

ΕΝΗΜΕΡΩΝΟΜΑΙ & ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΖΟΜΑΙ ΓΙΑ ΤΟ ΣΕΙΣΜΟ!

Οι σεισμοί εκδηλώνονται ξαφνικά και χωρίς προειδοποίηση. Γι' αυτό είναι σημαντικό να είμαστε καλά ενημερωμένοι και προετοιμασμένοι για το πώς πρέπει να ενεργήσουμε σε περίπτωση εκδήλωσης σεισμού. Με απλές κινήσεις μπορούμε να προστατευτούμε!



ΤΙ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΚΑΝΩ ΠΡΙΝ, ΚΑΤΑ ΤΗ ΔΙΑΡΚΕΙΑ & ΜΕΤΑ ΤΟ ΣΕΙΣΜΟ

Πριν το σεισμό / ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΟΥ!

- ▶ Ενημερώσου για τον σεισμό και τα μέτρα προστασίας. Διαμόρφωσε ένα – ατομικό ή οικογενειακό – σχέδιο ετοιμότητας για τη διαχείριση της έκτακτης κατάστασης.

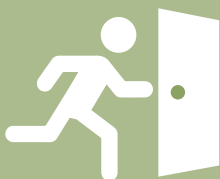
- ▶ Εντόπισε τα κατάλληλα σημεία προφύλαξής σου ανά χώρο (οικία, εργασία) και κατέγραψε χρήσιμες πληροφορίες που θα σε βοηθήσουν όπως π.χ. πώς κλείνει ο γενικός διακόπτης του ηλεκτρικού ρεύματος, ποια είναι τα χρήσιμα τηλέφωνα σε περίπτωση έκτακτης ανάγκης, κ.α.



- ▶ Εφοδιάσου με βασικά είδη πρώτης ανάγκης, όπως ξηρά τροφή, φαρμακείο πρώτων βοηθειών, φορητό ραδιόφωνο, φακό, σφυρίχτρα, κλπ.



- ▶ Κάνε το σπίτι σου ασφαλές. Στερέωσε γερά στους τοίχους έπιπλα που μπορεί να πέσουν (π.χ. βιτρίνες, βιβλιοθήκες, κ.α.) και απομάκρυνε βαριά και εύθραυστα αντικείμενα πάνω από κρεβάτια και καναπέδες καθώς και οικιακές ή άλλες συσκευές που βρίσκονται κοντά σε πόρτες και μπορεί αν μετακινηθούν να φράξουν την έξοδο.



- ▶ Προγραμμάτισε ποια θα είναι η έξοδος διαφυγής όταν σταματήσει η σεισμική δόνηση και επέλεξε έναν ασφαλή χώρο στον οποίο θα καταφύγεις εσύ και οι οικείοι σου μετά από ένα σεισμό.

Κατά τη διάρκεια του σεισμού ΠΡΟΣΤΑΤΕΥΣΟΥ!

Εάν είσαι μέσα σε κτίριο:

- ▶ Μείνε στο χώρο που βρίσκεσαι και διατήρησε την ψυχραιμία σου.
- ▶ Σκύψε, καλύψου κάτω από ένα γερό έπιπλο (τραπέζι, γραφείο, θρανίο) και κράτησε με το χέρι σου το πόδι του. Αν δεν υπάρχει ανθεκτικό έπιπλο, γονάτισε στο μέσο του δωματίου και προστατέψε με τα χέρια σου το κεφάλι και τον αυχένα.
- ▶ Απομακρύνσου από μεγάλες γυάλινες επιφάνειες (π.χ. μεγάλα παράθυρα), τοίχους, ή έπιπλα και αντικείμενα που μπορεί να πέσουν και να σε τραυματίσουν.



Εάν είσαι σε εξωτερικό χώρο:

- ▶ Απομακρύνσου από προσόψεις κτιρίων, στύλους με ηλεκτροφόρα καλώδια ή άλλα επικίνδυνα σημεία και προφυλάξου κατάλληλα. Επίσης, μείνε μακριά από ακτές καθώς υπάρχει κίνδυνος δημιουργίας θαλάσσιων κυμάτων βαρύτητας (tsunami).
- ▶ Εάν οδηγείς, μείωσε την ταχύτητα του οχήματος σου, και στάθμευσε το στο πιο κοντινό, ασφαλές σημείο, μακριά από προσόψεις κτιρίων, αερογέφυρες, καλώδια κ.ά. Φρόντισε να μην εμποδίζεις την κυκλοφορία.

Μετά το σεισμό / ΕΦΑΡΜΟΣΕ ΤΟ ΠΡΟΣΕΙΣΜΙΚΟ ΣΧΕΔΙΟ ΣΟΥ!

- ▶ Έλεγξε τον εαυτό σου και τους γύρω σου για τυχόν τραυματισμούς.
- ▶ Απομακρύνσου από το χώρο χρησιμοποιώντας τις σκάλες! Ποτέ τον ανελκυστήρα!

Απέφυγε να βγεις σε μπαλκόνι. Φεύγοντας πάρε μαζί σου και το σακίδιο επιβίωσης.



- ▶ Εκκενώνοντας το κτίριο, κλείσε τους διακόπτες του ηλεκτρικού ρεύματος/φυσικού αερίου/νερού. Αν υπάρχει μυρωδιά υγραερίου, άνοιξε πόρτες και παράθυρα.
- ▶ Προετοιμάσου για πιθανούς μετασεισμούς. Ακολούθησε τις οδηγίες εκκένωσης και καταφυγής των αρμοδίων Αρχών.



- ▶ Ενημέρωσε τις Αρχές για καταρρεύσεις κτιρίων και για τυχόν τραυματίες.
- ▶ Απέφυγε να μπει στο σπίτι σου, ιδιαίτερα αν υπάρχουν ζημιές, μέχρι να λάβεις άδεια από τις αρμόδιες υπηρεσίες που θα κάνουν τον πρωτοβάθμιο έλεγχο.
- ▶ Προσπάθησε να μην χρησιμοποιήσεις άσκοπα το τηλέφωνό σου ή το αυτοκίνητό σου. Οι γραμμές τηλεφωνίας πρέπει να παραμείνουν σε λειτουργία και οι οδικοί άξονες πρέπει να είναι ελεύθεροι.

ΚΑΝΕ ΤΟ ΔΙΚΟ ΣΟΥ ΣΧΕΔΙΟ ΕΚΤΑΚΤΗΣ ΑΝΑΓΚΗΣ ΣΕ ΠΕΡΙΠΤΩΣΗ ΣΕΙΣΜΟΥ

Σε περίπτωση σεισμού είναι χρήσιμο να έχεις προετοιμάσει το δικό σου σχέδιο για τη διαχείριση της κατάστασης έκτακτης ανάγκης ακολουθώντας τα εξής:

1. Ετοίμασε ένα σακίδιο έκτακτης ανάγκης με βασικά είδη:

- Πόσιμο νερό και ξηρά τροφή.
- Φορτιστή κινητού ή powerbank.
- Φακό.
- Ραδιόφωνο με μπαταρίες.
- Φαρμακευτικό υλικό.



- ▶ Αν υπάρχουν ειδικές συνθήκες ή υπάρχουν άτομα που ανήκουν σε ειδική ομάδα (παιδιά, ηλικιωμένοι, ΑμεΑ, ασθενείς, κλπ) φρόντισε να πάρεις μαζί σου:
- ▶ πάνες και γεύματα για βρέφη και τροφή για τα κατοικίδια.
- ▶ φαρμακευτική αγωγή που να επαρκεί για μια εβδομάδα ή άλλο υποστηρικτικό εξοπλισμό (πχ οξυγόνο)
- ▶ επιπλέον γυαλιά, ακουστικά βαρηκοΐας και επιπλέον μπαταρίες
- ▶ φορτιστές για μπαταρίες μηχανοκίνητων αμαξιδίων

Θυμήσου: Εξασφάλισε αυτάρκεια τροφής για τουλάχιστον 3 ημέρες.

2. Διαμόρφωσε ένα σχέδιο επικοινωνίας και συγκέντρωσης της οικογένειας σου μετά το σεισμό.

- ▶ Μάθε πως επικοινωνεί το σχολείο με τους γονείς σε περίπτωση έκτακτης ανάγκης.
- ▶ Όρισε ένα ασφαλές σημείο συνάντησης για όλη την οικογένεια.

Θυμήσου: Τα δίκτυα τηλεπικοινωνίας ενδέχεται να είναι μπλοκαρισμένα μετά από ένα σεισμό. Δείξε υπομονή.

3. Αξιολόγησε την κατάσταση. Διαμόρφωσε ένα σχέδιο παραμονής ή διαφυγής.

Ανάλογα με τα χαρακτηριστικά και το μέγεθος του σεισμού, θα πρέπει να αποφασίσεις αν θα μείνεις στο χώρο σου ή αν θα φύγεις. Σχεδιάσε τις κινήσεις σου και για τις δύο περιπτώσεις.

Ενημερώσου (μέσω ραδιοφώνου, διαδικτύου ή τηλεόρασης) για τις επίσημες οδηγίες των Αρχών.

Αν ανακοινωθεί οδηγία απομάκρυνσης για την περιοχή σου, ακλούθησε τη δίχως καθυστέρηση.

Αν απαιτηθεί να φύγεις:

- ▶ Επέλεξε εναλλακτικούς προορισμούς.
- ▶ Φρόντισε να έχεις επαρκή καύσιμα στο όχημα σου.
- ▶ Κλείσε παροχές ρεύματος/φυσικού αερίου/νερού.
- ▶ Πάρε μαζί σου τα κατοικίδια σου.
- ▶ Πάρε μαζί σου χρήματα.
- ▶ Κλείδωσε την πόρτα του σπιτιού.



ΧΩΡΟΙ ΚΑΤΑΦΥΓΗΣ & ΚΑΤΑΥΛΙΣΜΟΥ ΜΕΤΑ ΑΠΟ ΣΕΙΣΜΟ

Σκάναρε το QR code με το κινητό ή το tablet σου και εντοπίσε τους χώρους καταφυγής και καταυλισμού ανά οικισμό/κοινότητα του Δήμου Μινώα Πεδιάδας.

ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΗΣΕ ΜΕ ΤΟ ΔΗΜΟ ΜΙΝΩΑ ΠΕΔΙΑΔΑΣ ΜΕΤΑ ΤΟ ΣΕΙΣΜΟ

Τηλεφωνικό Κέντρο 28913 40143

Στο Τηλεφωνικό Κέντρο, οι πολίτες μπορούν να επικοινωνούν μετά το σεισμό για θέματα που αφορούν:

- δήλωση προβλημάτων/ζημιών από την εκδήλωση σεισμού στην επικράτεια του Δήμου. υποβολή αιτημάτων για άμεση προσωρινή φιλοξενία/διαμονή πληγέντων.
- υποβολή αιτημάτων για μετασεισμικό έλεγχο κατοικιών και επιχειρήσεων από αρμόδια κλιμάκια μηχανικών της Γ.Δ.Α.Ε.Φ.Κ.
- πληροφορίες σχετικά με διαδικασίες και δικαιολογητικά που απαιτούνται ώστε να λάβουν οικονομική ενίσχυση για την κάλυψη των πρώτων βιοτικών αναγκών.

Τεχνική Υπηρεσία / Γραφείο Πολιτικής Προστασίας 28913 40406

Με την Τεχνική Υπηρεσία / Γραφείο Πολιτικής Προστασίας, οι πολίτες μπορούν να επικοινωνούν μετά το σεισμό προκειμένου η Υπηρεσία να μεριμνήσει για την αυτοψία/διαπίστωση ζημιών σε δημοτικές υποδομές και κτίρια (π.χ. σχολεία, παιδικοί σταθμοί, κλπ) και την άρση εμποδίων στο οδικό δίκτυο αρμοδιότητάς του Δήμου.

ΔΕΥΑ Μινώα Πεδιάδας 28910 22222, 29140

Με τη ΔΕΥΑΜΠ, οι πολίτες μπορούν να επικοινωνούν μετά το σεισμό για θέματα αποκατάστασης των υποδομών/δικτύων ύδρευσης και αποχέτευσης, η λειτουργία των οποίων παρουσίασε δυσχέρειες ή διακόπηκε λόγω του σεισμού.

ΧΡΗΣΙΜΑ ΤΗΛΕΦΩΝΑ ΣΕ ΠΕΡΙΠΤΩΣΗ ΣΕΙΣΜΟΥ

Ευρωπαϊκός Αριθμός Έκτακτης Ανάγκης 112
Πυροσβεστικό Σώμα 199
Αστυνομία 100
Ε.Κ.Α.Β. 166
Αστυνομικό Τμήμα Μινώα Πεδιάδας 28910 25047
Κέντρο Υγείας Αρκαλοχωρίου 28913 40200
Κέντρο Υγείας Καστελλίου 28913 40000