



Home Front Command

แนวทางการปฏิบัติเพื่อปกป้องชีวิต

☎ 104



| oref.org.il

ขั้นตอนในการได้รับแนวทางปฏิบัติระหว่างการโจมตีด้วยจรวดและขีปนาวุธจากอิหร่าน

อิสราเอลกำลังเผชิญกับภัยคุกคามร้ายแรงจากอิหร่าน เพื่อให้แน่ใจว่าคุณสามารถเข้าถึงพื้นที่ปลอดภัยหรือ-หลุมหลบภัยที่ดีที่สุดภายในบริเวณของคุณ มีขั้นตอนสามขั้นตอนสำหรับการรับการแจ้งเตือนระหว่าง-ระหว่างการโจมตีด้วยจรวดและขีปนาวุธจากอิหร่าน

ระดับการเตือนภัยระหว่างการโจมตีด้วยจรวดและขีปนาวุธจากอิหร่าน

แนวทางเบื้องต้น

มุ่งหน้าเข้าสู่พื้นที่ปลอดภัยที่ดีที่สุด

ไม่ทันที่ก่อนได้รับการแจ้งเตือน

เมื่อได้รับการแจ้งเตือน

เข้าสู่พื้นที่ปลอดภัย

ภายในเวลาที่กำหนดในแต่ละพื้นที่เพื่อเข้าสู่ที่หลบภัย

คงอยู่ในพื้นที่ปลอดภัย

ห้ามออกมา

จนกว่าจะได้รับแนวทางปฏิบัติที่ชัดเจน

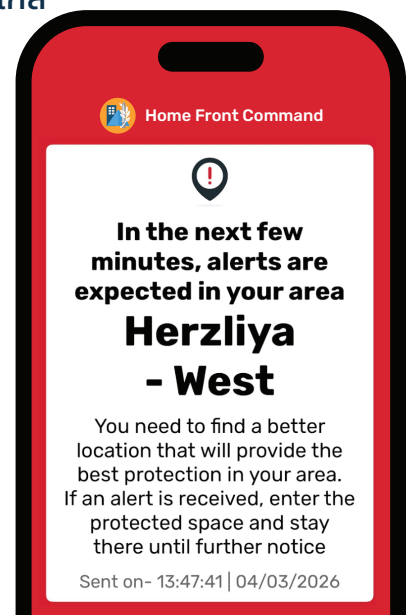
โครงการเผยแพร่ข้อมูลของหน่วยงานป้องกันภัย

ขั้นตอนที่ 1: แนวทางปฏิบัติเบื้องต้น คาดว่าจะมีการแจ้งเตือนในพื้นที่ของคุณในอีกไม่กี่นาทีข้างหน้า

หากเป็นไปได้ จะมีการออกแนวทางปฏิบัติเบื้องต้นเพื่อให้คุณมีเวลาเตรียมตัวได้หลายนาที ซึ่งจะช่วยให้คุณสามารถไปยังพื้นที่ปลอดภัยหรือหลุมหลบภัยที่เหมาะสมที่สุดในบริเวณของคุณก่อนที่จะได้รับการแจ้งเตือน โปรดทราบว่า แนวทางปฏิบัติเบื้องต้นนี้ใช้ได้เฉพาะกับภัยคุกคามระยะไกลที่มาจากพื้นที่ห่างไกลเท่านั้น

คุณจะได้รับแนวทางปฏิบัติเบื้องต้นผ่านข้อความที่ส่งทางระบบส่งข้อความแจ้งเตือนภัยพิบัติฉุกเฉินจากภาครัฐ (CB) และแอปพลิเคชันกองกำลังบัญชาการรบส่วนหน้า (Home Front Command) บนเว็บไซต์กลางของศูนย์แจ้งเหตุฉุกเฉินแห่งชาติ (National Emergency) (เว็บไซต์นี้) และช่องทางแอปพลิเคชันส่งข้อความ (Telegram) ของกองกำลังบัญชาการรบส่วนหน้า

โปรดทราบ: สำหรับการปล่อยจรวดจากพื้นที่ใกล้เคียง จะมีการออกประกาศเตือนภัยมาตรฐานเท่านั้น คุณต้องเข้าไปอยู่ในพื้นที่ที่ปลอดภัยที่สุดในบริเวณรอบๆตัวคุณ ภายในเวลาที่กำหนด เพื่อไปที่หลบภัยและต้องอยู่ในนั้น จนกว่าคุณจะได้รับแนวทางปฏิบัติที่ชัดเจนว่าคุณสามารถออกจากพื้นที่ปลอดภัยได้



ขั้นตอนที่ 2: การแจ้งเตือนและการเข้าสู่พื้นที่ปลอดภัย

ในขั้นตอนนี้ จะมีการแจ้งเตือนผ่านช่องทางต่างๆ ของกองกำลังบัญชาการรบส่วนหน้า ได้แก่ แอปพลิเคชันของทาง การ เสียงไซเรน เว็บไซต์กลางของศูนย์แจ้งเหตุฉุกเฉินแห่งชาติ และสื่อกระจายเสียง เมื่อได้รับสัญญาณเตือน คุณต้องเข้าไปในพื้นที่ปลอดภัยหรือหลุมหลบภัยที่เหมาะสมที่สุด และถึงที่หลบภัยภายในเวลาที่กำหนด คุณต้องปิดประตูให้สนิทโดยหมอนที่จับประตูให้อยู่ในตำแหน่ง 90 องศา ตรวจสอบให้แน่ใจว่าหน้าต่างปิดสนิท และอยู่ในพื้นที่ปลอดภัยหรือหลุมหลบภัยนั้นจนกว่าจะได้รับแนวทางปฏิบัติที่ชัดเจน

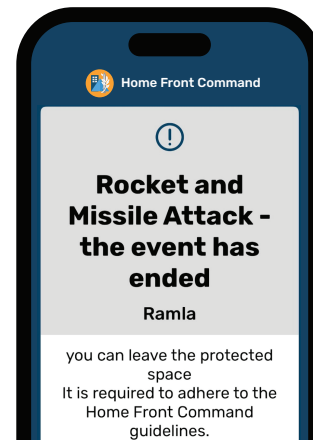
การออกจากพื้นที่ปลอดภัยหรือหลุมหลบภัยก่อนที่จะได้รับแนวทางปฏิบัติที่ชัดเจนว่าคุณสามารถออกไปได้นั้น เป็นอันตรายถึงชีวิต



ขั้นตอนที่ 3: ข้อความแจ้งอนุญาตให้ออกจากพื้นที่

โปรดอ่านข้อความแจ้งเตือนอย่างละเอียด - ว่าคุณสามารถออกจากพื้นที่ปลอดภัยหรือหลุมหลบภัยได้หรือไม่ หรือคุณสามารถออกจากพื้นที่ได้ แต่ยังคงต้องอยู่ใกล้กับพื้นที่ปลอดภัยหรือหลุมหลบภัย

โปรดทราบ: โปรดตรวจสอบเนื้อหาของประกาศหรือข้อความจากกองกำลังบัญชาการรบส่วนหน้า อย่างละเอียดถี่ถ้วนและปฏิบัติตามนั้น อาจมีการออกแนวทางปฏิบัติที่แตกต่างกันสำหรับพื้นที่ต่างๆ ในประเทศ



อยู่ใกล้พื้นที่ปลอดภัยหรือหลุมหลบภัยและลดการอยู่กลางแจ้งให้น้อยที่สุด

เมื่อได้รับแนวทางปฏิบัติจากกองกำลังบัญชาการรบส่วนหน้า ให้รออยู่ใกล้พื้นที่ปลอดภัยหรือหลุมหลบภัย หรือให้รออยู่ใกล้พื้นที่ปลอดภัยหรือหลุมหลบภัยที่เหมาะสมที่สุดที่คุณสามารถไปถึงได้ภายในเวลาที่กำหนด

หลีกเลี่ยงการอยู่กลางแจ้งหรือการเคลื่อนไหวภายนอกอาคาร เว้นแต่มีเหตุจำเป็นอย่างยิ่ง

หลีกเลี่ยงการรวมกลุ่มกัน

การเลือกพื้นที่ปลอดภัยหรือหลุมหลบภัยที่เหมาะสมที่สุด

เลือกพื้นที่ปลอดภัยหรือหลุมหลบภัยที่เหมาะสมที่สุดตามลำดับความสำคัญดังต่อไปนี้:

1. ในพื้นที่ส่วนตัว

ห้องหลบภัยในบ้านเรือนที่พักอาศัย (Mamad - मामद) ห้องหลบภัยส่วนรวม (Mamak - मामक) หรือพื้นที่

2. ในพื้นที่สาธารณะ

หลุมหลบภัยสาธารณะ พื้นที่ปลอดภัยมาตรฐานในสถาบันการศึกษา หรือสถานที่ของเทศบาล เช่น ศูนย์ชุมชน ที่ได้รับการอนุมัติจากกองกำลังบัญชาการรบส่วนหน้า

3. “พื้นที่บริเวณตรงกลางที่ดี”

เฉพาะในกรณีที่ไม่มีพื้นที่ปลอดภัยหรือหลุมหลบภัยสาธารณะในบริเวณของคุณเท่านั้น ให้เลือก “พื้นที่บริเวณตรงกลางที่ดี” เช่น ทางบันไดภายในบ้าน หรือพื้นที่ด้านในของบ้าน ตามหลักเกณฑ์ดังต่อไปนี้:

- บันไดภายในอาคาร (ที่ไม่มีหน้าต่างหรือผนังด้านนอก) - เมื่อได้รับสัญญาณเตือน ให้รออยู่ในทางบันไดและอย่าอยู่ในพื้นที่โล่งของชั้นนั้น สำหรับในอาคารที่มีมากกว่าสามชั้น ให้รออยู่บนทางบันไดในชั้นที่มีอย่างน้อยสองชั้นอยู่ด้านบน ในอาคารสามชั้น ให้รออยู่บนทางบันไดของชั้นกลาง อย่าอยู่บนชั้นที่ตรงกับทางเข้าอาคาร
- พื้นที่ภายในที่ล้อมรอบด้วยผนังให้มากที่สุดเท่าที่จะเป็นไปได้ และมีหน้าต่างและช่องเปิดให้น้อยที่สุดเท่าที่จะเป็นไปได้ ตรวจสอบให้แน่ใจว่าพื้นที่ภายในไม่มีเซรามิก กระเบื้องเคลือบหรือพอร์ซเลน หรือกระจกที่อาจแตกได้ คุณอาจเลือกใช้โถงทางเดินภายในอาคารหลบภัยได้ และปิดประตูและหน้าต่าง เมื่อได้รับสัญญาณเตือน ให้นั่งชิดผนังด้านใน ต่ำกว่าแนวหน้าต่าง และไม่หันหน้าไปทางประตู

สถานที่ที่ไม่สามารถใช้เป็นพื้นที่ปลอดภัยหรือหลบภัยได้

อย่าเลือกใช้ที่จอดรถใต้ดินที่ไม่ได้รับการอนุมัติจากกองกำลังบัญชาการรบส่วนหน้าว่าเป็นพื้นที่ปลอดภัยหรือหลบภัย ที่จอดรถเหล่านี้เป็นอันตรายถึงชีวิต เนื่องจากมีความเสี่ยงที่จะพังถล่มลงมาและอาจกลายเป็นกับดักสำหรับผู้ที่อยู่ภายใน

อย่าเลือกห้องครัว ห้องอาบน้ำ หรือห้องน้ำ เพราะห้องเหล่านี้มีสิ่งของที่อาจแตกหักและก่อให้เกิดอันตรายได้ เช่น วัสดุเซรามิก วัสดุกระเบื้องเคลือบ และแก้ว

แนวปฏิบัติเพื่อช่วยชีวิต

กิจกรรมกลางแจ้ง

เข้าไปในพื้นที่ปลอดภัยหรือหลุมหลบภัยที่เหมาะสมที่สุดที่อยู่ใกล้ตัวคุณ หาก你不能เข้าไปในพื้นที่ปลอดภัยหรือหลุมหลบภัยได้ ให้อนอนหมอบราบกับพื้นและใช้มือปกป้องศีรษะของคุณ

ในยานพาหนะ

- จอดรถข้างทาง ลงจากรถ และเข้าไปอยู่ในพื้นที่ปลอดภัยหรือหลุมหลบภัยที่เหมาะสมในบริเวณรอบๆตัวคุณ
- หาก你不能ไปถึงอาคารได้อย่างรวดเร็ว ให้ออกจากรถและอยู่ห่างจากรถ โดยไปยังข้างถนนหรือเลยแนวกันนิรภัย นอนหมอบราบลงกับพื้น และใช้มือปกป้องศีรษะของคุณ
- เฉพาะในกรณีที่你不能ออกจากรถได้ ให้อจอดรถข้างทาง เปิดหน้าต่าง และโน้มตัวลงต่ำกว่าระดับหน้าต่าง

บนระบบขนส่งสาธารณะ

- บนรถโดยสารวิ่งให้บริการภายในเขตเมือง - คนขับต้องจอดรถข้างทางและเปิดประตู ผู้โดยสารต้องก้มตัวลงต่ำกว่าระดับหน้าต่างและใช้มือปกป้องศีรษะ
- บนรถโดยสารประจำทางในตัวเมือง - คนขับต้องจอดรถข้างทางและเปิดประตูเพื่อให้ผู้โดยสารลงและเข้าไปอยู่ในพื้นที่ปลอดภัยหรือหลุมหลบภัยที่เหมาะสมที่สุด หากไม่สามารถไปถึงพื้นที่ปลอดภัยหรือหลุมหลบภัยที่เหมาะสมได้ภายในเวลาที่กำหนด ให้อก้มตัวลงต่ำกว่าระดับหน้าต่างและใช้มือปกป้องศีรษะ
- บนรถไฟ - คนขับต้องลดความเร็วลงเหลือ 30 กม./ชม. และผู้โดยสารต้องก้มตัวลงต่ำกว่าระดับหน้าต่างในตู้โดยสารและใช้มือปกป้องศีรษะ เมื่อถึงสถานีที่ใกล้ที่สุด ผู้โดยสารจะต้องลงจากรถไฟอย่างระมัดระวังและเข้าไปในพื้นที่ปลอดภัยหรือหลุมหลบภัยที่เหมาะสมที่อยู่ภายในสถานี

ข้อเน้นย้ำสำคัญ

- อยู่ในพื้นที่ปลอดภัยหรือหลุมหลบภัยที่เหมาะสมกว่าจะได้รับแนวทางปฏิบัติอย่างชัดเจนจากกองกำลังบัญชาการรบส่วนหน้า ว่าปลอดภัยที่จะออกจากพื้นที่
- ห้ามใช้ลิฟต์
- หากคุณอยู่ในอาคารก่อสร้างสำเร็จรูปและไม่มีทางเข้าถึงพื้นที่ปลอดภัยหรือหลุมหลบภัยที่เหมาะสมภายในเวลาที่กำหนดเพื่อไปยังที่หลบภัย ให้รีบออกจากอาคาร นอนหมอบราบลงกับพื้น และใช้มือปกป้องศีรษะของคุณ
- ห้ามรวมตัวกันในพื้นที่ที่ถูกโจมตี การรวมกลุ่มเป็นอันตรายเนื่องจากมีความเสี่ยงที่จะถูกโจมตีด้วยจรวดเพิ่มเติม
- การสัมผัสกระสุนอาจทำให้เกิดการระเบิดและเป็นอันตรายถึงชีวิต หากคุณพบเห็นวัตถุต้องสงสัย ให้รีบออกจากบริเวณนั้น และกันผู้อื่นให้ออกไป และแจ้งตำรวจอิสราเอลที่เบอร์ของศูนย์บริการหมายเลข 100 โดยเร็วที่สุดเท่าที่จะเป็นไปได้

อากาศยานของศัตรู ภัยคุกคามที่แตกต่างกัน แต่แนวทางปฏิบัติเหมือนกัน

เมื่อได้รับการแจ้งเตือนเกี่ยวกับการแทรกซึมของอากาศยานศัตรู ให้เข้าไปในพื้นที่ปลอดภัยที่เหมาะสมที่สุดโดยเร็วที่สุด และอยู่ในพื้นที่นั้นจนกว่าจะได้รับแนวทางปฏิบัติที่ชัดเจน

จรวดที่ยังไม่ระเบิดและวัตถุที่ไม่สามารถระบุได้

ในขณะนี้ อาจพบจรวดที่ยังไม่ระเบิดและเศษชิ้นส่วนจากขีปนาวุธและจรวดตกอยู่บนพื้นดิน โปรดจำไว้ว่า การถ่ายภาพวัตถุเหล่านี้ การอยู่ใกล้ๆ และที่สำคัญที่สุดคือการสัมผัสใดๆ ก็ตาม ถือเป็นกรกระทำที่เสี่ยงต่อชีวิต! โปรดจำไว้ว่า: หากคุณพบเห็นวัตถุต้องสงสัย ให้รีบออกจากบริเวณนั้น กันผู้อื่นให้ออกไป และแจ้งตำรวจอิสราเอลที่เบอร์ของศูนย์บริการหมายเลข 100 โดยเร็วที่สุดเท่าที่จะเป็นไปได้

หมายเลขโทรศัพท์สำคัญ:

- 104 - กองกำลังบัญชาการรบส่วนหน้าอิสราเอล
 - 106 - เทศบาลท้องถิ่น
 - 100 - ตำรวจอิสราเอล
 - 101 - องค์กรมานาเจน เดวิด อาดอม (Magen David Adom)
 - 102 - บริการดับเพลิงและกู้ภัย
- โปรดเชื่อเฉพาะข้อมูลอย่างเป็นทางการจากแหล่งที่ได้รับอนุญาตเท่านั้น

ข้อเน้นย้ำสำหรับแรงงานผู้ดูแล

การรับการแจ้งเตือน

ผู้สูงอายุอาจมีปัญหาการได้ยินและอาจไม่ได้ยินเสียงไซเรน ให้ติดตั้งแอปพลิเคชันของกองกำลังบัญชาการรบ ส่วนหน้าอิสราเอล (Home Front Command) บนโทรศัพท์มือถือของคุณและช่วยผู้สูงอายุติดตั้งแอปบน โทรศัพท์ของพวกเขา หากมีปัญหาการได้ยิน คุณสามารถตั้งค่าแอปฯ ให้แจ้งเตือนผ่านการสั่น และบนอุปกรณ์ แอนดรอยด์ (Android) ผ่านไฟกะพริบ ตรวจสอบให้แน่ใจว่าได้เปิดใช้งานการระบุตำแหน่งที่ตั้งแล้ว และตั้งค่า ตำแหน่งปัจจุบันของคุณเป็น "พื้นที่ที่สนใจ" เพื่อให้แน่ใจว่าคุณจะได้รับการแจ้งเตือน แม้ในขณะที่สัญญาณ GPS ชัดข้อง

การเดินทางเข้าสู่พื้นที่ปลอดภัยหรือหลุมหลบภัยอย่างปลอดภัย

สำหรับผู้สูงอายุ การเข้าสู่พื้นที่ปลอดภัยหรือหลุมหลบภัยอาจเป็นเรื่องยาก เนื่องจากปัญหาด้านการ เคลื่อนไหว การมองเห็นบกพร่อง และความท้าทายทางกายภาพอื่นๆ ดังนั้น การเตรียมตัวล่วงหน้าจึงมี ความสำคัญอย่างยิ่ง เพื่อให้การเดินทางเข้าสู่พื้นที่ปลอดภัยหรือหลุมหลบภัยเป็นไปอย่างปลอดภัย และ ป้องกันการหกล้มหรือการบาดเจ็บระหว่างทาง โปรดปฏิบัติตามคำแนะนำเหล่านี้:

- นั่งคุยกับผู้สูงอายุเพื่อประเมินอย่างแน่ชัดว่าพวกเขามีเวลาเหลือเท่าใดในการไปถึงพื้นที่ปลอดภัยหรือ หลุมหลบภัย(โดยพิจารณาจากสถานที่ตั้งของพวกเขา) และเลือกพื้นที่ปลอดภัยที่เหมาะสมที่สุดตามนั้น
- วางแผนเส้นทางไปยังพื้นที่ปลอดภัยหรือหลุมหลบภัยล่วงหน้า กำจัดสิ่งกีดขวางหรือสิ่งๆ ที่อาจทำให้สะดุด ล้มหรือได้รับบาดเจ็บ หากเป็นไปได้ ให้ฝึกซ้อมการเคลื่อนตัวไปยังพื้นที่ปลอดภัยหรือหลุมหลบภัยร่วมกัน เพื่อให้แน่ใจว่าสามารถทำได้ภายในกรอบเวลาที่กำหนด
- หากพื้นที่ที่เหมาะสมที่สุดสำหรับการหลบภัยคือบริเวณบันได ให้เตรียมเก้าอี้ที่เหมาะสมไว้ล่วงหน้า เพื่อให้ พวกเขาที่นั่งกันที่ที่มาถึง
- สำหรับผู้ที่ใช้รถเข็น ไม่เก้าอี้ หรือผู้ที่นอนติดเตียง ให้จัดเตรียมเตียงไว้ภายในห้องหลบภัยในบ้านเรือน ที่พักอาศัย (Mamad - मामد) หรือห้องด้านใน วางเตียงชิดผนังด้านใน ต่ำกว่าแนวหน้าต่าง และห่าง จากประตู ตรวจสอบให้แน่ใจว่าไม่มีชั้นวางของหรือสิ่งของหนักๆ แขนงอยู่เหนือเตียงที่อาจตกลงมาได้
- หากการเคลื่อนย้ายผู้สูงอายุจากโซฟาไปยังรถเข็นทำได้ยาก ให้เลื่อนโซฟาไปชิดผนังด้านใน ห่างจาก หน้าต่าง และไม่หันหน้าเข้าหาประตูโดยตรง
- ตรวจสอบให้แน่ใจว่าอุปกรณ์ช่วยในการเคลื่อนที่ที่จำเป็นทั้งหมด เช่น รถเข็นหรือไม่เก้าอี้ช่วยเดิน อยู่ใน บริเวณใกล้เคียงตลอดเวลา เพื่อให้สามารถหยิบใช้ได้ทันทีเมื่อต้องการ

การเตรียมพื้นที่ปลอดภัย

การเตรียมพื้นที่ปลอดภัยล่วงหน้าจะช่วยให้ผู้สูงอายุรู้สึกพร้อม เพิ่มความรู้สึกควบคุมสถานการณ์ได้ และลดความรู้สึกไม่พึงประสงค์ เช่น ความรู้สึกไร้ที่พึ่งและความกลัว ผู้สูงอายุบางคนอาจต้องการสิ่งอำนวยความสะดวกเฉพาะ เพื่อให้สามารถอยู่ในพื้นที่ปลอดภัยหรือหลุมหลบภัยได้ จึงเป็นสิ่งสำคัญที่จะต้องทำให้พื้นที่ปลอดภัยนั้นเข้าถึงได้ง่ายและเตรียมสิ่งอำนวยความสะดวกเหล่านั้นล่วงหน้า เพื่อให้เหมาะสมกับความต้องการของพวกเขา เช่น เก้าอี้สำหรับนั่ง นาฬิกาขนาดใหญ่สำหรับดูเวลาที่ผ่านไปนานเท่าใดแล้วในพื้นที่ปลอดภัยหรือหลุมหลบภัย รายชื่อหมายเลขโทรศัพท์ที่สำคัญ และสิ่งของที่ช่วยให้ใช้เวลาอย่างเพลิดเพลิน เช่น เกมปริศนาอักษรไขว้หรือครอสเวิร์ด หนังสือพิมพ์ และหนังสือ นอกจากนี้ ควรตรวจสอบให้แน่ใจว่ามีชุดอุปกรณ์ฉุกเฉินอยู่ในพื้นที่ปลอดภัย รวมถึงอุปกรณ์ที่เหมาะสมกับความต้องการเฉพาะของผู้สูงอายุด้วย

หลังจากออกจากพื้นที่ปลอดภัยหรือหลุมหลบภัยแล้ว

หากคุณไม่ได้อาศัยอยู่ในสถานที่เดียวกับผู้สูงอายุ ขอแนะนำให้ตั้งค่าพื้นที่แจ้งเตือนของพวกเขาในแอปพลิเคชันของกองกำลังบัญชาการรบส่วนหน้า (Home Front Command) ส่วนตัวของคุณ หรือบนเว็บไซต์กลางของศูนย์แจ้งเหตุฉุกเฉินแห่งชาติ (National Emergency) (เว็บไซต์นี้) ด้วยวิธีนี้ คุณจะทราบว่ามีแจ้งเตือนเกิดขึ้นในพื้นที่ของพวกเขาหรือไม่ และสามารถโทรไปตรวจสอบพวกเขาได้เมื่อเหตุการณ์สิ้นสุดลงแล้ว