

ΤΙ ΚΑΝΩ ΠΡΙΝ, ΚΑΤΑ ΤΗ ΔΙΑΡΚΕΙΑ ΚΑΙ ΜΕΤΑ ΑΠΟ ΕΝΑ ΣΕΙΣΜΟ;

5^ο ΓΥΜΝΑΣΙΟ ΚΟΡΥΔΑΛΛΟΥ

Β' ΓΥΜΝΑΣΙΟΥ/ΤΜΗΜΑ Β1

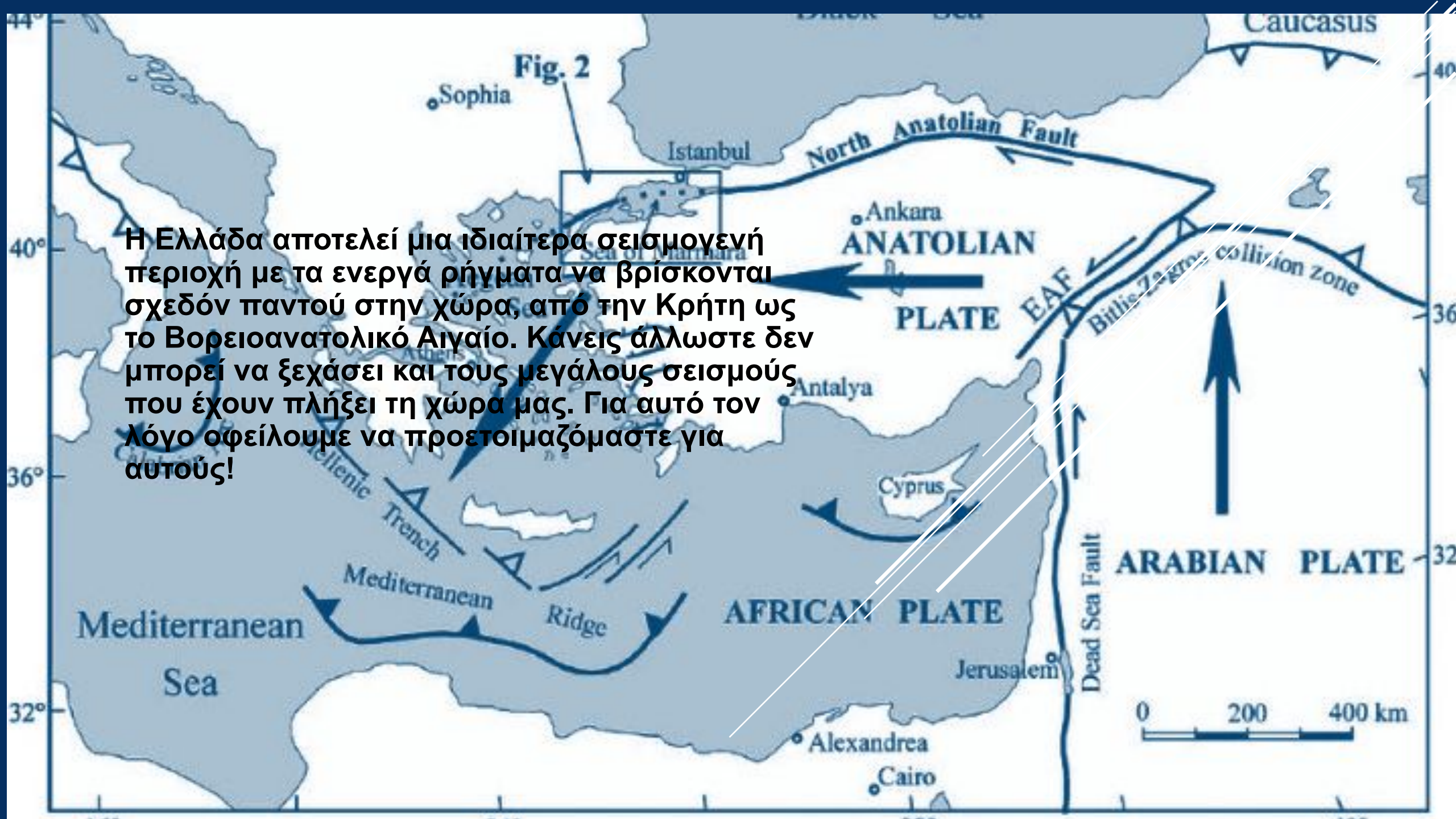
ΟΜΑΔΑ Β

**ΜΑΘΗΜΑ: ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΑ
ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ**

ΚΑΘΗΓΗΤΡΙΑ: ΜΑΡΙΑ ΣΤΑΥΛΑ



Η Ελλάδα αποτελεί μια ιδιαίτερα σεισμογενή περιοχή με τα ενεργά ρήγματα να βρίσκονται σχεδόν παντού στην χώρα, από την Κρήτη ως το Βορειοανατολικό Αιγαίο. Κάνεις άλλωστε δεν μπορεί να ξεχάσει και τους μεγάλους σεισμούς που έχουν πλήξει τη χώρα μας. Για αυτό τον λόγο οφείλουμε να προετοιμαζόμαστε για αυτούς!



Επισκευάστε ελαττωματικές ηλεκτρικές καλωδιώσεις και ανιχνεύστε πιθανές διαρροές σε συνδέσεις φυσικού αερίου αναζητώντας την κατάλληλη επαγγελματική βοήθεια. Αυτοί είναι πιθανοί κίνδυνοι πυρκαγιάς.

Εγκαταστήστε ευέλικτες σωληνώσεις για την αποφυγή διαρροών φυσικού αερίου ή νερού.

Στερεώστε καλά τον θερμοσίφωνα σας, το ψυγείο, το φούρνο και τις συσκευές αερίου στον τοίχο και στο πάτωμα. Προτείνεται και η χρήση αυτόματης βαλβίδας αερίου η οποία διακόπτει την παροχή, όταν ανιχνεύσει ισχυρούς κραδασμούς.

Επιδιορθώστε τυχόν βαθιές ρωγμές στα ταβάνια και στα θεμέλια.

Αποθηκεύστε ζιζανιοκτόνα, φυτοφάρμακα, και εύφλεκτα προϊόντα με ασφάλεια σε κλειστά ντουλάπια και σε κάτω ράφια.

Εντοπίστε ασφαλή σημεία σε κάθε δωμάτιο κάτω από ένα γερό τραπέζι ή απέναντι σε εσωτερικούς τοίχους.

Πραγματοποιείτε ασκήσεις σεισμού με μέλη της οικογένειάς σας: Πτώση, κάλυψη και κρατιέμαι γερά!

ΠΡΙΝ ΑΠΟ ΣΕΙΣΜΟ

Πρόληψη! Πριν από ένα σεισμό, προετοιμαζόμαστε κατάλληλα. Τα παρακάτω είναι πράγματα που μπορείτε να κάνετε για να προστατεύσετε τον εαυτό σας, την οικογένειά σας και την περιουσία σας σε περίπτωση σεισμού.

Για να αρχίσετε την προετοιμασία, θα πρέπει να αποκτήσετε ένα κουτί πρώτων βοηθειών και να έχετε ένα σχέδιο επικοινωνίας για την οικογένειά σας (πώς θα επικοινωνήσετε με τους δικούς σας σε περίπτωση σεισμού).

Στερεώστε τα ράφια με ασφάλεια στους τοίχους.

Τοποθετήστε μεγάλα ή βαριά αντικείμενα στα χαμηλότερα ράφια.

Αποθηκεύστε τα εύθραυστα αντικείμενα όπως εμφιαλωμένα τρόφιμα,

ΚΑΤΑ ΤΗ ΔΙΑΡΚΕΙΑ ΣΕΙΣΜΟΥ

**Πτώση, κάλυψη και κρατιέμαι
γερά! Ελαχιστοποιήστε τις κινήσεις
σας σε λίγα βήματα προς το
κοντινότερο ασφαλές μέρος και αν
βρίσκεστε σε εσωτερικό χώρο,
μείνετε εκεί μέχρι να σταματήσει
η δόνηση και είστε σίγουροι ότι
είναι ασφαλής η έξοδός σας.**



Αν βρίσκεστε σε εσωτερικό χώρο

ΠΕΣΤΕ στο έδαφος. **ΚΑΛΥΦΘΕΙΤΕ** κάτω από ένα γερό τραπέζι ή άλλο έπιπλο. **ΑΝΑΜΕΙΝΑΤΕ** μέχρι να σταματήσει η δόνηση. Αν δεν υπάρχει τραπέζι ή γραφείο κοντά σας, καλύψτε το πρόσωπο και το κεφάλι σας με τα χέρια σας και κουρνιαστείτε σε μια γωνία εσωτερικά του κτηρίου.

Μείνετε μακριά από γυαλιά, παράθυρα, εξωτερικές πόρτες, τοίχους, και από οτιδήποτε θα μπορούσε να πέσει, όπως π.χ. φωτιστικά και έπιπλα.

Μείνετε στο κρεβάτι, αν είστε εκεί όταν συμβεί σεισμός. Περιμένετε και προστατέψτε το κεφάλι σας με ένα μαξιλάρι εκτός και αν είστε κάτω από βαρύ φωτιστικό που θα μπορούσε να πέσει. Στην περίπτωση αυτή, μεταβείτε στο πλησιέστερο ασφαλές μέρος.

Μη χρησιμοποιείτε πόρτες, εκτός αν ξέρετε ότι στηρίζονται επαρκώς και είναι κοντά σας. Πολλές πόρτες στον εσωτερικό χώρο είναι ελαφριές κατασκευές και δεν προσφέρουν προστασία.

Μείνετε μέσα μέχρι να σταματήσει η δόνηση και μέχρι να είναι ασφαλές να βγείτε έξω. Μην προσπαθήσετε να βγείτε από το κτήριο κατά τη διάρκεια της δόνησης. Έρευνες έχουν δείξει ότι οι περισσότεροι τραυματισμοί συμβαίνουν όταν οι άνθρωποι στο εσωτερικό των κτηρίων προσπαθούν να μετακινηθούν σε διαφορετική θέση μέσα στο κτήριο ή προσπαθούν να φύγουν εκτός.

ΜΗ χρησιμοποιείτε τους ανελκυστήρες.

Να γνωρίζετε ότι το ηλεκτρικό μπορεί να διακοπεί ή ακόμα και τα συστήματα πυρασφάλειας μπορεί να ενεργοποιηθούν.

Αν βρίσκεστε σε εξωτερικό χώρο

Μείνετε εκεί.

Απομακρυνθείτε από κτήρια, οδικό φωτισμό και καλώδια.

Όντας στην ύπαιθρο, μείνετε εκεί μέχρι να σταματήσει η δόνηση. Ο μεγαλύτερος κίνδυνος υπάρχει ακριβώς έξω από τα κτήρια, στις εξόδους και κοντά στους εξωτερικούς τοίχους. Οι κινήσεις εδάφους κατά τη διάρκεια ενός σεισμού σπάνια αποτελεί την άμεση αιτία θανάτου ή τραυματισμού. Οι περισσότερες περιπτώσεις τραυματισμών και θανάτων είναι αποτέλεσμα κατάρρευσης τοίχων, σπασμένων γυαλιών και πτώσεων αντικειμένων.

Αν βρίσκεστε σε κινούμενο όχημα

Σταματήστε το συντομότερο δυνατό με ασφάλεια. Αποφύγετε να σταματήσετε κοντά ή κάτω από κτήρια, δέντρα, οδογέφυρες ή καλώδια.

Προχωρήστε με προσοχή όταν ο σεισμός σταματήσει. Αποφύγετε δρόμους, γέφυρες ή ράμπες που θα μπορούσαν να έχουν καταστραφεί από τον σεισμό.

Αν βρίσκεστε παγιδευμένος κάτω από συντρίμια

Μην ανάψετε σπέρτο.

Μη μετακινήστε ή σηκώνετε σκόνη.

Καλύψτε το στόμα σας με ένα μαντήλι ή ρούχα.

Χτυπήστε σε ένα σωλήνα ή σε τοίχο, ώστε οι διασώστες να μπορούν να σας βρουν. Χρησιμοποιήστε μια σφυρίχτρα, εάν είναι διαθέσιμη. Φωνάξτε μόνο ως έσχατη λύση. Φωνάζοντας μπορεί να αναγκαστείτε να εισπνεύσετε επικίνδυνες ποσότητες σκόνης.

ΜΕΤΑ ΑΠΟ ΣΕΙΣΜΟ

Όταν σταματήσει η δόνηση, κοιτάξτε γύρω σας για να βεβαιωθείτε ότι είναι ασφαλές να προχωρήσετε. Στη συνέχεια, βγείτε από το κτήριο.

Αναμείνετε μετασεισμούς. Αυτές οι δευτερεύουσες δονήσεις είναι συνήθως λιγότερο βίαιες από τον κύριο σεισμό, αλλά μπορεί να είναι αρκετά ισχυρές για να κάνουν επιπλέον ζημιά.

Βοηθήστε τραυματίες ή εγκλωβισμένους. Θυμηθείτε να βοηθήσετε τους γείτονές σας που μπορεί να χρειάζονται ειδική βοήθεια, όπως βρέφη, ηλικιωμένους και άτομα με ειδικές ανάγκες. Δώστε τις πρώτες βοήθειες ανάλογα με την περίπτωση. Μη μετακινείτε σοβαρά τραυματισμένους, εκτός αν βρίσκονται σε άμεσο κίνδυνο να πάθουν περαιτέρω ζημιά. Καλέστε βοήθεια. Ψάξτε και σβήστε μικρές πυρκαγιές. Η φωτιά είναι ο πιο κοινός κίνδυνος μετά από ένα σεισμό.

Ακούστε από ραδιόφωνο ή τηλεόραση μπαταριών τις τελευταίες πληροφορίες έκτακτης ανάγκης.

Προσέξτε για πιθανά τσουνάμι, αν ζείτε σε παράκτιες περιοχές. Το τσουνάμι είναι επίσης γνωστό ως θαλάσσια σεισμικά κύματα (λανθασμένα αποκαλείται «παλιρροϊκά κύματα»). Όταν οι τοπικές αρχές προειδοποιήσουν για τσουνάμι, θεωρήστε ότι μια σειρά από επικίνδυνα κύματα είναι καθοδόν. Μείνετε μακριά από παραλίες και παράκτιες περιοχές.

Χρησιμοποιήστε το τηλέφωνο μόνο για κλήσεις έκτακτης ανάγκης.

Πηγαίνετε σε ένα καθορισμένο δημόσιο καταφύγιο, εάν το σπίτι σας είχε καταστραφεί και δεν είναι πλέον ασφαλές.

Μείνετε μακριά από κατεστραμμένες περιοχές. Μείνετε μακριά εκτός αν η συνδρομή σας έχει ζητηθεί ειδικά από την αστυνομία, πυροσβεστική ή ανθρωπιστικές οργανώσεις. Επιστρέψτε στο σπίτι σας μόνο όταν οι αρχές λένε ότι είναι ασφαλές.

Να είστε προσεκτικοί κατά την οδήγηση μετά από ένα σεισμό και αναμείνατε διακοπές φαναριών.

Αφού διαπιστωθεί ότι είναι ασφαλής η επιστροφή σας, η πρωταρχική προτεραιότητά σας πρέπει να είναι η ασφάλειά σας καθώς ξεκινάτε τον καθαρισμό και την αποκατάσταση.

Ανοίξτε συρτάρια και ντουλάπια προσεκτικά. Προσοχή στα αντικείμενα που μπορούν να πέσουν από τα ράφια.

Φορέστε μακρύ παντελόνι, ένα μακρυμάνικο πουκάμισο, γερά παπούτσια και γάντια εργασίας για την προστασία σας από τραυματισμό από σπασμένα αντικείμενα.

Καθαρίστε αμέσως χυμένα φάρμακα, λευκαντικά, βενζίνη ή άλλα εύφλεκτα υγρά. Φύγετε από την περιοχή αν μυρίσετε αέριο ή αναθυμιάσεις από άλλες χημικές ουσίες.

Ελέγξτε όλο το μήκος της καμινάδας για ζημιές. Απαρατήρητη ζημία θα μπορούσε να οδηγήσει σε φωτιά.

Ελέγξτε για διαρροή αερίου. Εάν μυρίσετε αέριο ή ακούτε φύσημα ή σφύριγμα, ανοίξτε ένα παράθυρο και γρήγορα εγκαταλείψτε το κτήριο. Απενεργοποιήστε το αέριο μέσω της κεντρικής βαλβίδας και καλέσετε την εταιρία φυσικού αερίου από το σπίτι ενός γείτονα. Εάν απενεργοποιήσετε το αέριο για οποιοδήποτε λόγο, πρέπει να επανενεργοποιηθεί από επαγγελματία.

Ψάξτε για ηλεκτρικές βλάβες του συστήματος. Αν δείτε σπινθήρες ή σπασμένα ή φθαρμένα καλώδια ή αν μυρίζει καμμένο, απενεργοποιήστε το ηλεκτρικό ρεύμα. Αν έχετε να πατήσετε σε νερό για να φτάσετε τον κεντρικό διακόπτη, μιλήστε με έναν ηλεκτρολόγο για να σας συμβουλέψει τι να κάνετε.

Έλεγχος βλάβης στο δίκτυο ύδρευσης και αποχέτευσης. Εάν υποψιάζεστε ότι έχουν καταστραφεί γραμμές αποχέτευσης, αποφεύγετε να χρησιμοποιείτε τις τουαλέτες και καλέστε έναν υδραυλικό. Εάν έχουν καταστραφεί σωλήνες νερού, επικοινωνήστε με την εταιρεία ύδρευσης και αποφύγετε να χρησιμοποιείτε νερό από τη βρύση.

- 
- ▶ Οδηγίες της πολιτικής Προστασίας
- 

A small green succulent in a black pot sits to the left of four wooden blocks stacked in two rows. The top row of blocks spells 'STAY' and the bottom row spells 'SAFE'. The background is a light gray wall with a dark gray surface in the foreground. Three white diagonal lines cross the right side of the image.

Ευχαριστούμε για τον χρόνο που διαθέσατε για να μας παρακολουθήσετε!!!

Η ομάδα Β: Δοργιάκη Έλενα, Νικητάκης Παναγιώτης,
Κοψαχείλη Μένια, Σφενδουράκη Αλεμίνια, Παλιούρας
Βασίλης, Δουφεξής Παναγιώτης

ΠΗΓΕΣ

<https://www.planetnews.gr/%CE%BC%CE%B5%CE%B3%CE%B1%CE%BB%CE%B7-%CF%80%CF%81%CE%BF%CF%83%CE%BF%CF%87%CE%B7-%CF%84%CE%B9-%CE%BA%CE%AC%CE%BD%CE%BF%CF%85%CE%BC%CE%B5-%CE%BA%CE%B1%CF%84%CE%B1-%CF%84%CE%B7-%CE%B4%CE%B9%CE%AC%CF%81/>

<https://www.i-diakopes.gr/eidiseis-live/na-proetoimastoume-gia-akraio-seismo-i-proeidopoiisi-apo-seismologous-kai-oi-kokkines-perioches/>

<https://viotianet.gr/archives/12221>