

8 βήματα για να είμαι ασφαλής από σεισμό

ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΖΟΜΑΙ



01

Ασφαλίζω το χώρο μου

Στερεώνω ψηλά έπιπλα στον τοίχο και κατεβάζω χαμηλά βαριά αντικείμενα.



02

Διατηρώ προμήθειες

Σε ένα σακίδιο επιβίωσης τοποθετώ νερό, κουτί Πρώτων Βοηθειών, φαναράκι, μερικά χρήματα, σφυρίχτρα, ξηρή τροφή και ό,τι άλλο θεωρώ απαραίτητο.

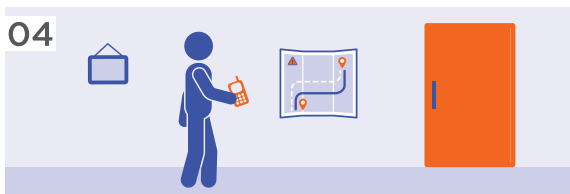


03

Μαθαίνω να προσφέρω

Πρώτες Βοήθειες

Μαθαίνω να χρησιμοποιώ πυροσβεστήρα. Τοποθετώ ένα πυροσβεστήρα σε προσιτό σημείο ή και μια κουβέρτα πυρόσβεσης.



04

Δημιουργώ ένα σχέδιο διαφυγής

Προαποφασίζω τους τρόπους επικοινωνίας μου σε περίπτωση έκτακτης ανάγκης.



05

Κάνω ενισχύσεις στο κτίριό μου αν χρειάζεται

Ασφαλίζω την περιουσία μου.

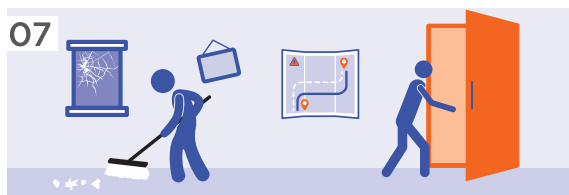
ΕΠΙΒΙΩΝΩ



06

Πέφτω στο δάπεδο

Καλύπτομαι κάτω από ένα γερό έπιπλο και περιμένω να σταματήσει η δόνηση.



07

Εκκενώνω το χώρο μου

Μόλις σταματήσει ο σεισμός, βοηθώ τραυματίες και προλαμβάνω επιπρόσθετες ζημιές.

ΑΠΟΚΑΘΙΣΤΩ



08

Επανέρχομαι στην ομαλότητα

Επανασυνδέομαι με τους οικείους ή τους συναδέλφους μου, ανάλογα. Φροντίζω για την αποκατάσταση των ζημιών.

8 steps to Earthquake Safety



PREPARE



01 I secure my space
by identifying hazards and securing moveable items.



02 I organise Disaster Supplies
in convenient locations



03 I learn how to offer First Aid
I am learning to use fire extinguisher.

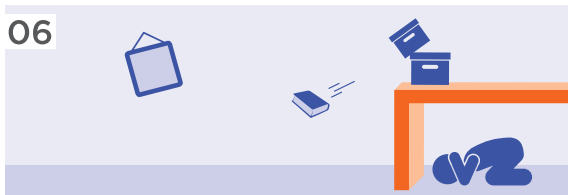


04 I plan to be safe
by creating a disaster plan and deciding how you will communicate in an emergency.

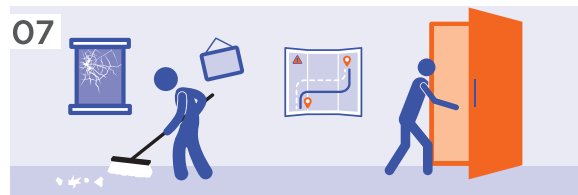


05 I minimise financial hardship
by organizing important documents, strengthening your property and considering insurance.

SURVIVE



06 I drop, cover, and hold on
when the earth shakes.



07 I improve safety
after earthquakes by evacuating if necessary, helping the injured, and preventing further damage.

RECOVER



08 I reconnect and I restore
I restore daily life by reconnecting with others, repairing damage, and rebuilding the community.