



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ  
ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑ ΑΤΤΙΚΗΣ

## Πώς να μείνεις **ΑΣΦΑΛΗΣ** σε περίπτωση **ΠΛΗΜΜΥΡΑΣ!**



Βρες ασφαλές καταφύγιο **ΑΜΕΣΩΣ**

ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ  
ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑ ΑΤΤΙΚΗΣ



Μην περπατήσεις,  
κολυμπήσεις ή οδηγήσεις  
μέσα σε νερά **ΠΛΗΜΜΥΡΑΣ**.



Μείνε μακριά από εκβολές,  
κοίτες, ιρλανδικές διαβάσεις,  
γέφυρες και ορμητικά νερά...



Προστατέψου ανάλογα με  
τον τύπο της **ΠΛΗΜΜΥΡΑΣ**  
και ακολούθησε πάντα τις  
οδηγίες των Αρχών.



Αν δοθεί εντολή  
εκκένωσης, φύγε αμέσως  
από την περιοχή.



Ανέβα σε υψηλότερο  
όροφο ή σε μεγαλύτερο  
υψόμετρο.



## Προετοιμάσου ΤΩΡΑ

Ενημερώσου αν κατοικείς, εργάζεσαι ή συχνάζεις σε περιοχή που πλημμύρισε έστω και μία φορά κατά το παρελθόν. Μάθε ό,τι περισσότερο μπορείς για τον τύπο του πλημμυρικού κινδύνου που απειλεί την περιοχή σου, την συχνότητά του και την έντασή του.

**Παρακολούθησε τις προγνώσεις καιρού και δώσε ιδιαίτερη προσοχή στις προειδοποιήσεις και τα έκτακτα δελτία.**

Ειδικά αν η περιοχή σου κινδυνεύει από αιφνίδιες πλημμύρες παρατήρησε τα καιρικά φαινόμενα και κυρίως τυχόν ενδείξεις όπως έντονες βροχοπτώσεις.

Ενημερώσου σχετικά με το σχέδιο εκκένωσης της περιοχής σου και παρακολούθησε τα σεμινάρια της Περιφέρειας Αττικής. Εντόπισε τις διαδρομές και τους ασφαλείς χώρους συγκέντρωσης / καταφύγια.

**Συγκέντρωσε προμήθειες για την περίπτωση αποκλεισμού και ετοίμασε ένα σακίδιο πλάτης με προμήθειες για την περίπτωση εκκένωσης.** Λάβε υπόψη τις ειδικές ανάγκες κάθε ατόμου, όπως φάρμακα, και τυχόν κατοικίδιων ζώων. Έχε επιπλέον μπαταρίες και συσκευές φόρτισης για τηλέφωνα και άλλο κρίσιμο εξοπλισμό, π.χ. ιατρικό εξοπλισμό, ραδιοφωνάκι (σε περίπτωση διακοπής των τηλεπικοινωνιών), φακό.

**Προστάτεψε την ακίνητη και κινητή περιουσία σου.** Απέφυγε την παραμονή σε υπόγειους χώρους. Καθάρισε τα φρεάτια, τις υδρορροές και τις σχάρες. Μετέφερε σε ασφαλή θέση σε ψηλότερο επίπεδο τα αντικείμενα αξίας, καθώς και τις ηλεκτρικές συσκευές και τα καλώδια. Φύλαξε τα σημαντικά έγγραφα σε αδιάβροχα κουτιά και δημιούργησε ψηφιακά αντίγραφα.

## Επιβίωσε κατά τη ΔΙΑΡΚΕΙΑ

**Πήγαινε προσεκτικά και με ψυχραιμία σε ασφαλές υψηλό σημείο ανάλογα με τη θέση που βρίσκεσαι και την κατάσταση της πλημμύρας.**

Ενημέρωσε τις αρχές και τους δικούς σου ανθρώπους.

**Αν είσαι μέσα σε κτίριο** φύγε από το υπόγειο και ανέβα στο ισόγειο και ακόμα πιο ψηλά, αν υπάρχουν κι άλλοι όροφοι. Σε περίπτωση ανάγκης ανέβα στην ταράτσα και κάνε σήμα για βοήθεια. Κλείσε την τροφοδοσία του ηλεκτρικού ρεύματος και την παροχή νερού.

**Αν είσαι σε ανοιχτό χώρο** ανέβα σε μεγαλύτερο υψόμετρο, μείνε μακριά από εκβολές, κοίτες ποταμών και ρεμάτων, ιρλανδικές διαβάσεις, γέφυρες, ορμητικά νερά, κατολισθήσεις και σε καμία περίπτωση μην επιχειρήσεις να διασχίσεις χείμαρρο πεζή ή με αυτοκίνητο. Μόλις 15 εκατοστά ορμητικού νερού μπορούν να σε ρίξουν κάτω, και 30 εκατοστά ορμητικού νερού μπορούν να παρασύρουν το όχημά σου.

**Αν είσαι μέσα σε αυτοκίνητο** και έχει ακινητοποιηθεί εγκατέλειψε το καθώς ενδέχεται να παρασυρθεί ή να πλημμυρίσει.

**Μείνε μακριά από ηλεκτροφόρα καλώδια** καθώς υπάρχει κίνδυνος ηλεκτροπληξίας.

**Ενημερώσου για την εξέλιξη των καιρικών συνθηκών, τις προειδοποιήσεις και τα έκτακτα δελτία.**

**Ακολούθησε πιστά τις οδηγίες των αρμόδιων Αρχών.** Αν δοθεί εντολή εκκένωσης φύγε αμέσως από την περιοχή και βοήθησε τους συνανθρώπους σου και τα ζώα.

## Μείνε ασφαλής ΜΕΤΑ

**Αν είσαι σε ανοιχτό χώρο**

μείνε μακριά από περιοχές που έχουν πλημμυρίσει ή είναι επικίνδυνες να ξαναπλημμυρίσουν τις επόμενες ώρες. Πρόσεξε διότι η πλημμύρα ενδέχεται να έχει μεταβάλει τα χαρακτηριστικά γνωρίμων περιοχών και τα νερά να έχουν παρασύρει μέρη του δρόμου, των πεζοδρομίων κλπ. Εγκυμονούν κίνδυνοι από σπασμένα οδοστρώματα, περιοχές με επικίνδυνη κλίση, λασποροές κλπ. Τα νερά ενδέχεται να είναι μολυσμένα αν έχουν παρασύρει μαζί τους απορρίμματα, αντικείμενα και νεκρά ζώα. Επίσης μην πλησιάζεις σε περιοχές που έχουν σημειωθεί κατολισθήσεις και πτώσεις βράχων. Έλεγξε αν το σπίτι ή ο χώρος εργασίας σου κινδυνεύει από πτώση βράχων.

**Αν πρέπει οπωσδήποτε να βαδίσεις ή να οδηγήσεις σε περιοχές που έχουν πλημμυρίσει** προσπάθησε να βρεις σταθερό έδαφος και απέφυγε νερά που ρέουν. Αν βρεθείς μπροστά σε δρόμο που έχει πλημμυρίσει σταμάτησε και άλλαξε κατεύθυνση. Απέφυγε τα λιμνάζοντα νερά καθώς ενδέχεται να κρύβουν υπόγεια καλώδια ή διαρροές από εγκαταστάσεις και υπάρχει κίνδυνος ηλεκτροπληξίας.

**Εξέτασε καλά τα κτίρια που έχουν πλημμυρίσει και ιδιαίτερα τον ηλεκτρολογικό εξοπλισμό** με προσοχή πάντα λόγω κινδύνου ηλεκτροπληξίας. Φόρεσε κλειστά παπούτσια και βαριά γάντια, εξέτασε τα δίκτυα του ηλεκτρικού ρεύματος, ύδρευσης και αποχέτευσης, καθώς και τους τοίχους, τις πόρτες, τις σκάλες και τα παράθυρα.

**Μην εμποδίζεις τα συνεργεία διάσωσης** και ακολούθησε τις οδηγίες των Αρχών.