

Γραφείο Πολιτικής Προστασίας Δήμου Γαλατσίου

ΟΔΗΓΙΕΣ ΑΥΤΟΠΡΟΣΤΑΣΙΑΣ ΑΠΟ ΤΟΥΣ ΣΕΙΣΜΟΥΣ

ΠΡΙΝ ΑΠΟ ΤΟ ΣΕΙΣΜΟ

- Στερεώστε καλά στους τοίχους, τα ράφια και τις βιβλιοθήκες. Βιδώστε καλά στους τοίχους δεξαμενές καυσίμων και νερού καθώς και θερμοσίφωνες.
- Τοποθετείστε τα βαριά αντικείμενα στα χαμηλότερα ράφια.
- Απομακρύνετε τα βαριά αντικείμενα πάνω από τα κρεβάτια και τους καναπέδες.
- Στερεώστε καλά τα φωτιστικά σώματα.
- Προσδιορίστε καλά τους προφυλαγμένους χώρους σε κάθε δωμάτιο του σπιτιού: κάτω από ανθεκτικά γραφεία ή τραπέζια. Μακριά από γυάλινες επιφάνειες και βιβλιοθήκες. Μακριά από εξωτερικούς τοίχους.
- Καθορίστε ασφαλείς χώρους έξω από το σπίτι: Μακριά από κτίρια, δέντρα, τηλεφωνικά και ηλεκτρικά καλώδια.
- Ελέγξτε τη σωστή λειτουργία του ηλεκτρικού δικτύου του σπιτιού σας καθώς και των συνδέσεων του δικτύου φυσικού αερίου.
- Ενημερώστε όλα τα μέλη της οικογένειας για το πώς κλείνουν οι γενικοί διακόπτες (ηλεκτρικού, νερού & φυσικού αερίου).
- Ενημερώστε όλα τα μέλη της οικογένειας για τα παραπάνω μέτρα.
- Προμηθευτείτε φορητό ραδιόφωνο με μπαταρίες, φακό και βαλιτσάκι πρώτων βοηθειών.
- Ενημερώστε, ειδικά τα παιδιά της οικογένειας, για τα τηλέφωνα έκτακτης ανάγκης (100, 199, 166, 112).
- Συμφωνείστε όλοι για ένα συγκεκριμένο τόπο συνάντησης μετά το σεισμό.

ΚΑΤΑ ΤΗ ΔΙΑΡΚΕΙΑ ΤΟΥ ΣΕΙΣΜΟΥ

ΜΕΣΑ ΣΤΟ ΣΠΙΤΙ:

- Παραμείνετε ΨΥΧΡΑΙΜΟΙ.
- Καλυφθείτε ΔΙΠΛΑ από κάποιο ανθεκτικό έπιπλο και ΠΟΤΕ ΚΑΤΩ από αυτό. (όταν τα κτίρια γκρεμίζονται, το βάρος της οροφής που πέφτει πάνω στα διάφορα αντικείμενα ή έπιπλα, τα συνθλίβει αφήνοντας κενό χώρο δίπλα τους σε σχήμα τριγώνου.
- ΜΗΝ χρησιμοποιείτε τον ανελκυστήρα.
- ΜΗΝ βγαίνετε στα μπαλκόνια.
- Εάν βρεθείτε σε ψηλό κτίριο, απομακρυνθείτε από τζάμια.
- Εάν βρεθείτε σε χώρο ψυχαγωγίας ή σε κάποιο κατάστημα ή εμπορικό κέντρο, διατηρήστε την ψυχραιμία σας και να αποφύγετε τον πανικό. Μείνετε μακριά από το πανικόβλητο πλήθος που κινείται άτακτα προς τις εξόδους.

ΕΞΩ ΑΠΟ ΤΟ ΣΠΙΤΙ

- Απομακρυνθείτε από τα γειτονικά κτίρια καθώς και από τηλεφωνικά ή ηλεκτρικά καλώδια.
- Καλύψτε το κεφάλι σας με κάποια τσάντα ή χαρτοφύλακα που μπορεί να έχετε στη διάθεσή σας.
- Μείνετε σε ανοιχτό χώρο μέχρι να σταματήσει η δόνηση.

ΜΕΣΑ ΣΤΟ ΑΥΤΟΚΙΝΗΤΟ

- Καταφύγετε σε ανοιχτό χώρο και σταματήστε αμέσως το αυτοκίνητο.
- Μείνετε ΕΞΩ και ΔΙΠΛΑ από το αυτοκίνητο μέχρι να σταματήσει η δόνηση.
- Αποφύγετε τις γέφυρες ή τις υπέργειες διαβάσεις.

ΜΕΤΑ ΤΟ ΣΕΙΣΜΟ

- Μείνετε προετοιμασμένοι για τους μετασεισμούς.
- Ελέγξτε τον εαυτό σας και τους γύρω σας για πιθανούς τραυματισμούς.
- Μην μετακινείτε τους βαριά τραυματισμένους.
- Ακολουθείτε τις οδηγίες των αρχών και μην πιστεύετε τις ανυπόστατες φημολογίες.
- Χρησιμοποιείτε το τηλέφωνο μόνο σε εξαιρετικές περιπτώσεις, γιατί προκαλείτε υπερφόρτωση του δικτύου.

Μην χρησιμοποιείτε άσκοπα το αυτοκίνητο γιατί εμποδίζετε τα συνεργεία διάσωσης

Σε κάθε περίπτωση μπορείτε να καλείτε στα τηλέφωνα έκτακτης ανάγκης:

- ΕΚΑΒ : 166
- Πυροσβεστικό Σώμα: 199
- Ευρωπαϊκός αριθμός Έκτακτης ανάγκης: 112
- Ελληνική Αστυνομία – Άμεση Δράση : 100
- Γραφείο Πολιτικής Προστασίας Δήμου Γαλασίου: 2102055440