



ΓΕΝΙΚΗ ΓΡΑΜΜΑΤΕΙΑ ΠΟΛΙΤΙΚΗΣ ΠΡΟΣΤΑΣΙΑΣ

[www.civilprotection.gr](http://www.civilprotection.gr)

# Ξέρεις πώς να προστατευτείς;

Οδηγίες αυτοπροστασίας από καταστροφές

Η σύνταξη και η επιμέλεια των κειμένων έγινε από την  
Διεύθυνση Σχεδιασμού και Αντιμετώπισης Εκτάκτων Αναγκών και τη  
Διεύθυνση Διεθνών Σχέσεων, Εθελοντισμού-Εκπαίδευσης και Εκδόσεων.

*Απαγορεύεται η αντιγραφή, αποθήκευση και διανομή της παρούσας εργασίας,  
εξ ολοκλήρου ή τμήματος αυτής, για εμπορικό σκοπό. Επιτρέπεται η ανατύπωση, αποθήκευση και  
διανομή για σκοπό μη κερδοσκοπικό.*



## ΠΡΟΛΟΓΟΣ

Ο οδηγός που κρατάτε στα χέρια σας περιέχει σύγχρονες επιστημονικές γνώσεις και αξιόπιστες πληροφορίες για την προστασία από φυσικούς και τεχνολογικούς κινδύνους.

Η δημιουργία του στηρίχθηκε στα αποτελέσματα ερευνών καθώς και στην εμπειρία σχετικά με το τί συμβαίνει στις καταστροφές.

Επιλέξαμε μια σύντομη έκδοση με οδηγίες προστασίας ώστε ο καθένας να μπορεί να ανατρέξει στις σελίδες άμεσα και εύκολα, όταν παραστεί ανάγκη ή, ακόμη καλύτερα, πολύ πιο πριν.

Προσπαθήσαμε να συμπεριλάβουμε όλους τους τύπους των κινδύνων που πλήττουν τη χώρα μας. Οι καταστροφές που περιλαμβάνονται δεν είναι πάντα τόσο συχνές ή επικίνδυνες, ωστόσο είναι καλό για εσάς να μελετήσετε με προσοχή τον οδηγό. Να γνωρίσετε πώς να προλάβετε και πώς να προετοιμαστείτε για οποιοδήποτε αναπάντεχο γεγονός. Να καταστρώσετε σχέδια έκτακτης ανάγκης, ώστε να ξέρετε πώς να αντιδράσετε κατά τη διάρκεια ενός φαινομένου αλλά και τί να περιμένετε ως συνέπεια.

Συζητήστε τις οδηγίες και τους τρόπους προετοιμασίας και μάθετε πώς να προφυλάξετε τους ανθρώπους και τις περιουσίες σας.

Ο οδηγός «Ξέρεις πώς να προστατευτείς;» είναι ένας από τους πολλούς τρόπους ενημέρωσης που παρέχει η Γενική Γραμματεία Πολιτικής Προστασίας. Οι οδηγίες αυτοπροστασίας βρίσκονται επίσης στη διάθεσή σας μέσα από την ιστοσελίδα **[www.civilprotection.gr](http://www.civilprotection.gr)**.

# ΕΝΗΜΕΡΩΘΕΙΤΕ ΕΓΚΑΙΡΑ ΠΡΟΣΤΑΤΕΥΤΕΙΤΕ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΙΚΑ

**ΦΥΛΑΞΤΕ ΑΥΤΟΝ ΤΟΝ ΟΔΗΓΟ  
ΔΙΑΦΟΡΕΤΙΚΑ ΑΝΑΚΥΚΛΩΣΤΕ!**

Διαβάστε περισσότερα:  
**[www.civilprotection.gr](http://www.civilprotection.gr)**

## Χρήσιμα Τηλέφωνα

Ευρωπαϊκός Αριθμός  
Έκτακτης Ανάγκης  
**112**

Πυροσβεστικό Σώμα  
**199**

Αστυνομία  
**100**


Ε.Κ.Α.Β. (Ασθενοφόρο)  
**166**

Κέντρο Δηλητηριάσεων  
**210 7793 777**


Κέντρο Ελέγχου και Πρόληψης  
Νοσημάτων (ΚΕ.ΕΛ.Π.ΝΟ.)  
**210 5212 000**

Γενική Γραμματεία  
Πολιτικής Προστασίας  
**210 3359 002-3**


Γραφείο Πολιτικής Προστασίας  
Δήμου

..... 


Σταθμός Ά Βοηθειών ή Ε.Σ.Υ.

..... 


Νοσοκομείο

..... 

Οικογενειακός Γιατρός

..... 

Εταιρία Ηλεκτρισμού – Βλάβες

..... 


Εταιρία Ύδρευσης – Βλάβες

..... 


Φυσικό Αέριο – Βλάβες

..... 

Ηλεκτρολόγος

..... 

Υδραυλικός

..... 

Άτομο σε περίπτωση ανάγκης

..... 



**ΓΕΝΙΚΗ ΓΡΑΜΜΑΤΕΙΑ ΠΟΛΙΤΙΚΗΣ ΠΡΟΣΤΑΣΙΑΣ**  
**[www.civilprotection.gr](http://www.civilprotection.gr)**

Κόψτε αυτή τη σελίδα και τοποθετήστε την σε εμφανές μέρος

*Απαγορεύεται η αντιγραφή, αποθήκευση και διανομή της παρούσας εργασίας, εξ ολοκλήρου ή τμήματος αυτής, για εμπορικό σκοπό. Επιτρέπεται η ανατύπωση, αποθήκευση και διανομή για σκοπό μη κερδοσκοπικό.*

Η σύνταξη και η επιμέλεια των κειμένων έγινε από την  
Διεύθυνση Σχεδιασμού και Αντιμετώπισης Εκτάκτων Αναγκών και τη  
Διεύθυνση Διεθνών Σχέσεων, Εθελοντισμού-Εκπαίδευσης και Εκδόσεων.



**ΓΕΝΙΚΗ ΓΡΑΜΜΑΤΕΙΑ ΠΟΛΙΤΙΚΗΣ ΠΡΟΣΤΑΣΙΑΣ**

Ευαγγελιστρίας 2, 105 63 Αθήνα, τηλ. 210 3359002-3  
[www.civilprotection.gr](http://www.civilprotection.gr), e-mail: [infocivilprotection@gscp.gr](mailto:infocivilprotection@gscp.gr)

Διανέμεται δωρεάν