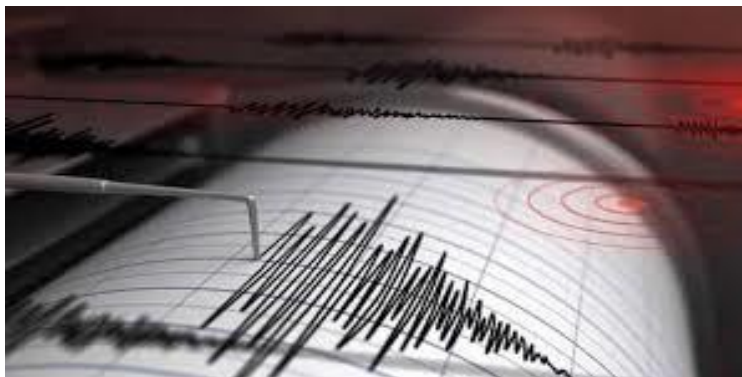


ΜΕΤΡΑ ΠΡΟΣΤΑΣΙΑΣ ΣΕ ΠΕΡΙΠΤΩΣΗ ΣΕΙΣΜΟΥ

Μαθητική Ομάδα: Β΄ τάξη ΕΠΑΛ - ΕΚ (Εργαστηριακού Κέντρου) Λιβαδειάς του Τομέα Δομικών Έργων, Περιβάλλοντος και Αρχιτεκτονικού Σχεδιασμού.

Υπεύθυνη Καθηγήτρια: Ταμπούρη Ουρανία Πολιτικός Μηχανικός Α.Σ.Ε.Τ.Ε.Μ.- Σ.Ε.Λ.Ε.Τ.Ε.)



Ο σεισμός είναι φυσικό **φαινόμενο** το οποίο εκδηλώνεται συνήθως χωρίς σαφή προειδοποίηση, δεν μπορεί να αποτραπεί και παρά τη μικρή χρονική διάρκειά του, μπορεί να προκαλέσει μεγάλες υλικές ζημιές στις ανθρώπινες υποδομές με επακόλουθα σοβαρούς τραυματισμούς και απώλειες ανθρώπινων ζωών.

Η Ελλάδα κατέχει την πρώτη θέση στην Ευρώπη από πλευράς σεισμικότητας και την έκτη παγκοσμίως. Η γεωγραφική της θέση συμπίπτει με περιοχή του πλανήτη μας όπου λαμβάνουν χώρα μεγάλα γεωτεκτονικά φαινόμενα όπως η σύγκλιση της Αφρικανικής με την Ευρω-ασιατική λιθοσφαιρική πλάκα με αποτέλεσμα τη μεγάλη σεισμικότητα που παρατηρείται στη περιοχή αυτή.

Ο σεισμός εκτός από τις άμεσες επιπτώσεις έχει ως επακόλουθα την ενεργοποίηση άλλων γεωλογικών φαινομένων όπως η **ρευστοποίηση εδαφών, οι καταπτώσεις βράχων, οι κατολισθήσεις και τα θαλάσσια κύματα βαρύτητας (τσουνάμι)** με εξίσου σοβαρές επιπτώσεις.

Το μέγεθος ενός σεισμού εκφράζεται σε βαθμούς της **κλίμακας Richter** και είναι η φυσική ποσότητα που χρησιμοποιείται από τους σεισμολόγους για τη μέτρηση της σεισμικής ενέργειας που απελευθερώνεται στο σημείο που εκδηλώνεται ο σεισμός.

Τα φυσικά χαρακτηριστικά ενός σεισμού είναι το μέγεθος, το σημείο (επίκεντρο) και ο χρόνος εκδήλωσης του, καθώς ο βαθμός που έγινε αισθητός σε τοπικό επίπεδο.

Προετοιμάσου από τώρα, για να μπορείς να προστατεύσεις τον εαυτό σου κατά τη διάρκεια του σεισμού και να έχεις την κατάλληλη αντισεισμική συμπεριφορά μετά το σεισμό.

Τι πρέπει να κάνεις ΑΠΟ ΤΩΡΑ: Προετοιμάσου

- **Ενημερώσου** για τον σεισμό, τη σεισμικότητα της περιοχής και τα μέτρα προστασίας.
- **Συζήτησε** με τα μέλη της οικογένειάς σου και επισήμανε ποια είναι τα κατάλληλα σημεία προφύλαξης σου ανά χώρο, ποιος είναι ο κοντινός ασφαλής χώρος που θα καταφύγετε και θα συναντηθείτε μετά από ένα σεισμό.

- **Εφοδιάσου** με μερικά είδη πρώτης ανάγκης, όπως φαρμακείο, φορητό ραδιόφωνο, φακό, κ.λπ.
- **Μερίμνησε ώστε να είναι ασφαλές το σπίτι σου.** Επισήμανε επικινδυνότητες και προσπάθησε να τις μειώσεις. Τοποθέτησε σε χαμηλά ράφια τα βαριά ή εύθραυστα αντικείμενα. Στήριξε κατάλληλα τα ογκώδη έπιπλα, τα φωτιστικά, τους ανεμιστήρες οροφής κ.ά.. Μην κρεμάς βαριά αντικείμενα στους τοίχους πάνω από τα κρεβάτια. Διόρθωσε βλάβες που τυχόν υπάρχουν στο κτίριο π.χ. διαρροές, ρωγμές.
- **Λάβε μέρος σε ασκήσεις ετοιμότητας.**

Τι πρέπει να κάνεις ΚΑΤΑ ΤΗ ΔΙΑΡΚΕΙΑ του σεισμού: Προστάτευσε τον εαυτό σου.

ΑΝ ΕΙΣΑΙ ΜΕΣΑ ΣΕ ΚΤΙΡΙΟ:

- **Μείνε στο χώρο που βρίσκεσαι** και διατήρησε την ψυχραιμία σου.
- **Σκύψε, καλύψου κάτω από ένα γερό έπιπλο** (τραπέζι, γραφείο, θρανίο) **και κράτησε με το χέρι σου το πόδι του.** Σε περίπτωση που δεν υπάρχει κατάλληλο έπιπλο σκύψε στο μέσον του δωματίου μειώνοντας όσο γίνεται το ύψος σου και προστατεύσε με τα χέρια το κεφάλι και τον αυχένα σου. Απομακρύνσου από μεγάλες γυάλινες επιφάνειες (παράθυρα, φεγγίτες ή γυάλινα χωρίσματα) ή έπιπλα και αντικείμενα που μπορεί να σε τραυματίσουν.



ΑΝ ΒΡΙΣΚΕΣΑΙ ΣΕ ΕΞΩΤΕΡΙΚΟ ΧΩΡΟ:

- **Απομακρύνσου από τις προσόψεις των κτιρίων,** στύλους με ηλεκτροφόρα καλώδια ή άλλα επικίνδυνα σημεία (όσο αυτό είναι δυνατόν) και προφυλάξου κατάλληλα.
- **Απομακρύνσου από την ακτή.** Ύστερα από ισχυρό σεισμό μπορεί να δημιουργηθούν θαλάσσια κύματα βαρύτητας (tsunamis).
- **Μείωσε την ταχύτητα του αυτοκινήτου σου,** και στάθμευσε στο πιο κοντινό, ασφαλές σημείο, μακριά από προσόψεις κτιρίων, αερογέφυρες, ηλεκτροφόρα καλώδια κ.ά.. Φρόντισε να μην εμποδίζεις την κυκλοφορία.

ΟΧΙ ΠΑΝΙΚΟΣ!

Πηγές:

<https://www.oasp.gr/node/116>

<https://www.seismoi-live.gr/tieinaiseismos.html>

<http://ebooks.edu.gr/>