

Έξω από το σπίτι (Κατά τη διάρκεια του σεισμού)

- Απομακρυνθείτε από τα γειτονικά κτίρια καθώς και από τηλεφωνικά ή ηλεκτρικά καλώδια.
- Καλύψτε το κεφάλι σας με κάποια τσάντα ή χαρτοφύλακα που μπορεί να έχετε στη διάθεσή σας.
- Μείνετε σε ανοιχτό χώρο μέχρι να σταματήσει η δόνηση.

Μέσα στο αυτοκίνητο (Κατά τη διάρκεια του σεισμού)

- Καταφύγετε σε ανοιχτό χώρο και σταματήστε αμέσως το αυτοκίνητο.
- Μείνετε μέσα στο αυτοκίνητο μέχρι να σταματήσει η δόνηση.
- Αποφύγετε τις γέφυρες ή τις υπέργειες διαβάσεις.

Πείτε στα παιδιά:

σε κλειστό χώρο ΣΤΟ ΣΧΟΛΕΙΟ (Κατά τη διάρκεια του σεισμού)

- Απομακρυνθείτε από τα παράθυρα.
- Καλυφθείτε γρήγορα κάτω από το θρανίο, κρατώντας το πόδι του θρανίου.
- Πέστε στα γόνατα και καλύψτε το κεφάλι σας με τα χέρια σας.
- Παραμείνετε στη θέση σας μέχρι να σας δοθούν περισσότερες οδηγίες από τους δασκάλους σας.

σε ανοιχτό χώρο ΣΤΟ ΣΧΟΛΕΙΟ (Κατά τη διάρκεια του σεισμού)

- Ακούστε προσεκτικά τις οδηγίες των δασκάλων σας και απομακρυνθείτε από άλλα κτίρια, δέντρα και καλώδια.
- Καθίστε στο έδαφος και καλύψτε το κεφάλι σας με τα χέρια σας.
- Παραμείνετε σε ανοιχτό χώρο.
- Εάν βρίσκεστε στο δρόμο για το σχολείο ή από το σχολείο προς το σπίτι μην αλλάζετε δρομολόγιο και συνεχίστε προς την ίδια κατεύθυνση.