



**Ελληνικός
Ερυθρός Σταυρός**

Γραφείο Τύπου & Επικοινωνίας Ε.Ε.Σ.

Αθήνα, 4 Φεβρουαρίου 2025

ΔΕΛΤΙΟ ΤΥΠΟΥ

Ο Ελληνικός Ερυθρός Σταυρός δίνει χρηστικές οδηγίες προστασίας στους πολίτες σε περίπτωση σεισμού



Τα κλιμάκια των Εθελοντών Σαμαρειτών-Διασωστών του Ελληνικού Ερυθρού Σταυρού βρίσκονται σε διαρκή επιφυλακή λόγω της έντονης σεισμικής δραστηριότητας των τελευταίων ημερών. Ο Ελληνικός Ερυθρός Σταυρός συστήνει ψυχραιμία και ενημερώνει τους πολίτες για τις ενέργειες που πρέπει ν' ακολουθηθούν κατά την διάρκεια αλλά και μετά την εκδήλωση σεισμικών φαινομένων.

Το βίντεο του Ε.Ε.Σ. με τις οδηγίες εδώ:
https://youtu.be/LMpyE_Mu6RA?si=DVhmk2mSQ2vgUaTT

Αναλυτικά οι οδηγίες σε περίπτωση σεισμού

Κατά την διάρκεια:

ΑΝ ΕΙΣΤΕ ΣΕ ΚΛΕΙΣΤΟ ΧΩΡΟ

- Διατηρείστε την ψυχραιμία σας
- Καλυφθείτε κάτω από κάποιο ανθεκτικό έπιπλο (τραπέζι, γραφείο, θρανίο)
- Διαφορετικά, γονατίστε στο μέσον του δωματίου και προστατέψτε με τα χέρια το κεφάλι και τον αυχένα σας
- Απομακρυνθείτε από βαριά έπιπλα και αντικείμενα
- Μην φύγετε από το σπίτι
- Μην βγείτε στο μπαλκόνι

ΑΝ ΕΙΣΤΕ ΣΕ ΨΗΛΟ ΚΤΙΡΙΟ

- Απομακρυνθείτε από τζάμια και εξωτερικούς τοίχους

ΑΝ ΕΙΣΤΕ ΣΕ ΧΩΡΟ ΨΥΧΑΓΩΓΙΑΣ, ΕΜΠΟΡΙΚΟ ΚΕΝΤΡΟ Η ΚΑΤΑΣΤΗΜΑ

- Μείνετε στο χώρο μέχρι να τελειώσει η δόνηση
- Μην παρασυρθείτε από το πλήθος γιατί κινδυνεύετε να ποδοπατηθείτε

ΑΝ ΕΙΣΤΕ ΣΕ ΑΝΟΙΧΤΟ ΧΩΡΟ

- Απομακρυνθείτε από χώρους που βρίσκονται κάτω από κτίρια, τηλεφωνικά ή ηλεκτρικά καλώδια

ΑΝ ΕΙΣΤΕ ΣΤΟ ΑΥΤΟΚΙΝΗΤΟ

- 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

ΜΕΤΑ ΤΗΝ ΕΚΔΗΛΩΣΗ ΤΟΥ ΣΕΙΣΜΟΥ

- Προετοιμαστείτε για τυχόν μετασεισμούς
- Ελέγξτε προσεκτικά τον εαυτό και τους γύρω σας για πιθανούς τραυματισμούς
- Αν υπάρχουν βαριά τραυματισμένοι μην τους μετακινείτε
- Εκκενώστε το κτίριο από το κλιμακοστάσιο
- Ακολουθείστε τις οδηγίες των Αρχών και μην δίνετε σημασία σε φημολογίες
- Καταφύγετε σε ανοιχτό και ασφαλές χώρο
