

Σεισμός

- ✓ Διατηρείστε την ψυχραιμία σας.
- ✓ Καλυφθείτε κάτω από κάποιο ανθεκτικό έπιπλο (τραπέζι, γραφείο, θρανίο), γονατίστε και κρατήστε με τα χέρια σας το πόδι του.
- ✓ Αν δεν υπάρχει ανθεκτικό έπιπλο, γονατίστε στο μέσον του δωματίου, μειώνοντας όσο γίνεται το ύψος σας και προστατέψτε με τα χέρια το κεφάλι και τον αυχένα.
- ✓ Απομακρυνθείτε από μεγάλες γυάλινες επιφάνειες (παράθυρα, γυάλινα χωρίσματα) ή έπιπλα και αντικείμενα που μπορεί να σας τραυματίσουν.
- ✓ Μην βγείτε στο μπαλκόνι, μην χρησιμοποιήσετε τον ανελκυστήρα.
- ✓ Μην προσπαθήσετε να απομακρυνθείτε από το σπίτι κατά τη διάρκεια της σεισμικής δόνησης.
- ✓ Ακολουθείστε τις οδηγίες των αρμόδιων αρχών.



Ελληνική Δημοκρατία
Περιφέρεια Αττικής



Αυτοτελής Διεύθυνση
Πολιτικής Προστασίας