

ຄູ່ມືຍາມສຸກເສີນ

ຈະເຮັດແນວໃດເມື່ອເຈົ້າຕົກຢູ່ໃນ ເຫດການສຸກເສີນ ຫຼື ບັນຫາຕ່າງໆ

[ພາສາອັງກິດ]

ラオス語版

ຮວບຮວມ ແລະ ຈັດພິມໂດຍ:
ກຸ່ມສຶກສາອຳນາດການປົກຄອງທ້ອງຖິ່ນການກາວາຂອງ
ນະໂຍບາຍແຫ່ງຊາດ, ຕຸລາ 2006



ຖ້າເຈົ້າຕ້ອງການລົດໂຮງໝໍ
ເມື່ອເຈັບປ່ວຍ ຫຼື ບາດເຈັດ
ກະທັນຫັນ:

ໂທ

1 1 9 .



ໃນເຫດການໄຟໄໝ້:

ໃຫ້ຮ້ອງ “ໄຟໄໝ້!”
ເພື່ອເຕືອນຄົນອື່ນໆ.

ໂທ

1 1 9 .



ຖ້າຫາເຈົ້າຕົກເປັນເຫຍື່ອຂອງ
ພວກອາດສະຍາກຳ ຫຼື
ຢູ່ໃນອຸບັດເຫດທາງລົດ:

ໂທ

1 1 0 .

ຂໍ້ມູນສ່ວນຕົວ

ຊື່: _____ ໝວດເລືອດ: Rh _____
ທີ່ຢູ່: _____
ວັນເດືອນປີເກີດ: _____
ສະໜຊາດ: _____
ຮອຍສາມາດເວົ້າພາສາ: _____
ຂໍ້ມູນຕິດຕໍ່ທາງຄອບຄົວ
ຜູ້: _____ ສາຍພົວພັນ: _____
ເບີໂທ: _____ ມືຖື: _____
ອີ-ເມລ໌: _____

ບອນເຮັດວຽກ

ຊື່: _____
ບີໂທ: _____
ອີ-ເມລ໌: _____

- ເມື່ອເຈົ້າເຈັບປ່ວຍກະທັນຫັນ ຫຼື ບາດເຈັບຮ້າຍແຮງ, ໂທຫາສະຖານີດັບເພີງທີ່ເບີ 119 ເພື່ອເອີ້ນລົດໂຮງໝໍ.
- ເມື່ອສະຖານີດັບເພີງຕອບຮັບແລ້ວ, ບອກເຂົາຕາມລາຍລະອຽດລຸ່ມນີ້:
 1. ມັນສຸກເສີນ.
 2. ມີຫຍັງເກີດຂຶ້ນ. (ຕົວຢ່າງ: ການເຈັບປ່ວຍ ຫຼື ບາດເຈັບ)
 3. ເຈົ້າຢູ່ໃສ
 4. ຊື່ ແລະ ເບີໂທຂອງເຈົ້າ
- ຖ້າເຈົ້າບໍ່ສາມາດເວົ້າພາສາຍີ່ປຸ່ນໄດ້, ຈົ່ງຂໍຄວາມຊ່ວຍເຫຼືອໃຫ້ຄົນທີ່ຢູ່ອອມຂ້າງເຈົ້າໂທໃຫ້.

- ໃນເຫດການໄຟໄໝ້, ໃຫ້ຮ້ອງຂຶ້ນ “ໄຟໄໝ້!” ເພື່ອເຕືອນເພື່ອນບ້ານ
- ໂທຫາສະຖານີດັບເພີງທີ່ເບີ 119 ເພື່ອຂໍເຄື່ອງດັບເພີງ.
- ມັນອັນຕະລາຍທີ່ຈະພະຍາຍາມດັບເພີງດ້ວຍຕົວຂອງທ່ານເອງ.
- ເມື່ອສະຖານີດັບເພີງຕອບຮັບແລ້ວ, ບອກເຂົາຕາມລາຍລະອຽດລຸ່ມນີ້:
 1. ມີໄຟໄໝ້.
 2. ສະຖານທີ່ເກີດໄຟໄໝ້, ເຊັ່ນທີ່ຢູ່ ຫຼື ຊື່ຂອງຕຶກ
 3. ໄຟໄໝ້ເປັນແນວໃດແລ້ວ.
 4. ຈຸດສັງເກດຕ່າງໆທີ່ຢູ່ໃກ້ແຖວນັ້ນ, ຕົວຢ່າງຕຶກ
 5. ຊື່ ແລະ ເບີໂທສັບຂອງເຈົ້າ
- ຖ້າເຈົ້າບໍ່ສາມາດເວົ້າພາສາຍີ່ປຸ່ນໄດ້, ຈົ່ງຂໍຄວາມຊ່ວຍເຫຼືອໃຫ້ຄົນທີ່ຢູ່ອອມຂ້າງເຈົ້າໂທໃຫ້.

- ຖ້າເຈົ້າຖືກລັກເຄື່ອງ, ຕົກຢູ່ໃນເຫດການຮຸນແຮງຕ່າງໆ, ຖືກອຸບັດເຫດ, ຫຼື ເຫັນອຸບັດເຫດເກີດຂຶ້ນ, ໂທໂທຫາຕໍາຫຼວດທີ່ເບີ 110.
- ເມື່ອຕໍາຫຼວດຕອບຮັບແລ້ວ, ບອກເຂົາຕາມລາຍລະອຽດລຸ່ມນີ້:
 1. ມີຫຍັງເກີດຂຶ້ນ. (ຕົວຢ່າງ “ມີອຸບັດເຫດເກີດຂຶ້ນ”)
 2. ມັນເກີດຂຶ້ນເມື່ອໃດ. (ຕົວຢ່າງ “ອຸບັດເຫດທາງກົດຂຶ້ນ — ສອງສາມນາທີທີ່ຜ່ານມານີ້.”)
 3. ມັນເກີດຂຶ້ນຢູ່ໃສ. (ຕົວຢ່າງ : ສະຖານທີ່ ຫຼື ຈຸດສັງເກດທີ່ຢູ່ໃກ້ນັ້ນ, ເຊັ່ນຕຶກ)
 4. ຮູບປະພັນສັນຖານ, ເສື້ອຜ້າ ແລະ ລັກສະນະລົດຂອງພວກອາດສະຍາກອນ
 5. ຊື່ ແລະ ເບີໂທລະສັບຂອງເຈົ້າ
- ຖ້າເຈົ້າບໍ່ສາມາດເວົ້າພາສາຍີ່ປຸ່ນໄດ້, ຈົ່ງຂໍຄວາມຊ່ວຍເຫຼືອໃຫ້ຄົນທີ່ຢູ່ອອມຂ້າງເຈົ້າໂທໃຫ້.

10 ວິທີໃນການປ້ອງກັນເມື່ອເກີດເຫດການແຜ່ນດິນໄຫວ

ແຜ່ນດິນໄຫວເກີດຂຶ້ນເລື້ອຍໆຢູ່ປະເທດຍີ່ປຸ່ນ. ຫາກຖືກຢູ່ໃນເຫດການແຜ່ນດິນໄຫວ, ກະລຸນາປະຕິບັດຕາມຂັ້ນຕອນດັ່ງຕໍ່ໄປນີ້ເພື່ອປ້ອງກັນບໍ່ໃຫ້ເກີດບາດເຈັບຕ່າງໆ ຫຼື ໄຟໄໝ້.

● ໃນລະຫວ່າງແຜ່ນດິນໄຫວ

1. ເມື່ອການສັ່ນໄຫວເກີດຂຶ້ນ, ປ້ອງກັນຕົວເອງກ່ອນ. ປິ່ນແກ້ດສູນ ຫຼື ສິ່ງອື່ນໆທີ່ກ້າໃຫ້ເກີດໄຟໄດ້.
2. ລຸ່ມຖ້າຈິນກວາການສັ່ນໄຫວນັ້ນຈະຜ່ອນລົງ.
3. ຈິ່ງໃຈເຢັນໆ ແລະ ປະຕິບັດຢ່າງລະມັດລະວັງເພື່ອບໍ່ໃຫ້ຕົວຂອງທ່ານຖືກບາດເຈັບຈາກສິ່ງຕ່າງໆ

4. ເປີດປ່ອງຢ້ຽມ ຫຼື ປະຕູເພື່ອຄວາມປອດໄພຂອງຕົວທ່ານເອງ.
5. ຫຸ້ມອອກຈາກເຮືອນ ຫຼື ຕຶກຍອນວັດຖຸຕ່າງໆອາດຕົກລົງມາໃສ່
6. ຢູ່ທາງຈາກປະຕູ ຫຼື ຮົວ, ມັນອາດລົ່ມລົງມາທັບເຈົ້າ.

● ຫຼັງຈາກແຜ່ນດິນໄຫວ

7. ຮວບຮວມຂໍ້ມູນທີ່ຖືກຕ້ອງຈາກວິທະຍຸ ຫຼື ໂທລະພາບ ແລະ ປະຕິບັດຢ່າງລະມັດລະວັງ.
8. ກວດເບິ່ງໃຫ້ ພົ້ນໃຈໃນຄວາມປອດໄພຂອງຄອບຄົວທ່ານ ແລະ ເພື່ອນບ້ານ.
9. ປະສານງານກັບບຸກຄົນທີ່ເຮັດວຽກກ່ຽວກັບການຮັກສາຄວາມປອດໄພ ແລະ ການປະຖິ້ມພະຍາບານຂັ້ນພື້ນຖານ.
10. ກ່ອນການອົບພະຍົບ, ຕ້ອງແນ່ໃຈວ່າໂດມອດໄຟ ແລະ ແກ້ດສູ້.

ບ່ອນອົບພະຍົບຂອງຄອບຄົວ (ບ່ອນນັດພົບ)

ຊື່ຂອງບ່ອນອຳນວຍຄວາມສະດວກ:

ສະຖານທີ່:

ໂທ:

- ເພື່ອກະກຽມໃນຍາມສຸກເສີນ, ໂອ້ລູມ ແລະ ສ້າງແຜນກັບຄອບຄົວຂອງທ່ານ ກ່ຽວກັບວິທີການຕິດຕໍ່ສື່ສານ, ສະຖານທີ່ນັດພົບ, ແລະ ເສັ້ນທາງທີ່ປອດໄພໃນການອົບພະຍົບ.

ລາຍການເຄື່ອງທີ່ຈຳເປັນໃນກໍລະນີສຸກເສີນ
[ເຄື່ອງທີ່ຕ້ອງຖືອອກໄປນຳ]

ກະກຽມເຄື່ອງຕ່າງໆດັ່ງລຸ່ມນີ້, ແລະເອົາໃສ່ກະເບົ້າ, ອື່ນໆອີກໃນ ເລວາອົບພະຍົບ.

ແກວນນຳ, ວິທະຍຸ, ເສື້ອຜ້າ, ເກີບ, ອາຫານ, ໄມ້ຂີດໄຟ ຫຼື ໄຟແຊັກ, ສິ່ງມີຄ່າ, ໄຟສາຍ, ເຄື່ອງປະຖິ້ມພະຍາບານ, ອຸປະກອນເຄື່ອງຂຽນ, ເສື້ອກັນຝົນ, ເສື້ອກັນໜາວ, ເຈຍອະນາໄມ, ແລະ ອື່ນໆທີ່ຈຳເປັນສຳລັບໃຊ້ໃນຊີວິດປະຈຳວັນ

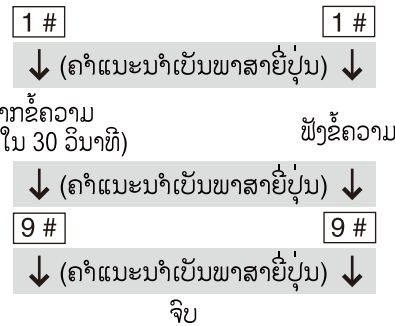
[ສິ່ງທີ່ຄວນເກັບທ້ອນໄວ້ໃນຍາມສຸກເສີນ]

ກະກຽມສິ່ງຕ່າງໆເຫຼົ່ານີ້ເພື່ອຊີວິດການເປັນຢູ່ປະມານ 3 ວັນຫຼັງຈາກ ແຜ່ນດິນໄຫວ.

ທຽນ, ເຕົາແກ້ດສູ້ທີ່ສາມາດພົກພາໄດ້, ນ້ຳມັນເຊື້ອເພັງ, ນ້ຳດື່ມ (ບັນຈຸໃສ່ກວດຢາງ, ອື່ນໆ, ປະມານ 3 ລິດຕໍ່ມື້ຕໍ່ຄົນ) ແລະ ອາຫານ

ການຕິດຕໍ່ກັບສະມາຊິກພາຍໃນຄອບຄົວ

- ເມື່ອເກີດໄພພິບັດສຸກເສີນສາມາດກິດຂໍຄວາມໄດ້ຕະຫຼອດເວລາ NTT



- ບໍລິສັດໂທລະສັບມືຖືຍັງໃຫ້ບໍລິການຂໍ້ຄວາມເຕືອນເມື່ອເກີດໄພພິບັດ ໃນກໍລະນີສຸກເສີນ.

ບໍລິການປຶກສາ

ບໍລິການດ້ານພາສາຕ່າງໆໂດຍຂັ້ນກັບສະຖານທີ່ ແລະ ມີປະຈຳອາທິດ. ສາມາດໂທເພື່ອສອບຖາມຂໍ້ມູນຕ່າງໆໄດ້ຕື່ມ.

● ບໍລິການຂອງຫົວໜ້າທອງການ

ເປີດແຕ່ວັນຈັນ ເຖິງ ວັນສຸກ ເວລາ 9:00 ຫາ 12:00, & ແຕ່ 13:00 ຫາ 16:00.

- ສູນການາກາວາ _____ 045 (410) 3131
- ສູນບໍລິຫານທອງການເຄັ້ນ-ໂອ _____ 046 (223) 0709
- ສູນກາວາກາສິ ເຄັ້ນມິນ _____ 044 (549) 0047

● ບໍລິການແປພາສາດ້ານການແພດ

ບໍລິການຮັບຄຳຮອງແຕ່ວັນຈັນ ເຖິງ ວັນສຸກ ແຕ່ເວລາ 9:00 ຫາ 12:00, & ແຕ່ 13:00 to 16:00.

- MIC ການາກາວາ _____ 045 (317) 8803

● ບໍລິການປຶກສາຂອງເຫຼດສະບານ

- ສະມາຄົມໂຍໂກຮາມາເພື່ອການແລກປ່ຽນການພົວພັນສາກົນ
- _____ 045 (222) 1209
 - ສະມາຄົມສາກົນກາວາສາກິ _____ 044 (435) 7000
 - ສາມາຄົມສາກົນໂຍໂກສຸກາ _____ 046 (827) 2166
 - ຫຼອງການເມືອງຮິດສຸກະ _____ 0463 (21) 8764
 - ຫຼອງການເມືອງຟູຈິສະວະ _____ 0466 (25) 1111
 - ຫໍເມືອງຈິກາຫາກິ _____
 - (ການນັດພົບທີ່ຈຳເປັນ) _____ 0467 (82) 1111
 - ຫຼອງການເມືອງອິດສຸກິ _____ 046 (225) 2100
 - ສະມາຄົມສາກົນຢາມາໂຕະ _____ 046 (260) 5126
 - ຫຼໍ່ເມືອງສາກາມິຮາຣະ| _____ 042 (769) 8319
 - ຫຼອງການເມືອງຮາ _____ 0463 (82) 2001
 - ຫຼອງການເມືອງຢູກາວາຮາ _____ 0465 (63) 2111
 - ຫຼອງການເມືອງອາຍາກາວາ _____ 046 (285) 2111