

ΟΔΗΓΟΣ

Εκκενώσεις: τι να περιμένετε πριν, κατά τη διάρκεια και μετά

Μερικές φορές κατά τη διάρκεια μιας κατάστασης έκτακτης ανάγκης ή καταστροφής μπορεί να είναι απαραίτητο για τους ανθρώπους να εκκενώσουν τα σπίτια τους. Σε ορισμένες περιπτώσεις, μπορεί να υπάρξει μια ή δύο ημέρες για προετοιμασία, αλλά σε άλλες περιπτώσεις μπορεί να υπάρχει ανάγκη για άμεση εκκένωση.

Αυτός ο σύντομος οδηγός θα σας δώσει μια ιδέα για το τι να περιμένετε πριν, κατά τη διάρκεια και μετά από μια εκκένωση.

Πριν από την Εκκένωση

- Βεβαιωθείτε ότι το ατομικό σας σχέδιο έκτακτης ανάγκης είναι ενημερωμένο και περιλαμβάνει πληροφορίες σχετικά με το πώς θα φύγετε και πού θα πάτε εάν σας ζητηθεί να εκκενώσετε το σπίτι σας. Θυμηθείτε να αναφέρετε διάφορα μέρη στα οποία θα μπορούσατε να πάτε, όπως σε ένα μέλος της οικογένειας ή στο σπίτι ενός φίλου σε άλλη περιοχή, ή σε έναν τοπικό κοινοτικό χώρο.
- Για ορισμένα άτομα που δεν μπορούν να εκκενωθούν ανεξάρτητα, ένα Προσωπικό Σχέδιο Εκκένωσης Έκτακτης Ανάγκης μπορεί επίσης να είναι σημαντικό να αναπτυχθεί ως μέρος του ατομικού σχεδιασμού έκτακτης ανάγκης. Αυτό μπορεί να είναι χρήσιμο για άτομα που είναι τυφλά ή έχουν χαμηλή όραση, άτομα που είναι κωφά ή βαρήκοα, άτομα με περιορισμένη κινητικότητα ή χρήστες τροχοφόρων συσκευών και άτομα με ψυχοκοινωνικές αναπηρίες.
- Βεβαιωθείτε ότι έχετε μια "Τσάντα Φυγής" (Go Bag) γεμάτη και έτοιμη. Χρησιμοποιήστε τη λίστα ελέγχου σε αυτόν τον ιστότοπο για να βεβαιωθείτε ότι έχετε όλα όσα χρειάζεστε.
- Εξοικειωθείτε με τις επιλογές του τοπικού κέντρου εκκένωσης. Μπορεί να μην είναι προσβάσιμα όλα τα κέντρα. Ορισμένα κέντρα μπορεί να παρέχουν ήσυχους χώρους για άτομα με αισθητηριακές ανάγκες.
- Έχετε ένα σχέδιο για τα κατοικίδια ζώα σας. Τα περισσότερα κέντρα εκκένωσης δεν επιτρέπουν κατοικίδια ζώα, με εξαίρεση τα ζώα υπηρεσίας.
- Εάν έχετε αυτοκίνητο, η διατήρηση μιας γεμάτης δεξαμενής καυσίμου είναι καλή ιδέα σε περίπτωση εκκένωσης. Συνιστάται επίσης να διατηρείτε ένα φορητό κιτ έκτακτης ανάγκης στο αυτοκίνητο.

- Εάν βασίζεστε σε ταξί ή μέσα μαζικής μεταφοράς, σχεδιάστε εναλλακτικές επιλογές μεταφοράς εάν χρειαστεί να φύγετε.
- Εξοικειωθείτε με εναλλακτικούς τρόπους για να φύγετε από την περιοχή σας.

Ο ιστότοπος R4NED έχει συνδέσμους σε απλές λίστες ελέγχου για Go Bag: (R4NED Go Bags).

[Κάντε ένα σχέδιο - R4NED](#)

Ο ιστότοπος Ready από τις Ηνωμένες Πολιτείες έχει εξαιρετικές συμβουλές για το τι πρέπει να συμπεριλάβετε σε μια Go Bag για άτομα με συγκεκριμένες ανάγκες - π.χ. εάν έχετε αισθητηριακή αναπηρία, συγκεκριμένες ανάγκες κινητικότητας ή νοητική αναπηρία. Μεταβείτε στη μέση της ιστοσελίδας μόλις κάνετε κλικ στον παρακάτω σύνδεσμο,

[Συμβουλές για Go Bag](#)

Κατά τη διάρκεια μιας Εκκένωσης

- Βεβαιωθείτε ότι φοράτε μακριά ή προστατευτικά ρούχα και ανθεκτικά, κλειστά παπούτσια.
- Μείνετε ενημερωμένοι στο διαδίκτυο και μέσω των τοπικών ραδιοφωνικών σταθμών σχετικά με τα τοπικά κέντρα εκκένωσης που είναι διαθέσιμα κατά τη διάρκεια έκτακτης ανάγκης ή καταστροφής.
- Έχετε ένα ραδιόφωνο που λειτουργεί με μπαταρία κοντά σας (από την Go Bag) και μείνετε συντονισμένοι για τις τοπικές οδηγίες εκκένωσης.
- Ακολουθήστε τις οδηγίες του προσωπικού των υπηρεσιών έκτακτης ανάγκης και φύγετε όταν σας ζητηθεί. Φεύγοντας πολύ αργά μπορεί να είναι επικίνδυνο και δυνητικά απειλητικό για τη ζωή.
- Μείνετε σε τακτική επαφή με τα άτομα υποστήριξής σας. Φροντίστε να τους ενημερώσετε για το πού θα πάτε.
- Εάν δεν μπορείτε να φύγετε μόνοι σας ανεξάρτητα, βεβαιωθείτε ότι ακολουθείτε τα βήματα του Προσωπικού Σχεδίου Εκκένωσης Έκτακτης Ανάγκης και ότι διατηρείτε τακτική επικοινωνία με τα άτομα υποστήριξής σας. Εάν έχετε περιορισμένη κινητικότητα ή χρησιμοποιείτε αναπηρικό αμαξίδιο, προετοιμαστείτε για σωματική βοήθεια για να βγείτε από το σπίτι σας. Εάν βρίσκεστε σε ένα κτήριο με σκάλες και χωρίς ασανσέρ, είναι πιθανό να χρειαστεί να μεταφερθείτε έξω.
- Πάρτε τα σχέδια έκτακτης ανάγκης και τη Go Bag μαζί σας.

- Πάρτε τα κατοικίδια ζώα σας μαζί σας εάν πηγαίνετε σε χώρο όπου επιτρέπονται. Διαφορετικά, προνοήστε για αυτά στο σπίτι σας.
- Εάν έχετε χρόνο, ασφαλίστε το σπίτι σας βεβαιώνοντας ότι όλα τα παράθυρα και οι πόρτες είναι κλειστά και κλειδωμένα. Αλλά, βεβαιωθείτε ότι εξακολουθείτε να είστε σε θέση να φύγετε εύκολα από το σπίτι σας μόλις έρθει η ώρα να φύγετε. Μπορείτε επίσης να αποσυνδέσετε τον μικρό ηλεκτρικό εξοπλισμό.
- Θυμηθείτε να παραμείνετε ήρεμοι. Η διατήρηση της αναπνοής σας σταθερή είναι ένας καλός τρόπος για να αποφύγετε τον πανικό.

Μετά από μια Εκκένωση

- Επικοινωνήστε με τις τοπικές υπηρεσίες έκτακτης ανάγκης ή τους τοπικούς υπεύθυνους (μέσω ραδιοφωνικών και τηλεοπτικών εκπομπών) για να βεβαιωθείτε ότι είναι ασφαλές να επιστρέψετε στο σπίτι πριν φύγετε από το εναλλακτικό σας κατάλυμα.
- Εάν επιστρέψετε σε μια περιοχή που έχει πληγεί από φυσική καταστροφή, να είστε προετοιμασμένοι για διακοπή των συνηθισμένων δραστηριοτήτων σας.
- Προετοιμαστείτε για συνεχείς διακοπές ρεύματος μόλις επιστρέψετε στο σπίτι.
- Μείνετε σε τακτική επαφή με τα άτομα υποστήριξής σας και ζητήστε βοήθεια εάν τη χρειάζεστε.

Χρηματοδοτείται από το πρόγραμμα επιχορήγησης της Επιτροπής Ποιότητας και Διασφαλίσεων NDIS