

# ΕΓΚΟΛΠΙΟ ΤΟΥ ΑΜΥΝΙΤΗ ΕΝ ΩΡΑ ΔΡΑΣΕΩΣ

## ΜΝΗΜΟΝΙΟ ΕΝΕΡΓΕΙΩΝ ΠΟΛΙΤΙΚΗΣ ΑΜΥΝΑΣ ΚΑΙ ΠΟΛΙΤΩΝ

Του Εκπαιδευτικού – Τμηματάρχη Πολιτικής Άμυνας

Ευθύμιου - Μίμη Βασιλείου

«Αλωτά γίγνεται' επιμελεία και πόνω άπαντα»

*Μένανδρος*



Αφιερώνεται σε όλους τους δασκάλους, καθηγητές και εκπαιδευτές μου

ΕΚΔΟΣΗ 2017



# ΕΓΚΟΛΠΙΟ ΤΟΥ ΑΜΥΝΙΤΗ ΕΝ ΩΡΑ ΔΡΑΣΕΩΣ

ΜΝΗΜΟΝΙΟ ΕΝΕΡΓΕΙΩΝ  
ΠΟΛΙΤΙΚΗΣ ΑΜΥΝΑΣ ΚΑΙ ΠΟΛΙΤΩΝ

Του Εκπαιδευτικού – Τμηματάρχη Πολιτικής Άμυνας

Ευθύμιου – Μίμη Βασιλείου

**«Αλωτά γίγνεται' επιμελεία και πόνω άπαντα»**

*Μένανδρος*



Αφιερώνεται σε όλους τους δασκάλους, καθηγητές και εκπαιδευτές μου

ΕΚΔΟΣΗ 2017

Copyright	Ευθύμιος - Μίμης Δ. Βασιλείου Τέλλου 4 2364 Άγιος Δομέτιος Κύπρος Τηλ.: 0035799533533
Γενική Επιμέλεια	Συγγραφέας
Μηχανογράφηση	Άννα Σπύρου ΓΕ.Δ.Π.Α. Κύπρος
Εκδότης	Γραφείο Τύπου και Πληροφοριών
Εκτύπωση	Τυπογραφία ΚΩΝΟΣ ΛΤΔ Αμαζόνων 3, 2150 Στρόβολος Τηλ. 22491419

Επιτρέπεται η αναδημοσίευση με αναφορά της πηγής

ISBN 978-9963-2490-2-2

## ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

ΧΑΙΡΕΤΙΣΜΟΣ ΥΠΟΥΡΓΟΥ ΕΣΩΤΕΡΙΚΩΝ ΤΗΣ Κ.Δ. ....	5
ΧΑΙΡΕΤΙΣΜΟΣ ΔΙΟΙΚΗΤΗ ΠΟΛΙΤΙΚΗΣ ΑΜΥΝΑΣ ΚΥΠΡΟΥ .....	6
ΧΑΙΡΕΤΙΣΜΟΣ ΔΙΕΥΘΥΝΤΗ ΠΥΡΟΣΒΕΣΤΙΚΗΣ ΥΠΗΡΕΣΙΑΣ ΚΥΠΡΟΥ.....	7
ΣΥΓΓΡΑΦΕΑΣ .....	8
ΕΙΣΑΓΩΓΗ .....	9

## Θ Ε Μ Α Τ Α

Α΄ ΔΕΛΤΙΟ ΚΑΙΡΟΥ .....	13
ΕΝΤΟΝΑ ΚΑΙΡΙΚΑ ΦΑΙΝΟΜΕΝΑ .....	17
Β΄ ΣΕΙΣΜΟΙ .....	29
Γ΄ ΠΥΡΚΑΓΙΕΣ .....	35
Δ΄ ΤΡΟΧΑΙΟ ΑΤΥΧΗΜΑ .....	45
Ε΄ ΜΗ ΕΚΡΑΓΕΝ ΒΛΗΜΑ .....	47
Στ΄ ΑΠΙΝΙΔΩΤΗΣ .....	48
Ζ΄ ΕΠΙΦΥΛΑΚΗ ΑΥΤΟΠΡΟΣΤΑΣΙΑΣ ΠΟΛΙΤΩΝ .....	53
Η΄ ΟΡΓΑΝΩΣΗ ΚΑΤΑΥΛΙΣΜΟΥ .....	60
Θ΄ ΣΗΜΑΤΑ ΣΥΝΕΡΓΑΣΙΑΣ ΜΕ ΕΛΙΚΟΠΤΕΡΟ.....	67
Ι΄ ΕΠΙΛΟΓΟΣ .....	69
ΕΡΓΑ ΤΟΥ ΙΔΙΟΥ ΣΥΓΓΡΑΦΕΑ - ΠΗΓΕΣ .....	70



**ΧΑΙΡΕΤΙΣΜΟΣ**  
**ΥΠΟΥΡΓΟΥ ΕΣΩΤΕΡΙΚΩΝ ΤΗΣ Κ.Δ.**  
**κ. ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΥ ΠΕΤΡΙΔΗ**

Η Πολιτική Άμυνα είναι μια από τις σημαντικότερες Υπηρεσίες ενός κράτους που φροντίζει για την ασφάλεια και προστασία των πολιτών του.

Μια καλά οργανωμένη Υπηρεσία Πολιτικής Άμυνας αντιμετωπίζει αποτελεσματικά και προσφέρει πολύτιμη βοήθεια σε περιπτώσεις εκδήλωσης καταστροφικών φυσικών φαινομένων ή σε άλλες περιπτώσεις εκτάκτου ανάγκης.

Η έκδοση του «Εγκολπίου του Αμυνίτη εν ώρα δράσεως», του Μίμη Βασιλείου, αποτελεί μια πολύτιμη συνεισφορά στην όλη προσπάθεια της Υπηρεσίας Πολιτικής Άμυνας της Κύπρου για βελτίωση, ανάπτυξη και αποτελεσματικότητα.

Η έκδοση αυτή έρχεται να συμπληρώσει την έκδοση του έργου «Εγχειρίδιο οργάνωσης - διοίκησης δομής - λειτουργίας ενός Σταθμού Πολιτικής Άμυνας», που ο Μίμης Βασιλείου εξέδωσε το 2012.

Στο νέο του πόνημα ο συγγραφέας προτάσσει μια γλαφυρότατη εισαγωγή της εξελικτικής πορείας του ανθρώπου στον τομέα της ανάγκης για προστασία και ασφάλεια της ζωής και της περιουσίας του. Στη συνέχεια καταγράφει διάφορες περιπτώσεις έκτακτης ανάγκης, στην αντιμετώπιση των οποίων η Πολιτική Άμυνα έχει ενεργό και ουσιαστικό ρόλο. Απευθυνόμενος στους «Αμυνίτες» της Πολιτικής Άμυνας Κύπρου παραθέτει σύντομες, σαφείς αλλά και χρησιμότες συμβουλές και οδηγίες που θα συμβάλουν στην ασφαλή και αποτελεσματική επιτέλεση του έργου τους. Δίνονται ακόμα συμβουλές στους πολίτες για την αντιμετώπιση καθεμιάς από αυτές τις δύσκολες και επικίνδυνες καταστάσεις.

Ο Μίμης Βασιλείου είναι άξιος επαίνων και ευχαριστιών για τη νέα του αυτή έκδοση, όπου με σαφήνεια, ζωντάνια και αμεσότητα, παραθέτει τις πολυετείς εμπειρίες του και τις βαθιές γνώσεις που απέκτησε στην Υπηρεσία Πολιτικής Άμυνας Κύπρου.

Πιστεύω ότι το «Εγκόλπιο» είναι χρήσιμο όχι μόνο για τον «Αμυνίτη» αλλά και για τον κάθε πολίτη, που μπροστά στις μεγάλες καταστροφές και στους κινδύνους, στέκεται αμήχανος, άβουλος και άπρακτος.

Συγχαίρω τον κ. Βασιλείου για την εξαιρετική αυτή νέα δουλειά του, αλλά και για την αγάπη και τη συνεχή προσφορά του στο κοινωνικό σύνολο.

Κωνσταντίνος Πετρίδης  
Υπουργός Εσωτερικών

**ΧΑΙΡΕΤΙΣΜΟΣ**  
**ΔΙΟΙΚΗΤΗ ΠΟΛΙΤΙΚΗΣ ΑΜΥΝΑΣ ΚΥΠΡΟΥ**  
**κ. ΑΝΔΡΕΑ ΦΡΑΝΤΖΗ**

Ο Μίμης Βασιλείου πέραν από το επάγγελμά του ως Εκπαιδευτικός, ανάλωσε το μεγαλύτερο μέρος της ζωής του συμμετέχοντας στα κοινά και προσέφερε σημαντικές υπηρεσίες προς τον πολίτη αλλά και στον τόπο γενικότερα με το ενδιαφέρον του, αλλά και έμπρακτα με διάφορες δράσεις του, που δεν μπορούν να μείνουν ασχολίαστες.

Είναι από τους ανθρώπους που δεν μπορούν να παραμένουν θεατές, αλλά θέλουν να είναι ενεργοί πολίτες και να δίνουν παρά να παίρνουν. Αυτό το έδειξε μέσα από τη συμμετοχή του σε μια πλειάδα εκφάνσεων της ζωής και της κοινωνίας της Κύπρου, με αποκορύφωμα τη συμμετοχή του στον απελευθερωτικό αγώνα και την πορεία του μέσα από τις τάξεις της Πολιτικής Άμυνας, όπου προσφέρει ανελλιπώς τις υπηρεσίες του από της ίδρυσής της το 1965.

Είναι μεγάλη χαρά για μένα όποτε ο Μίμης παρουσιάζει τα συγγράμματά του. Όλα αγγίζουν εύστοχα το θέμα τους και παρουσιάζονται με απλότητα και σαφήνεια, έτσι ώστε να είναι καταληπτά από τον κάθε πολίτη που τα διαβάσει.

Ως άνθρωπος που έζησε από κοντά όλες τις συμφορές που πέρασε ο τόπος, κατανόησε, μέσα από εμπειρίες, τους κινδύνους που από καιρό σε καιρό απειλούν την Κύπρο, τόσο στην ύπαιθρο όσο και στις πόλεις. Μέσα από το σύγγραμμα αυτό παρουσιάζει πώς πρέπει να ενεργεί κάθε μέλος της Πολιτικής Άμυνας εν ώρα υπηρεσίας, έτσι ώστε όχι μόνο να αντιμετωπίζει έγκαιρα και αποτελεσματικά τις συνέπειες κάθε κινδύνου, αλλά και να τον προλαμβάνει ή να μειώνει τα επώδυνα αποτελέσματά του.

Είμαι πεπεισμένος ότι μια απλή ανάγνωση του «Εγκολπίου» που συνέγραψε ο Μίμης, θα ενδυναμώσει τον καθένα στην αντιμετώπιση των κινδύνων και θα δώσει τις απαραίτητες γνώσεις πάνω σε διαδικασίες και τεχνικά θέματα, που είναι εξαιρετικά χρήσιμα σε κάθε μέλος της Πολιτικής Άμυνας αλλά και στον κάθε ενεργό πολίτη.

Ανδρέας Φραντζής  
Διοικητής Πολιτικής Άμυνας



**ΧΑΙΡΕΤΙΣΜΟΣ**  
**ΔΙΕΥΘΥΝΤΗ ΠΥΡΟΣΒΕΣΤΙΚΗΣ ΥΠΗΡΕΣΙΑΣ ΚΥΠΡΟΥ**  
**κ. ΜΑΡΚΟΥ ΤΡΑΓΚΟΛΑ**

Είναι με ιδιαίτερη χαρά που χαιρετίζω την έκδοση του «Εγκολπίου του Αμυνίτη εν ώρα δράσεως», μέσα από τις σελίδες του οποίου παρατίθεται ένα μνημόνιο ενεργειών για αντιμετώπιση έκτακτων φαινομένων και περιστατικών.

Το εγχειρίδιο αυτό αποτελεί αδιαμφισβήτητα ένα χρήσιμο οδηγό δράσεως των Αμυνιτών που καλούνται να διαχειριστούν διάφορες καταστάσεις έκτακτης ανάγκης και προέκυψε από τη δίψα του συγγραφέα για προσφορά.

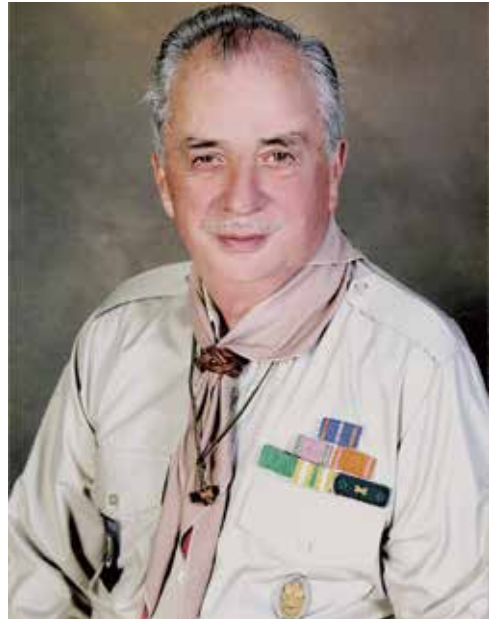
Τέτοιες προσπάθειες δεν μπορούν παρά να επικροτούνται, ενώ παράλληλα αναδεικνύουν την ευαισθησία και ανησυχία του Ευθύμιου - Μίμη Δ. Βασιλείου για την αποτελεσματικότητα και την ασφάλεια των Αμυνιτών στις επιχειρούμενες αποστολές τους.

Αγαπητέ Μίμη, εύχομαι καλή επιτυχία στο συγγραφικό σου έργο!

Μάρκος Τράγκολας  
Διευθυντής  
Πυροσβεστικής Υπηρεσίας  
Κύπρου

## Ο ΣΥΓΓΡΑΦΕΑΣ

Ο Ευθύμιος - Μίμης Δ. Βασιλείου κατάγεται από την Ευρύχου. Αποφοίτησε από το Ελληνικό Γυμνάσιο Ευρύχου (Σολέας) και την Παιδαγωγική Ακαδημία Κύπρου. Στη συνέχεια εξάσκησε το Διδασκαλικό Επάγγελμα σε διάφορα Δημοτικά Σχολεία της Κύπρου.



Παρακολούθησε, ως εξωτερικός φοιτητής, μαθήματα Γεωγραφίας και Management στο University of London και στο Transworld Tutorial College αντιστοίχως. Έτυχε μετεκπαίδευσης στην Οργάνωση - Διοίκηση Οργανωμένων Συνόλων (Aris Petasis & Associates) και άλλες Σχολές Καταρτισμού Στελεχών. Διετέλεσε Αρχηγός, Έφορος και Εκπαιδευτής του Σώματος Προσκόπων Κύπρου και είναι κάτοχος των ανωτάτων Εκπαιδευτικών και Τιμητικών Διακρίσεων του Σώματος.

Υπηρέτησε επί μακρόν το Σωματείο Ε.Ν.Α.Δ Αγίου Δομετίου, από της θέσεως του Γενικού Γραμματέα και του Αντιπροέδρου, καθώς και για μια πενταετία τη Σχολική Εφορεία Αγίου Δομετίου και είναι Επίτιμος Γραμματέας του Εθνικού Συλλόγου «ΜΑΥΡΟΜΜΑΤΗΣ» Αγίου Παύλου Λευκωσίας.

Υπήρξε μέλος της Ε.Ο.Κ.Α. και «πέρασε» από τις Κεντρικές Φυλακές και τα Ανακριτήρια Λεύκας - Ξερού. Τιμήθηκε γι' αυτό από την Πολιτεία, μαζί με όλους τους άλλους αγωνιστές της Ε.Ο.Κ.Α., με ειδικό μετάλλιο και δίπλωμα.

Τιμήθηκε επίσης με Ειδικό Μετάλλιο και Δίπλωμα από την πολιτεία, για τη συμμετοχή του στην αντιμετώπιση της Τ/Κ ανταρσίας του 1963-1964.

Διετέλεσε Γραμματέας της Επιτροπής Εκδόσεων και Πολιτιστικών Εκδηλώσεων του Σ.Ι.Μ.Α.Ε με ενεργό συμμετοχή στο έργο της.

Είναι δημοσιογράφος και επιμελείται των εκδόσεων του περιοδικού «Ο ΑΓΩΝΙΣΤΗΣ», που εκδίδουν οι Σύνδεσμοι Αγωνιστών Ε.Ο.Κ.Α. 1955 - 1959.

Προσφέρει ανιδιοτελώς τις υπηρεσίες του στην Πολιτική Άμυνα Κύπρου από της ίδρυσής της και είναι ένας από τους λίγους απόφοιτους της Ακαδημίας Πολιτικής Άμυνας Κύπρου. Σήμερα είναι Τμηματάρχης, υπεύθυνος για την Π.Α των δήμων Αγίου Δομετίου, Έγκωμης και της ενορίας Αγίου Ανδρέου του δήμου Λευκωσίας και Μέλος του Φορέα Γνώσης και Παιδείας της Πολιτικής Άμυνας.

## ΕΙΣΑΓΩΓΗ

### Η ΠΡΟΣΤΑΣΙΑ ΤΟΥ ΠΟΛΙΤΗ ΕΞΕΛΙΣΣΕΤΑΙ

Η προστασία της ζωής και της περιουσίας είναι μια έννοια που πηγαίνει πίσω, στα βάθη των αιώνων, τότε που πρωτοεμφανίζεται ο άνθρωπος στη γη. Αναφερόμαστε στους προγόνους μας τους σπηλαιόβιους, που ήταν υποχρεωμένοι να προστατεύουν τους εαυτούς τους όχι μόνο από τα άγρια θηρία, αλλά και από το κρύο, τις καταιγίδες και τις πλήμμυρες. Φεύγοντας από τα καταφύγια τους για να κυνηγήσουν, αναμφίβολα έπρεπε να βρουν τρόπους να εμποδίζουν τα άγρια ζώα να τρώνε τις προμήθειές τους. Με τη δημιουργία των οικογενειών, έπρεπε να βρεθούν τρόποι υπεράσπισής τους από οποιαδήποτε επίθεση στη διάρκεια της απουσίας των αρχηγών τους. Στη συνέχεια, – όταν οι διάφορες περιοχές του πλανήτη μας κατοικήθηκαν, – βλέπουμε τη δημιουργία οικισμών, κοινοτήτων και χωριών, τον σχηματισμό φυλών και τότε η έννοια της προστασίας επεκτείνεται και καλύπτει νέα στοιχεία κινδύνου, όπως την κλοπή, τη λεηλασία, τις ένοπλες επιθέσεις και όλες τις μορφές βίας που αποτελούν κίνδυνο για τη ζωή και την αξιοπρέπεια των κατοίκων και γενικά την ασφάλεια της περιοχής.

Η φύση εξάλλου γίνεται ολοένα και πιο επικίνδυνη για ολόκληρο τον κόσμο. Σ' αυτό συμβάλλει πάρα πολύ και ο ίδιος ο άνθρωπος με τον απρόσεκτο τρόπο που χειρίζεται τη φωτιά, τις πρώτες ύλες καθώς και το κτίσιμο μη ασφαλισμένων κατοικιών, λόγω του ότι χρησιμοποιούσαν ακατάλληλα υλικά και σε ακατάλληλες περιοχές.

Είναι φανερό ότι ο άνθρωπος, από την αρχαιότητα, νοιώθει την ανάγκη ότι πρέπει να προστατεύει τον εαυτό του από τον κίνδυνο, ένστικτο που το έχουν όλοι οι ζωντανό οργανισμοί. Φαίνεται όμως ότι, με το πέρασμα του χρόνου, δεν θέλει να ξέρει ή δεν προσπαθεί να βρει τα κατάλληλα μέσα για να τον αντιμετωπίσει. Είναι μόνο σε στιγμές μεγάλου κινδύνου, όπως πολέμων, επιδημιών και βίαιων φυσικών φαινομένων, που ο άνθρωπος συνειδητοποιεί πόσο τρωτός είναι και αρχίζει να σκέπτεται να βρει μέσα για την αυτοπροστασία του εναντίον των κινδύνων οποιασδήποτε μορφής. Για ένα μικρό χρονικό διάστημα εφαρμόζει κάποια προστατευτικά μέτρα και αμέσως μετά ξεχνά την ανάγκη για συστηματικό προγραμματισμό και οργανωμένη άμυνα.

Για πολύ καιρό, πληθυσμοί που επηρεάζονται από ένοπλες συγκρούσεις ή θεομηνίες, πιστεύουν ότι η σωτηρία έρχεται με τη φυγή. Υπάρχουν αμέτρητα παραδείγματα κοινωνιών ακόμα και με ανεπτυγμένο πολιτισμό, που ως μόνο

τρόπο για ν' αποφύγουν τον θάνατο έχουν τη φυγή. Αναφέρουμε χαρακτηριστικά περιστατικά, παλιά και πρόσφατα.

- α) Όταν οι κάτοικοι της Πομπηίας προσπαθούσαν μάταια να αποφύγουν τη λάβα που κατάκλυζε την πόλη τους.
- β) Όταν, το 1940, οι Γάλλοι παίρναν τους δρόμους, νομίζοντας ότι έτσι θα γλύτωναν από τον εχθρό.
- γ) Το σημερινό προσφυγικό ρεύμα από την Ασία και την Αφρική προς την Ευρώπη.

Είναι πάντως γεγονός ότι ο άνθρωπος και συγκεκριμένα πριν την εποχή μας, ήταν εντελώς απροστάτευτος όταν είχε ν' αντιμετωπίσει μερικά φαινόμενα.

Θα ήταν όμως άδικο να ισχυριστούμε ότι οι Αρχές που διοικούσαν μια κοινότητα ή μια οργανωμένη κοινωνία κατά κανόνα έπαιρναν λίγα ή καθόλου προστατευτικά μέτρα. Οι οχυρώσεις που βγήκαν στην επιφάνεια με τις διάφορες ανασκαφές, τα κάστρα και οι τάφροι γύρω από αυτά, μαρτυρούν ότι στο παρελθόν οι στρατιώτες πολεμούσαν από ασφαλείς θέσεις και ότι οι κάτοικοι δεν έμεναν απροστάτευτοι όταν γινόταν πόλεμος.

Οι μοντέρνες κοινωνίες σταδιακά καταργούν τις οχυρώσεις και ανοίγουν τις πόλεις για να διευκολύνουν την ελεύθερη επικοινωνία των ανθρώπων και τη μεταφορά των εμπορευμάτων μέσα στη χώρα και πέρα από τα σύνορα. Αυτό έχει σαν αποτέλεσμα τόσο οι πόλεις όσο και η ύπαιθρος να εκτίθενται σε εχθρικές επιθέσεις, καθώς και στην εισβολή σε περίπτωση ήττας. **Είναι η απαρχή της ιδέας για οργανωμένη προστασία που εξελίσσεται με τον καιρό σ' αυτό που σήμερα αποκαλούμε Πολιτική Άμυνα/Προστασία.**

Στον Β΄ Παγκόσμιο Πόλεμο δημιουργείται η «Αεράμυνα» για προστασία των πολιτών από τις αεροπορικές επιδρομές. Από την Αεράμυνα ξεκινά και η έννοια του **συνοικιοφύλακα** και του οργανωμένου **συνοικιοφυλακίου** καθώς και η ανάγκη για ύπαρξη **καταφυγίων** που δημιουργούνται μαζικά, ιδιαίτερα στην Αγγλία και τη Γερμανία, τις δύο χώρες που επηρεάζονται ιδιαίτερα από τους βομβαρδισμούς. Τα καταφύγια βοηθούν στο να σωθούν πολλές ζωές.

Μετά τις καταστροφές του Β΄ Παγκοσμίου Πολέμου οι κοινωνίες εκδηλώνουν την επιθυμία τους να ξεχάσουν το παρελθόν και τον τρόπο του πολέμου και αρχίζουν μια προσπάθεια ειρηνικής ανοικοδόμησης. Σε πολλές χώρες δίδεται προτεραιότητα στην προστασία των πολιτών με τη δημιουργία οργανωμένων καταστάσεων, που παίρνουν την ονομασία «**Πολιτική Άμυνα/Προστασία**».

Καταστρώνονται σχέδια προστασίας και γίνονται μελέτες για την αποτελεσματικότητα των σχεδίων αυτών.

Η Πολιτική Άμυνα/Προστασία στις χώρες στις οποίες δημιουργείται, απαιτεί πολλές θυσίες εκ μέρους των πολιτών, αλλά οι θυσίες αυτές και οι προσπάθειες αξίζουν τον κόπο και πολλά παραδείγματα ενισχύουν αυτή την άποψη, καθότι αποφέρουν θετικά και σωτήρια αποτελέσματα.

Με την εξέλιξη των πραγμάτων, οι κυβερνήσεις των διαφόρων κρατών αρχίζουν να ψηφίζουν μεγάλα ποσά για την προστασία του πληθυσμού και τα μέτρα προστασίας αυξάνονται, ενώ συγχρόνως παρουσιάζονται νέοι κίνδυνοι που οφείλονται τόσο στην τεχνολογική ανάπτυξη και εξέλιξη, όσο και στα φυσικά φαινόμενα.

Μια ματιά σ' όλο τον κόσμο επιβεβαιώνει ότι όλες οι χώρες είναι τρωτές στα διάφορα είδη κινδύνων που αναφέραμε, όπως και στις καταστροφές που ακολουθούν.

Με τα πιο πάνω υπογραμμίζεται η ανάγκη ότι οι Αρχές κάθε χώρας πρέπει να προετοιμάζουν τον πληθυσμό τους, ώστε να είναι σε θέση να αντιμετωπίζει τον κίνδυνο, να επεμβαίνει όταν υπάρχει κίνδυνος, να μειώνει τις επιπτώσεις από τις καταστροφές και να συμβάλλει στην ανοικοδόμηση, εντασσόμενος στην Πολιτική Άμυνα όπου ενημερώνεται, εκπαιδεύεται και δραστηριοποιείται αποτελεσματικά και με ασφάλεια, πράγμα που εξαρτάται αποκλειστικά πρώτα-πρώτα από τη βούληση των αμυνιτών και ακολούθως από τον βαθμό εκπαίδευσής τους και τη Νομοθεσία που ισχύει. Σ' αυτό αποσκοπεί και το Μνημόνιο τούτο, ούτως ώστε να αποκτήσει ο τόπος μας ενσυνείδητους και καλά εκπαιδευμένους αμυνίτες και αμυνίτριες.

Σημειώνουμε τις εκατόμβες των νεκρών και τις ανυπολόγιστες ζημιές που προκάλεσαν κυκλώνες, παλιρροϊκά κύματα (τσουνάμι), πυρκαγιές, κατολισθήσεις, πλήμμυρες, πυρηνικά και χημικά απόβλητα, ατυχήματα, πόλεμοι, σεισμοί, εκρήξεις ηφαιστειών, καθώς και ο ισλαμικός φονταμενταλισμός, που συνεχίζει επί των ημερών μας να κατακαίει την εγγύς και Μέση Ανατολή, με στόχο την παγκόσμια επέκτασή του, με χιλιάδες θύματα και εκατομμύρια πρόσφυγες, καθώς και ανυπολόγιστες καταστροφές (υλικές και πολιτιστικές).

Στην Κύπρο, αυτές τις μεγάλες συμφορές που απειλούν τον άνθρωπο, τις αντιμετωπίζει η πολιτεία με διάφορα μέτρα (προληπτικά, κατασταλτικά και θεραπευτικά) με τις αντίστοιχες Υπηρεσίες της (Πυροσβεστική, Συνεργαζόμενες Ουσιώδεις Υπηρεσίες ως η ΑΗΚ, η ΑΤΗΚ, καθώς και την Πολιτική Άμυνα/Προστασία).

Το Τμήμα Διάσωσης της Πολιτικής Άμυνας στελεχώνεται με νέους ανθρώπους πολύ καλά εκπαιδευμένους, οι οποίοι συμμετέχουν ενεργά στην αντιμετώπιση διαφόρων καταστάσεων εκτάκτου ανάγκης, διασώζοντας ανθρώπους και περιουσίες.

Οι Αμυνίτες της Πολιτικής Άμυνας συμμετέχουν και αυτοί στην προσπάθεια αυτή, αλλά ως **ΒΟΗΘΗΤΙΚΟΙ**, καθότι στερούνται της εξειδικευμένης εκπαίδευσης. Στόχος τους είναι να βοηθήσουν αυτούς που μάχονται στην «πρώτη γραμμή», ενεργώντας πάντα με ασφάλεια και μέσα στα πλαίσια των ικανοτήτων και δυνατοτήτων τους. Για τον λόγο αυτό παραθέτουμε στις σελίδες του «Εγκολπίου του Αμυνίτη εν ώρα δράσεως» μερικές σύντομες αλλά σαφείς οδηγίες και συμβουλές, τις οποίες οφείλει να ακολουθεί κάθε αποστελλόμενος για τέτοια υπηρεσία αμυνίτης, τόσο για το δικό του καλό, όσο και για το όφελος της όλης αποστολής.

## ΔΕΛΤΙΟ ΚΑΙΡΟΥ

Ο πιο σημαντικός και σίγουρος οδηγός της Πολιτικής Άμυνας για την αντιμετώπιση της κακοκαιρίας είναι η Μετεωρολογική Υπηρεσία, η οποία με την πρόγνωση που δίδουν τα καθημερινά της Δελτία Καιρού, επισημαίνει τα διάφορα επερχόμενα καιρικά φαινόμενα, ενημερώνει και προειδοποιά τον κόσμο, τις Αρχές και Υπηρεσίες, για να λάβουν τα δέοντα μέτρα. Παραθέτουμε δείγμα ενός υποθετικού Δελτίου Καιρού για πληρέστερη κατανόησή του:

### ΔΕΛΤΙΟ ΠΙΘΑΝΩΝ ΚΑΙΡΙΚΩΝ ΦΑΙΝΟΜΕΝΩΝ ΣΤΗΝ ΚΥΠΡΟ

ΦΑΙΝΟΜΕΝΑ	ΣΥΝΑΓΕΡΜΟΙ		
	ΚΙΤΡΙΝΟΣ	ΠΟΡΤΟΚΑΛΙ	ΚΟΚΚΙΝΟΣ
Άνεμοι Μέσης Ταχύτητας	Εσωτερικό 50-60 χλμ/ώρα (7BF) Παράλια 62-74 χλμ/ώρα (8BF)	Εσωτερικό 62-74 χλμ/ώρα (8BF) Παράλια 75-88 χλμ/ώρα (9BF)	Εσωτερικό >74 χλμ/ώρα (8BF) Παράλια >88 χλμ/ώρα (9BF)
Ανεμοθύελλα	>95 χλμ/ώρα (10BF)	>115 χλμ/ώρα (11BF)	>125 χλμ/ώρα (12BF)
Βροχόπτωση	>45 mm/3 ώρες >50 mm/6 ώρες >55 mm/24 ώρες	>65 mm/3 ώρες >70 mm/6 ώρες >85 mm/24 ώρες	>90 mm/3 ώρες >95 mm/6 ώρες >115 mm/24 ώρες
Καταιγίδα (Θύελλα με Κεραυνούς)	>35 mm/ ώρα Άνεμοι >70 χλμ/ώρα (8/BF)	>55 mm/ώρα άνεμοι > 80 χλμ/ώρα (9BF) Χαλαζοθύελλα	>70 mm/ώρα Άνεμοι > 90 χλμ/ώρα (10BF) Σφοδρή χαλαζοθύελλα
Ακραίες Θερμοκρασίες (° C)	Εσωτερικό Ανωτ. 40 < 42 Κατωτ. 26 < 28	Εσωτερικό Ανωτ. 42 < 44 Κατωτ. 28 < 30	Εσωτερικό Ανωτ. > 44 Κατωτ. > 30
	Ορεινά Ανωτ. 31 < 33 Κατωτ. > 24	Ορεινά Ανωτ. 33 < 35 Κατωτ. > 25	Ορεινά Ανωτ. > 35 Κατωτ. > 26
	Δυτ. ακτές Ανωτ. > 37 Κατωτ. > 25	Δυτ. ακτές Ανωτ. > 38 Κατωτ. > 26	Δυτ. ακτές Ανωτ. > 39 Κατωτ. > 27
	Νότ. Ακτές Ανωτ. > 39 Κατωτ. 26 < 28	Νότ. ακτές Ανωτ. > 41 Κατωτ. 28 < 30	Νοτ. ακτές Ανωτ. > 42 Κατωτ. > 30
Ακραίες χαμηλές θερμοκρασίες (° C)	Εσωτερικό Κατωτ. < -2 Ορεινά Κατωτ. < -8 Παράλια Κατωτ. < 0	Εσωτερικό Κατωτ. < -3 Ορεινά Κατωτ. < -10 Παράλια Κατωτ. < -1	Εσωτερικό Κατωτ. < -4 Ορεινά Κατωτ. < -12 Παράλια Κατωτ. < -3

## Επεξήγηση χρωματικού κώδικα

### Κίτρινο

Ο καιρός είναι δυνητικά επικίνδυνος. Τα καιρικά φαινόμενα που έχουν προβλεφθεί δεν είναι ασυνήθιστα, αλλά χρειάζεται προσοχή σχετικά με δραστηριότητες που εκτίθενται σε μετεωρολογικούς κινδύνους. Χρειάζεται συχνή ενημέρωση σχετικά με τις αναμενόμενες καιρικές συνθήκες και αποφυγή αχρείαστων κινδύνων.

### Πορτοκαλί

Ο καιρός είναι επικίνδυνος. Ασυνήθιστα καιρικά φαινόμενα έχουν προβλεφθεί. Είναι πιθανόν να υπάρξουν ζημιές και θύματα. Χρειάζεται εγρήγορση και τακτική ενημέρωση σχετικά με τις λεπτομέρειες των αναμενόμενων μετεωρολογικών συνθηκών. Μάθετε τους κινδύνους που μπορεί να είναι αναπόφευκτοι. Ακολουθήστε τυχόν συμβουλές που δίνονται από τις Αρχές.

### Κόκκινο

Ο καιρός είναι πολύ επικίνδυνος. Εξαιρετικά έντονα καιρικά φαινόμενα έχουν προβλεφθεί. Πιθανόν να προκληθούν μεγάλες ζημιές και ατυχήματα, σε μια ευρεία περιοχή, απειλώντας σε πολλές περιπτώσεις τη ζωή και τη σωματική ακεραιότητα. Να ενημερώνεστε συχνά για τις λεπτομέρειες των αναμενόμενων μετεωρολογικών συνθηκών και κινδύνων. Να ακολουθείτε πάντοτε τις οδηγίες και τυχόν συμβουλές που δίνονται από τις Αρχές και να είστε προετοιμασμένοι για ασυνήθιστα μέτρα.



## ΠΑΡΑΔΕΙΓΜΑ ΔΕΛΤΙΟΥ ΚΑΙΡΟΥ

Σύμφωνα με Έκτακτο Δελτίο Πρόγνωσης του καιρού που εκδόθηκε σήμερα 19/9/2015 από τη Μετεωρολογική Υπηρεσία, ο καιρός θα παρουσιάσει σημαντική επιδείνωση, με ισχυρές βροχές και καταιγίδες, οι οποίες μέχρι αργά τη νύχτα θα επεκταθούν στο μεγαλύτερο μέρος της χώρας.

### Αναλυτικά

1. Σήμερα Παρασκευή 19/9/2015, κατά τις απογευματινές ώρες θα εκδηλωθούν ισχυρές βροχές και καταιγίδες στα δυτικά της Κύπρου, οι οποίες σταδιακά θα επεκταθούν σε ολόκληρο το νησί.
2. Αύριο Σάββατο 20/9/2015, θα συνεχιστούν οι ισχυρές βροχές και καταιγίδες σε ολόκληρη τη χώρα, αλλά σταδιακά θα εξασθενήσουν κατά το απόγευμα, πρώτα στα δυτικά και μέχρι αργά τη νύχτα στις περισσότερες κεντρικές και νότιες περιοχές.
3. Την Κυριακή 21/9/2015, οι ισχυρές βροχές και καταιγίδες θα διατηρηθούν μέχρι τις μεσημβρινές ώρες στα ανατολικά.

Έχουν ενημερωθεί σχετικά οι αρμόδιες κρατικές, ημικρατικές και δημοτικές υπηρεσίες, ούτως ώστε να βρίσκονται σε **αυξημένη ετοιμότητα πολιτικής προστασίας**, για να μπορέσουν να αντιμετωπίσουν αμέσως και αποτελεσματικώς τις επιπτώσεις από την εκδήλωση έντονων καιρικών φαινομένων.

**Η Πολιτική Άμυνα συνιστά στους πολίτες να είναι ιδιαίτερα προσεκτικοί και να μεριμνήσουν να λάβουν τα δέοντα μέτρα αυτοπροστασίας από τους κινδύνους που πιθανόν να προκύψουν.**

### Ειδικότερα:

- Να αποφεύγετε τις εργασίες υπαίθρου και δραστηριότητες σε θαλάσσιες και παράκτιες περιοχές κατά τη διάρκεια εκδήλωσης των έντονων καιρικών φαινομένων.
- Να ασφαλίσετε αντικείμενα τα οποία αν παρασυρθούν από τον άνεμο ή την έντονη βροχόπτωση, ενδέχεται να προκαλέσουν καταστροφές ή τραυματισμούς.
- Να βεβαιωθείτε ότι τα λούκια (υδραγωγοί αποχέτευσης) και οι υδροροές των κατοικιών δεν είναι φραγμένα και λειτουργούν κανονικά.

- Αν πρόκειται να μετακινηθείτε, να ενημερωθείτε για τον καιρό και για την κατάσταση του οδικού δικτύου. Να μεταβάλλετε το πρόγραμμα των μετακινήσεών σας, ώστε να αποφεύγετε την αιχμή των έντονων καιρικών φαινομένων.
- Αποφεύγετε να διασχίζετε χείμαρρους και ρέματα πεζοί ή με το αυτοκίνητο κατά τη διάρκεια εκδήλωσης των επικίνδυνων καιρικών φαινομένων, καθώς επίσης και για αρκετές ώρες μετά το τέλος εκδήλωσής τους.
- Να ακολουθείτε πιστά τις οδηγίες των κατά τόπους αρμοδίων φορέων, όπως Τροχαία, Π.Α κλπ.
- Σε περίπτωση εκδήλωσης χαλαζόπτωσης, να καταφεύγετε σε ασφαλή χώρο και εφόσον έχετε ζώα, να μεριμνάτε ώστε και αυτά να βρίσκονται επίσης σε ασφαλή χώρο.



## Α΄ ΕΝΤΟΝΑ ΚΑΙΡΙΚΑ ΦΑΙΝΟΜΕΝΑ

### Α/1 ΚΑΚΟΚΑΙΡΙΑ ΓΕΝΙΚΑ



#### ΠΡΙΝ ΤΗΝ ΚΑΚΟΚΑΙΡΙΑ

- Φροντίστε να ενημερώνεστε διαρκώς από τα Μ.Μ.Ε και τις ανακοινώσεις των Αρχών (Πολιτική Άμυνα, Μετεωρολογική Υπηρεσία, Τροχαία, Πυροσβεστική Υπηρεσία) για την εξέλιξη των φυσικών φαινομένων.
- Σε περίπτωση ανάγκης, ζητήστε βοήθεια μέσω του 112. Έχετε πάντα και σε μόνιμη θέση τα τηλέφωνα της Αστυνομίας, της Πυροσβεστικής, της Πολιτικής Άμυνας, της Ηλεκτρικής, της Υδατοπρομήθειας, του Δημαρχείου σας και οπωσδήποτε το 112. Να είναι σε εμφανές σημείο και να το γνωρίζουν όλα τα μέλη της οικογένειας.
- Μάθετε στα παιδιά σας να θυμούνται (απ' έξω) τα τηλέφωνα της οικογένειας (κινητό πατέρα, μητέρας, αδελφών, θείων, παππούδων, όπως και τα αντίστοιχα σταθερά).
- Εξηγήστε σε όλα τα μέλη της οικογένειας πώς κλείνουν οι παροχές ηλεκτρισμού, γκαζιού, νερού και πώς χρησιμοποιείται ο πυροσβεστήρας.
- Έχετε πάντα και σε μόνιμη θέση κλεφτοφάναρα και φορητό ραδιόφωνο (οι μπαταρίες τους χώρια), φορτιστή τηλεφώνου και επί πλέον μπαταρίες, τις οποίες να ανανεώνετε συν τω χρόνω.
- Έχετε πάντα και σε μόνιμη θέση Κουτί Α΄ Βοηθειών, που να το ελέγχετε όμως τακτικά, ούτως ώστε το περιεχόμενό του να μην είναι ληγμένο.

## ΜΕΤΑ ΤΗΝ ΚΑΚΟΚΑΙΡΙΑ

- Αν θα οδηγήσετε, ενημερωθείτε για τον καιρό και την κατάσταση των δρόμων.
- Ακολουθείτε τις οδηγίες των Αρχών μέσω των Μ.Μ.Ε.
- Ελέγξετε το σπίτι σας αν έπαθε ζημιές.
- Ταξιδεύετε κατά τη διάρκεια της μέρας, προτιμώντας τις κεντρικές οδικές αρτηρίες.
- Ενημερώνετε τους οικείους σας για τη διαδρομή που θα κάμετε.
- Ελέγχετε την κατάσταση του αυτοκινήτου σας πριν από κάθε μετακίνηση.
- Εξοπλίστε το αυτοκίνητό σας με αντιολισθητικές αλυσίδες, ομπρέλες, αδιάβροχα, ποδίνες, κλεφτοφάναρα, χαρτομάντηλα κλπ.
- Όταν κυκλοφορείτε, πεζοί ή με όχημα, προσέχετε πάντα να μην γλιστρήσετε λόγω της ολισθηρότητας των δρόμων και των πεζοδρομίων.
- Αν είναι δυνατόν, για τις μετακινήσεις σας σε κακοκαιρία, προτιμάτε τα μέσα μαζικής μεταφοράς (λεωφορεία).
- Διευκολύνετε πάντα το έργο των Αρχών.
- Μην ξεχνάτε ότι ο φόβος είναι δώρο Θεού διότι μας ωθεί να λάβουμε προληπτικά ή κατασταλτικά μέτρα σε μια θεομηνία.
- Ο πανικός όμως είναι θανάσιμος, διότι δεν μας αφήνει να σκεφτούμε και να αντιδράσουμε σωστά, με αποτέλεσμα να θυματοποιηθούμε.
- Τηρείτε πάντα παρουσιολόγιο άφιξης/αναχώρησης.

## A/2 ΘΥΕΛΛΩΔΕΙΣ ΑΝΕΜΟΙ

- Έγκαιρα και εν πάση περιπτώσει μόλις πληροφορηθούμε από τα ΜΜΕ ότι επίκεινται θυελλώδεις άνεμοι, ασφαλίζουμε αντικείμενα του σπιτιού μας που αν παρασυρθούν θα προκαλέσουν ζημιές, τραυματισμούς ή/και θάνατο (π.χ. μισοξεκάρφωτοι τσίγκοι υποστέγων, ηλιακοί θερμοσίφωνες μη καλά στερεωμένοι και δεξαμενές νερού που δεν είναι προφυλαγμένες με περιτείχιση).
- Κλείνουμε και ασφαλίζουμε, με «σύρτες», πόρτες και παράθυρα.

- Αποφεύγουμε τις δραστηριότητες σε παράκτιες περιοχές.
- Αποφεύγουμε να περνούμε, πεζοί ή εποχούμενοι, κάτω από μεγάλα δέντρα ή μεγάλες αναρτημένες πινακίδες διαφημίσεων.

### **A/3 ΚΑΤΑΙΓΙΔΕΣ**

#### **ΠΡΙΝ ΤΗΝ ΚΑΤΑΙΓΙΔΑ**

- Υπολογίστε ή μετρήστε τον χρόνο που μεσολαβεί μεταξύ της αστραπής και της βροντής σε δευτερόλεπτα, διαιρώντας τον δια 3 και θα βρείτε την απόσταση της καταιγίδας σε χιλιόμετρα.
- Προετοιμαστείτε να αντιμετωπίσετε την καταιγίδα, ασφαρίζοντας ό,τι μπορεί να παρασυρθεί από τον άνεμο ή τη ραγδαία βροχόπτωση.
- Ασφαλίστε πόρτες και παράθυρα.
- Αποσυνδέστε τις συσκευές τηλεόρασης από την κεραία και την παροχή ηλεκτρικού ρεύματος, διότι ο κεραυνός μπορεί να περάσει μέσα από τα καλώδια.

#### **ΚΑΤΑ ΤΗ ΔΙΑΡΚΕΙΑ ΜΙΑΣ ΚΑΤΑΙΓΙΔΑΣ**

- Μην αγγίζετε τις μεταλλικές σωλήνες νερού. Είναι καλοί αγωγοί του ηλεκτρισμού. Αν είστε σε αυτοκίνητο σταματάτε στην άκρη του δρόμου, μακριά από δέντρα και ανάψτε τα φώτα έκτακτης ανάγκης (flash lights).
- Κλείστε καλά τα τζάμια και μην ακουμπάτε σε μεταλλικά αντικείμενα.
- Αποφύγετε τους πλημμυρισμένους δρόμους.
- Αν είστε έξω, φροντίστε να καταφύγετε σε κάποιο σπίτι ή αυτοκίνητο.
- Αν είστε σε δάσος προστατευτείτε κάτω από συμπαγή/πυκνά κλαδιά **ΧΑΜΗΛΩΝ ΔΕΝΤΡΩΝ**, μακριά από ψηλά δέντρα.
- Αν είστε σε ρεματιά, ανεβείτε ψηλότερα για να αποφύγετε τον κίνδυνο πλημμύρας.
- Μακριά από πυλώνες της ΑΗΚ, τηλεφωνικούς πασσάλους και φράγματα.
- Μην πλησιάζετε μεταλλικά αντικείμενα.

- Αν είστε στη θάλασσα, βγείτε έξω αμέσως και απομακρυνθείτε από την ακτή.
- Αν είστε στο ύπαιθρο και νιώσετε να «σηκώνονται» τα μαλλιά σας (τούτο σημαίνει ότι επίκειται πτώση κεραυνού στην περιοχή), πετάξτε κάθε μεταλλικό αντικείμενο που έχετε πάνω σας, κάνετε βαθύ κάθισμα με το κεφάλι ανάμεσα στα γόνατά σας, για να ελαχιστοποιήσετε την επιφάνεια του σώματός σας και θα αποφύγετε έτσι τον κεραυνό.

#### **ΚΑΤΑ ΤΗ ΔΙΑΡΚΕΙΑ ΧΑΛΑΖΟΠΤΩΣΗΣ**

- Προφυλαχτείτε αμέσως κάτω από στέγη και μη φύγετε από εκεί μέχρι να σταματήσει το φαινόμενο. Το χαλάζι (ανάλογα με το μέγεθός του) είναι επικίνδυνο τόσο για τους ανθρώπους όσο και για τα ζώα.

### **A/4 ΧΙΟΝΟΠΤΩΣΕΙΣ**

#### **ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑ**

- Αν κατοικείτε σε ορεινή περιοχή, όπου χιονίζει τακτικά, προμηθευτείτε από πριν με υλικά θέρμανσης (ξύλα, πετρέλαιο ...).
- Φροντίστε να έχετε τα κατάλληλα εκχιονιστικά εργαλεία και εξοπλισμό (φτυάρια, ποδίνες), φορτισμένα κινητά τηλέφωνα, ζεστά ρούχα και παπούτσια, αδιάβροχα και τρόφιμα.
- Έχετε το τηλέφωνο ενός - δύο υδραυλικών και ενός-δύο ηλεκτρολόγων.

#### **ΚΑΤΑ ΤΗ ΔΙΑΡΚΕΙΑ ΜΙΑΣ ΧΙΟΝΟΘΥΕΛΛΑΣ**

- Διατηρήστε το σπίτι ζεστό και μείνετε μέσα.
- Φορέστε κατάλληλα ρούχα και παπούτσια.
- Ελέγξτε το δίκτυο ύδρευσης του σπιτιού.
- Παρακολουθείτε τις ειδήσεις από τα Μ.Μ.Ε και ακολουθείτε τις οδηγίες των Αρχών.
- Αποφεύγετε την οδήγηση, ει δυνατόν.
- Αν οδηγείτε, αποφεύγετε τους δύσβατους και στενούς δρόμους και τηρείτε τις αποστάσεις ασφαλείας από τα προπορευόμενα οχήματα, έχοντας αναμμένα τα χαμηλά φώτα.

- Αν ακινητοποιηθεί το όχημά σας, ζητήστε βοήθεια μέσω του 112 και τοποθετήστε στην κεραία του ή αλλού, ένα ύφασμα με έντονο χρώμα για να σας εντοπίσουν εύκολα. Βάλτε τα «Τρίγωνά» σας στον δρόμο και έχετε αναμμένα τα φώτα έκτακτης ανάγκης (alarm lights).
- Αν είστε έξω, καταφύγετε σε ένα καλά στεγασμένο χώρο.
- Αν οδηγείτε και η χιονόπτωση έχει καλύψει τον δρόμο, χρησιμοποιήστε τις αντιολισθητικές αλυσίδες.

## **A/5 ΠΑΓΕΤΟΣ**

- Το οδήγημα σε δρόμους με παγωμένο χιόνι είναι επικίνδυνο. Χρησιμοποιείτε πάντα αντιολισθητικές αλυσίδες.
- Αν είμαστε υποχρεωμένοι να περπατήσουμε σε παγωμένο δρόμο, φορούμε κατάλληλα παπούτσια για να μη γλιστρούμε.
- Ξέρουμε πού είναι ο υδρομετρητής και ο κεντρικός διακόπτης υδροδότησης του σπιτιού μας και βεβαιωνόμαστε ότι ανοιγοκλείνουν ομαλά.
- Φροντίζουμε να μονώσουμε κάθε εξωτερικό υδροσωλήνα και βάζουμε αντιψυκτικό στον ηλιακό μας θερμοσίφωνα, αν δεν έχει.
- Κλείνουμε την παροχή νερού στον ηλιακό θερμοσίφωνα, αδειάζουμε το σύστημα και περιορίζουμε την κατανάλωση νερού (πλυντήρια ρούχων, πιάτων κ.ά).
- Ελέγχουμε τις υδρορροές στα μπαλκόνια και τις τaráτσες, ούτως ώστε να λειτουργούν ομαλά (τις καθαρίζουμε από φύλλα ή ακαθαρσίες πουλιών).
- Προσοχή! να μη βραχούν οι ηλεκτρικές μας εγκαταστάσεις.
- Αν παγώσουν οι κεντρικοί σωλήνες ύδρευσης, κλείστε τον κεντρικό διακόπτη του νερού και ελέγξτε τον υδρομετρητή. Αν συνεχίζει να «γράφει» σημαίνει ότι έχει απώλεια. Καλέστε υδραυλικό.

**Αν αποσταλείτε για βοηθητική υπηρεσία σε περίπτωση παγετού ή βαριάς χιονόπτωσης πρέπει:**

- Να είστε κατάλληλα ντυμένοι.
- Να έχετε ασύρματο/κινητό τηλέφωνο.



- Να γνωρίζετε τον επί κεφαλής της αποστολής και να παίρνετε εντολές μόνο από αυτόν.
- Σε περίπτωση ακινητοποίησης οχημάτων, διανέμετε στους επιβάτες τους, κατόπιν εντολής, κουβέρτες, νερό, πρόχειρο φαγητό.
- Αν δοθεί οδηγία απομάκρυνσης των επιβατών, τους «βάζετε» σε λεωφορεία που θα έρθουν γι' αυτό τον σκοπό και τους μεταφέρετε σε ασφαλές μέρος που θα σας υποδειχθεί, αφού πρώτα καθαριστεί ο δρόμος από τον πάγο/χιόνι.
- Αν είστε Α΄ Βοηθοί, προσφέρετε επί τόπου πρώτες βοήθειες σε όσους το έχουν ανάγκη.
- Αν πάρετε εντολή, κατευθύνετε την Τροχαία.
- Ενημερώνετε πάντα τον ΣΠΑ σας.
- Στην περίπτωση βαριάς χιονόπτωσης ΠΡΟΣΟΧΗ καθότι το χιόνι μπορεί να κρύβει πολλές παγίδες/κινδύνους π.χ. λάκκους. Έχουμε μαζί μας μια βέργα/μπαστούνι για έλεγχο του πάχους του χιονιού.
- Εγκαταλείπουμε την περιοχή μόνο με εντολή και αποχωρούμε με τον ίδιο τρόπο που αφιχθήκαμε.
- Τηρούμε παρουσιολόγιο άφιξης και αποχώρησής μας.

## **A/6 ΚΑΥΣΩΝΑΣ**

- Στην Κύπρο έχουμε ψηλές θερμοκρασίες κατά τους θερινούς μήνες. Μπορούν να φθάσουν μέχρι και 45°C. Σε τέτοια περίπτωση έχουμε καύσωνα.
- Αποφεύγουμε την έκθεσή μας στον ήλιο. Μένουμε σε σκιερό δροσερό μέρος, μακριά από συνωστισμό.
- Αποφεύγουμε τις βαριές σωματικές εργασίες στον ήλιο, καθώς και το βάδισμα/τρέξιμο.
- Ντυνόμαστε ελαφρά και με ανοιχτόχρωμα ρούχα (όχι συνθετικά).
- Η διατροφή μας πρέπει να αποτελείται από μικρά και ελαφρά γεύματα. Προτίμηση στα φρούτα και λαχανικά. Αποφυγή των λιπαρών.
- Πίνουμε άφθονα υγρά (νερό και χυμούς φρούτων). Αποφεύγουμε το αλκοόλ.



- Κάνουμε χλιαρά ντους κατά τη διάρκεια της ημέρας.
- Ντύνουμε τα νεογνά όσο πιο ελαφρά γίνεται και δεν τα εκθέτουμε στον ήλιο. Αν πρέπει να κινηθούν στον ήλιο, να έχουν πάντα καπέλο. Τους δίνουμε, πέραν του γάλακτος, νερό και τσάγια.
- Μετακινούμε τους ηλικιωμένους σε δροσερό μέρος, χωρίς να τους εγκαταλείπουμε και να φεύγουμε.



## A/7 ΠΛΗΜΜΥΡΕΣ

- **Στόχος των ΣΟΙΦ\*** (συνοικιοφυλάκων) είναι η συμβολή στην αποτελεσματικότερη αντιμετώπιση των συνεπειών από μια πλημμύρα και η διάσωση ατόμων και υλικών αγαθών που κινδυνεύουν από αυτή.
- Πλήμμυρες μπορεί να προκύψουν λόγω:
  - Τεχνολογικών ατυχημάτων π.χ. κατάρρευση φράκτη ή υπερχείλιση ποταμών/χειμάρρων.
  - Έντονων φυσικών - καιρικών φαινομένων (έντονη συνεχής βροχόπτωση).
  - Παλιρροϊκών κυμάτων (Tsunamis).
- **Οι ΣΟΙΦ και στην περίπτωση ΠΛΗΜΜΥΡΑΣ** επιτελούν βοηθητικό έργο, λαμβάνοντας όλα τα προληπτικά για την ασφάλειά τους μέτρα. Παίρνουν οδηγίες από τον επικεφαλής της Ομάδας Διάσωσης, ο οποίος τους διαβεβαιώνει ότι αποσυνδέθηκε ο τόπος αποστολής τους από το ηλεκτρικό δίκτυο.
- Συμβάλλουν, κατά το δυνατόν, στον εντοπισμό εγκλωβισμένων και αγνοουμένων ατόμων και ζώων, καθώς και στη μετακίνηση επηρεαζόμενων σε ασφαλείς περιοχές. Παρέχουν Α΄ Βοήθειες (μόνο πτυχιούχοι). Χρειάζεται πολύ καλή γνώση της περιοχής, καθότι ελλοχεύουν πάρα πολλοί κίνδυνοι, όπως:
  - Ηλεκτροπληξία, ναρκοπέδια, βάθος νερού (χρήση βέργας για διαπίστωση ασφαλούς προσβασιμότητας), μολυσμένα νερά (λύματα, πετρελαιοειδή, χημικά).
- Ενεργούν πάντα 2 - 2 και έχουν συνεχή επικοινωνία με τον Υπεύθυνο της Διάσωσης και του ΣΠΑ τους.
- Συνεργάζονται με όλους τους φορείς διάσωσης, μέσα στα πλαίσια των δυνατοτήτων και της εκπαίδευσής τους.
- Αποκλείουν την πληγείσα περιοχή και κατευθύνουν την Τροχαία, κατόπιν εντολής.
- Βοηθούν στην εκκένωση πληγεισών κατοικιών και συμβάλλουν στη μετακίνηση και εγκατάσταση των ενοίκων αλλού.
- Αστυνομεύουν την εκκενωθείσα περιοχή.

\* ΣΟΙΦ = Συνοικιοφυλακή / συνοικιοφύλακας

- Είναι απαραίτητο να φέρουν την κατάλληλη αδιάβροχη ένδυση και υπόδηση, σχοινί που, ει δυνατόν, να καταλήγει σε «κόμπο μαϊμούς», για σκοπούς διάσωσης, τηλέφωνο/ασύρματο, κουτί Α΄ Βοηθειών, κλεφτοφάναρο, τσάπα, φτυάρι.
- Στο τέλος της επιχείρησης καταγράφουν τις ενέργειές τους, τα αποτελέσματά τους, τις ζημιές που έγιναν, καθώς και τις Δυνάμεις με τις οποίες συνεργάστηκαν και υποβάλλουν σχετική έκθεση στον ΣΠΑ τους.

## ΠΡΟΛΗΠΤΙΚΑ ΜΕΤΡΑ

- Αν κατοικείτε σε περιοχή που πλήγηκε από πλήμμυρες στο παρελθόν, βεβαιωθείτε ότι τα αποχετευτικά φρεάτια έξω από το σπίτι σας δεν είναι κλειστά και οι υδρορροές σας λειτουργούν κανονικά. Αν τα φρεάτια είναι κλειστά, ζητήστε από το Δημαρχείο να τα ανοίξει. Μην αμελήσετε και μην επαναπαυθείτε σε υποσχέσεις. **ΕΠΙΜΕΝΕΤΕ.**
- Κατά τη διάρκεια έντονης βροχόπτωσης, αποφύγετε την εργασία ή την παραμονή σας στο υπόγειό σας.
- Αν είστε υποχρεωτικά σε υπόγειο, εγκαταλείψτε το αμέσως και καταφύγετε σε ψηλότερους ορόφους.
- Κλείστε την παροχή ηλεκτρισμού και νερού στο υπόγειο.
- Μη φυλάγετε τιμαλφή ή άλλα πράγματά σας που θα φθαρούν όταν βραχούν, σε υπόγειο που δεν είναι προστατευμένο πλήρως από τις πλήμμυρες.

## ΑΝ ΒΡΙΣΚΕΣΤΕ ΣΕ ΑΝΟΙΚΤΟ ΧΩΡΟ

Κατά τη διάρκεια μιας πλημμύρας:

- Μη διασχίζετε ένα χείμαρρο πεζοί ή με αυτοκίνητο ή άλλο όχημα.
- Μείνετε μακριά από ηλεκτροφόρα καλώδια.
- Αν είστε σε αυτοκίνητο που ακινητοποιήθηκε λόγω των νερών, εγκαταλείψτε το αμέσως, καθότι υπάρχει μεγάλος κίνδυνος να παρασυρθεί ή να πλημμυρίσει.
- Μη πλησιάζετε σε περιοχές που σημειώθηκαν κατολισθήσεις.
- Μην οδηγείτε σε δρόμους που έγιναν καταχρηστικά σε κοίτες χειμάρρων που μπαζώθηκαν.

## ΜΕΤΑ ΤΗΝ ΠΛΗΜΜΥΡΑ

- Μείνετε μακριά από πλημμυρισμένες περιοχές.
- Η πλημμύρα μπορεί να άλλαξε τα χαρακτηριστικά γνώριμών μας περιοχών και τα νερά να έχουν παρασύρει μέρη του δρόμου ή των πεζοδρομίων.
- Σπασμένα οδοστρώματα εγκυμονούν πολλούς κινδύνους.
- Σε περιοχές με μεγάλη κλίση (κατωφέρειες), μπορεί να δημιουργηθούν επικίνδυνες λασπορροές.
- Προσοχή στην επαφή σας με τα νερά των πλημμυρών. Μπορεί να είναι ΜΟΛΥΣΜΕΝΑ είτε από νεκρά ζώα, είτε από λύματα, είτε από διαρροή χημικών/ραδιενεργών αποβλήτων. Να φέρετε πάντα ειδικά γάντια και στολή.
- Προσέχετε να μην εμποδίζετε την κυκλοφορία των συνεργείων διάσωσης.
- Ελέγξτε κατά πόσο το σπίτι ή ο χώρος εργασίας σας κινδυνεύει από πλήμμυρες και λάβετε έγκαιρα μέτρα.
- Αν πρέπει να οδηγήσετε:
  - Βρείτε σταθερό έδαφος.
  - Αποφύγετε νερά που ρέουν.
  - Αποφύγετε λιμνάζοντα νερά. Μπορεί να κρύβουν βαθιές λακκούβες. Μπορεί να γίνουν καλοί αγωγοί του ηλεκτρισμού λόγω υπογείων ηλεκτροφόρων καλωδίων που κρύβουν.
  - Ακολουθείτε πιστά τις οδηγίες και τα δρομολόγια που υποδεικνύουν οι Αρχές.

## A/8 ΤΣΟΥΝΑΜΙ



Τσουνάμι είναι τεράστια παλιρροϊκά κύματα που δημιουργούνται ύστερα από ένα ισχυρό σεισμό στον βυθό της θάλασσας/ωκεανού και «επιτίθενται» με πολύ μεγάλη ταχύτητα εναντίον της στεριάς, διαλύοντας και παρασύροντας στο πέρασμά τους ό,τι συναντήσουν, σε απόσταση χιλιομέτρων.

Αν βρεθείτε σε χώρα που χτυπήθηκε από ισχυρό σεισμό και άρχισε να παρατηρείται σημαντική αύξηση ή πτώση της στάθμης του νερού της θάλασσας, πράγμα που αποτελεί φυσική προειδοποίηση για τσουνάμι, **φροντίστε:**

- Να απομακρυνθείτε το ταχύτερο από τις ακτές.
- Πηγαίνετε στο εσωτερικό της χώρας με μεγαλύτερο υψόμετρο και μείνετε εκεί μέχρις ότου ενημερωθείτε από τις Αρχές ότι παρήλθε ο κίνδυνος.
- Πρέπει να ξέρετε ότι το τσουνάμι δεν αποτελείται μόνο από ένα κύμα, αλλά από μια σειρά αλληπάλληλων κυμάτων.
- Μην πλησιάζετε την ακτή για να δείτε από κοντά ένα επερχόμενο τσουνάμι, καθότι όταν το δείτε θα είναι πολύ αργά για να το αποφύγετε.

## A/9 ΚΑΤΟΛΙΣΘΗΣΕΙΣ

Στην Κύπρο το φαινόμενο είναι σπάνιο.

Ο κίνδυνος εκδήλωσης κατολίσθησης είναι αυξημένος:

- Σε περιοχές όπου έγιναν και παλαιότερα κατολισθήσεις.
- Πάνω ή στη βάση απότομων ορεινών/ημιορεινών πλαγιών, επιχωματώσεων ή εκσκαφών.
- Μπορεί να προκληθεί επίσης από ισχυρή ανατάραξη του εδάφους λόγω σεισμού, ή ύστερα από μεγάλης διάρκειας και έντασης βροχόπτωση, σε περιοχές όπου τα ανώτερα στρώματα του εδάφους κάθονται πάνω σε στρώμα αργύλου. Όταν φθάσει το νερό σ' αυτό το βάθος, ο άργυ-

λος γίνεται πάρα πολύ γλιστερός και ό,τι κάθεται πάνω του γλιστρά, παρασύροντας μαζί του το κάθετι που είναι στην επιφάνειά του (σπίτια, δέντρα, ζώα).

## ΠΡΟΛΗΠΤΙΚΑ ΜΕΤΡΑ

- Πριν αγοράσουμε ένα οικόπεδο για να κτίσουμε το σπίτι μας, παίρνουμε πληροφορίες κατά πόσο τούτο είναι σε μέρος που επικωματώθηκε ή που έγινε παλιά κάποια κατολίσθηση.
- Αν το σπίτι μας είναι κτισμένο στην πλαγιά ενός υψώματος, κατασκευάζουμε αναβαθμίδες, κτίζοντας ισχυρούς τοίχους αντιστήριξης.
- Αν το σπίτι σας είναι σε περιοχή επικίνδυνη για κατολισθήσεις ή λασποροές, ενημερωθείτε από τις Αρχές για τις πιθανές οδούς διαφυγής.
- Παρακολουθείτε τα Δελτία της Μετεωρολογικής Υπηρεσίας και/ή το δίκτυο για προειδοποιήσεις σχετικές με έντονες και παρατεταμένες βροχοπτώσεις. Σε τέτοιες περιπτώσεις εγκαταλείπουμε έγκαιρα την περιοχή, ποτέ όμως κατά τη διάρκειά τους, διότι οι δρόμοι γίνονται παγίδες και τα κράσπεδά τους (οι άκριες, τα παγκέτα) είναι ιδιαίτερα ευαίσθητα σε κατολισθήσεις και καταπτώσεις βράχων.
- Μείνετε μακριά από την περιοχή της κατολίσθησης. Υπάρχει μεγάλη πιθανότητα να ακολουθήσει και δεύτερη.
- Ενημερωνόμαστε και εφαρμόζουμε πιστά τις οδηγίες των Αρχών μέσω των Μ.Μ.Ε.
- Εάν εντοπίσουμε τραυματίες ή εγκλωβισμένους μέσα στις λάσπες και τα χώματα, ειδοποιούμε αμέσως το 112. Δεν μπαίνουμε στον κύριο χώρο της κατολίσθησης. Αυτό είναι έργο της Διάσωσης. Ως ΣΟΙΦ, παρέχουμε Α΄ Βοήθειες ή ό,τι άλλο μπορούμε. Κατευθύνουμε τα σωστικά συνεργεία στις θέσεις των παγιδευμένων.
- Αν εντοπίσουμε βλάβες στο οδικό, ηλεκτρικό, υδροδοτικό ή άλλο δίκτυο κοινής ωφέλειας, ενημερώνουμε το 112.
- Εάν το σπίτι μας δεν επλήγη, αλλά είναι κοντά στο επίκεντρο της κατολίσθησης, για καλό και για κακό το εγκαταλείπουμε και επανερχόμαστε ύστερα από σχετική γνωμοδότηση ενός εμπειρογνώμονα.
- Ένας καλός ΣΟΙΦ μεταδίδει τις γνώσεις που έχει γύρω από κάθε περίπτωση θεομηνίας, φυσικού φαινομένου ή ατυχήματος, τόσο στο άμεσο όσο και στο έμμεσο περιβάλλον του. Έτσι συμβάλλει τόσο στην πρόληψη όσο και στην καταστολή των επιπτώσεων κάθε επικίνδυνης κατάστασης.

## Β΄ ΣΕΙΣΜΟΙ



Τι κάνω πριν τον σεισμό

α) Μέσα στο σπίτι μου:

- Έχω καλά στερεωμένα στους τοίχους τα ράφια και τις βιβλιοθήκες.
- Απομακρύνω από τις πόρτες ψηλά έπιπλα που μπορούν να ανατραπούν και να εμποδίζουν την έξοδο.
- Βιδώνω καλά στους τοίχους, αν είναι δυνατόν, τον ηλιακό θερμοσίφωνα και τις δεξαμενές νερού και πετρελαίου.
- Τοποθετώ τα βαριά αντικείμενα στα χαμηλότερα ράφια.
- Δεν κρεμάζω πάνω από τα κρεβάτια και τους καναπέδες βαριά αντικείμενα.
- Ξέρω από πριν τους ασφαλέστερους χώρους όπου μπορώ να καταφύγω για προφύλαξη σε ώρα σεισμού, π.χ.:
  - Κάτω από ένα ανθεκτικό γραφείο ή τραπέζι.
  - Μακριά από γυάλινες επιφάνειες και βιβλιοθήκες.
  - Μακριά από εξωτερικούς τοίχους.
- Ελέγχω κατά πόσο η ηλεκτρική μου εγκατάσταση είναι εντάξει π.χ. έχει «ασφάλειες», έχει «αυτόματο» και ότι αυτό λειτουργεί κανονικά;
- Ενημερώνω όλα τα μέλη της οικογένειάς μου για το πώς κλείνουν οι γενικοί διακόπτες νερού, ηλεκτρισμού και γκαζιού, καθώς και για τη χρήση του 112 και των πυροσβεστήρων.
- Έχω πάντα σε ετοιμότητα φορητό ραδιόφωνο με μπαταρίες, κλεφτοφάναρα και κουτί Α΄ Βοηθειών σε συγκεκριμένο σημείο. (Η θέση τους δεν αλλάζει ποτέ, ούτως ώστε να τα βρίσκουμε και στο σκοτάδι).

## **β) Έξω από το σπίτι μου:**

Επιλέγω από πριν ένα ασφαλή χώρο καταφυγής, ο οποίος να βρίσκεται μακριά από σπίτια και δέντρα, μακριά από τηλεφωνικά και ηλεκτροφόρα καλώδια και τον ΚΟΙΝΟΠΟΙΩ σε όλα τα μέλη της οικογένειάς μου, για να καταφύγουμε όλοι στο ίδιο ασφαλές μέρος μετά τον αρχικό σεισμό.

## **ΟΤΑΝ ΓΙΝΕΤΑΙ ΣΕΙΣΜΟΣ**

### **α) Αν είστε μέσα στο σπίτι σας:**

- Διατηρήστε την ψυχραιμία σας.
- Καλυφθείτε κάτω από ένα ανθεκτικό έπιπλο (τραπέζι, γραφείο, θρανίο) γονατίστε και κρατήστε με τα χέρια σας το πόδι του.
- Αν δεν υπάρχει ανθεκτικό έπιπλο, γονατίστε στο μέσο του δωματίου που βρίσκεστε, μειώνοντας έτσι όσο γίνεται το ύψος σας και προστατέψτε με τα χέρια το κεφάλι και τον αυχένα σας.
- Απομακρυνθείτε από τζαμαρίες, τζάμια παραθύρων ή έπιπλα και αντικείμενα που μπορεί να σας τραυματίσουν.
- Μην προσπαθήσετε να φύγετε από το σπίτι την ώρα του σεισμού.
- Μην βγείτε στο μπαλκόνι.
- Αν είστε σε ψηλό κτίριο, απομακρυνθείτε από τζάμια και εξωτερικούς τοίχους.

### **β) Αν είστε σε χώρο ψυχαγωγίας ή κατάσταση**

- Διατηρήστε τη ψυχραιμία σας (πανικός = θάνατος).
- Μείνετε στον χώρο, μακριά από ράφια, μέχρι να τελειώσει η δόνηση.
- Μην παρασυρθείτε από τους πανικόβλητους που τρέχουν προς τις εξόδους, διότι σίγουρα θα ποδοπατηθείτε.

### **γ) Αν βρίσκεστε σε ανοικτό χώρο**

- Απομακρυνθείτε από κτήρια και τηλεφωνικά ή ηλεκτρικά καλώδια.
- Καλύψτε το κεφάλι σας με τη τσάντα σας, με ό,τι άλλο κρατείτε εκείνη τη στιγμή.



#### δ) Αν βρίσκεστε μέσα σε αυτοκίνητο

- Οδηγήστε το σε ένα ανοικτό χώρο (οικόπεδο, γήπεδο . . .) και σβήστε τη μηχανή.
- Αποφύγετε να περάσετε μέσα από σήραγγες, γέφυρες ή υπέργειες διαβάσεις.

### ΜΕΤΑ ΤΟΝ ΣΕΙΣΜΟ

#### Αν είστε μέσα σε σπίτι

- Προετοιμαστείτε για μετασεισμούς.
- Ελέγξτε (τον εαυτό σας και τους γύρω σας) για τυχόν τραυματισμούς.
- Φροντίστε τους μικροτραυματισμούς.
- Μην μετακινήσετε βαριά τραυματισμένους - Ειδοποιήστε το 112.
- Φύγετε από το κτήριο. Αν είναι πέραν του ισογείου, μη χρησιμοποιήσετε ανελκυστήρα. Χρησιμοποιήστε τις σκάλες. Πριν φύγετε κλείστε τους διακόπτες ηλεκτρισμού, γκαζιού και νερού.
- Καταφύγετε σε ανοικτό χώρο (οικόπεδο, γήπεδο, μεγάλη σχολική αυλή).
- Ακούτε το κρατικό ραδιόφωνο και ακολουθήστε τις οδηγίες που θα δίδονται. **Μην ακούτε φημολογίες.**
- Μη χρησιμοποιείτε άσκοπα το αυτοκίνητό σας. Οι δρόμοι πρέπει να είναι ελεύθεροι για τα αυτοκίνητα διάσωσης και άλλης βοήθειας.
- Μη χρησιμοποιείτε το «κινητό» σας άσκοπα. Οι «γραμμές» πρέπει να είναι διαθέσιμες για τις Υπηρεσίες.
- Αποφύγετε να μπειτε στο σπίτι σας για οποιονδήποτε λόγο. Οι ήδη επηρεασμένοι και σχεδόν ετοιμόρροποι τοίχοι του, μ' ένα μετασεισμό οπωσδήποτε θα καταρρεύσουν και θα σας καταπλακώσουν.
- Έχετε τον νου σας στους καιροσκόπους κλέφτες. Αν δείτε να γίνεται κλοπή, μην προσπαθήσετε να συλλάβετε τους κλέφτες. Τηλεφωνήστε αμέσως στο 112 δίδοντας πληροφορίες και λεπτομέρειες.
- Αν βρείτε σκορπισμένα τιμαλή, μαζέψτε τα, καταγράψτε τα ενώπιον μάρτυρα και παραδώστε τα στην Αστυνομία, μόλις μπορέσετε, έναντι αποδείξεως.
- Αν είστε Α΄ Βοηθός περιποιηθείτε τους τραυματίες.

## ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑ

Κάθε αμυνίτης που καλείται να συμμετάσχει σε μια επιχείρηση:

- Ενεργεί πάντα μέσα στα πλαίσια του Νόμου και των Κανονισμών.
- Συνεργάζεται με άλλες Υπηρεσίες (Αστυνομία, Πυροσβεστική, Α.Η.Κ., Α.Τ.Η.Κ.) πάντα ως **ΒΟΗΘΗΤΙΚΟΣ** και σύμφωνα με τις δυνατότητες, τις ικανότητες και την εκπαίδευσή του.
- Φέρει κατάλληλη ένδυση και υπόδηση ως και τα απαραίτητα μέσα και εφόδια.

Οι κυριότερες αποστολές του είναι:

- Αποκλεισμός του χώρου ενός επεισοδίου.
- Ρύθμιση της κυκλοφορίας (οχημάτων και πεζών).
- Απομάκρυνση των περιéργων από το σημείο του συμβάντος.
- Τροφοδοσία κατόπιν εντολής, των διασωστών με εργαλεία, νερό κ.ά.
- Περιφρούρηση και διαφύλαξη της περιουσίας που κινδυνεύει.
- Παροχή Α΄ Βοηθών (από πτυχιούχους).
- Μεταφορά εγκλωβισμένων σε ασφαλές μέρος (κατόπιν εντολής).
- Μεταφορά τραυματιών σε νοσοκομεία και κλινικές (κατόπιν εντολής).
- Ενημερώνει πάντα τον Σ.Π.Α του.
- Κάθε επικεφαλής τμήματος αμυνιτών που αποστέλλεται σε επιχείρηση ΤΗΡΕΙ ΠΑΡΟΥΣΙΟΛΟΓΙΟ κατά την εκκίνηση και αποχώρηση προς και από τον χώρο του επεισοδίου.

## ΣΕ ΚΤΗΡΙΑ ΠΟΥ ΚΑΤΑΡΕΥΣΑΝ ΛΟΓΩ ΣΕΙΣΜΟΥ

Σκοπός της αποστολής είναι η έρευνα για εντοπισμό εγκλωβισμένων, τραυματιών, επιζώντων ή νεκρών και η συμβολή των ΣΟΙΦ στον απεγκλωβισμό τους από τα ερείπια, μέσα στα πλαίσια των δυνατοτήτων και ικανοτήτων τους, καθώς και η παροχή Α΄ Βοηθειών και η άμεση φροντίδα (τηλ.: 112) για ασθενοφόρο και/ή άλλες συνεργαζόμενες υπηρεσίες.

Η συμβολή σ' αυτό των ΣΟΙΦ είναι βοηθητική. Τον πρώτο λόγο έχει η Ομάδα Διάσωσης, από την οποία παίρνουν οδηγίες για βοήθεια.

**Οι ΣΟΙΦ μαζεύουν πληροφορίες από τους γείτονες, καταφθάνοντας συγγενείς, ή εξελθόντες ενοίκους για:**

Τον αριθμό των παγιδευμένων ενοίκων και την κατάστασή τους, όπως:

Άντρες, γυναίκες, παιδιά < 15 ετών, έγκυοι, ανάπηροι, άρρωστοι, ανήμποροι γέροντες, αν υπάρχουν στο ερειπωμένο σπίτι κατοικίδια ζώα, εύφλεκτα ή εκρηκτικά υλικά, ούτως ώστε να ενημερώσουν δεόντως την Ομάδα Διάσωσης και/ή Πυρόσβεσης, ως και το ασθενοφόρο (112). Μαθαίνουν επίσης για τη χρήση του κτηρίου, εκείνη τη μέρα και ώρα, καθώς και τη διαρρύθμισή του.

Κατά τη διάρκεια της διάσωσης εφοδιάζουν τους διασώστες με εργαλεία, νερό κ.ά. και κρατούν μακριά τους περίεργους, φρουρώντας τα σύνορα της «Καυτής, Θερμής και Ψυχρής Ζώνης» του επεισοδίου και ενημερώνουν ανελλιπώς τον Σ.Π.Α τους με σχετικά σήματα.

Φροντίζουν επίσης να κρατούν ανοικτό τον δρόμο προσέγγισης και απομάκρυνσης από το συμβάν, για τα οχήματα των διασωστικών συνεργείων, κατευθύνοντας προς τούτο την Τροχαία μέσω άλλων δρόμων.

Εάν πάρουν σχετική διαταγή, συμβάλλουν στην εκκένωση της περιοχής και μεταφοράς των εκκενουμένων όπου δει. Συμβάλλουν επίσης στην απομάκρυνση και ψυχολογική στήριξη διασωζομένων θυμάτων, εν όσω αναμένουν τη μετακίνησή τους.

Καταγράφουν τον αριθμό των αυτοκινήτων Διάσωσης, Πυρόσβεσης, Ασθενοφόρων, Α.Η.Κ., ή άλλων φορέων, καθώς και την ώρα άφιξης και αναχώρησης εκάστου.

**Α΄ Βοήθειες μπορούν να παρέχουν ΜΟΝΟ ΠΤΥΧΙΟΥΧΟΙ.**

Αν βρουν οποιαδήποτε τιμαφή, χρήματα ή άλλα περιουσιακά στοιχεία τα μαζεύουν, τα καταγράφουν και τα παραδίδουν, έναντι αποδείξεως, στην Αστυνομία.

Συμμετέχουν στην προσπάθεια σίτισης, διανομής νερού και στέγασης των πληγέντων.

Μπορούν να υποδείξουν στον Υπεύθυνο Διάσωσης, ιδιώτες γιατρούς, κλινικές, ιδιοκτήτες μηχανημάτων ανύψωσης και μεταφοράς που είναι στην περιοχή, για αξιοποίησή τους.

**ΠΡΟΣΟΧΗ:** Οι ΣΟΙΦ υπολογίζουν πιθανούς κινδύνους, γι' αυτό προσέχουν από μετασεισμούς και πιθανή δεύτερη/τρίτη κατάρρευση, έκρηξη φωτιάς, ηλεκτροπληξία, πτώση δομικών υλικών, τοξικά αέρια κ.α.

## ΣΗΜΕΙΩΣΗ

Είναι γεγονός ότι μετά την πρώτη σεισμική δόνηση επικρατεί φόβος ή και πανικός και οι σεισμόπληκτοι τρέχουν, συνήθως άσκοπα και απρογραμμάτιστα, για να σωθούν. Αυτό είναι πολύ επικίνδυνο. Ο ΚΟΣΜΟΣ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΞΕΡΕΙ ΑΠΟ ΠΡΙΝ ΠΟΥ ΘΑ ΚΑΤΑΦΥΓΕΙ ΣΕ ΠΕΡΙΠΤΩΣΗ ΣΕΙΣΜΟΥ.

Γι' αυτό οι υπεύθυνοι των Υ.Π.Α\* εντοπίζουν ΑΣΦΑΛΕΙΣ ΧΩΡΟΥΣ (γήπεδα, πάρκα, μεγάλα άκτιστα οικόπεδα, μεγάλες σχολικές αυλές, δημόσιους κήπους...), μακριά από κτήρια και ηλεκτροφόρες «γραμμές», τους οποίους κοινοποιούν από πριν σε κάθε σπίτι, ούτως ώστε να γνωρίζει ο καθένας πού θα καταφύγει προσωρινά, μέχρι να κινητοποιηθούν οι διάφορες κρατικές και δημοτικές Υπηρεσίες.

Σ' αυτήν την προσπάθεια συμβάλλουν οι Συνοικοφύλακες κάθε Υ.Π.Α, καθοδηγώντας όσους δεν ξέρουν πού να παν και αναλαμβάνοντας την επιτήρηση κάθε τέτοιου προσωρινού καταφυγίου, πάντοτε μέσα στα πλαίσια του Νόμου και των Κανονισμών της αποστολής τους.



---

\* Υ.Π.Α = Υποσταθμός Πολιτικής Άμυνας

## Γ΄ ΠΥΡΚΑΓΙΕΣ



Σκοπός όλων των εμπλεκομένων υπηρεσιών είναι η κατάσβεση μιας πυρκαγιάς το συντομότερο και η διάσωση ανθρώπων, ζώων και περιουσιών.

Στην περίπτωση αποστολής ΣΟΙΦ σε πυρκαγιά, **τα καθήκοντά τους θα είναι αυστηρά βοηθητικά** και παίρνουν οδηγίες από τον επί κεφαλής της πυρόσβεσης, μέσω του αμέσως ανωτέρου τους. Καλό είναι οι αποστελλόμενοι ΣΟΙΦ σε πυρκαγιά να είναι, έστω και στοιχειωδώς, καταρτισμένοι από την Πυροσβεστική στην αντιμετώπιση μιας πυρκαγιάς, τόσο για τη δική τους ασφάλεια, όσο και για θετική εφαρμογή των γνώσεών τους. Προηγούμενη **συμμετοχή τους σε άσκηση πυρόσβεσης** θα είναι πάρα πολύ χρήσιμη και ενδεδειγμένη.

**Οι ΣΟΙΦ που αποστέλλονται για αντιμετώπιση πυρκαγιάς πρέπει:**

- Να φέρουν κατάλληλη στολή.
- Να έχουν φορτισμένο «κινητό».
- Να ξέρουν τον αριθμό τηλεφώνου του αμέσως ανωτέρου τους στην αποστολή και του Σ.Π.Α τους.
- Να ξέρουν την ακριβή θέση της πυρκαγιάς, το μέγεθός της, το υλικό που καίεται και τα καθήκοντά τους.
- Να ξέρουν τις γύρω κοινότητες αν είναι στο ύπαιθρο, ή τα γύρω κτήρια αν είναι σε αστική περιοχή.
- **Να ΠΡΟΣΕΧΟΥΝ ΝΑ ΜΗΝ ΕΓΚΛΩΒΙΣΤΟΥΝ ΣΤΙΣ ΦΛΟΓΕΣ.**
- Να λαμβάνουν σοβαρά υπόψη την κατεύθυνση του ανέμου.
- Να ξέρουν ότι **ΤΟ ΚΑΜΕΝΟ ΠΑΡΕΧΕΙ ΑΣΦΑΛΕΙΑ.**
- Να τηρείται παρουσιολόγιο των συμμετεχόντων ΣΟΙΦ, κατά την αναχώρηση προς και από την πυρκαγιά, από τον Υπεύθυνο Αξιωματικό του Τμήματος ΣΟΙΦ που τους συνοδεύει.

## ΠΡΟΛΗΠΤΙΚΑ ΜΕΤΡΑ

- Κάθε συνοικιοφύλακας και κάθε λογικός και νουνεχής πολίτης πρέπει να αποτρέπει το κάψιμο σκουπιδιών ή ξερών χόρτων και κλαδιών κατά τους θερινούς μήνες και να προτρέπει προς τούτο και τους γύρω του.
- Αποτρέπει το άναμμα υπαίθριων ψησταριών (σούβλες κ.α.) στο δάσος ή σε χώρο με ξηρά χόρτα.
- Χρησιμοποιεί για τον σκοπό αυτό, μόνο τους ειδικά διαρρυθμισμένους από το Δασονομείο χώρους.
- Αποτρέπει τη χρήση εργαλείων που παράγουν σπινθήρες σε εύφλεκτους χώρους π.χ. οξυγονοκολλήσεις, σμιρίλιο κ.ά.
- Αποτρέπει την απόρριψη αναμμένων αποτσίγαρων έξω από το αυτοκίνητο.
- Αποτρέπει την εγκατάλειψη σκουπιδιών στο δάσος.
- Δεν αφήνει στο δάσος σπασμένα μπουκάλια ή άλλα γυάλινα δοχεία, καθότι όλα αυτά γίνονται φακοί που συγκεντρώνουν τις ακτίνες του ήλιου και δημιουργούν φωτιά.
- Αποτρέπει την πρόσβαση σε περιοχές υψηλού κινδύνου και ακολουθεί τις οδηγίες των σχετικών πινακίδων του Δασονομείου.

## ΑΝ ΤΟ ΣΠΙΤΙ ΣΑΣ ΕΙΝΑΙ ΜΕΣΑ/ΚΟΝΤΑ ΣΤΟ ΔΑΣΟΣ

- Δημιουργήστε από πριν γύρω του μία αντιπυρική ζώνη ακτίνας 10 μέτρων.
- Κλαδέψτε τα ψηλά δέντρα σας μέχρι το ύψος των 3 μέτρων.
- Απομακρύνετε από το σπίτι σας κάθε εύφλεκτο υλικό (κλαδιά, θάμνους).
- Μην αφήνετε κλαδιά των δέντρων σας να εφάπτονται στους τοίχους, τα μπαλκόνια ή τη στέγη τους σπιτιού σας. Κλαδέψτε τα.
- Αραιώστε τα δέντρα σας ούτως ώστε τα κλαδιά του ενός δέντρου να απέχουν από το άλλο 3 μέτρα.
- Οι υδρορροές του σπιτιού σας πρέπει να είναι μεταλλικές και όχι πλαστικές.
- Προτιμάτε τα μεταλλικά παραθυρόφυλλα αντί τα ξύλινα.
- Μην αποθηκεύετε εύφλεκτα υλικά κοντά στο σπίτι σας.
- Αποθηκεύετε τα καυσόξυλά σας σε κλειστούς και προφυλαγμένους χώρους.

- Να έχετε πάντα στο σπίτι σας τους κατάλληλους πυροσβεστήρες και να φροντίζετε για συντήρηση και ανανέωσή τους.
- Καλό είναι να έχετε εξωτερικές παροχές νερού (2-3 βρύσες) σε διάφορα σημεία, καθώς και λάστιχο νερού μήκους ανάλογου της περιοχής που θέλετε να προστατεύσετε.
- Αν έχετε εξοχικό στο βουνό, περιφράξτε το με φραγκοσουκιές. Είναι το καλύτερο αντιπυρικό εμπόδιο.

### **ΜΟΛΙΣ ΑΝΤΙΛΗΦΘΕΙΤΕ ΜΙΑΝ ΠΥΡΚΑΓΙΑ**

- Τηλεφωνήστε αμέσως στο 112 και δώστε:  
Τοποθεσία και ακριβές σημείο της πυρκαγιάς, την κατεύθυνσή της, πού βρίσκεστε εσείς εκείνη τη στιγμή, καθώς και το είδος που καίεται (χόρτα, δέντρα, σπίτια, βερνίκια, πετρέλαιο ...).

### **ΑΝ Η ΠΥΡΚΑΓΙΑ ΠΛΗΣΙΑΖΕΙ ΤΟ ΣΠΙΤΙ ΣΑΣ**

- Διατηρήστε την ψυχραιμία σας.
- Μεταφέρετε όλα τα εύφλεκτα υλικά από τον περίγυρο του κτηρίου σε κλειστούς και προφυλαγμένους χώρους (αν υπάρχουν).
- Κλείστε πόρτες και παράθυρα για να μη μπαίνουν μέσα καύτρες. Προσέχετε πολύ από τις «ιπτάμενες πύρινες χειροβομβίδες», τα κλειστά δηλαδή κουκουνάρια, που λόγω της ψηλής θερμοκρασίας αναφλέγονται και εκτινάσσονται μακριά από ένα καιόμενο πεύκο, μεταδίδοντας έτσι την πυρκαγιά εκεί που πέφτουν.
- Κλείστε τις παροχές φυσικού αερίου και υγρών καυσίμων μέσα και έξω από το σπίτι.
- Αν έχετε τέντες (στα μπαλκόνια, τα παράθυρα, στις βεράντες) μαζέψτε τα.
- Καταβρέχετε συνεχώς τα δέντρα, τη στέγη και τους τοίχους του σπιτιού σας.

### **ΑΝ Η ΠΥΡΚΑΓΙΑ ΕΧΕΙ ΦΘΑΣΕΙ ΣΤΟ ΣΠΙΤΙ ΣΑΣ**

- Αν το σπίτι σας είναι ξύλινο, φροντίστε να καταφύγετε σε ένα διπλανό κτιστό σπίτι έγκαιρα.
- Το κτιστό σπίτι είναι πιο ασφαλές από το αυτοκίνητο.
- Μην τρέξετε για να διαφύγετε ή να οδηγήσετε μέσα από τις φλόγες.



- Φεύγοντας κλείστε πόρτες και παράθυρα και απομακρύνετε από τις πόρτες και τα παράθυρα καθετί εύφλεκτο (κουρτίνες, έπιπλα).
- Κλείστε τις ενδιάμεσες πόρτες για να επιβραδύνετε την εξάπλωση της πυρκαγιάς.
- Χρησιμοποιείτε φορητά ραδιόφωνα, κλεφτοφάναρα και κινητά τηλέφωνα.
- Αν διαταχθεί εκκένωση της περιοχής, ακολουθήστε πιστά τόσο τις οδηγίες των Αρχών, όσο και την υποδεικνυόμενη διαδρομή, **ΧΩΡΙΣ ΠΑΝΙΚΟ**.

### **ΑΠΟΜΑΚΡΥΝΣΗ ΠΟΛΙΤΩΝ ΛΟΓΩ ΔΑΣΙΚΗΣ ΠΥΡΚΑΓΙΑΣ**

Σε περίπτωση μεγάλης δασικής πυρκαγιάς, κατά την οποία οι Αρχές διαπιστώνουν ότι κινδυνεύουν κάτοικοι της γύρω περιοχής λόγω της αναπτυσσόμενης θερμότητας και των παραγόντων καύσης (καπνός, αιωρούμενα σωματίδια, καύτρες ...) που διαχέονται στην ατμόσφαιρα, **διατάσσεται από την Αρμόδια Αρχή ΕΚΚΕΝΩΣΗ των γύρω χωριών** για πρόληψη των χειροτέρων. Η οργανωμένη απομάκρυνση των πολιτών γίνεται με μέσα μαζικής μεταφοράς (λεωφορεία που επιτάσσουν οι Αρχές), αλλά και με ιδιωτικά οχήματα, μέσα από καθορισμένο δρομολόγιο που υποδεικνύουν οι Αρχές.

Ως εκ τούτου, ο Σ.Π.Α\* κάθε κοινότητας πρέπει να έχει το **ΣΧΕΔΙΟ ΚΙΝΗΤΟΠΟΙΗΣΗΣ** του, στο οποίο να υπάρχουν καταγεγραμμένα όλα τα τοπικά μέσα καταστολής της πυρκαγιάς, αλλά και μετακίνησης των κατοίκων (δημόσια, δημοτικά, ιδιωτικά).

**Για μια ομαλή εκκένωση χρειάζεται η συνεργασία Αρχών - Πολιτών και ένα σωστό και καλομελετημένο σχέδιο, που να περιλαμβάνει:**

- Καθορισμένους τόπους άφιξης λεωφορείων και πολιτών.
- Σωστή και ψύχραιμη ενημέρωση των πολιτών (πού θα πάνε, τι να πάρουν μαζί τους, πότε θα επιστρέψουν, προστασία της περιουσίας τους).
- Υπεύθυνος σε κάθε λεωφορείο - παρουσιολόγιο - Έντυπο.
- Ρύθμιση της κυκλοφορίας.
- Έλεγχο και διαχείριση της κυκλοφορίας σε όλα τα υποδεικνυόμενα δρομολόγια διαφυγής (αποφυγή συμφόρησης).

---

\* Σ.Π.Α = Σταθμός Πολιτικής Άμυνας



- Τα υποδεικνυόμενα δρομολόγια διαφυγής, δεν πρέπει να είναι τα ίδια με αυτά που χρησιμοποιούν τα οχήματα των φορέων κατάσβεσης της πυρκαγιάς.
- Μέριμνα για την τήρηση της τάξης και ασφάλειας, καθώς και της προστασίας των περιουσιών σε κάθε εκκενούμενη κοινότητα.
- Άψογη συνεργασία και επικοινωνία μεταξύ όλων των φορέων και των Μ.Μ.Ε.
- Ανοχή στον εκνευρισμό των εκκενουμένων.
- Προσφορά αγάπης, φροντίδας, Α΄ Βοηθειών.
- Ειδική μεταφορά ασθενών, αναπήρων κ.ά.
- Σχέδιο επιστροφής των απομακρυνθέντων πίσω στα σπίτια τους.
- Τήρηση παρουσιολογίων (πριν, μετά).

Στην περίπτωση που λειτουργούν κατασκηνώσεις σε μια κοινότητα που συνορεύει με δάσος, η διεύθυνση κάθε κατασκήνωσης πρέπει να υποβάλει, πριν την έναρξη της λειτουργίας της, στην Πολιτική Άμυνα της περιοχής **ΣΧΕΔΙΟ ΕΚΚΕΝΩΣΗΣ** της σε περίπτωση δασικής πυρκαγιάς, ούτως ώστε η Πολιτική Άμυνα να μπορέσει να βοηθήσει σε αυτό, αν χρειαστεί.

Αν στις εν λόγω κατασκηνώσεις ή ξενοδοχεία διαμένουν **ΞΕΝΟΓΛΩΣΣΟΙ**, η Πολιτική Άμυνα πρέπει να ενημερώσει τους ενοίκους τους σε **διάφορες γλώσσες**.



Αρ. Εντ. .... Σ.Π.Α. .... Τηλ. .... Fax .....

## ΑΡΑΙΩΣΗ/ΕΚΚΕΝΩΣΗ ΠΛΗΘΥΣΜΟΥ

ΛΟΓΩ .....

Ημερ. .... Ώρα Αναχ. .... Αρ. λεωφ. ....

Οδηγός λεωφ. .... Κιν. Τηλ. ....

ΣΥΝΟΔΟΣ .... Βαθμός .... Κιν. Τηλ. ....

Προορισμός εκκενουμένων .... Ώρα άφιξης .....

ΠΑΡΑΛΗΠΤΗΣ Π.Α. .... Βαθμός .... Κιν. Τηλ. ....

Αρ. Φορτηγού .... Οδηγός .... Κιν. Τηλ. ....

ΣΥΝΟΔΟΣ Φορτηγού .... Βαθμός .... Κιν. Τηλ. ....

Α/Α	ΟΝΟΜΑΤΕΠΩΝΥΜΟ ΕΠΙΒΑΤΩΝ	ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ ΕΠΙΒΑΤΩΝ	ΑΡ. ΑΠΟΣΚ.	ΒΑΛΕ √			ΑΡ. ΔΩΜ./ΣΚΗΝΗΣ	ΠΑΡ/ΣΕΙΣ
				Α	Γ	Π		
1								
2								
3								
4								
5								
6								
7								
8								
9								
10								
11								
12								
13								
14								
15								
16								
17								
18								
19								
20								

ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ = Άρρωστος/Τραυματίας/Ανάπηρος/Εγκυος/Βρέφος/Νήπιο

ΣΥΝΟΛΑ: Άρρωστοι ..... Τραυματίες ..... Ανάπηροι..... Έγκυοι ..... Βρέφη ..... Νήπια .....

Υπογραφή ΣΥΝΟΔΟΥ

Υπογραφή ΠΑΡΑΛΗΠΤΗ

.....

.....

Επεξήγηση: Α = Άντρες, Γ = Γυναίκες, Π = Παιδιά μέχρι και 15 ετών

Κοιν/ση: ΤΜ/ΡΧΗΣ Σ.Π.Α. - ΠΡ/ΝΟΣ Μ - Δ/ΝΤΗΣ ΧΩΡΟΥ ΥΠΟΔΟΧΗΣ - ΣΥΝΟΔΟΙ - ΠΑΡΑΛΗΠΤΕΣ

## ΠΥΡΟΣΒΕΣΤΗΡΕΣ

Είναι «εκ των ων ουκ άνευ» για κάθε σπίτι, γραφείο και αυτοκίνητο. Υπάρχουν οι ακόλουθοι τύποι πυροσβεστήρων και τους χρησιμοποιούμε ανάλογα:

- **ΝΕΡΟΥ (ΚΟΚΚΙΝΟ)**

Το νερό κρυώνει τη φωτιά. Χρησιμοποιείται για αντιμετώπιση φωτιάς που προέρχεται από κάψιμο επίπλων, ξύλων, ρούχων. ΔΕΝ ΧΡΗΣΙΜΟΠΟΙΕΙΤΑΙ για την αντιμετώπιση φωτιάς που προέρχεται από υγρά καύσιμα ή ηλεκτρισμό.

- **ΑΦΡΩΔΟΥΣ ΥΓΡΟΥ ΠΟΛΛΑΠΛΩΝ ΧΡΗΣΕΩΝ (ΚΡΕΜ)**

Κρυώνει τη φωτιά. Αντιμετωπίζει φωτιές που προέρχονται από κάψιμο επίπλων, ξύλων, ρούχων και υγρών καυσίμων όπως το πετρέλαιο.

ΔΕΝ ΧΡΗΣΙΜΟΠΟΙΕΙΤΑΙ για τις φωτιές που προέρχονται από τον ηλεκτρισμό.

- **ΞΗΡΑΣ ΚΟΝΕΩΣ/ΣΚΟΝΗΣ (ΜΠΛΕ)**

Περιορίζει τη φωτιά, δεν την κρυώνει. Αντιμετωπίζει φωτιές που προέρχονται από έπιπλα, ξύλα, ρούχα, υγρά καύσιμα και από ηλεκτρικές συσκευές.

- **ΔΙΟΞΕΙΔΙΟΥ ΤΟΥ ΑΝΘΡΑΚΑ/CO<sub>2</sub> (ΜΑΥΡΟ)**

Κατάλληλος για αντιμετώπιση φωτιάς που προέρχεται από καιόμενα υγρά και από τον ηλεκτρισμό. Δεν κρυώνει τη φωτιά.

- **ΧΑΛΟΝ/BCF (ΠΡΑΣΙΝΟ)**

Αντιμετωπίζει φωτιές που προέρχονται από καιόμενα υγρά καύσιμα στερεά καύσιμα και από ηλεκτρισμό.

### ΓΕΝΙΚΑ

- Στο σπίτι συνιστώνται οι πυροσβεστήρες ξηράς κόνεως βάρους πέραν του 1 κιλού. Πρέπει να ελέγχονται τακτικά και να αναγομώνονται. Να είναι σε περίοπτη θέση και να ξέρουν όλοι οι ένοικοι του σπιτιού τον χειρισμό τους.

## ΟΔΗΓΙΕΣ ΧΡΗΣΕΩΣ ΤΟΥΣ

- Τραβήξτε τον χαλκά που κρατά κλειδωμένο τον πυροσβεστήρα. Στοχεύσετε στην καρδιά της φωτιάς. Πιέστε τον μοχλό για να εκσφενδονισθεί η σκόνη / το υγρό. Σαρώστε τη φωτιά από άκρου σε άκρο.
- Κάνετε ασκήσεις πυρόσβεσης με όλα τα μέλη της οικογένειάς σας και επαναγομώνετε τους πυροσβεστήρες σας σε τακτά χρονικά διαστήματα.
- Σε περίπτωση φωτιάς από ηλεκτρική συσκευή, βγάλτε τη συσκευή από την πρίζα ή κλείστε τον γενικό διακόπτη και χρησιμοποιήστε τον κατάλληλο πυροσβεστήρα. Αν η φωτιά επεκτείνεται, τηλεφωνήστε στο 112 και ενημερώστε τους για την προέλευση της φωτιάς.

## ΦΩΤΙΑ ΣΤΟ ΑΥΤΟΚΙΝΗΤΟ

### • ΑΝ ΕΙΣΤΕ ΚΑΘ' ΟΔΟΝ

Πηγαίνετε στην άκρη του δρόμου, μακριά από εύφλεκτα υλικά, σβήστε τη μηχανή και βγείτε έξω. Αν μπορείτε χρησιμοποιήστε τον πυροσβεστήρα σας. Τηλεφωνήστε στο 112.

### • ΦΩΤΙΑ ΚΑΤΩ ΑΠΟ ΤΟ ΚΑΠΟ

Μην το ανοίγετε εντελώς. Ανοίξτε το, αν μπορείτε, λίγο ώστε να χωρά το στόμιο του πυροσβεστήρα και πιέστε τον μοχλό. Αν δεν έχετε πυροσβεστήρα ειδοποιήστε αμέσως το 112, αφού σταθμεύσετε σε ασφαλές μέρος.

### ΠΡΟΣΟΧΗ!!!

Ο πυροσβεστήρας του αυτοκινήτου δεν πρέπει να είναι στο πορτ-μπαγκάζ. Να είναι στο ταμπλό ή δίπλα στα πόδια σας.

## ΕΙΔΙΚΕΣ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ

- Όταν προκληθεί φωτιά (πυρκαγιά) θα εξαπλωθεί αν υπάρχει κοντά καύσιμη ύλη και οξυγόνο π.χ. έπιπλα, κουρτίνες ... (μέσα στο σπίτι), ξηρή βλάστηση (στο ύπαιθρο).

- Στις πολυκατοικίες (σε οποιονδήποτε όροφο) εξαπλώνεται μέσω των επίπλων των δωματίων και υποβοηθείται από τους αεραγωγούς (τις σκάλες και το φρεάτιο του ανελκυστήρα) που την τροφοδοτούν με οξυγόνο.
- Τα πιθανότερα μέρη ενός κτηρίου που είναι δυνατόν να πιάσουν φωτιά είναι:

Τα ξύλινα πλαίσια παραθύρων.

Το περιεχόμενο των δωματίων.

Ξύλινα υπόστεγα.

Η οροφή.

- Καλό είναι να έχουμε στα σπίτια μας, πυροσβεστήρες όλων των τύπων, ούτως ώστε να αντιμετωπίζουμε εν τη γενέσει της κάθε εστία πυρκαγιάς προτού επεκταθεί.
- Πρέπει να διατηρούμε τους πυροσβεστήρες μας σε καλή κατάσταση, ούτως ώστε η λειτουργία και η αποτελεσματικότητά τους να είναι βέβαιη.
- Οι οδηγίες χρήσεως που αναγράφονται στους πυροσβεστήρες, πρέπει να είναι εμφανείς και ευανάγνωστες.
- Οι πυροσβεστήρες δεν πρέπει να βρίσκονται σε μέρη με πολύ χαμηλή θερμοκρασία, καθότι επηρεάζεται η κανονική λειτουργία τους.
- Οι πυροσβεστήρες δεν λειτουργούν ανεστραμμένοι. Γι' αυτό για να κατασβέσουμε μια πυρκαγιά στο πάτωμα εφαρμόζουμε στον πυροσβεστήρα μας ένα λάστιχο μήκους 3 ποδών περίπου.
- Αν βρεθείτε σε καυτό κτήριο, διατηρήστε τη ψυχραιμία σας. Ο πανικός πολλαπλασιάζει τον κίνδυνο. Ψύχραιμα σκεφτείτε τον ορθό τρόπο διαφυγής. Καλούμε το 112.
- Αν υπάρχει πυκνός καπνός, έρπουμε στο πάτωμα με τα χέρια και τα γόνατα, όπου ο αέρας είναι ψυχρότερος (βαρύτερος) και ως εκ τούτου η περιεκτικότητά του σε καπνό είναι μικρότερη (ο θερμότερος αέρας ανέρχεται και τον συμπαρασύρει). Έτσι φθάνουμε πιο εύκολα στο μέρος απ' όπου θα διαφύγουμε. Ειδοποιούμε το 112.
- Αν χάσουμε τον προσανατολισμό μας ένεκα του καπνού, πάμε προς τον τοίχο και ψηλαφώντας τον, φθάνουμε στην έξοδο.
- Αν μένουμε σε διαμέρισμα πολυκατοικίας, φροντίζουμε να έχουμε σε συγκεκριμένο μέρος τόσα σχοινιά όσα είναι τα μέλη της οικογένειάς μας,

με τόσο μήκος, όσο είναι το ύψος του διαμερίσματός μας από τον δρόμο, με κόμπους κάθε μισό μέτρο. Τα στερεώνουμε σε ένα βαρύ έπιπλο, τα ρίχνουμε έξω από το παράθυρο και κατεβαίνουμε προσεκτικά.

- Αν δεν υπάρχει τρόπος διαφυγής, κλείνουμε ερμητικά την πόρτα που συγκοινωνεί με το υπόλοιπο καιόμενο κτήριο και καλούμε το 112.
- Αν υπάρχει μπαλκόνι βγαίνουμε σ' αυτό και ζητούμε βοήθεια.
- Δεν συνιστάται το πήδημα από τα παράθυρα στον δρόμο. Νοούμενου ότι καλέσαμε το 112, συνιστάται ψυχραιμία, υπομονή και αναμονή της βοήθειας.
- Αν κάποιο μέλος της οικογένειας χάσει τις αισθήσεις του, μπορούμε να το βγάλουμε έξω ως εξής: Δένουμε τους καρπούς των 2 χεριών του με ένα μαντήλι και περνούμε μέσα το κεφάλι μας. Έρποντας στα χέρια και στα γόνατα και έχοντας τον αναισθητο ανάμεσα στα σκέλη μας τον βγάζουμε έξω.
- Αν μεταδοθεί φωτιά στα ρούχα μας, πέφτουμε κάτω και κυλιόμαστε. Αν βρούμε μια κουβέρτα ή χαλί, το περιτυλιγόμαστε και κυλιόμαστε στο πάτωμα.



## Δ΄ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΠΟΙΗΣΗ ΤΗΣ ΣΥΝΟΙΚΙΟΦΥΛΑΚΗΣ ΣΕ ΤΡΟΧΑΙΟ ΑΤΥΧΗΜΑ

### ΣΚΟΠΟΣ ΑΠΟΣΤΟΛΗΣ:

Αποστολή ενός ΣΟΙΦ σ' αυτή την περίπτωση είναι η παροχή βοήθειας και η κατά το δυνατόν συμβολή του στον απεγκλωβισμό των παγιδευθέντων στα αυτοκίνητα, κατόπιν σχετικών οδηγιών του εξετάζοντος το ατύχημα αστυνομικού και του ειδικού συνεργείου διάσωσης, καθώς και η παροχή πρώτων βοηθειών (μόνο από πτυχιούχους). Αν βρεθούν στη σκηνή του ατυχήματος ΣΟΙΦ πριν την άφιξη της Αστυνομίας, του Ασθενοφόρου και της Διάσωσης, καταγράφουν τους αριθμούς και τον τύπο των εμπλεκόμενων οχημάτων, τον αριθμό και το φύλο των εγκλωβισμένων, τον αριθμό και το φύλο των τραυματιών, αν προέκυψε πυρκαγιά και από τί, καθώς και τις ιδιαιτερότητες π.χ. ύπαρξη εγκύου, αναπήρου, βρεφών, τραυματισμός ατόμων που είναι εκτός των οχημάτων, ζημιές σε άλλους. Κρατούν μακριά τους περίεργους, ιδιαίτερα αν ένα από τα εμπλεγμένα οχήματα φέρει επικίνδυνα υλικά π.χ. βυτιοφόρο πετρελαιοειδών και ενημερώνουν σχετικά το 112.

Όταν φθάσει η Αστυνομία, το Ασθενοφόρο και η Διάσωση, οι ΣΟΙΦ επιτελούν βοηθητικό έργο, σύμφωνα με οδηγίες των εν λόγω Υπηρεσιών και ενημερώνουν τον Σ.Π.Α τους.

Ένας από την ομάδα ΣΟΙΦ ορίζεται ΑΡΧΗΓΟΣ της, συντονίζει τις ως άνω ενέργειες των ΣΟΙΦ, ενημερώνει το 112 και στέλλει σχετικό σήμα στον Σ.Π.Α του, στον οποίο αναφέρει το κάθετι από την αρχή μέχρι το τέλος. Οι ΣΟΙΦ εγκαταλείπουν τη σκηνή του ατυχήματος με εντολή του Τμ/ρχη τους. Καταγράφουν στο ημερολόγιό τους, τους αριθμούς των οχημάτων της Αστυνομίας, του Ασθενοφόρου και της Διάσωσης που έφθασαν στη σκηνή του ατυχήματος, καθώς και την ώρα κλήσης τους, άφιξής τους ως και της αποχώρησής τους.

**Σε κάθε τέτοιο ατύχημα, η περιοχή χωρίζεται σε 3 ζώνες:**

**ΚΑΥΤΗ ΖΩΝΗ:** Η έκτασή της είναι τόση, όση η έκταση που καλύπτουν τα εμπλεκόμενα οχήματα. Σ' αυτήν είναι ο ερευνών αστυνομικός, η διασωστική ομάδα για τον απεγκλωβισμό των θυμάτων και άτομα του ασθενοφόρου που παραλαμβάνουν και μεταφέρουν τους τραυματίες.



**ΘΕΡΜΗ ΖΩΝΗ:** Είναι η περιοχή γύρω από το συμβάν με ακτίνα 5 μέτρα μεγαλύτερη της ΚΑΥΤΗΣ ΖΩΝΗΣ, όπου τοποθετούνται τα εργαλεία και τα μέσα που απαιτούνται για τη διαχείριση του συμβάντος.

**ΨΥΧΡΗ ΖΩΝΗ:** Είναι η ευρύτερη περιοχή γύρω από το συμβάν. Εδώ έχουν πρόσβαση όλοι οι φορείς που ασχολούνται με το συμβάν (όχι περίεργοι). Στα όρια της τοποθετούνται τα αστυνομικά, διασωστικά και ασθενοφόρα οχήματα για την προστασία του χώρου του συμβάντος και των εν αυτώ.

Οι ΣΟΙΦ, αν τους ζητηθεί, μπορούν να επιτηρούν τα όρια της Ψυχρής Ζώνης, ή οπουδήποτε αλλού τους καλέσει ο αστυνομικός που εξετάζει την υπόθεση.





## Ε΄ ΕΝΕΡΓΕΙΕΣ ΣΟΙΦ ΑΝ ΒΡΕΘΕΙ ΣΕ ΣΚΗΝΗ ΜΕ ΜΗ ΕΚΡΑΓΕΝ ΒΛΗΜΑ

Κάθε αντικείμενο που δεν ξέρουμε τι είναι, για την Π.Α είναι επικίνδυνο. Γι' αυτό, αν εντοπίσουμε ή πληροφορηθούμε για κάτι τέτοιο, ενεργούμε ως εξής:

- Αποκλείουμε την περιοχή όπου βρίσκεται το αντικείμενο και κατευθύνουμε την Τροχαία.
- Αν είμαστε βέβαιοι ότι πρόκειται περί εκτεθειμένου βλήματος, τηλεφωνούμε απευθείας στο 112 και δίδουμε όλες τις πληροφορίες. Ακολουθώντας ενημερώνουμε τον Σταθμό μας.
- Κατευθύνουμε την Τροχαία.
- Αναμένουμε την άφιξη του εμπειρογνώμονα, καλυμμένοι σε ασφαλές μέρος.
- Αν ο εμπειρογνώμονας διατάξει την εκκένωση των πέριξ κατοικιών, συμβάλλουμε σε αυτό με προσοχή, ανοχή, υπομονή και ασφάλεια.



## Καρδιακή Ανακοπή: Οι Αυτόματοι Εξωτερικοί Απινιδωτές σε Δημόσιους Χώρους Σώζουν Ζωές;

Της Δήμητρας Γ. Μαλαμή, R.N., Π. Παπαμιχαήλ, R.N. Π.Γ.Ν. Πατρών



Καθημερινά στην Ευρωπαϊκή Ένωση περισσότεροι από 1 εκατομμύριο άνθρωποι χάνουν τη ζωή τους από ξαφνική ανακοπή καρδιάς. Δυστυχώς ο τραγικός αυτός αριθμός αυξάνεται συνεχώς λόγω του «δυτικού τρόπου ζωής» (καθιστική ζωή, κάπνισμα, διατροφή, κ.α.) Οι αυτόματοι εξωτερικοί απινιδωτές σε δημόσιους χώρους μπορούν να σώζουν ζωές ανθρώπων που έχουν υποστεί καρδιακή ανακοπή. Τους απινιδωτές σε δημόσιους χώρους μπορούν να τους χειρίζονται εθελοντές που έχουν εκπαιδευτεί για τον σκοπό αυτό.

Οι Αυτόματοι Εξωτερικοί Απινιδωτές - Automated External Defibrillator (AED) είναι εκλεπτυσμένες, αυτοματοποιημένες και αξιόπιστες συσκευές, οι οποίες χρησιμοποιούν απλές φωνητικές εντολές στην ελληνική γλώσσα και οπτικές οδηγίες για να αναγνωρίζουν, να παρακολουθούν οπτικά το ηλεκτροκαρδιογράφημα (ΗΚΓ) και να αναλύουν δεδομένα (μνήμη). Σκοπός είναι να καθοδηγούν τους ανειδίκευτους διασώστες και επαγγελματίες υγείας, με στόχο την προσπάθεια ασφαλούς απινίδωσης σε θύματα με καρδιακή ανακοπή. Επιπλέον δεν απαιτεί γνώσεις διάγνωσης του ΗΚΓ και ο χειρισμός του πραγματοποιείται με λιγότερη εκπαίδευση.

Λειτουργούν με τη φιλοσοφία ενός κλασσικού καρδιογράφου. Αναλύουν τον καρδιακό ρυθμό μέσω των αυτοκόλλητων ηλεκτροδίων, που έχουν κολλήσει στον ασθενή. Αφού γίνει η ανάλυση και αν διαγνώσουν κάποιο πρόβλημα το

οποίο χρήζει απινίδωσης, τότε ο αυτόματος εξωτερικός απινιδωτής προχωρά στην απινίδωση, δίνοντας ηλεκτρικό ρεύμα (shock) μέσω των ηλεκτροδίων για να επαναφέρει τον καρδιακό ρυθμό στη σωστή συχνότητά του. Αν ένας αυτόματος εξωτερικός απινιδωτής ανιχνεύσει κανονικό καρδιακό ρυθμό, σε καμία περίπτωση δεν επεμβαίνει και πέφτει σε αδράνεια. Για τυχόν αστοχία, ο αυτόματος εξωτερικός απινιδωτής έχει ειδικές δικλίδες ασφαλείας και σε κάθε περίπτωση «κλειδώνει τη λειτουργία του». Οι απινιδωτές είναι φτιαγμένοι έτσι ώστε να λειτουργούν σε κάθε περιβάλλον και με όλες τις συνθήκες. Κάποιοι έχουν τη δυνατότητα να επεμβαίνουν σε όλα τα περιστατικά, ακόμα και σε μικρά παιδιά ηλικίας 1-2 ετών.

Οι AED έχουν περιγραφεί ως «το σπουδαιότερο, μετά από την εμφάνιση της Καρδιοαναπνευστικής Αναζωογόνησης (ΚΑΡΠΑ), επίτευγμα στη θεραπεία της καρδιακής ανακοπής από κοιλιακή μαρμαρυγή».

Επειδή είναι ιδιαίτερα μικροί σε μέγεθος και πολύ εύκολοι και απλοί στη χρήση τους, έχουν τοποθετηθεί σε πολλά σημεία όπως ξενοδοχεία, υπουργεία, συνεδριακοί και εκθεσιακοί χώροι, αεροδρόμια, αεροπλάνα, γήπεδα, πλοία όλων των τύπων, γυμναστήρια, ιδιωτικές εταιρείες, σχολεία, περιπολικά αστυνομίας, πυροσβεστικά οχήματα, ναυαγοσώστες, με αποκλειστικό σκοπό να μεγαλώσει ο αριθμός ευκαιριών για τη σωτηρία ατόμων που έχουν υποστεί καρδιακή ανακοπή.

Σε ασθενείς που έχουν υποστεί ανακοπή καρδιάς, κάθε δευτερόλεπτο που περνά είναι καθοριστικό για την επιβίωση, από βλάβες λόγω υποξίας στον εγκέφαλο και το μέλλον τους. Επίσης σε κάθε περίπτωση είναι σημαντικό ο χρήστης του αυτόματου εξωτερικού απινιδωτή να παραδίνει ταυτόχρονα τεχνητή αναπνοή (CPR). Καθημερινά πολλοί συνάνθρωποί μας χάνουν τη ζωή τους από ξαφνική ανακοπή καρδιάς σε πολλούς δημόσιους και ιδιωτικούς χώρους και ο μόνος αποτελεσματικός τρόπος αυτή τη στιγμή είναι να υπάρχει ένας αυτόματος εξωτερικός απινιδωτής έτοιμος προς χρήση. Μπορεί να τον χρησιμοποιήσει οποιοσδήποτε πολίτης έχει παρακολουθήσει ειδικά εκπαιδευτικά σεμινάρια Καρδιοαναπνευστικής Αναζωογόνησης (δηλ. χρήση του αυτόματου εξωτερικού απινιδωτή και τεχνητής αναπνοής) ηλικίας 12 ετών και άνω.

Η ξαφνική ανακοπή καρδιάς είναι γνωστή και ως κοιλιακή μαρμαρυγή (ventricular fibrillation - VF) και είναι μια δυσλειτουργία της καρδιάς, η οποία έχει σαν αποτέλεσμα τον θάνατο του ασθενούς.

Δυστυχώς μπορεί να συμβεί στον οποιονδήποτε, ανεξαρτήτως φύλου και

ηλικίας και χωρίς προειδοποίηση. Πολύ μεγαλύτερο κίνδυνο διατρέχουν άτομα τα οποία έχουν καρδιακά προβλήματα ή έχουν κάνει επεμβάσεις: bypass, αγγειοπλαστική, κ.α, καθώς επίσης και με ύποπτο κληρονομικό παρελθόν.

Το ποσοστό της VF ως αιτίας αιφνιδίου καρδιακού θανάτου (ΑΚΘ) ξεπερνά το 90% στα πρώτα λεπτά της ανακοπής. Μόνο το 2-5% των θυμάτων του ΑΚΘ διασώζονται μέσω των συστημάτων αντιμετώπισης επειγόντων περιστατικών. Το πρόβλημα αυτό όμως θα μπορούσε να αντιμετωπιστεί με την έγκαιρη χρήση των απινιδωτών από όσο το δυνατό περισσότερο κόσμο.

Όταν ένας ασθενής πάθει καρδιακή ανακοπή, οι πιθανότητες να επιβιώσει μειώνονται κατά 10% για κάθε λεπτό που περνά χωρίς θεραπευτική απινίδωση. Σύμφωνα με μελέτες που έχουν γίνει, μπορεί ένας ασθενής να επανέλθει στον σωστό καρδιακό ρυθμό, αλλά χρειάζεται η άμεση φροντίδα από εξειδικευμένο προσωπικό και χορήγηση ειδικών φαρμάκων, γι' αυτό και σε κάθε περιστατικό πρέπει να ειδοποιείται αμέσως το 112 για την άμεση διακομιδή του ασθενούς στο νοσοκομείο, όπου θα παρακολουθείται πλέον από εξειδικευμένο προσωπικό.

Μια πρόσφατη έρευνα από Αμερικανούς και Ιταλούς γιατρούς έχει προσθέσει σημαντικά νέα στοιχεία αναφορικά με τη χρησιμότητα και αποτελεσματικότητα των εξωτερικών αυτόματων απινιδωτών. Οι γιατροί εκπαίδευσαν 2.000 απλούς ανθρώπους στην καρδιοαναπνευστική αναζωογόνηση, η οποία περιλαμβάνει τη χρήση του αυτόματου εξωτερικού απινιδωτή και την τεχνητή αναπνοή. Οι εθελοντές αυτοί, με τη βοήθεια των απινιδωτών που είχαν τοποθετηθεί σε δημόσιους χώρους, συνέβαλαν στην άμεση αντιμετώπιση καρδιακών ανακοπών σε 1.400 ασθενείς ετησίως.

Εντυπωσιακά είναι τα στοιχεία που καταγράφονται στο αεροδρόμιο του Σικάγου, όπου από 21 καρδιακές ανακοπές επέζησαν οι 16 ασθενείς (ποσοστό επιβίωσης 80%), ενώ στους οκτώ από αυτούς η απινίδωση επιχειρήθηκε από πολίτες που έτυχε να βρίσκονται εκείνη την ώρα στο αεροδρόμιο.

**Μεγάλο ενδιαφέρον παρουσιάζει το στοιχείο ότι το ποσοστό επιβίωσης ανήλθε στο 74% στις περιπτώσεις κατά τις οποίες η απινίδωση πραγματοποιήθηκε πριν από την παρέλευση τριών λεπτών από την ανακοπή, ενώ ελαττώθηκε στο 49% μετά τα τρία λεπτά.**

Πολλοί ταξιδιώτες που παθαίνουν καρδιακή ανακοπή θα είχαν μεγαλύτερες πιθανότητες να επιβιώσουν, αν τα πυροσβεστικά σώματα των αεροδρομίων διέθεταν αυτόματους φορητούς απινιδωτές, όπως αποδείχθηκε από έρευνα του

Πανεπιστημίου του Χάρβαρντ στο αεροδρόμιο Λόγκαν της Βοστώνης. Οι πυροσβεστικοί σταθμοί των αεροδρομίων βρίσκονται συνήθως πιο κοντά στους επιβάτες από ότι τα ασθενοφόρα και οι γιατροί - αν υπάρχουν.

Όπως αναφέρει το Reuters Health, στη διάρκεια των πέντε ετών που διήρκεσε η έρευνα στο αεροδρόμιο Λόγκαν, οι πυροσβέστες ήταν οι πρώτοι που χρησιμοποίησαν τον απινιδωτή στις 36 από τις 38 περιπτώσεις. Η ταχύτητα αντίδρασης και επαναφοράς της καρδιακής λειτουργίας έχει βέβαια μεγάλη σημασία για την επιβίωση του ασθενούς. Όλοι οι επιβάτες που επέζησαν και πήραν εξιτήριο από το νοσοκομείο όπου μεταφέρθηκαν, είχαν δεχτεί τις πρώτες βοήθειες από το πυροσβεστικό σώμα.

## **ΤΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ ΕΙΝΑΙ ΙΔΙΑΙΤΕΡΑ ΕΝΔΙΑΦΕΡΟΝΤΑ**

1. Η επιβίωση των ασθενών χωρίς κανένα νευρολογικό πρόβλημα μετά από ανακοπή καρδιάς, τριπλασιάστηκε λόγω της χρήσης των αυτόματων εξωτερικών απινιδωτών από εκπαιδευμένους εθελοντές.
2. Εάν η φροντίδα προς τον ασθενή με καρδιακή ανακοπή, γινόταν από εκπαιδευμένο εθελοντή με τη βοήθεια αυτόματου εξωτερικού απινιδωτή μέσα στα πρώτα 8 λεπτά από την ανακοπή, τότε θα ήταν δυνατόν να σώζεται η ζωή 15 ασθενών για κάθε 100 που έχαναν τις αισθήσεις τους λόγω καρδιακής ανακοπής.
3. Όσο περισσότεροι απινιδωτές υπήρχαν τοποθετημένοι σε δημόσιους χώρους, όσο περισσότεροι εκπαιδευμένοι εθελοντές υπήρχαν στην καρδιοαναπνευστική αναζωογόνηση και όσο λιγότερος ήταν ο χρόνος χορήγησης θεραπείας, τόσο περισσότερο θα αυξανόταν η επιβίωση των ασθενών μετά από ανακοπή καρδιάς.

Το συμπέρασμα των ερευνητών είναι ότι απλοί άνθρωποι, όταν εκπαιδευτούν, είναι σε θέση να χειρίζονται με ασφάλεια τους εξωτερικούς αυτόματους απινιδωτές σε δημόσιους χώρους.

Είναι σημαντικό να υπάρχει πρόγραμμα τοποθέτησης και συντήρησης αυτόματων εξωτερικών απινιδωτών σε όσο το δυνατό περισσότερους δημόσιους χώρους.

Το αποτέλεσμα είναι να προσφέρουν αποτελεσματική καρδιοαναπνευστική αναζωογόνηση σε θύματα καρδιακής ανακοπής, γεγονός που θα σώζει κάθε χρόνο σημαντικό αριθμό ανθρώπινων ζώων και θα μειώνει το ποσοστό των σοβαρών αναπηριών λόγω υποξίας του εγκεφάλου σε αυτούς που επιβιώνουν.



**European  
Resuscitation  
Council**

ΕΥΡΩΠΑΪΚΟ  
ΣΥΜΒΟΥΛΙΟ  
ΑΝΑΖΩΟΓΟΝΗΣΗΣ



www.erc.edu  
info@erc.edu

**Αυτόματη Εξωτερική Απινίδωση**

www.kysan.org  
mariogr@spidernet.com.cy

Ελέγξτε αν ανταποκρίνεται - Απελευθερώστε τον αεραγωγό - Ελέγξτε για αναπνοή - Καλέστε το 112



### Ενεργοποιήστε τον Αυτόματο Εξωτερικό Απινιδωτή (ΑΕΑ)

Ακολουθήστε τις φωνητικές οδηγίες χωρίς καθυστέρηση



### Τοποθετήστε τα ηλεκτρόδια

Τοποθετήστε ένα ηλεκτρόδιο κάτω από την αριστερή μασχάλη  
Τοποθετήστε το άλλο ηλεκτρόδιο κάτω από τη δεξιά κλείδα, δίπλα στο στήρνο.



### Απομακρυνθείτε

Βεβαιωθείτε ότι κανείς δεν αγγίζει το θύμα ενόσω ο ΑΕΑ αναλύει τον καρδιακό ρυθμό



### Χορηγήστε απινίδωση (Shock)

Βεβαιωθείτε ότι όλοι έχουν απομακρυνθεί από το θύμα.



### Ξεκινήστε αμέσως ΚΑΡΠΑ

Τοποθετήστε τα χέρια σας στο κέντρο του θώρακα  
Δώστε 30 θωρακικές συμπιέσεις  
Σφραγίστε τα χείλη σας γύρω από το στόμα  
Φυσήξτε σταθερά έως ότου ανασηκωθεί ο θώρακας  
Δώστε την επόμενη αναπνοή όταν επανέλθει ο θώρακας  
Συνεχίστε την ΚΑΡΠΑ



**30:2**

Ακολουθήστε τις φωνητικές οδηγίες χωρίς καθυστέρηση

Εάν το θύμα ξεκινήσει να αναπνέει κανονικά, σταματήστε την ΚΑΡΠΑ. Εάν το θύμα εξακολουθεί να είναι αναισθητό, τοποθετήστε το σε θέση ανάντησης.



## Ζ΄ ΕΠΙΦΥΛΑΚΗ ΑΥΤΟΠΡΟΣΤΑΣΙΑΣ ΠΟΛΙΤΩΝ

*Του Τμηματάρχη Π.Α. Ευθύμιου - Μίμη Βασιλείου*

Αγαπητοί συνάδελφοι

Τα συνεχή και επαναλαμβανόμενα κρούσματα ληστειών, διαρρήξεων, κακοποιήσεων, απειλών, ακόμη και επιθέσεων που πολλές φορές φθάνουν μέχρι και τον φόνο, απασχολούν πολύ σοβαρά τόσο τις Αρχές όλου του κόσμου, όσο και εμάς τους ίδιους και τους πολίτες ιδιαίτερα.

Η ΠΟΛΙΤΙΚΗ ΑΜΥΝΑ, όπως και τα Δημαρχεία, έχοντας υπόψη αρκετά τέτοια κρούσματα, είναι επί ποδός και παρακολουθούν το κάθετι στον βαθμό που τους επιτρέπει ο αριθμός των μελών του διαθέσιμου ανθρώπινου δυναμικού τους.

Με βάση τις παρατηρήσεις μας, αλλά και την κοινή λογική, καταλήξαμε στο συμπέρασμα ότι, εν όψει της εφευρετικότητας, της θρασύτητας και των ωρών δράσεως των εγκληματιών αυτών, οι επίσημες Πολιτειακές Αρχές (Αστυνομία, Δημαρχεία, Πολιτική Άμυνα) είναι αδύνατο να παρακολουθούν καθημερινά και σε 24ωρη βάση κάθε σπίτι και κάθε υποστατικό των πόλεων και της υπαίθρου. Τούτο μπορεί να επιτευχθεί ΜΟΝΟ με τη ΣΥΝΕΡΓΑΣΙΑ των ΠΟΛΙΤΩΝ με τις ΑΡΧΕΣ και ΜΕΤΑΞΥ τους.

Οι διάφοροι δήμοι οργάνωσαν προς τούτο «ΣΥΝΟΙΚΙΑΚΕΣ ΕΠΙΤΡΟΠΕΣ» ή τον θεσμό του «ΠΑΡΑΤΗΡΗΤΗ της ΓΕΙΤΟΝΙΑΣ», με δραστηριοποίηση δηλαδή εθελοντών πολιτών, που έχουν να παρουσιάσουν αξιόλογο έργο.

**Η ΠΟΛΙΤΙΚΗ ΑΜΥΝΑ συνεργάζεται με τα «Σώματα» αυτά με ένα και μόνο σκοπό: την ΕΝΗΜΕΡΩΣΗ ΚΑΙ ΑΥΤΟΠΡΟΣΤΑΣΙΑ των συμπολιτών μας, έχοντας ως αρχή και στόχο την ανάπτυξη μεταξύ των κατοίκων των πόλεών μας ΑΡΙΣΤΩΝ ΣΧΕΣΕΩΝ ΜΕΤΑΞΥ ΤΩΝ ΓΕΙΤΟΝΩΝ. Η ΚΑΛΗ ΓΕΙΤΟΝΙΑ ΕΙΝΑΙ Η ΠΙΟ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΙΚΗ ΑΥΤΟΠΡΟΣΤΑΣΙΑ.**

Θυμηθείτε την παροιμία των προγόνων μας, τότε που ούτε δημαρχεία υπήρχαν, ούτε Αστυνομία, ούτε Πολιτική Άμυνα. Τότε που ανθούσε μάλιστα η κλοπή και η επικράτηση του «ισχυρότερου». Αντιμετώπιζαν το κακό αυτό μόνο με τη ΣΥΝΕΡΓΑΣΙΑ, την ΑΓΑΠΗ, και προπάντων την ΑΛΛΗΛΟΠΡΟΣΤΑΣΙΑ: «Γείτον έσιεις, Θεόν έσιεις» έλεγαν και είχαν απόλυτο δίκαιο.

Σήμερα μπορούμε να αντιμετωπίσουμε και εμείς κάθε κακό, αναπτύσσοντας καλές σχέσεις με τους γείτονές μας. Ο ένας να προσέχει τον άλλο, ιδιαίτερα τις νύκτες, χωρίς να επαναπαυόμαστε στη διάρκεια της μέρας και την περίοδο των διακοπών.

Κάθε ύποπτη κίνηση, κάθε ύποπτος θόρυβος ΠΡΕΠΕΙ να μας ΘΕΤΕΙ ΠΑΝΤΑ ΣΕ ΣΥΝΑΓΕΡΜΟ και να επικοινωνούμε με τον γείτονά μας (τηλέφωνο, φαξ, email, ...) για επιβεβαίωση, όπως και με την αστυνομία για καταγγελία του γεγονότος.

### ΙΣΤΟΡΙΚΟ ΤΗΣ Ε.Α.Π\*

Η Ε.Α.Π (Επιφυλακή Αυτοπροστασίας Πολιτών) οργανώθηκε για πρώτη φορά στις Η.Π.Α και στη δεκαετία του 1980 ήλθε στο Ηνωμένο Βασίλειο, συμβάλλοντας αποτελεσματικά στη μάχη κατά του εγκλήματος, καθιστώντας έτσι τις κοινότητες/αστικές ενορίες ασφαλέστερες και ως εκ τούτου ευτυχέστερες, πιο ήρεμες και με πιο φιλικές σχέσεις μεταξύ των κατοίκων, ιδιαίτερα των γειτόνων.

Είναι δηλαδή ένας τρόπος ελάττωσης του εγκλήματος, οργανώνοντας τους κατοίκους μιας περιοχής (οδού) έτσι που να ενδιαφέρεται ο ένας για τον άλλο ειλικρινά, να προστατεύει την περιουσία του γείτονά του και να καταγγέλλει στην Αστυνομία κάθε απόπειρα ή ύποπτη κίνηση που αποσκοπεί στη διάπραξη εγκλήματος (διάρρηξης, κλοπής, κ.τ.λ.).

Η λειτουργία της αποδείχθηκε καταλυτική στην αντιμετώπιση των διαρρήξεων και κλοπών, αλλά και στην επικράτηση άριστων σχέσεων μεταξύ των κατοίκων/γειτόνων, ως και με τις Τοπικές Αρχές (Δημαρχείο, Τοπική Αστυνομία, Πολιτική Άμυνα). Το κύριο χαρακτηριστικό της επιτυχίας του θεσμού αυτού είναι η σε μεγάλο βαθμό καλλιέργεια και ανάπτυξη της ΣΥΝΕΡΓΑΣΙΑΣ μεταξύ του κόσμου και των Αρχών, πράγμα που αποδεδειγμένα βελτιώνει την ποιότητα ζωής σε κάθε κοινωνία.

Στόχος και φιλοδοξία της Πολιτικής Άμυνας είναι η ανέξοδη και όσο το δυνατό καλύτερη οργάνωση της Ε.Α.Π στις πόλεις και την ύπαιθρο, συνεργαζόμενη προς τούτο στενά και απρόσκοπτα με τα Δημαρχεία, τα Κοινοτικά Συμβούλια και την Αστυνομία, ούτως ώστε να καλλιεργηθεί, στον ύψιστο δυνατό βαθμό, η ποιότητα της ΚΑΛΗΣ ΓΕΙΤΟΝΙΑΣ, ως και του ειλικρινούς ενδιαφέροντος και της ανιδιοτελούς σχέσης και εξυπηρέτησης μεταξύ των γειτόνων. Έτσι, βοηθώντας ο ένας τον άλλο, αντιμετωπίζεται κάθε κακό στη ρίζα του. Δεν πρέπει να ξεχνούμε ότι «εν τη ενώσει η ισχύς» και ότι ουδείς γνωρίζει πότε θα χτυπήσει ένας εγκληματίας. «Σήμερα γιορτή δική μου, αύριο παραμονή δική σου». Γι' αυτό πρέπει να είμαστε πάντα έτοιμοι και καλά ενημερωμένοι, ούτως ώστε, αν κάποτε συμβεί κάτι κακό στη γειτονιά μας και περιπέσει στην αντίληψή μας, να ξέρουμε τι να κάνουμε, χωρίς πανικό, αλλά προ πάντων χωρίς κανένα κίνδυνο. Να έχουμε πάντα τα μάτια και τα αυτιά μας ΑΝΟΙΚΤΑ.

---

\* Ε.Α.Π = Επιφυλακή Αυτοπροστασίας Πολιτών



## ΣΥΝΤΟΜΗ ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ ΤΟΥ ΣΧΕΔΙΟΥ ΔΡΑΣΕΩΣ ΤΗΣ Ε.Α.Π

Η όλη προσπάθεια βασίζεται στην ΕΘΕΛΟΝΤΙΚΗ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ των συμπολιτών μας. Όσοι δηλώσουν συμμετοχή αυτομάτως γίνονται μέλη της Ε.Α.Π της πόλης/Κοινοτήτάς τους και θα έχουν άμεση επικοινωνία με την Αστυνομία, το Δημαρχείο/Κοινοτικό Συμβούλιο και την Πολιτική Άμυνα.

Κύρια αποστολή της Ε.Α.Π είναι η συνεχής, ιδιαίτερα κατά τις επικίνδυνες ώρες και μέρες, ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΗ σε κάθε δρόμο.

Κατ' αρχήν όλοι οι συμμετέχοντες στην Ε.Α.Π κάθε πόλης, θα κληθούν σε παγκοινοτική συγκέντρωση, όπου θα ενημερωθούν από τις Αρχές που εμπλέκονται στο σχέδιο. Ακολούθως θα δραστηριοποιηθούν ΚΑΤΑ ΟΔΟΝ. Αργότερα συγκεντρώνονται σε ένα από τα σπίτια της γειτονιάς, ή οπουδήποτε αλλού αποφασίσουν οι κάτοικοι κάθε οδού και πίνοντας το ποτό τους, θα αλληλογνωριστούν, θα ανταλλάξουν τηλέφωνα και θα ορίσουν ένα ΥΠΕΥΘΥΝΟ για κάθε οδό.

Ο ΥΠΕΥΘΥΝΟΣ αυτός μπορεί να είναι εκ περιτροπής, ούτως ώστε να περάσουν από τη θέση αυτή όλοι ή όσοι θέλουν, καθορίζοντας ταυτοχρόνως και τον χρόνο υπηρεσίας εκάστου π.χ. μια βδομάδα, ένας μήνας ...

Ο εν λόγω ΥΠΕΥΘΥΝΟΣ θα έχει άμεση επικοινωνία με τον αντίστοιχο αξιωματούχο της Αστυνομίας, της Πολιτικής Άμυνας και του Δημαρχείου/Κοινοτικού Συμβουλίου, καθώς και με τους γείτονές του. Μπορεί, αν θέλει, να δημιουργήσει, αν είναι μεγάλη η οδός του, και ΔΙΚΤΥΟ ΒΟΗΘΩΝ του, που θα τον ενημερώσουν για κάθε τι το ύποπτο που συμβαίνει στην οδό τους.

Έτσι η γειτονιά, θα έχει μια μόνιμη και ανέξοδη προστασία χωρίς κόπο, σπατάλη χρόνου και χρήματος. Η επιτυχία του σχεδίου θα βασίζεται 100% στην «έγνοια» του καθενός μας για τους γείτονές μας και τη σωστή αναφορά μας εκεί που πρέπει.



## ΕΙΣΗΓΗΣΕΙΣ ΜΑΣ

### Α΄ ΠΡΟΚΑΤΑΡΤΙΚΕΣ ΕΝΕΡΓΕΙΕΣ ΤΩΝ ΑΡΧΩΝ

#### (Π.Α., ΔΗΜΑΡΧΕΙΩΝ/ΚΟΙΝΟΤΙΚΩΝ ΣΥΜΒΟΥΛΙΩΝ, ΑΣΤΥΝΟΜΙΑΣ)

1. Πρόσκληση των πολιτών σε Πανδημοτική Συγκέντρωση Εθελοντών, γνωριμία τους με την ηγεσία της Τοπικής Αστυνομίας, του Δημαρχείου/ Κοινοτικού Συμβουλίου, της ΠΑ και παρότρυνση των γειτόνων να έχουν καλές σχέσεις μεταξύ τους.
2. Ανάλυση/επεξήγηση του Σχεδίου Δράσεως της Ε.Α.Π.
3. Συμπλήρωση δήλωσης εθελοντικής συμμετοχής στην Ε.Α.Π.
4. Εφοδιασμός ει δυνατόν, κάθε Εθελοντή με ένα σχετικό σήμα/έμβλημα/ ταυτότητα (προαιρετικό).
5. Καθορισμός, αν εγκριθεί, ενός ΕΤΗΣΙΟΥ ΦΕΣΤΙΒΑΛ ή ΔΕΙΠΝΟΥ της Ε.Α.Π και εξεύρεση των απαραίτητων χορηγών.
6. Ενημέρωση των Επιχειρηματιών και Βιομηχάνων των πόλεών μας για την Ε.Α.Π.
7. Καθορισμός ενός ΜΟΝΙΜΟΥ ΑΡΙΘΜΟΥ ΤΗΛΕΦΩΝΟΥ, που θα βρίσκεται στον Τοπικό Αστυνομικό Σταθμό.
8. Διανομή κατ' οίκον του Τριμηνιαίου Ενημερωτικού Δελτίου της Ε.Α.Π., δηλαδή, ενός φυλλαδίου με τα εκάστοτε «νέα» του τριμήνου, ως και γνωστοποίηση των κρουσμάτων κλοπής/ενόχλησης που έγιναν στην πόλη μας και την αντιμετώπισή τους (προαιρετικό).
9. Εισήγηση για απονομή Τιμητικών Διακρίσεων σε όσους προσφέρουν, αποδεδειγμένα, ευδόκιμες και τελεσφόρες υπηρεσίες στην Ε.Α.Π.
10. Ορισμός τακτικής (Τριμηνιαίας) συνάντησης εθελοντών και Αρχών για αλληλοενημέρωση και περαιτέρω προγραμματισμό.

### Β΄ ΜΕΤΡΑ & ΣΤΟΧΟΙ ΤΗΣ Ε.Α.Π.

#### 1. ΠΡΟΛΗΠΤΙΚΑ ΜΕΤΡΑ ΑΣΦΑΛΕΙΑΣ ΣΤΟ ΣΠΙΤΙ ΜΑΣ:

- Πόρτες με κλειδαριές ασφαλείας.
- Πόρτες με οφθαλμίδιο.
- Πόρτες με αλυσίδα.

- Αυτόματος φωτισμός στην αυλή μας.
- Σύστημα συναγερμού στο σπίτι μας.
- Ασφάλιση παραθύρων.
- Όταν απουσιάζουμε αφήνουμε κάποιο φως αναμμένο.
- Όταν απουσιάζουμε αφήνουμε το ραδιόφωνο αναμμένο.
- Όταν απουσιάζουμε ενημερώνουμε τους γείτονές μας.
- Όταν απουσιάζουμε μεταφέρουμε τα τιμαλφή μας σε «θυρίδα».
- Δεν αφήνουμε το κλειδί της πόρτας κάτω από το χαλάκι.
- Αλληλοβοήθεια εν καιρώ θεομηνιών.
- Συνεργασία των γειτόνων για την ασφάλεια και προστασία τόσο των ιδίων, όσο και της περιουσίας τους.

## 2. ΕΝΔΙΑΦΕΡΟΜΑΣΤΕ ΓΙΑ ΤΟΥΣ ΓΕΙΤΟΝΕΣ ΜΑΣ:

- Διατηρούμε φιλικές σχέσεις.
- Συχνά-πυκνά παίρνουμε τον καφέ μας μαζί.
- Ανταλλάσσουμε τηλέφωνα/E-mail.
- Ενημερώνει ο ένας τον άλλο όταν θα απουσιάζει.
- Καταγγέλλουμε στην Αστυνομία την είσοδο κάθε ξένου στην αυλή του γείτονα και ειδοποιούμε τον ίδιο.
- Καλωσορίζουμε κάθε νέο κάτοικο της γειτονιάς μας και τον ενημερώνουμε για την Ε.Α.Π.
- Καταγγέλλουμε στην Αστυνομία κάθε απόπειρα διάρρηξης της οικίας του γείτονά μας, της εκκλησίας ή άλλου υποστατικού.
- Καταγγέλλουμε και καλούμε σε βοήθεια τους γείτονες για κάθε απόπειρα κλοπής περιουσίας από την αυλή του γείτονά μας.
- **ΔΕΝ ΣΥΛΛΑΜΒΑΝΟΥΜΕ ούτε ΔΙΑΚΙΝΔΥΝΕΟΥΜΕ ΝΑ ΠΑΛΕΨΟΥΜΕ με κανένα κακοποιό/κλέφτη/διαρρήκτη.**
- **ΚΑΤΑΓΓΕΛΛΟΥΜΕ και ΦΩΝΑΖΟΥΜΕ.**
- Δίδουμε απάντηση στην Αστυνομία στα ερωτήματα: Ποιος; Τι; Πότε; Πού; Πώς; Γι' αυτό πρέπει να είμαστε παρατηρητικοί.

- Καταγράφουμε οποιαδήποτε στοιχεία του διαρρήκτη/κλέφτη/κακοποιού περιέλθουν στην αντίληψή μας και τα δίδουμε στην Αστυνομία:  
Αριθμός, χρώμα, μάρκα και τύπος αυτοκινήτου - Ύψος, πάχος, χρώμα, φυλή, ηλικία, ενδύματα, τατουάζ, χρώμα μαλλιών, κτένισμα, ή άλλα εμφανή χαρακτηριστικά του κακοποιού/κλέφτη/διαρρήκτη π.χ. «ελιές» ή φακίδες.
- Ενημερώνουμε τους γείτονες και την Αστυνομία για κάθε ύποπτη κίνηση στον δρόμο μας.

### 3. ΕΙΜΑΣΤΕ ΠΡΟΣΕΚΤΙΚΟΙ:

- Δεν εργοδοτούμε άγνωστους, ούτε επιτρέπουμε να μπουν στο σπίτι μας άγνωστοι «πωλητές», «ερανοσυλλέκτες», «ζητιάνοι» ή άλλοι διαφημιστές ή «υπάλληλοι Υπηρεσιών» χωρίς τα αντίστοιχα επίσημα αυτοκίνητα και διακριτικά της Υπηρεσίας τους.
- Δεν δίνουμε προσωπικά μας στοιχεία σε κανένα άγνωστο, ούτε στο διαδίκτυο, ούτε συμμετέχουμε σε «ραντεβού στα τυφλά».
- Αν αντιληφθούμε να «βγαίνει καπνός» από το σπίτι του γείτονά μας ειδοποιούμε αμέσως την Πυροσβεστική και τον ίδιο (Τηλ 112).
- Καταγράφουμε και καταγγέλλουμε στην Αστυνομία τον Αριθμό Εγγραφής οποιουδήποτε σχήματος (δίτροχου/τετράτροχου) που εσκεμμένως αναπτύσσει μεγάλη ταχύτητα στον δρόμο μας, προκαλώντας ταυτοχρόνως ηχορύπανση.
- Καταγγέλλουμε στην Αστυνομία την παράνομη αναγραφή συνθημάτων ή βωμολογιών στους τοίχους της γειτονιάς μας.
- Καταγγέλλουμε την οδήγηση οχημάτων από ανήλικους.
- Καταγγέλλουμε την παρουσία «συμμοριών» στη γειτονιά μας.
- Καταγγέλλουμε κάθε συγκέντρωση στην οποία γίνεται χρήση ναρκωτικών.
- Καταγγέλλουμε την ύπαρξη αδέσποτων σκύλων.
- Εντοπίζουμε τα σπίτια όπου κατοικούν ανυπεράσπιστοι γείτονες και τα προσέχουμε.

#### 4. ΤΑ ΕΦΟΔΙΑ ΜΑΣ:

- Γνώση των Δικαιωμάτων του Πολίτη (διανομή ειδικού φυλλαδίου).
- Γνώση των τηλεφώνων/E-mail των γειτόνων μας.
- Γνώση των τηλεφώνων των Αρχών (Αστυνομίας, Δημαρχείου, Πολιτικής Άμυνας).
- Γνώση των τηλεφώνων των Εθελοντικών Οργανώσεων (Προσκόπων, Ερυθρού Σταυρού κ.ά).
- Γνώση Α΄ Βοηθειών και στοιχειώδους Πυρόσβεσης.

#### 5. ΥΠΟΠΤΕΣ ΚΙΝΗΣΕΙΣ Ή ΠΡΟΣΩΠΑ

- Επανεπιλημμένο «πήγαινε-έλα» ενός άγνωστου αυτοκινήτου ή μοτοσυκλέτας στη γειτονιά.
- Όταν κάποιος άγνωστος περιεργάζεται ξανά και ξανά ένα αυτοκίνητο ή ένα σπίτι.
- Όταν κάποιος άγνωστος περιφέρεται ασκόπως έξω από σχολεία, εκκλησίες, μέσα σε πάρκα ή απομονωμένες περιοχές.
- Όταν «βγαίνουν» παράξενες οσμές από ένα σπίτι ή αυτοκίνητο.
- Ανοικτές ή παραβιασμένες πόρτες και παράθυρα ενός κλειστού ή ακατοίκητου υποστατικού.
- Παρουσία διάφορων «τεχνικών» (ηλεκτρικής, τηλεφώνων κ.λ.π.) χωρίς όχημα και στολή Υπηρεσίας.



## Η΄ ΧΩΡΟΙ ΠΡΟΣΩΡΙΝΗΣ ΦΙΛΟΞΕΝΙΑΣ

Η Π.Α είναι πάντα σε ετοιμότητα για να προσφέρει προσωρινή φιλοξενία σε άτομα που εισρέουν μαζικά στη χώρα και χρήζουν άμεσης προστασίας και φιλοξενίας. Γι' αυτό συμμετέχει σε προπαρασκευαστικές συσκέψεις με τις λοιπές εμπλεκόμενες κρατικές υπηρεσίες, για καθορισμό του ρόλου και των ενεργειών της σε κάθε περίπτωση. Στη Λευκωσία υπάρχει ήδη και λειτουργεί ο καταυλισμός «ΠΟΥΡΝΑΡΑ» στην Κοκκινότριμιθιά, όπου φιλοξενήθηκαν ουσίως ολίγοι άτυποι μετανάστες.

**Οι κυριότερες υπηρεσίες ενός τέτοιου καταυλισμού είναι:**

Γραφείο υποδοχής και εγγραφής των μεταναστών.

Χώροι υγιεινής.

Ιατρείο/Σταθμός Α΄ Βοηθειών.

Σίτιση.

Θάλαμοι/σκηνές διαμονής.

Παροχή ηλεκτρισμού/θέρμανσης.

Συνεργασία με Εθελοντικές Οργανώσεις και άλλες εμπλεκόμενες υπηρεσίες.

Σε κάθε τέτοιο καταυλισμό ορίζεται από τον Διοικητή της Πολιτικής Άμυνας ένας διευθυντής, ο οποίος φροντίζει για τη στελέχωση, την εκπαίδευση και τον συντονισμό του μόνιμου προσωπικού, των εθελοντών και των υπόχρεων αμυνιτών και αμυνιτριών που θα επανδρώνουν τις διάφορες υπηρεσίες που θα λειτουργήσουν στον καταυλισμό, όπως:

ΜΕΡΙΜΝΑ

ΔΙΑΒΙΒΑΣΕΙΣ

ΣΥΝΟΙΚΙΟΦΥΛΑΚΗ

ΔΙΑΣΩΣΗ

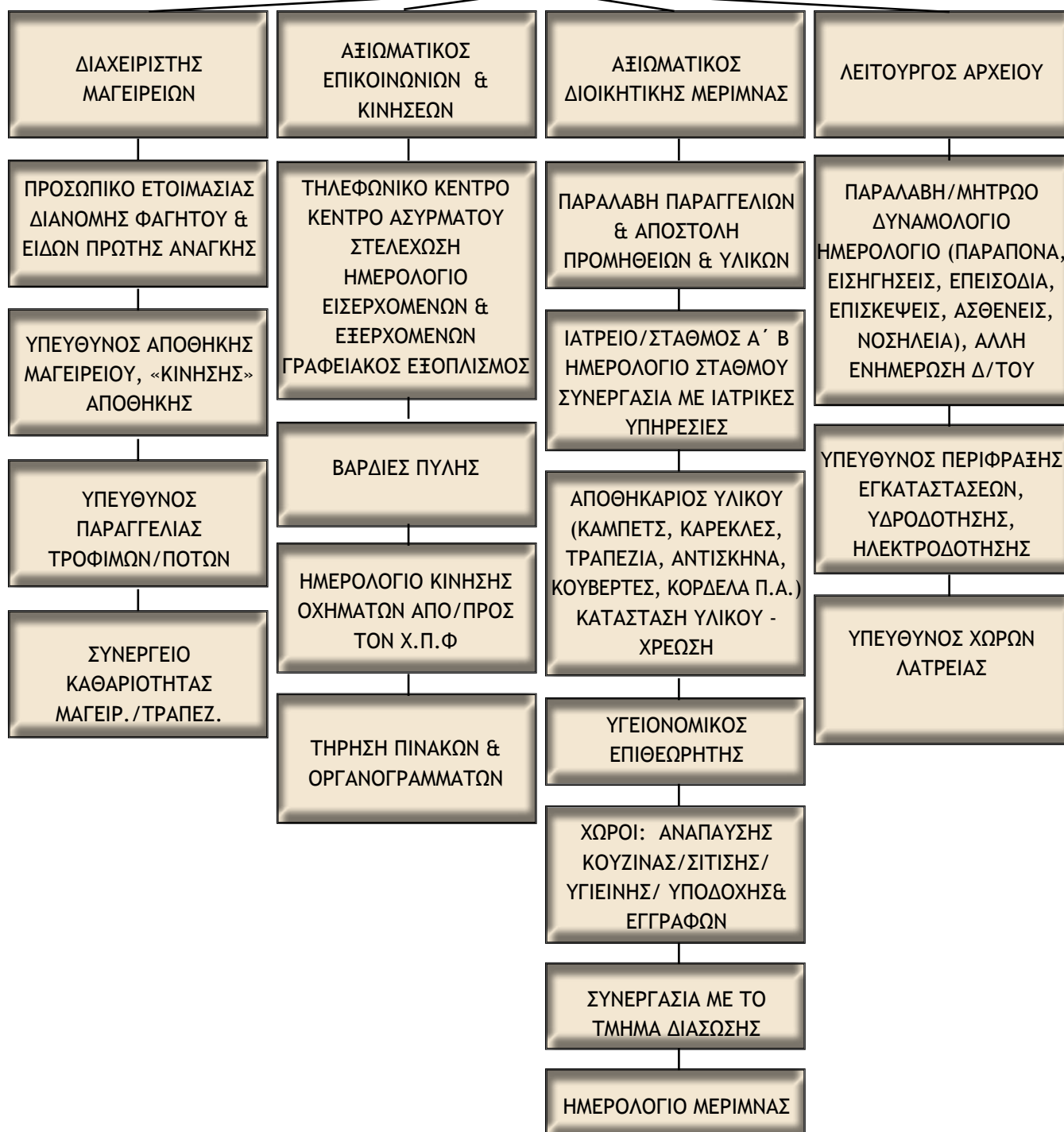
ΙΑΤΡΕΙΟ - Α΄ ΒΟΗΘΕΙΕΣ

Οι πίνακες που ακολουθούν, πιστεύουμε ότι συμβάλλουν στην ομαλή λειτουργία ενός καταυλισμού.

**ΟΡΓΑΝΟΓΡΑΜΜΑ ΟΡΓΑΝΩΣΗΣ - ΔΙΟΙΚΗΣΗΣ -  
ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑΣ ΕΝΟΣ ΚΑΤΑΥΛΙΣΜΟΥ**

**ΔΙΟΙΚΗΤΗΣ Χ.Π.Φ**  
(ΣΥΝΟΛΙΚΗ ΕΥΘΥΝΗ & ΔΙΟΙΚΗΣΗ ΤΟΥ ΚΑΤΑΥΛΙΣΜΟΥ)  
ΤΕΛΙΚΟΣ ΑΠΟΛΟΓΙΣΜΟΣ

**ΥΠΟΔΙΟΙΚΗΤΗΣ Χ.Π.Φ**  
(ΚΑΛΗ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ ΕΓΚΑΤΑΣΤΑΣΕΩΝ)  
(ΣΥΝΕΡΓΑΣΙΑ ΜΕ ΕΘΕΛΟΝΤΕΣ)



## ΑΤΟΜΙΚΟ ΔΕΛΤΙΟ ΦΙΛΟΞΕΝΟΥΜΕΝΟΥ ΣΤΟΝ ΧΠΦ

<b>ΑΤΟΜΙΚΟ ΔΕΛΤΙΟ ΦΙΛΟΞΕΝΟΥΜΕΝΟΥ ΣΤΟΝ ΧΠΦ</b>								
ΟΝΟΜΑ								
ΕΠΙΘΕΤΟ								
Α.Μ. ΤΟΥ ΧΠΦ				ΣΥΝΟΔΕΥΕΤΑΙ ΑΠΟ				
ΑΔΤ				ΑΡ. ΔΙΑΒΑΤ				
ΗΜΕΡ. ΓΕΝΝΗΣΗΣ				ΧΩΡΑ ΓΕΝΝΗΣΗΣ				
ΥΠΗΚΟΟΤΑ				ΘΡΗΣΚΕΥΜΑ				
ΤΟΠΟΣ ΠΡΟΕΛΕΥΣΗΣ								
ΕΠΑΓΓΕΛΜΑ								
ΣΚΟΠΟΣ ΑΦΙΞΗΣ ΣΤΗΝ ΚΥΠΡΟ								
ΗΜΕΡΟΜΗΝΙΑ ΑΦΙΞΗΣ ΣΤΟΝ ΧΠΦ								
ΠΑΝΤΡΕΜΕΝΟΣ/ΝΗ				ΕΛΕΥΘΕΡΟΣ/ΡΗ				
<b>ΚΑΤΑΣΤΑΣΗ ΠΑΙΔΙΩΝ</b>								
ΟΝΟΜΑ	ΦΥΛΟ	ΗΛΙΚΙΑ	ΑΔΤ	ΜΑΘΗΤΗΣ/ΦΟΙΤΗΤΗΣ				
				ΔΗΜ.	ΓΥΜΝ.	ΛΥΚ.	ΚΟΛΛ.	ΠΑΝΕΠ.
ΑΝΑΠΗΡΙΕΣ/ΤΡΑΥΜΑΤΙΣΜΟΙ:								
ΠΑΣΧΕΙ ΑΠΟ:								
ΜΟΡΦΩΣΗ:								
ΕΙΔΙΚΑ ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΑ:								
ΗΜΕΡΟΜΗΝΙΑ ΑΝΑΧΩΡΗΣΗΣ ΑΠΟ ΤΟΝ ΧΠΦ:								
ΤΟΠΟΣ ΠΡΟΟΡΙΣΜΟΥ:								
ΜΕΣΟΝ ΑΝΑΧΩΡΗΣΗΣ:								
ΥΠΕΥΘΥΝΟΣ ΜΕΤΑΦΟΡΑΣ ΤΟΥ ΣΤΟΝ ΝΕΟ ΠΡΟΟΡΙΣΜΟ ΤΟΥ:								
ΥΠΕΥΘΥΝΟΣ ΠΑΡΑΛΑΒΗΣ ΤΟΥ ΣΤΟΝ ΝΕΟ ΠΡΟΟΡΙΣΜΟ ΤΟΥ:								
Συνετάχθη από τον/τη(ν):								
Υπογραφή: .....				Ημερ. ....				



## ΔΥΝΑΜΟΛΟΓΙΟ ΦΙΛΟΞΕΝΟΥΜΕΝΩΝ ΣΤΟΝ ΧΩΡΟ ΠΡΟΣΩΡΙΝΗΣ ΦΙΛΟΞΕΝΙΑΣ

ΚΑΤΑ ΤΗΝ .....

ΑΡΡΕΝΕΣ ΑΝΩ ΤΩΝ 18 ΕΤΩΝ : .....

ΑΡΡΕΝΕΣ 12 - 17 ΕΤΩΝ : .....

ΑΡΡΕΝΕΣ 8 - 11 ΕΤΩΝ : .....

ΑΡΡΕΝΕΣ 5 - 7 ΕΤΩΝ : .....

ΘΗΛΕΙΣ ΑΝΩ ΤΩΝ 18 ΕΤΩΝ : .....

ΘΗΛΕΙΣ 12 - 17 ΕΤΩΝ : .....

ΘΗΛΕΙΣ 8 - 11 ΕΤΩΝ : .....

ΘΗΛΕΙΣ 5 - 7 ΕΤΩΝ : .....

ΠΑΙΔΙΑ ΜΕΧΡΙ 4 ΕΤΩΝ : .....

ΣΥΝΟΛΟ : .....

ΥΠΟΓΡΑΦΗ ΑΡΧΕΙΟΥ:

Να συμπληρώνεται ένα κάθε μέρα σύμφωνα με το Μητρώο του ΧΠΦ





**Χ.Π.Φ.** .....

ΗΜΕΡΟΛΟΓΙΟ ΚΙΝΗΣΗΣ ΟΧΗΜΑΤΩΝ ΑΠΟ/ΠΡΟΣ ΧΠΦ ΤΗΝ.....							
ΗΜΕΡ.	ΑΡ. ΟΧΗΜ.	ΟΔΗΓΟΣ ΟΧΗΜ.	ΠΡΟΟΡΙΣΜΟΣ ΑΠΟΣΤΑΣΗ	ΛΟΓΟΣ ΚΙΝΗΣΗΣ	ΩΡΑ ΑΝΑΧ.	ΩΡΑ ΕΠΙΣΤΡ.	ΥΠΟΓΡ. ΑΞ. ΚΙΝΗΣΕΩΣ

**ΔΕΛΤΙΟ ΚΙΝΗΣΗΣ ΑΠΟΘΗΚΗΣ ΤΡΟΦΙΜΩΝ ΜΑΓΕΙΡΕΙΟΥ**  
**ΤΟΥ Χ.Π.Φ. ....**

ΚΑΤΑ ΤΗΝ .....

ΕΞΕΡΧΟΜΕΝΑ			
ΕΙΔΟΣ	ΠΟΣΟΤΗΤΑ	ΠΑΡΑΛΗΠΤΗΣ (ΥΠΟΓΡΑΦΗ)	ΑΠΟΘΗΚΑΡΙΟΣ ΜΑΓΕΙΡΕΙΟΥ (ΥΠΟΓΡΑΦΗ)

## Θ΄ ΣΗΜΑΤΑ ΣΥΝΕΡΓΑΣΙΑΣ ΜΕ ΕΛΙΚΟΠΤΕΡΟ

### ΣΗΜΑΤΑ ΧΕΙΡΟΣ ΓΙΑ ΟΡΕΙΝΗ ΑΕΡΟΔΙΑΣΩΣΗ



**ΠΑΡΑΛΑΒΕ ΕΜΕΝΑ  
ΕΠΟΜΕΝΟ**

Το ένα χέρι σταθερά σηκωμένο  
επάνω



**ΑΝΕΒΑΣΕ ΤΟ HOIST**

Κυκλική Κίνηση του χωριού επάνω  
από το κεφάλι



**ΚΑΤΕΒΑΣΕ ΤΟ HOIST**

Επάνω και Κάτω κίνηση του  
χεριού



**ΑΚΥΡΩΣΗ / ΦΥΓΕ ΜΑΚΡΙΑ**

Διασταυρούμενη κίνηση επάνω  
από το κεφάλι



**ΣΤΟΠ**

Η παλάμη στραμμένη προς τον  
χειριστή



**ΕΤΟΙΜΟΣ / ΟΚ**

Εκτεταμένος αντίχειρας προς  
τα μέσα



**ΠΗΓΑΙΝΕ ΜΕ ΠΡΟΣ ΕΚΕΙΝΗ  
ΤΗΝ ΚΑΤΕΥΘΥΝΣΗ**

Υπόδειξη προς την κατεύθυνση



**ΑΙΩΡΙΣΟΥ ΣΕ ΑΥΤΟ ΤΟ  
ΕΠΙΠΕΠΕΔΟ**

Οριζόντια κίνηση με τεντωμένο  
χέρι



**ΑΚΥΡΩΣΗ**

Κάθετη κίνηση στο λαιμό

## ΣΗΜΑΤΑ ΣΥΝΕΡΓΑΣΙΑΣ ΜΕ ΕΛΙΚΟΠΤΕΡΟ

### ΑΕΡΟΔΙΑΣΩΣΗ-ΓΕΝΙΚΑ ΣΗΜΑΤΑ ΧΕΙΡΟΣ ΠΡΟΣ Ε/Π



**ΕΛΕΥΘΕΡΟΣ ΝΑ  
ΕΚΚΙΝΗΣΕΙΣ ΤΟΝ  
ΚΙΝΗΤΗΡΑ**

Κυκλική κίνηση με το δεξί χέρι πάνω από το κεφάλι



**ΠΑΡΑΜΕΙΝΕ ΣΤΟ  
ΕΔΕΦΟΣ**

Εκτεταμένα χέρια σε γωνία 45°, με τους αντίχειρες κάτω



**ΚΙΝΗΣΟΥ  
ΕΠΑΝΩ**

Εκτεταμένα χέρια, κινούμενα προς τα πάνω



**ΚΙΝΗΣΟΥ  
ΚΑΤΩ**

Χέρια εκτεταμένα κινούμενα προς τα κάτω



**ΑΝΑΜΕΝΕ /  
ΑΙΩΡΗΣΟΥ**

Χέρια εκτεταμένα με τα δάκτυλα σε γροθιά



**ΕΛΕΥΘΕΡΟΣ ΠΡΟΣ  
ΑΠΟΓΕΙΩΣΗ**

Τα χέρια εκτεταμένα επάνω από το κεφάλι προς την κατεύθυνση απογείωσης



**ΠΡΟΣΓΕΙΩΣΟΥ ΕΔΩ,  
ΕΧΩ ΤΟΝ ΑΝΕΜΟ  
ΣΤΗΝ ΠΛΑΤΗ ΜΟΥ**

Εκτείnete τα χέρια σας προς την περιοχή προσγείωσης με τον άνεμο στην πλάτη σας



**ΚΙΝΗΣΟΥ  
ΕΜΠΡΟΣ**

Εκτείnete χέρια μπροστά, γνέψτε προς το μέρος σας



**ΚΙΝΗΣΟΥ ΠΡΟΣ  
ΤΑ ΠΙΣΩ**

Χέρια προς τα κάτω, με κίνηση φτιαρίσματος



**ΚΙΝΗΣΟΥ  
ΑΡΙΣΤΕΡΑ**

Το δεξί χέρι τεντωμένο και ακίνητο το αριστερό γνέφει



**ΚΙΝΗΣΟΥ  
ΔΕΞΙΑ**

Το αριστερό χέρι τεντωμένο και ακίνητο το δεξί γνέφει



**ΚΙΝΗΣΕ ΤΟ  
ΟΥΡΑΙΟ ΣΟΥ**

Κινήστε το σώμα σας με το ένα χέρι τεντωμένο



**ΣΒΗΣΕ ΤΟΝ  
ΚΙΝΗΤΗΡΑ ΣΟΥ**

Χέρι στο ύψος του λαιμού με την παλάμη να κοιτάει κάτω



**ΘΥΡΕΣ ΣΤΗΝ  
ΑΤΡΑΚΤΟ ΤΟΥ  
ΣΚΑΦΟΥΣ**

Άνοιξε - Κίνηση χεριών προς τα έξω  
Κλείσε - Κίνηση χεριών προς τα μέσα



**ΑΠΕΛΕΥΘΕΡΩΣΕ ΤΟ  
ΦΟΡΤΙΟ ΣΤΗΝ ΚΟΙΛΙΑ**

Επαφή του αριστερού πήχη με το δεξί χέρι



**ΑΠΟΜΑΚΡΥΝΣΟΥ  
ΜΗΝ ΠΡΟΣΓΕΙΩΝΕΣΑΙ**

Διασταυρώστε τα χέρια σας από οριζόντια πάνω από το κεφάλι σας

## Ι΄ ΕΠΙΛΟΓΟΣ

Όπως φαίνεται στα δέκα (10) κεφάλαια του «Μνημονίου του Αμυνίτη εν ώρα δράσεως», τα επεισόδια στα οποία πιθανόν να εμπλακούν και να δραστηριοποιηθούν οι ΣΟΙΦ σε περίπτωση Έκτακτης Ανάγκης είναι πάρα πολλά.

Στα 10 αυτά κεφάλαια που παραθέσαμε δίδουμε βασικές οδηγίες για τον τρόπο με τον οποίο θα ενεργήσουν οι ΣΟΙΦ, καθώς και οι πολίτες σε κάθε περίπτωση. Οι οδηγίες αυτές προέρχονται τόσο από τη γενική και ειδική κατάρτισή μας, όσο και από την πολυετή πείρα μας, χωρίς τούτο να σημαίνει ότι είναι οι καλύτερες ή ότι είναι αλάνθαστες. Τολμούμε όμως να τις δώσουμε γραπτώς και δημοσίως, γιατί ΠΙΣΤΕΥΟΥΜΕ ΑΚΡΑΔΑΝΤΑ ότι παρά να μην ξέρουν οι συνικαιοφύλακες και οι πολίτες τί και πώς θα κάμουν κάτι, όταν βρεθούν αντιμέτωποι με τη σκληρή πραγματικότητα, είναι προτιμότερο να γνωρίζουν έστω και αυτά τα λίγα, τόσο για την προσωπική τους ασφάλεια, όσο και για την αποτελεσματικότερη προσφορά τους προς τους εν κινδύνους συνανθρώπους μας.

Με αυτές τις σκέψεις εύχομαι στον κάθε ΣΟΙΦ καλή δουλειά, έχοντας πάντα στον νου το προσκοπικό «ΕΣΟ ΕΤΟΙΜΟΣ» και είτε να μη χρειαστούν ποτέ οι υπηρεσίες του.

Ο συγγραφέας

Ευθύμιος - Μίμης Βασιλείου



## ΕΡΓΑ ΤΟΥ ΙΔΙΟΥ:

1. Οργάνωση & Λειτουργία μιας Κατασκήνωσης (εξαντλημένο)
2. Σκόρπιες Προσκοπικές Ιδέες (εξαντλημένο)
3. Ημερολόγιο Σ.Ι.Μ.Α.Ε - 2009
4. Οδοιπορικό Ελευθερίας - 2 Τόμοι - 2009 (Βραβευθέν από το Ινστιτούτο Πολιτισμού του ΔΗ.ΣΥ, το Υπουργείο Παιδείας και Πολιτισμού της Κύπρου και εγκριθέν για βράβευση από την ολομέλεια της Ακαδημίας Αθηνών)
5. Εγχειρίδιο Οργάνωσης, Διοίκησης, Δομής & Λειτουργίας ενός Σταθμού Πολιτικής Άμυνας - 2012
6. Ημερολόγιο Σ.Ι.Μ.Α.Ε - 2013
7. Ημερολόγιο Σ.Ι.Μ.Α.Ε - 2015
8. Λεύκωμα Εθνικού Συλλόγου ΜΑΥΡΟΜΜΑΤΗΣ - 2016
9. Ημερολόγιο Σ.Ι.Μ.Α.Ε - 2017
10. Βασανιστήρια και οι 14 ηρωομάρτυρες της Ε.Ο.Κ.Α που πέθαναν στα ανακριτήρια των Βρετανών 1955-1959 - 2017
11. Λεύκωμα Συνδέσμων Αγωνιστών Ε.Ο.Κ.Α 1955 - 1959 (στη μηχανογράφηση)

## ΠΗΓΕΣ

1. Διαλέξεις Α΄ Ακαδημίας Πολιτικής Άμυνας Κύπρου
2. Εγκύκλιοι & Οδηγίες Γενικής Γραμματείας Πολιτικής Προστασίας Ελλάδος
3. Δήμητρα Γ. Μαλαμή, R.N., Π. Παπαμιχαήλ, R.N. Π.Γ.Ν. Πατρών
4. Διαδίκτυο
5. Εγχειρίδιο Οργάνωσης - Διοίκησης - Δομής - Λειτουργίας ενός Σταθμού Πολιτικής Άμυνας του Ευθύμιου - Μίμη Βασιλείου







ΓΤΠ 262/2017-1.000  
Εκδόθηκε από το Γραφείο Τύπου και Πληροφοριών  
Σχεδιασμός: Ελένη Μιχαήλ  
Εκτύπωση: Τυπογραφεία ΚΩΝΟΣ ΛΤΔ