



## RESPONSIBLE GUEST GUIDE

### การกระทำเล็ก ๆ อย่างยั่งยืน ที่สร้างความเปลี่ยนแปลงได้อย่างยิ่งใหญ่

ที่ทะเลธานี เราต้อนรับแขกจากทั่วโลกที่เดินทางมาด้วยหลากหลายเหตุผล เราเชื่อว่าหนึ่งในสิ่งที่มีความหมายที่สุดของการเดินทาง คือโอกาสในการค้นพบประสบการณ์ใหม่ ๆ ที่น่าประทับใจ เพราะชายหาดอันงดงาม ชุมชนท้องถิ่น ระบบนิเวศทางทะเล วัฒนธรรม และธรรมชาติรอบตัว คือหัวใจสำคัญของการพักผ่อนของแขกทุกท่าน การปกป้องและสนับสนุนสิ่งล้ำค่าเหล่านี้ คือสิ่งที่สะท้อนความเป็นตัวตนของเรา—ในฐานะรีสอร์ท และในฐานะผู้เดินทางที่รับผิดชอบ

เราได้เรียนรู้ว่าการเปลี่ยนแปลงที่มีความหมายเกิดขึ้นได้ เมื่อคนจำนวนมากร่วมกันลงมือทำสิ่งง่าย ๆ แม้โรงแรมจะพัฒนาไปมากเพียงใด ความสำเร็จที่แท้จริงยังขึ้นอยู่กับการตัดสินใจของแขกในการเลือกที่จะทำสิ่งที่ถูกต้องเช่นกัน เราขอเชิญคุณอ่านต่อ เพื่อค้นหาวิธีที่คุณสามารถสร้างผลกระทบเชิงบวกระหว่างการเข้าพักของคุณได้

### การเตรียมตัวก่อนเดินทาง

- **การจองการเดินทาง:**  
เมื่อจองการเดินทาง กรุณาเลือกผู้ให้บริการที่มีการดำเนินงานเพื่อลดผลกระทบต่อสิ่งแวดล้อมและสังคม ผู้ประกอบการที่มีความรับผิดชอบต่อสังคมเผยแพร่ข้อมูลด้านความยั่งยืน รายงานประจำปี และมีการรับรองมาตรฐานความยั่งยืนที่เป็นที่ยอมรับ เลือกใช้บริการเหล่านี้จะช่วยสนับสนุนชุมชนท้องถิ่น สิ่งแวดล้อม และจุดหมายปลายทางของคุณ
- **วัฒนธรรม:**  
การเดินทางจะราบรื่นและสนุกมากขึ้น หากคุณทำความเข้าใจขนบธรรมเนียมและวัฒนธรรมท้องถิ่นล่วงหน้า เช่น วิธีการให้ทิป การแต่งกาย หรือคำขอขอบคุณง่าย ๆ ก็ช่วยได้มาก
- **การเดินทางภาคพื้นดิน:**  
คุณสามารถช่วยลดการจราจรติดขัด มลพิษ และการปล่อยก๊าซเรือนกระจกได้ ด้วยการเลือกใช้รถแท็กซี่หรือรถรับส่งที่มีการปล่อยต่ำ ใช้ขนส่งสาธารณะ หรือเดิน/ปั่นจักรยานในพื้นที่ เมื่อปลอดภัยและสะดวก
- **การใส่ใจผู้อื่น:**  
ลองใช้เวลาสักเล็กน้อยศึกษาวิธีสังเกตสัญญาณของการค้ามนุษย์ การถูกทำร้าย หรือการถูกแสวงหาประโยชน์ และเรียนรู้ว่าควรรายงานอย่างไรหากพบเห็น คุณสามารถค้นหาข้อมูลจากตำรวจ องค์กร NGO หรือสอบถามคำแนะนำจากองค์กรการกุศลท้องถิ่นหรือบริษัทท่องเที่ยวของคุณ

### การจัดกระเป๋า

- **จัดกระเป๋าแบบเบา:**  
ไม่ว่าคุณจะไปทางด้วยเครื่องบิน รถไฟ เรือ หรือรถยนต์ การพกสัมภาระที่เบากว่าจะใช้พลังงานน้อยกว่าและช่วยลดการปล่อยก๊าซเรือนกระจก
- **นำสิ่งของกลับไปด้วย:**



สิ่งของที่ทิ้งไว้สามารถสร้างมลพิษ โดยเฉพาะในพื้นที่ที่ไม่มีระบบกำจัดและรีไซเคิลที่ดี และยังเพิ่มภาระให้ระบบจัดการขยะในทุกจุดหมายปลายทาง

- **ผลิตภัณฑ์ดูแลส่วนบุคคล:**

ผลิตภัณฑ์ที่มี “ไมโครบีด” เช่น แชมพู โลชั่น หรือเจลอาบน้ำ สามารถทำลายความหลากหลายทางชีวภาพอย่างรุนแรงในระยะยาว หลายประเทศได้สั่งห้ามแล้ว โปรดอย่านำติดตัวมาด้วย

- **ครีมกันแดด:**

สารบางชนิดในครีมกันแดดสามารถทำลายสิ่งมีชีวิตในทะเลและแนวปะการัง แม้จะเป็นปริมาณเล็กน้อยหรือถูกชะล้างออกจากร่างกายในอ่างน้ำ โรงแรมของคุณ เลือกครีมกันแดดที่ปลอดภัยต่อทะเลโดยหลีกเลี่ยงส่วนผสม เช่น Oxybenzone, Benzophenone-1, Benzophenone-8, OD-PABA, 4-Methylbenzylidene Camphor, 3-Benzylidene Camphor, nano-Titanium Dioxide, nano-Zinc Oxide, Octinoxate, Octocrylene

- **พลาสติกใช้ครั้งเดียว:**

หากคุณนำพลาสติกใช้ครั้งเดียวมาด้วย สิ่งเหล่านั้นต้องถูกกำจัด และหลายพื้นที่ไม่มีระบบรองรับที่ปลอดภัย แนะนำให้ใช้ผลิตภัณฑ์แบบใช้ซ้ำ หรือผลิตภัณฑ์จากกระดาษรีไซเคิลแทน

## ระหว่างการเข้าพัก

- **อุณหภูมิ:**

การปรับอุณหภูมิให้สบายเป็นสิ่งสำคัญ แต่ก็ยังเป็นสาเหตุของการปล่อยก๊าซเรือนกระจกมากที่สุดในพื้นที่พัก ช่วยลดได้โดยไม่ปรับอุณหภูมิไม่จำเป็น และปิดเครื่องปรับอากาศเมื่อเปิดประตูหรือหน้าต่าง

- **น้ำ:**

การจัดหาน้ำและการบำบัดน้ำเสียสร้างการปล่อยก๊าซเรือนกระจก และในบางพื้นที่น้ำเป็นทรัพยากรที่มีคุณค่าสูง คุณสามารถช่วยได้โดยอาบน้ำให้สั้นลง ปิดน้ำระหว่างแปรงฟัน และใช้ปั๊มชักโครกแบบประหยัดน้ำ

- **อาหารและเครื่องดื่ม:**

ประมาณหนึ่งในสามของอาหารทั่วโลกถูกทิ้ง แม้ว่าการผลิตอาหารจะสร้างก๊าซเรือนกระจกจำนวนมาก คุณสามารถช่วยได้โดยสั่งอาหารในปริมาณที่ทานหมด เลือกเมนูท้องถิ่น และเลือกรับประทานอาหารที่ไม่มีเนื้อสัตว์มากขึ้นระหว่างเข้าพัก

- **การรีไซเคิล:**

แต่ละพื้นที่อาจมีกฎการรีไซเคิลต่างกัน ควรสอบถามพนักงานโรงแรมว่าคุณสามารถรีไซเคิลอะไรได้บ้างและอย่างไร

## การสนับสนุนชุมชนท้องถิ่น

- **สนับสนุนธุรกิจท้องถิ่น:**

ลองเลือกร้านอาหารและร้านค้าที่ดำเนินการโดยคนในพื้นที่ หากต้องการซื้อของฝาก ให้มองหาสินค้าที่ทำด้วยมือโดยช่างฝีมือท้องถิ่นหรือผู้ประกอบการรายย่อย

- **เดินชมวัฒนธรรมและพื้นที่:**

แม้คุณจะมาเที่ยวพักผ่อนหรือมาทำงาน การได้ออกไปสัมผัสสถานที่ วัฒนธรรม และกิจกรรมท้องถิ่น จะทำให้ประสบการณ์ของคุณคุ้มค่ามากขึ้น

- **การเคารพผู้อื่น:**

กรุณาศึกษาและปฏิบัติตามกฎหมายและวัฒนธรรมท้องถิ่น ห้ามถ่ายภาพหรือวิดีโอผู้อื่นโดยไม่ได้รับอนุญาต โดยเฉพาะภาพของเด็ก ซึ่งต้องได้รับอนุญาตจากผู้ปกครองหรือผู้ดูแลตามกฎหมาย

- **การคุ้มครองเด็ก:**

หลีกเลี่ยงกิจกรรมที่อาจเป็นอันตรายต่อเด็ก เช่น การเยี่ยมชมสถานสงเคราะห์หรือโรงเรียน ซึ่งอาจรบกวนการเรียนรู้ หรือเป็นช่องทางของการแสวงหาประโยชน์ วิธีที่ดีที่สุดคือการสนับสนุนองค์กรการกุศลที่เชื่อถือได้ หากพบเห็นเด็กถูกทำร้ายหรือถูกแสวงหาประโยชน์ โปรดแจ้งเจ้าหน้าที่ทันที

- **การคุ้มครองความหลากหลายทางชีวภาพ:**

กรุณาทิ้งขยะอย่างถูกต้อง และปฏิบัติตามข้อแนะนำในการปกป้องพื้นที่ธรรมชาติ เช่น เนินทราย ปะการัง หรือป่าไม้ ห้ามนำสิ่งของธรรมชาติกลับบ้าน เช่น หินหรือเปลือกหอย และอย่าทิ้งสิ่งใดไว้เบื้องหลัง

- **สนับสนุนมูลนิธิท้องถิ่น:**

หากคุณมีช่วงเวลาที่ดีและต้องการตอบแทนชุมชนท้องถิ่น เราขอแนะนำให้สนับสนุนโครงการพัฒนาท้องถิ่นหรือมูลนิธิต่าง ๆ คุณสามารถสอบถามพนักงานโรงแรมเพื่อขอคำแนะนำได้

## การคุ้มครองสัตว์

- **สัตว์จรจัดหรือถูกทำร้าย:**

หากคุณพบสัตว์จรจัดหรือสงสัยว่ามีการทารุณสัตว์ โปรดสอบถามพนักงานโรงแรมเพื่อหาวิธีที่เหมาะสม พวกเขาอาจมีความร่วมมือกับองค์กรคุ้มครองสัตว์ในพื้นที่ นอกจากนี้องค์กรระดับสากล เช่น World Animal Protection และ Born Free ยังมีข้อมูลให้ศึกษาออนไลน์

- **กิจกรรมเกี่ยวกับสัตว์:**

เราแนะนำให้หลีกเลี่ยงกิจกรรมที่อาจก่อให้เกิดอันตรายหรือความเครียดต่อสัตว์ เช่น การให้อาหาร การสัมผัสสัตว์ป่า หรือชมโชว์ที่สัตว์ต้องทำพฤติกรรมที่ผิดธรรมชาติ

## วิธีรายงานเหตุที่น่ากังวล

หากคุณพบเห็นหรือสงสัยว่ามีเด็ก ผู้คน หรือสัตว์ถูกแสวงหาประโยชน์หรือถูกทำร้าย กรุณาแจ้งทันทีที่:

- พนักงานโรงแรม
- สถานีตำรวจท้องถิ่น
- ตำรวจท่องเที่ยว
- บริษัทท่องเที่ยวของคุณ



**ข้อมูลเพิ่มเติม:**

- ดำรงจท่งเทียวประเทศไทย: 1155, 076–223 891
- สายด่วนศูนย์ช่วยเหลือสังคม: 1300
- ศูนย์ปราบปรามการค้ามนุษย์ จ.ภูเก็ต: 076–212 046, 076–216 922

ขอบคุณที่ร่วมเป็นส่วนหนึ่งในการปกป้องชุมชน วัฒนธรรม และสิ่งแวดล้อมของเรา การตัดสินใจของคุณมีความหมายอย่างแท้จริง