

รอดได้เมื่อภัยมา

ภัยพิบัตินั้นยิ่งใหญ่เกินกว่าที่มนุษย์ตัวเล็กๆ อย่างเราจะ
จะอาจหาญเข้าไปต่อสู้ได้ แต่มนุษย์ทุกคนมีสัญชาตญาณในการเอาตัวรอด
และศักยภาพที่จะอยู่รอดจากภัยนานัปการ นี่คือแบบทดสอบขีดความสามารถ
ของมนุษย์ที่คอยสรุปย้ำเตือนว่า **"ผู้รู้คือผู้รอด"** จึงจำเป็นอย่างยิ่งที่ต้องเรียนรู้
และหาวิธีรอดจากภัยต่าง ๆ ด้วยตัวเอง

เตรียมพร้อมทันทีโดย

ไม่ต้องรอให้เกิดสัญญาณอันตรายก่อน แล้วสิ่งที่เราต้องเตรียมมีอะไรบ้าง?



เตรียมใจ

เป็นสิ่งสำคัญอย่างแรกที่ต้องเตรียมให้พร้อม ไม่ตื่นตระหนกจนเกินไป เมื่อต้องเผชิญกับเหตุการณ์
ที่เกิดขึ้นจริง หรือข้อมูลต่าง ๆ ที่ถาโถมลงมา ทั้งหมดนั้นก็คือการ **"มีสติ"** เพราะสติจะทำให้เราใจเย็น
เพียงพอที่จะประเมินสถานการณ์ต่างๆ ได้อย่างถูกต้องเหมาะสม ซึ่งจะนำไปให้เรารอดพ้น
จากวิกฤติต่าง ๆ ได้อย่างปลอดภัย

เตรียมตัว

สิ่งสำคัญที่ต้องทำคือการเตรียมความพร้อมก่อนที่จะเกิดภัยพิบัติ ทั้งการหาข้อมูลภัยพิบัติ
รูปแบบต่าง ๆ เพื่อให้รู้จักและเข้าใจธรรมชาติของภัยพิบัติแต่ละประเภท
เพื่อที่จะได้รู้วิธีการเอาตัวรอดที่เหมาะสมกับภัยพิบัติประเภทนั้น ๆ
มีการซักซ้อมจำลองสถานการณ์เมื่อเกิดภัยพิบัติขึ้นมา เพื่อให้รู้ว่าหากเกิดภัยพิบัติ
ขึ้นจริงต้องใช้ชีวิตอย่างไร



เตรียมกระเป๋าถังชีพ

เป็นการเตรียมอุปกรณ์จำเป็นต่าง ๆ ที่สามารถทำให้มีชีวิตรอด
และมีเวลาเพียงพอที่จะออกไปขอความช่วยเหลือจากภายนอก
โดยภายในกระเป๋าถังชีพควรมีสิ่งจำเป็นต่างๆ ดังนี้

- อาหารแห้ง อาหารกระป๋อง และน้ำสำหรับกิน ต็ม
ประมาณ 3-4 วัน
- เสื้อผ้าที่สามารถสร้างความอบอุ่นได้ 2-3 ชุด
- รองเท้าหุ้มส้นป้องกันเท้าบาดเจ็บจากของมีคมต่าง ๆ
- ยารักษาโรคและอุปกรณ์ปฐมพยาบาล
- ของใช้ส่วนตัว เช่น ยาสีฟัน แปรงสีฟัน สบู่ ฯลฯ
- เอกสารสำคัญทางราชการต่างๆ เช่น ทะเบียนบ้าน
บัตรประจำตัวประชาชน เพื่อยืนยันตัวตนและรับความช่วยเหลือ
จากหน่วยงานต่าง ๆ
- อุปกรณ์อื่น ๆ เช่น นกหวีดสำหรับขอความช่วยเหลือ ไฟแช็กไฟฉาย
ถ่านไฟฉาย เป็นต้น

นิทรรศการ ภัยพิบัติ : เตรียมตัว รู้ รอด 2 "เตรียมรับมือ สู้ภัยพิบัติ"

55-06 / No. 03