

ΜΕΤΡΑ ΠΡΟΣΤΑΣΙΑΣ ΑΠΟ ΤΟΥΣ ΣΕΙΣΜΟΥΣ

✓ Μέτρα που λαμβάνω πριν το σεισμό:

- Ξέρω πού θα κρυφτώ σε περίπτωση που γίνει σεισμός (κάτω από το τραπέζι, κάτω από θρανίο, κ.α.).
- Έχω έτοιμο ένα σακίδιο με είδη πρώτης ανάγκης (μπουκάλι με νερό, κουτί πρώτων βοηθειών, κ.α.).
- Απομακρύνω τα εύθραυστα αντικείμενα από τα ψηλά ράφια.
- Στερεώνω καλά στους τοίχους τα βαριά αντικείμενα.
- Ξέρω απ' έξω κάποια χρήσιμα τηλέφωνα (μητέρας, πατέρα, πυροσβεστικής, αστυνομίας, κ.α.).
- Έχω ορίσει με τα μέλη της οικογένειας μου σημείο συνάντησης μετά από μεγάλο σεισμό.

✓ Μέτρα που παίρνω κατά τη διάρκεια του σεισμού:

- Κρύβομαι κάτω από το τραπέζι ή το θρανίο.
- Καλύπτω το κεφάλι μου.
- Κρατάω το πόδι του τραπεζιού ή του θρανίου.
- Απομακρύνομαι από τα παράθυρα.

✓ Μέτρα που παίρνω μετά το σεισμό:

- Πηγαίνω σε ασφαλή χώρο (πάρκο, πλατεία, αυλή σχολείου, κ.α.).
- Ελέγχω αν είναι όλοι καλά.
- Παίρνω μαζί μου τα ζώακια μου.
- Ακολουθώ πιστά τις οδηγίες των μεγαλύτερων μου (γονέων, δασκάλων).

✗ Τι δεν κάνω κατά τη διάρκεια του σεισμού:

- Δε φοβάμαι.
- Δεν τρέχω.
- Δεν πανικοβάλλομαι.
- Δε βγαίνω στο μπαλκόνι.
- Δεν πηγαίνω κοντά στα παράθυρα.
- Δεν χρησιμοποιώ το ασανσέρ.

✗ Τι δεν κάνω μετά το σεισμό:

- Δεν τρέχω.
- Δεν πλησιάζω την ακτή.
- Δεν μπαίνω στον ανελκυστήρα.
- Δεν χρησιμοποιώ άσκοπα το τηλέφωνο.