



ΕΝΟΤΗΤΑ 4: ΕΤΟΙΜΟΤΗΤΑ ΣΧΟΛΕΙΟΥ ΓΙΑ ΚΑΤΑΣΤΡΟΦΕΣ ΚΑΙ ΑΣΦΑΛΗ ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝΤΑ

ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΗ ΕΝΟΤΗΤΑ 22: Βασικές Δεξιότητες Σωτηρίας σε Σχολικές Καταστροφές

Συγγραφέας: [Διεύθυνση Διαχείρισης Καταστροφών και Εκτάκτων
Αναγκών της Επαρχίας Ντενιζλί (AFAD)/ Συνεργασία Έργου
VETREADY]

Αριθμός έργου: 2024-1-ES01-KA220-VET-000257287



Co-funded by
the European Union

Χρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται είναι, ωστόσο, μόνο του/των συγγραφέα/ων και δεν αντικατοπτρίζουν απαραίτητα εκείνες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή της Servicio Español para la Internacionalización de la Educación (SEPIE). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε η χορηγούσα αρχή φέρουν ευθύνη γι' αυτές.



Στόχος της Εκπαιδευτικής Ενότητας

Γενικός στόχος: Ο γενικός στόχος είναι η διάδοση της ευαισθητοποίησης για τις καταστροφές και των δεξιοτήτων διάσωσης ζώων σε μαθητές και εκπαιδευτικούς τόσο εντός των σχολείων όσο και μεταξύ των κοινοτήτων της διασποράς, η αξιολόγηση της τρέχουσας κατάστασης της ευαισθητοποίησης για τις καταστροφές, ο εντοπισμός βασικών ικανοτήτων σε αυτόν τον τομέα και η κατάρριψη κοινών μύθων και παρανοήσεων σχετικά με την εκπαίδευση για τις καταστροφές.

Διάρκεια της εκπαιδευτικής ενότητας: 2,6 ακαδημαϊκές ώρες

Μέθοδος αξιολόγησης: Κουίζ πολλαπλής επιλογής μετά την ολοκλήρωση της εκπαιδευτικής ενότητας

Ομάδες-στόχοι: Εκπαιδευόμενοι ΕΕΚ, εκπαιδευόμενοι Συνεχιζόμενης Επαγγελματικής Κατάρτισης και Εκπαίδευσης, εκπαιδευόμενοι της διασποράς, εκπαιδευτές ΕΕΚ και Συνεχιζόμενης Επαγγελματικής Κατάρτισης και Εκπαίδευσης και Εκπαίδευσης

Αναγνώριση για τους μαθητές:

Πιστοποιητικό Ολοκλήρωσης (πρόγραμμα μη τυπικής κατάρτισης)

Αναγνώριση για Εκπαιδευτικούς:

Πιστοποιητικό Ανάπτυξης Επαγγελματικής Ικανότητας

Στοχευμένη εγκάρσια δεξιότητα ESCO στην κατηγορία T3.2 – υιοθετώντας μια προληπτική προσέγγιση

Μαθησιακά Αποτελέσματα της Εκπαιδευτικής Ενότητας

Γνώση

- 1. Αναγνώριση** Να αναγνωρίζουν τα είδη των φυσικών καταστροφών που μπορεί να συμβούν στο σχολείο.
- 2. Κατανόηση** Να κατανοήσετε τον αντίκτυπο του πανικού και της παραπληροφόρησης στην ασφάλεια κατά τη διάρκεια μιας καταστροφής.
- 3. Εξήγηση** Για να εξηγήσετε βασικές συμπεριφορές ασφαλείας όπως «Πέσε, Κάλυψε και Κράτα γερά» κατά τη διάρκεια ενός σεισμού.

Δεξιότητες

- 1. Προσδιορισμός** Να εντοπίσετε επικίνδυνες περιοχές και προειδοποιητικά σημάδια στο σχολείο.
- 2. Εφαρμογή** Για την εφαρμογή σωστών συμπεριφορών ασφαλείας κατά τη διάρκεια ασκήσεων.
- 3. Συνεργασία** Να συνεργάζεστε με τους συμμαθητές σας κατά τη διάρκεια μιας καταστροφής για να διασφαλίσετε την ασφαλή εκκένωση.

Αυτές οι δεξιότητες σχετίζονται άμεσα με τις εγκάρσιες δεξιότητες **ESCO T3.2: υιοθέτηση μιας προληπτικής προσέγγισης**

- Αναλάβετε την ευθύνη
- Πάρτε αποφάσεις
- Δείξτε αποφασιστικότητα

Εισαγωγή: Ποιες είναι οι βασικές δεξιότητες που σώζουν ζωές σε περίπτωση σχολικών καταστροφών;

Οι Δεξιότητες Σώζουσας Ζωής κατά τη Διάρκεια Καταστροφών στα Σχολεία αναφέρονται στις κρίσιμες γνώσεις και δεξιότητες που χρειάζονται οι μαθητές για να επιβιώσουν και να μειώσουν τους κινδύνους κατά τη διάρκεια μιας καταστροφής.

- Αυτές οι δεξιότητες επικεντρώνονται στην ασφαλή διαχείριση πιθανών απειλών όπως σεισμοί, πλημμύρες, πυρκαγιές και καταιγίδες. Γνώση των σωστών ενεργειών που πρέπει να ληφθούν κατά τη διάρκεια ενός σεισμού (π.χ. «Πέσε, Κάλυψε και Κράτα γερά») και χρήση των διαδρομών εκκένωσης με ασφάλεια.
- Να είστε σε θέση να χρησιμοποιείτε σωστά τους συναγερμούς, τα σχέδια εκκένωσης και τον εξοπλισμό πυρόσβεσης σε περίπτωση πυρκαγιάς. Να εντοπίζετε ασφαλείς περιοχές κατά τη διάρκεια συμβάντων όπως πλημμύρες και καταιγίδες, να παραμένετε μακριά από παράθυρα και επικίνδυνες περιοχές.
- Εφαρμογή βασικών γνώσεων πρώτων βοηθειών σε καταστάσεις έκτακτης ανάγκης (π.χ. σε περιπτώσεις λιποθυμίας, κοψιμάτων, διαστρεμμάτων ή δύσπνοιας).

Βασικές Έννοιες και Ορολογία

Όσον αφορά τις δεξιότητες ετοιμότητας για καταστροφές και επιβίωσης στα σχολεία, είναι σημαντικό να κατανοήσουμε ορισμένες βασικές έννοιες. Όταν χρησιμοποιούνται σωστά, αυτές οι έννοιες βοηθούν τόσο τους μαθητές όσο και τους εκπαιδευτικούς να ενεργούν πιο συνειδητά σε περίπτωση καταστροφής. Ακολουθούν ορισμένοι βασικοί όροι:

- **Εκκένωση:** Ασφαλής απομάκρυνση μαθητών και προσωπικού από το κτίριο σε περίπτωση έκτακτης ανάγκης.
- **Πρώτες Βοήθειες:** Βασικές δεξιότητες παρέμβασης σε τραυματισμούς (διακοπή αιμορραγίας, θέση ηλεκτροσόκ, βασική υποστήριξη ζωής).
- **Χώρος Συγκέντρωσης και Επικοινωνία:** Συγκέντρωση σε ασφαλείς περιοχές μετά την εκκένωση.
- **Μείωση του Κινδύνου Καταστροφών στα Σχολεία (SBDRR):** Πρόκειται για μια προσέγγιση που στοχεύει στην ευαισθητοποίηση των μαθητών, των εκπαιδευτικών, της σχολικής διοίκησης και των γονέων σχετικά με τις καταστροφές, στη διασφάλιση της προετοιμότητάς τους και στη μείωση των κινδύνων.

Η κατανόηση αυτών και παρόμοιων εννοιών διευκολύνει τη λήψη σωστών αποφάσεων κατά τη διάρκεια καταστροφών και ενισχύει την ασφάλεια των σχολικών κοινοτήτων.

Κατανόηση της Σημασίας

- Σύμφωνα με στοιχεία της UNICEF και της UNDRR, πάνω από 1 δισεκατομμύριο παιδιά σχολικής ηλικίας παγκοσμίως εκτίθενται σε κινδύνους καταστροφών, όπως σεισμούς, πλημμύρες, τυφώνες ή ξηρασίες. Η διακοπή της εκπαίδευσης έχει σοβαρές μακροπρόθεσμες επιπτώσεις στην ανάπτυξη.
- Σύμφωνα με τα στοιχεία του GADRRRES, μεταξύ 2000 και 2019, τουλάχιστον 60 μεγάλες καταστροφές σε 30 χώρες διέκοψαν την εκπαίδευση πάνω από 11 εκατομμυρίων παιδιών.
- Αυτή η παρουσίαση στοχεύει στην κοινοποίηση του παγκόσμιου πλαισίου για τη Μείωση του Κινδύνου Καταστροφών στα Σχολεία (SBDRR), τις βασικές δεξιότητες επιβίωσης και τις βέλτιστες διεθνείς πρακτικές.

Γιατί είναι σημαντική αυτή η εκπαιδευτική ενότητα

- Μπορεί να αντιμετωπίσουμε μια απροσδόκητη καταστροφή ανά πάσα στιγμή στη ζωή μας. Σεισμοί, πυρκαγιές, πλημμύρες ή άλλες καταστάσεις έκτακτης ανάγκης δεν μας προειδοποιούν εκ των προτέρων. Αυτή η εκπαιδευτική ενότητα όχι μόνο παρέχει θεωρητικές γνώσεις, αλλά σας εξοπλίζει και με δεξιότητες σωτηρίας που μπορούν να προστατεύσουν εσάς και τα αγαπημένα σας πρόσωπα σε πραγματικές καταστάσεις.
- Να θυμάστε: Η προετοιμασία είναι πιο δυνατή από τον πανικό.
- Η γνώση είναι η μεγαλύτερη πηγή εμπιστοσύνης σε περιόδους καταστροφής.
- Το να μοιράζεστε όσα έχετε μάθει αυξάνει την ανθεκτικότητα της κοινότητας.
- Συνεπώς, η συμμετοχή σε αυτήν την εκπαίδευση δεν είναι απλώς μια απαίτηση, αλλά και ένα ζωτικό βήμα που γίνεται με αίσθημα ευθύνης.

Φυσικές Καταστροφές σε Βασικές Δεξιότητες Σωτηρίας για Σχολικές Καταστροφές στο Πλαίσιο

- **Σεισμοί:** Ένας από τους πιο συνηθισμένους κινδύνους καταστροφών στα σχολεία. Προκαλούν ζημιές σε κτίρια, τραυματισμούς και την ανάγκη εκκένωσης.
- **Πλημμύρες:** Προκαλούνται από έντονες βροχοπτώσεις, υπερχείλιση ποταμών ή ανεπαρκείς υποδομές. Δημιουργούν πρόσθετους κινδύνους που σχετίζονται με την ηλεκτρική ενέργεια και την υγιεινή.
- **Πυρκαγιές:** Μπορεί να προκληθούν από πυρκαγιές ή κεραυνούς. Αποτελούν κίνδυνο για την ασφάλεια του σχολείου λόγω καπνού και πανικού.
- **Καταιγίδες και Τυφώνες:** Οι σφοδροί άνεμοι, οι ανεμοστρόβιλοι και οι τροπικές καταιγίδες ενέχουν κινδύνους όπως σπασμένα παράθυρα και ζημιές σε στέγες.
- **Κατολισθήσεις:** Συμβαίνουν σε ορεινές ή επικλινείς περιοχές και μπορούν να επηρεάσουν τις σχολικές διαδρομές και τα κτίρια.
- **Ηφαιστειακές εκρήξεις:** Ενέχουν κινδύνους για την υγεία και την ασφάλεια λόγω των εκπομπών λάβας, τέφρας και αερίων.
- **Ακραία ζέστη και ξηρασία:** Τα κύματα καύσωνα ή η παρατεταμένη ξηρασία μπορούν να απειλήσουν την υγεία των μαθητών.
- **Χειμερινές καταιγίδες και χιονοστιβάδες:** Οι χιονοθύελλες, ο παγετός και ο κίνδυνος χιονοστιβάδων επηρεάζουν ιδιαίτερα τα σχολεία σε ορεινές περιοχές.

Σεισμός

Τι είναι ένας σεισμός;

- Ένας σεισμός είναι μια δόνηση του εδάφους που προκαλείται από την ξαφνική απελευθέρωση ενέργειας που συσσωρεύεται κατά μήκος των ρηγμάτων του φλοιού της Γης. Είναι μια από τις πιο καταστροφικές φυσικές καταστροφές παγκοσμίως, που οδηγεί σε απώλεια ζωών, ζημιές σε κτίρια και διακοπή των εκπαιδευτικών διαδικασιών.
- Στα σχολεία, οι σεισμοί αποτελούν υψηλό κίνδυνο για τους μαθητές και το προσωπικό, καθώς συμβαίνουν ξαφνικά και χωρίς προειδοποίηση.

Δεξιότητες που σώζουν ζωές σε περιπτώσεις σεισμικών καταστροφών στα σχολεία

- **Συνειδητή Συμπεριφορά:** Εφαρμογή σωστών ενεργειών όπως «Πέσε - Καλύψου - Κράτα γερά» αντί για πανικό.
- **Ασφαλής εκκένωση:** Χρήση προ-μαθημένων διαδρομών εξόδου μέσω τακτικών ασκήσεων υπό την καθοδήγηση εκπαιδευτικού.
- **Χώρος Συνάθροισης:** Συγκέντρωση σε ανοιχτούς και ασφαλείς χώρους με οργανωμένο τρόπο.
- **Πρώτες Βοήθειες:** Γνώση βασικών παρεμβάσεων για μικροτραυματισμούς.
- **Ψυχολογική Ανθεκτικότητα:** Ικανότητα διατήρησης της ηρεμίας και υποστήριξης των συνομηλίκων.



Εικόνα 1: Kahramanmaraş, Türkiye, 6 Φεβρουαρίου 2023



Σχήμα 2: Ένα παράδειγμα του «τριγώνου της ζωής». Reuters



Co-funded by
the European Union

Σεισμός

Σωστή Συμπεριφορά κατά τη διάρκεια Σεισμού στο Σχολείο:

- Μείνετε ήρεμοι χωρίς πανικό
- Εκτελέστε τον χειρισμό DROP-COVER-HOLD ON (Κάλυψη-Κράτηση Ενεργοποίησης)
- Μείνετε μακριά από παράθυρα, ντουλάπια και αντικείμενα που μπορεί να πέσουν
- Ακολουθήστε τις οδηγίες του δασκάλου
- Έξοδος με τάξη χωρίς να τρέχετε κατά την εκκένωση



Σχήμα 3 Κίνηση που σώζει ζωές σε περίπτωση σεισμού: Πέφτοντας, καλύπτοντας και κρατώντας τον εαυτό του, ΤΟΥΡΚΙΑ, 2022

Πώς πρέπει να διεξάγεται η εκκένωση σχολείου σε περίπτωση σεισμού;:

Διαδικασίες εκκένωσης σε περίπτωση σεισμού:

- Αφού σταματήσει η δόνηση, εκκενώστε την τάξη με τάξη υπό την επίβλεψη του εκπαιδευτικού.
- Βγείτε με τον δάσκαλο χωρίς πανικό.
- Χρησιμοποιήστε τις σκάλες και τις πόρτες με πειθαρχημένο τρόπο. Αποφύγετε τη βιασύνη ή τον συνωστισμό.
- Μην χρησιμοποιείτε ανελκυστήρες.

Βασικές Πρώτες Βοήθειες: Έλεγχος αιμορραγίας, Θεραπεία εγκαυμάτων, ΚΑΡΠΑ (μόνο από πιστοποιημένο προσωπικό)

Ψυχολογικές Πρώτες Βοήθειες (PFA): Κάνοντας τα άτομα να αισθάνονται ασφαλή, ηρεμώντας και καθησυχάζοντάς τα, καλύπτοντας βασικές ανάγκες (π.χ. νερό, τροφή, στέγη), ακούγοντας ενεργά και προσφέροντας συναισθηματική υποστήριξη, παρέχοντας σαφείς πληροφορίες σχετικά με την κατάσταση και τα επόμενα βήματα.



Σχήμα 4 Εκκένωση σχολείου λόγω σεισμού, ΤΟΥΡΚΙΑ 2022

Πλημμύρα

Δεξιότητες διάσωσης σε περίπτωση πλημμυρικής καταστροφής στα σχολεία

Μέτρα Ετοιμότητας και Πρόληψης Σχολικών Πλημμυρών:

- Τα σχολεία σε περιοχές με κίνδυνο πλημμύρας πρέπει να έχουν σχέδιο έκτακτης ανάγκης.
- Θα πρέπει να προσδιοριστούν ασφαλείς οδοί εξόδου και υπερυψωμένοι χώροι συγκέντρωσης.
- Ασκήσεις ευαισθητοποίησης των μαθητών πρέπει να διεξάγονται τακτικά.

Σωστές συμπεριφορές κατά τη διάρκεια πλημμύρας στο σχολείο:

- Μετακινηθείτε σε υψηλότερους και ασφαλέστερους ορόφους (αποφύγετε τα υπόγεια και τα ισόγεια).
- Μείνετε μακριά από ηλεκτρικές πηγές. Μην αγγίζετε πρίζες ή καλώδια.
- Αποφύγετε την επαφή με το νερό· περιμένετε κοντά σε παράθυρα ή σε υπερυψωμένες περιοχές για να μην παρασυρθείτε από τα ρεύματα.
- Παραμείνετε ψύχραιμοι και ακολουθήστε τις οδηγίες των καθηγητών και του προσωπικού.

Μετά την Πλημμύρα και την Εκκένωση στο Σχολείο:

- Βγείτε συλλογικά σε ασφαλείς περιοχές μόλις υποχωρήσουν τα νερά της πλημμύρας.
- Αποφύγετε επικίνδυνες ζώνες όπως γέφυρες και κοίτες ποταμών.
- Ποτέ μην ενεργείτε μόνος/η.
- Αποφύγετε να αγγίζετε βρεγμένες επιφάνειες με γυμνά χέρια μετά (κίνδυνος ηλεκτροπληξίας).
- Παροχή βασικών πρώτων βοηθειών σε τραυματισμένους ή βρεγμένους μαθητές.
- Μην επιστρέψετε στο σχολικό κτίριο μέχρι να σας το εγκρίνουν οι αρχές.



Σχήμα 5 - Καταστροφές από πλημμύρες στην Άγκυρα, 2022



Σχήμα 6 - Εκκένωση σχολείων σε πλημμύρες, 2020

Πλημμύρα

Ποιες είναι οι συνηθισμένες παρανοήσεις σχετικά με τις καταστροφές από πλημμύρες στο σχολείο;

Στα σχολεία, υπάρχουν ορισμένες κοινές παρανοήσεις (μύθοι) σχετικά με τις καταστροφές που κυκλοφορούν μεταξύ μαθητών, γονέων, ακόμη και εκπαιδευτικών. Εάν αυτές δεν γίνουν σωστά κατανοητές, μπορούν να αυξήσουν τους κινδύνους κατά τη διάρκεια μιας καταστροφής.

Ακολουθούν οι πιο συνηθισμένοι μύθοι που σχετίζονται με τις καταστροφές από πλημμύρες:

- **Μια μικρή ποσότητα νερού δεν μπορεί να παρασύρει κανέναν.**
- Αλήθεια: Ακόμα και νερό που ρέει σε ύψος 15-20 εκατοστών μπορεί εύκολα να παρασύρει ένα παιδί.
- **Αν η βροχή είναι ψιλή, δεν θα υπάρξει πλημμύρα.**
- Η έντονη βροχή που πέφτει σε σύντομο χρονικό διάστημα ή τα φραγμένα κανάλια νερού μπορούν να προκαλέσουν πλημμύρες.
- **Οι γραμμές ηλεκτροδότησης δεν επηρεάζονται από το νερό.**
- Οι ηλεκτρικές πηγές που έρχονται σε επαφή με το νερό ενέχουν θανάσιμο κίνδυνο.



Η οδήγηση σε δρόμο καλυμμένο με νερό είναι επικίνδυνη.

AFAD

Σχήμα 7 - Έγγραφα Εκπαίδευσης AFAD

Δεξιότητες διάσωσης σε περίπτωση πυρκαγιάς σε σχολείο

Μελέτες προετοιμασίας και πρόληψης σχολικών μονάδων πριν από την πυρκαγιά:

- Εκπαίδευση Πυρασφάλειας για Φοιτητές και Προσωπικό
- Τακτικές ασκήσεις πυρασφάλειας για τη μείωση του πανικού
- Διατήρηση καθαρών και σηματοδοτημένων διαδρομών εξόδου κινδύνου
- Παροχή πυροσβεστήρων και συστημάτων συναγερμού

Σωστή Συμπεριφορά σε Περίπτωση Πυρκαγιάς στο Σχολείο:

- Σκύψτε για να αποφύγετε την εισπνοή καπνού
- Καλύψτε το στόμα και τη μύτη με ένα υγρό πανί
- Μην χρησιμοποιείτε ανελκυστήρες, χρησιμοποιήστε μόνο σκάλες
- Μείνετε ψύχραιμοι και ακολουθήστε τις οδηγίες των δασκάλων

Μετά από καταστροφή λόγω πυρκαγιάς σε σχολείο και εκκένωση:

- Αφήστε πίσω σας τα υπάρχοντά σας, επικεντρωθείτε μόνο στην ασφάλειά σας
- Έξοδος με τάξη και ταχύτητα
- Συγκεντρωθείτε στον καθορισμένο χώρο συγκέντρωσης
- Οι εκπαιδευτικοί κάνουν ονομαστική κλήση για να βεβαιωθούν ότι δεν θα μείνει κανείς μέσα
- Μην εισέλθετε ξανά στο σχολείο μέχρι να σας δώσουν άδεια οι αρχές
- Παροχή βασικών πρώτων βοηθειών σε τραυματισμούς (εγκαύματα, εισπνοή καπνού)
- Προσφέρετε ψυχολογική υποστήριξη για τη μείωση του φόβου και του άγχους των μαθητών.



Εικόνα 8: ΑΓΚΥΡΑ, Türkiye, 2013



Σχήμα 9: ΚΑΤΑΣΤΡΟΦΗ ΑΠΟ ΠΥΡΚΑΓΙΑ

Φωτιά

Συνήθειες παρανοήσεις σχετικά με τις καταστροφές από πυρκαγιές στα σχολεία

Υπάρχουν ορισμένες κοινές παρανοήσεις (μύθοι) που κυκλοφορούν μεταξύ μαθητών, γονέων, ακόμη και εκπαιδευτικών σχετικά με τις καταστροφές στα σχολεία. Εάν αυτές δεν είναι γνωστές σωστά, μπορούν να αυξήσουν τους κινδύνους κατά τη διάρκεια μιας καταστροφής.

Ακολουθούν οι πιο συνηθισμένοι μύθοι που σχετίζονται με τις καταστροφές από πλημμύρες:

- **Η χρήση του ανελκυστήρα κατά τη διάρκεια πυρκαγιάς είναι γρήγορη.**
- Το ασανσέρ ενδέχεται να μην λειτουργεί και να σας παγιδεύσει μέσα. Θα πρέπει να χρησιμοποιήσετε τις σκάλες.
- **Το γρήγορο τρέξιμο σε κατάσταση πανικού είναι ασφαλές.**
- Η εκκένωση θα πρέπει να πραγματοποιείται με τάξη, χωρίς να τρέχετε, να σπρώχνετε ή να ρίχνετε άλλους κάτω.
- **Ο καπνός δεν είναι επικίνδυνος· ο πραγματικός κίνδυνος είναι οι φλόγες.**
- Οι περισσότεροι θάνατοι συμβαίνουν λόγω δηλητηρίασης από καπνό.

Παύση και αναστοχασμός

Παύση και αναστοχασμός για τις φυσικές καταστροφές

- Διδάσκετε ένα μάθημα. Ξαφνικά, το έδαφος αρχίζει να τρέμει. Τα θρανία τρέμουν και αντικείμενα στον μαυροπίνακα πέφτουν. Μερικοί από τους συμμαθητές σας πανικοβάλλονται και τρέχουν προς την πόρτα, ενώ άλλοι αρχίζουν να κλαίνε.
- Πώς διατηρείς τον εαυτό σου ασφαλή σε μια τέτοια κατάσταση;
- Τι μπορείτε να κάνετε για να βοηθήσετε τους φίλους σας;



Σχήμα 10: Καταστροφή από σεισμό (που δημιουργείται από τεχνητή νοημοσύνη)

Παύση και αναστοχασμός

Παύση και αναστοχασμός για τις φυσικές καταστροφές

Σωστή συμπεριφορά (Κατά τη διάρκεια σεισμού στην τάξη):

- Προσπαθήστε να παραμείνετε ήρεμοι: Πάρτε βαθιές ανάσες για να αποφύγετε τον πανικό.
- Εφαρμόστε τον κανόνα Drop – Cover – Hold On:
- Πτυσσόμενο κάτω δίπλα ή κάτω από το γραφείο σας.
- Προστατέψτε το κεφάλι και τον αυχένα σας με την τσάντα σας ή τα χέρια σας.
- Κρατηθείτε γερά από το γραφείο σας ή από ένα γερό αντικείμενο.
- Μείνετε μακριά από παράθυρα: Τα τζάμια μπορεί να σπάσουν και να προκαλέσουν τραυματισμό.
- Μην βιάζεστε να φτάσετε στην πόρτα: Η βιασύνη προς τις εξόδους μπορεί να προκαλέσει πανικό και συνωστισμό και δεν είναι ασφαλής.
- Μόλις σταματήσει η δόνηση: Αποχωρήστε από την τάξη με τάξη, ακολουθώντας τις οδηγίες του δασκάλου.

Λανθασμένες συμπεριφορές (όπως στο παράδειγμα):

- Τρέχοντας πανικόβλητος προς την πόρτα,
- Κλαίει και μένει ακίνητος,
- Πλησιάζοντας παράθυρα ή ντουλάπια.

Τεχνολογικές / Βιομηχανικές Καταστροφές σε Βασικές Δεξιότητες Σωτηρίας για Σχολικές Καταστροφές στο Πλαίσιο

- Τα σχολεία μπορεί να βιώσουν όχι μόνο σεισμούς ή πυρκαγιές, αλλά και τεχνολογικές καταστροφές. Πρόκειται για γεγονότα που συμβαίνουν λόγω βλάβης ανθρωπογενών συστημάτων.
- Για παράδειγμα, καταστάσεις όπως διακοπή ρεύματος, διαρροές αερίου, ατυχήματα σε εργαστήρια ή βλάβες σε συστήματα υπολογιστών εμπίπτουν σε αυτήν την κατηγορία.
- Αυτά τα γεγονότα μπορεί μερικές φορές να συμβούν ξαφνικά και να θέσουν σε κίνδυνο τους μαθητές. Επομένως, όλοι πρέπει να μάθουν να παραμένουν ψύχραιμοι, να ακούν τις οδηγίες των εκπαιδευτικών και να γνωρίζουν τις ασφαλείς διαδρομές εξόδου.

Χημικά και Τεχνολογικά Ατυχήματα που Ενδέχεται να Συμβούν σε Σχολεία

- Ένα χημικό ατύχημα είναι ένα περιστατικό που αφορά επιβλαβή αέρια, υγρά ή εκρήξεις που προκύπτουν από την κακή χρήση, τη διαρροή ή την ανάμειξη χημικών ουσιών που βρίσκονται σε εργαστήρια, μονάδες καθαρισμού ή σχολικά περιβάλλοντα.

Πού μπορούν να συμβούν χημικά ατυχήματα στα σχολεία;

- Σε πειράματα που διεξάγονται σε επιστημονικά εργαστήρια
- Σε λανθασμένη ανάμειξη υλικών καθαρισμού
- Σε εύφλεκτες ή καύσιμες ουσίες που χρησιμοποιούνται στην σχολική καφετέρια
- Σε διαρροές χημικών ουσιών από βιομηχανικές εγκαταστάσεις που βρίσκονται κοντά στο σχολείο

Πιθανοί Κίνδυνοι

- Πιθανή εισπνοή τοξικού αερίου
- Εγκαύματα στο δέρμα και τα μάτια
- Έκρηξη ή πυρκαγιά
- Κίνδυνοι από επιβλαβή χημικά σωματίδια στον αέρα



Σχήμα 11 - Χημικά ατυχήματα (που δημιουργούνται από την Τεχνητή Νοημοσύνη)

Χημικά Ατυχήματα

Τι να κάνετε:

- Μείνετε ήρεμοι και μην πανικοβάλλεστε.
- Ενημερώστε αμέσως τον καθηγητή ή τη διεύθυνση του σχολείου σας.
- Απομακρυνθείτε από το σημείο και αφήστε την πόρτα ανοιχτή.
- Ανοίξτε τα παράθυρα για να αερίσετε τον χώρο.
- Εάν μυρίσετε αέριο, μην αγγίζετε ηλεκτρικούς διακόπτες ή πρίζες
- Εάν μια χημική ουσία έρθει σε επαφή με το δέρμα σας, ξεπλύνετε την αμέσως με άφθονο νερό (για τουλάχιστον 15 λεπτά). Εάν πιτσιλίζει τα μάτια σας, ξεπλύνετε τα με νερό και ζητήστε ιατρική βοήθεια.
- Εάν εισπνεύσετε τοξικές αναθυμιάσεις, μετακινηθείτε στον καθαρό αέρα.
- Καλέστε τις Υπηρεσίες Έκτακτης Ανάγκης / Πυροσβεστική Υπηρεσία για να αναφέρετε την κατάσταση.

Τι δεν πρέπει να κάνετε:

- Μην αγγίζετε ή μυρίζετε τη χημική ουσία.
- Μην επιχειρήσετε να σκουπίσετε την χυμένη ουσία με πανί ή χαρτί.
- Μην χρησιμοποιείτε ηλεκτρικές συσκευές (οι σπινθήρες μπορεί να είναι επικίνδυνοι).
- Μην τρέχετε ή φωνάζετε – ο πανικός επηρεάζει τους άλλους μαθητές.
- Μην αναμινύετε τη χημική ουσία με νερό (ορισμένες ουσίες μπορεί να αντιδράσουν).
- Μην καθαρίζετε τυχαία – περιμένετε τον υπεύθυνο δάσκαλο ή τον ειδικό.

Ηλεκτρικά Ατυχήματα σε Σχολεία

- Ένα ηλεκτρικό ατύχημα αναφέρεται σε περιστατικά που συμβαίνουν λόγω ελαττωματικής καλωδίωσης, κατεστραμμένων ηλεκτρικών συσκευών ή ακατάλληλης χρήσης ηλεκτρικών συστημάτων στο σχολικό περιβάλλον.

Πού μπορούν να συμβούν ηλεκτρικά ατυχήματα στα σχολεία;

- Σε αίθουσες διδασκαλίας ή εργαστήρια με παλιά ή εκτεθειμένη καλωδίωση
- Σε περιοχές όπου χρησιμοποιείται ηλεκτρικός εξοπλισμός κοντά σε πηγές νερού (π.χ. νεροχύτες, χώρους καθαρισμού)
- Όταν τα καλώδια επέκτασης ή τα πολύπριζα είναι υπερφορτωμένα
- Σε χώρους συντήρησης όπου οι ηλεκτρικοί πίνακες δεν είναι σωστά ασφαλισμένοι

Πιθανοί Κίνδυνοι

- Ηλεκτροπληξία ή ηλεκτροπληξία
- Εγκαύματα που προκαλούνται από ηλεκτρικά τόξα ή σπινθήρες
- Πυρκαγιές που προκύπτουν από βραχυκυκλώματα ή υπερθέρμανση συσκευών



Σχήμα 12 - Ηλεκτρικά ατυχήματα (που δημιουργούνται από την Τεχνητή Νοημοσύνη)

Ηλεκτρικά Ατυχήματα σε Σχολεία

Τι να κάνετε;

- Μην πανικοβάλλεστε, κρατήστε απόσταση ασφαλείας.
- Μην αγγίζετε το άτομο που έχει υποστεί ηλεκτροπληξία! Διακόψτε πρώτα το ηλεκτρικό ρεύμα.
- Εφαρμόστε το σχέδιο εξόδου κινδύνου, εκκενώστε την περιοχή σε περίπτωση πυρκαγιάς.
- Μην αγγίζετε πρίζες ή βύσματα με βρεγμένα χέρια.
- Μην πλησιάζετε τον ηλεκτρικό πίνακα, ενημερώστε τον δάσκαλο.
- Καλέστε την ομάδα πρώτων βοηθειών, καλέστε το 112.

Τι δεν πρέπει να κάνετε;

- Μην αγγίζετε κατεστραμμένα καλώδια, βύσματα ή εκτεθειμένα καλώδια.
- Μην επιχειρήσετε να επισκευάσετε μόνοι σας ηλεκτρικές συσκευές.
- Μην χρησιμοποιείτε βρεγμένα χέρια ή μην στέκεστε σε βρεγμένες επιφάνειες όταν χειρίζεστε ηλεκτρικό εξοπλισμό.
- Μην συνδέετε πάρα πολλές συσκευές σε μία μόνο πρίζα.
- Μην αγνοείτε σπινθήρες, μυρωδιές καμένου ή φώτα που τρεμοπαίζουν — αναφέρετέ τα αμέσως.
- Μην τρέχετε, μην πανικοβάλλεστε και μην χρησιμοποιείτε νερό για να αντιμετωπίσετε ηλεκτρικές πυρκαγιές — ενημερώστε έναν δάσκαλο ή τεχνικό.

Ατυχήματα με έκρηξη φυσικού αερίου/φιαλών σε σχολεία

Ένα ατύχημα με έκρηξη φυσικού αερίου ή φιάλης αναφέρεται σε περιστατικά που προκύπτουν από διαρροές αερίου, ακατάλληλη αποθήκευση ή κακή χρήση φιαλών και συσκευών αερίου εντός του σχολικού περιβάλλοντος.

Πού μπορούν να συμβούν ατυχήματα με έκρηξη φυσικού αερίου/φιαλών στα σχολεία;

- Σε σχολικές καφετέριες ή κουζίνες όπου χρησιμοποιούνται εστίες αερίου
- Σε επιστημονικά εργαστήρια που χρησιμοποιούν αέριο για πειράματα
- Σε χώρους αποθήκευσης όπου οι φιάλες αερίου φυλάσσονται ακατάλληλα
- Σε χώρους συντήρησης όπου τα συστήματα ή οι σωλήνες αερίου δεν επιθεωρούνται τακτικά

Πιθανοί Κίνδυνοι

- Πυρκαγιά ή έκρηξη που προκαλείται από διαρροή αερίου
- Εισπνοή τοξικού ή ασφυκτικού αερίου
- Εγκαύματα και τραυματισμοί που προκύπτουν από την έκρηξη
- Δομικές ζημιές και δευτερογενείς κίνδυνοι, όπως πτώση συντριμμίων



Σχήμα 13 - Ατυχήματα με έκρηξη φυσικού αερίου/φιαλών (που δημιουργούνται από την Τεχνητή Νοημοσύνη)

Πιθανά ατυχήματα από έκρηξη φυσικού αερίου/φιαλών σε σχολεία

Τι να κάνετε;

- Ενημερώστε αμέσως έναν δάσκαλο ή το προσωπικό του σχολείου εάν μυρίσετε αέριο.
- Εκκενώστε την περιοχή ήρεμα και γρήγορα χωρίς να τρέχετε.
- Κλείστε τις βαλβίδες αερίου μόνο εάν είναι ασφαλές να το κάνετε.
- Ανοίξτε τις πόρτες και τα παράθυρα για να επιτρέψετε τον αερισμό, εάν δεν υπάρχει κίνδυνος ανάφλεξης.
- Ακολουθήστε τις οδηγίες έκτακτης ανάγκης και μετακινηθείτε στην καθορισμένη ασφαλή ζώνη.

Τι να μην κάνετε;

- Μην χρησιμοποιείτε ηλεκτρικούς διακόπτες, τηλέφωνα ή άλλες συσκευές (μπορεί να προκαλέσουν σπινθήρες).
- Μην ανάβετε σπέρτα ή χρησιμοποιείτε αναπτήρες.
- Μην προσπαθήσετε να βρείτε μόνοι σας τη διαρροή αερίου.
- Μην επιστρέψετε στην περιοχή μέχρι οι αρχές να την κηρύξουν ασφαλή.
- Μην πανικοβάλλεστε και μην φωνάζετε — παραμείνετε ψύχραιμοι και ακολουθήστε τις οδηγίες.

Παύση και αναστοχασμός

Ένα μάθημα φυσικών επιστημών διεξάγεται σε ένα εργαστήριο λυκείου. Κατά τη διάρκεια του πειράματος, ένα μπουκάλι με όξινο διάλυμα που στέκεται στην άκρη του τραπεζιού αναποδογυρίζει κατά λάθος. Το μπουκάλι πέφτει στο πάτωμα και σπάει, απελευθερώνοντας μια έντονη χημική οσμή στο περιβάλλον. Μερικοί μαθητές αρχίζουν να βήχουν και τα μάτια τους αρχίζουν να δακρύζουν. Ένας μαθητής πανικοβάλλεται και τρέχει προς την πόρτα, ενώ ένας άλλος προσπαθεί να μαζέψει τα θραύσματα γυαλιού στο πάτωμα χωρίς γάντια.



Σχήμα 14: Φωτογραφίες αποθέματος σχολικού εργαστηρίου

Πού θα πηγαίνατε σε αυτή την περίπτωση και γιατί;

Παύση και αναστοχασμός

Σε αυτό το περιστατικό, ένα όξινο διάλυμα χύθηκε στο πάτωμα και το μπουκάλι έσπασε. Η χημική οσμή που εξαπλώθηκε στο περιβάλλον υποδηλώνει ότι έχουν εισπνευστεί επιβλαβή αέρια στον αέρα. Αυτά τα αέρια μπορούν να βλάψουν την αναπνευστική οδό, τα μάτια και το δέρμα. Επιπλέον, το σπασμένο γυαλί στο πάτωμα μπορεί να προκαλέσει κοψίματα και η επαφή με χημικές ουσίες μπορεί να προκαλέσει εγκαύματα. Επομένως, αυτή η κατάσταση είναι επικίνδυνη για την υγεία και μπορεί να οδηγήσει σε αύξηση των ατυχημάτων λόγω πανικού.

Τι πρέπει να γίνει σε αυτήν την περίπτωση;

- Σταματήστε αμέσως χωρίς πανικό.
- Το τρέξιμο ή οι φωνές θα προκαλέσουν πανικό στους άλλους μαθητές.
- Μην αγγίζετε τη χημική ουσία.
- Μην επιχειρήσετε να συλλέξετε γυαλί ή υγρά χωρίς γάντια.
- Περιμένετε τις οδηγίες του δασκάλου.
- Ο/Η εκπαιδευτικός/ή θα διασφαλίσει την ασφαλή εκκένωση της τάξης.
- Αερίστε την τάξη.
- Οι πόρτες και τα παράθυρα πρέπει να αφήνονται ανοιχτά για να επιτρέπεται η είσοδος καθαρού αέρα.
- Να είστε προσεκτικοί όταν πλησιάζετε τα άτομα που έχουν προσβληθεί.
- Εάν έχετε εκτεθεί στη χημική ουσία, μην την αγγίζετε· ενημερώστε τον δάσκαλο.
- Αναφέρετε την κατάσταση στη διεύθυνση του σχολείου ή στον υπεύθυνο του εργαστηρίου.

Πλύνετε καλά τα χέρια και το πρόσωπό σας με νερό. Αυτό πρέπει να γίνει αμέσως, ειδικά εάν υπάρχει υποψία για πιτσιλιές χημικών.

Βιολογικές / Σχετικές με την Υγεία Καταστροφές σε Βασικές Δεξιότητες Σωτηρίας για Σχολικές

Καταστροφές στο Πλαίσιο

Σε σχολεία, κοιτώνες ή καφετέριες, τα μικρόβια και οι ασθένειες μπορούν μερικές φορές να εξαπλωθούν πολύ γρήγορα. Αυτές οι καταστάσεις ονομάζονται βιολογικές καταστροφές και συχνά ξεκινούν χωρίς να γίνονται αντιληπτές. Τα βρώμικα χέρια, τα μολυσμένα τρόφιμα, τα κοινόχρηστα αντικείμενα ή η στενή επαφή μπορούν να προκαλέσουν ταχύ πολλαπλασιασμό των μικροβίων.

Όταν ένας μαθητής έχει γρίπη, μπορεί να μεταδοθεί σε πολλούς άλλους στην ίδια τάξη σε σύντομο χρονικό διάστημα. Αναπνευστικές ασθένειες όπως η COVID-19 εξαπλώνονται με παρόμοιο τρόπο, ειδικά σε πολυσύχναστους και κλειστούς χώρους. Τα χαλασμένα τρόφιμα στην καφετέρια ή μια δερματική λοίμωξη που μπορεί να κολλήσει κανείς στο γυμναστήριο μπορούν επίσης να επηρεάσουν πολλούς ανθρώπους σε σύντομο χρονικό διάστημα.

Ως αποτέλεσμα, ορισμένοι μαθητές ενδέχεται να αρρωστήσουν, τα μαθήματα ενδέχεται να ακυρωθούν ή οι τάξεις να κλείσουν προσωρινά.

Επομένως, είναι ζωτικής σημασίας για όλους μας να αναγνωρίζουμε τα πρώιμα συμπτώματα, να ακολουθούμε τους κανόνες υγιεινής και να ενημερώνουμε τη διεύθυνση του σχολείου εάν αρρωστήσουμε.

Ο πιο αποτελεσματικός τρόπος προστασίας από βιολογικούς κινδύνους είναι να είμαστε προσεκτικοί, προσεκτικοί και καθαροί.

Επιδημία ανεμοβλογιάς (Varicella)

Τι είναι η ανεμοβλογιά;

Είναι μια μεταδοτική ιογενής ασθένεια (ιός ανεμοβλογιάς-ζωστήρα). Εμφανίζεται συνήθως σε παιδιά και νεαρούς ενήλικες. Ξεκινά με συμπτώματα όπως εξάνθημα, κνησμό και πυρετό. Μπορεί να εξαπλωθεί γρήγορα μέσω του αέρα και μέσω επαφής.

Κίνδυνοι εξάπλωσης στα σχολεία

- Γεμάτες αίθουσες διδασκαλίας και κλειστοί χώροι
- Κοινόχρηστα στοιχεία:
- στυλό, γόμες, πληκτρολόγια υπολογιστών
- Περιβάλλον καφετέριας και καντίνας
- Γυμναστήριο και παιδικές χαρές

Υπάρχοντα

- Μεγάλος αριθμός μαθητών που αρρωσταίνουν
- Διακοπή μαθημάτων
- Απομόνωση και καραντίνα ασθενών μαθητών στο σπίτι
- Αυξημένο άγχος και πανικός στο σχολείο

Προφυλάξεις που πρέπει να ληφθούν

- Οι άρρωστοι μαθητές δεν πρέπει να έρχονται στο σχολείο
- Οι αίθουσες διδασκαλίας και οι κοινόχρηστοι χώροι θα πρέπει να αερίζονται συχνά
- Πρέπει να εφαρμόζονται οι κανόνες υγιεινής και πλύσης των χεριών
- Η μονάδα υγείας θα πρέπει να ειδοποιείται όταν παρατηρούνται συμπτώματα ανεμοβλογιάς
- Θα πρέπει να λαμβάνονται μέτρα προστασίας για τους μη εμβολιασμένους μαθητές



Σχήμα 15: Μικρό αγόρι με ξύνει με την ανεμοβλογιά του

Τι να κάνετε;

- Θα πρέπει να ξεκουράζονται στο σπίτι και να μην πηγαίνουν σχολείο. Είναι πολύ σημαντικό να μένουν στο σπίτι γιατί η ασθένεια είναι μεταδοτική.
- Πίνετε άφθονα υγρά, ακολουθήστε μια ισορροπημένη διατροφή και ξεκουραστείτε αρκετά.
- Πλένετε συχνά τα χέρια σας και αποφύγετε να αγγίζετε το πρόσωπο ή τα υπάρχοντά σας μετά το ξύσιμο.
- Να φοράτε καθαρά, άνετα ρούχα και προσέξτε να μην ερεθίσετε το εξάνθημα.
- Θα πρέπει να λαμβάνουν τακτικά τα φάρμακα που τους έχει συνταγογραφήσει ο γιατρός και δεν πρέπει να λαμβάνουν κανένα φάρμακο μόνοι τους.
- Θα πρέπει να χρησιμοποιούν τη δική τους πετσέτα, φλιτζάνι, πιάτο, πιρούνι, κουτάλι και άλλα αντικείμενα.
- Μπορούν να χρησιμοποιήσουν μια λοσιόν ή κρέμα κατά του κνησμού (όπως τους συστήνει ο γιατρός).

Τι δεν πρέπει να κάνετε;

- Αποφύγετε να πηγαίνετε στο σχολείο, σε δημόσιους χώρους ή σε μέρη με πολύ κόσμο.
- Μην ξύνετε τις φουσκάλες. Αυτό μπορεί να προκαλέσει ουλές ή μόλυνση.
- Αποφύγετε τη στενή επαφή με άλλα άτομα, ειδικά με έγκυες γυναίκες και μη εμβολιασμένα άτομα.
- Δεν πρέπει να μοιράζονται τα προσωπικά τους αντικείμενα με άλλους.
- Θα πρέπει να αποφεύγουν τα ζεστά μπάνια και τις δραστηριότητες που προκαλούν εφίδρωση (καθώς αυτά μπορούν να επιδεινώσουν τα εξανθήματα).

Πριν την Επιστροφή στο Σχολείο

- Μόλις το παιδί αναρρώσει πλήρως, πρέπει να ληφθεί η έγκριση του γιατρού.
- Η μεταδοτικότητα τελειώνει μόλις οι φουσκάλες καλυφθούν με κρούστα.
- Η διεύθυνση του σχολείου και οι εκπαιδευτικοί θα πρέπει να ενημερωθούν.

Νοροϊός

Τι είναι ο νοροϊός;

Είναι ένας μεταδοτικός ιός που επηρεάζει το στομάχι και τα έντερα. Ο νοροϊός είναι ένας ιός που μεταδίδεται μέσω των τροφίμων και είναι εξαιρετικά μεταδοτικός. Προσβάλλει το στομάχι και τα έντερα, προκαλώντας συνήθως ναυτία, έμετο, διάρροια και πόνο στο στομάχι.

Συμπτώματα:

- Ναυτία, έμετος, διάρροια, πόνος στο στομάχι, ήπιος πυρετός.
- Μεταδίδεται εύκολα μέσω τροφής, νερού και επαφής.
- Ο νοροϊός είναι ένας βιολογικός κίνδυνος που μπορεί να εξαπλωθεί γρήγορα στα σχολεία
- Η έγκαιρη ανίχνευση, η υγιεινή και η απομόνωση μπορούν να αποτρέψουν τη μετάδοση
- Η συνειδητή συμπεριφορά των μαθητών και του προσωπικού είναι το κλειδί για την προστασία της σχολικής υγείας

Κίνδυνος εξάπλωσης στα σχολεία

- Περιβάλλον καντίνας και καφετέριας
- Γεμάτες αίθουσες διδασκαλίας και κοινόχρηστα αντικείμενα
- Γυμναστήρια και παιδικές χαρές
- Άρρωστοι μαθητές ή μολυσμένα τρόφιμα

Υπάρχοντα

- Μεγάλος αριθμός μαθητών αρρωσταίνει
- Διακοπή ή ακύρωση μαθημάτων
- Καραντίνα στην τάξη ή στο σχολείο
- Ανησυχία και πανικός μεταξύ μαθητών και προσωπικού

Επιδημία νοροϊού στα σχολεία;

Τι να κάνετε;

- Οι άρρωστοι μαθητές δεν πρέπει να έρχονται στο σχολείο (θα πρέπει να παραμείνουν στο σπίτι μέχρι να υποχωρήσουν τα συμπτώματα)
- Τα χέρια πρέπει να πλένονται συχνά με σαπούνι και νερό
- Οι αίθουσες διδασκαλίας και οι κοινόχρηστοι χώροι θα πρέπει να καθαρίζονται και να αερίζονται
- Δεν πρέπει να μοιράζεστε προσωπικά αντικείμενα (πετσέτες, ποτήρια, μαχαιροπίρουνα κ.λπ.)
- Η σχολική διοίκηση και το υγειονομικό προσωπικό θα πρέπει να ενημερωθούν για την κατάσταση.
- Πρέπει να καταναλώνονται άφθονα υγρά και να λαμβάνεται μέριμνα για ξεκούραση

Τι να μην κάνετε;

- Ελάτε στο σχολείο ή έρθετε σε στενή επαφή
- Ετοιμάστε φαγητό ή εργαστείτε στην καφετέρια
- Παραμέληση των κανόνων υγιεινής
- Βασιστείτε αποκλειστικά σε απολυμαντικό χεριών (το πλύσιμο των χεριών με σαπούνι και νερό είναι πιο αποτελεσματικό)
- Λήψη φαρμάκων χωρίς τη συμβουλή γιατρού

Ο νοροϊός είναι ένας βιολογικός κίνδυνος που εξαπλώνεται πολύ γρήγορα στο σχολικό περιβάλλον. Ο καθαρισμός, η απομόνωση και η συνειδητή συμπεριφορά είναι οι πιο αποτελεσματικοί τρόποι πρόληψης της μόλυνσης.

Βιολογικοί κίνδυνοι και κίνδυνοι που σχετίζονται με τροφική δηλητηρίαση στα σχολεία

- Χαλασμένα ή ανθυγιεινά τρόφιμα: Τρόφιμα που αποθηκεύονται στην καντίνα, την τραπεζαρία ή την τάξη.
- Λανθασμένες συνθήκες αποθήκευσης: Τα τρόφιμα δεν αποθηκεύονται στην κατάλληλη θερμοκρασία.
- Ακάθαρτο νερό και ποτά.
- Ανεπαρκής υγιεινή: Έλλειψη καθαριότητας χεριών και εξοπλισμού μεταξύ των εργατών που παρασκευάζουν τρόφιμα.
- Μαζικό φαινόμενο: Ταυτόχρονη ασθένεια μεταξύ μαθητών που έχουν καταναλώσει το ίδιο φαγητό.
- **Συνήθη συμπτώματα**
 - Ναυτία, έμετος, διάρροια, πόνος στο στομάχι
 - Ήπιος πυρετός και κόπωση
- **Περιοχές κινδύνου στα σχολεία**
 - Σχολικές καντίνες και καφετέριες
 - Γεμάτες αίθουσες διδασκαλίας και κοινόχρηστο υλικό

Βιολογικοί κίνδυνοι και κίνδυνοι που σχετίζονται με τροφική δηλητηρίαση στα σχολεία

Τι να κάνετε;

- Πλύνετε καλά τα χέρια σας πριν το φαγητό και μετά τη χρήση της τουαλέτας.
- Να τρώτε φαγητό που είναι φρεσκομαγειρεμένο και σωστά μαγειρεμένο.
- Πίνετε μόνο καθαρό και ασφαλές νερό.
- Ενημερώστε αμέσως έναν δάσκαλο ή μια σχολική νοσοκόμα εάν αισθανθείτε αδιαθεσία (ναυτία, έμετο, διάρροια).
- Διατηρείτε τους χώρους φαγητού και τα γραφεία καθαρά και στεγνά.
- Ενθαρρύνετε τους συμμαθητές σας να τηρούν τους κανόνες υγιεινής.

Τι να μην κάνετε;

- Μην τρώτε τρόφιμα που μυρίζουν ή φαίνονται χαλασμένα.
- Μην μοιράζεστε φαγητό, ποτά ή σκεύη φαγητού με άλλους.
- Μην αγνοείτε συμπτώματα όπως πόνο στο στομάχι ή έμετο.
- Μην τρώτε χωρίς να πλύνετε τα χέρια σας.
- Μην χειρίζεστε τρόφιμα εάν αισθάνεστε αδιαθεσία.

Παύση και αναστοχασμός

Χάος στην τάξη: Επιδημία ανεμοβλογιάς και νοροϊού

Μετά το διάλειμμα για μεσημεριανό γεύμα, ένας μαθητής επιστρέφει στην τάξη εμφανίζοντας συμπτώματα ανεμοβλογιάς (εξάνθημα και κνησμό). Ταυτόχρονα, αρκετοί μαθητές που είχαν φάει μεσημεριανό από την καφετέρια άρχισαν να εμφανίζουν ναυτία, έμετο και διάρροια (συμπτώματα νοροϊού). Πανικός ξέσπασε στην τάξη: κάποιοι μαθητές έτρεξαν στην τουαλέτα, άλλοι προσπάθησαν να καθαρίσουν φαγητό που είχε χυθεί στο πάτωμα, ενώ άλλοι κοιτάζονταν ανήσυχα. Ο δάσκαλος παρατήρησε την κατάσταση, αλλά δυσκολεύτηκε να ελέγξει το χάος και τον πανικό.

Τόσο η ανεμοβλογιά όσο και ο νοροϊός ενέχουν τον κίνδυνο εξάπλωσης ταυτόχρονα.

**Να πανικοβληθούμε ή να παραμείνουμε ψύχραιμοι και να κάνουμε τα σωστά βήματα;
Πρέπει να απομονώσουμε τους άρρωστους μαθητές και να εφαρμόσουμε μέτρα υγιεινής;**

Παύση και αναστοχασμός

Τι συμβαίνει;

- Κατά τη διάρκεια μιας βιολογικής καταστροφής στο σχολείο, οι μαθητές μπορεί να εμφανίσουν διάφορα σωματικά συμπτώματα. Όσοι έχουν ανεμοβλογιά μπορεί να εμφανίσουν εξάνθημα, ερυθρότητα, κνησμό, ήπιο πυρετό, κόπωση και απώλεια όρεξης. Οι μαθητές που έχουν προσβληθεί από νοροϊό μπορεί να εμφανίσουν ναυτία, έμετο, διάρροια, κράμπες στο στομάχι και ήπιο πυρετό. Μπορεί επίσης να υπάρχουν σημάδια αφυδάτωσης. Και στις δύο περιπτώσεις, οι μαθητές μπορεί να γίνουν ανήσυχοι, κουρασμένοι και να χρειάζονται να χρησιμοποιούν συχνά την τουαλέτα κατά τη διάρκεια του μαθήματος, γεγονός που μπορεί να διαταράξει την τάξη στην τάξη.

Ποια είναι η βέλτιστη πρακτική;

- Οι άρρωστοι μαθητές θα πρέπει να απομονώνονται και να αναφέρονται στην υγειονομική μονάδα.
- Οι μαθητές που εμφανίζουν συμπτώματα ανεμοβλογιάς δεν πρέπει να παραμένουν στην τάξη.
- Οι μαθητές που εμφανίζουν συμπτώματα νοροϊού θα πρέπει να απομακρύνονται από την καφετέρια και τους κοινόχρηστους χώρους και να κατευθύνονται για ξεκούραση στο σπίτι.
- Οι αίθουσες διδασκαλίας και οι κοινόχρηστοι χώροι θα πρέπει να καθαρίζονται και να αερίζονται.
- Τα μολυσμένα αντικείμενα πρέπει να καθαρίζονται προσεκτικά.
- Όλοι οι μαθητές και το προσωπικό οφείλουν να συμμορφώνονται με τους κανόνες υγιεινής και να χρησιμοποιούν μάσκες και γάντια όταν είναι απαραίτητο.
- Η διεύθυνση του σχολείου και οι μονάδες υγείας θα πρέπει να ειδοποιηθούν αμέσως για το περιστατικό.
- Εάν είναι απαραίτητο, οι τάξεις ή τα τμήματα θα πρέπει να τεθούν προσωρινά σε καραντίνα.
- Οι μαθητές θα πρέπει να λαμβάνουν εκπαίδευση ευαισθητοποίησης και υγιεινής.

Εμπνευσμένες Πράξεις και Πρότυπα

Παραδείγματα βέλτιστων διεθνών πρακτικών

- Ιαπωνία: Η εκπαίδευση για τις καταστροφές (Bosai) αποτελεί αναπόσπαστο μέρος του προγράμματος σπουδών. Ασκήσεις σε εθνικό επίπεδο πραγματοποιούνται κάθε χρόνο την Ημέρα Πρόληψης Καταστροφών (1η Σεπτεμβρίου). Οι μαθητές μαθαίνουν πρακτικές δεξιότητες όπως η προετοιμασία κιτ έκτακτης ανάγκης και η χρήση πυροσβεστικών σωλήνων.
- Νέα Ζηλανδία: Η άσκηση για την αντιμετώπιση μαζικών σεισμών «ShakeOut». Η αρχή «Drop, Cover, Hold» είναι βαθιά ριζωμένη. Τα σχολικά κτίρια πληρούν εξαιρετικά υψηλά σεισμικά πρότυπα.
- Μεξικό: Ιδρύονται Εσωτερικές Ταξιαρχίες Πολιτικής Προστασίας στα σχολεία. Οι μαθητές συμμετέχουν ενεργά σε ομάδες έρευνας και διάσωσης, πρώτων βοηθειών και πυρόσβεσης.
- Ινδονησία (Άτσεχ): Μετά το τσουνάμι του 2004, οι διαδρομές εκκένωσης και οι πινακίδες για το τσουνάμι ενσωματώθηκαν στο σχολικό πρόγραμμα σπουδών και στον πολεοδομικό σχεδιασμό. Διεξάγονται τακτικές ασκήσεις για την αντιμετώπιση τσουνάμι.

Ψηφιακοί και τεχνολογικά βασισμένοι πόροι

- Εφαρμογές: Εφαρμογές από οργανισμούς όπως το AFAD (Τουρκία), η FEMA (ΗΠΑ) και ο Ερυθρός Σταυρός (Ερυθρά Ημισέληνος) για πρώτες βοήθειες, ετοιμότητα για καταστροφές και ειδοποιήσεις σε πραγματικό χρόνο.
- Εικονικές Ασκήσεις (VR): Οι τεχνολογίες επαυξημένης πραγματικότητας (AR) και εικονικής πραγματικότητας (VR) παρέχουν ρεαλιστικά αλλά και ακίνδυνα περιβάλλοντα εκπαίδευσης.
- Ηλεκτρονικές πλατφόρμες εκπαίδευσης: Δωρεάν ηλεκτρονικά μαθήματα και υλικό για την ασφάλεια στα σχολεία από οργανισμούς όπως η UNICEF και το INEE (Διυπηρεσιακό Δίκτυο για την Εκπαίδευση σε Καταστάσεις Έκτακτης Ανάγκης).

Περισσότερα για εξερεύνηση

<https://www.youtube.com/watch?v=O-SwllY0nzw>

Οδηγός Πρόληψης Καταστροφών για Ξένους: Βίντεο-Οδηγός

<https://www.youtube.com/watch?v=nKkzLx7vEco>

Ποια είναι η διαφορά μεταξύ της μείωσης του κινδύνου καταστροφών και της διαχείρισης;

<https://www.worldbank.org/en/news/feature/2023/06/07/how-safer-and-more-resilient-schools-withstood-the-earthquakes-in-turkiye>

Πώς αντέχουν τα σχολεία στην Τουρκία τους σεισμούς με μεγαλύτερη ασφάλεια και ανθεκτικότητα;

<https://www.afad.gov.tr/deprem-egitimi-videolari>

Βίντεο εκπαίδευσης σεισμών AFAD για σεισμούς

<https://www.fema.gov>

FEMA – Πυρασφάλεια για Σχολεία

<https://www.redcross.org/get-help/how-to-prepare-for-emergencies/types-of-emergencies/flood.html>

Προφυλάξεις που πρέπει να λαμβάνονται πριν και κατά τη διάρκεια μιας πλημμύρας.

<https://www.trtcocuk.net.tr>

TRT Children – Εκπαιδευτικό Περιεχόμενο για Καταιγίδες και Φυσικές Καταστροφές

https://web-japan.org/kidsweb/cool/20/202011_disaster-prevention-education_en.html

Παραδείγματα εκπαίδευσης ετοιμότητας για καταστροφές για μαθητές σχολείου στην Ιαπωνία

Πηγές που χρησιμοποιήθηκαν για τη δημιουργία αυτής της εκπαιδευτικής ενότητας

- 1. Έγγραφα Εκπαίδευσης AFAD (Προεδρία Διαχείρισης Καταστροφών και Εκτάκτων Αναγκών)
- 2. GADRRRES (Παγκόσμια Συμμαχία για τη Μείωση του Κινδύνου Καταστροφών και την Ανθεκτικότητα στον Τομέα της Εκπαίδευσης): <https://www.gadrrres.net/> - Δημιουργός του πλαισίου του Τριγώνου Σχολικής Ασφάλειας. Ο πιο ολοκληρωμένος πόρος.
- 3. INEE (Διυπηρεσιακό Δίκτυο για την Εκπαίδευση σε Καταστάσεις Έκτακτης Ανάγκης): <https://inee.org/> - Πρότυπα και πόροι για καταστάσεις έκτακτης ανάγκης στην εκπαίδευση.
- 5. FEMA: Ready.gov: <https://www.ready.gov/kids> - Απλοί οδηγοί που έχουν καταρτιστεί για οικογένειες και παιδιά.
- 6. Παγκόσμια Τράπεζα - GFDRR (Παγκόσμια Διευκόλυνση για τη Μείωση και την Ανάκαμψη από Καταστροφές): <https://www.gfdrr.org/> - Έργα και χρηματοδότηση υποδομών για την ασφάλεια των σχολείων.
- 4. UNDRR (Γραφείο των Ηνωμένων Εθνών για τη Μείωση του Κινδύνου Καταστροφών): <https://www.undrr.org/> - Το Πλαίσιο Σεντάι και παγκόσμιες εκθέσεις.
- 5. UNICEF Εκπαίδευση: <https://www.unicef.org/education> - Εκθέσεις για την εκπαίδευση και την ασφάλεια στα σχολεία, ειδικά σε καταστάσεις κρίσης.

Πηγές που χρησιμοποιήθηκαν για τη δημιουργία αυτής της εκπαιδευτικής ενότητας

Εικόνα 1: Kahramanmaraş, 6 Φεβρουαρίου 2023)

<https://www.gzt.com/foto-galeri/jurnalist/asrin-felaketi-6-subat-depreminin-unutulmaz-fotograflari-2040056>

Σχήμα 2: Ένα παράδειγμα του «τριγώνου της ζωής». Reuters

<https://evrimagaci.org/hayat-ucgeni-vs-cok-kapan-tutun-deprem-sirasinda-hangi-yontem-uygulanmali-9505>

Σχήμα 3: Κίνηση που σώζει ζωές σε περίπτωση σεισμού: Πέφτοντας, καλύπτοντας και κρατώντας γερά, ΤΟΥΡΚΙΑ- 2022

<https://www.kastamonugazetesi.com.tr/depremde-hayat-kurtaran-hamle-cok-kapan-tutun/>

Σχήμα 4 - Εκκένωση σχολείου λόγω σεισμού, ΤΟΥΡΚΙΑ 2022

<https://www.edirnetv.com/tekirdag/4-1-ile-sallanan-sarkoyde-deprem-tatbikati/>

Σχήμα 5 - Καταστροφές από πλημμύρες στην Άγκυρα, 2022

<https://www.ankaramasasi.com.tr/haber/1572104/ankarada-saganagin-faturasi-3-olu-1-kayip>

Σχήμα 6 Εκκένωση Σχολείων σε Πλημμύρες, 2020

<https://www.antarafoto.com/view/1139826/student-evacuation-due-to-flood-school>

Σχήμα 7 - Έγγραφα Εκπαίδευσης AFAD

<https://www.afad.gov.tr/>

Εικόνα 8: ΑΓΚΥΡΑ, Türkiye, 2013

<https://www.memurlar.net/haber/394616/ankara-da-ozel-bir-okul-alev-alev-yandi.html>

Σχήμα 9: ΚΑΤΑΣΤΡΟΦΗ ΑΠΟ ΠΥΡΚΑΓΙΑ

<https://fire-extinguisher-maintenance.co.uk/5-things-you-should-never-do-in-a-fire/>

Σχήμα 14: Φωτογραφίες αποθέματος σχολικού εργαστηρίου

<https://depositphotos.com/tr/photos/laboratuvar-okul.html?qview=355406920>

Σχήμα 15: Μικρό αγόρι με ξύνει με την ανεμοβλογιά του

<https://www.istockphoto.com/tr/foto%C4%9Fraf/little-boy-scratching-me-his-chickenpox-gm133295736-17806103>

Σχήμα 10, 11, 12 και 13: Δημιουργήθηκε από τεχνητή νοημοσύνη



Co-funded by
the European Union

ΣΥΝΕΡΓΑΤΕΣ



<https://ied.eu/>



<https://denizli.afad.gov.tr/>



<https://neotalentway.com/>



<https://www.eva93.lv/>



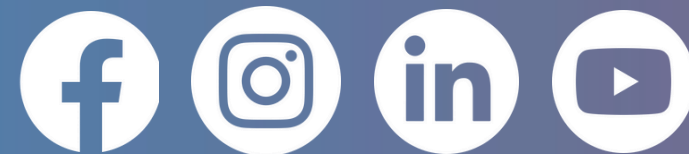
<https://ngo-nfe4y.com.ua/en>



<https://vonhope.is/>

**Διασκεδάστε με την Ενότητα 4 του VET-READY - Ετοιμότητα για
Καταστροφές και Ασφαλή Μαθησιακά Περιβάλλοντα στα Σχολεία.
Ενότητα 22 - Βασικές Δεξιότητες Σωτηρίας για Σχολικές
Καταστροφές.**

ΑΚΟΛΟΥΘΗΣΤΕ ΜΑΣ



<https://vetready.eu/>