



# οδηγός αντίδρασης κατά την διάρκεια σεισμού

**πέσε**



**καλύψου**



**κρατήσου**

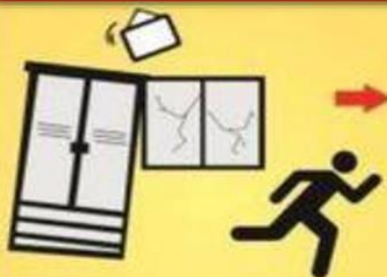


**ηρέμησε**



προσπάθησε να μείνεις όσο  
πιο ήρεμος γίνεται

**αν είσαι εντός**



μακριά από έπιπλα,  
παράθυρα και λάμπες

**αν είσαι εκτός**



μακριά από κτήρια, τοίχους  
και καλώδια ρεύματος



**αν οδηγείς**

σταμάτα σε ασφαλές σημείο,  
άναψε το φώτα κινδύνου και  
παράμεινε μέσα στο όχημα



**αν είσαι σε  
αναπηρικό καροτσάκι**

βάλε τα φρένα σε ένα  
ασφαλές σημείο, και  
προστάτευσε το κεφάλι σου  
με τα χέρια σου



**αν είσαι σε  
μέρος με κόσμο**

προστάτευσε το κεφάλι σου  
με τα χέρια σου ή μπες  
κάτω από τραπέζια και  
καρέκλες

