



เหตุฉุกเฉินเกิดขึ้นได้

ข่าวดีคือ มีบางอย่างที่ง่ายที่คุณสามารถทำได้
ทันทีเพื่อเตรียมความพร้อม



ไม่ว่าจะเป็นภัยธรรมชาติ
อุบัติเหตุทางรถยนต์ หรือการ
แพร่ระบาดทั่วโลก การรับมือกับ
เหตุฉุกเฉินอาจเป็นเรื่องท้าทาย
และเหตุฉุกเฉินส่งผลร้ายแรงต่อ
ชีวิตของพวกเขา

เริ่มต้นด้วยการเตรียมใจ:

นึกว่าคุณทำอะไรภายใต้ความกดดันและ
คิดถึงบางกลยุทธ์ที่คุณสามารถใช้เพื่อตั้งสติ
การทำอย่างนี้จะช่วยให้คุณตัดสินใจได้อย่าง
เหมาะสมในช่วงเวลาที่กดดัน



ศึกษาข้อมูล

ค้นหาความเสี่ยงที่คุณเผชิญจากแหล่งข้อมูลที่
เชื่อถือได้ เช่น เทศบาลเมือง ห้องสมุดในพื้นที่
ของคุณ บริการฉุกเฉินในพื้นที่ หรือผู้ที่อาศัย
อยู่ในพื้นที่ของคุณเป็นเวลานาน



เชื่อมโยงกับผู้คนในชุมชน

การเชื่อมโยงกับผู้คนในชุมชนของคุณ
หมายความว่า你可以互相帮助ซึ่งกันและ
กันได้ในการเผชิญเหตุฉุกเฉิน

เพื่อพัฒนาเครือข่ายของคุณ คุณสามารถเข้าร่วมชมรม เป็นอาสาสมัครในองค์กรท้องถิ่น
หรือเพียงแค่ทักทายเพื่อนบ้านและแลกเปลี่ยน
ข้อมูลการติดต่อระหว่างกัน



จัดระเบียบ

นึกถึงสิ่งที่สามารถทำได้จริงเพื่อเตรียมความ
พร้อมตั้งแต่ตอนนี้

เช่น ทำสำเนาเอกสารสำคัญและเก็บต้นฉบับไว้
ในที่ที่ปลอดภัย

ระบุสิ่งที่มีคุณค่าทางจิตใจที่คุณไม่ต้องการเสีย
ไป นอกจากนี้ยังเป็นความคิดที่ดีที่จะจัดทำแผน
ฉุกเฉินและบรรจุชุดอุปกรณ์ฉุกเฉินในกรณี
ที่คุณจำเป็นต้องออกจากบ้านอย่างรวดเร็ว
เหตุฉุกเฉินเกิดขึ้นได้และจะดีกว่าถ้าคุณพร้อม

เรียนรู้เพิ่มเติมได้โดยเยี่ยมชมเว็บไซต์ Australian Red Cross หรือ
ดาวน์โหลดแอป Red Cross Get Prepared



**Australian
Red Cross**



GET PREPARED

Protect what matters most

Download on the
App Store

GET IT ON
Google play

