



Ανακοίνωση που την Ιατρική Ομάδα του “Ως Δαμέ”

Στη πορεία εν να υπάρχει ιατρική ομάδα για φροντίδα σε περίπτωση ατυχήματος, ψεκάσματος pepper spray, ρίψη δακρυγόνων τζαι οποιαδήποτε άλλης περιθαλψης χρειαστεί. Σε περίπτωση ανάγκης ψάξτε για τα άτομα που φορούν κίτρινα γιλέκα τζαι ζητήστε αμέσως βοήθεια. Πιο κάτω ένα έβρεις κάποια βήματα για το τι κάμνεις αν ψεκάσουν εσένα ή κάποιον/α άλλη/ον με pepper spray.

Καταρχάς μπορεί να εν μια εξαιρετικά επώδυνη εμπειρία το να πάει pepper spray στα μάθκια σας, διότι η καψαϊκίνη στο διάλυμα ψεκασμού προκαλεί μια σοβαρή αίσθηση καψίματος . Εν υπάρχει άμεση θεραπεία αλλά μπορείτε να μειώσετε τη διάρκεια τζαι την ένταση των συμπτωμάτων. Εν καλά να έχετε μαζί σας διάλυμα αλατόνερου που ένα κάμετε που πριν.

★ Ποτέ μεν τρίφκετε τα μάθκια σας όταν έρχονται σε επαφή με pepper spray. Αν τζαι μπορεί να φαίνεται σαν φυσικό πράμμα που πρέπει να κάμουμε , το τρίψιμο των μαθκίων εννα επιδεινώσει τις επιπτώσεις της καψαϊκίνης τζαι ένα μεγαλώσει τον πόνο τζαι τη διάδοση της κάψας τζαι σε άλλα μέρη του σώματός σας. Αν φορείτε φακούς επαφής, αφαιρέστε τους αμέσως, αν τα σσιέρκα σας έχουν σπρέι πάνω τους , πείτε κάποιου/ας να σας βοηθήσει να τους φκάλτε.

★ Μετακινηθείτε σε περιοχή με καθαρό αέρα τζαι πάντα μαζί με κάποιον/α. Εν μηνίσκουμε ΠΟΤΕ μόνοι/ες μας.

★ Ανοιγοκλειστε τα μάθκια σας γλίορα πολλές φορές ώστε τα μάθκια σας να παράγουν την απαραίτητη υγρασία για να καθαρίσουν. Εν θα νιώσετε ανακούφιση αμέσως , αλλά τούτη η διαδικασία επιτρέπει στα μάθκια να ξεκινήσουν να αποβάλουν το σπρει.

★ Βάλτε αλατούχο διάλυμα (που να κάμετε που πριν) ή υπέρτονο αλατούχο διάλυμα (physiomer) σε κάθε μάτι για να βοηθήσει με το πλύσιμο των μαθκίων . Συνεχίστε να ανοιγοκλείετε τα μάθκια τζαι μετά την εφαρμογή του διαλύματος. Αν δεν έχετε αλατούχο διάλυμα πείτε κάποιου να έβρει γάλα τζαι βρέξετε μια χαρτοπετσέτα τζαι βάλτε την πάνω στα μάθκια σας, τούτο ένα ανακουφίσει το κάψιμο.

★ ΜΕΝ χρησιμοποιήστε σαπούνι γύρω που τα μάθκια

★ Φκάλτε τα ρούχα που μπορεί να ήρταν σε επαφή με το σπρέι για να αποφύγετε εκ νέου κάψιμο. (Πάντα σε πορείες/ διαδηλώσεις να έχετε μαζί σας έξτρα ρούχα).

★ Αν δείτε ότι εν φεύκει το κάψιμο πιένετε νοσοκομείο.



Announcement from the Medical Team of "Ως Δαμέ".

Along the march there will be a **medical team** for care in case of accident, pepper spray, tear gas and any other treatment needed. If necessary, look for people wearing **yellow vests** and seek help immediately. Below you will find some steps for what you do if you or someone else is sprayed with **pepper spray**.

It can be an extremely painful experience if pepper spray goes into your eyes, because the capsaicin in the spray solution causes a severe burning sensation. There is no immediate cure but you can reduce the duration and severity of symptoms. After the spray you can use a combination of methods to treat your eyes to stop the pain from spreading. It is good to have with you a saline (salt water) solution that you have prepared in advance.

★ **Never rub your eyes** after they come in contact with pepper spray. Although it may seem like a natural thing to do, rubbing your eyes aggravates the effects of capsaicin and increases the pain and the spread of the burning sensation to other parts of your body. If you wear contact lenses, remove them immediately. Contact lenses cannot be cleaned from capsaicin oils. If your hands have spray on them, tell someone to help you remove the contact lenses.

★ **Move to an area with fresh air** and always with someone by your side. We never stay alone.

★ **Blink your eyes quickly** several times so that your eyes produce the necessary moisture to clean. You will not feel relief immediately, but this procedure allows the eyes to begin to eliminate the spray.

★ **Put saline solution** (which you should prepare in advance) or Physiomer Hypertonic on each eye to help with washing the eyelids. Continue to open and close the eyes after applying the solution. If you do not have a saline solution, tell someone to find milk and wet a paper towel and put it on your eyes, this will relieve the burning.

★ **DO NOT** use soap around on your eyes

★ **Remove clothing** that may have come in contact with the spray to avoid re-burning. (Always have extra clothes with you during marches / demonstrations).

★ If you see that the burning does not subside, go to the hospital.



GR Πώς να κάμεις αλατούχο διάλυμα.

Εν σημαντικό να χρησιμοποιείτε καθαρά συστατικά και να διατηρείτε αποστειρωμένες συνθήκες.

Υλικά

Αλάτι: εν καλύτερο να χρησιμοποιείτε μη ιωδιούχο αλάτι. Αποφύγετε τη χρήση αλάτι θαλασσινού αλατιού καθώς τα πρόσθετα χημικά μπορεί να προκαλέσουν προβλήματα για ορισμένους σκοπούς.

Νερό: απεσταγμένο νερό.

Χρησιμοποιήστε 9 γραμμάρια αλατιού ανά λίτρο νερού ή 1 κουταλάκι του γλυκού αλάτι ανά φλιτζάνι νερού.

Παρασκευή

Για ένα αποστειρωμένο διάλυμα, διαλύστε το αλάτι σε βραστό νερό. Κλείστε το διάλυμα για να μείνει αποστειρωμένο τζαι αφήστε το διάλυμα να κρυώσει τζαι βάλτε το σε ένα δοχείο που ένα εν εύκολο να το χρησιμοποιήσετε.

EN

How to make a saline solution.

It is important to use clean ingredients and maintain sterile conditions.

Materials

Salt: it is best to use non-iodized salt. Avoid using sea salt as additives can cause problems for some cases.

Water: distilled water.

Use 9 grams of salt per liter of water or 1 teaspoon of salt per cup of water.

Preparation

For a sterile solution, dissolve the salt in boiling water. Close the solution to keep it sterilised and allow the solution to cool and place it in a container that will be easy to use.



Σε περίπτωση που εσσιει ξανά αύρα νερού να ξέρετε ότι ο «Αίαντας» διαθέτει κανόνι εκτόξευσης νερού, σύστημα αυτοπυρόσβεσης, ειδικό εκτοξευτήρα χημικών και δακρυγόνων, υπερσύγχρονη κάμερα η οποία καταγράφει τα πάντα (τζαι βοηθά τους χειριστές του να φύουν που το σημείο των επεισοδίων ακόμα τζαι αν δεν έχουν καλή οπτική), ειδικές προστατευτικές επιφάνειες τζαι πτύο απομάκρυνσης εμποδίων όπως τα οδοφράγματα. Που το κανόνι νερού μπορεί, επιπλέον, να εκτοξεύει χρώμα αλλά τζαι νερό το οποίο ενα έχει αναμεμιγμένες ουσίες (όπως pepper spray) που δυνητικά ενα μπορούσαν να έχουν τα ίδια αποτελέσματα με τα δακρυγόνα.

Αν τύχει να έσσιει σε πορεία αύρα νερού τότε πρέπει να είσαι **πολλά προσεχτικός/η** να μεν σε έβρει γιατί μπορεί να προκαλέσει μόνιμη βλάβη ή ακόμα τζαι θάνατο αν το χρησιμοποιήσουν στο φουλ της δύναμης του.

Η ρύθμιση της έντασης γίνεται που τους χειριστές- αστυνομικούς τζαι προσπαθούν να ελαχιστοποιήσουν την πιθανότητα λάθους ρίχνοντας με μια μικρή κλήση προς τα πάνω (ή τουλάχιστον, έτσι ενα έπρεπε να συμβαίνει), περιορίζοντας έτσι την πιθανότητα να βρεί κάποιο στη μέση καθώς κάτι έτσι εν εξαιρετικά επικίνδυνο. **Αν δεις το νερό να έρκετε κατά πάνω σου με δύναμη απομακρύνθου που τον στοχο του όσο πιο γλίορα μπορείς, κάλυψε το πρόσωπο σου τζαι προστάτεψε την μέση σου.**

Η μεγάλη αδυναμία της αύρας εν το περιορισμένο range που μπορεί να χτυπήσει σε ευθεία βολή. Οι ρίψεις στον αέρα εν ενοχλητικές αλλά οι τόσο επικίνδυνες αν δεν έχουν δακρυγόνα μέσα, αν δεν μπορείς να αποφύγεις ευθεία ρίψη νερού όμως το καλύτερο που εσσιεις να κάμεις εν να γυρίσεις πλάτη τζαι να κάμεις **squat down** (να είσαι σχεδόν καθοντας δλδ) να μικρύνεις τον στόχο τζαι να χαμηλώσεις το κέντρο βάρους

Αν σε χτυπήσει τζαι εν μπορείς να ανιδράσεις φώναξε **ΑΜΕΣΩΣ** για βοήθεια.



In case it has an aura of water, know that "Aiantas" has a water cannon, a self-extinguishing system, a special chemical and tear gas cannon, a state-of-the-art camera that records everything (and helps its operators to leave the scene of the incidents even if they do not have good visibility), special protective surfaces and barrier removers such as roadblocks. The water cannon can also spray paint and water which has mixed substances (such as pepper spray) that could potentially have the same effects as tear gas.

If there is an aura of water in the march then you have to be **very careful** not to hit you because it can cause permanent damage or even death if used to the full of its power.

The volume is adjusted from the police and they try to minimize the possibility of error by throwing with a small call up (or at least, so one should have happened), thus reducing the chance of finding someone on the waist as something like that is extremely dangerous. **If you see water coming at you with force move away from its target as fast as you can, cover your face and protect your waist.**

The great weakness of the aura is the limited range that can hit in a straight shot. Throwing in the air is annoying but not so dangerous if they do not have tear gas inside, if you cannot avoid the water directly the best thing you can do is to turn your back and sit down in a **squat position** (to be almost sitting down) to reduce it and lower the center of gravity

If it hits you and you cannot react, call **IMMEDIATELY** for help.