

# ยุทธศาสตร์ ฟื้นฟูเยียวยาหลังสภาวะน้ำท่วม



ชลรส นงค์ภา

หัวหน้ากลุ่มส่งเสริมและพัฒนายุทธศาสตร์  
สำนักการลูกเสือ ยุทธศาสตร์และกิจการนักเรียน  
สำนักงานปลัดกระทรวงศึกษาธิการ

# ยูกาซาด ฟีนฟูเหียวยาหลังสภาวะน้ำท่วม



เมื่อ.....ยูกาซาดประสบกับอุทกภัย  
อย่าได้เกิดความรู้สึกขี้ต่อต่อการฟีนฟู เหียวยา  
หลังภาวะน้ำท่วม

อุทกภัย.....กำลังจะผ่านไป

ยูกาซาดจะเดินทางกลับเข้าไปในบ้านตัวเอง

## จง...เตรียมพร้อมรับมือให้ดี

# ชุดกาชาด ฟันฟูเหี่ยวยาหลังสภาวะน้ำท่วม



ถึงเวลาที่จะ 😊 รับกับบรรยากาศเดิม ๆ  
เหมือนก่อนเจอน้ำท่วม.....ขอเอาใจช่วย

## ชุดกาชาดมุ่งมั่น อดทน สู้ ๆ ๆ ๆ ๆ

- อย่าเครียด อย่าวิตกกังวล อย่าหงุดหงิดง่าย
- พยายามนอนหลับเต็มอิ่ม.....(เผื่อจะฝันดี)
- ดูแลสุขภาพ.....อย่าให้โรคภัยไข้เจ็บมาเยือน
- พักผ่อนให้เต็มที่....จะได้สึกกระปี้กระเป่ามีพลังสู้

# ยุทธกาชาด ฟีนฟูเซียวยาหลังสภาวะน้ำท่วม



เริ่มอย่างไรดี.....

- สร้างความอบอุ่นในครอบครัว
- ปรึกษาหารือ แก้ปัญหาร่วมกัน
- จัดลำดับความสำคัญความจำเป็นที่ต้องทำ  
แล้วค่อยๆ ลงมือทำอย่างรอบคอบ

หรือ.....อาจพูดคุยกับเพื่อน ๆ เพื่อนบ้าน

จะช่วยให้รู้สึกคลายความเครียดลงได้บ้าง

# ยุคกาชาด ฟันฟูเหี่ยวยาหลังสภาวะน้ำท่วม



เลือกรับประทานอาหารที่มีประโยชน์  
ทำให้ร่างกายแข็งแรงไวก่อน...อ่อนแอไม่ได้เด็ดขาด

ดูแลสุขอนามัยเป็นพิเศษสำหรับคนที่เคยอยู่ในที่น้ำท่วม  
ระวัง....โรคน้ำกัดเท้า ไข้หวัด ตาแดง อูจาระร่วง

ดูแลจิตใจให้มีพลังต่อสู้ เพื่อรับมือกับการฟันฟูเหี่ยวยา  
ถ้าเกิดรู้สึกซึมเศร้าจนเกินแก้ ควรปรึกษาจิตแพทย์

# ยุคกาชาด ฟีนฟูเยียวยาหลังสภาวะน้ำท่วม



ดูแลเด็ก คนชรา คนพิการเป็นพิเศษ  
เพราะคนเหล่านี้จะมีความตื่นกลัวมาก

ถ้าพบเด็กดูตัวโป่ง ฉี่รดที่นอน หรือติดหนึบผู้ปกครอง  
อย่า...ตำหนิ เพราะนั่นคือความรู้สึก

ที่เขาเผชิญกับเหตุการณ์อันรุนแรงในชีวิตเข้าให้แล้ว

คอยรับฟังข่าวสาร รายงานสถานการณ์น้ำให้แน่ใจ  
และจะได้รับการช่วยเหลืออย่างไร

# ยุคกาชาด ฟีนฟูเยียวยาหลังสภาวะน้ำท่วม



เมื่อพร้อมสู้

มาจัดการเรื่องบ้านกันเถิด

# ยุทธศาสตร์ ฟื้นฟูเยียวยาหลังสภาวะน้ำท่วม



เปิดประตูหน้าต่าง  
ทำให้อากาศไหลเวียน  
ระบายกลิ่นน้ำที่เน่าเสีย  
ทำความสะอาดบ้านเรือน  
กำจัดสิ่งปฏิกูล/ตะกอนในบ้าน

จงเป็นนักสำรวจ.....

ก่อนอื่นแจ้งให้ตัดระบบไฟฟ้าที่จ่ายเข้าบ้าน  
เดินอย่างระมัดระวัง

จงสังเกตและจำ.....สิ่งรอบ ๆ บ้าน

ตรวจสอบสายไฟฟ้า สายโทรศัพท์ รอยแตกรั่วของท่อน้ำ ฯลฯ

ถ้าได้กลิ่นแก๊สรั่วให้รีบปิดวาล์วถังแก๊สให้สนิท อยู่ห่าง ๆ และแจ้งผู้จำหน่าย  
อย่าใช้.....วัสดุที่ทำให้เกิดประกายไฟ

จงเป็นช่าง (เถอะ).....

ตรวจสอบดูโครงสร้างตัวบ้าน หลังคา เสา ระเบียง ฯลฯ

หากพบว่าเสียหายและไม่ปลอดภัย ต้องแจ้งช่างรับแก้ไข

# ยุทธศาสตร์ ฟันฟูเหี่ยวยาหลังสภาวะน้ำท่วม

## ถ้ามี.....ประกัน

- ให้.....ถ่ายรูปความเสียหายของบ้านเรือน ทรัพย์สิน เพื่อเรียกร้องค่าชดเชย
  - ประเมินความเสียหาย
  - ติดต่อบริษัทประกันภัย
- เพื่อให้มาตรวจสอบความเสียหายและจ่ายค่าชดเชย



# ยุวกาชาด ฟันฟูเหี่ยวยาหลังสภาวะน้ำท่วม



**เมื่อ.....ช่วยเหลือตนเองได้แล้ว**

**ช่วย.....แบ่งใจ อุทิศกาย เสียสละทรัพย์(ตามศรัทธา)**

**ไป....ช่วยคนอื่นบ้างจะดีทีเดียว**

สวัสดีค่ะ

