

## 1. ΟΔΗΓΙΕΣ ΚΑΙ ΕΝΕΡΓΕΙΕΣ ΕΚΚΕΝΩΣΗΣ ΣΕ ΠΕΡΙΠΤΩΣΗ ΣΕΙΣΜΟΥ

### 1.1 Συνθηματικό έναρξης και λήξης συναγερμού

**Έναρξη:** Για σκοπούς άσκησης μόνο, ΔΙΑΚΕΚΟΜΜΕΝΗ ήχηση του ηλεκτρικού κώδωνα ανα 2 '' ή χρήση τηλεβόα.

Σε περίπτωση σεισμού, εκκένωση αμέσως μετά το πέρας της δόνησης.

**Λήξη:** ΣΥΝΕΧΗΣ ήχηση του ηλεκτρικού κώδωνα για 30 ''.

### 1.2 Ενέργειες πριν από σεισμό

- ✓ Προσδιορίστε ασφαλείς χώρους προφύλαξης, όπως κάτω από γραφεία, θρανία ή τραπέζια, μακριά από εξωτερικούς τοίχους, γυάλινες επιφάνειες και βιβλιοθήκες.
- ✓ Στερεώστε γερά στους τοίχους τα ράφια και τις βιβλιοθήκες.
- ✓ Απομακρύνετε από τις πόρτες ψηλά έπιπλα τα οποία είναι δυνατό να μετακινηθούν και να φράξουν τις ενδεχόμενες εξόδους διαφυγής.
- ✓ Τοποθετήστε τα βαριά και ογκώδη αντικείμενα στα χαμηλότερα ράφια.
- ✓ Μάθετε όλες τις Εξόδους Κινδύνου του κτηρίου.
- ✓ Διατηρείτε τις Εξόδους Κινδύνου καθαρές και προσβάσιμες. Μην τοποθετείτε άχρηστα αντικείμενα (καρέκλες, κασόνια, σακούλες ανακύκλωσης κ.ά.).
- ✓ Μάθετε πού βρίσκονται οι πυροσβεστήρες, τα φορεία και τα κουτιά των Πρώτων Βοηθειών. Καλό είναι να γνωρίζετε τις βασικές αρχές των Πρώτων Βοηθειών.

### 1.3 Ενέργειες κατά τη διάρκεια σεισμού

- ✓ **Μείνετε στον χώρο που βρίσκεστε μέχρι να τελειώσει η δόνηση.**
- ✓ Διατηρήστε την ψυχραιμία σας έτσι ώστε να μη δημιουργηθεί πανικός.
- ✓ Μην εγκαταλείψετε το κτήριο την ώρα της σεισμικής δόνησης.
- ✓ Απομακρυνθείτε από τζάμια και εξωτερικούς τοίχους και μην προσπαθήσετε να διαφύγετε από παράθυρα.
- ✓ Βρείτε προστασία κάτω από γραφεία, θρανία, τραπέζια ή και έπιπλα που υπάρχουν μέσα στον χώρο που βρίσκεστε. Κρατηθείτε σταθερά σε ένα από τα πόδια του γραφείου/θρανίου για να μην υπάρξει μετακίνησή του και με το άλλο χέρι προστατεύσετε το κεφάλι σας.
- ✓ Εάν δεν υπάρχουν έπιπλα τα οποία προσφέρουν κάλυψη, τότε συσπειρώστε το σώμα σας στο πάτωμα, μικραίνοντας τον όγκο σας, προστατεύοντας το κεφάλι με τα χέρια.
- ✓ Μην στέκεστε σε ανοικτά παράθυρα, μπαλκόνια ή στις άκρες ταρατσών. Από τη δόνηση μπορεί να πέσετε στο κενό.

- ✓ Εάν βρίσκεστε εκτός κτηρίου πρέπει:
  - Να παραμείνετε έξω από το κτήριο και ταυτόχρονα να απομακρυνθείτε από τους εξωτερικούς τοίχους του κτηρίου, τα στέγαστρα, τα μπαλκόνια, τα τηλεφωνικά και ηλεκτρικά καλώδια.

#### 1.4 Ενέργειες μετά από σεισμό

- ✓ Διατηρήστε την ψυχραιμία σας.
- ✓ Εκκενώστε τον χώρο με ηρεμία, χωρίς φωνές και με γρήγορο βήμα, σύμφωνα με τα ΔΡΟΜΟΛΟΓΙΑ ΔΙΑΦΥΓΗΣ ΚΑΙ ΔΙΑΤΑΞΗ ΣΤΟΝ ΧΩΡΟ ΣΥΓΚΕΝΤΡΩΣΗΣ ΣΕ ΠΕΡΙΠΤΩΣΗ ΣΕΙΣΜΟΥ/ΠΥΡΚΑΓΙΑΣ (**ΥΠΑΙΘΡΙΑ ΓΗΠΕΔΑ ΚΑΛΑΘΟΣΦΑΙΡΑΣ**).
- ✓ Μην κινηθείτε άτακτα προς τις εξόδους, διότι υπάρχει κίνδυνος να ποδοπατηθείτε ή να ποδοπατήσετε άλλους.
- ✓ Μην χρησιμοποιήσετε τον ανελκυστήρα για διαφυγή, καθότι υπάρχει κίνδυνος πτώσης του ή εγκλωβισμού σας σε αυτόν, λόγω διακοπής του ηλεκτρισμού ή στρέβλωσης στους οδηγούς του.
- ✓ Χρησιμοποιήστε τα κλιμακοστάσια ως μέσο διαφυγής.
- ✓ Να είστε πάντοτε σε εγρήγορση για μετασεισμούς.
- ✓ Ελέγξτε προσεκτικά τον εαυτό σας και τους γύρω σας για πιθανούς τραυματισμούς.
- ✓ Αν υπάρχουν τραυματίες που μπορούν να μετακινηθούν, αποχωρούν και αυτοί με τους υπόλοιπους, με την δική σας πάντοτε βοήθεια.
- ✓ Μην δοκιμάσετε να μετακινήσετε σοβαρά τραυματισμένο άτομο, εκτός εάν η ζωή του βρίσκεται σε άμεσο κίνδυνο.
- ✓ Στην περίπτωση που υπάρχουν τραυματισμένα άτομα που δεν μπορούν να μετακινηθούν, γιατί είναι εγκλωβισμένα ή γιατί είναι βαριά τραυματισμένα, μόλις φτάσετε στον Χώρο Συγκέντρωσης, ενημερώστε τους Υπεύθυνους Εκπαιδευτικούς και το Επιτελείο (Γενικός/ή Υπεύθυνος/η, Βοηθός Γενικός/ή Υπεύθυνος/η, Αγγελιοφόροι), έτσι ώστε να σταλεί άμεσα βοήθεια από τις Ομάδες Εκκένωσης και Πρώτων Βοηθειών.
- ✓ Αν έχετε εγκλωβιστεί ή παγιδευτεί κάπου από όπου δεν μπορείτε να διαφύγετε, προσπαθήστε με κάθε τρόπο να δώσετε σημεία ζωής, ώστε τα σωστικά συνεργεία να σας εντοπίσουν.
- ✓ Αν κάπου έχει ξεσπάσει φωτιά, σβήστε την, εάν είναι δυνατό, πριν πάρει διαστάσεις.
- ✓ Μην αγγίζετε ηλεκτροφόρα καλώδια και αντικείμενα που ακουμπούν σε καλώδια. Κινδυνεύετε από ηλεκτροπληξία.
- ✓ Μην εισέρχεστε σε κτήρια τα οποία έχουν υποστεί ζημιές, μέχρι οι Αρμόδιες Αρχές να σας διαβεβαιώσουν ότι είναι ασφαλή.
- ✓ Χρησιμοποιήστε το σταθερό ή κινητό τηλέφωνό σας **ΜΟΝΟ** σε εξαιρετικές περιπτώσεις, γιατί προκαλείται υπερφόρτωση των τηλεφωνικών δικτύων, κάτι το

οποίο εμποδίζει τον ομαλό συντονισμό των ενεργειών των Υπηρεσιών ανταπόκρισης που έχουν ως αποστολή την αντιμετώπιση των συνεπειών του σεισμού.

- ✓ Ανταποκριθείτε στις εκκλήσεις για βοήθεια, αλλά μην κυκλοφορείτε άσκοπα, ώστε να μπορούν να κυκλοφορούν ανεμπόδιστα οι ομάδες έκτακτης ανάγκης και τα συνεργεία διάσωσης.
- ✓ Ακολουθείτε τις οδηγίες των Υπευθύνων και μην δίνετε σημασία σε φημολογίες.

### **1.5 Ενέργειες στον Χώρο Συγκέντρωσης μετά από σεισμό**

- ✓ Λαμβάνονται απουσίες μαθητών/ριών και προσωπικού και δίνεται αμέσως αναφορά στο Επιτελείο για όσους/ες δεν έχουν παρουσιαστεί. Σε περίπτωση που υπάρχουν εγκλωβισμένοι/ες ή/και τραυματίες, να σταλεί βοήθεια ανάλογα με τις ανάγκες που υπάρχουν. Οι Ομάδες Πρώτων Βοηθειών, Εκκένωσης και Πυρόσβεσης βρίσκονται σε ετοιμότητα.
- ✓ Απαγορεύεται η επιστροφή στα κτήρια ώστε να αποφευχθούν ανεπιθύμητες καταστάσεις από μετασεισμούς που πιθανόν να υπάρξουν. Παραμένετε στον Χώρο Συγκέντρωσης.
- ✓ Το προσωπικό και οι μαθητές/μαθήτριες θα λάβουν οδηγίες από το Επιτελείο για την επιστροφή τους στα κτήρια, όταν αυτό κριθεί ασφαλές.

## 2. ΟΔΗΓΙΕΣ ΚΑΙ ΕΝΕΡΓΕΙΕΣ ΕΚΚΕΝΩΣΗΣ ΣΕ ΠΕΡΙΠΤΩΣΗ ΠΥΡΚΑΓΙΑΣ

### 2.1 Συνθηματικό έναρξης και λήξης συναγερμού

**Έναρξη:** ΣΥΝΕΧΗΣ ήχηση του ηλεκτρικού κώδωνα για 15΄΄.

**Λήξη:** ΣΥΝΕΧΗΣ ήχηση του ηλεκτρικού κώδωνα για 30΄΄.

### 2.2 Ενέργειες κατά τη διάρκεια πυρκαγιάς

Μια μικρή εστία πυρκαγιάς μπορεί να γεμίσει τον χώρο με καπνό και αναθυμιάσεις σε πολύ σύντομο χρονικό διάστημα. Για τον λόγο αυτό, **μόλις εντοπιστεί εστία πυρκαγιάς:**

- ✓ Σταματήστε να εργάζεστε.
- ✓ Ενεργοποιήστε το σύστημα συναγερμού, αν υπάρχει.
- ✓ Ειδοποιήστε την Πυροσβεστική Υπηρεσία (112).
- ✓ Καλέστε βοήθεια για να καταπολεμηθεί η εστία της πυρκαγιάς (εάν αυτό είναι εφικτό) με τα διαθέσιμα πυροσβεστικά μέσα.

#### **Όταν ηχήσει το σύστημα συναγερμού πυρανίχνευσης**

- ✓ Κλείστε όλες τις συσκευές.
- ✓ Κλείστε πόρτες και παράθυρα.
- ✓ Εκκενώστε τον χώρο με ηρεμία, χωρίς φωνές και με γρήγορο βήμα, σύμφωνα με τα ΔΡΟΜΟΛΟΓΙΑ ΔΙΑΦΥΓΗΣ ΚΑΙ ΔΙΑΤΑΞΗ ΣΤΟΝ ΧΩΡΟ ΣΥΓΚΕΝΤΡΩΣΗΣ ΣΕ ΠΕΡΙΠΤΩΣΗ ΣΕΙΣΜΟΥ/ΠΥΡΚΑΓΙΑΣ (ΥΠΑΙΘΡΙΑ ΓΗΠΕΔΑ ΚΑΛΑΘΟΣΦΑΙΡΑΣ).
- ✓ Μην καθυστερήσετε μαζεύοντας προσωπικά αντικείμενα.
- ✓ Εγκαταλείψτε το κτήριο χωρίς πανικό, χρησιμοποιώντας τις **Εξόδους Κινδύνου**
- ✓ Μη χρησιμοποιήσετε τους ανελκυστήρες.
- ✓ Εάν υπάρχει κοντά κατάλληλος πυροσβεστήρας και γνωρίζετε τη χρήση του και πάντοτε με γνώμονα την δική σας ασφάλεια, προσπαθήστε να κατασβήσετε τη φωτιά. Αν οι προσπάθειες δεν είναι ικανές για να αποδυναμώσουν ή και να εξαλείψουν την εστία της φωτιάς, τότε θα πρέπει να κλείσουν τα παράθυρα και οι θύρες και να εγκαταλείψετε αμέσως τον χώρο.
- ✓ Μην εισέλθετε ξανά στο κτήριο, χωρίς την έγκριση της Πυροσβεστικής Υπηρεσίας και τις οδηγίες των Υπευθύνων.

### 2.3 Ενέργειες μετά από πυρκαγιά

Η επιστροφή στο κτήριο γίνεται εφόσον η Πυροσβεστική Υπηρεσία ελέγξει τον χώρο όπου ξέσπασε η πυρκαγιά και μετά από οδηγίες του **Επιτελείου**.