

ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΑ-ΕΠΙΣΤΗΜΕΣ



ΥΠΕΥΘΥΝΗ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟΣ ΤΗΣ ΣΤΗΛΗΣ
ΣΒΙΤΛΑΝΑ ΓΚΛΑΝΤΚΑ

ΣΕΙΣΜΟΣ, ΣΕΙΣΜΟΣ ΜΗ ΣΕ ΠΙΑΝΕΙ ΠΑΝΙΚΟΣ

Συντακτική ομάδα
Ειρήνη Ρ. -Σωτηρία-Αδαμαντία-
Κωνσταντίνος Γ.

12 Νοημοσύνη Χαλκίδας



12 Νομβρίου 2014

ΑΦΙΕΡΟΜΑ ΟΔΗΓΙΕΣ
ΣΕΙΣΜΙΚΟΥ ΚΙΝΔΥΝΟΥ



12 Νοεμβρίου 2017

**ΑΦΙΕΡΩΜΑ ΟΔΗΓΙΕΣ
ΣΕΙΣΜΙΚΟΥ ΚΙΝΔΥΝΟΥ**

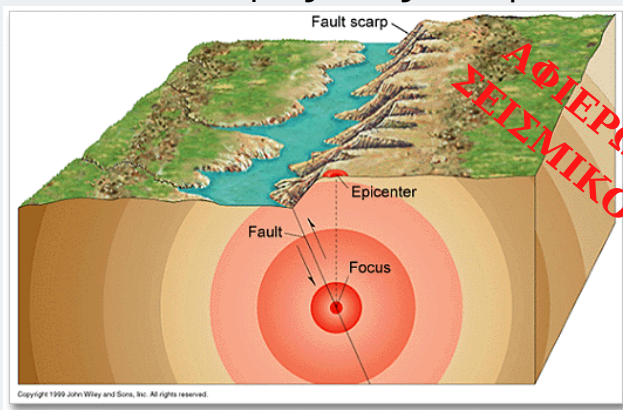


12 Νοηματογυφεία Χατζιδάς

Σεισμός ορίζεται ως η ανατάραξη και δόνηση του εδάφους, που προκαλείται από το ξαφνικό σπάσιμο και μετακίνηση των τεκτονικών πλακών στις οποίες υποδιαιρείται ο φλοιός της γης ή λόγω ηφαιστειακής δραστηριότητας. Οι τεκτονικές πλάκες μπορεί να περιλαμβάνουν τον ηπειρωτικό ή ωκεάνιο φλοιό ή και τα δύο. Οι σεισμοί συγκεντρώνονται συνήθως κατά μήκος των ορίων των πλακών.

Οι πιθανές ζημιές από ένα σεισμό προκαλούνται από τους ακόλουθους βασικούς κινδύνους: ανατάραξη εδάφους, μετατόπιση εδάφους, τσουνάμι, πλημμύρες, κατολισθήσεις, πυρκαγιές.

Σήμερα, η πρόληψη των σεισμών δεν είναι δυνατή, ωστόσο οι επιστημονικές μελέτες περιλαμβάνουν δραστηριότητες, που στοχεύουν στην κατανόηση του μηχανισμού της σεισμικότητας και στην εκτίμηση της πιθανότητας ενός σεισμού.



Η εκτόνωση ενέργειας ενός σεισμού είναι στον πυρήνα, μερικά χιλιάδες μέτρα κάτω από την επιφάνεια της Γης, στο ρήγμα. Ο Περύνας είναι το σημείο, όπου έγινε το πρώτο ρήγμα από τα δύο μέρη του φλοιού, ολισθαίνοντας το ένα πάνω στο άλλο (βλέπε τα δύο μαύρα βέλη), κατά μήκος του ρήγματος. Το επίκεντρο είναι η κατακόρυφη προβολή του Περύνα στην επιφάνεια. Τα κύματα της ενέργειας ενός σεισμού πολλαπλασιάζονται με ένα τριδιάστατο σφαιρικό μοτίβο προς όλες τις κατευθύνσεις (χρωματιστοί κύκλοι)

12 Νηριαμφεία Χαλκίδας

το υπουργείο κλιματικής κρίσης και Πολιτικής Προστασίας παραθέτει και πάλι ειδικές οδηγίες που θα πρέπει να ακολουθούν οι πολίτες σε περίπτωση σεισμού.

Τι πρέπει να κάνετε
μέσα στο σπίτι

Στερεώστε γερά στους τοίχους τα ράφια και τις βιβλιοθήκες. Απομακρύνετε από τις πόρτες τα ψηλά έπιπλα που μπορούν να ανατραπούν και να εμποδίσουν την έξοδο.

Βιδώστε καλά στους τοίχους το θερμοσίφωνα και τις δεξαμενές καυσίμων και νερού.

Τοποθετείστε τα βαριά αντικείμενα στα χαμηλότερα ράφια. Απομακρύνετε τα βαριά αντικείμενα πάνω από κρεβάτια και καναπέδες.

Στερεώστε καλά τα φωτιστικά σώματα και τους ανεμιστήρες οροφής.

Προσδιορίστε καλά προφυλαγμένους χώρους σε κάθε δωμάτιο του σπιτιού:

- κάτω από ανθεκτικά γραφεία ή τραπέζια.
- μακριά από γυάλινες επιφάνειες και βιβλιοθήκες.
- μακριά από εξωτερικούς τοίχους.

Ελέγξτε τη σωστή λειτουργία του δικτύου παροχής ηλεκτρικού ρεύματος και φυσικού αερίου.

Ενημερώστε τα μέλη της οικογένειας για το πώς κλείνουν οι γενικοί διακόπτες

ηλεκτρικού, νερού και φυσικού αερίου και για τα τηλέφωνα έκτακτης ανάγκης (112, 199, 166, 100 κλπ.)

Προμηθευτείτε φορητό ραδιόφωνο με μπαταρίες, φακό και βαλιτσάκι πρώτων βοηθειών.

12 Νοησιαφεία Χαλκίδας

Υπάρχουν έξι βασικά είδη που πρέπει να έχουμε αποθηκευμένα στο σπίτι μας:

νερό, φαγητό, κουτί πρώτων βοηθειών, ρούχα και σκεπτάσματα, εργαλεία και ειδικά αντικείμενα

Νερό

Διατηρείτε προμήθειες νερού για τουλάχιστον τρεις ημέρες (δύο λίτρα για τις ανάγκες του ανθρώπινου οργανισμού, δύο λίτρα για κάθε άτομο στο σπίτι μας για την προετοιμασία φαγητού/ καθαριότητα).

Φαγητό

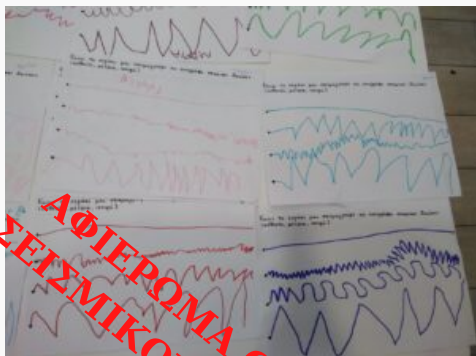
Αποθηκεύστε μη-αλλοιωσίμη τροφή για τις ανάγκες τουλάχιστον τριών ημερών. Επιλέξτε φαγητό που δεν χρειάζεται ψυγείο, προετοιμασία ή μαγείρεμα, και λίγο ή καθόλου νερό. Επιλέξτε τρόφιμα που είναι μικρά σε όγκο και ελαφριά.

Κουτί Πρώτων Βοηθειών

Ετοιμάστε ένα κουτί Πρώτων Βοηθειών για το σπίτι σας και ένα για κάθε αυτοκίνητο σας. Το κουτί Πρώτων Βοηθειών πρέπει να περιλαμβάνει:

Ιατρικά

- Αποστειρωμένοι αυτοκόλλητοι επιδέσμοι σε διάφορα μεγέθη (χαζαπλάστ)
- Παραμόνες σε διάφορα μεγέθη
- Σαπούνι
- LATEX γάντια (2 ζευγάρια)
- Αντηλιακό
- 2-inch αποστειρωμένες γάζες (4-6)
- 4-inch αποστειρωμένες γάζες (4-6)
- Τριγωνικούς επιδέσμους (3)
- Φάρμακα άνευ συνταγής
- 2-inch επιδέσμοι (3 ρολά)
- ελαστικούς επιδέσμους πλάτους 10 εκατοστών (3 ρολά)
- Ψαλίδι
- Λαβίδα
- Βελόνα
- Υγρά πετσάκια
- Αντισηπτικό (Betadine - υγρό και πάστα)
- Θερμόμετρο
- Γλωσσοπίεστρα (2)
- Σωληνάριο με βαζελίνη ή άλλο λιπαντικό
- Φυσικό ορό (σε αμπούλες και φιάλη των 500cc)
- Οινόπνευμα καθαρό



Φάρμακα άνευ συνταγής

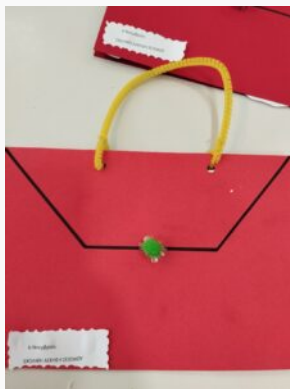
- Ασπιρίνες ή φάρμακα κατά του πόνου που δεν περιέχουν ασπιρίνη (παρακεταμόλη)
- Φάρμακα κατά της διάρροιας
- Φάρμακα για στομαχικές διαταραχές (αντιόξινα)
- Αμμωνία υγρή
- Αντισταμινική αλοιφή (για τσιμπήματα-δαγκώματα εντόμων, εξανθήματα)
- Σιρόπι ιπεκακουάνας (χρησιμοποιείται για να προκαλέσει εμετό σε περίπτωση δηλητηρίασης)
- Ενεργός άνθρακας (χρησιμοποιείται για να δεσμεύσει το δηλητήριο σε περίπτωση δηλητηρίασης) σύμφωνα με τις οδηγίες του Κέντρου Δηλητηριάσεων τηλ 01-7793777

Φάρμακα θεραπείας

- Για τα μέλη της οικογένειας που ακολουθούν συστηματική (καθημερινή) φαρμακευτική αγωγή πρέπει να υπάρχουν τα φάρμακα της συνταγής για μια εβδομάδα.

12 Νοησιαφεία Χαλκίδας

- Πλαστικά ποτήρια, πιάτα, μαχαιροπίρουνα
- Ραδιόφωνο με μπαταρίες και εφεδρικές μπαταρίες
- Φακό και εφεδρικές μπαταρίες
- Χρήματα ή ταξιδιωτικές επιταγές, κέρματα
- Ανοικτήρι κονσέρβας, σουγιά
- Πυροσβεστήρα: μικρό μέγεθος τύπου "ABC"
- Υπνόσακο (Sleeping-bag)
- Τανάλια
- Κολλητική ταινία για κιβώτια (μπορεί να συγκρατήσει σπασμένα τζάμι)
- Πυξίδα
- Σπίρτα σε προστατευτική από το νερό συσκευασία
- Αλουμινόχαρτο
- Πλαστικά δοχεία
- Φωτοβολίδα
- Χαρτί, στυλό
- Βελόνα, κλωστή
- Σταγονόμετρο ("πουάρ")
- Σφυρίκτρα
- 4 x 4 μέτρα τουλάχιστον πλαστικό-νάιλον (για αδιάβροχο, για να κλείσει κάποιο άνοιγμα στον τοίχο μετά από ένα σεισμό, ένα σπασμένο τζάμι)
- Χάρτη της πόλης, περιοχής (για να βρούμε τα καταφύγια, τόπος συγκέντρωσης)
- Ισοθερμική κουβέρτα



Υγιεινή

- Χαρτί τουαλέτας
- Σαπούνι, απορρυπαντικό
- Είδη για γυναίκες
- Προσωπικά είδη καθαριότητας
- Πλαστικές σακούλες απορριμμάτων (για τα μεταχειρισμένα είδη προσωπικής υγιεινής)
- Πλαστικό δοχείο με σταθερό καπάκι
- Απολυμαντικό
- Χλωρίνη

Ρούχα και σκεπάσματα

- Τουλάχιστον μια αλλαξιά εσωρούχων, ρούχων και ένα ζευγάρι παπούτσια για κάθε άτομο
- Μπότες ή παπούτσια ορειβασίας
- Αδιάβροχα
- Κουβέρτες ή υπνόσακους
- Καπέλο και γάντια
- Θερμαντικά εσώρουχα
- Γυαλιά ηλίου

Ειδικά αντικείμενα

- Θυμηθείτε τα άτομα της οικογένειας με ειδικές ανάγκες όπως τα νεογέννητα και οι ηλικιωμένοι.

Για μωρά

- Τροφή
- Πάνες
- Μπιμπερό
- Γάλα σκόνη
- Φάρμακα

Για ηλικιωμένους

- Φάρμακα για καρδιά και υψηλή πίεση
- Ινσουλίνη
- Φάρμακα γιατρού (με συνταγή)
- Μασέλες
- Φακοί επαφής και σχετικές προμήθειες
- Εφεδρικό ζευγάρι γυαλιών

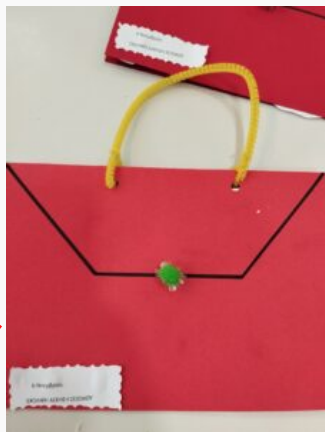
Διασκέδαση

- Παιχνίδια και βιβλία

Σημαντικά οικογενειακά έγγραφα

- Διατηρείτε τα παρακάτω έγγραφα σε φάκελο που προστατεύεται από το νερό και μεταφέρεται εύκολα: διαθήκη, ασφάλεια, μετοχές, ομόλογα, διαβατήρια, ταυτότητες, δελτίο εμβολιασμού, αριθμούς τραπεζικών λογαριασμών, αριθμούς πιστωτικών καρτών
- Κατάσταση με οικιακά είδη σημαντικής αξίας, σημαντικούς αριθμούς τηλεφώνων
- Οικογενειακά έγγραφα (πιστοποιητικό γέννησης, γάμου, θανάτου)

ΑΦΙΕΡΩΜΑ ΟΔΗΓΙΕΣ ΣΕΙΣΜΙΚΟΥ ΚΙΝΔΥΝΟΥ



Οδηγίες φύλαξης

- Αποθηκεύστε το Κουτί Έκτακτης Ανάγκης σε σημείο που το γνωρίζουν όλα τα μέλη της οικογένειας. Δημιουργήστε ένα μικρότερο κουτί έκτακτης ανάγκης και φυλάξτε το στο αυτοκίνητο σας.
- Τοποθετήστε όλα τα εφόδια σε πλαστικές σακούλες αεροστεγώς κλεισμένες.
- Ανανεώνετε το αποθηκευμένο νερό κάθε έξι μήνες για να διατηρείτε φρέσκο.
- Αντικαταστήστε τα αποθηκευμένα τρόφιμα κάθε έξι μήνες.
- Μελετάτε το περιεχόμενο του κουπιού έκτακτης ανάγκης τουλάχιστον μία φορά το χρόνο. Ανανεώνετε μπαταρίες, μεγέθη ρούχων, ελέγξτε την πίεση στον πυροσβεστήρα κλπ
- Ρωτήστε το γιατρό ή το φαρμακοποιό σας για το πως να αποθηκεύσετε φάρμακα με συνταγή



12 Νοηφιαφεία Χαλκίδας