

ΕΝΤΟΝΑ ΚΑΙΡΙΚΑ ΦΑΙΝΟΜΕΝΑ

ΓΕΝΙΚΕΣ ΟΔΗΓΙΕΣ

- Φροντίστε να ενημερώνεστε διαρκώς από το ραδιόφωνο και την τηλεόραση για την εξέλιξη των καιρικών φαινομένων. Οι επίσημες πηγές ενημέρωσης είναι η Εθνική Μετεωρολογική Υπηρεσία (Ε.Μ.Υ.) και η Γενική Γραμματεία Πολιτικής Προστασίας.
- Σε περίπτωση ανάγκης καλέστε εναλλακτικά: Αστυνομία 100, Πυροσβεστικό Σώμα 199, ΕΚΑΒ 166, τον Ευρωπαϊκό Αριθμό Έκτακτης Ανάγκης 112.
- Τοποθετείτε σε εμφανές σημείο στο σπίτι τους παραπάνω αριθμούς τηλεφώνων πρώτης ανάγκης εφόσον τα παιδιά σας είναι σε θέση να τους χρησιμοποιήσουν και βεβαιωθείτε ότι το γνωρίζουν.
- Βοηθήστε τα παιδιά σας να απομνημονεύσουν οικογενειακά στοιχεία όπως το επίθετό τους, τη διεύθυνση και τον αριθμό τηλεφώνου του σπιτιού.
- Εξηγήστε σε όλα τα μέλη της οικογένειας πώς και πότε να κλείνουν τις παροχές ηλεκτρικού, φυσικού αερίου και νερού, πώς να χρησιμοποιούν τον πυροσβεστήρα και πώς να καλούν σε βοήθεια.
- Προμηθευτείτε είδη πρώτης ανάγκης όπως κουτί πρώτων βοηθειών, πυροσβεστήρα, φακό και μπαταρίες, φορητό ραδιόφωνο κλπ.
- Μερμνήστε ειδικά για τα παιδιά και τους ηλικιωμένους.

Μόλις περάσει η κακοκαιρία

- Παρακολουθείτε συνεχώς από το ραδιόφωνο και την τηλεόραση τις επίσημες προειδοποιήσεις ή συμβουλές.
- Ελέγξτε το σπίτι και τα λοιπά περιουσιακά σας στοιχεία για να καταγράψετε πιθανές ζημιές.

Αν πρόκειται να μετακινηθείτε

- Ενημερωθείτε για τον καιρό και την κατάσταση του οδικού δικτύου.
- Ανάλογα με τον προορισμό σας αναλογιστείτε το είδος των καιρικών φαινομένων που ενδέχεται να συναντήσετε (χιόνι, παγετός, χαλάζι, βροχόπτωση κλπ.)
- Μεταβάλλετε το πρόγραμμα της μετακίνησής σας ώστε να αποφύγετε την αιχμή των καιρικών φαινομένων.
- Ταξιδέψτε κατά τη διάρκεια της ημέρας, προτιμώντας τις κεντρικές αρτηρίες και όχι τους δυσπρόσιτους και ερημικούς δρόμους.
- Ενημερώστε τους οικείους σας για τη διαδρομή που θα ακολουθήσετε.
- Μην αγνοείτε τις οδηγίες της Γενικής Γραμματείας Πολιτικής Προστασίας, τα δελτία καιρού της Ε.Μ.Υ. και τις υποδείξεις των τοπικών Αρχών, όπως η Τροχαία, το Λιμενικό, η Πυροσβεστική κλπ.

- Ελέγξτε την κατάσταση του αυτοκινήτου σας πριν από κάθε μετακίνηση.
- Εξοπλίστε το αυτοκίνητο με τα απαραίτητα μέσα αντιμετώπισης έντονων καιρικών φαινομένων (αντιολισθητικές αλυσίδες, αντιψυκτικά υγρά, ομπρέλες, αδιάβροχα, γαλότσες, φακό, κουτί πρώτων βοηθειών κλπ.).
- Φορέστε κατάλληλα ρούχα αν πρόκειται να μετακινηθείτε πεζή.
- Προσέξτε όταν βαδίζετε ώστε να αποφύγετε τραυματισμούς λόγω τηλοισθηρότητας του οδοστρώματος και των πεζοδρομίων ή εξαιτίας της πτώσης αντικειμένων από υπερβολικό άνεμο ή χαλαζόπτωση.
- Προτιμήστε τα μέσα μαζικής μεταφοράς για τις μετακινήσεις σας.
- Μείνετε ήρεμοι και υπομονετικοί. Ο πανικός επιβαρύνει την κατάσταση.
- Διευκολύνετε το έργο των Αρχών.

ΕΙΔΙΚΟΤΕΡΕΣ ΟΔΗΓΙΕΣ ΠΡΟΣΤΑΣΙΑΣ ΓΙΑ ΚΑΘΕ ΦΑΙΝΟΜΕΝΟ

► ΘΥΕΛΛΩΔΕΙΣ ΑΝΕΜΟΙ

ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΤΕΙΤΕ

Πριν και κατά τη διάρκεια θυελλωδών ανέμων

- Ασφαλίστε αντικείμενα τα οποία αν παρασυρθούν από τον άνεμο ενδέχεται να προκαλέσουν καταστροφές ή τραυματισμούς
- Στερεώστε τις διαφημιστικές πινακίδες που τυχόν έχετε αναρτήσει.
- Ασφαλίστε τις πόρτες και τα παράθυρα του σπιτιού ή του χώρου εργασίας σας.
- Αποφύγετε δραστηριότητες σε θαλάσσιες και παράκτιες περιοχές.
- Αποφύγετε τη διέλευση κάτω από μεγάλα δέντρα, κάτω από αναρτημένες πινακίδες και γενικά από περιοχές, όπου ελαφρά αντικείμενα (π.χ. γλάστρες, σπασμένα τζάμια κλπ.) μπορεί να αποκολληθούν και να πέσουν στο έδαφος (π.χ. κάτω από μπαλκόνια).

► ΚΑΤΑΙΓΙΔΕΣ

Πώς να εκτιμήσετε την απόσταση από μια καταιγίδα

- Μετρήστε το χρόνο που μεσολαβεί μεταξύ της αστραπής και της βροντής σε δευτερόλεπτα. Διαιρέστε το χρόνο που μετρήσατε με το 3 ώστε να υπολογίσετε την απόσταση της καταιγίδας σε χιλιόμετρα.
- Λάβετε γρήγορα τα απαραίτητα μέτρα, πριν η καταιγίδα σας πλησιάσει. Η απόσταση είναι ενδεικτική καθώς η καταιγίδα μπορεί να εμφανιστεί πολύ γρήγορα πάνω από την περιοχή στην οποία βρίσκεστε.

ΚΑΤΑ ΤΗ ΔΙΑΡΚΕΙΑ ΜΙΑΣ ΚΑΤΑΙΓΙΔΑΣ**Αν βρίσκεστε στο σπίτι**

- Ασφαλίστε αντικείμενα, που μπορεί να παρασυρθούν από τον άνεμο ή τη ραγδαία βροχόπτωση και ενδέχεται να προκαλέσουν καταστροφές ή τραυματισμούς.
- Ελέγξτε τον τρόπο στερέωσης διαφημιστικών πινακίδων που τυχόν έχετε αναρτήσει.
- Ασφαλίστε τις πόρτες και τα παράθυρα.
- Μην κρατάτε ηλεκτρικές συσκευές ή το τηλέφωνο διότι ο κεραυνός μπορεί να περάσει μέσα από τα καλώδια. Αποσυνδέστε τις συσκευές τηλεόρασης από την κεραία και την παροχή του ηλεκτρικού ρεύματος.
- Αποφύγετε να αγγίξετε τις σωληνώσεις των υδραυλικών (κουζίνα, μπάνιο) καθώς συνιστούν καλούς αγωγούς του ηλεκτρισμού.

Αν βρίσκεστε στο αυτοκίνητο

- Ακινητοποιείτε το στην άκρη του δρόμου και μακριά από δέντρα που ενδέχεται να πέσουν πάνω του.
- Μείνετε μέσα και ανάψτε τα προειδοποιητικά φώτα στάσης (φώτα έκτακτης ανάγκης) μέχρι να κοπάσει η καταιγίδα.
- Κλείστε τα τζάμια και μην ακουμπάτε σε μεταλλικά αντικείμενα.
- Αποφύγετε τους πλημμυρισμένους δρόμους.

Αν βρίσκεστε σε εξωτερικό χώρο

- Καταφύγετε σε κτίριο ή σε αυτοκίνητο διαφορετικά καθίστε αμέσως στο έδαφος χωρίς να ξαπλώσετε.
- Προστατευτείτε κάτω από συμπαγή κλαδιά χαμηλών δέντρων στην περίπτωση που είστε μέσα σε δάσος.
- Μην καταφύγετε ποτέ κάτω από ένα ψηλό δέντρο σε ανοιχτό χώρο.
- Αποφύγετε τα χαμηλά εδάφη για τον κίνδυνο πλημμύρας.
- Μην στέκεστε πλάι σε πυλώνες, γραμμές μεταφοράς ηλεκτρικού ρεύματος, τηλεφωνικές γραμμές και φράκτες.
- Μην πλησιάζετε μεταλλικά αντικείμενα (π.χ. αυτοκίνητα, ποδήλατα, σύνεργα κατασκήνωσης κλπ.).
- Απομακρυνθείτε από ποτάμια, λίμνες ή άλλες μάζες νερού.
- Αν είστε μέσα στη θάλασσα βγείτε αμέσως έξω.
- Αν βρίσκεστε απομονωμένοι σε μια επίπεδη έκταση και νιώσετε να σηκώνονται τα μαλλιά σας (γεγονός που δηλώνει ότι σύντομα θα εκδηλωθεί κεραυνός), κάντε βαθύ κάθισμα με το κεφάλι ανάμεσα στα πόδια (ώστε να ελαχιστοποιήσετε την επιφάνεια του σώματός σας και την επαφή σας με το έδαφος) πετώντας τα μεταλλικά αντικείμενα που έχετε επάνω σας.

Κατά τη διάρκεια μιας χαλαζόπτωσης

- Προφυλαχθείτε αμέσως. Μην εγκαταλείψετε τον ασφαλή χώρο, παρά μόνο όταν βεβαιωθείτε ότι η καταιγίδα πέρασε. Η χαλαζόπτωση μπορεί να είναι πολύ επικίνδυνη και για τα ζώα.

► ΧΙΟΝΟΠΤΩΣΕΙΣ**ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΤΕΙΤΕ**

Αν κατοικείτε σε ορεινή ή δύσβατη περιοχή που αντιμετωπίζει προβλήματα από χιονοπτώσεις

- Προμηθευτείτε υλικό θέρμανσης και τρόφιμα για αρκετές ημέρες.
- Φροντίστε για εξοπλισμό καθαρισμού του χιονιού (π.χ. φτυάρια).

ΚΑΤΑ ΤΗ ΔΙΑΡΚΕΙΑ ΤΗΣ ΧΙΟΝΟΠΤΩΣΗΣ Ή ΤΗΣ ΧΙΟΝΟΘΥΕΛΛΑΣ**Αν βρίσκεστε στο σπίτι**

- Διατηρείστε το ζεστό και παραμείνετε σε αυτό όσο μπορείτε.
- Μην αφήνετε τα παιδιά να βγουν έξω ασυνόδευτα.
- Φορέστε κατάλληλα ρούχα και παπούτσια.
- Ελέγξτε το δίκτυο ύδρευσης, τους σωλήνες και τον υαλοπίνακα του ηλιακού θερμοσίφωνα.

Αν βρίσκεστε στο αυτοκίνητο

- Αποφύγετε την οδήγηση σε δύσβατες ορεινές περιοχές.
- Αλλάξτε πορεία αν είστε σε δύσβατο δρόμο και υπάρχει έντονη χιονόπτωση.
- Τηρείτε τις αποστάσεις ασφαλείας από τα προπορευόμενα οχήματα.
- Παραμείνετε στο αυτοκίνητο αν ακινητοποιηθεί. Τοποθετείστε στην κεραία του ραδιοφώνου ή σε άλλο εμφανές σημείο ένα ύφασμα με έντονο χρώμα ώστε να σας εντοπίσουν οι ομάδες διάσωσης. Ανάβετε τη μηχανή για 10 λεπτά ανά ώρα και διατηρείστε την εξάτμιση καθαρή από το χιόνι.

Αν βρίσκεστε σε εξωτερικό χώρο

- Πηγαίνετε σε ασφαλές μέρος χωρίς να εκτεθείτε στη χιονοθύελλα.
- Ντυθείτε με πολλά στρώματα από ελαφριά και ζεστά ρούχα αντί για ένα βαρύ ρούχο και φορέστε ζεστές αδιάβροχες μπότες. Προτιμήστε ένα αδιάβροχο εξωτερικό ρούχο.
- Προσέξτε τις μετακινήσεις σας σε περιοχές όπου προβλέπονται χιονοπτώσεις.

- Χρησιμοποιήστε αντιολισθητικές αλυσίδες αν είναι απολύτως απαραίτητο να μετακινηθείτε με αυτοκίνητο. Είναι προτιμότερο να ταξιδέψετε κατά τη διάρκεια της ημέρας χρησιμοποιώντας κεντρικούς δρόμους. Ενημερώστε τους οικείους σας για τη διαδρομή που θα ακολουθήσετε.
- Προτιμήστε τα μέσα μαζικής μεταφοράς για μετακινήσεις στην πόλη.

► **ΠΑΓΕΤΟΣ**

ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΤΕΙΤΕ

- Σε περιοχές όπου έχει δημιουργηθεί παγετός απαιτείται προσοχή όταν οδηγείτε. Ενημερωθείτε για την κατάσταση του οδικού δικτύου και έχετε αντιολισθητικές αλυσίδες.
- Αν μετακινείστε πεζή, φορέστε κατάλληλα παπούτσια ώστε να αποφύγετε τραυματισμούς λόγω της ολισθηρότητας.

Στα δίκτυα ύδρευσης των κατοικιών

- Μάθετε πού βρίσκεται ο υδρομετρητής (ρολόι) του σπιτιού σας καθώς και τα σημεία όπου βρίσκονται ο κεντρικός και οι περιφερειακοί διακόπτες υδροδότησης.
- Ελέγξτε και βεβαιωθείτε ότι οι διακόπτες του δικτύου υδροδότησης ανοιγοκλείνουν και λειτουργούν ομαλά.
- Βεβαιωθείτε ότι οι εξωτερικοί σωλήνες (π.χ. ηλιακού θερμοσίφωνα, βρύσες μπαλκονιών) είναι μονωμένοι, διαφορετικά φροντίστε να μονωθούν το συντομότερο δυνατόν.
- Απομονώστε ή καλύτερα εκκενώστε το δίκτυο του ηλιακού θερμοσίφωνα, αν πρόκειται να λείψετε για μεγάλο χρονικό διάστημα κατά τη διάρκεια του χειμώνα.
- Ρυθμίστε το σύστημα θέρμανσης του σπιτιού ώστε να λειτουργεί αυτόματα σε χαμηλές θερμοκρασίες.
- Κλείστε την παροχή νερού προς τον ηλιακό θερμοσίφωνα και αδειάστε το νερό από το σύστημα, αν είστε στο σπίτι κατά τη διάρκεια του παγετού και ιδιαίτερα το βράδυ.
- Μην σπαταλάτε αλόγιστα νερό για να απομακρύνετε το χιόνι και τον πάγο.
- Περιορίστε τις δραστηριότητες που απαιτούν αυξημένη κατανάλωση νερού (πλυντήρια ρούχων κ.λπ.).
- Ενημερωθείτε αν έχει τοποθετηθεί αντιψυκτικό στον ηλιακό θερμοσίφωνα από την κατασκευάστρια εταιρία ή τον ειδικό τοποθέτησης, σε περίπτωση κλειστού κυκλώματος. Σε αντίθετη περίπτωση προμηθευτείτε το κατάλληλο αντιψυκτικό και φροντίστε για την τοποθέτησή του.
- Ελέγξτε αν υπάρχουν διαρροές στις βρύσες ή στα καζανάκια.
- Βεβαιωθείτε ότι οι υδρορροές στα μπαλκόνια και στις ταρατσες είναι καθαρές από φύλλα και σκουπίδια και λειτουργούν ομαλά.

ΟΤΑΝ ΕΠΙΚΡΑΤΗΣΕΙ ΠΑΓΕΤΟΣ

Αν παγώσουν οι κεντρικοί σωλήνες ύδρευσης

- Κλείστε αμέσως τον κεντρικό διακόπτη παροχής νερού του σπιτιού και ελέγξτε τον υδρομετρητή. Αν συνεχίζει να λειτουργεί («γράφει») τότε υπάρχει διαρροή στο δίκτυο. Κλείστε το διακόπτη της κεντρικής παροχής και καλέστε υδραυλικό.
- Αν αποφασίσετε να ξεπαγώσετε τους σωλήνες, αρχίστε από το μέρος του σωλήνα κοντά στον διακόπτη ώστε η θερμοκρασιακή μεταβολή να είναι σταδιακή.

Αν δεν έχετε αποτελέσματα επικοινωνήστε με έναν υδραυλικό.

- Ελέγξτε αν έχουν βραχεί ή διατρέχουν κίνδυνο οι ηλεκτρικές εγκαταστάσεις ώστε να τις απομονώσετε

► ΠΛΗΜΜΥΡΕΣ**ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΤΕΙΤΕ**

Αν κατοικείτε σε περιοχή που κατά το παρελθόν είχε προβλήματα με πλημμύρες

Σε περίπτωση που ενημερωθείτε για την εκδήλωση έντονης βροχόπτωσης στην περιοχή σας:

- Βεβαιωθείτε ότι τα φρεάτια έξω από το σπίτι σας δεν είναι φραγμένα και οι υδρορροές λειτουργούν κανονικά.
- Περιορίστε τις μετακινήσεις σας και αποφύγετε την εργασία και την παραμονή σε υπόγειους χώρους.

ΚΑΤΑ ΤΗ ΔΙΑΡΚΕΙΑ ΤΗΣ ΠΛΗΜΜΥΡΑΣ

Αν είστε μέσα σε κτίριο

- Εγκαταλείψτε υπόγειους χώρους και μετακινηθείτε σε ασφαλές υψηλό σημείο.

Αν βρίσκεστε σε ανοιχτό χώρο

- Μην διασχίσετε χείμαρρο πεζή ή με αυτοκίνητο.
- Μείνετε μακριά από ηλεκτροφόρα καλώδια.
- Εγκαταλείψτε το αυτοκίνητό σας αν έχει ακινητοποιηθεί καθώς ενδέχεται να παρασυρθεί ή να πλημμυρίσει.
- Μην πλησιάζετε σε περιοχές όπου έχουν σημειωθεί κατολισθήσεις.

ΜΕΤΑ ΤΗΝ ΠΛΗΜΜΥΡΑΑν βρίσκεστε σε ανοικτό χώρο

- Μείνετε μακριά από περιοχές που έχουν πλημμυρίσει ή είναι επικίνδυνες να ξαναπλημμυρίσουν τις επόμενες ώρες.
- η πλημμύρα ενδέχεται να έχει μεταβάλει τα χαρακτηριστικά γνώριμων περιοχών και τα νερά να έχουν παρασύρει μέρη του δρόμου, των πεζοδρομίων κλπ.
- εγκυμονούν κίνδυνοι από σπασμένα οδοστρώματα, περιοχές με επικίνδυνη κλίση, λασποροές κλπ.
- τα νερά ενδέχεται να είναι μολυσμένα αν έχουν παρασύρει μαζί τους απορρίμματα, αντικείμενα και νεκρά ζώα.
- Προσέξτε να μην εμποδίζετε τα συνεργεία διάσωσης.
- Μην πλησιάζετε σε περιοχές που έχουν σημειωθεί κατολισθήσεις και πτώσεις βράχων.
- Ελέγξτε αν το σπίτι ή ο χώρος εργασίας σας κινδυνεύει από πτώση βράχων.

Αν πρέπει οπωσδήποτε να βαδίσετε ή να οδηγήσετε σε περιοχές που έχουν πλημμυρίσει

- Προσπαθήστε να βρείτε σταθερό έδαφος.
- Αποφύγετε νερά που ρέουν.
- Αν βρεθείτε μπροστά σε δρόμο που έχει πλημμυρίσει σταματήστε και αλλάξτε κατεύθυνση.
- Αποφύγετε τα λιμνάζοντα νερά. Ενδέχεται να αποτελέσουν καλούς αγωγούς ηλεκτρικού ρεύματος καθώς κρύβουν υπόγεια καλώδια ή διαρροές από εγκαταστάσεις.
- Ακολουθείστε πιστά τις οδηγίες των αρμόδιων Αρχών.

ΤΙ ΝΑ ΚΑΝΕΤΕ ΚΑΤΑ ΤΗΝ ΑΠΟΚΑΤΑΣΤΑΣΗ ΤΩΝ ΖΗΜΙΩΝΠριν αρχίσετε τις διαδικασίες αποκατάστασης

- Θυμηθείτε ότι οι κίνδυνοι από την πλημμύρα δεν υποχωρούν αμέσως μετά την απόσυρση των υδάτων.
- Βεβαιωθείτε από τις Αρχές ότι η περιοχή που βρίσκεται το σπίτι ή ο χώρος εργασίας σας είναι πλέον ασφαλής και κατόπιν επιστρέψτε σε αυτήν ειδικά αν έχει προηγηθεί εκκένωση.
- Κλείστε την τροφοδοσία του ηλεκτρικού ρεύματος, ακόμα και αν στην περιοχή σας έχει διακοπεί το ηλεκτρικό ρεύμα.
- Κλείστε την παροχή νερού, για το ενδεχόμενο βλάβης στο δίκτυο ύδρευσης.

Για να εξετάσετε ένα κτίριο που έχει πλημμυρίσει

- Φορέστε κλειστά παπούτσια ώστε να αποφύγετε τραυματισμούς από αντικείμενα ή ανωμαλίες στο έδαφος που κρύβουν τα νερά.
- Εξετάστε τους τοίχους, τις πόρτες, τις σκάλες και τα παράθυρα

