



Funded by
the European Union

Πριν την Πλημμύρα:

- Σχέδιο Έκτακτης Ανάγκης:** Αναπτύξτε ένα ολοκληρωμένο σχέδιο έκτακτης ανάγκης που να περιλαμβάνει συγκεκριμένες ενέργειες για άτομα με αναπηρία. Εμπλέξτε τα άτομα με αναπηρία και τους φροντιστές τους στη δημιουργία του σχεδίου για την αντιμετώπιση των δικών τους μοναδικών αναγκών.
- Επικοινωνία:** Καθιερώστε ένα σαφές σχέδιο επικοινωνίας συμπεριλαμβανομένων μεθόδων όπως μηνύματα κειμένου, οπτικά σήματα ή πίνακες επικοινωνίας για άτομα με προβλήματα ομιλίας ή ακοής. Βεβαιωθείτε ότι όλοι γνωρίζουν πώς να καλούν για βοήθεια.
- Ειδοποιήσεις για πλημμύρες:** Μείνετε ενημερωμένοι για τις καιρικές συνθήκες και τις ειδοποιήσεις για πλημμύρες στην περιοχή σας μέσω τοπικών ειδήσεων, εφαρμογών καιρού ή ειδοποιήσεων έκτακτης ανάγκης. Εγγραφείτε για ειδοποιήσεις έκτακτης ανάγκης και ειδοποιήσεις από τις τοπικές αρχές.
- Ασφαλείς τοποθεσίες:** Προσδιορίστε ασφαλείς τοποθεσίες εντός του σπιτιού ή του χώρου εργασίας σας, όπου τα άτομα με αναπηρία μπορούν να βρουν καταφύγιο κατά τη διάρκεια μιας πλημμύρας. Εξετάστε τους επάνω ορόφους ή τις υπερυψωμένες περιοχές εάν υπάρχουν.
- Προμήθειες έκτακτης ανάγκης:** Προετοιμάστε ένα φορητό κιτ έκτακτης ανάγκης με βασικά είδη όπως φάρμακα, ιατρικό υλικό, βοηθήματα κινητικότητας, τροφή, νερό και σημαντικά έγγραφα. Φυλάξτε αυτό το κιτ σε μια εύκολα προσβάσιμη τοποθεσία.
- Εκπαίδευση:** Εκπαιδεύστε τους φροντιστές, τα μέλη της οικογένειας και το προσωπικό για το πώς να βοηθούν τα άτομα με αναπηρία κατά τη διάρκεια μιας πλημμύρας, συμπεριλαμβάνοντας τεχνικές ασφαλούς εκκένωσης και πρώτες βοήθειες.

Κατά την Πλημμύρα:

Μείνετε ενημερωμένοι:

Παρακολουθήστε τις ενημερώσεις και τις προειδοποιήσεις για πλημμύρες. Να είστε έτοιμοι να αναλάβετε δράση εάν εκδοθεί προειδοποίηση για πλημμύρα στην περιοχή σας.

Εκκένωση: Εάν δοθεί εντολή εκκένωσης, βοηθήστε τα άτομα με αναπηρία να εκκενώσουν αμέσως. Χρησιμοποιήστε καθιερωμένες οδούς διαφυγής και, εάν είναι απαραίτητο, επικοινωνήστε με τις τοπικές αρχές για βοήθεια.

Επικοινωνία: Διατηρήστε ανοιχτές τις γραμμές επικοινωνίας με άτομα με αναπηρία για να παρέχετε ενημερώσεις και οδηγίες. Χρησιμοποιήστε καθιερωμένες μεθόδους επικοινωνίας για να διασφαλίσετε ότι όλοι κατανοούν την κατάσταση.

Παρέχετε υποστήριξη:

Προσφέρετε σωματική υποστήριξη όπως απαιτείται σε άτομα με κινητικά προβλήματα. Εάν χρησιμοποιείται αναπηρικό καροτσάκι, σκεφτείτε να χρησιμοποιήσετε μια καρέκλα εκκένωσης ή σανίδα μεταφοράς για να μετακινήσετε το άτομο σε ασφαλές μέρος.

Κιτ έκτακτης ανάγκης: Φέρτε το φορητό κιτ έκτακτης ανάγκης με τα απαραίτητα εφόδια για άτομα με αναπηρία κατά τη διάρκεια της εκκένωσης.

Μεταφορά: Κανονίστε προσβάσιμες επιλογές μεταφοράς εάν είναι απαραίτητο, όπως προσβάσιμα οχήματα ή υπηρεσίες μεταφοράς για άτομα με αναπηρία.

Καταφύγιο: Βεβαιωθείτε ότι το επιλεγμένο καταφύγιο εκκένωσης είναι προσβάσιμο και ότι μπορεί να εξυπηρετήσει τις ανάγκες των ατόμων με αναπηρία, συμπεριλαμβανομένων τουαλετών και ιατρικών εγκαταστάσεων.

Υγιεινή και φαρμακευτική αγωγή: Εξασφαλίστε πρόσβαση σε εγκαταστάσεις υγιεινής και φάρμακα για άτομα με αναπηρία ενώ βρίσκονται στο καταφύγιο. Συντηρήστε κάθε απαραίτητο ιατρικό εξοπλισμό.

Μείνετε ασφαλείς: Κατά τη διάρκεια της πλημμύρας, αποφύγετε να περπατάτε ή να οδηγείτε μέσα από πλημμυρισμένες περιοχές, καθώς τα επίπεδα του νερού μπορεί να είναι απρόβλεπτα και επικίνδυνα.

Ακολουθήστε τις οδηγίες των Αρχών: Ακολουθήστε τις οδηγίες από τις τοπικές αρχές και τις υπηρεσίες έκτακτης ανάγκης για την περιοχή σας.