



Του ΚΩΣΤΑ Θ. ΤΟΛΗ

Παρακολουθώ ντας το κακό που συνέβη στη γειτονική Ιταλία και έχοντας επίγνω-ση ότι τώ ρα δεν μπο-ρούμε να κάνουμε πολλά πράγματα για να μην έχουμε παρό-μοια γεγονότα στην περιοχή μας (ενισχύσεις κτιρίων κλπ) αποφά-σισα να μοιραστώ κάποιες μικρές συμβουλές...

τις οποίες «αλίευσα» από την επίσημη ιστοσελίδα της Γενική Γραμματείας Πολιτικής Προστασίας και που αφορούν καταστάσεις που πιθανόν θα προκύψουν από μία σεισμική δόνηση.

Δεν θέλω να σπείρω τον πανικό, αντιθέτως όλοι γνωρίζουμε ότι ένας καλά ενημερωμένος άνθρωπος είναι ένας καλά προστατευμένος άνθρωπος. Μπορούμε να κάνουμε πολλά πράγματα για να περιορίσουμε τυχόν «περιπέτειες» κατά τη διάρκεια και μετά από ένα μεγάλο σεισμό στην περιοχή μας.

ΣΗΜΕΙΩΣΗ : Ο ΣΕΙΣΜΟΣ ΜΠΟΡΕΙ ΝΑ ΧΤΥΠΗΣΕΙ ΟΠΟΙΑΔΗΠΟΤΕ ΣΤΙΓΜΗ.

Ξεκινήστε με κάποια προληπτικά μέτρα:

ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΤΕΙΤΕ

Μέσα στο σπίτι

- Στερεώ στε γερά στους τοίχους τα ράφια και τις βιβλιοθήκες. Απομακρύνετε από τις πόρτες τα ψηλά έπιπλα που μπορούν να ανατραπούν και να εμποδίσουν την έξοδο.
- Βιδώ στε καλά στους τοίχους το θερμοσίφωνα και τις δεξαμενές καυσίμων και νερού.
- Τοποθετείστε τα βαριά αντικείμενα στα χαμηλότερα ράφια.
- Απομακρύνετε τα βαριά αντικείμενα πάνω από κρεβάτια και καναπέδες.
- Στερεώ στε καλά τα φωτιστικά σώ ματα και τους ανεμιστήρες οροφής.
- Προσδιορίστε καλά προφυλαγμένους χώ ρους σε κάθε δωμάτιο του σπιτιού:
 - κάτω από ανθεκτικά γραφεία ή τραπέζια.
 - μακριά από γυάλινες επιφάνειες και βιβλιοθήκες.
 - μακριά από εξωτερικούς τοίχους.
- Ελέγξτε τη σωστή λειτουργία του δικτύου παροχής ηλεκτρικού ρεύματος και φυσικού αερίου.
- Ενημερώ στε τα μέλη της οικογένειας για το πώ ς κλείνουν οι γενικοί διακόπτες ηλεκτρικού, νερού και φυσικού αερίου και για τα τηλέφωνα έκτακτης ανάγκης (112, 199, 166, 100 κλπ.)
- Προμηθευτείτε φορητό ραδιόφωνο με μπαταρίες, φακό και βαλιτσάκι πρώ των βοηθειώ ν.

Έξω από το σπίτι

- Επιλέξτε ένα ασφαλή χώ ρο συνάντησης μετά το σεισμό ο οποίος να βρίσκεται:
 - μακριά από κτίρια και δέντρα
 - μακριά από τηλεφωνικά και ηλεκτρικά καλώ δια.

ΟΤΑΝ ΓΙΝΕΤΑΙ ΣΕΙΣΜΟΣ

Αν είστε μέσα στο σπίτι

- Διατηρείστε την ψυχραιμία σας.
- Καλυφθείτε κάτω από κάποιο ανθεκτικό έπιπλο (τραπέζι, γραφείο, θρανίο), γονατίστε και κρατήστε με τα χέρια σας το πόδι του.
- Αν δεν υπάρχει ανθεκτικό έπιπλο, γονατίστε στο μέσον του δωματίου, μειώ νοντας όσο γίνεται το ύψος σας και προστατέψτε με τα χέρια το κεφάλι και τον αυχένα σας. Απομακρυνθείτε από μεγάλες γυάλινες επιφάνειες (παράθυρα, γυάλινα χωρίσματα) ή έπιπλα και αντικείμενα που μπορεί να σας τραυματίσουν.
- Μην προσπαθήσετε να απομακρυνθείτε από το σπίτι.
- Μην βγείτε στο μπαλκόνι.

Αν είστε σε ψηλό κτίριο

- Απομακρυνθείτε από τζάμια και εξωτερικούς τοίχους.

Αν είστε σε χώρο ψυχαγωγίας, εμπορικό κέντρο ή μεγάλο κατάστημα

- Διατηρείστε την ψυχραιμία σας.
- Μείνετε στο χώρο μέχρι να τελειώσει η δόνηση.
- Μην παρασυρθείτε από το πανικόβλητο πλήθος που κινείται άτακτα προς τις εξόδους γιατί κινδυνεύετε να ποδοπατηθείτε.

Αν βρίσκεστε σε ανοιχτό χώρο

- Απομακρυνθείτε από χώρους που βρίσκονται κάτω από κτίρια, τηλεφωνικά ή ηλεκτρικά καλώδια.
- Αν έχετε μαζί σας τσάντα ή χαρτοφύλακα, καλύψτε το κεφάλι σας με αυτά.

Αν βρίσκεστε μέσα στο αυτοκίνητο

- Καταφύγετε σε ανοιχτό χώρο και σταματήστε με προσοχή το αυτοκίνητο ώστε να μην εμποδίζει την κυκλοφορία.
- Αποφύγετε να περάσετε από σήραγγες, γέφυρες ή υπέργειες διαβάσεις.

Το Σεπτέμβριο του 2001 επλήγη από σεισμό η περιοχή του Μελιγαλά Μεσσηνίας

ΤΙ ΝΑ ΚΑΝΕΤΕ ΜΕΤΑ ΤΟ ΣΕΙΣΜΟ

Αν είστε μέσα στο σπίτι

- Προετοιμαστείτε για τυχόν μετασεισμούς.
- Ελέγξτε προσεκτικά τον εαυτό σας και τους γύρω σας για πιθανούς τραυματισμούς.
- Αν υπάρχουν βαριά τραυματισμένοι μην τους μετακινείτε.
- Εκκενώστε το κτίριο από το κλιμακοστάσιο (μην χρησιμοποιείτε τον ανελκυστήρα), αφού πρώτα κλείσετε τους διακόπτες του ηλεκτρικού ρεύματος, του φυσικού αερίου και του νερού.
- Καταφύγετε σε ανοιχτό και ασφαλή χώρο.
- Ακολουθείστε τις οδηγίες των Αρχών και μην δίνετε σημασία σε φημολογίες.
- Μην χρησιμοποιείτε άσκοπα το αυτοκίνητό σας ώστε να μην γίνετε εμπόδιο στο

έργο των συνεργείων διάσωσης.

- Χρησιμοποιείτε το σταθερό ή κινητό τηλέφωνό σας σε εξαιρετικές περιπτώσεις, γιατί προκαλείται υπερφόρτωση των τηλεφωνικών δικτύων.
- Αποφύγετε να μπειτε στο σπίτι σας αν βλέπετε βλάβες, κομμένα καλώδια, διαρροή υγραερίου ή φυσικού αερίου.

Ασφαλώς μια επίσκεψη στην επίσημη ιστοσελίδα της Γενικής Γραμματείας Πολιτικής Προστασίας (www.civilprotection.gr) θα ήταν πάρα πολύ χρήσιμη για τον καθένα μας .

Μεταφέρω επίσης μία πρόταση που θα μπορούσε να μπει σε φάση υλοποίησης και που θα πρέπει να ληφθεί υπόψη από τους ιθύνοντες . Παράλληλα με το πρόγραμμα ΕΞ ΟΙΚΟΝΟΜΩ που περιλαμβάνει εργασίες εξοικονόμησης ενέργειας των κατοικιών , μπροστά στον κίνδυνο αυτές οι κατοικίες να μετατραπούν σε ένα σωρό από πέτρες και φελιξόλ, καλό θα ήταν να δρομολογηθεί μέσα από το πρόγραμμα (με αντίστοιχη μοριοδότηση) και η δυνατότητα ενίσχυσης του φέροντος οργανισμού των κτιρίων παράλληλα με τις εργασίες θερμομόνωσης του κελύφους των κατασκευών .

ΚΩΣΤΑΣ Θ. ΤΟΛΗΣ
Αρχιτέκτων Μηχ/κος
Δ/ση Τεχν. Υπηρεσιών
ΔΗΜΟΥ ΚΑΛΑΜΠΑΚΑΣ