

ΒΑΣΙΚΕΣ ΟΔΗΓΙΕΣ ΓΙΑ ΠΕΡΙΠΤΩΣΗ ΣΕΙΣΜΟΥ

ΓΥΜΝΑΣΙΟ ΣΚΟΠΕΛΟΥ

«ΚΑΙΣΑΡΙΟΣ ΔΑΠΟΝΤΕΣ»

Αγαπητοί μαθητές!

- Η χώρα μας κατέχει την 6η θέση στον κόσμο και την 1η στην Ευρώπη από πλευράς σεισμικότητας!
- Για τον παραπάνω λόγο πρέπει να είμαστε καλά ενημερωμένοι και πάντα έτοιμοι να αντιμετωπίσουμε ένα σεισμό με τον καλύτερο δυνατό τρόπο για να έχουμε τις λιγότερες αρνητικές συνέπειες!

ΝΑ ΘΥΜΑΣΑΙ

- Το καλύτερο μέτρο προστασίας σε περίπτωση σεισμού είναι η ΨΥΧΡΑΙΜΙΑ που θα κρατήσεις κατά τη διάρκεια του σεισμού και αμέσως μετά.
- Μην επηρεαστείς από τυχόν πανικό του διπλανού σου.
- Μείνε ήρεμος ο πανικός δημιουργεί θύματα.

! ΜΗΝ ΤΡΕΧΕΤΕ ΟΛΟΙ ΜΑΖΙ ΠΡΟΣ ΤΗΝ ΕΞΟΔΟ

ΕΑΝ ΤΗ ΣΤΙΓΜΗ ΤΟΥ ΣΕΙΣΜΟΥ ΒΡΙΣΚΕΣΑΙ ΣΤΗΝ ΤΑΞΗ ΣΟΥ.

- Μείνε ψύχραιμος!
- Μπες γρήγορα κάτω από το θρανίο σου και κάλυψε κυρίως το κεφάλι σου και την σπονδυλική σου στήλη.
- Κράτα σταθερά το ένα πόδι του θρανίου σου.
- Μείνε σε αυτή τη θέση μέχρι να τελειώσει ο σεισμός.
- Άκου προσεκτικά και υπάκουσε στις οδηγίες του καθηγητή σου

ΜΟΛΙΣ ΤΕΛΕΙΩΣΕΙ Ο ΣΕΙΣΜΟΣ

- Όταν ο καθηγητής δώσει εντολή , τότε και μόνο τότε βγαίνεις από την αίθουσα με τη σειρά που θα σου υποδείξει ο καθηγητής σου(πρώτα οι μαθητές της μιας πτέρυγας και μετά της επόμενης) για αποφυγή συνωστισμού στην πόρτα της αίθουσας!
- Κάλυψε το κεφάλι σου με ένα βιβλίο ή με τα χέρια σου. (μια παλάμη πάνω στο κεφάλι σου και η άλλη πάνω στον αυχένα σου.)
- Στο διάδρομο και στις σκάλες περπάτα προσεκτικά και μην τρέχεις
- Πρόσεχε μην πατήσεις καλώδιο ηλεκτροφόρο που τυχόν έχει πέσει μετά το σεισμό.
- Κατευθύνσου στο χώρο του προαυλίου και μείνε στο κέντρο αυτού.

ΣΤΟ ΠΡΟΑΥΛΙΟ

- Εκεί συναντιέσαι με όλους τους συμμαθητές του τμήματός σου στο χώρο περίπου της πρωινής προσευχής αλλά πιο κεντρικά στο προαύλιο.
- Απομακρύνσου από τις προσόψεις των κτιρίων προς αποφυγή τραυματισμών από αντικείμενα που ενδεχομένως να πέσουν μετά το σεισμό (π.χ. τούβλα, μαρκίζες, κεραμίδια.)
- Ο καθηγητής του τμήματός σου παίρνει παρουσίες για να βεβαιωθεί ότι όλα τα παιδιά έχουν βγει με ασφάλεια στο προαύλιο.
- Ανάλογα με τη σοβαρότητα του σεισμού η διεύθυνση του σχολείου θα αποφασίσει , εάν θα παραμείνετε στο προαύλιο ή θα οδηγηθείτε με τους συνοδούς καθηγητές σας σε κάποιο άλλο ανοικτό χώρο ορισμένο από τον δήμο Σκοπέλου, που θα σας παραλάβουν οι γονείς σας.
- Γι αυτό άκου προσεκτικά τις οδηγίες των καθηγητών σου.

ΣΕΙΣΜΟΣ ΚΑΤΑ ΤΗ ΔΙΑΡΚΕΙΑ ΤΟΥ ΔΙΑΛΕΙΜΜΑΤΟΣ ΚΑΙ ΤΗΣ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗΣ

- Εάν ο σεισμός εκδηλωθεί κατά τη διάρκεια του διαλείμματος ή της γυμναστικής **βάδισε** προσεκτικά **στο κέντρο** του προαυλίου και εάν βρίσκεσαι στο γήπεδο του **BASKET** **παρέμεινε** οπωσδήποτε **μέσα** σε αυτό αλλά **απομακρύνσου γρήγορα** από την πλευρά του γηπέδου που συνορεύει με το δημοτικό γυμναστήριο.

ΣΕΙΣΜΟΣ ΣΤΟ ΔΙΑΔΡΟΜΟ ΤΟΥ ΣΧΟΛΕΙΟΥ.

- Εάν ο σεισμός συμβεί όταν βρίσκεσαι σε διάδρομο του σχολείου **παραμένεις εκεί, απομακρύνεσαι από τα παράθυρα σκύβεις** όσο το δυνατόν περισσότερο, **λυγίζεις τα πόδια σου, κάθεται στις πτέρνες σου και καλύπτεις με τα χέρια σου το κεφάλι σου και τον αυχένα σου.** Όταν περάσει ο σεισμός **κατευθύνεσαι προσεκτικά στο προαύλιο.**

ΣΕΙΣΜΟΣ ΣΤΙΣ ΣΚΑΛΕΣ ΤΟΥ ΣΧΟΛΕΙΟΥ

- Εάν ο σεισμός εκδηλωθεί όταν βρίσκεσαι στις σκάλες του σχολείου **κάθεσαι** σε ένα σκαλί, **σκύβεις** και **καλύπτεις** με τα χέρια σου το κεφάλι σου και τον αυχένα σου. **Όταν τελειώσει** ο σεισμός προσεκτικά **βγαίνεις** από το κτίριο.

ΔΥΟ ΒΑΣΙΚΟΙ ΚΑΝΟΝΕΣ

- 1. Εάν εκδηλωθεί ο σεισμός όταν βρίσκεσαι μέσα στο κτίριο του σχολείου: **ΜΕΙΝΕ ΕΚΕΙ ΠΟΥ ΕΙΣΑΙ - ΣΚΥΨΕ ΚΑΙ ΚΑΛΥΨΟΥ.**
- 2. Εάν εκδηλωθεί ο σεισμός όταν βρίσκεσαι στο προαύλιο: **ΑΠΟΜΑΚΡΥΝΣΟΥ ΑΠΟ ΤΑ ΚΤΙΡΙΑ ΚΑΙ ΒΑΔΙΣΕ ΣΤΟ ΚΕΝΤΡΟ ΤΟΥ ΠΡΟΑΥΛΙΟΥ.**

ΝΑ ΘΥΜΑΣΑΙ

- **ΜΕΙΝΕ ΨΥΧΡΑΙΜΟΣ – ΜΕΙΝΕ ΗΡΕΜΟΣ ΚΑΛΗ ΕΠΙΤΥΧΙΑ!**