



# เหตุฉุกเฉินเกิดขึ้นได้

ข่าวดีคือ มีบางอย่างที่ง่ายที่คุณสามารถทำได้  
ทันทีเพื่อเตรียมความพร้อม



ไม่ว่าจะเป็นภัยธรรมชาติ  
อุบัติเหตุทางรถยนต์ หรือการ  
แพร่ระบาดทั่วโลก การรับมือกับ  
เหตุฉุกเฉินอาจเป็นเรื่องท้าทาย  
และเหตุฉุกเฉินส่งผลร้ายแรงต่อ  
ชีวิตของพวกเขา

## เริ่มต้นด้วยการเตรียมใจ:

นึกว่าคุณทำอย่างไรภายใต้ความกดดันและ  
คิดถึงบางกลยุทธ์ที่คุณสามารถใช้เพื่อตั้งสติ  
การทำอย่างนี้จะช่วยให้คุณตัดสินใจได้อย่าง  
เหมาะสมในช่วงเวลาที่กดดัน



## ศึกษาข้อมูล

ค้นหาความเสี่ยงที่คุณเผชิญจากแหล่งข้อมูลที่  
เชื่อถือได้ เช่น เทศบาลเมือง ห้องสมุดในพื้นที่  
ของคุณ บริการฉุกเฉินในพื้นที่ หรือผู้ที่อาศัย  
อยู่ในพื้นที่ของคุณเป็นเวลานาน



## เชื่อมโยงกับผู้คนที่อยู่ในชุมชน

การเชื่อมโยงกับผู้คนที่อยู่ในชุมชนของคุณ  
หมายความว่า你可以互相帮助和支持  
กันในกรณีฉุกเฉิน

เพื่อพัฒนาเครือข่ายของคุณ คุณสามารถเข้า  
ร่วมชมรม เป็นอาสาสมัครในองค์กรท้องถิ่น  
หรือเพียงแค่ทักทายเพื่อนบ้านและแลกเปลี่ยน  
ข้อมูลการติดต่อระหว่างกัน



## จัดระเบียบ

นึกถึงสิ่งที่สามารถทำได้จริงเพื่อเตรียมความ  
พร้อมตั้งแต่ตอนนี้

เช่น ทำสำเนาเอกสารสำคัญและเก็บต้นฉบับไว้  
ในที่ที่ปลอดภัย

ระบุสิ่งที่มีคุณค่าทางจิตใจที่คุณไม่ต้องการเสีย  
ไป นอกจากนี้เป็นความคิดที่ดีที่จะจัดทำแผน  
ฉุกเฉินและบรรจุชุดอุปกรณ์ฉุกเฉินในกรณี  
ที่คุณจำเป็นต้องออกจากบ้านอย่างรวดเร็ว  
เหตุฉุกเฉินเกิดขึ้นได้และจะดีกว่าถ้าคุณพร้อม

เรียนรู้เพิ่มเติมได้โดยเยี่ยมชมเว็บไซต์ Australian Red Cross หรือ  
ดาวน์โหลดแอป Red Cross Get Prepared



**Australian  
Red Cross**



**GET PREPARED**

Protect what matters most

