะเร็งโลก 4 กุมภาพันธ์ 2567

ผู้ที่มีอายุ 35 ปี ขึ้นไป หรือผู้ที่มีความเสี่ยงควรเข้ารับการตรวจคัดกรองมะเร็ง ดังนี้

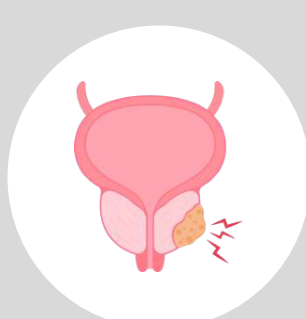
6 มะเร็งร้าย



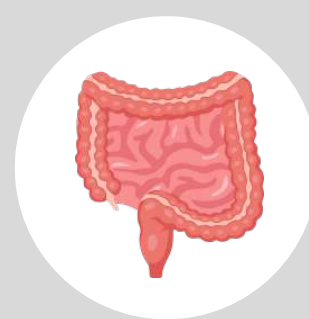
มะเร็งเต้านม



มะเร็งปอด



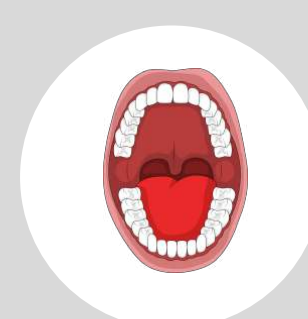
มะเร็งลูกหมาก



มะเร็งลำไส้ใหญ่

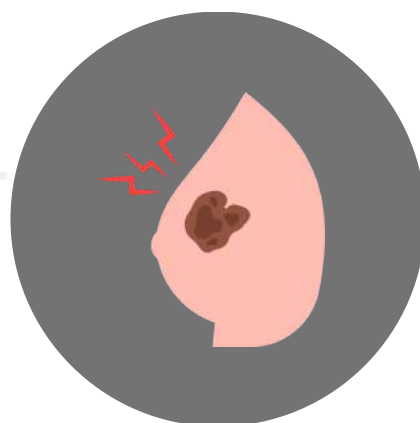


มะเร็งตับ



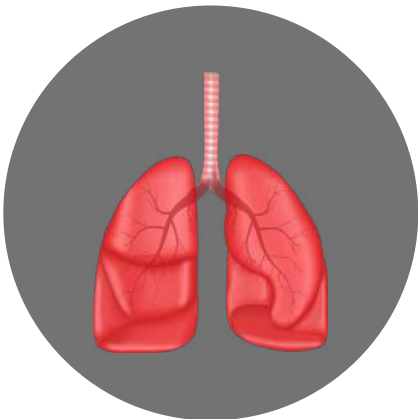
มะเร็งช่องปาก

วิธีป้องกันโรคมะเร็ง



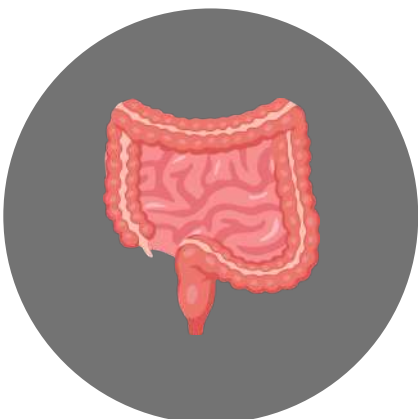
มะเร็งเต้านม

แนะนำให้ผู้หญิงตรวจคัดกรอง โดยการคลำเต้านมด้วยตนเองอย่างถูกต้องสม่ำเสมอทุกเดือน และทำแมมโมแกรม (Mammogram)



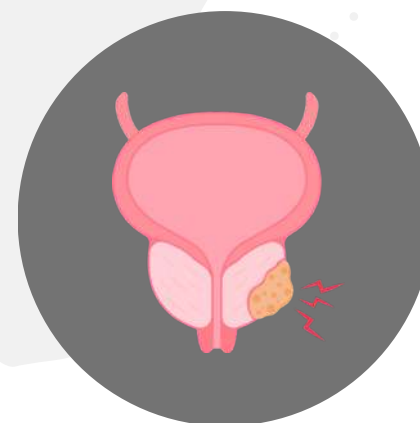
มะเร็งปอด

แนะนำในคนที่อายุมากกว่า 55 ปี ที่สูบบุหรี่ประมาณ 1 ซองต่อวัน มาเป็นระยะเวลาประมาณ 30 ปี หยุดสูบบุหรี่ไม่เกิน 15 ปี คัดกรองโดยการเอกซเรย์คอมพิวเตอร์ปอดรังสีปริมาณต่ำ



มะเร็งลำไส้ใหญ่

แนะนำในคนทั่วไป อายุตั้งแต่ 45 - 50 ปี คัดกรองโดยการส่องกล้องลำไส้ใหญ่ หรือการตรวจเลือดคัดกรองมะเร็งเป็นต้น



มะเร็งลูกหมาก

มะเร็งต่อมลูกหมาก แนะนำในผู้ชายอายุ 45 ปีขึ้นไป คัดกรองโดยการตรวจเลือดดูค่าต่อมลูกหมาก (PSA)



มะเร็งตับ

คัดกรองในผู้ที่มีภาวะตับอักเสบ หรือคนที่มีเป็นพาหะไวรัสตับอักเสบบี ควรตรวจคัดกรองโดยการอัลตราซาวด์ท้องช่วงบนและการตรวจค่ามะเร็งตับ (AFP)



มะเร็งช่องปาก

ควรตรวจสุขภาพฟันและช่องปากอย่างน้อยปีละ 1 ครั้ง เพื่อดูแลเหงือก ฟัน และความผิดปกติในช่องปาก หรือสังเกตรอยโรคด้วยตนเอง เป็นต้น

พฤติกรรมที่ก่อให้เกิดโรคมะเร็ง



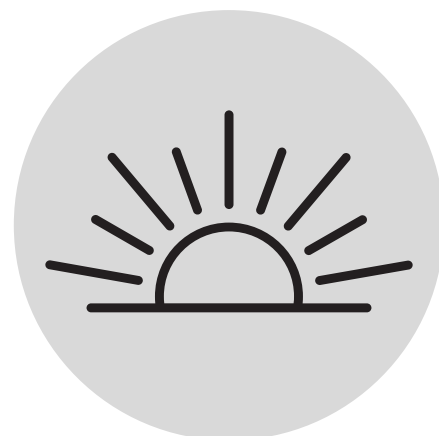
ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

เสี่ยงต่อมะเร็งช่องปาก หลอดเลือด และตับ



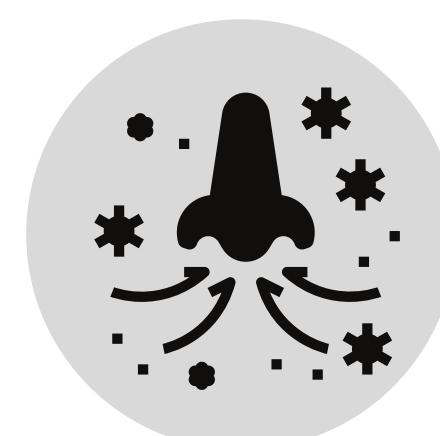
สูบบุหรี่

เสี่ยงต่อการเป็นมะเร็งระบบหายใจ



ตากแดดเป็นเวลานาน

รังสียูวีจากดวงอาทิตย์ มีผลทำให้เป็นมะเร็งผิวหนัง



สูดควันพิษทางอากาศ

เช่น จากท่อไอเสียรถยนต์ ควันจากโรงงานอุตสาหกรรม ทำให้เป็นมะเร็งได้

ANTI-CORRUPTION**การต่อต้านทุจริตและคอร์รัปชัน****การปฏิบัติที่ดี “การให้หรือรับของขวัญ”**

บริษัทไม่สนับสนุนการให้และการรับของขวัญทุกประเภททั้งในรูปแบบมูลค่าเงิน , ทรัพย์สินเพื่อการอุปโภคบริโภค , กระเช้าของขวัญ , สินค้าเทคโนโลยี , สิทธิพิเศษเพื่อการเข้ารับการบริการอาหาร เครื่องดื่ม และกิจกรรมเพื่อความบันเทิงด้านต่างๆ เพื่อให้ผู้บริหารและพนักงานทุกระดับยึดมั่นในหลักการปฏิบัติที่โปร่งใสตรงไปตรงมา ไม่หวังผลประโยชน์ส่วนตนในทางมิชอบที่จะนำไปสู่การทุจริตและการติดสินบนทั้งทางตรงและทางอ้อม

การปฏิบัติที่ดี “การให้และการรับความสนับสนุน”

บริษัทสามารถให้และรับความสนับสนุนจากผู้มีส่วนได้เสียของบริษัท ทั้งในรูปแบบเงินสนับสนุน , สินค้าอุปโภคบริโภค รวมไปถึงสินค้าประเภทเทคโนโลยี แต่ต้องเป็นการกระทำที่ส่งผลประโยชน์ในด้านที่ของบุคคลส่วนรวม ภายใต้เจตนาที่โปร่งใสเป็นไปตามวัตถุประสงค์ที่บริษัทกำหนด ปราศจากการกระทำที่หวังผลส่วนตนหรือผลประโยชน์เฉพาะกลุ่มในทางมิชอบ หรือเป็นการกระทำที่ชักนำไปสู่การทุจริตเพื่อการติดสินบน หรือเพื่อการชักนำให้ละเลยต่อการปฏิบัติหน้าที่อย่างใดอย่างหนึ่ง

การปฏิบัติที่ดี “การรับและการให้บริการเพื่อการค้า”

“การบริการ” สามารถกระทำเพื่อการช่วยเหลือส่งเสริมกิจกรรมสาธารณะประโยชน์ได้ โดยไม่หวังผลประโยชน์ตอบแทนทางธุรกิจที่เป็นตัวเงินและเพื่อสร้างการยอมรับจากกลุ่มผู้มีส่วนได้เสียทางธุรกิจ สังคม และชุมชนในพื้นที่ใกล้เคียงของบริษัททั้งการบริการเป็นเงินและทรัพย์สินที่มีมูลค่าทุกประเภท โดยสามารถดำเนินการภายในนามบริษัทเท่านั้น

การปฏิบัติที่ดี “การสนับสนุนทางการเมือง”

บริษัทไม่มีนโยบายให้ความสนับสนุนทางการเมืองทุกรูปแบบทั้งการโฆษณาประชาสัมพันธ์ให้พรรคการเมืองใดพรรคการเมืองหนึ่ง รวมถึงการสนับสนุนด้วยเงินสนับสนุน ทรัพย์สินเพื่อการสนับสนุนให้พนักงานทุกคนปฏิบัติตนเป็นพลเมืองที่ดีและใช้สิทธิตามหลักประชาธิปไตยที่กฎหมายกำหนดอย่างเท่าเทียม

**ช่องทางการแจ้งเบาะแสและรับเรื่องร้องเรียน**

• ir@jaymart.co.th



• https://www.jaymart.co.th



• นำส่งถึง “คณะกรรมการตรวจสอบ” เลขที่ 187,189 อาคาร เจมาร์ท ถนนรามคำแหง แขวงราษฎร์พัฒนา เขตสะพานสูง กรุงเทพมหานคร 10240



• กล้องรับความคิดเห็น อาคาร เจมาร์ท ตึก A ณ เคา์เตอร์ประชาสัมพันธ์

Jaymart ไม่ทนต่อการทุจริต

**การปฏิบัติที่ดี “ความขัดแย้งทางผลประโยชน์”**

บริษัทยึดมั่นในการดำเนินธุรกิจด้วยความซื่อสัตย์สุจริต โปร่งใส เท่าเทียมและเป็นธรรมต่อผู้มีส่วนได้เสียทุกกลุ่ม โดยยึดถือประโยชน์ต่อบริษัทเป็นสำคัญ แต่ต้องไม่ก่อให้เกิดความขัดแย้งทางผลประโยชน์ที่ส่งผลกระทบต่อสังคม ซึ่งกรรมการ ผู้บริหาร และพนักงานของบริษัทต้องให้ความสำคัญกับกระบวนการหรือมีการตรวจสอบธุรกรรมหรือรายการใดๆ ที่อาจเกี่ยวข้องกันในเรื่องที่จะนำไปสู่ความขัดแย้งทางผลประโยชน์อย่างรอบคอบ และเป็นไปตามหลักการกำกับดูแลกิจการที่ดี

การปฏิบัติที่ดี “การจ่ายค่าอำนวยความสะดวก”

บริษัทไม่มีนโยบายการจ่ายค่าอำนวยความสะดวกให้แก่หน่วยงานของภาครัฐหรือกับหน่วยงานภาคเอกชน เพื่อให้ได้มาซึ่งความรวดเร็วลัดขั้นตอนในการดำเนินงาน , โครงการหรือขั้นตอนใดๆที่เกี่ยวข้องกับการดำเนินธุรกิจ รวมไปถึงการปรับเปลี่ยนสิ่งที่กระทำความผิดให้เป็นถูกต้องหรือเพื่อการแลกเปลี่ยนผลประโยชน์ทางธุรกิจอย่างไม่เป็นธรรม

การปฏิบัติที่ดี “การจ้างพนักงานภาครัฐ”

บริษัทไม่มีนโยบายการจ้างพนักงานภาครัฐที่ยังอยู่ดำรงตำแหน่งที่เกี่ยวข้องกับภาครัฐ เว้นเสียแต่จะเป็นพนักงานที่พ้นจากการดำรงตำแหน่งของภาครัฐเป็นที่เรียบร้อยแล้วอย่างน้อย 2 ปี เพื่อเข้ามาดำรงตำแหน่งกรรมการ ผู้บริหาร พนักงานลูกจ้างหรือที่ปรึกษาของบริษัท โดยต้องผ่านกระบวนการสรรหาและคัดเลือกตามระเบียบปฏิบัติเดียวกันกับพนักงานที่ไม่ใช่เจ้าหน้าที่ภาครัฐอย่างเท่าเทียม



สแกนเพื่อศึกษานโยบาย
การต่อต้านทุจริตและคอร์รัปชันโดยละเอียด



บริโภคอาหาร ช่วยลดคาร์บอนฟุตพริ้นท์

คาร์บอนฟุตพริ้นท์ คือ ปริมาณแก๊สเรือนกระจกที่ปล่อยออกมาจากผลิตภัณฑ์แต่ละหน่วยตลอดวัฏจักรชีวิตของผลิตภัณฑ์ ตั้งแต่การได้มาซึ่งวัตถุดิบ การขนส่ง การประกอบชิ้นส่วน การใช้งาน และการจัดการซากผลิตภัณฑ์หลังใช้งาน โดยคำนวณออกมาในรูปแบบของคาร์บอนไดออกไซด์เทียบเท่า

ขยะอาหารตัวการเกิดโลกร้อน

เกิดขยะอาหารทั่วโลก 2.5 พันล้านตัน/ปี

อาหารกว่า 40 % ถูกทิ้งเปื่อยยุ่ย

ประเทศไทยสร้างขยะมากถึง 27 - 28 ล้านตัน/ปี

64 % เป็นขยะที่มาจากอาหาร

ปัญหาก๊าซเรือนกระจกจากอาหารคิดเป็น 8 -10 %

มีเทนจากขยะอาหารทำให้โลกร้อนมากกว่า คาร์บอนฟุตพริ้นท์ 25 เท่า



บริโภคอาหาร เพื่อลดปริมาณคาร์บอนฟุตพริ้นท์



ทานเนื้อและผลิตภัณฑ์จากสัตว์ใน ปริมาณที่เหมาะสม อาจงดเนื้อสัตว์ เพื่อลดปริมาณของก๊าซเรือนกระจก



ซื้ออาหารท้องถิ่นและอาหารตาม ฤดูกาล ช่วยลดการใช้พลังงานใน การขนส่ง การเก็บรักษา รวมถึง ลดการใช้สารเคมีที่เกินความพอดี



ทานอาหารที่มีกากใยมาก ขึ้น เพราะ อาหารจากพืชมี ไนโตรเจนอิมมัตว และโซเดียมต่ำ ปล่อยก๊าซเรือนกระจกต่ำที่สุด



ไม่ทานเหลือ ลดการเกิดเศษ อาหารที่เกิดเป็นก๊าซมีเทนและ มีผลต่อการเปลี่ยนแปลงของ อุณหภูมิโลก



น้ำดื่มขวดนี้ เดินทางมา 2,810,000 เมตร

จากชายฝั่งอันดามัน ประเทศไทย
จนมาถึงเกาะแห่งหนึ่งในประเทศมัลดีฟส์

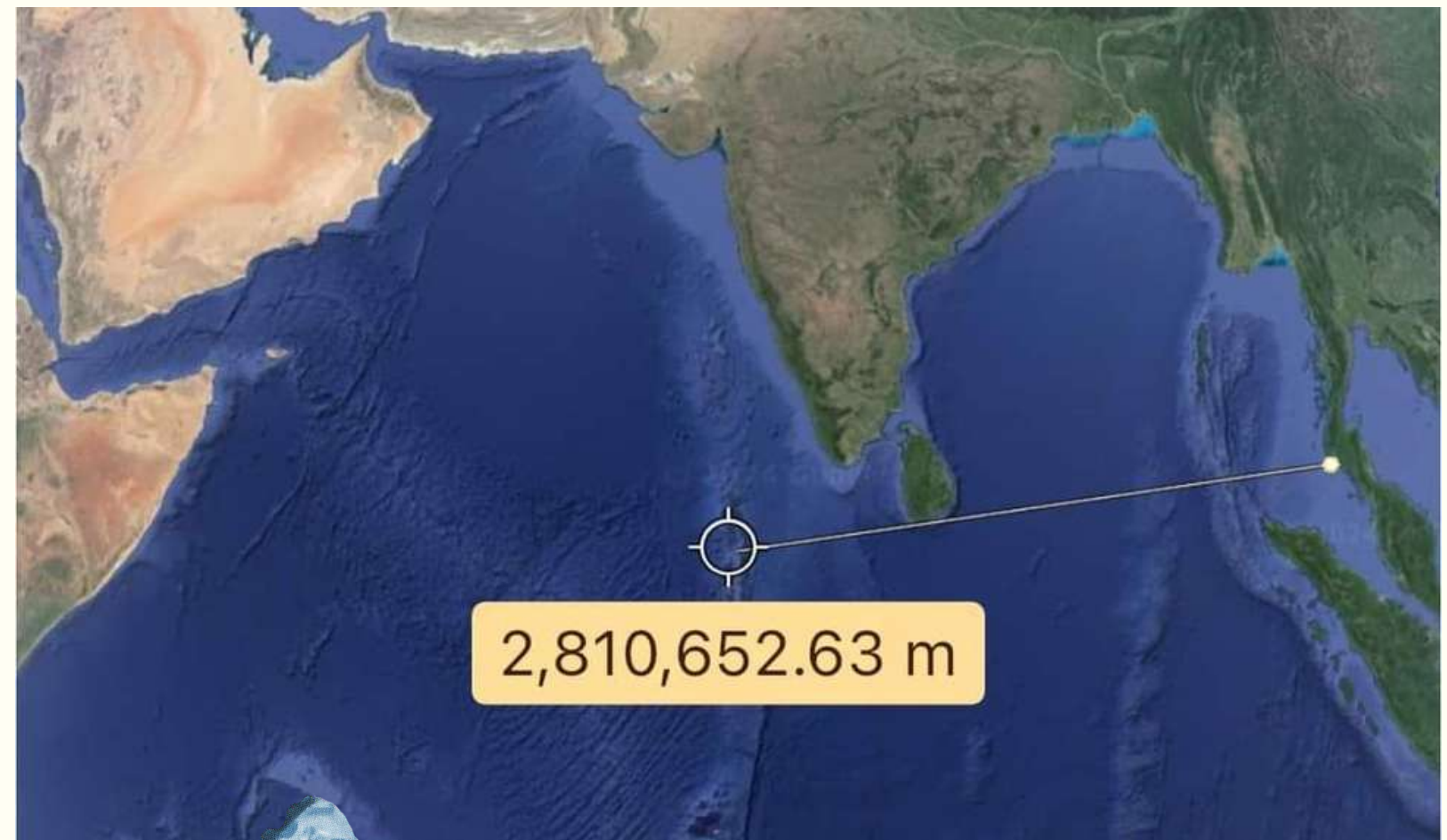
ระยะทางสองล้านแปดแสนเมตร หรือ 2,800 กิโลเมตร คือระยะทางวัดเป็นเส้นตรง หากนั่งเครื่องบิน ต้องใช้เวลา 4-5 ชั่วโมงกว่าจะถึงมัลดีฟส์

ซึ่งขวดน้ำดื่มนี้ใช้เวลาลอยนานนับปี นานจนมีเพรียงคอห่านขึ้นมาเกาะอาศัย ร่องรอยที่แตกร้าว บ่งบอกว่าขวดใกล้สลายกลายเป็นเศษพลาสติกชิ้นเล็กชิ้นน้อย จนสุดท้าย คือ ไมโครพลาสติก ที่หากหลุดเข้าไปในห่วงโซ่อาหารนำพาสารต่างๆเข้าไปในท้องสรรพสัตว์ สัมผัสเข้าไปสะสม ก่อนวนกลับมาหาพวกเราที่เป็นผู้บริโภค ซึ่งไม่ใช่แค่สัตว์น้ำในทะเลไทยแต่เป็นทั่วโลก

ขวดน้ำไทยที่มัลดีฟส์คงเป็นหลักฐานย้ำเตือนได้ดีว่าอาจทำให้เกิดเป็นไมโครพลาสติกเมื่อถึงอีกฝั่งหนึ่งของมหาสมุทรอินเดียได้นั่นเอง

ทำให้พวกเราต้องตระหนักได้ว่าเมืองไทยนำเข้าสัตว์ทะเลจากทั่วโลกจึงอย่าคิดว่าเราจะไม่ได้รับผลกระทบที่เราก่อ ซึ่งคนไทยดื่มน้ำปีละหลายพันล้านขวด จึงจำเป็นอย่างยิ่งที่ต้องตระหนักได้ว่าขวดหลายล้านกำลังล่องลอยอยู่ในทะเล และก่อปัญหาไม่จบสิ้น

ขวดพลาสติก หรือขวด PET สามารถนำไปรีไซเคิลได้ แต่จนถึงปัจจุบันพวกเรากำได้น้อยนิด ไม่ถึงครึ่ง แค่เสี้ยวหนึ่งด้วยซ้ำ



พวกเราชาวเจมาร์ทควรมีความพยายามเปลี่ยนแปลงการใช้ขวดน้ำจากต้นทาง เช่น ขวดใสรักษ์โลก เพื่อลดสลายกลดสีเจือปน รีไซเคิลได้ง่ายขึ้น แต่ก็มีข้อจำกัดอยู่บ้าง

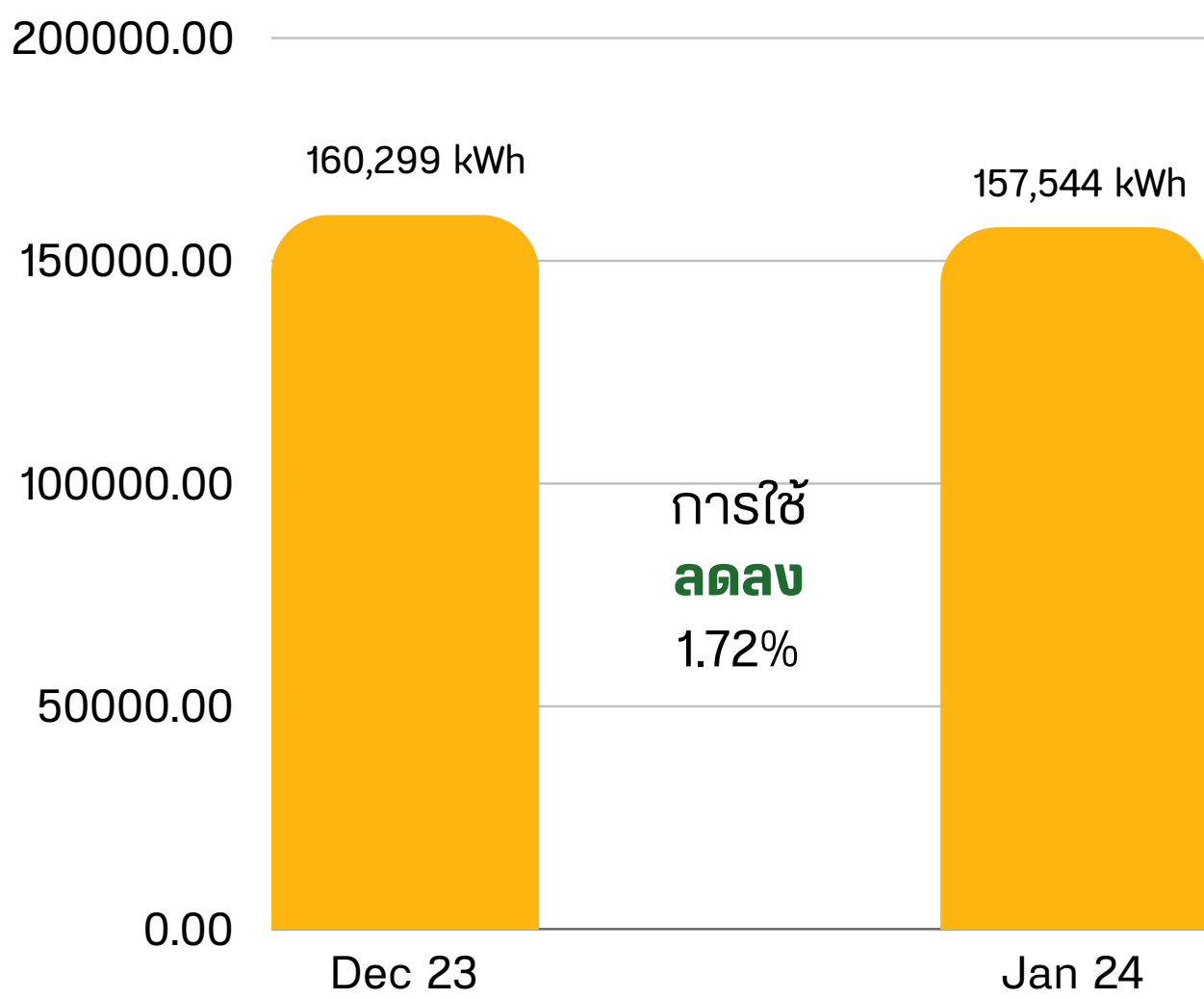
โลกร้อนหนักขึ้นเรื่อยๆ ขณะในทะเลก็เพิ่มขึ้นเรื่อยๆ
ความน่าอยู่ของโลกลดลงเรื่อยๆ...ถ้าเราไม่ช่วยกัน



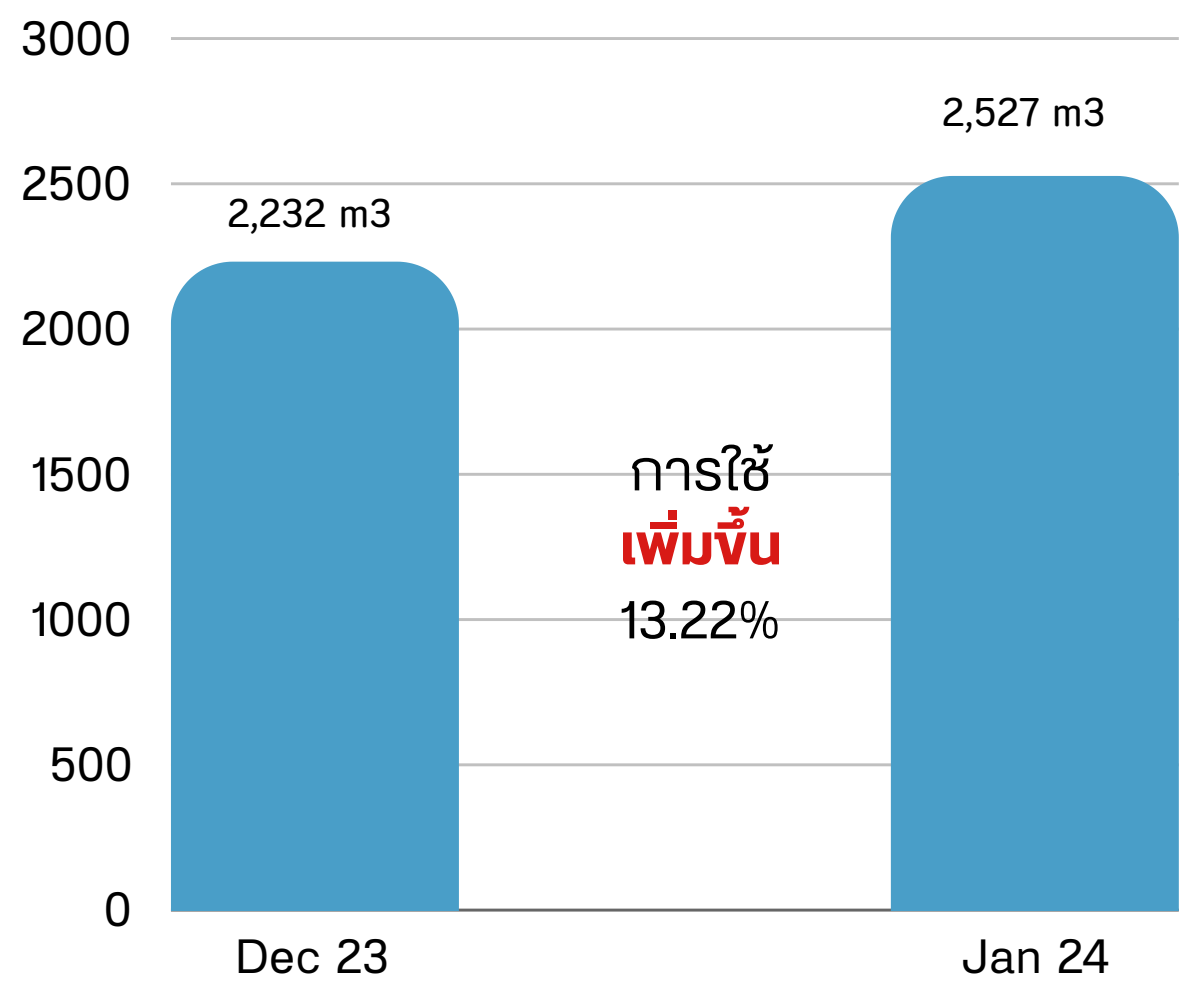


ESG Summary Data

ข้อมูลเปรียบเทียบการใช้ไฟฟ้า



ข้อมูลเปรียบเทียบการใช้น้ำประปา



*** ปริมาณการใช้ไฟฟ้าและน้ำประปาของบริษัท เจมาร์ท ณ อาคาร A , B และ C

สรุปข้อมูล

• สถิติการใช้ไฟฟ้า

ปริมาณการใช้ไฟฟ้าของเดือนมกราคม 2567 ลดลงกว่าการใช้ไฟฟ้าของเดือนธันวาคม 2566 1.72% ถือเป็นการเริ่มต้นที่ดีในการปฏิบัติตามเป้าหมายที่บริษัทตั้งไว้ คือ ภายในปี 2568 ลดใช้พลังงานที่ซื้อจากภายนอกลงร้อยละ 10 เมื่อเทียบกับปีฐาน 2565 ซึ่งหากพวกเราช่วยกันลดการใช้พลังงานไฟฟ้าที่ไม่จำเป็นก็จะสามารถทำให้เราไปถึงเป้าหมายที่เราวางไว้ได้นั่นเอง

• สถิติการใช้น้ำประปา

ปริมาณการใช้น้ำประปาของเดือนมกราคม 2567 เพิ่มขึ้นกว่าการใช้น้ำประปาของเดือนธันวาคม 2566 ถึง 13.22% ซึ่งถือเป็นปริมาณที่เพิ่มขึ้นอย่างมากภายในระยะเวลา 1 เดือน อย่างไรก็ตามเราทุกคนต้องพยายามกันให้มากขึ้นกว่าเดิมเพื่อให้บรรลุผลลัพธ์ตามเป้าหมายที่บริษัทวางไว้ คือ ภายในปี 2568 เพิ่มประสิทธิภาพการใช้น้ำจืด โดยลดปริมาณการใช้น้ำลงร้อยละ 10 เมื่อเทียบกับปีฐาน 2565

เพื่อให้มีปริมาณการใช้ไฟฟ้าและน้ำประปาที่ลดลงอย่างต่อเนื่อง นอกจากการย้ำเตือนตัวเองให้ใช้ทรัพยากรไฟฟ้าและน้ำอย่างคุ้มค่ามากที่สุดแล้วนั้น อยากให้เพื่อนๆพนักงานทุกคนช่วยกันสอดส่องดูแลบริเวณพื้นที่การทำงานของตนเอง หากมีเพื่อนพนักงานเปิดไฟฟ้า เปิดแอร์หรือเปิดน้ำทิ้งไว้จงขอให้ช่วยกันปิดเมื่อไม่ได้ใช้งานแล้วหรือปิดระหว่างพักรับประทานอาหารกลางวัน เพื่อช่วยลดการใช้ทรัพยากรได้อีกทางหนึ่ง ทั้งนี้เราหวังเป็นอย่างยิ่งว่าเพื่อนๆพนักงานทุกคนจะร่วมใจช่วยกันให้ปี 25667 นี้สามารถบรรลุได้ตามเป้าหมายที่ตั้งไว้

ESG Summary Data

ประเภทของขยะ

Dec 2023

Jan 2024

1

กระดาษ

น้ำหนัก 483 กก.

น้ำหนัก 317 กก.

2

ขวดพลาสติก
หรือ ขวด PET

น้ำหนัก 97 กก.

น้ำหนัก 36 กก.

3

ขยะทั่วไป

น้ำหนัก 4,945 กก.

น้ำหนัก 5,460 กก.

*** ปริมาณขยะจากบริษัท เจมาร์ท ณ อาคาร A , B และ C ปี 2566

สรุปข้อมูล

จากข้อมูลในตารางจะเห็นได้ว่าปริมาณขยะเดือน ธ.ค. 2566 **น้อยลง**กว่าเดือน ม.ค. 2567 ถึง 2 ประเภท ได้แก่ กระดาษ และ ขวดพลาสติก ซึ่งถือเป็นผลลัพธ์ในการเริ่มต้นปีใหม่ที่ดี โดยผลลัพธ์ก็ได้เกิดมาจากการร่วมมือกันของพนักงานเราทุกคน แต่ยังไม่ใช้ผลลัพธ์ที่ดีสำหรับขยะประเภททั่วไป เนื่องจากหากพิจารณาจากภาพรวมแล้วนั้น ปริมาณขยะประเภททั่วไปมีปริมาณรวมสูงกว่าขยะประเภทอื่นๆ นับ 1,000 กก. ในทุกเดือน ตรงนี้คือประเด็นที่สามารถตั้งสมมุติฐานได้ว่า ขยะประเภทกระดาษ ขวดพลาสติก และกล่องข้าวพลาสติกอาจเกิดจากการทิ้งขยะไม่ถูกประเภท หรือเกิดจากความไม่แน่ใจว่าขยะประเภทต่างๆควรทิ้งอย่างไร

อย่างไรแล้วพวกเราสามารถร่วมกันคัดแยกขยะเพื่อให้บรรลุผลลัพธ์ตามเป้าหมายที่บริษัทวางไว้ คือ ภายในปี 2568 ลดสัดส่วนการนำขยะไปฝังกลบหรือเผาทำลาย โดยการนำเข้าสู่กระบวนการ Recycle ไม่น้อยกว่าร้อยละ 10

ซึ่งหากเพื่อนๆพนักงานสงสัยว่าขยะแต่ละประเภทควรทิ้งขยะถึงไหน ก่อนทิ้งขยะในมือให้หยุดอ่านประเภทถึงขยะและอ่านป้ายให้ความรู้เรื่องประเภทขยะตามจุดทิ้งขยะ เพื่อช่วยคลายความสงสัยว่าขยะนั้นๆควรทิ้งอย่างไร

เพราะนอกจากขยะในมือเราจะได้รับการนำไปจัดการต่ออย่างถูกวิธีแล้วนั้น การทิ้งขยะลงถังที่ถูกประเภทยังสามารถช่วยลดกระบวนการจัดการขยะที่เกิดมาจากการทิ้งที่ไม่ถูกวิธีได้อีกด้วย





พิธีทำบุญตักบาตร

วันพุธที่ 14 กุมภาพันธ์ 2567 ที่ผ่านมา บริษัทเจมาร์ท กรุ๊ป โฮลดิ้งส์ จำกัด (มหาชน) และบริษัทในเครือ ได้จัดกิจกรรมทำบุญตักบาตรประจำเดือนต้อนรับวันแห่งความรักในวันวาเลนไทน์ ณ อาคารเจมาร์ท สำนักงานใหญ่ เพื่อเป็นการเสริมความเป็นสิริมงคลในการดำรงชีวิต ส่งเสริมภูมิปัญญาทางวัฒนธรรม โดยภายในกิจกรรมเป็นการตักบาตรข้าวสารอาหารแห้งและอาหารปรุงสำเร็จรูปแด่พระสงฆ์จำนวน 3 รูป จากวัดศรีบุญเรือง





Jaymart Charity

พลังใจให้โลหิต

วันศุกร์ที่ 16 กุมภาพันธ์ 2567 เจมาร์ท ได้จัดจุดรับบริจาคโลหิต ณ อาคารเจมาร์ท สำนักงานใหญ่ ตึก B ชั้น 2 เพื่อรับบริจาคโลหิตจากทั้งพนักงานของบริษัท และประชาสัมพันธ์ให้ประชาชนภายนอกได้รับทราบข่าวสารของการเปิดรับบริจาคโลหิต เพื่อตระหนักถึงการมีส่วนร่วมในการช่วยเหลือสังคม รวมถึงการส่งเสริมการรักษาสุขภาพของผูบบริจาค โดยจำนวนโลหิตที่ได้รับจากการบริจาคในครั้งนี้มากถึง 44,050 CC เจมาร์ท ขอขอบพระคุณผู้แบ่งปันที่เข้าร่วมกิจกรรม Jaymart Charity พลังใจให้โลหิต ทุกท่านมาอย่างสม่าเสมอ





JAYMART NEWSLETTER

(FEBRUARY NO.11 2024)

สแกนเพื่อทำแบบสอบถามความคิดเห็น



THANK YOU

jaymartgroup_esg@jaymart.co.th