

หากท่านเชื่อว่ากำลังอยู่ในอันตรายด้วยเหตุผลใดก็ตามท่านควรกระทำดังนี้ ตะโกนด้วยเสียงอันดังเท่าที่ท่านสามารถทำได้ พยายามเรียกความสนใจจากผู้คนรอบข้าง หรือไปยังร้านที่อยู่ใกล้ที่สุดหรือที่สาธารณะที่มีคนพลุกพล่าน

หากท่านกังวลในเรื่องความปลอดภัยของท่านโปรดติดต่อตำรวจท้องถิ่น โปรดหมุนหมายเลข 000 เมื่อท่านต้องการติดต่อตำรวจในยามฉุกเฉิน หากท่านพูดภาษาอังกฤษไม่ได้ผู้รับโทรศัพท์จะต่อสายให้ท่านได้พูดกับหน่วยแปลและล่าม ทรานซ์เลททิง แอนด์ อินเทอร์พรีทิง เซอร์วิส เรียกย่อว่า ทิส (Translating and Interpreting Service = TIS)

ท่านสามารถหารายละเอียดเกี่ยวกับสุขภาพเพิ่มเติมในภาคภาษาไทยได้จากเว็บไซต์ของมัลติคัลจัวร์ล คอมมิวนิเคชั่น (Multicultural Communication website) ที่ <http://mhcs.health.nsw.gov.au>

หมายเลขโทรศัพท์ ถูกตัด อัง ในขณะที่
พิมพ์ แต่ มิ ได้ ตรวจทานให้ เป็น ปี จจ
บ้ นอยู่ ตลอดเวลาท่านอาจจำ เป็น ันต์
อง สอบหมาย เลขจากสม ุดโทรศัพท์

อย่าให้ความกลัวจำกัดการดำเนินชีวิตของท่าน

Don't let fear limit your life

อย่าให้ความกลัวจำกัดการดำเนินชีวิตของท่าน

Don't let fear limit your life

ออกจากบ้านไปเดินเล่น ไปหาเพื่อนหรือไปเที่ยวยังสถานที่ใหม่ๆ เป็นสิ่งที่ดีสำหรับทั้งสุขภาพกายและสุขภาพจิต เพราะทำให้เราได้ออกกำลังกายและมีโอกาสที่จะได้พบคนอื่นๆ และมีประสบการณ์ใหม่ๆ แต่ผู้สูงอายุจำนวนมากรู้สึกหวั่นกลัวเพราะรายงานข่าวเกี่ยวกับอาชญากรรมรุนแรงจนลงใจที่จะออกจากบ้าน

อย่างไรก็ตาม ข่าวดีจากกรมตำรวจแห่งรัฐนิวเซาท์เวลส์ก็คือขณะนี้อาชญากรรมที่กระทำต่อผู้สูงอายุเกิดขึ้นน้อยกว่าเป็นอย่างมากเปรียบเทียบกับอาชญากรรมที่เกิดขึ้นกับผู้อายุน้อยกว่า

เนื่องจากเราได้ยินรายงานข่าวว่าอาชญากรรมของผู้เยาว์เพิ่มขึ้นผู้สูงอายุหลายคนจึงรู้สึกถูกคุกคามเมื่อเห็นกลุ่มวัยรุ่นอยู่ด้วยกัน อีกครั้งหนึ่งที่เป็นเรื่องสำคัญที่จะต้องตระหนักถึงความจริง อาชญากรรมของผู้เยาว์เป็นปัญหา แต่ผู้ที่ก่ออาชญากรรมเป็นเพียงคนกลุ่มเล็กๆ เท่านั้น วัยรุ่นส่วนมากมิได้ก่ออาชญากรรม

ดังนั้นจงอย่าปล่อยให้ความกลัวหยุดยั้งท่านจากสิ่งที่ท่านจะได้รับความสะดวกสบายเพลิดเพลินในการกระทำ การระมัดระวังตัวต่างๆ ที่ได้รวบรวมมาด้วยความช่วยเหลือของกรมตำรวจนิวเซาท์เวลส์ดังต่อไปนี้จะช่วยทำให้ท่านรู้สึกปลอดภัยขึ้นเมื่อออกนอกบ้าน

ไปเดินเล่นหรือไปซื้อของกับเพื่อนหากจะทำให้ท่านรู้สึกปลอดภัยขึ้น
แจ้งการพกเงินจำนวนมาก จ่ายบิลล์เป็นจำนวนเงินมากๆ ด้วยเช็คจะดีกว่า
จ่ายค่าของชำและของใช้ในบ้านด้วยการดื่มน้ำ โอนเงินจากบัญชีของท่านโดยตรงซึ่งหมายความว่าท่านแทบจะไม่จำเป็นต้องพกเงินสด หากมีเหตุผลอย่างใดที่จะต้องพกเงินจำนวนมาก โปรดเก็บไว้ในกระเป๋าชั้นใน

เมื่อท่านไปธนาคาร หากไม่ไปในวันเดียวกับที่เคยไปหรือเวลาเดียวกันทุกอาทิตย์ได้จะเป็นการดีที่สุด เพราะการเปลี่ยนตารางเวลาช่วยป้องกันการโจรกรรม จงเก็บเงินเข้ากระเป๋าในทันทีก่อนออกมาจากเคาน์เตอร์หรือเครื่องจ่ายเงินอัตโนมัติ

หากท่านถือกระเป๋าตังค์หรือกระเป๋าถือ จงถือไว้ข้างหน้า เก็บกระเป๋าตังค์ไว้ในกระเป๋าหน้าหรือกระเป๋าชั้นใน หากกระเป๋าถูกกระชากเงินก็ยังคงปลอดภัย

เมื่อท่านกลับไปที่รถจงเตรียมกุญแจให้พร้อมไว้สำหรับในทันทีที่ถึงรถ อย่างนี้จะทำให้มีความเป็นไปได้น้อยกว่าที่ท่านจะอยู่ในสภาพที่ไม่ได้ระวังตัวเพราะกำลังความหาญกุญแจ

สำหรับการระมัดระวังเป็นพิเศษ จงทำความรู้จักกับบ้านปลอดภัย ที่เรียกเซฟตี้ เฮาส์ในเส้นทางของท่าน บ้านเหล่านี้มีสัญญาณภัยรูปบ้านสีเหลือง