



Μαθαίνω να επιβιώνω



Σύγχρονες Πρακτικές Πολιτικής Προστασίας για όλους

Συμμετοχή και Βιωματικές δράσεις Εθελοντικών Ομάδων:

• Εσπερινού Γυμνασίου Σερρών με Λυκειακές Τάξεις

• 4^ο ΕΠΑΛ Εσπερινού Σερρών

• Ομάδας Πολιτικής Προστασίας Εφέδρων Αξιωματικών ΣΕΑΝΣ

• Ομάδας Εθελοντικής Δράσης (ΟΕΔ)

Ένωσης Πολυτέκνων Ν. Σερρών «Ο Άγιος Λουκάς ο Ιατρός»

Ροή Ειδήσεων για την Ημερίδα αυτή, καθώς και προδημοσίευση του ΣΥΠΠΟ θα υπάρχει στις ιστοσελίδες: seanserron.gr και polyteknia.gr



ΥΠΟΣΤΗΡΙΞΗ:



ΔΗΜΟΣ ΣΕΡΡΩΝ



ΔΙΚΗΓΟΡΙΚΟΣ ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΣΕΡΡΩΝ



ΕΛΜΕ ΣΕΡΡΩΝ



ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΡΑΔΙΟΕΡΑΣΙΤΕΧΝΩΝ Ν. ΣΕΡΡΩΝ



ΑΣΠΕ - ΑΝΩΤΑΤΗ ΣΥΝΟΜΟΣΠΟΝΔΙΑ ΠΟΛΥΤΕΚΝΩΝ ΕΛΛΑΔΟΣ



MumDud&Kids

Ο ΠΡΑΚΤΙΚΟΣ ΔΕΚΑΛΟΓΟΣ ΤΗΣ ΠΟΛΙΤΙΚΗΣ ΠΡΟΣΤΑΣΙΑΣ

1. Φροντίζουμε να ενημερωνόμαστε όλοι στην οικογένεια για τα μέτρα αυτοπροστασίας μας, γιατί "Η ΓΝΩΣΗ ΕΙΝΑΙ ΠΡΟΣΤΑΣΙΑ". Λαμβάνουμε τα μέτρα μας!

2. Μην ξεχνάμε τον Ευρωπαϊκό Αριθμό Έκτακτης Ανάγκης (112). Απαντά, ακόμη και όταν το κινητό μας δεν έχει κάρτα SIM ή βρίσκεται εκτός δικτύου.

3. Παρακολουθούμε τα Δελτία Προγνώσεων Καιρού της Ε.Μ.Υ., για να γνωρίζουμε έγκαιρα το τι μπορεί να συμβεί. Ακολουθούμε τις συμβουλές της Γ.Γ. Πολιτικής Προστασίας.

4. Προετοιμαζόμαστε με τα κατάλληλα υλικά. Έχουμε στο σπίτι ένα Σακίδιο Έκτακτης Ανάγκης (ΣΕΑ) με τα απαραίτητα εφόδια για τα αντίστοιχα μέλη της οικογένειάς μας. Ορισμένα απαραίτητα υλικά τα έχουμε μόνιμα και στο αυτοκίνητο.

5. Υπακούμε στις εντολές των Αρχών σε όλες τις φάσεις των εκτάκτων συμβάντων.

6. Ο πανικός είναι κακός σύμβουλος σε κάθε περίπτωση!



7. **ΚΑΚΟΚΑΙΡΙΑ:** Όταν πέφτουν κεραυνοί και είμαστε απροστάτευτοι, δεν ξαπλώνουμε κάτω, αλλά κάνουμε "βαθύ κάθισμα" και σπριζόμαστε στις μύτες των ποδιών. Απομακρυνόμαστε από το υγρό στοιχείο, τις μεταλλικές κατασκευές, τα μεμονωμένα δένδρα. Στα εξοχικά σπίτια κλείνουμε υπολογιστές και τηλεοράσεις και βγάζουμε το καλώδιο της κεραίας.



8. **ΠΥΡΚΑΓΙΑ:** Αν βρεθούμε σε δασική πυρκαγιά και αισθανθούμε το αυτί μας να καίει, είμαστε πολύ κοντά και πρέπει να απομακρυνθούμε. Τα ρούχα μας θα πρέπει να είναι βαμβακερά και να καλύπτουν όλο το σώμα μας. Δεν βρέχουμε το μαντίλι ή την πετσέτα που θα έχουμε στο πρόσωπό μας, όταν κάνουμε κατάσβεση, γιατί θα κάψουμε τα πνευμόνια μας. Αυτό θα το κάνουμε στην ύψαλη της φωτιάς. Δεν τρέχουμε δίπλα από τη φωτιά. Σε φωτιά μέσα σε κτήριο, φεύγουμε προς τα κάτω, σκυμμένοι. Δεν ανεβαίνουμε στα ψηλά πατώματα, διότι η θερμότητα ανεβαίνει προς τα επάνω, εκτός και αν είμαστε σίγουροι ότι θα φύγουμε σε γειτονικό κτήριο.



9. **ΣΕΙΣΜΟΣ:** Όταν γίνεται σεισμός προστατευόμαστε κάτω από ένα ασφαλές τραπέζι. Μετά το σεισμό θα απομακρυνθούμε από το κτίριο και θα καταφύγουμε σε ανοικτό χώρο.



10. **ΘΑΛΑΣΣΑ:** Όταν παρατηρούμε απότομη ανύψωση ή βύθιση της στάθμης της θάλασσας ή τράβηγμα των υδάτων προς τα μέσα, αμέσως απομακρυνόμαστε από την ακτή και καταφεύγουμε σε υψηλό σημείο και μακριά, γιατί υπάρχει ενδεχόμενο εκδήλωσης τσουνάμι.



ΠΥΡΟΣΒΕΣΤΙΚΗ 199



ΑΣΤΥΝΟΜΙΑ 100



ΕΚΑΒ 166



ΕΝΙΑΙΟΣ ΑΡΙΘΜΟΣ SOS 112



ΕΛ.ΑΚΤ. 108

Ο «Δεκάλογος» αυτός καταρτίστηκε με επιμέλεια του κ. Κωνσταντίνου Κοκολάκη. Αν σας φαίνεται χρήσιμος, φυλάξτε τον σε πρόχειρο μέρος.



ΗΜΕΡΙΔΑ

Μαθαίνω να επιβιώνω

Σύγχρονες Πρακτικές Πολιτικής Προστασίας για όλους

ΠΡΟΣΚΛΗΣΗ - ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ

Δευτέρα 18 Μαρτίου 2019

ώρα: 18.30

Αμφιθέατρο ΤΕΙ Σερρών «Ευαγόρας Παλληκαρίδης»

Η ΗΜΕΡΙΔΑ ΤΕΛΕΙ ΥΠΟ ΤΗΣ ΑΙΓΙΔΑ ΤΗΣ ΙΕΡΑΣ ΜΗΤΡΟΠΟΛΕΩΣ ΣΕΡΡΩΝ ΚΑΙ ΝΙΓΡΙΤΗΣ

ΔΙΟΡΓΑΝΩΣΗ



Σύνδεσμος Εφέδρων Αξιωματικών Νομού Σερρών



Ένωση Πολυτέκνων Νομού Σερρών «Άγιος Λουκάς ο Ιατρός»



Περιφέρεια Κεντρικής Μακεδονίας Περιφερειακή Ενότητα Σερρών



Δ/ση Πρωτοβάθμιας Εκπ/σης Ν. Σερρών



Δ/ση Δευτεροβάθμιας Εκπ/σης Ν. Σερρών

ΕΙΣΟΔΟΣ ΕΛΕΥΘΕΡΗ



ΠΡΟΣΚΛΗΣΗ

Έχουμε την τιμή

να σας προσκαλέσουμε στην Ημερίδα

«Μαθαίνω να επιβιώνω – Σύγχρονες Πρακτικές Πολιτικής Προστασίας για όλους»

που θα διεξαχθεί την Δευτέρα 18 Μαρτίου 2019,

ώρα 18.30, στο Αμφιθέατρο του ΤΕΙ Σερρών

«Ευαγόρας Παλληκαρίδης»

Με εκτίμηση
Οι διοργανωτές

Μωυσιάδης Ιωάννης

Αντιπεριφερειάρχης Σερρών

Κατριτζόγλου Βασίλειος

Προεδρος ΣΕΑΝ Σερρών

Παπασταμόπουλος Ξενοφών

Διευθυντής Πρωτοβάθμιας
Εκπαίδευσης Ν. Σερρών

Μπεριντζής Ξενοφών

Πρόεδρος Ενώσεως
Πολυτέκνων Ν. Σερρών
«Αγ. Λουκάς ο Ιατρός»

Τενεκετζής Κωνσταντίνος

Διευθυντής Δευτεροβάθμιας
Εκπαίδευσης Ν. Σερρών

Μαθαίνω να επιβιώνω

Σύγχρονες Πρακτικές Πολιτικής Προστασίας για όλους

Π Ρ Ο Γ Ρ Α Μ Μ Α

A. ΠΡΩΙ (ώρες 11:00-13:00):

Ενημερωτικές συναντήσεις ευαισθητοποίησης προς τους Φορείς και προς το κοινό των Σερρών από τις Εθελοντικές Ομάδες μας.

B. ΑΠΟΓΕΥΜΑ (ώρες 18.30 -21:30)

Ομιλητές :

• Κοκολάκης Κωνσταντίνος

πρώην Διευθυντής Πολιτικής Προστασίας της Αποκεντρωμένης Διοίκησης Μακεδονίας - Θράκης και της Περιφέρειας Κεντρικής Μακεδονίας.

ΘΕΜΑ: Η γνώση είναι προστασία.

• Ευστρατιάδης Ιωάννης

Δικηγόρος παρ' Αρείω Πάγω,
Εκπ/κός Πολιτικών Επιστημών, Εφ. Ανθλγος (ΦΠΖ), sv7era.

ΘΕΜΑ: Σύστημα Πολιτικής Προστασίας Πολυμελών Οικογενειών και ομάδων πληθυσμού (ΣΥΠΠΟ) – Σακίδια έκτακτης Ανάγκης για όλους.

• Πενολίδης Βασίλειος

πρώην Προϊστάμενος Πολιτικής Προστασίας Δήμου Σερρών,
βραβευθείς με έπαινο ΥΠΕΣ

ΘΕΜΑ: Παρουσίαση Σχεδίων Εκκένωσης Δήμου Σερρών και πρακτικές επιβίωσης πληθυσμού.

Δεξίωση προσκεκλημένων

Παράλληλα με την απογευματινή εκδήλωση θα λειτουργεί κατά τις ώρες 18.00 -21.30 στον προθάλαμο του Αμφιθέατρου του ΤΕΙ Σερρών «Ευαγόρας Παλληκαρίδης»:

• Έκθεση υλικών Πολιτικής Προστασίας για όλους, (μη εμπορικού χαρακτήρα) με δυνατότητα επεξηγήσεων της χρήσης τους στους ενδιαφερομένους.

• Γραμματεία της Ημερίδας, η οποία:

- δέχεται Δελτία Τύπου, δηλώσεις ή χαιρετισμούς Φορέων είτε εγγράφως, είτε στο email: seanserron@gmail.com
- διαθέτει έντυπο υλικό
- χορηγεί Βεβαιώσεις Συμμετοχής σε όσους παρακολουθήσουν την Ημερίδα, μετά από αίτημα τους



ΚΕΑ (ΚΑΣΕΤΙΝΑ ΕΚΤΑΚΤΟΥ ΑΝΑΓΚΗΣ)

άμεσης φορητότητας (έκδοση Ανηλίκων και Ενηλίκων*)



A/A	ΟΝΟΜΑΣΙΑ ΥΛΙΚΟΥ	Τεμ.
01 K	Μικρή θήκη τύπου φαρμακείου, μεγέθους 10 X 15 cm περίπου για τα παρακάτω περιεχόμενα:	1
02 K	ΔΕΛΤΙΟ ΑΤΟΜΙΚΩΝ ΣΤΟΙΧΕΙΩΝ σε πλαστικοποιημένα καρτελάκια με καρδονάκι λαιμού με τα απαραίτητα ατομικά στοιχεία . Βλ. ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ Ι -ΣΥΠΠΟ	1
03 K	Σφυρίχτρα υψηλής ισχύος με καρδόνι .	1
04 K	Μικρός φακός τύπου LED μπρελόκ μαζί με εφεδρική μπαταρία	1
05 K	Χάρτινη μάσκα εργασίας απλή, κατά προτίμηση κλάσεως FFP2.	1
06 K	Αυτοκόλλητοι επίδεσμοι (τύπου hansaplast) διαφόρων μεγεθών	5
07 K	Φάκελος με αλοιφή (γέλη) κατά των εγκαυμάτων	1
08 K	Φάκελος με αντισηπτικό για καθαρισμό μικροτραυμάτων.	1
09 K	Γάντια νάυλον ή λατέξ σε μικρό φάκελο (ζεύγος) .	1
10 K	Καραμέλες τύπου ζελέ ή με καφεΐνη (6 τεμ.) ή παστέλι (1 τεμ.)σε μικρή συσκευασία	6
11 K	Μάσκα Ανάνηψης μιας χρήσης ελαφριά	1
12 K	Αποστειρωμένα Αυτοκόλλητα Ράμματα	1
13 K	Υγρά μαντιλάκια μικρής συσκευασίας	1
14 K	Στικ Αμμονίας κατά ταιπιμπμάτων (χρησιμεύει και για εισπνοή αναζωογόνησης με συμβουλή ιατρού). [Μπορεί να παραλείπεται από το ΚΕΑ Ανηλίκων για λόγους ασφαλείας].	1
15 K	Για την έκδοση ΚΕΑ ενηλίκων: Φάκελος ποσίμου νερού 100 ml μακράς διάρκειας και δύο (2) δισκία καθαρισμού νερού τύπου καζόνης (με ικανότητα καθαρισμού 1 δισκίο /λίτρο- νερού) ή Για την έκδοση ΚΕΑ ανηλίκων: Φιάλη ποσίμου νερού 350 ml	1
16 K	Γάντζος ορειβατικού τύπου από ατσάλι μικρού μεγέθους (~4 - 5 cm), για ανάρτηση του ΚΕΑ από ζώνη, τσάντα ή άλλο σημείο σε περίπτωση ανάγκης . Παραμένει γαντζωμένος σε εξωτερική χειρολαβή του ΚΕΑ.	1
17 K	Power bank USB κινητού τηλεφώνου σε μέγεθος αναπητήρα (επαρκώς φορτισμένο) με καλώδιο φόρτισης USB.	1
18 K	Για την έκδοση ΚΕΑ ενηλίκων: Σετ Ακουστικά -ψείρες hands free για ακρόαση ειδοποιήσεων ραδιοφώνου από κινητό τηλέφωνο. Εναλλακτικά μπορεί να υπάρχει μικρός ασύρματος ελεύθερης χρήσης PMR σε μέγεθος πιστωτικής κάρτας με ραδιόφωνο. Για την έκδοση ΚΕΑ ανηλίκων: μικρός δέκτης ραδιοφώνου FM με εφεδρικές μπαταρίες (μπορεί να είναι οι εφεδρικές μπαταρίες συμβατές με αυτές του φακού LED).	1
19 K	Χαρτομάνδπλα (παραλείπεται από το ΚΕΑ Ενηλίκων λόγω χωρητικότητάς του) Δισκία φαρμάκων ανά δύο (2) μέσα στη συσκευασία blister: Παρακεταμόλη (τύπου Depon) και Παρακεταμόλη (τύπου Spasmoarotel), αντιισταμινικό (τύπου Zirtek), αντιφλεγμονώδες (τύπου Algotren) . [Μπορούν να παραλείπονται από το ΚΕΑ Ανηλίκων για λόγους ασφαλείας].	1
20 K	Παρακεταμόλη (τύπου Spasmoarotel), αντιισταμινικό (τύπου Zirtek), αντιφλεγμονώδες (τύπου Algotren) . [Μπορούν να παραλείπονται από το ΚΕΑ Ανηλίκων για λόγους ασφαλείας].	2
21 K	Πετονιά χονδρή ή λεπτή ανθεκτικό σχοινί 10 μ , σε μικρό ρολό ασφαλισμένο με λίγη μονωτική ταινία , για πρόχειρη πρόσδεση αντικειμένων ή πρόχειρη αιμοστατική χρήση [Παραλείπεται από το ΚΕΑ Ανηλίκων για λόγους ασφαλείας].	10
22 K	Ισοθερμική κουβέρτα αλουμινίου σε μικρό πακέτο. [Παραλείπεται από το ΚΕΑ Ανηλίκων για λόγους ασφαλείας - κινδύνου ασφυξίας].	1
23 K	Σακκούλα τύπου τροφίμων λεπτή διαστάσεων ~ 20 X 40 για αδιαβροχοποίηση του ΚΕΑ σε περίπτωση ανάγκης. [Παραλείπεται από το ΚΕΑ Ανηλίκων για λόγους ασφαλείας- κινδύνου ασφυξίας].	1
24 K	Πολυεργαλείο μεταλλικό σε σχήμα πιστωτικής κάρτας ή σε μίνι πένα [Παραλείπεται από το ΚΕΑ Ανηλίκων για λόγους ασφαλείας].	1
25 K	Παραμάνα ρούχων. [Παραλείπεται από το ΚΕΑ Ανηλίκων για λόγους ασφαλείας].	1

* Ο παρών πίνακας υλικών του ΚΕΑ είναι ανάπτυπο – δείγμα από το «ΣΥΠΠΟ» και μπορεί να χρησιμοποιηθεί με αναφορά της πηγής του, είτε για ενημέρωση του κοινού, είτε για υλοποίηση του ΚΕΑ από ιδιώτες ή μη κερδοσκοπικούς Φορείς. Εμπορικές ονομασίες ορισμένων υλικών, αναφέρονται μόνο ως παραδείγματα, ώστε να γίνουν τα υλικά κατανοητά από το ευρύ κοινό. Όλα τα πνευματικά δικαιώματα είναι κατοχυρωμένα.