

Οικογενειακό Σχέδιο Έκτακτης Ανάγκης

Μία καταστροφή μπορεί να επηρεάσει και τη δική σου ζωή.

Το Οικογενειακό Σχέδιο Έκτακτης Ανάγκης μπορεί να βοηθήσει εσένα και τα αγαπημένα σου πρόσωπα να είστε έτοιμοι να αντιμετωπίσετε μια έκτακτη ανάγκη.

Συζήτησε και συμπλήρωσε το Οικογενειακό Σχέδιο μαζί με τα μέλη της οικογένειάς σου. Ενημερωθείτε για τους κινδύνους στην περιοχή σας. Σκεφτείτε τι θα κάνετε σε περίπτωση έκτακτης ανάγκης και καταστρώστε το σχέδιό σας. Το σχέδιο πρέπει να είναι εφαρμόσιμο και κατανοητό από όλα τα μέλη της οικογένειας. Φυλάξτε το σε ένα ασφαλές και εύκολα προσβάσιμο σημείο, σε περίπτωση διακοπής ρεύματος.

Που θα βρεθούμε αν χωριστούμε?

Σε μια μεγάλη καταστροφή, τα δίκτυα τηλεπικοινωνιών μπορεί να τεθούν εκτός λειτουργίας και οι μετακινήσεις να είναι δύσκολες. Αν χωριστείς από τους δικούς σου, έχετε συμφωνήσει πού θα συναντηθείτε;

Αποφασίστε πού θα συναντηθείτε με τους άλλους. Αυτό θα μπορούσε να είναι ένας χώρος καταφυγής, εάν έχετε κάποιον κοντά. να ορίσετε και ένα δεύτερο ασφαλές σημείο συνάντησης εκτός της γειτονιάς, για παράδειγμα κοντά σε μέρη όπου τα μέλη της οικογένειας συνηθίζουν να περνούν τον ελεύθερο χρόνο τους.

Ακολουθείτε πάντα τις συμβουλές των υπηρεσιών έκτακτης ανάγκης σχετικά με το πότε είναι ασφαλές να επιστρέψετε στο σπίτι.



Συμφωνημένο σημείο συνάντησης	Εναλλακτικό σημείο συνάντησης

Ανάλογα με τα χαρακτηριστικά της καταστροφής, θα χρειαστεί να αποφασίσεις αν θα μείνεις στον χώρο σου ή αν θα φύγεις. Σε ορισμένες καταστάσεις μπορεί να χρειαστεί να εγκαταλείψεις το σπίτι για τη δική σου ασφάλεια, ενώ σε άλλες περιπτώσεις μπορεί να είναι πιο ασφαλές να παραμείνεις μέσα. Για να πάρεις αυτή την απόφαση, είναι σημαντικό να παρακολουθείς την τηλεόραση, το ραδιόφωνο και το διαδίκτυο για τις επίσημες οδηγίες. Αν ανακοινωθεί οδηγία απομάκρυνσης από την περιοχή, ακολούθησέ την.

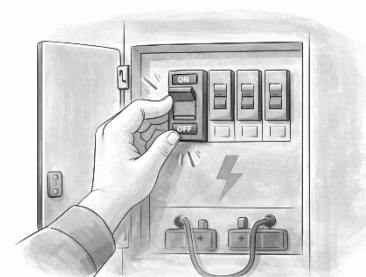


Σε περίπτωση διακοπής ρεύματος, οι ραδιοφωνικοί σταθμοί είναι ο αποτελεσματικότερος τρόπος ενημέρωσης. Σημείωσε τις συχνότητες των ραδιοφωνικών σταθμών.

Ραδιοφωνικός Σταθμός	Συχνότητα (FM/AM)

Αν μείνεις στο σπίτι, ίσως χρειαστεί να κλείσεις τις παροχές νερού και ρεύματος. Ξέρεις πού βρίσκονται; Εξοικειώσου με τη θέση τους και τον τρόπο διακοπής τους.

Παροχή	Τοποθεσία διακόπτη
Νερό	
Ηλεκτρικό ρεύμα	



Φαρμακευτική αγωγή

Αν εσύ ή κάποιος μέλος της οικογένειάς σου λαμβάνει φαρμακευτική αγωγή, είναι σημαντικό να γνωρίζεις ποια φάρμακα λαμβάνει και τη δοσολογία τους.

Η λίστα πρέπει να είναι ενημερωμένη με την τρέχουσα αγωγή.

Εξασφάλισε επάρκεια φαρμάκων για τουλάχιστον μία εβδομάδα.



Όνομα φαρμάκου	Δόση	Συχνότητα	Ποιος το παίρνει

Πρόσθετες προμήθειες

Λόγω ηλικίας, ασθένειας ή αναπηρίας μπορεί να είναι απαραίτητες κάποιες επιπλέον προμήθειες:

- Επιπλέον γυαλιά οράσεως
- Ακουστικά βαρηκοΐας (και επιπλέον μπαταρίες)
- Φορτιστές για τις ιατρικές συσκευές ή το μηχανοκίνητο αμαξίδιο
- Πληροφορίες χρήσης του υποστηρικτικού ιατρικού εξοπλισμού
- Επιπλέον οξυγόνο, ινσουλίνη, καθετήρες ή άλλες ιατρικές προμήθειες



Σημαντικό!

Μην αναβάλλεις την προετοιμασία του σακιδίου επειδή περιλαμβάνει πολλά πράγματα. Μπορείς να προσθέτεις σταδιακά τα αντικείμενα. Αν ασχοληθείς με συνέπεια, σε σύντομο χρονικό διάστημα θα είναι έτοιμο.

Μην ξεχάσεις να τοποθετήσεις ένα συμπληρωμένο αντίγραφο του Οικογενειακού Σχεδίου μέσα στο σακίδιο.

Κοινοποίησε το Οικογενειακό Σχέδιο σε συγγενείς και φίλους που θα μπορούσαν να βοηθήσουν σε μια κατάσταση έκτακτης ανάγκης. Πρέπει να γνωρίζουν πώς σκοπεύεις να φύγεις από το σπίτι ή τον χώρο εργασίας και πού θα σε συναντήσουν.

