

ΜΕΤΡΑ ΑΥΤΟΠΡΟΣΤΑΣΙΑΣ

ΠΛΗΜΜΥΡΕΣ

Τι πρέπει να κάνετε για να είστε προετοιμασμένοι...

- Βεβαιωθείτε ότι τα φρεάτια έξω από το σπίτι σας δεν είναι φραγμένα.
- Βεβαιωθείτε ότι οι υδρορροές εντός του σπιτιού λειτουργούν κανονικά.
- Περιορίστε τις μετακινήσεις σας στις απολύτως αναγκαίες.
- Αποφύγετε τη διαμονή και εργασία σε υπόγειους χώρους, αν αυτό δεν είναι απαραίτητο.

Κατά τη διάρκεια της πλημμύρας...

- Εγκαταλείψτε υπόγειους χώρους και μετακινηθείτε σε ασφαλές, υπερυψωμένο σημείο.
- Αποφύγετε τη μετακίνηση μέσα στους πλημμυρισμένους δρόμους.
- Μη διασχίζετε χειμάρρους πεζοί ή με το αυτοκίνητό σας.
- Αλλάξτε πορεία, αν οδηγείτε προς πλημμυρισμένη περιοχή.
- Εάν το αυτοκίνητό σας έχει ακινητοποιηθεί και ενδέχεται να παρασυρθεί ή να πλημμυρίσει, εγκαταλείψτε το αμέσως.
- Μείνετε μακριά από κομμένα ή πεσμένα στο έδαφος ηλεκτροφόρα καλώδια.
- Μην πλησιάζετε σε περιοχές, όπου έχουν σημειωθεί κατολισθήσεις.

Θυμηθείτε: οι κίνδυνοι από την πλημμύρα δεν υποχωρούν αμέσως μετά την έναρξη της απόσυρσης των υδάτων.

Η πλημμύρα μπορεί να έχει μεταβάλει τα χαρακτηριστικά γνώριμων περιοχών, καθώς τα νερά μπορούν να παρασύρουν αντικείμενα ή να καταστρέψουν μέρη του δρόμου, των πεζοδρομίων, κ.λ.π.

Επομένως, μετά την πλημμύρα...

- Απομακρυνθείτε από περιοχές που έχουν μόλις πλημμυρίσει ή ενδέχεται να πλημμυρίσουν ξανά στις επόμενες ώρες.
- Μην πλησιάζετε σε περιοχές, στις οποίες έχουν σημειωθεί κατολισθήσεις ή πτώση βράχων.
- Ελέγξτε αν το σπίτι ή ο χώρος εργασίας σας κινδυνεύει από πιθανή πτώση βράχων.
- Προσοχή στα όμβρια νερά! Απορρίμματα, νεκρά ζώα και λοιπά αντικείμενα ενδέχεται να έχουν παρασυρθεί από τα νερά και να τα έχουν μολύνει.

Αν είναι απολύτως αναγκαίο να μετακινηθείτε πεζοί ή να οδηγήσετε σε περιοχές που έχουν πλημμυρίσει...

- Αναζητήστε σταθερό έδαφος
- Αποφύγετε τόσο τα ρέοντα, όσο και τα λιμνάζοντα νερά τα οποία ενδέχεται να λειτουργήσουν ως καλοί αγωγοί του ηλεκτρικού ρεύματος, σε περίπτωση που υπάρχουν φθορές σε υπόγεια καλώδια ή διαρροές από ηλεκτρικές εγκαταστάσεις.
- Αν βρεθείτε μπροστά σε δρόμο που έχει πλημμυρίσει, σταματήστε και αλλάξτε αμέσως κατεύθυνση.
- Ακολουθήστε πιστά τις οδηγίες των κατά τόπους αρμόδιων αρχών.

Αν η περιοχή στην οποία διαμένετε έχει εκκενωθεί,

ΜΗΝ ΕΠΙΣΤΡΕΨΕΤΕ,

προτού σας δοθεί αντίστοιχη εντολή από τις αρχές

Πριν αρχίσετε τις διαδικασίες αποκατάστασης των ζημιών στο σπίτι σας:

- Κλείστε την τροφοδοσία ηλεκτρικού ρεύματος, ακόμη και αν στην περιοχή σας έχει διακοπεί το ρεύμα.
- Κλείστε την παροχή νερού, καθώς το δίκτυο μπορεί να έχει υποστεί βλάβες.
- Προτού εξετάσετε ένα κτίριο που έχει πλημμυρίσει, φορέστε κλειστά παπούτσια, ώστε να αποφύγετε τραυματισμούς στα πόδια από αντικείμενα ή ανωμαλίες στο έδαφος, που καλύπτονται από τα νερά.

- Εξετάστε τα δίκτυα νερού, ηλεκτρικού ρεύματος και αποχέτευσης.
- Ελέγξτε τους τοίχους, τις πόρτες, τις σκάλες και τα παράθυρα, για να βεβαιωθείτε ότι δεν έχουν προκληθεί ζημιές.

ΚΑΤΑΙΓΙΔΑ – ΚΕΡΑΥΝΟΙ

Οι κίνδυνοι από τις καταιγίδες προκαλούνται από τους τοπικά πολύ ισχυρούς ανέμους, τις τοπικά έντονες βροχοπτώσεις, τους κεραυνούς και τις πιθανές χαλαζοπτώσεις.

Τι πρέπει να κάνετε όσο διαρκεί η καταιγίδα ...

...αν βρίσκεστε μέσα στο σπίτι :

- Ασφαλίστε πόρτες και παράθυρα.
- Στερεώστε αντικείμενα που μπορεί να παρασυρθούν από τον άνεμο και ενδέχεται να προκαλέσουν καταστροφές ή τραυματισμούς.
- Ελέγξτε αναρτημένες πινακίδες.
- Μην κρατάτε ανά χείρας ηλεκτρικές συσκευές ή το τηλέφωνο, γιατί ο κεραυνός μπορεί να περάσει μέσα από τα καλώδια.
- Αποφύγετε τις σωληνώσεις των υδραυλικών (κουζίνα, μπάνιο), γιατί οι μεταλλικοί σωλήνες είναι καλοί αγωγοί του ηλεκτρισμού.
- Αποσυνδέστε τις συσκευές τηλεόρασης από την κεραία και την παροχή ηλεκτρικού ρεύματος.

...αν βρίσκεστε έξω από το σπίτι :

- Προφυλαχθείτε καταφεύγοντας σε κάποιο παρακείμενο εσωτερικό χώρο (κτίριο ή αμάξι) και μην επιχειρήσετε να εξέλθετε, παρά μόνο αφού βεβαιωθείτε ότι η καταιγίδα πέρασε.
- Αν αυτό δεν είναι εφικτό, καθίστε αμέσως στο έδαφος!
- Αν βρίσκεστε απομονωμένος σε μια επίπεδη έκταση και νιώθετε να σηκώνονται τα μαλλιά σας (γεγονός που προμηνύει την εκδήλωση κεραυνού), κάντε βαθύ κάθισμα, με το κεφάλι ανάμεσα στα πόδια, (ώστε να ελαχιστοποιήσετε την επιφάνεια του σώματός σας και την επαφή σας με το

έδαφος) και πετάξτε ό,τι μεταλλικό αντικείμενο φέρετε. Προσοχή : μην ξαπλώνετε στο έδαφος!

- Αν βρίσκεστε στο δάσος, προστατευθείτε κάτω από συμπαγή κλαδιά χαμηλών δέντρων. Ποτέ μην στέκεστε κάτω από ένα ψηλό δέντρο σε ανοιχτό χώρο!
- Αν βρίσκεστε σε χαμηλότερη, σε σχέση με τις γειτονικές, περιοχή προσέξτε ενδεχόμενη εκδήλωση πλημμυρικού φαινομένου.
- Αν βρίσκεστε στη θάλασσα, βγείτε αμέσως έξω.
- Γενικά, απομακρυνθείτε από ποτάμια, λίμνες και άλλες μάζες νερού.
- Αποφύγετε ψηλές κατασκευές, όπως πυλώνες της .ΕΗ, ψηλά δέντρα, φράκτες, τηλεφωνικές γραμμές ή γραμμές ηλεκτρικού ρεύματος.
- Αποφύγετε τη διέλευση κοντά από μεγάλα δέντρα, μπαλκόνια και γενικά περιοχές, όπου αντικείμενα μπορεί να αποκολληθούν και να πέσουν.
- Μην πλησιάζετε μεταλλικά αντικείμενα, όπως αμάξια, ποδήλατα, σύνεργα κατασκήνωσης, κ.λ.π.

... αν βρίσκεστε στο αυτοκίνητό σας:

- Ακινητοποιήστε το αυτοκίνητο στην άκρη του δρόμου, μακριά από δέντρα, τα οποία μπορεί να καταπλακώσουν το αυτοκίνητο.
- Παραμείνετε μέσα στο αυτοκίνητο με αναμμένα τα προειδοποιητικά φώτα στάσης μέχρι να κοπάσει η καταιγίδα.
- Κλείστε τα τζάμια και μην ακουμπάτε σε μεταλλικά αντικείμενα μέσα στο αυτοκίνητο.
- Αποφύγετε τους πλημμυρισμένους δρόμους.

ΘΥΕΛΛΩΔΕΙΣ ΑΝΕΜΟΙ

- Στερεώστε αντικείμενα που μπορεί να παρασυρθούν από τον άνεμο και ενδέχεται να προκαλέσουν καταστροφές ή τραυματισμούς.
- Ελέγξτε αναρτημένες πινακίδες.
- Ασφαλίστε τις πόρτες και τα παράθυρα.
- Αποφύγετε δραστηριότητες σε θαλάσσιες και παράκτιες περιοχές.

- Αποφύγετε τη διέλευση κάτω από μεγάλα δέντρα, αναρτημένες πινακίδες και γενικά από περιοχές, στις οποίες ελαφρά αντικείμενα μπορεί να αποκολληθούν και να πέσουν στο έδαφος (π.χ. κάτω από μπαλκόνια, απ' όπου μπορεί να πέσουν γλάστρες, σπασμένα τζάμια, κ.λ.π.).

ΚΑΤΟΛΙΣΘΗΣΕΙΣ

Οι κατολισθήσεις - καθιζήσεις εντείνουν τις συνέπειες των πλημμυρών, οι οποίες είναι αποτέλεσμα έντονων βροχοπτώσεων ή της τήξης μεγάλων ποσοτήτων χιονιού. Παρατηρούνται ιδιαίτερα σε πλαγιές με μεγάλες κλίσεις οι οποίες έχουν προηγουμένως αποψιλωθεί από πυρκαγιές.

ΠΡΙΝ ΑΠΟ ΜΙΑ ΕΝΤΟΝΗ ΒΡΟΧΟΠΤΩΣΗ

Γίνετε οικείοι με τη γη που σας περιβάλλει. Προσπαθήστε να μάθετε αν ποτέ υπήρξαν κατολισθήσεις, καθιζήσεις ή λασποροές στην περιοχή ρωτώντας τις τοπικές αρχές, τους παλαιότερους κάτοικους, καθώς και αρμόδιες Γεωλογικές υπηρεσίες ή Πανεπιστημιακά τμήματα. Οι πλαγιές όπου συνέβησαν παλαιότερα κατολισθήσεις ή λασποροές είναι πιθανό να αντιμετωπίσουν τα ίδια φαινόμενα και στο μέλλον.

Ενισχύστε και βοηθήστε τις τοπικές Αρχές στις προσπάθειες τους να προσδιορίσουν τις χρήσεις γης και να καθορίσουν τις κατάλληλες προδιαγραφές δόμησης σε περιοχές που κινδυνεύουν από φαινόμενα κατολίσθησης ή καθιζήσης. Τα κτίρια πρέπει να βρίσκονται μακριά από απότομες πλαγιές, ρέματα, ποταμούς και από τις εκβολές αυτών.

Προσέχετε τα χαρακτηριστικά του υδρογραφικού δικτύου στην περιοχή σας και ιδιαίτερα τα μέρη όπου η απορροή των υδάτων συγκλίνει, αυξάνοντας τη ροή πάνω σε πλαγιές καλυμμένες από εδαφικό μανδύα. Παρατηρείστε τους λόφους και τις πλαγιές γύρω σας για τυχόν σημάδια κινήσεως εδαφών όπως μικρές κατολισθήσεις, λασποροές, ροές θραυσμάτων ή σταδιακή κάμψη των δέντρων.

Ελάτε σε επαφή με τις τοπικές Αρχές για να μάθετε περισσότερα για την αντιμετώπιση μιας κατάστασης έκτακτης ανάγκης και των σχεδίων εκκένωσης στη περιοχή σας, αν αυτά έχουν ήδη εκπονηθεί. Αναπτύξτε το δικό σας σχέδιο έκτακτης ανάγκης για την οικογένειά σας και την επιχείρησή σας.

ΚΑΤΑ ΤΗΝ ΔΙΑΡΚΕΙΑ ΕΝΤΟΝΗΣ ΒΡΟΧΟΠΤΩΣΗΣ

Μείνετε ξύπνιοι και σε επαγρύπνηση. Πολλοί θάνατοι από λασποροές συνέβησαν όταν οι άνθρωποι κοιμόταν. Ακούστε το ραδιόφωνο για προειδοποιήσεις σχετικές με φαινόμενα έντονης βροχόπτωσης. Οι μικρής διάρκειας, έντονες βροχοπτώσεις μπορεί να είναι πολύ επικίνδυνες ιδιαίτερα μετά από περιόδους παρατεταμένων βροχοπτώσεων και έντονης υγρασίας.

Προσέξτε μήπως ακούσετε παράξενους θορύβους που πιθανολογούν κινήσεις εδαφών. Τέτοιοι θόρυβοι μπορεί να προέρχονται από σπάσιμο δέντρων ή από το κτύπημα βράχων. Ένας αρχικός θόρυβος από κύλισμα λάσπης ή κατρακύλισμα από θραύσματα πετρωμάτων μπορεί να προηγείται μεγάλης έκτασης κατολίσθησης.

Αν είστε κοντά σε χείμαρρο ή ρέμα μείνετε σε ετοιμότητα για οποιαδήποτε ξαφνική αύξηση ή μείωση στη ροή του νερού και για τυχόν αλλαγή στη καθαρότητα του. Τέτοιες αλλαγές μπορεί να υποδεικνύουν ενεργοποίηση ροών θραυσμάτων ή κατολισθήσεων που βρίσκονται σε πιο ψηλά σημεία.

Αν βρίσκεστε σε περιοχές επικίνδυνες για κατολισθήσεις και λασποροές, ενημερωθείτε

για τις πιθανές οδούς διαφυγής, έτσι ώστε να τις χρησιμοποιήσετε όταν παραστεί ανάγκη. Θυμηθείτε παρόλα αυτά ότι η οδήγηση κατά τη διάρκεια έντονης βροχόπτωσης είναι πολύ επικίνδυνη.

Να είστε έτοιμοι να μετακινηθείτε γρήγορα. Μην καθυστερείτε. Δώστε προτεραιότητα στην ασφάλεια του εαυτού σας και όχι των υπαρχόντων σας.

Μείνετε σε ετοιμότητα και επαγρύπνηση όταν οδηγείτε. Τα κράσπεδα κατά μήκος των οδών είναι ιδιαίτερα ευαίσθητα σε κατολισθήσεις, Παρατηρείτε με προσοχή τον δρόμο για πιθανά σημάδια καθίζησης, κατάρρευσης, λάσπης, καταπτώσεις βράχων και άλλα σημάδια πιθανών ροών θραυσμάτων.

Εάν δεν μπορείτε να απομακρυνθείτε, μετακινηθείτε σε υψηλότερο όροφο του οικήματος.