

FIRE AND RESCUE ASSOCIATION

ผู้อำนวยการราชวิทยาลัยจุฬาภรณ์
54 หมู่ 4 ถนนวิภาวดี รังสิต
แขวงทุ่งสองห้อง เขตหลักสี่
กทม
10210

พรอ. 6801/83
วันที่ 19 กุมภาพันธ์ 2568

เรื่อง การอบรมหลักสูตร “ศิลปะป้องกันตัวเพื่อการปฏิบัติหน้าที่ของบุคลากรทางการแพทย์ และเจ้าหน้าที่
ในโรงพยาบาล” (ศิลปะป้องกันตนและคนที่รัก) รุ่นที่ 3 / 4 / 5 / 6

เรียน ท่านผู้อำนวยการ
สิ่งที่แนบมาด้วย กำหนดการอบรมฯ

สมาคมการดับเพลิงและช่วยชีวิต FARA : Fire And Rescue Association , สภาทีมฉุกเฉิน ERT ประเทศไทย
(ECT : Emergency Response Team Council of Thailand) และสมาพันธ์การช่วยชีวิต ดับเพลิงและกู้ภัยแห่งเอเชีย
APFA : Asia Pre-Hospital And Fire Rescue Federation Association ขอเรียนมาด้วยความเคารพว่า

เพื่อเป็นการส่งเสริมคุณภาพของหน่วยงานท่าน ด้านความปลอดภัยในภาวะฉุกเฉิน Safety in Case of Emergency
โดยเฉพาะอย่างยิ่ง เรื่องของการประทุษร้ายในโรงพยาบาล อันอาจเกิดจาก

1. ผู้ป่วยจิตเวช
2. การประทุษร้ายซึ่งกันและกันของผู้มารับบริการ
3. การบุกรุกเพื่อการประทุษร้ายคู่อริจากภายนอก
4. การกราดยิง หรือก่อการร้ายด้วยอาวุธร้ายแรง ซึ่งเกิดขึ้นบ่อยครั้งในที่สาธารณะ อันรวมถึงโรงพยาบาล และ
องค์การใหญ่ๆ

และด้วยเหตุที่สมาคมฯ FARA ได้กำหนดหลักสูตร Self Defense “ศิลปะป้องกันตนและคนที่รัก” ขึ้น เป็นหลักสูตรหลัก
1 ใน 5 (Hospital Emergency / Self Defense / Fire / Rescue / Medical) ซึ่งทีมฉุกเฉิน ERT จะต้องมีหัวหน้า
วิชารับผิดชอบความรู้เหล่านี้ อย่างมีมาตรฐาน

สมาคมฯ จึงได้จัดการอบรมหลักสูตรดังกล่าว ระดับหัวหน้าวิชา ในรุ่น และวันที่ตามที่แจ้งรายละเอียดที่แนบมาด้วยนี้
แล้ว

สมาคมฯ FARA หวังว่าท่านจะได้ส่งผู้เข้าอบรม มารับความรู้เพื่อกลับไปจัดตั้งทีม Self Defense ให้มีความมั่นคงและ
ปลอดภัยต่อองค์กรของท่านตลอดไป

จึงเรียนมาด้วยความเคารพ

ขอแสดงความนับถือ

ดร.จันทร์ศิริ

นายคณาทัต จันท์ศิริ

นายกก่อตั้ง สมาคมการดับเพลิงและช่วยชีวิต FARA

ประธานกรรมการสมาพันธ์การช่วยชีวิต ดับเพลิงและกู้ภัยแห่งเอเชีย APFA

๑๗/๕๖/๖๘

สมาคมการดับเพลิงและช่วยชีวิต FARA : www.firefara.org

32/14 7 ม.7 คลอง 9 ถ.รังสิต-นครนายก ต.บึงกาสาม อ.หนองเสือ จ.ปทุมธานี 12170 Tel. 081-6393529, 081-4844838



ASIA * SHE



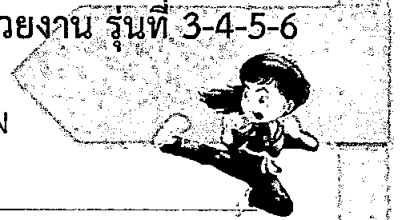
ASIA * SHE



การอบรมบริหารความเสี่ยง ความปลอดภัย ในภาวะฉุกเฉินของโรงพยาบาล : Hospital Emergency

หลักสูตร : ศิลปะป้องกันตัวเพื่อการปฏิบัติหน้าที่ของเจ้าหน้าที่ในหน่วยงาน รุ่นที่ 3-4-5-6
(ศิลปะป้องกันตนและคนที่รัก)

โดย สมาคมการดับเพลิงและช่วยชีวิต FARA : FIRE AND RESCUE ASSOCIATION
มาตรฐาน ASIA-SHE-HA ณ ศูนย์ฝึก FARA คลอง 9 นongseio จ.ปทุมธานี



หลักการและเหตุผล

หลักสูตร Self-Defense หรือ ศิลปะป้องกันตนและคนที่รัก ที่สมาคมการดับเพลิงและช่วยชีวิต FARA จัดขึ้นเป็นหลักสูตรที่ช่วยให้ผู้เข้าร่วมสามารถดูแล และปกป้องตัวเองจากสถานการณ์อันตรายได้

ด้วยทฤษฎี : หลบหลีก - ปิดป้อง - ยับยั้ง - ตอบโต้

โดยจะสอนเทคนิคต่างๆ ที่ช่วยให้ผู้ฝึก สามารถรับมือกับภัยคุกคามได้อย่างมีประสิทธิภาพ

หลักสูตรนี้มีความสำคัญในการเพิ่มความมั่นใจให้กับผู้คนในการปกป้องตัวเองและคนที่รักจากสถานการณ์ที่อาจเกิดขึ้นโดยไม่คาดคิด เป็นการส่งเสริมให้ทุกคนรู้จักการใช้ทักษะป้องกันตัวในชีวิตประจำวัน

โดยเฉพาะในบริบทของการทำงานในโรงพยาบาล ซึ่งมีทั้งผู้ป่วยที่อาจมีอาการทางจิตหรือผู้ที่อาจเข้ามาทำร้ายบุคลากรในโรงพยาบาล ในหลักสูตรจะเน้นการดูแลผู้ป่วยจิตเวชให้ปลอดภัยและไม่ให้เกิดการทำร้ายบุคลากร เช่น แพทย์ พยาบาล และเจ้าหน้าที่คนอื่นๆ เป็นต้น ที่ทำงานในโรงพยาบาล

การฝึกฯ จะช่วยเพิ่มทักษะในการป้องกันตัวเองจากการถูกทำร้ายโดยผู้ป่วยจิตเวช หรือบุคคลภายนอกที่อาจเข้ามาก่อเหตุรุนแรงในพื้นที่โรงพยาบาล รวมถึงวิธีการดูแลผู้ป่วยอย่างปลอดภัยและมีประสิทธิภาพในสถานการณ์ที่อาจเกิดขึ้น

หลักสูตรนี้จึงเป็นสิ่งที่สำคัญมากในโรงพยาบาลในปัจจุบัน เพื่อสร้างความปลอดภัยให้กับทั้งเจ้าหน้าที่และผู้ป่วยเอง

เป้าหมายสูงสุดที่ขยายผลต่อเนื่องจากหลักสูตรนี้ คือเรื่องของ Active Threat นั่นคือการดูแลแม้แต่เรื่องของการกราดยิง เรื่องของการวางระเบิดหรือก่อการร้าย ซึ่งนั่นคือเป้าหมายที่เราจะต้องมีทั้งแผน มีทั้งฝึกอบรมให้ความรู้ และการป้องกันตัวเองอย่างมีประสิทธิภาพ เพราะการกราดยิงนั้นเป็นเรื่องที่อันตรายมากในปัจจุบันนี้

หลักสูตรที่เน้น Active Threat หรือ ภัยคุกคามที่เกิดขึ้นทันที ถือเป็นสิ่งสำคัญในปัจจุบัน โดยเฉพาะในโรงพยาบาลที่ต้องเตรียมตัวรับมือกับสถานการณ์ที่อาจเกิดขึ้น เช่น การกราดยิง, การวางระเบิด หรือการก่อการร้าย ซึ่งเป็นเหตุการณ์ที่สามารถเกิดขึ้นได้อย่างไม่คาดคิดและมีความเสี่ยงสูงต่อความปลอดภัยของเจ้าหน้าที่และผู้ป่วย

ผลที่คาดว่าจะได้รับ

การเตรียมความพร้อมให้กับทุกคนในโรงพยาบาล ไม่ว่าจะเป็นการวางแผนรับมือกับภัยคุกคามเหล่านี้ การฝึกอบรมให้ความรู้เกี่ยวกับการป้องกันตัวเองในสถานการณ์วิกฤต รวมถึงการสร้างระบบและการตอบสนองที่มีประสิทธิภาพในทันทีที่เกิดเหตุการณ์ เช่น การหลบหนี, การสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ, และการจัดการกับสถานการณ์ด้วยความรวดเร็ว

ระยะเวลา 2 วัน 1 คืน (18 ชม.)

รุ่นที่ 3 วันที่ 29 - 30 มีนาคม 2568 / รุ่นที่ 4 วันที่ 26 - 27 เมษายน 2568
รุ่นที่ 5 วันที่ 10 - 11 พฤษภาคม 2568 / รุ่นที่ 6 วันที่ 14 - 15 มิถุนายน 2568

จำนวนผู้เข้าอบรม รุ่นละ 25 คน

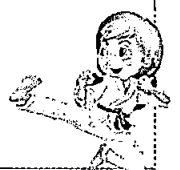
1. ต้องเป็นผู้ที่มีสุขภาพร่างกายแข็งแรง ไม่มีโรคประจำตัวอันอาจทำให้เกิดอันตรายต่อการออกกำลังกายอย่างหนัก
2. ทีมฉุกเฉิน ERT หรือเจ้าหน้าที่อื่นๆที่เกี่ยวข้อง อาทิ ผู้บริหาร , แพทย์-พยาบาล , จนท.ในห้องฉุกเฉิน , รปภ. และผู้สนใจ

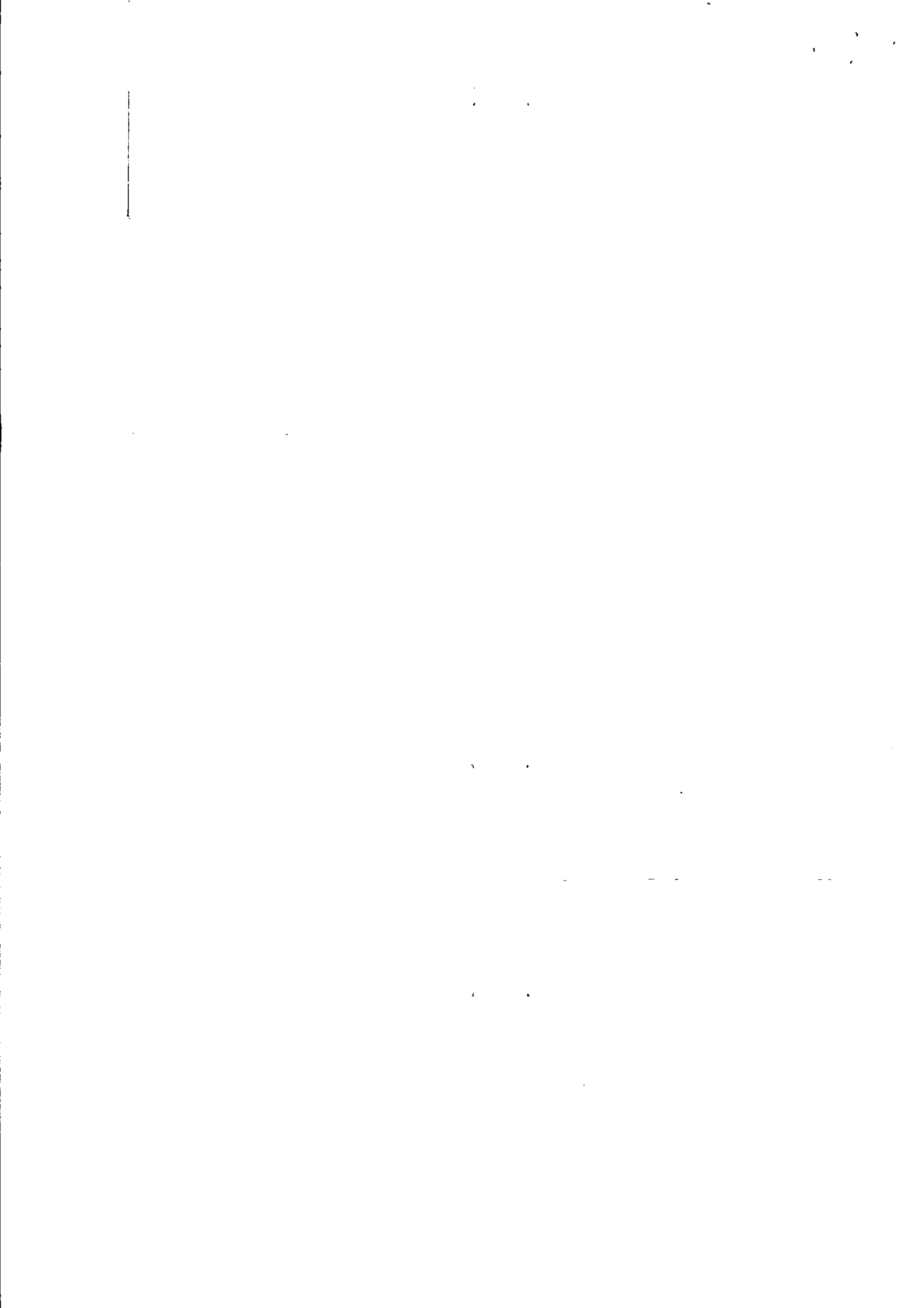
วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้เข้าอบรม รู้จักวางแผนป้องกันเหตุประทุษร้ายต่างๆ อย่างรัดกุม
2. เพื่อให้ผู้รับการอบรมมีทักษะการเข้าระงับเหตุ และการป้องกันตัวที่ถูกต้องและปลอดภัย
3. สามารถปฏิบัติหน้าที่ในตำแหน่งหัวหน้าวิชาวางแผนและป้องกันการประทุษร้ายอย่างเหมาะสม

หัวข้อการอบรม

วันแรก	
8.30 - 9.00	ลงทะเบียน
9.00 - 10.00	ปฐมนิเทศ (อ.คณาทัต จันทร์ศิริ) หัวข้อ "ศิลปะป้องกันตัวกับภารกิจ ของเจ้าหน้าที่ใน รพ. และทีมฉุกเฉิน ERT"
10.00 - 10.15	พักเบรก
10.15 - 12.00	<ul style="list-style-type: none">● ความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับอันตรายและการป้องกัน (อ.นเรศ สุนทรชัย)● ทักษะการป้องกันตัว โดยหลัก หลบหลีก - ปิดป้อง - ยับยั้ง - ตอบโต้ (หลบหลีก-1 ชุด 10 จังหวะ/ปิดป้อง-ปิดมือ-ปิดเท้า-ปิดเข้า-ปิดศอก/ยับยั้ง-ท่าบีบคอ หรือเสียดาง-หักข้อมือ-ปลดข้อมือ-ล็อกแขน/ตอบโต้ ด้วยนวมอาวุธ-หมัด-เข้า-เท้า-ศอก-หัว)<ul style="list-style-type: none">- สาธิต 4 หลัก- การยืน การเดิน การเคลื่อนที่- การกระโดดหลบ จากการจู่โจมทำร้าย- การหลบหลีก (ความคล่องตัว)
12.00 - 12.45	รับประทานอาหารกลางวัน
12.45-13.30	ติดตั้งเครื่องมือสื่อสารระบบแอนดรอยด์ เพื่อมีวิทยุสื่อสารประจำตัว
13.30-14.30	<ul style="list-style-type: none">- การปิดป้อง- การยับยั้ง (หมัด - เข้า - เท้า - ศอก - หัว)- การตอบโต้ (นวมอาวุธ) ฝึกการออกอาวุธกระสอบทราย- Pattern 1-6
14.30-16.00	เทคนิคการป้องกันตัว <ul style="list-style-type: none">● จากการถูกทำร้ายด้วยอาวุธ<ul style="list-style-type: none">- ถูกจี้ด้วยอาวุธ (ด้านหน้า และด้านหลัง)- ถูกแทงด้วยของมีคม (บล็อกรัก หักข้อมือ)- ถูกฟัน (สลายแรง หมุนตัวจับแบก บังคับไหล่)● จากการถูกทำร้ายด้วยมือเปล่า<ul style="list-style-type: none">- ถูกชก (ดึงตัวออก>ถีบ : ปิดแทงเข้า)- ถูกเตะ(หมุนตัวรับแบก สลายแรงเตะ)- ถูกล็อกคอ- ถูกจับคอเสื้อ- ถูกกลวนลาม





16.00- 16.15	พักเบรก
16.15-17.30	- เทคนิคการใช้อุปกรณ์ที่มีในโรงพยาบาล เพื่อการยับยั้งและตอบโต้ อาทิ Spinal Board / Soft Stretcher / ไม้เท้าคนพิการ / รถเข็นผู้ป่วย / โล่ของเจ้าหน้าที่ตำรวจ เป็นต้น - ทบทวนเทคนิคการป้องกันตัว <ul style="list-style-type: none"> ● การปลดอาวุธ - เลข4 ● การล็อกจับกุม- ตรึงด้านหลัง เลข 4
17.30 -18.30	รับประทานอาหารเย็น
18.30 -19.30	● Q & A ถาม - ตอบ ไขข้อสงสัย
19.30-21.30	● ประชุมกลุ่ม สร้างสถานการณ์สมมุติของแต่ละกลุ่ม เพื่อจัดการแสดงตามสถานการณ์ที่กำหนดในช่วงเช้า
	พักผ่อนตามอัธยาศัย

วันอาทิตย์ที่	
6.00 - 6.30	- สอบ ทลบทลิก 10 จังหวัด
6.30 - 7.30	- เริ่มการแสดงตามเหตุการณ์สมมุติของแต่ละกลุ่ม - วิทยาการประเมินและให้ข้อชี้แนะ
7.30 - 8.30	รับประทานอาหารเช้า
	<p>เทคนิคการประยุกต์ใช้</p> <ul style="list-style-type: none"> - การป้องกันตัวจากการใช้อาวุธ 1-2-3 - การจับล็อกตัวขณะถืออาวุธ <p>อธิบายให้ความรู้เพิ่มเติมเกี่ยวกับสถานการณ์จำลอง ฯ</p> <ul style="list-style-type: none"> ● การแจ้งเหตุ ● การเข้าระงับเหตุ ● การใช้อุปกรณ์ระงับเหตุ (โล่ป้องกันตัว) ● ฝึกการทำงานเป็นทีม ● ฝึกทบทวนสถานการณ์จำลอง ในตอนเช้า <p>***เวลาพักเบรก 10:30-10:45 น.***</p>
12.00 -13.00	พักรับประทานอาหารกลางวัน
13.00-14.30	ทดสอบและประเมินผลเป็นรายกลุ่ม พร้อมให้คะแนน จากสถานการณ์จำลองเดิมที่ปรับปรุงแก้ไขแล้ว
14.30 -14.45	พักเบรก
14.45 -15.30	- สอบ (ต่อ) - เดินทางกลับบ้านโดยสวัสดิภาพ หมายเหตุ วุฒิบัตรส่ง Online

***** ควบคุมการอบรมหลักสูตร โดย อ.นเรศ สุนทรชัย *****
ผู้อำนวยการฝ่ายความปลอดภัยและอารักขาบุคคล
สมาคมการดับเพลิงและช่วยชีวิต FARA

ค่าใช้จ่าย อบรม 2 วัน 1 คืน

ลงทะเบียน ท่านละ 4,500.-บาท (ถ้ำส่ง 3 + ฟรี 1 คน)

หมายเหตุ : ไม่มีการชำระค่าลงทะเบียนในวันอบรม ...ทั้งนี้ เพื่อป้องกันการยกเลิกการอบรมกะทันหัน

(ค่าตอบแทนที่มอบให้สมาคมฯ ส่วนหนึ่งนำไปใช้ในโครงการการกุศลต่างๆ จึงขออนุโมทนาบุญด้วยความเคารพ)

ค่าลงทะเบียนดังกล่าว ครอบคลุมค่าใช้จ่ายดังต่อไปนี้

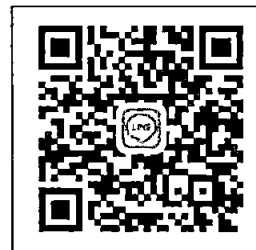
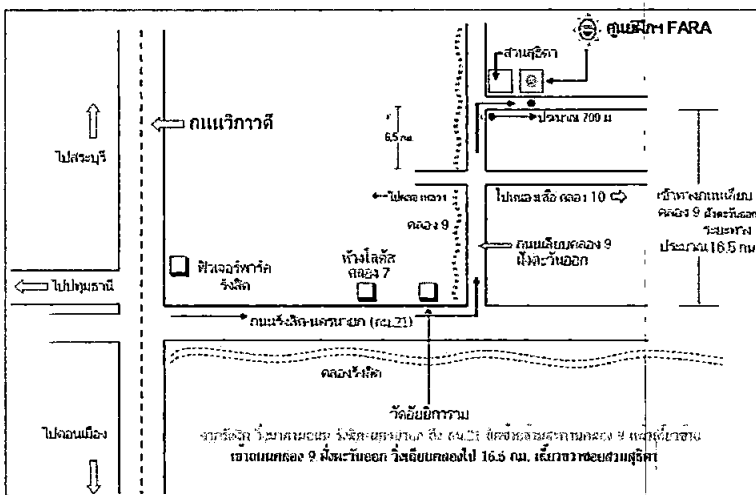
1. ค่าอาหาร (Box Set) -ของว่าง-เครื่องดื่ม ที่จัดไว้ให้ ตามรายการทุกมื้อ
2. ห้องพัก แบบ Temple stay
3. เอกสารประกอบการอบรม 1 ชุด
4. เสื้อยืด 1 ตัว และ อาร์ม Self Defense
5. วุฒิบัตร (On Line) ป้ายชื่อ
6. รหัสประจำตัวในการใช้วิทยุสื่อสารเครือข่ายศูนย์สื่อสาร FARA

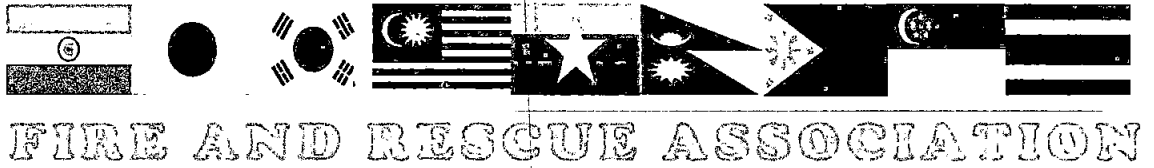


สิ่งที่ต้องเตรียมตัว และนำมาด้วย

1. ชุดฝึก (เสื้อ-กางเกงวอร์ม-รองเท้าผ้าใบ-ถุงเท้า-หมวกแก๊ป)
2. สวมเสื้อโปโลของหน่วยงานของท่าน
3. การป้องกันโรคติดต่อ ตามมาตรการที่ราชการกำหนดอย่างเคร่งครัด (โดยนำหน้ากากอนามัยส่วนตัวมา ให้เพียงพอ)
4. โทรศัพท์มือถือระบบแอนดรอยด์เพื่อลงแอปพลิเคชัน Mumla Mumble (เพื่อใช้ฝึกการสื่อสาร)
5. ไม่อนุญาตให้ผู้ที่มีโรคประจำตัวที่เกี่ยวข้องกับระบบทางเดินหายใจ ระบบหัวใจ หรืออื่นๆที่เป็นอันตรายต่อการออกกำลังกายอย่างหนักเข้าร่วมอบรม

: Add line เพื่อรับลิงค์การสมัคร และสอบถามรายละเอียด “ครูทอย” ทรขวัญ โทร. 065-2529594





ผู้อำนวยการราชวิทยาลัยจุฬารักษ์
54 หมู่ 4 ถนนวิภาวดี รังสิต
แขวงทุ่งสองห้อง เขตหลักสี่
กทม
10210

พรอ. 6801/83
วันที่ 19 กุมภาพันธ์ 2568

เรื่อง การอบรมหลักสูตร “ศิลปะป้องกันตัวเพื่อการปฏิบัติหน้าที่ของบุคลากรทางการแพทย์ และเจ้าหน้าที่
ในโรงพยาบาล” (ศิลปะป้องกันตนและคนที่รัก) รุ่นที่ 3 / 4 / 5 / 6

เรียน ท่านผู้อำนวยการ
สิ่งที่แนบมาด้วย กำหนดการอบรมฯ

สมาคมการดับเพลิงและช่วยชีวิต FARA : Fire And Rescue Association , สถาบันฉุกเฉิน ERT ประเทศไทย
(ECT : Emergency Response Team Council of Thailand) และสมาพันธ์การช่วยชีวิต ดับเพลิงและกู้ภัยแห่งเอเชีย
APFA : Asia Pre-Hospital And Fire Rescue Federation Association ขอเรียนมาด้วยความเคารพว่า

เพื่อเป็นการส่งเสริมคุณภาพของหน่วยงานท่าน ด้านความปลอดภัยในภาวะฉุกเฉิน Safety in Case of Emergency
โดยเฉพาะอย่างยิ่ง เรื่องของการประทุษร้ายในโรงพยาบาล อันอาจเกิดจาก

1. ผู้ป่วยจิตเวช
2. การประทุษร้ายซึ่งกันและกันของผู้มารับบริการ
3. การบุกรุกเพื่อการประทุษร้ายคุ้มครองจากภายนอก
4. การกราดยิง หรือก่อการร้ายด้วยอาวุธร้ายแรง ซึ่งเกิดขึ้นบ่อยครั้งในที่สาธารณะ อันรวมถึงโรงพยาบาล และ
องค์การใหญ่ๆ

และด้วยเหตุที่สมาคมฯ FARA ได้กำหนดหลักสูตร Self Defense “ศิลปะป้องกันตนและคนที่รัก” ขึ้น เป็นหลักสูตรหลัก
1 ใน 5 (Hospital Emergency / Self Defense / Fire / Rescue / Medical) ซึ่งทีมฉุกเฉิน ERT จะต้องมีความรู้
วิชารับผิดชอบความรู้เหล่านี้ อย่างมีมาตรฐาน

สมาคมฯ จึงได้จัดการอบรมหลักสูตรดังกล่าว ระดับหัวหน้าวิชา ในรุ่น และวันที่ตามที่แจ้งรายละเอียดที่แนบมาด้วยนี้
แล้ว

สมาคมฯ FARA หวังว่าท่านจะได้ส่งผู้เข้าอบรม มารับความรู้เพื่อกลับไปจัดตั้งทีม Self Defense ให้มีความมั่นคงและ
ปลอดภัยต่อองค์กรของท่านตลอดไป

จึงเรียนมาด้วยความเคารพ

ขอแสดงความนับถือ

นายคมกช จันทร์ใส

นายกองค์การ สมาคมการดับเพลิงและช่วยชีวิต FARA

ประธานกรรมการสมาพันธ์การช่วยชีวิต ดับเพลิงและกู้ภัยแห่งเอเชีย APFA

๑๗/๕๖/๖๘

สมาคมการดับเพลิงและช่วยชีวิต FARA : www.firefara.org

32/14 7 ม.7 คลอง 9 ถ.รังสิต-นครนายก ต.บึงกาสาม อ.หนองเสือ จ.ปทุมธานี 12170 Tel. 081-6393529, 081-4844838



ASIA * SHE



ASIA * SHE

การอบรมบริหารความเสี่ยง ความปลอดภัย ในภาวะฉุกเฉินของโรงพยาบาล : Hospital Emergency

หลักสูตร : ศิลปะป้องกันตัวเพื่อการปฏิบัติหน้าที่ของเจ้าหน้าที่ในหน่วยงาน รุ่นที่ 3-4-5-6
(ศิลปะป้องกันตนและคนที่รัก)

โดย สมาคมการดับเพลิงและช่วยชีวิต FARA : FIRE AND RESCUE ASSOCIATION
มาตรฐาน ASIA-SHE-HA ณ ศูนย์ฝึก FARA คลอง 9 หนองเสือ จ.ปทุมธานี



หลักการและเหตุผล

หลักสูตร Self-Defense หรือ ศิลปะป้องกันตนและคนที่รัก ที่สมาคมการดับเพลิงและช่วยชีวิต FARA จัดขึ้นเป็นหลักสูตรที่ช่วยให้ผู้เข้าร่วมสามารถดูแล และปกป้องตัวเองจากสถานการณ์อันตรายได้

ด้วยทฤษฎี : หลบหลีก - ปิดป้อง - ยับยั้ง - ตอบโต้

โดยจะสอนเทคนิคต่างๆ ที่ช่วยให้ผู้ฝึก สามารถรับมือกับภัยคุกคามได้อย่างมีประสิทธิภาพ

หลักสูตรนี้มีความสำคัญในการเพิ่มความมั่นใจให้กับผู้คนที่ในการปกป้องตัวเองและคนที่รักจากสถานการณ์ที่อาจเกิดขึ้นโดยไม่คาดคิด เป็นการส่งเสริมให้ทุกคนรู้จักการใช้ทักษะป้องกันตัวในชีวิตประจำวัน

โดยเฉพาะในบริบทของการทำงานในโรงพยาบาล ซึ่งมีทั้งผู้ป่วยที่อาจมีอาการทางจิตหรือผู้ที่อาจเข้ามาทำร้ายบุคลากรในโรงพยาบาล ในหลักสูตรจะเน้นการดูแลผู้ป่วยจิตเวชให้ปลอดภัยและไม่ให้เกิดการทำร้ายบุคลากร เช่น แพทย์ พยาบาล และเจ้าหน้าที่คนอื่นๆ เป็นต้น ที่ทำงานในโรงพยาบาล

การฝึกฯ จะช่วยเพิ่มทักษะในการป้องกันตัวเองจากการถูกทำร้ายโดยผู้ป่วยจิตเวช หรือบุคคลภายนอกที่อาจเข้ามาก่อเหตุรุนแรงในพื้นที่โรงพยาบาล รวมถึงวิธีการดูแลผู้ป่วยอย่างปลอดภัยและมีประสิทธิภาพในสถานการณ์ที่อาจเกิดขึ้น

หลักสูตรนี้จึงเป็นสิ่งที่สำคัญมากในโรงพยาบาลในปัจจุบัน เพื่อสร้างความปลอดภัยให้กับทั้งเจ้าหน้าที่และผู้ป่วยเอง

เป้าหมายสูงสุดที่ขยายผลต่อเนื่องจากหลักสูตรนี้ คือเรื่องของ **Active Threat** นั่นคือการดูแลแม้แต่เรื่องของการกราดยิง เรื่องของการวางระเบิดหรือก่อการร้าย ซึ่งนั่นคือเป้าหมายที่เราจะต้องมีทั้งแผน มีทั้งฝึกอบรมให้ความรู้ และการป้องกันตัวเองอย่างมีประสิทธิภาพ เพราะการกราดยิงนั้นเป็นเรื่องที่อันตรายมากในปัจจุบันนี้

หลักสูตรที่เน้น **Active Threat** หรือ ภัยคุกคามที่เกิดขึ้นทันที ถือเป็นสิ่งสำคัญในปัจจุบัน โดยเฉพาะในโรงพยาบาลที่ต้องเตรียมตัวรับมือกับสถานการณ์ที่อาจเกิดขึ้น เช่น การกราดยิง, การวางระเบิด หรือการก่อการร้าย ซึ่งเป็นเหตุการณ์ที่สามารถเกิดขึ้นได้อย่างไม่คาดคิดและมีความเสี่ยงสูงต่อความปลอดภัยของเจ้าหน้าที่และผู้ป่วย

ผลที่คาดว่าจะได้รับ

การเตรียมความพร้อมให้กับทุกคนในโรงพยาบาล ไม่ว่าจะเป็นการวางแผนรับมือกับภัยคุกคามเหล่านี้ การฝึกอบรมให้ความรู้เกี่ยวกับการป้องกันตัวเองในสถานการณ์วิกฤต รวมถึงการสร้างระบบและการตอบสนองที่มีประสิทธิภาพในพื้นที่ที่เกิดเหตุการณ์ เช่น การหลบหนี, การสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ, และการจัดการกับสถานการณ์ด้วยความรวดเร็ว

ระยะเวลา 2 วัน 1 คืน (18 ชม.)

รุ่นที่ 3 วันที่ 29 - 30 มีนาคม 2568 / รุ่นที่ 4 วันที่ 26 - 27 เมษายน 2568
รุ่นที่ 5 วันที่ 10 - 11 พฤษภาคม 2568 / รุ่นที่ 6 วันที่ 14 - 15 มิถุนายน 2568

จำนวนผู้เข้าอบรม รุ่นละ 25 คน

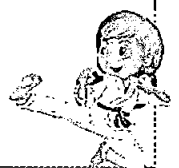
1. ต้องเป็นผู้ที่มีสุขภาพร่างกายแข็งแรง ไม่มีโรคประจำตัวอันอาจทำให้เกิดอันตรายต่อการออกกำลังกายอย่างหนัก
2. ทีมฉุกเฉิน ERT หรือเจ้าหน้าที่อื่นๆที่เกี่ยวข้อง อาทิ ผู้บริหาร , แพทย์-พยาบาล , จนท.ในห้องฉุกเฉิน , รปภ. และผู้สนใจ

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้เข้าอบรม รู้จักวางแผนป้องกันเหตุประทุษร้ายต่างๆ อย่างรัดกุม
2. เพื่อให้ผู้รับการอบรมมีทักษะการเข้าระงับเหตุ และการป้องกันตัวที่ถูกต้องและปลอดภัย
3. สามารถปฏิบัติหน้าที่ในตำแหน่งหัวหน้าวิชาวางแผนและป้องกันการประทุษร้ายอย่างเหมาะสม

หัวข้อการอบรม

วันแรก	
8.30 - 9.00	ลงทะเบียน
9.00 - 10.00	ปฐมนิเทศ (อ.คณาทัต จันทร์ศิริ) หัวข้อ "ศิลปะป้องกันตัวกับภารกิจ ของเจ้าหน้าที่ใน รพ. และทีมฉุกเฉิน ERT"
10.00 - 10.15	พักเบรก
10.15 - 12.00	<ul style="list-style-type: none">● ความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับอันตรายและการป้องกัน (อ.นเรศ สุนทรชัย)● ทักษะการป้องกันตัว โดยหลัก หลบหลีก - ปิดป้อง - ยับยั้ง - ตอบโต้ (หลบหลีก-1 ชุด 10 จังหวะ/ปิดป้อง-ปิดมือ-ปิดเท้า-ปิดเข้า-ปิดศอก/ยับยั้ง-ท่าบีบคอ หรือเสียดาง-หักข้อมือ-ปลดข้อมือ-ล็อคคาง/ตอบโต้ ด้วยนวมอาวุธ-หมัด-เข้า-เท้า-ศอก-หัว)<ul style="list-style-type: none">- สาธิต 4 หลัก- การยืน การเดิน การเคลื่อนที่- การกระโดดหลบ จากถารจู่โจมทำร้าย- การหลบหลีก (ความคล่องตัว)
12.00 - 12.45	รับประทานอาหารกลางวัน
12.45-13.30	ติดตั้งเครื่องมือสื่อสารระบบแอนดรอยด์ เพื่อมีวิทยุสื่อสารประจำตัว
13.30-14.30	<ul style="list-style-type: none">- การปิดป้อง- การยับยั้ง (หมัด - เข้า - เท้า - ศอก - หัว)- การตอบโต้ (นวมอาวุธ) ฝึกการออกอาวุธกระสอบทราย- Pattern 1-6
14.30-16.00	เทคนิคการป้องกันตัว <ul style="list-style-type: none">● จากการถูกทำร้ายด้วยอาวุธ<ul style="list-style-type: none">- ถูกจี้ด้วยอาวุธ (ด้านหน้า และด้านหลัง)- ถูกแทงด้วยของมีคม (บล็อก หักข้อมือ)- ถูกฟัน (สลายแรง หมุนตัวจับแบก บังคับไหล)● จากการถูกทำร้ายด้วยมือเปล่า<ul style="list-style-type: none">- ถูกชก (ดึงตัวออก>ถีบ : ปิดแทงเข้า)- ถูกเตะ(หมุนตัวรับแบก สลายแรงเตะ)- ถูกล็อกคอ- ถูกจับคอเสื้อ- ถูกกลวงลาม



16.00- 16.15	พักเบรก
16.15-17.30	- เทคนิคการใช้อุปกรณ์ที่มีในโรงพยาบาล เพื่อการยับยั้งและตอบโต้ อาทิ Spinal Board / Soft Stretcher / ไม้เท้าคนพิการ / รถเข็นผู้ป่วย / โล่ของเจ้าหน้าที่ตำรวจ เป็นต้น - ทบทวนเทคนิคการป้องกันตัว <ul style="list-style-type: none"> ● การปลดอาวุธ - เลข4 ● การล็อกจับกุม- ตรึงด้านหลัง เลข 4
17.30 -18.30	รับประทานอาหารเย็น
18.30 -19.30	● Q & A ถาม - ตอบ ไขข้อสงสัย
19.30-21.30	● ประชุมกลุ่ม สร้างสถานการณ์สมมุติของแต่ละกลุ่ม เพื่อจัดการแสดงตามสถานการณ์ที่กำหนดในช่วงเช้า
	พักผ่อนตามอัธยาศัย

วิทยากรผู้ฝึก	
6.00 - 6.30	- สอบ ทลบทลึง 10 จังหวะ
6.30 - 7.30	- เริ่มการแสดงตามเหตุการณ์สมมุติของแต่ละกลุ่ม – วิทยากรประเมินและให้ข้อชี้แนะ
7.30 - 8.30	รับประทานอาหารเช้า
	<p>เทคนิคการประยุกต์ใช้</p> <ul style="list-style-type: none"> - การป้องกันตัวจากการใช้อาวุธ 1-2-3 - การจับล็อกตัวขณะถืออาวุธ <p>อธิบายให้ความรู้เพิ่มเติมเกี่ยวกับสถานการณ์จำลอง ฯ</p> <ul style="list-style-type: none"> ● การแจ้งเหตุ ● การเข้าระงับเหตุ ● การใช้อุปกรณ์ระงับเหตุ (โล่ป้องกันตัว) ● ฝึกการทำงานเป็นทีม ● ฝึกทบทวนสถานการณ์จำลอง ในตอนเช้า <p style="text-align: right;">***เวลาพักเบรก 10:30-10:45 น.***</p>
12.00 -13.00	พักรับประทานอาหารกลางวัน
13.00-14.30	ทดสอบและประเมินผลเป็นรายกลุ่ม พร้อมให้คะแนน จากสถานการณ์จำลองเดิมที่ปรับปรุงแก้ไขแล้ว
14.30 -14.45	พักเบรก
14.45 - 15.30	- สอบ (ต่อ) - เดินทางกลับบ้านโดยสวัสดิภาพ หมายเหตุ วุฒิบัตรส่ง Online

***** ควบคุมการอบรมหลักสูตร โดย อ.นเรศ สุนทรชัย *****
ผู้อำนวยการฝ่ายความปลอดภัยและอาชีวบุคคล
สมาคมการดับเพลิงและช่วยชีวิต FARA

ค่าใช้จ่าย: อบรม 2 วัน 1 คืน

ลงทะเบียน ท่านละ 4,500.-บาท (ถ้ำส่ง 3 + ฟรี 1 คน)

หมายเหตุ : ไม่มีการชำระค่าลงทะเบียนในวันอบรม ...ทั้งนี้ เพื่อป้องกันการยกเลิกการอบรมกะทันหัน

(ค่าตอบแทนที่มอบให้สมาคมฯ ส่วนหนึ่งนำไปใช้ในโครงการการกุศลต่างๆ จึงขออนุมัติทางบัญชีด้วยความเคารพ)

ค่าลงทะเบียนดังกล่าว ครอบคลุมค่าใช้จ่ายดังต่อไปนี้

1. ค่าอาหาร (Box Set) -ของว่าง-เครื่องดื่ม ที่จัดไว้ให้ ตามรายการทุกมื้อ
2. ห้องพัก แบบ Temple stay
3. เอกสารประกอบการอบรม 1 ชุด
4. เสื้อยืด 1 ตัว และ อาร์ม Self Defense
5. วุฒิบัตร (On Line) ป้ายชื่อ
6. รหัสประจำตัวในการใช้วิทยุสื่อสารเครือข่ายศูนย์สื่อสาร FARA



: สิ่งที่ต้องเตรียมตัว และนำมาด้วย

1. ชุดฝึก (เสื้อ-กางเกงวอร์ม-รองเท้าผ้าใบ-ถุงเท้า-หมวกแก๊ป)
2. สวมเสื้อโปโลของหน่วยงานของท่าน
3. การป้องกันโรคติดต่อ ตามมาตรการที่ราชการกำหนดอย่างเคร่งครัด (โดยนำหน้ากากอนามัยส่วนตัวมาให้เพียงพอ)
4. โทรศัพท์มือถือระบบแอนดรอยด์เพื่อลงแอปพลิเคชัน Mumba Mumble (เพื่อใช้ฝึกการสื่อสาร)
5. ไม่อนุญาตให้ผู้ที่มีโรคประจำตัวที่เกี่ยวข้องกับระบบทางเดินหายใจ ระบบหัวใจ หรืออื่นๆที่เป็นอันตรายต่อการออกกำลังกายอย่างหนักเข้าร่วมอบรม

: Add Line เพื่อรับลิงค์การสมัคร และสอบถามรายละเอียด “ครูทอย” กรขวัญ โทร. 065-2529594

