



**ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑ ΣΤΕΡΕΑΣ ΕΛΛΑΔΑΣ
ΑΥΤΟΤΕΛΗΣ ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ
ΠΟΛΙΤΙΚΗΣ ΠΡΟΣΤΑΣΙΑΣ**

Λαμία 24/3/2020

Ταχ.Δνση : Πλ. Ελευθερίας 13

Ταχ.Κώδικας: 35100 ΛΑΜΙΑ

Αρ.τηλεφ. : 2231351292

ΠΡΟΣ : Μ.Μ.Ε.

Αρ.FAX : 2231051489

E-mail : p.zois@pste.gov.gr

ΔΕΛΤΙΟ ΤΥΠΟΥ

ΘΕΜΑ : Ενημέρωση και οδηγίες για έκτακτο δελτίο ΕΠΙΔΕΙΝΩΣΗΣ ΚΑΙΡΟΥ

Η ΕΜΥ εξέδωσε το υπ. αριθμ. 7/2020 έκτακτο δελτίο επιδείνωσης καιρού από την Τετάρτη 25-03-2020 (ΕΘΝΙΚΗ ΕΟΡΤΗ) μέχρι και το Σάββατο 28-03-2020 με κύρια χαρακτηριστικά

A. Τις ισχυρές βροχές και καταιγίδες

B. Τις χιονοπτώσεις στα ηπειρωτικά ορεινά και πρόσκαιρα στα

ημιορεινά κυρίως της δυτικής χώρας

Γ. Τους θυελλώδεις ανέμους ,

πιο συγκεκριμένα αναμένεται να επηρεαστούν αναλυτικά :

1. ΤΗΝ ΤΕΤΑΡΤΗ (25η Μαρτίου 2020 - ΕΘΝΙΚΗ ΕΟΡΤΗ)

A. Ισχυρές βροχές και καταιγίδες προβλέπονται:

από τις βραδινές ώρες στο Ιόνιο, την Πελοπόννησο, **τη δυτική Στερεά** και πιθανώς στην Ήπειρο. Κατά τη διάρκεια της νύχτας προς την Πέμπτη θα επηρεαστούν η Κρήτη, οι Κυκλάδες και τα νοτιότερα τμήματα της **ανατολικής Στερεάς και της Εύβοιας**.

B. Χιονοπτώσεις θα σημειωθούν από τις βραδινές ώρες στα **ηπειρωτικά ορεινά**, καθώς και σε ημιορεινές περιοχές της Ηπείρου και της δυτικής Μακεδονίας (ενδεικτικό υψόμετρο 600 μέτρα). **Στα ορεινά της κεντρικής Στερεάς** και της βόρειας Πελοποννήσου οι χιονοπτώσεις θα είναι κατά τόπους πυκνές.

2. ΤΗΝ ΠΕΜΠΤΗ (26-03-2020)

A. Ισχυρές βροχές και καταιγίδες προβλέπονται:

Κατά διαστήματα στην **ανατολική Στερεά, την Εύβοια,**

B. Χιονοπτώσεις θα σημειωθούν στα ηπειρωτικά ορεινά, οι οποίες τις πρωινές ώρες θα είναι κατά τόπους πυκνές στην Ήπειρο, τη δυτική Θεσσαλία και την **κεντρική Στερεά (ενδεικτικό υψόμετρο 900 μέτρα)**.

Από το μεσημέρι θα εξασθενήσουν.

3. ΤΗΝ ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ (27-03-2020)

A. Βροχές και καταιγίδες κατά τόπους ισχυρές προβλέπονται:

Στην ανατολική Στερεά και την Εύβοια.

B. Χιονοπτώσεις θα σημειώνονται στα ηπειρωτικά ορεινά (ενδεικτικό υψόμετρο 900 μέτρα).

4. ΤΟ ΣΑΒΒΑΤΟ (28-03-2020)

Ο άστατος καιρός θα συνεχιστεί κυρίως στην ανατολική και τη νότια χώρα, με τοπικές βροχές και σποραδικές καταιγίδες κατά διαστήματα.

Γ. ΘΥΕΛΛΩΔΕΙΣ ΑΝΕΜΟΙ :

Νοτιοανατολικοί έως βορειοανατολικοί, με ένταση 7 με 8 μποφόρ θα πνέουν στις περισσότερες περιοχές, οι οποίοι την Τετάρτη (25-03-2020) στο Ιόνιο θα φτάσουν τα 9 μποφόρ. Σταδιακή εξασθένηση προβλέπεται την Παρασκευή (27-03-2020) από τα δυτικά.

(αναλυτική πρόβλεψη και για περισσότερες λεπτομέρειες στα καθημερινά τακτικά δελτία καιρού και την ιστοσελίδα της ΕΜΥ (www.emy.gr))

Ο Περιφερειάρχης Στερεάς Ελλάδας και οι Υπηρεσίες που εμπλέκονται σε έργα και δράσεις για την αντιμετώπιση κινδύνων από επικίνδυνα καιρικά φαινόμενα έχουν τεθεί σε κατάσταση ετοιμότητας βάσει του σχεδιασμού τους, προκειμένου να αντιμετωπιστούν πιθανά προβλήματα που θα δημιουργηθούν από την εκδήλωση των φαινομένων. Επίσης με μέριμνα των Διευθυντών των ή των υπευθύνων των εμπλεκόμενων Υπηρεσιών όλοι οι εργαζόμενοι (μόνιμοι υπάλληλοι , Ο.Χ. και ιδιώτες Μ.Ε.) στις ανωτέρω δράσεις θα φέρουν τα μέτρα ατομικής προστασίας για την πρόληψη και τον περιορισμό της διάδοσης του κορωνοϊού covid-19.

Τα Τμήματα Πολιτικής Προστασίας των Π.Ε. θα ενημερώσουν όλες τις εμπλεκόμενες Υπηρεσίες, τους Δήμους και τις Εθελοντικές Οργανώσεις και θα ενεργοποιήσουν τα μνημόνια συνεργασίας με ιδιώτες, ώστε να βρίσκονται σε κατάσταση αυξημένης ετοιμότητας. Επίσης οι Δήμοι της Περιφέρειας Στ. Ελλάδας δια των αρμοδίων υπηρεσιών τους να ενημερώσουν τους πολίτες που χρήζουν ιατρικής φροντίδας ή που θα πρέπει να μετακινηθούν για προγραμματισμένη ιατρική εξέταση ή ιατρικό έλεγχο να φροντίσουν με μέριμνά τους έγκαιρα για την

μετακίνησή τους ή και για την φιλοξενία τους ,σε συνεργασία με τους οικείους τους.

Επίσης θα ενημερωθούν οι Δήμοι και οι Τοπικοί Οργανισμοί Εγγείων Βελτιώσεων δια των Τμημάτων Πολιτικής Προστασίας , να θέσουν το προσωπικό και τα μέσα που διαθέτουν σε υψηλή ετοιμότητα ,και να λάβουν τα μέτρα σύμφωνα με το σχεδιασμό τους και τις αρμοδιότητές τους , όπως ορίζονται όπως ορίζονται στο υπ. αριθμ. 8898/12-12-2019 (ΑΔΑ : 6ΨΔ046ΜΤ΄Β-ΡΤΘ) Σχέδιο δράσεων Πολιτικής Προστασίας για την αντιμετώπιση κινδύνων από χιονοπτώσεις και παγετό και στο υπ. Αριθμ 7767/30-10-2019 (ΑΔΑ : ΩΧΦΧ46ΜΚ6Π-ΩΛΨ) έγγραφο της Γ.Γ.Π.Π. με θέμα “Σχέδιο δράσεων Πολιτικής Προστασίας για την αντιμετώπιση κινδύνων από την εκδήλωση πλημμυρικών φαινομένων” .

Για πληροφορίες και ανακοινώσεις σχετικά με την επικρατούσα κατάσταση και την βατότητα του οδικού δικτύου και για ενημέρωση καιρού οι πολίτες μπορούν να επισκέπτονται την ιστοσελίδα [www. astynomia.gr](http://www.astynomia.gr) , www.hnms.gr

Για περισσότερες πληροφορίες και οδηγίες αυτοπροστασίας από τα έντονα καιρικά φαινόμενα, οι πολίτες μπορούν να επισκεφθούν την ιστοσελίδα της Γενικής Γραμματείας Πολιτικής Προστασίας στην ηλεκτρονική διεύθυνση www.civilprotection.gr.

Καλούμε τους πολίτες να λάβουν τα παρακάτω μέτρα αυτοπροστασίας για την ελαχιστοποίηση των κινδύνων που ενδεχομένως να προκύψουν και παρακαλούνται ειδικότερα οι πολίτες των ορεινών περιοχών και ειδικότερα οι επισκέπτες, εκδρομείς, κτηνοτρόφοι, να φροντίσουν για την επάρκεια προμηθειών (καύσιμης ύλης, ειδών πρώτης ανάγκης, τρόφιμα, φαρμακευτικό υλικό κλπ) για το προσεχές διάστημα.

Επίσης οι εκδρομείς και οι επισκέπτες που διαμένουν ή επισκέπτονται ορεινές και ημιορεινές περιοχές να προσαρμόσουν το πρόγραμμα διαμονής τους και της μετακίνησή τους λαμβάνοντας υπόψη ότι οι καιρικές συνθήκες επιδεινώνονται και αλλάζουν ταχύτατα και ότι η πρόσβαση και ο καθαρισμός των

οδών και η μετακίνηση ακόμη και των μηχανημάτων έργων στις περιοχές αυτές είναι χρονοβόρες.

ΓΕΝΙΚΕΣ ΟΔΗΓΙΕΣ

-Φροντίστε να ενημερώνεστε διαρκώς από το ραδιόφωνο και την τηλεόραση για την εξέλιξη των καιρικών φαινομένων. Οι επίσημες πηγές ενημέρωσης είναι η Εθνική Μετεωρολογική Υπηρεσία (Ε.Μ.Υ.) και η Γενική Γραμματεία Πολιτικής Προστασίας.

-Σε περίπτωση ανάγκης καλέστε εναλλακτικά: Αστυνομία 100, Πυροσβεστικό Σώμα 199, ΕΚΑΒ 166, τον Ευρωπαϊκό Αριθμό Έκτακτης Ανάγκης 112.

-Τοποθετείστε σε εμφανές σημείο στο σπίτι τους παραπάνω αριθμούς τηλεφώνων πρώτης ανάγκης εφόσον τα παιδιά σας είναι σε θέση να τους χρησιμοποιήσουν και βεβαιωθείτε ότι το γνωρίζουν.

-Βοηθήστε τα παιδιά σας να απομνημονεύσουν οικογενειακά στοιχεία όπως το επίθετό τους, τη διεύθυνση και τον αριθμό τηλεφώνου του σπιτιού.

-Εξηγείστε σε όλα τα μέλη της οικογένειας πώς και πότε να κλείνουν τις παροχές ηλεκτρικού, φυσικού αερίου και νερού, πώς να χρησιμοποιούν τον πυροσβεστήρα και πώς να καλούν σε βοήθεια.

-Προμηθευτείτε είδη πρώτης ανάγκης όπως κουτί πρώτων βοηθειών, πυροσβεστήρα, φακό και μπαταρίες, φορητό ραδιόφωνο κλπ.

-Μεριμνήστε ειδικά για τα παιδιά και τους ηλικιωμένους.

► ΧΙΟΝΟΠΤΩΣΕΙΣ

Μόλις περάσει η κακοκαιρία

-Παρακολουθείτε συνεχώς από το ραδιόφωνο και την τηλεόραση τις επίσημες προειδοποιήσεις ή συμβουλές.

-Ελέγξτε το σπίτι και τα λοιπά περιουσιακά σας στοιχεία για να καταγράψετε πιθανές ζημιές.

Αν πρόκειται να μετακινηθείτε

-Ενημερωθείτε για τον καιρό και την κατάσταση του οδικού δικτύου.

-Ανάλογα με τον προορισμό σας αναλογιστείτε το είδος των καιρικών φαινομένων που ενδέχεται να συναντήσετε (χιόνι, παγετός, χαλάζι, βροχόπτωση κλπ.).

-Μεταβάλλετε το πρόγραμμα της μετακίνησής σας ώστε να αποφύγετε την αιχμή των καιρικών φαινομένων.

-Ταξιδέψτε κατά τη διάρκεια της ημέρας, προτιμώντας τις κεντρικές αρτηρίες και όχι τους δυσπρόσιτους και ερημικούς δρόμους.

-Ενημερώστε τους οικείους σας για τη διαδρομή που θα ακολουθήσετε.

-Μην αγνοείτε τις οδηγίες της Γενικής Γραμματείας Πολιτικής Προστασίας, τα δελτία καιρού της Ε.Μ.Υ. και τις υποδείξεις των τοπικών Αρχών, όπως η Τροχαία, το Λιμενικό, η Πυροσβεστική κλπ.

-Ελέγξτε την κατάσταση του αυτοκινήτου σας πριν από κάθε μετακίνηση.

-Εξοπλίστε το αυτοκίνητο με τα απαραίτητα μέσα αντιμετώπισης έντονων καιρικών φαινομένων (αντιολισθητικές αλυσίδες, αντιψυκτικά υγρά, ομπρέλες, αδιάβροχα, γαλότσες, φακό, κουτί πρώτων βοηθειών κλπ.).

-Φορέστε κατάλληλα ρούχα αν πρόκειται να μετακινηθείτε πεζή.

-Προσέξτε όταν βαδίζετε ώστε να αποφύγετε τραυματισμούς λόγω της ολισθηρότητας του οδοστρώματος και των πεζοδρομίων ή εξαιτίας της πτώσης αντικειμένων από υπερβολικό άνεμο ή χαλαζόπτωση.

-Προτιμήστε τα μέσα μαζικής μεταφοράς για τις μετακινήσεις σας.

-Μείνετε ήρεμοι και υπομονετικοί. Ο πανικός επιβαρύνει την κατάσταση.

-Διευκολύνετε το έργο των Αρχών.

► ΚΑΤΑΙΓΙΔΕΣ

Πώς να εκτιμήσετε την απόσταση από μια καταιγίδα

- Μετρήστε το χρόνο που μεσολαβεί μεταξύ της αστραπής και της βροντής σε δευτερόλεπτα. Διαιρέστε το χρόνο που μετρήσατε με το 3 ώστε να υπολογίσετε την απόσταση της καταιγίδας σε χιλιόμετρα.
- Λάβετε γρήγορα τα απαραίτητα μέτρα, πριν η καταιγίδα σας πλησιάσει. Η απόσταση είναι ενδεικτική καθώς η καταιγίδα μπορεί να εμφανιστεί πολύ γρήγορα πάνω από την περιοχή στην οποία βρίσκεστε.

ΚΑΤΑ ΤΗ ΔΙΑΡΚΕΙΑ ΜΙΑΣ ΚΑΤΑΙΓΙΔΑΣ

Αν βρίσκεστε στο σπίτι

- Ασφαλίστε αντικείμενα, που μπορεί να παρασυρθούν από τον άνεμο ή τη ραγδαία βροχόπτωση και ενδέχεται να προκαλέσουν καταστροφές ή τραυματισμούς.
- Ελέγξτε τον τρόπο στερέωσης διαφημιστικών πινακίδων που τυχόν έχετε αναρτήσει.

- Ασφαλίστε τις πόρτες και τα παράθυρα.
- Μην κρατάτε ηλεκτρικές συσκευές ή το τηλέφωνο διότι ο κεραυνός μπορεί να περάσει μέσα από τα καλώδια. Αποσυνδέστε τις συσκευές τηλεόρασης από την κεραία και την παροχή του ηλεκτρικού ρεύματος.
- Αποφύγετε να αγγίζετε τις σωληνώσεις των υδραυλικών (κουζίνα, μπάνιο) καθώς συνιστούν καλούς αγωγούς του ηλεκτρισμού.
- Να βεβαιωθούν ότι τα λούκια και οι υδρορροές των κατοικιών δεν είναι φραγμένα και λειτουργούν κανονικά.
- Αν η οικία βρίσκεται σε περιοχή με ιστορικό πλημμυρών να προβούν σε προληπτικά μέτρα αποφυγής εισχώρησης υδάτων εντός αυτής (π.χ. με σακούλες άμμου) και να μετακινήσουν τα κινητά αντικείμενα σε ασφαλή σημεία.
- Οι κτηνοτρόφοι , οι αγρότες , οι επαγγελματίες της υπαίθρου κλπ να προγραμματίσουν έγκαιρα τις εργασίες τους ώστε να αποφύγουν τις μετακινήσεις σε δύσβατα και απομακρυσμένα σημεία , να αποφύγουν επίσης την μετακίνησή τους κατά την διάρκεια των φαινομένων και να ενημερώσουν τους οικείους τους για το πρόγραμμά τους.

Αν βρίσκεστε στο αυτοκίνητο

- Ακινητοποιείτε το στην άκρη του δρόμου και μακριά από δέντρα που ενδέχεται να πέσουν πάνω του.
- Μείνετε μέσα και ανάψτε τα προειδοποιητικά φώτα στάσης (φώτα έκτακτης ανάγκης) μέχρι να κοπιάσει η καταιγίδα.
- Κλείστε τα τζάμια και μην ακουμπάτε σε μεταλλικά αντικείμενα.
- Αποφύγετε τους πλημμυρισμένους δρόμους.

- Αποφύγετε να διασχίζετε χειμάρρους και ρέματα, πεζή ή με όχημα, κατά τη διάρκεια καταιγίδων και βροχοπτώσεων, αλλά και για αρκετές ώρες μετά το τέλος της εκδήλωσής τους
- Αποφύγετε τις εργασίες υπαίθρου και δραστηριότητες σε θαλάσσιες και παράκτιες περιοχές κατά τη διάρκεια εκδήλωσης των έντονων καιρικών φαινομένων (κίνδυνος από πτώσεις κεραυνών).

Αν βρίσκεστε σε εξωτερικό χώρο

- Καταφύγετε σε κτίριο ή σε αυτοκίνητο διαφορετικά καθίστε αμέσως στο έδαφος χωρίς να ξαπλώσετε.
- Προστατευτείτε κάτω από συμπαγή κλαδιά χαμηλών δέντρων στην περίπτωση που είστε μέσα σε δάσος.
- Μην καταφύγετε ποτέ κάτω από ένα ψηλό δέντρο σε ανοιχτό χώρο.
- Αποφύγετε τα χαμηλά εδάφη για τον κίνδυνο πλημμύρας.
- Μην στέκεστε πλάι σε πυλώνες, γραμμές μεταφοράς ηλεκτρικού ρεύματος, τηλεφωνικές γραμμές και φράκτες.
- Μην πλησιάζετε μεταλλικά αντικείμενα (π.χ. αυτοκίνητα, ποδήλατα, σύνεργα κατασκήνωσης κλπ.).
- Απομακρυνθείτε από ποτάμια, λίμνες ή άλλες μάζες νερού.

Αν είστε μέσα στη θάλασσα βγείτε αμέσως έξω.

Αν βρίσκεστε απομονωμένοι σε μια επίπεδη έκταση και νιώσετε να σηκώνονται τα μαλλιά σας (γεγονός που δηλώνει ότι σύντομα θα εκδηλωθεί

κεραυνός), κάντε βαθύ κάθισμα με το κεφάλι ανάμεσα στα πόδια (ώστε να ελαχιστοποιήσετε την επιφάνεια του σώματός σας και την επαφή σας με το έδαφος) πετώντας τα μεταλλικά αντικείμενα που έχετε επάνω σας.

Κατά τη διάρκεια μιας χαλαζόπτωσης

Προφυλαχθείτε αμέσως. Μην εγκαταλείψετε τον ασφαλή χώρο, παρά μόνο όταν βεβαιωθείτε ότι η καταιγίδα πέρασε. Η χαλαζόπτωση μπορεί να είναι πολύ επικίνδυνη και για τα ζώα.

► ΘΥΕΛΛΩΔΕΙΣ ΑΝΕΜΟΙ

ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΤΕΙΤΕ

Πριν και κατά τη διάρκεια θυελλωδών ανέμων

- Ασφαλίστε αντικείμενα τα οποία αν παρασυρθούν από τον άνεμο ενδέχεται να προκαλέσουν καταστροφές ή τραυματισμούς
- Στερεώστε τις διαφημιστικές πινακίδες που τυχόν έχετε αναρτήσει.
- Ασφαλίστε τις πόρτες και τα παράθυρα του σπιτιού ή του χώρου εργασίας σας.
- Αποφύγετε δραστηριότητες σε θαλάσσιες και παράκτιες περιοχές.
- Αποφύγετε τη διέλευση κάτω από μεγάλα δέντρα, κάτω από αναρτημένες πινακίδες και γενικά από περιοχές, όπου ελαφρά αντικείμενα (π.χ. γλάστρες, σπασμένα τζάμια κλπ.) μπορεί να αποκολληθούν και να πέσουν στο έδαφος (π.χ. κάτω από μπαλκόνια).

Κορωνοϊός:

Δεν φοβόμαστε - Προστατευόμαστε Ασπίδα μας, η γνώση



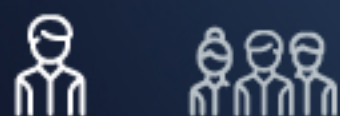
Πλένουμε συχνά και σχολαστικά τα χέρια μας με σαπούνι και νερό ή αλκοολούχο διάλυμα. Γενικά αποφεύγουμε να αγγίζουμε με τα χέρια μας, τη μύτη, το στόμα και τα μάτια μας.



Όταν βήχουμε ή φταρνιζόμαστε, **καλύπτουμε το στόμα και τη μύτη μας** με τον αγκώνα ή ένα χαρτομάντηλο και πλένουμε αμέσως μετά τα χέρια μας.



Απορρίπτουμε το χαρτομάντηλο, αμέσως μετά τη χρήση, σε κλειστό κάδο.



Αποφεύγουμε τις κοντινές επαφές όταν παρουσιάζουμε συμπτώματα κρυολογήματος (όπως βήχα, πυρετό, καταρροή, πονόλαιμο) ή με άτομα που παρουσιάζουν αυτά τα συμπτώματα και ιδιαίτερα με ηλικιωμένους ή άτομα με χρόνια νόσο.



ΓΕΝΙΚΗ ΓΡΑΜΜΑΤΕΙΑ
ΠΟΛΙΤΙΚΗΣ ΠΡΟΣΤΑΣΙΑΣ



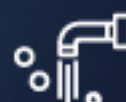
ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
Υπουργείο Προστασίας του Πολίτη



Αν παρουσιάζουμε συμπτώματα πυρετού, βήχα ή δυσκολίας στην αναπνοή και έχουμε ταξιδιωτικό ιστορικό σε πληττόμενη περιοχή, **επικοινωνούμε με το γιατρό μας ή με τον ΕΟΔΥ (τηλ. 2105212054)** και παραμένουμε σπίτι μας.



Αν παρουσιάζουμε συμπτώματα κατά τη διάρκεια ταξιδιού, **ενημερώνουμε αμέσως το πλήρωμα και αναζητούμε ιατρική βοήθεια.**



Πλένουμε τα χέρια μας: όταν μαγειρεύουμε, όταν φροντίζουμε ασθενείς, όταν ερχόμαστε σε επαφή με ζώα.



Εμπιστευόμαστε τους ειδικούς και τους επιστήμονες για την πληροφόρησή μας.