



μέτρα

ΑΥΤΟΠΡΟΣΤΑΣΙΑΣ και

ΑΣΦΑΛΕΙΑΣ

από **ΒΟΜΒΑΡΔΙΣΜΟ**

και **ΕΧΘΟΡΟΠΡΑΞΙΕΣ**

Η Δύναμη Πολιτικής Άμυνας είναι δίπλα σας σε περίπτωση πολέμου. Πρέπει όμως και επιβάλλεται να φροντίζετε και εσείς για την προστασία και ασφαλεία σας από πριν.



Η Δύναμη Πολιτικής Άμυνας με το έντυπο αυτό σας παρέχει τις βασικές οδηγίες ασφάλειας και αυτοπροστασίας από βομβαρδισμό, εκθροπραξίες, πυρκαγιές που ακολουθούν, κ.λπ. Παρακαλείστε να διαβάσετε προσεκτικά αυτές τις οδηγίες και να ενημερώσετε όλα τα μέλη της οικογένειάς σας.

Να ΕΜΠΙΣΤΕΥΕΣΤΕ και να ΥΠΑΚΟΥΤΕ μόνο τις ΟΔΗΓΙΕΣ που δίδονται μέσω του ραδιοφώνου από τις αρμόδιες υπηρεσίες της Κυπριακής Δημοκρατίας. Μη δίνετε πίστη στην προπαγάνδα του εχθρού. Μην πανικοβάλλεστε.

1.

ΟΔΗΓΙΕΣ ΑΥΤΟΠΡΟΣΤΑΣΙΑΣ ΚΑΙ ΑΣΦΑΛΕΙΑΣ

Όταν βρίσκεστε στο σπίτι σας και ακούσετε το σήμα έναρξης συναγερμού, τρέξετε αμέσως να καλυφθείτε με ψυχραιμία εκεί που προγραμματίσατε από πριν (καταφύγιο, υπόγειο, εσωτερικό δωμάτιο, κ.λπ.). Αν δεν διαθέτετε καταφύγιο, επισημάνετε από τώρα τον ασφαλέστερο χώρο στο σπίτι ή στο χώρο εργασίας σας. Βοηθήστε επίσης αυτούς που έχουν την ανάγκη σας (γέροντες, παιδιά, κ.λπ.).

Αν ακούσετε βομβαρδισμό χωρίς να έχει δοθεί σύνθημα συναγερμού, φυλαχθείτε αμέσως στον πλησιέστερο σε σας χώρο που προσφέρεται για προστασία. Μην τρέχετε άσκοπα.

Πριν καλυφθείτε, κλείστε τους διακόπτες του γκαζιού, του ηλεκτρισμού και του νερού.

Αποφύγετε να βρίσκεστε απέναντι από εξωτερικά παράθυρα, πόρτες ή κοντά σε τζάμια. Υπάρχει πιθανότητα τραυματισμού από βλήματα, σπασμένα τζάμια ή άλλα αντικείμενα.

Φροντίστε να έχετε στο σπίτι σας ένα φορητό ραδιόφωνο, για να ακούτε τις πληροφορίες και οδηγίες που θα μεταδίδονται. Είναι επίσης απαραίτητο ένα φανάρι.

Κατασβέστε αμέσως εστίες φωτιάς που πιθανόν να εκδηλωθούν.

Αν βρίσκεστε στο αυτοκίνητο, σταματήστε με ψυχραιμία στην άκρη του δρόμου, κατεβείτε αμέσως και προφυλαχθείτε όπου μπορείτε. ΟΧΙ κοντά σε δισταυρώσεις ή στενούς δρόμους, για να κινούνται ελεύθερα τα αυτοκίνητα των διαφόρων Υπηρεσιών.

Μη βγαίνετε από το χώρο προστασίας σας, αν δε σημάνει το τέλος του συναγερμού.

Αν βρίσκεστε σε ανοικτό χώρο και δεν προσφέρεται χώρος για προστασία, πέσετε αμέσως μπρούμυτα, καλύπτοντας το κεφάλι με τα χέρια και ανασηκώνοντας ελαφρά το στήθος. Κάθε βαθούλωμα του εδάφους προσφέρει μεγαλύτερη ασφάλεια, επειδή τα θραύσματα των βομβών κατευθύνονται προς τα έξω και προς τα πάνω.



ΟΔΗΓΙΕΣ ΑΥΤΟΠΡΟΣΤΑΣΙΑΣ ΚΑΙ ΑΣΦΑΛΕΙΑΣ ΣΕ ΠΕΡΙΠΤΩΣΗ ΑΝΤΑΛΛΑΓΗΣ ΠΥΡΟΒΟΛΙΣΜΩΝ

Πέσετε κάτω. Ελέγξτε την προέλευση των πυροβολισμών.

Παραμείνετε στο σπίτι σας. Η άτακτη και κάτω από το κράτος πανικού προσπάθεια διαφυγής, είτε πεζοί είτε με αυτοκίνητο, σημαίνει αυτοκτονία.

Μη βγαίνετε στο μπαλκόνι ή στην τσάρα και μην κοιτάζετε από τα παράθυρα από περιέργεια. Εκθέτετε τον εαυτό σας σε μεγάλο κίνδυνο.

Μετακινηθείτε από το δωμάτιο που αντικρίζει τους πυροβολισμούς και προφυλαχθείτε σε ασφαλέστερο μέρος.

Μην κυκλοφορείτε στους δρόμους. ΚΙΝΔΥΝΕΥΕΤΕ και παρανομείτε γιατί εμποδίζετε και όσους είναι εντεταλμένοι για εκτέλεση των έργων προστασίας και ανακούφισης.

Σε περίπτωση ανταλλαγής πυροβολισμών κατά τη νύκτα, συσκοτίστε το υποστατικό σας.

ΓΕΝΙΚΕΣ ΟΔΗΓΙΕΣ ΜΕΤΑ ΑΠΟ ΒΟΜΒΑΡΔΙΣΜΟ Ή ΑΝΤΑΛΛΑΓΗ ΠΥΡΟΒΟΛΙΣΜΩΝ

Διατηρήστε την ψυχραιμία σας και βοηθήστε όσους χρειάζονται βοήθεια (γέροντες, παιδιά, κ.λπ.).

Ελέγξτε το ηλεκτρικό, τηλεπικοινωνιακό, υδρευτικό κ.λπ., δίκτυο και ειδοποιήστε χωρίς καθυστέρηση τις αρμόδιες Υπηρεσίες για τυχόν ζημιές.

Μην πλησιάζετε αποκομμένα ηλεκτροφόρα καλώδια. Υπάρχει μεγάλος κίνδυνος ηλεκτροπληξίας και πυρκαγιών.

Μην πλησιάζετε ύποπτα αντικείμενα. Ενημερώστε αμέσως τη **Δύναμη Πολιτικής Άμυνας** ή την Αστυνομία για την ύπαρξή τους.




Ακολουθήστε τις οδηγίες της **Δύναμης Πολιτικής Άμυνας** και της Αστυνομίας.





Σ' ένα βομβαρδισμό ή και εκτροπραξίες προκαλούνται πολλές πυρκαγιές από εμπρηστικές βόμβες ή από εκρήξεις. Λόγω του μεγάλου αριθμού τους, θα είναι δύσκολο αν όχι αδύνατο να καταπολεμηθούν από τις Κρατικές Υπηρεσίες μόνο. Γι' αυτό πρέπει να γνωρίζουμε όλοι ορισμένα βασικά θέματα έτσι ώστε, αν παραστεί ανάγκη, να καταπολεμήσουμε οποιαδήποτε πυρκαγιά στη γένεσή της. Με τον τρόπο αυτό όχι μόνο βοηθούμε στην όλη προσπάθεια, αλλά είναι δυνατό να περισώσουμε περιουσιακά στοιχεία είτε δικά μας είτε των φίλων μας.

Απαραίτητα υλικά:

1. Πυροσβεστήρας
2. Κουβάδες με νερό, άμμο ή χώμα 
3. Κουβέρτες ή άλλα χοντρά υφάσματα
4. Αποθέματα νερού σε βαρέλια 
5. Φτυάρι 
6. Σκαπάνη (κούσπος)
7. Τσεκούρι

Τρόποι για κατάσβεση:

- Καταπολεμήστε την εστία της πυρκαγιάς έγκαιρα πριν πάρει διαστάσεις.
- Κλείστε τις πόρτες και τα παράθυρα του χώρου που έπιασε φωτιά για να περιοριστεί το οξυγόνο που τη δυναμώνει.
- Σε φωτιά από πετρέλαιο ή λάδι, μη ρίχνετε νερό. Χρησιμοποιήστε άμμο ή χώμα ή πυροσβεστήρα ξηρής σκόνης. Μπορείτε ακόμη να καλύψετε την εστία της φωτιάς με βρεγμένες κουβέρτες. Με την έλλειψη του οξυγόνου η φωτιά θα σβήσει μόνη της.
- Σε ηλεκτροφόρα καλώδια μη ρίχνετε νερό γιατί κινδυνεύετε από ηλεκτροπληξία. Κλείστε πρώτα το γενικό διακόπτη του ηλεκτρισμού.
- Σε σοβαρές περιπτώσεις πυρκαγιάς καλέστε αμέσως την Πυροσβεστική Υπηρεσία ή τον πλησιέστερο Σταθμό Πολιτικής Άμυνας ή την Αστυνομία.
- Σε περίπτωση πυκνών καπνών πέσετε μπρούμυτα στο πάτωμα γιατί έτσι αναπνέετε καθαρότερο αέρα και βλέπετε καλύτερα.
- Αν τα ρούχα κάποιου, ή εσάς προσωπικά, πιάσουν φωτιά, ΑΜΕΣΩΣ τυλίξτε ή τυλιχθείτε, ανάλογα με την περίπτωση, με κουβέρτα ή άλλο χοντρό ύφασμα για να σβήσει η φωτιά από έλλειψη οξυγόνου.

ΠΕΡΙΣΣΟΤΕΡΕΣ ΛΕΠΤΟΜΕΡΕΙΕΣ ΚΑΙ ΟΔΗΓΙΕΣ ΜΠΟΡΕΙΤΕ ΝΑ ΠΑΡΕΤΕ ΑΠΟ ΤΗΝ ΠΥΡΟΣΒΕΣΤΙΚΗ ΥΠΗΡΕΣΙΑ.



Είναι φυσικό σ' ένα βομβαρδισμό ή σε ανταλλαγή πυροβολισμών, να υπάρχουν πληγωμένοι που θα χρειάζονται περίθαλψη μέχρι να μεταφερθούν στο Νοσοκομείο ή μέχρι να φτάσει γιατρός. Γι' αυτό πρέπει να μπορείτε να βοηθήσετε και εσείς.

Βασικά υλικά Πρώτων Βοηθειών

- Βαμβάκι, επιθέματα, επίδεσμοι, τσιρότα.

Πρώτες Βοήθειες

- Σε περίπτωση βαριά τραυματισμένων ατόμων, καλέστε πρώτα ασθενοφόρο ή γιατρό. Δώστε σαφή περιγραφή της κατάστασης των θυμάτων καθώς και για το συγκεκριμένο σημείο που πρέπει να προσφερθεί η βοήθεια.
- Αν υπάρχουν αναίσθητα άτομα, τοποθετήστε τα στη θέση ανάνηψης. Αν μπορείτε κάνετε τους τεχνητή αναπνοή.
- Σε περίπτωση αιμορραγίας, επιδέστε καλά το τραύμα και αφήστε ακίνητο τον πληγωμένο μέχρι να φτάσει βοήθεια.
- Ξεπλύνετε τις μικρές πληγές με νερό και επιδέστε τις για να σταματήσει η αιμορραγία.
- Σε περίπτωση εγκαύματος ξεπλύνετε με άφθονο νερό από τη βρύση και βεβαιωθείτε ότι δεν εμποδίζεται η αναπνοή του τραυματία. Σε περίπτωση μεγάλου εγκαύματος, σκεπάστε το σώμα με κουβέρτες ή άλλα ζεστά σκεπάσματα, μέχρι να παρασχεθούν οι Πρώτες Βοήθειες από ειδικευμένο προσωπικό.
- Καθησυχάστε τα άτομα που καταβλήθηκαν από πανικό και βοηθήστε τα να βρουν ξανά τον εαυτό τους.

Προσπαθήστε να παρέχετε τις Πρώτες Βοήθειες χωρίς να μετακινείτε τον τραυματία, εκτός αν αυτό είναι απόλυτα απαραίτητο.

Η ΑΥΤΟΠΡΟΣΤΑΣΙΑ ΕΙΝΑΙ ΒΑΣΙΚΑ

ΕΥΘΥΝΗ ΟΛΩΝ ΜΑΣ

ΛΑΒΕΤΕ ΕΓΚΑΙΡΑ ΤΑ ΚΑΤΑΛΛΗΛΑ ΜΕΤΡΑ

Οι απαιτούμενες ποσότητες θα προσδιοριστούν ανάλογα με τον αριθμό των προσώπων που θα εξυπηρετηθούν.



- Μικρά κρεβάτια ή εναλλακτικές λύσεις (φουσκωτά στρώματα, ψάθες, χαλιά, κ.λπ.)



- Κουβέρτες



- Ραδιόφωνο με μπαταρία

- Φανάρι



- Κιβώτιο Πρώτων Βοηθειών

- Νερό (τουλάχιστον για 3 μέρες)



- Ξηρή τροφή

- Πυροσβεστήρας και δοχείο με άμμο



- Βασικά είδη καθαριότητας και υγιεινής (π.χ. σαπούνι, χαρτί υγείας, σακούλες σκουπιδιών, υγρό πλυσίματος και κλωρίνη)



- Πλαστικά πιάτα, μαχαιροπήρουνα, χαρτοπετσέτες κ.λπ.



- Εργαλεία

- Άλλα είδη ή φάρμακα, για άτομα με ειδικές ανάγκες



Αν χρειάζεστε περισσότερες πληροφορίες μη διστάσετε να επικοινωνήσετε με τη **Δύναμη Πολιτικής Άμυνας** στα πιο κάτω τηλέφωνα:

Λευκωσία: 22879464, Λεμεσός: 25811024, Λάρνακα: 24828340

Πάφος: 26818470, Παραλίμνι: 23821948



Γ.Τ.Π. 160/2003 – 275.000

Εκδόθηκε από το Γραφείο Τύπου και Πληροφοριών

Εκτύπωση: Zavallis Litho Ltd