

Σεισμός

Πώς μπορούμε να προστατευθούμε;



www.oasp.gr

Οργανισμός Αντισεισμικού Σχεδιασμού και Προστασίας

Μέτρα αυτοπροστασίας



- ✓ πριν το σεισμό
- ✓ κατά τη διάρκεια
- ✓ μετά το σεισμό



Πριν το σεισμό



Μαθαίνουμε για το σεισμό και τα μέτρα προστασίας από το σχολείο μας

- ✓ με αφίσες ή φυλλάδια του Ο.Α.Σ.Π.
- ✓ με τη συμμετοχή μας σε ασκήσεις ετοιμότητας



Οργανισμός Αντισεισμικού Σχεδιασμού και Προστασίας

Πριν το σεισμό

Ζητάμε από τους γονείς μας να:

- ✓ στερεώσουν τα βαριά και ψηλά έπιπλα με στηρίγματα στον τοίχο
- ✓ βάλουν τα εύθραυστα και βαριά αντικείμενα σε χαμηλά και ασφαλή μέρη
- ✓ απομακρύνουν τα βαριά αντικείμενα που υπάρχουν σε ράφια πάνω από το κρεβάτι μας



Πριν το σεισμό

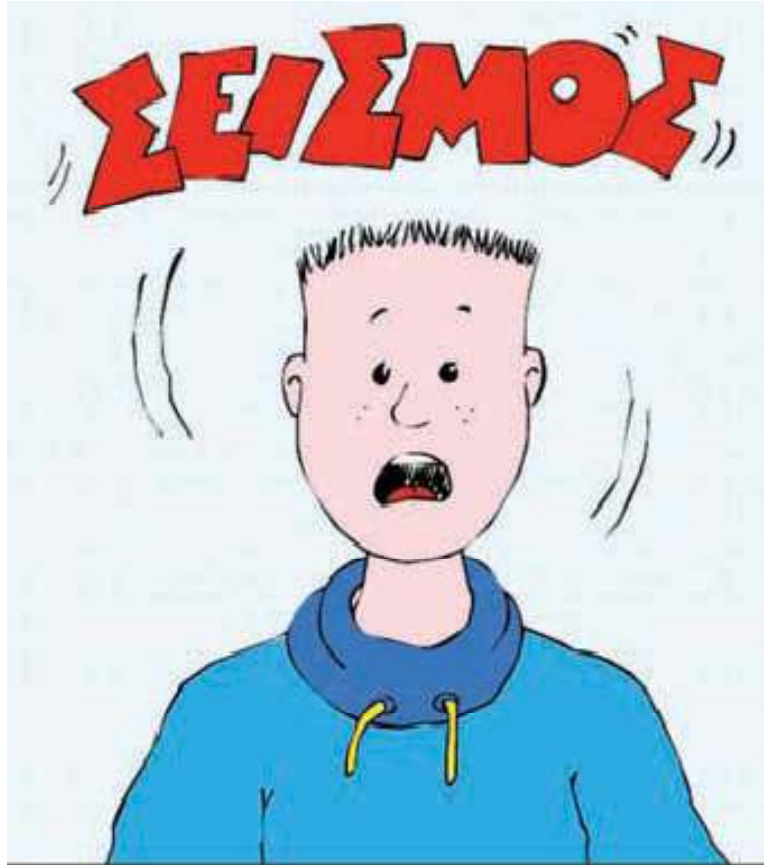
Συζητάμε από τώρα με τους γονείς μας:

✓ για τα ασφαλή σημεία προφύλαξης μέσα στο σπίτι

✓ για το χώρο που θα καταφύγουμε μετά το σεισμό



Κατά τη διάρκεια του σεισμού



- ✓ Δεν πανικοβαλλόμαστε
- ✓ Παραμένουμε ψύχραιμοι



Κατά τη διάρκεια του σεισμού

- ✓ Δεν μετακινούμαστε, παραμένουμε στον ίδιο χώρο
- ✓ Καλυπτόμαστε κάτω από ένα γερό, ξύλινο έπιπλο (τραπέζι, θρανίο, γραφείο), κρατώντας με το χέρι μας το πόδι του επίπλου



Κατά τη διάρκεια του σεισμού

Αν την ώρα του σεισμού δεν υπάρχει κοντά μας ένα γερό, ξύλινο έπιπλο για να καλυφθούμε, τότε πλησιάζουμε στο έδαφος γονατίζοντας και καλύπτουμε το κεφάλι με τα χέρια μας

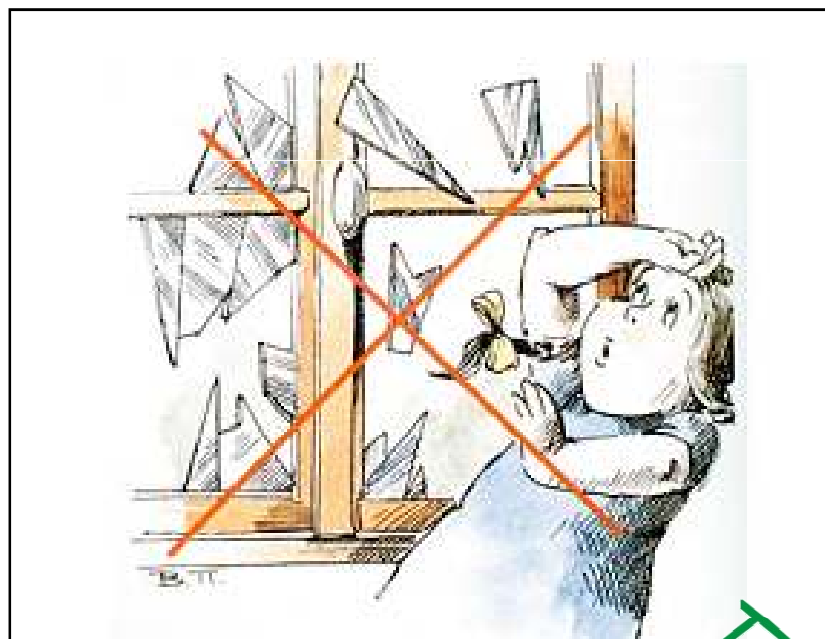


Κατά τη διάρκεια του σεισμού

- ✓ Δεν βγαίνουμε στα μπαλκόνια



- ✓ Δεν πλησιάζουμε μεγάλες γυάλινες επιφάνειες



Κατά τη διάρκεια του σεισμού

Αν είμαστε σε εξωτερικό χώρο:

- ✓ μένουμε έξω
- ✓ απομακρυνόμαστε από κτίρια ή άλλα επικίνδυνα σημεία



Μετά το σεισμό

Μετά το τέλος του σεισμού και πριν φύγουμε από το σπίτι:

- ✓ φοράμε παπούτσια και κατάλληλα για την εποχή ρούχα.
- ✓ παίρνουμε τα εφόδια που έχουμε ετοιμάσει (ραδιόφωνο με μπαταρίες, φακό, κλειδιά και ότι άλλο θεωρούμε απαραίτητο)



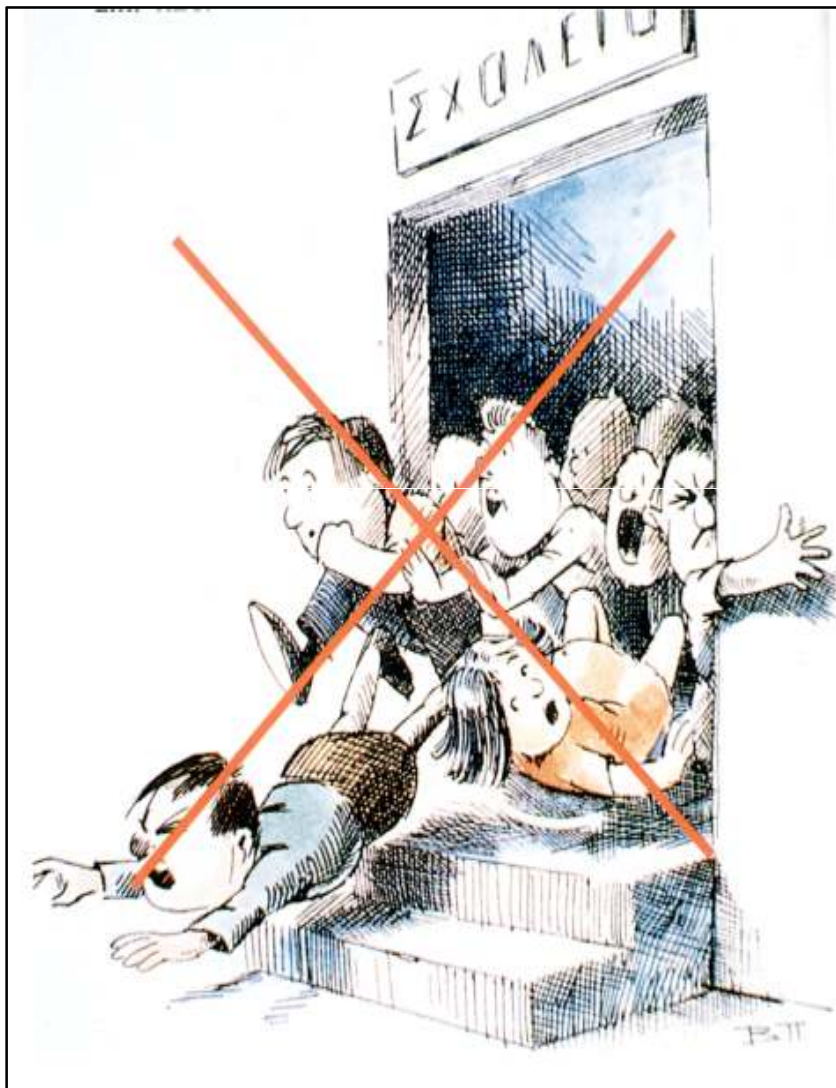
Μετά το σεισμό



Φεύγοντας από το σπίτι, κατεβαίνουμε από τις σκάλες προσεκτικά. Δεν χρησιμοποιούμε ασανσέρ.



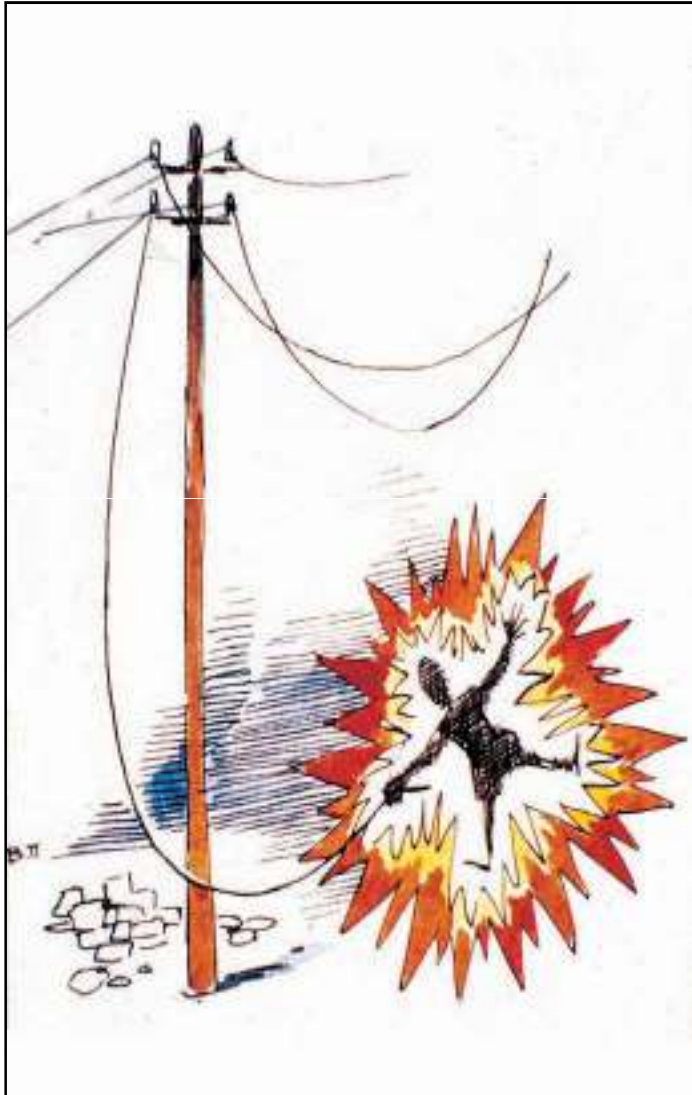
Μετά το σεισμό



- ✓ Δεν τρέχουμε
- ✓ Ακολουθούμε τις οδηγίες:
 - των γονιών μας (εάν ο σεισμός γίνει όταν είμαστε στο σπίτι)
 - των δασκάλων μας (εάν είμαστε στο σχολείο)



Μετά το σεισμό



- ✓ Είμαστε πολύ προσεκτικοί
- ✓ Δεν αγγίζουμε καλώδια



Μετά το σεισμό

Μετά το τέλος του σεισμού πηγαίνουμε στον κοντινό, ανοιχτό, ασφαλή χώρο (πάρκο, πλατεία κ.ά.) που έχουμε προκαθορίσει μαζί με τους γονείς μας



Επισκεφθείτε το δικτυακό τόπο του Ο.Α.Σ.Π

www.oasp.gr

και γνωρίστε τους ήρωες μας



Οργανισμός Αντισεισμικού Σχεδιασμού και Προστασίας

Βιβλιογραφία - Πηγές

- Ο.Α.Σ.Π. (2007): Βιβλίο «Σεισμός - Η Γνώση είναι Προστασία», Αθήνα, 103 σελ.
- Ο.Α.Σ.Π. (2000): Φυλλάδιο: «Σεισμός - Ας είμαστε προετοιμασμένοι», 10 σελ.
- φωτογραφικό αρχείο Ο.Α.Σ.Π.
- www.oasp.gr
- www.fema.gov/kids



Τμήμα Εκπαίδευσης - Ενημέρωσης Ο.Α.Σ.Π.



www.oasp.gr

Ξάνθου 32, 15451 Ν. Ψυχικό

email: info@oasp.gr

Τηλ.: 210 6728000, Fax: 210 6779561

Οργανισμός Αντισεισμικού Σχεδιασμού και Προστασίας