



# แนวทางปฏิบัติเพื่อความปลอดภัยในกรณีฉุกเฉิน

จัดทำโดย Home Front Command  
(แปลโดย สถานเอกอัครราชทูต ณ กรุงเทลอาวีฟ)

National Emergency Portal

[oref.org.il](https://oref.org.il)



WhatsApp  
and SMS  
**052-9104104**

 **104**

# สิ่งของที่ควรเตรียมไว้ในยามฉุกเฉิน



ควรเตรียมสิ่งของไว้ในยามฉุกเฉินอย่างน้อย 72 ชั่วโมง  
ในกรณีที่ไฟฟาดับหรือขาดแคลนสิ่งของที่จำเป็น  
รายการสิ่งของจำเป็นที่ควรเตรียม ได้แก่



น้ำดื่มและอาหาร



ไฟฉาย



วิทยุ และถ่านไฟฉาย



ยารักษาโรค และยาสามัญประจำบ้าน



เงินสด และเอกสารสำคัญ



สิ่งของอื่น ๆ ที่จำเป็นของครอบครัว

## เบอร์โทรศัพท์สำคัญ

100- ตำรวจ (Israel Police)

101 - โรงพยาบาล Magen David Adom

102 - รถดับเพลิง

104 - กองกำลังป้องกันประเทศ

(Home Front Command)

106 - เทศบาลท้องถิ่น

โปรดรับฟังข้อมูลข่าวสารจากแหล่งข่าวทางการเท่านั้น

# ครอบครัวที่ปลอดภัย คือครอบครัวที่เตรียมพร้อม



3 ขั้นตอนปกป้องครอบครัวของคุณให้ปลอดภัย



## 1. ศึกษาแนวปฏิบัติในกรณีฉุกเฉิน

- ดาวน์โหลดแอปพลิเคชันของ Home Front Command ซึ่งจะเตือนภัยทันทีเมื่อเกิดเหตุการณ์ฉุกเฉินในพื้นที่
- ปฏิบัติตามแนวทางเมื่อได้ยินเสียงสัญญาณเตือนภัย
- ชักซ้อมการเขาสถานที่หลบภัยภายในเวลาที่กำหนด



## 2. จัดเตรียมบ้านพักเพื่อรับมือกับสถานการณ์ฉุกเฉิน

- เตรียมห้องนรภัยให้พร้อมใช้งาน
- ย้ายเตียงนอนเด็กไปไว้ที่ห้องนรภัย
- เตรียมอุปกรณ์จำเป็นให้พร้อมสำหรับกรณีฉุกเฉิน



## 3. ให้ทุกคนในครอบครัวได้รับรู้และมีส่วนร่วมด้วย

- พูดคุยกันอย่างมีสาระ
- แบ่งงานกันทำ
- ชักซ้อมและฝึกฝนแนวทางการปฏิบัติตน

## ขอความช่วยเหลือสำหรับบิดามารดา

-> ให้ความรู้อย่างเหมาะสมแก่บุตร

- เด็กอาจแสดงอาการวิตกกังวลด้วยการไม่อยากอยู่ห่างจากพ่อแม่ และอาจฉีртที่นอน

• ควรอธิบายให้เด็กฟังว่า สัญญาณเตือนภัยมีเสียงดังเนื่องจากต้องเตือนพวกเราทุกคนว่ามีอันตราย

- ผู้ใหญ่ควรอยู่ในความสงบและไม่ตื่นตระหนก

การเตรียมพร้อม = การป้องกันที่ดีที่สุด

# แนวทางปฏิบัติเมื่อเกิดเหตุจรวดโจมตี



เมื่อได้ยินสัญญาณจรวดโจมตี  
ทุกคนต้องเข้าที่หลบภัยโดยเร็ว



## หากอยู่ในอาคาร

ไปที่ห้องนิรภัย โถงบันไดที่มีกำแพงรอบด้าน  
ห้องที่อยู่ใจกลางอาคาร  
และปิดประตู/หน้าต่างให้สนิท



## หากอยู่นอกอาคาร

ไปยังอาคารที่ใกล้ที่สุด หากทำไม่ได้  
ให้นอนราบบนพื้นและใช้มือปกป้องศีรษะ



## หากอยู่ในยานพาหนะส่วนบุคคล

จอดรถไว้ข้างถนน  
ออกจากยานพาหนะและไปที่อาคารที่ใกล้ที่สุด  
หรือนอนราบลงบนพื้นและใช้มือปกป้องศีรษะ



## หากอยู่บนรถเมล์

ออกจากรถและไปยังอาคารที่ใกล้ที่สุด  
หากไม่สามารถออกจากรถได้  
ให้หมอบต่ำกว่าหน้าต่างและใช้มือปกป้องศีรษะ

## หากอยู่บนรถไฟ

ให้หมอบต่ำกว่าหน้าต่างและใช้มือปกป้องศีรษะ

## ข้อควรระวังสำคัญ

- ไปยังสถานที่หลบภัยโดยเร็ว ด้วยความระมัดระวัง
- การเฝ้าระวังอย่างตื่นตัว ไม่ควรฟังฟังสัญญาณไซเรนอย่างเดียว
- ไม่เข้าพื้นที่ที่จรวดโจมตีตกลง
- ไม่เข้าใกล้วัตถุต้องสงสัย เพราะอาจจะระเบิดได้ทุกเมื่อ

ต้องรอในสถานที่หลบภัยอย่างน้อย  
10 นาทีหลังเสียงไซเรนสงบลงแล้ว

# สถานที่หลบภัยมีที่ไหนบ้าง



## แนวปฏิบัติเมื่ออยู่ในสถานที่หลบภัย



### 1. ห้องนรภัยในอาคาร

- ปิดประตูและหน้าต่างให้สนิท
- ปิดฝาที่ระบายอากาศ



### 2. สถานที่หลบภัยสาธารณะ

- ไม่มีสิ่งกีดขวางหรือช่องว่างเกะกะ
- ปิดและล็อกประตูให้สนิทเมื่อได้ยินสัญญาณไซเรน



### 3. โถงบันไดภายในที่มีกำแพงล้อมรอบ ไม่มีหน้าต่าง

- หากอยู่ในอาคารที่มีสามชั้นขึ้นไป
- ขอให้หลบภัยในชั้นที่มีอย่างน้อยสองชั้นเหนือขึ้นไป



### 4. ห้องที่อยู่ใจกลางอาคาร และไม่ติดกับกำแพงนอกอาคาร

- ไม่ควรหลบภัยในห้องครัวหรือห้องน้ำ
- นั่งในมุมห้อง ต่ำกว่าระดับหน้าต่าง และไม่นั่งหน้าประตู

## ข้อควรรู้สำคัญ

- ไม่ยืนรอบบริเวณหน้าอาคารหรือสถานที่หลบภัย เนื่องจากเสี่ยงต่อการถูกสะเก็ดระเบิด
- ปิดประตูทิ้งไว้ให้บุคคลภายนอกสามารถเข้ามาหลบในอาคารได้

ควรไปยังสถานที่หลบภัยโดยเร็ว

# การเตือนภัยจะมีขึ้นก็ต่อเมื่อเกิดเหตุการณ์ที่เป็นอันตรายต่อประชาชนในพื้นที่



ท่านสามารถรับสัญญาณเตือนการโจมตี ซึ่งเผยแพร่โดย Home Front Command ของอิสราเอล ได้ตามช่องทางดังต่อไปนี้



แอปพลิเคชันทางโทรศัพท์  
"Israel Home Front Command".



สัญญาณเตือนนอกรถ  
เพื่อเตือนในทุกคนเข้าที่หลบภัยภายในเวลาที่กำหนด



เว็บไซต์ <https://www.oref.org.il/en>  
เหมาะสำหรับผู้มีคอมพิวเตอร์  
โดยพิมพ์ชื่อเมืองที่ท่านอาศัยอยู่ เพื่อรับการแจ้งเตือนเมื่อเกิดเหตุการณ์ฉุกเฉิน



ช่องทางการรับข้อมูลข่าวสารอื่น ๆ  
ทางโทรทัศน์ วิทยุ และช่องทางอื่น ๆ

## ขอความรู้เกี่ยวกับการแบ่งพื้นที่เตือนภัย

แบ่งพื้นที่ตามเมืองที่ท่านอาศัยอยู่ โดยเมืองใหญ่จะถูกแบ่งออกเป็นหลายพื้นที่ หากคุณอยากทราบว่าอยู่ในพื้นที่แจ้งเตือนพื้นที่ใด กรุณากรอกที่อยู่ของคุณ ในเว็บไซต์ <https://www.oref.org.il/en> เพื่อติดตามสถานการณ์ความปลอดภัยในพื้นที่ที่คุณอยู่ พร้อมทั้งระยะเวลา ที่คุณควรไปถึงสถานที่หลบภัย

การเตือนภัยจะมีขึ้นก็ต่อเมื่อเกิดเหตุการณ์ที่เป็นอันตรายต่อประชาชนในพื้นที่