



มีการช่วยเหลือได้บ้างและท่านสามารถรับความช่วยเหลือได้จากที่ใด

หากท่านตกอยู่ในอันตราย กรุณาโทรแจ้ง **111**

สำหรับข้อมูลอัปเดตล่าสุด ดูได้ที่ www.civildefence.govt.nz

และติดตามฝ่ายบริหารจัดการเหตุฉุกเฉินของศูนย์คุ้มครองพลเรือนในพื้นที่ของท่านทางออนไลน์และโซเชียลมีเดีย

สารบัญ

- [การอพยพและที่พัก](#)
- [การจราจรและการเดินทาง](#)
- [การสนับสนุนทางการเงิน](#)
- [สุขภาพและความเป็นอยู่ที่ดี](#)
- [ความช่วยเหลือสำหรับผู้ทุพพลภาพ](#)
- [การสนับสนุนสำหรับ Whānau Māori](#)
- [การสนับสนุนชาวแปซิฟิก](#)
- [การให้ความช่วยเหลือแก่ชุมชนชาติพันธุ์](#)
- [ชาวต่างชาติ](#)
- [สวัสดิภาพของสัตว์เลี้ยง](#)
- [ประกันภัย](#)
- [ผู้เช่าและผู้ประกอบการที่พักให้เช่า](#)
- [โรงเรียนและศูนย์การศึกษาปฐมวัย](#)

การอพยพและที่พัก

การอพยพ

หากท่านจำเป็นต้องอพยพ โปรดไปอยู่กับมิตร ครอบครัวหรือญาติสนิท หากเป็นไปได้

หากท่านไม่สามารถพักอยู่กับครอบครัวหรือญาติสนิทได้ ท่านสามารถอพยพไปยังศูนย์คุ้มครองพลเรือน ท่านสามารถตรวจสอบเว็บไซต์ฝ่ายบริหารจัดการเหตุฉุกเฉินของหน่วยคุ้มครองพลเรือนเพื่อดูศูนย์ที่เปิดให้บริการ

นำสัมภาระที่จำเป็นที่ท่านอาจต้องใช้ติดตัวไปด้วย รวมถึงยา เสื้อผ้ากันหนาว และของใช้สำหรับเด็กอ่อน

หากท่านมีสุนัขช่วยเหลือผู้พิการ ให้พาสุนัขของท่านไปด้วย

หากท่านไม่สามารถติดต่อศูนย์คุ้มครองพลเรือนได้

โปรดติดต่อฝ่ายบริหารจัดการเหตุฉุกเฉินของศูนย์คุ้มครองพลเรือนเพื่อหารือเกี่ยวกับทางเลือกต่าง ๆ

ติดต่อฝ่ายบริหารจัดการเหตุฉุกเฉินของศูนย์คุ้มครองพลเรือนได้ที่

www.civildefence.govt.nz/find-your-civil-defence-group/

การจราจรและการเดินทาง

การเดินทางบนท้องถนน

ปฏิบัติตามคำแนะนำของศูนย์คุ้มครองพลเรือนและหน่วยงานท้องถิ่น

สำหรับข้อมูลการจราจรและการเดินทาง ให้ติดตาม NZ Transport Agency

ทางโซเชียลมีเดียหรือที่เว็บไซต์ www.nzta.govt.nz/traffic-and-travel-information/

ใช้ Journey Planner ของ NZ Transport Agency เพื่อวางแผนการเดินทางของท่านได้ที่

www.journeys.nzta.govt.nz/journey-planner/

การสนับสนุนทางการเงิน

ความช่วยเหลือทางการเงิน

หากท่านขาดส่นด้านค่าใช้จ่ายที่จำเป็น Work and Income อาจช่วยท่านได้ แม้ว่าท่านจะมีงานทำก็ตาม

สถานการณ์ของแต่ละบุคคลย่อมไม่เหมือนกัน Work and Income อาจช่วยท่านชำระค่าใช้จ่ายต่างๆ

ได้ เช่น:

- ค่าเครื่องนอน
- ค่าอาหาร
- ค่าเช่า
- ค่าไฟ
- การซ่อมแซม หรือ
- ค่าเปลี่ยนเครื่องใช้ไฟฟ้าใหม่

สิ่งที่คุณจะได้รับและคุณจะต้องชำระคืนหรือไม่ขึ้นอยู่กับสถานการณ์ของคุณ

ดูเว็บไซต์ www.workandincome.govt.nz หรือโทร 0800 559 009 สำหรับข้อมูลเพิ่มเติม

ความช่วยเหลือจากธนาคาร

หากท่านประสบปัญหาทางการเงินเนื่องจากเหตุฉุกเฉิน ให้รีบปรึกษาธนาคารของคุณโดยเร็วที่สุด

ธนาคารมีทีมให้ความช่วยเหลือด้านการเงินที่สามารถพูดคุยกับท่านเกี่ยวกับทางเลือกต่างๆ ได้

ธนาคารสามารถให้ความช่วยเหลือได้หลายวิธี ขึ้นอยู่กับสถานการณ์ของคุณ อาทิ เช่น:

- การเปลี่ยนเป็นการชำระเฉพาะดอกเบี้ยในระยะสั้นๆ และ
- การยกเว้นค่าธรรมเนียมจากการยกเลิกสัญญาในกรณีเงินฝากประจำ

แต่ละสถานการณ์ย่อมมีความแตกต่าง ยิ่งท่านติดต่อธนาคารเร็วเท่าไร ทางธนาคารก็ยิ่งช่วยเหลือท่านได้ดีมากขึ้นเท่านั้น

สุขภาพและความเป็นอยู่ที่ดี

การช่วยเหลือด้านสุขภาพ

มีการช่วยเหลือด้านสุขภาพเมื่อท่านต้องการ

หากท่านเจ็บป่วยร้ายแรงและต้องการการรักษาเร่งด่วน โปรดติดต่อแผนกฉุกเฉินใกล้บ้าน หรือโทร **111**

ถ้าไม่ใช่เหตุฉุกเฉิน? ท่านสามารถโทรติดต่อ Healthline ได้ที่หมายเลข 0800 611 116

Healthline เปิดให้บริการตลอด 24 ชั่วโมง 7

วันต่อสัปดาห์เพื่อให้คำแนะนำด้านสุขภาพฟรีจากผู้เชี่ยวชาญด้านสุขภาพ

คำแนะนำเหล่านี้จะแจ้งเกี่ยวกับสถานที่และวันเวลาที่ท่านควรเข้ารับการรักษาและการรักษาเมื่อจำเป็น

ลงทะเบียนกับแพทย์เวชปฏิบัติทั่วไปหรือศูนย์บริการด้านสุขภาพประจำหรือไม่?

โทรติดต่อแพทย์เวชปฏิบัติทั่วไปหรือศูนย์ให้บริการด้านสุขภาพของท่านเพื่อทำการนัดหมาย

อาจสามารถนัดเป็นการเร่งด่วนได้หากท่านอธิบายถึงปัญหา

หากท่านไม่ได้ลงทะเบียนหรือศูนย์บริการประจำของท่านไม่พร้อมที่จะให้บริการอย่างทันที่

ท่านสามารถไปที่ศูนย์สุขภาพฉุกเฉินในพื้นที่ของคุณได้ ท่านไม่จำเป็นต้องนัดหมาย แต่อาจต้องรอ

ตรวจหาศูนย์สุขภาพฉุกเฉินได้ที่ www.healthpoint.co.nz/gps-accident-urgent-medical-care/

ยาที่ต้องสั่งโดยแพทย์

หากยาตามใบสั่งแพทย์ของท่านหมดหรือไม่สามารถรับยาได้

วิธีที่ดีที่สุดคือการไปพบแพทย์เพื่อขอใบสั่งยาใหม่

หากท่านไม่สามารถไปพบแพทย์ได้ ร้านขายยาอาจช่วยท่านได้

เภสัชกรอาจให้ยาฉุกเฉินแก่ท่านเป็นเวลาสามวัน

กรณีนี้อาจมีค่าใช้จ่ายสูงเนื่องจากไม่มีงบประมาณสนับสนุนจากรัฐบาลเกี่ยวกับเรื่องนี้

ตรวจหาร้านขายยาได้ที่ www.healthpoint.co.nz/pharmacy/

อุปกรณ์ทางการแพทย์ที่ต้องอาศัยไฟฟ้า

หากท่านต้องใช้ไฟฟ้าสำหรับอุปกรณ์ทางการแพทย์ ยา หรือเครื่องช่วยชีวิต

และท่านไม่มีเครื่องปั่นไฟสำรอง โปรดติดต่อบริษัทไฟฟ้าและอธิบายสถานการณ์ของตนเอง

หากวิธีนี้ไม่ได้ผล โปรดติดต่อซัพพลายเออร์ที่จำหน่ายอุปกรณ์ให้แก่ท่าน หากวิธีนี้ไม่ได้ผล โปรดโทร

111

ความเป็นอยู่ที่ดี

ความวิตกกังวลเป็นเรื่องปกติอย่างยิ่งในช่วงเหตุการณ์ฉุกเฉิน

ซึ่งเป็นการตอบสนองทางอารมณ์ที่ถือว่าปกติต่อสถานการณ์อันตึงเครียด

การหาหรือและให้ความช่วยเหลือผู้อื่นสามารถทั้งช่วยบรรเทาทุกข์ให้แก่ตนเองและยังเป็นประโยชน์อีกด้วย

หากต้องการความช่วยเหลือเกี่ยวกับความวิตกกังวล ความทุกข์ใจ หรือสุขภาพจิต

โปรดโทรหรือส่งข้อความถึง **Need to Talk** ได้ที่หมายเลข 1737

ท่านสามารถพูดคุยกับที่ปรึกษาที่ได้รับการฝึกอบรมได้ฟรี ตลอด 24 ชั่วโมง 7 วันต่อสัปดาห์

หากต้องการพบผู้เชี่ยวชาญด้านสุขภาพจิตฟรี ดูข้อมูลได้ที่ www.wellbeingsupport.health.nz

ประการสำคัญคือพยายามนอนหลับให้เพียงพอแม้ในระหว่างเวลาที่ยังไม่สบายใจ

ดูคำแนะนำการนอนหลับได้ที่ www.healthnavigator.org.nz/sleep-tips/

หากบุตรหลานได้รับผลกระทบจากเหตุฉุกเฉิน ให้พูดคุยกับผู้เยาว์เหล่านั้นเกี่ยวกับเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น

ดูคำแนะนำในการช่วยให้บุตรหลานรับมือกับภัยพิบัติทางธรรมชาติได้ที่

www.kidshealth.org.nz/coping-natural-disaster

ดูแหล่งข้อมูลเกี่ยวกับสุขภาพจิตเพิ่มเติมได้ที่ www.getready.govt.nz/mental-wellbeing/

การสนับสนุนในพื้นที่ห่างไกล

หากท่านเป็นเกษตรกรหรือมีอาชีพเพาะปลูก สามารถรับการสนับสนุนได้จาก Rural Support Trust.

ติดต่อ Rural Support Trust โทร. 0800 Rural Help (0800 787 254) หรือเข้าเว็บไซต์

www.rural-support.org.nz

ความช่วยเหลือสำหรับผู้ทุพพลภาพ

การสนับสนุนทั่วไป

หากท่านต้องการความช่วยเหลือเร่งด่วน โปรดโทร 111

หากท่านประสบปัญหาในการฟังหรือสื่อสารทางโทรศัพท์ ท่านสามารถลงทะเบียนกับบริการ 111 TXT

ได้ที่ <https://www.police.govt.nz/111-txt>

หากต้องการความช่วยเหลือด้านสุขภาพ โปรดติดต่อ Whakarongorau Aotearoa,

New Zealand Telehealth Services โทร. 0800 111 213 หรือส่งข้อความ 8988

หากท่านประสบปัญหาในการได้ยินหรือสื่อสารทางโทรศัพท์ สามารถใช้บริการ New Zealand

Relay Service เพื่อสื่อสารกับผู้อื่นทางโทรศัพท์ได้ ศึกษาเกี่ยวกับบริการได้ที่

www.nzrelay.co.nz

การอพยพพร้อมสุนัขช่วยเหลือผู้พิการ

หากท่านจำเป็นต้องไปที่ศูนย์คุ้มครองพลเรือนและมีสุนัขช่วยเหลือให้นำสุนัขของท่านไปด้วย

นำสัมภาระที่จำเป็นสำหรับตัวเองและของสุนัขไปด้วย รวมถึงยา เสื้อผ้ากันหนาว

และของใช้สำหรับเด็กอ่อน

อุปกรณ์ทางการแพทย์ที่อาศัยพลังงานไฟฟ้า

หากท่านต้องใช้ไฟฟ้าสำหรับอุปกรณ์ทางการแพทย์ ยา หรือเครื่องช่วยชีวิต และท่านไม่มีเครื่องปั่นไฟสำรอง โปรดติดต่อบริษัทไฟฟ้าและอธิบายสถานการณ์ของตนเอง หากวิธีนี้ไม่ได้ผล โปรดติดต่อซัพพลายเออร์ที่จำหน่ายอุปกรณ์ให้แก่ท่าน หากวิธีนี้ไม่ได้ผล โปรดโทร 111

การสนับสนุนสำหรับ Whānau Māori

การสนับสนุนทั่วไป

ฝ่ายบริหารจัดการเหตุฉุกเฉินของศูนย์คุ้มครองพลเรือนร่วมมือกับ Te Puni Kōkiri บุคลากรจะทำงานร่วมกับองค์กร iwi, hapū และ Māori เพื่อให้แน่ใจว่าชาวอเมริกันที่ได้รับผลกระทบจะได้รับการช่วยเหลือ

การสนับสนุนชาวแปซิฟิก

การสนับสนุนและข้อมูลทั่วไป

ฝ่ายบริหารจัดการเหตุฉุกเฉินของศูนย์คุ้มครองพลเรือนทำงานร่วมกับกระทรวงประชากรแปซิฟิก บุคลากรจะทำงานร่วมกับแกนนำชาวแปซิฟิก ชุมชน และองค์กรชุมชนแปซิฟิก เพื่อให้แน่ใจว่าชาวแปซิฟิกที่ได้รับผลกระทบได้รับการช่วยเหลือ

ดูข้อมูลเกี่ยวกับการรับมือกับเหตุฉุกเฉินสำหรับประชากรแปซิฟิกได้ที่เว็บไซต์และเพจ Facebook ของกระทรวงประชากรแปซิฟิก

- เว็บไซต์: www.mpp.govt.nz/emergency-response
- เฟสบุ๊ก: @MinistryforPacificPeoples

การให้ความช่วยเหลือแก่ชุมชนชาติพันธุ์

การสนับสนุนและข้อมูลทั่วไป

ฝ่ายบริหารจัดการเหตุฉุกเฉินของศูนย์คุ้มครองพลเรือนทำงานร่วมกับกระทรวงชุมชนชาติพันธุ์ บุคลากรจะทำงานร่วมกับแกนนำชุมชนชาติพันธุ์ ชุมชน และองค์กรชุมชนชาติพันธุ์ เพื่อให้แน่ใจว่าชุมชนชาติพันธุ์ที่ได้รับผลกระทบได้รับการช่วยเหลือ

ดูข้อมูลเกี่ยวกับการรับมือกับเหตุฉุกเฉินสำหรับชุมชนชาติพันธุ์ได้ที่เว็บไซต์และเพจ Facebook ของกระทรวงชุมชนชาติพันธุ์

- เว็บไซต์: www.ethniccommunities.govt.nz
- เฟสบุ๊ก: @ethniccommunities.govt.nz

ชาวต่างชาติ

การช่วยเหลือชาวต่างชาติ

หากท่านไม่ใช่พลเมืองนิวซีแลนด์และต้องการความช่วยเหลือ ท่านสามารถใช้บริการช่วยเหลือในหน้านี้ได้ ท่านสามารถติดต่อกับสถานทูตหรือสถานกงสุลใหญ่ของตัวเองได้

ดูข้อมูลสถานทูตหรือสำนักงานกงสุลใหญ่ของท่านได้ที่ www.mfat.govt.nz/en/embassies/

หากท่านเป็นนักท่องเที่ยวในนิวซีแลนด์และการเดินทางของท่านต้องหยุดชะงัก โปรดติดต่อบริษัทประกันการเดินทางของตัวเอง

วีซ่าหมด/หรือใกล้จะหมดอายุ

ติดต่อกับสำนักงานตรวจคนเข้าเมืองนิวซีแลนด์เพื่อขอความช่วยเหลือเรื่องวีซ่าได้ที่ www.immigration.govt.nz/about-us/contact

สวัสดิภาพของสัตว์เลี้ยง

การคุ้มครองสัตว์

สัตว์เลี้ยงของท่านถือเป็นความรับผิดชอบของท่านเอง ท่านจะต้องดูแลสัตว์ในครอบครองในกรณีฉุกเฉิน

หากท่านจำเป็นต้องอพยพ ควรพาสัตว์เลี้ยงของตนไปด้วยเมื่อปลอดภัยที่จะทำเช่นนั้นได้

หากท่านต้องปล่อยสัตว์เลี้ยงไว้ ตรวจสอบให้แน่ใจว่าสัตว์อยู่ในที่ที่ปลอดภัยและมีที่กำบัง ไม่ว่าจะในบ้านหรือนอกบ้าน

ศึกษาเกี่ยวกับวิธีการดูแลสัตว์ของท่านในกรณีฉุกเฉินได้ที่ www.mpi.govt.nz/animals-in-emergencies/

ข้อกังวลต่อสวัสดิภาพของสัตว์

ติดต่อฝ่ายบริหารจัดการเหตุฉุกเฉินของศูนย์คุ้มครองพลเรือนเพื่อบันทึกข้อกังวลด้านสวัสดิภาพสัตว์
กระทรวงอุตสาหกรรมขั้นพื้นฐานจะติดตามประเด็นที่เกี่ยวข้องต่อไป

ติดต่อฝ่ายบริหารจัดการเหตุฉุกเฉินของศูนย์คุ้มครองพลเรือนได้ที่

www.civildefence.govt.nz/find-your-civil-defence-group/

สัตว์ที่เจ็บป่วยและได้รับบาดเจ็บ

หากสัตว์ของท่านป่วยหรือบาดเจ็บ โปรดติดต่อคลินิกสัตวแพทย์ของท่าน

ประกันภัย

ความเสียหายต่อทรัพย์สิน

หากบ้าน ยานพาหนะ หรือทรัพย์สินของท่านได้รับความเสียหาย

โปรดถ่ายรูปไว้ก่อนที่จะมีการถอดส่วนประกอบหรือซ่อมแซมใดๆ

แจ้งความเสียหายให้บริษัทประกันภัยของท่านทราบโดยเร็วที่สุด

บริษัทประกันภัยของท่านจะแจ้งให้ทราบว่าควรจะต้องทำอย่างไรต่อไป

หากท่านจำเป็นต้องดำเนินการเร่งด่วนเพื่อให้บ้านของท่านสะอาดและปลอดภัย ให้บันทึกสิ่งที่ท่านทำ
ถ่ายภาพก่อนและหลัง เก็บสำเนาบัตรที่ท่านชำระไว้

หากท่าน ไม่มีประกันภัยที่อยู่อาศัยแต่มีประกันทรัพย์สิน

ให้หารือกับบริษัทประกันภัยของท่านเกี่ยวกับขอบเขตความคุ้มครอง ควรถ่ายรูปไว้เป็นจำนวนมาก
และบันทึกข่าวของที่ท่านต้องทิ้ง

การเรียกร้องสินไหมประกันภัย

ติดต่อบริษัทประกันภัยของท่านเพื่อยื่นคำร้อง NHCover สำหรับความเสียหายจากภัยธรรมชาติ

Natural Hazards Commission Toka Tū Ake

ได้ร่วมมือกับบริษัทประกันภัยเพื่อเป็นศูนย์ติดต่อเดียวกันสำหรับเจ้าของที่พักอาศัย

บริษัทประกันของท่านจะประเมิน จัดการ และชำระค่าสินไหมทดแทนทั้งหมด รวมถึงส่วน NHCover
ด้วย

ความช่วยเหลือด้านการเรียกคืนใหม่ประกันภัย

New Zealand Claim Resolution Service เป็นบริการที่ไม่มีค่าใช้จ่าย

สามารถช่วยตอบคำถามหรือข้อกังวลใดๆ

ที่ท่านมีเกี่ยวกับกรมธรรม์ประกันที่อยู่อาศัยหรือขั้นตอนการเรียกร้องประกันภัย

หากต้องการหารือกับเจ้าหน้าที่เกี่ยวกับการเรียกร้องของท่านและบริการนี้สามารถช่วยเหลือท่านได้อย่างไร

โปรดโทร 0508 624 327 อีเมล contact@nzcrs.govt.nz หรือดูข้อมูลได้ที่

www.nzcrs.govt.nz

NHCover

NHCover คือประกันภัยภัยธรรมชาติ ท่านมี NHCover

อยู่แล้วหากท่านมีกรมธรรม์ประกันภัยที่อยู่อาศัยส่วนตัวสำหรับบ้านหรือที่ดินของท่านซึ่งรวมถึงประกัน

อัคคีภัยด้วย ที่ดินที่เสียหายบางส่วนอาจไม่มี NHCover

NHCover ประกันท่านในกรณีสูญเสียหรือความเสียหายจาก:

- แผ่นดินไหว
- ดินถล่มตามธรรมชาติ
- การปะทุของภูเขาไฟ
- ปรากฏการณ์ความร้อนใต้พิภพ
- สึนามิ และ
- ไฟที่เกิดจากภัยธรรมชาติเหล่านี้

นอกจากนี้ยังประกันที่ดินของท่านในกรณีเสียหายจากพายุหรือน้ำท่วมอีกด้วย

อ่านคู่มือเจ้าของครีวเรือนสำหรับ NHCover เพื่อศึกษาเพิ่มเติมได้ที่

www.naturalhazards.govt.nz/our-publications/guide-to-natural-hazards-cover/

ผู้เช่าและผู้ประกอบการที่พักให้เช่า

การสนับสนุนและข้อมูลทั่วไป

หากท่านเป็นผู้เช่าหรือเป็นเจ้าของที่อยู่อาศัยเพื่อการให้เช่า

ท่านสามารถดูข้อมูลเกี่ยวกับสิทธิและความรับผิดชอบของท่านได้ที่ tenancy.govt.nz

หรือโทรหมายเลข 0800 TENANCY (0800 836 262)



โรงเรียนและศูนย์การศึกษาปฐมวัย

การสนับสนุนและข้อมูลทั่วไป

ตรวจสอบกับโรงเรียนหรือศูนย์เด็กปฐมวัยของท่านสำหรับข้อมูลอัปเดตและตรวจสอบว่าศูนย์เหล่านี้ปิดอยู่หรือไม่ และมีแผนจะเปิดอีกครั้งเมื่อใด