

# BENVENUTO

di Lorenzo Tomassoli

# PROGETTO AUTOPROTEZIONE

40

## I PERCHÉ DEL PROGETTO

Questo libro, nato grazie all'esperienza pluriennale nel settore della Protezione Civile di Riccardo Romeo Jasinski, è riuscito a sintetizzare tutto quanto acquisito in questo settore in tanti anni.

Si tratta di un libro pratico che nasce grazie alla disponibilità e alla sensibilità dell'Associazione Nazionale Coordinamento Camperisti, da anni propositiva verso la Protezione, la Prevenzione e la Difesa Civile.

La mia esperienza decennale di Volontario di Protezione Civile nella Pubblica Assistenza Humanitas di Scandicci e la mia partecipazione alle emergenze nazionali hanno determinato la mia adesione ed il mio entusiastico impegno per la direzione e lo sviluppo di questo libro incentrato sul sistema di autoprotezione del cittadino col fine di educarlo a tenere una condotta utile per superare il panico ed affrontare preparato le varie situazioni di pericolo.

Da anni, nella mia funzione di Consigliere Comunale, contribuisco a sviluppare e diffondere all'interno delle famiglie il concetto di cultura della Protezione Civile. Un impegno costante affinché si realizzi un modello di Protezione Civile sempre più orientata verso la previsione e la prevenzione, abbandonando il vecchio modello che la vedeva esclusivamente come intervento di post emergenza.

Il continuo rapporto con i cittadini, quale loro Consigliere Comunale, ha evidenziato che il miglior modo per trasmettere le informazioni sui comportamenti da adottare ( come nell' AUTOPROTEZIONE ) è quello di rappresentarli in maniera sintetica e schematica, con disegni e fumetti perché evidenziano il concetto anche ai bambini che sono il nostro futuro.

Grazie all'enorme sforzo economico sostenuto dall'Associazione Nazionale Coordinamento Camperisti siamo arrivati a questa prima edizione.

Ovviamente si tratta di un seme che, per raggiungere i milioni di cittadini, deve essere acquisito, ristampato, distribuito dal Sindaco e/o dalla Provincia e/o dalla Regione e/o da enti pubblici o società private.

**L'ASSOCIAZIONE NAZIONALE COORDINAMENTO CAMPERISTI HA PUBBLICATO UNA "GUIDA AI COMPORTAMENTI DA TENERE PRIMA, DURANTE E DOPO UN'EMERGENZA" CHE RIPORTIAMO IN QUESTE PAGINE E L'HA MESSA A DISPOSIZIONE DI CHIUNQUE VOGLIA RISTAMPARLA.**

Per favorire detta necessaria capillare diffusione, abbiamo deciso che questo libro può essere ristampato SENZA ALCUN ONERE RELATIVO AL COPYRIGHT, in parole povere agli autori NESSUN COMPENSO PER LE RIPRODUZIONI, purchè sia riprodotto integralmente, autorizzando ovviamente l'apposizione dei dati della Istituzione e/o Società privata che provvede alla ristampa ed a regalarlo ai cittadini.

Abbiamo inserito il libro in un CD e siamo pronti a spedirlo a nostre spese al vostro Sindaco e/o alla vostra Provincia e/o alla vostra Regione e/o all'enti pubblici e/o privato che si impegnerà a ristamparlo ed a regalarlo ai cittadini. Il tutto potrebbe anche essere inserito nella fascia inferiore di un diario da distribuire ai bambini a partire dalle elementari: un ottimo sistema per preparare e formare il cittadino di domani.

Riccardo ROMEO JASINSKI



# L'AUTOPROTEZIONE NELLE EMERGENZE

Come comportarsi prima,  
durante e dopo un'emergenza



Edizione 2004

Editore: Associazione Nazionale Coordinamento Camperisti

Direzione & Sviluppo Editoriale: Lorenzo Tomassoli

Art Direction & Illustrazioni: Beatrice Di Tomizio-More





# L'AUTOPROTEZIONE NELLE EMERGENZE

Come comportarsi prima, durante e dopo un'emergenza

edizione 2004

**Autore:** Riccardo Romeo Jasinski

**Direzione & Sviluppo Editoriale:** Lorenzo Tomassoli

**Art Direction e Illustrazioni:** Beatrice Di Tomizio-More

**Editore:** Associazione Nazionale Coordinamento Camperisti

**Stampa:** Genesi Gruppo Editoriale Srl

42

## **Riccardo Romeo Jasinski**

Disaster Manager – Esperto di Protezione Civile in emergenze nazionali ed estere.

**e-mail:** [romeojasinski@tiscali.it](mailto:romeojasinski@tiscali.it) - **cellulare** 349 6197541

Consulente di enti statali, amministrazioni locali, istituzioni pubbliche e private per la pianificazione d'emergenza, formazione ed addestramento.

Autore di libri, testi, articoli sulla protezione civile, l'emergenza e la difesa civile.

Ufficiale del Corpo Militare della Croce Rossa Italiana in servizio presso il Comitato Regionale della C.R.I. Toscana con l'incarico di Funzionario Addetto alla Protezione Civile.

Ufficiale di Collegamento Croce Rossa Italiana presso il Ministero della Difesa, Segreteria del Sottosegretario di Stato Sen. Francesco Bosi.

## **Lorenzo Tomassoli**

Volontario di Protezione Civile - Consigliere Comunale Comune Scandicci (Fi).

**www.lorenzotomassoli.it** - **e-mail:** [info@lorenzotomassoli.it](mailto:info@lorenzotomassoli.it) - **cellulare** 328 2313238

Realizzazione di presentazioni, corsi, opuscoli e articoli sulla protezione civile e l'emergenza.

Membro gruppo dirigente nella Protezione Civile della P.A. Humanitas Scandicci

Esperto Software - realizzatore sito e webmaster della P.A. Humanitas di Scandicci.

Partecipazioni ad esercitazioni, corsi ed eventi calamitosi nazionali ed internazionali, in maniera diretta sia come organizzatore, sia come attivista.

## **Beatrice Di Tomizio-More**

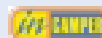
Art Director, illustratrice, graphic designer, progettista editoriale

**e-mail:** [bea\\_more@tiscali.it](mailto:bea_more@tiscali.it) - **cellulare** 339 4155295

Progettazione e realizzazione prodotti editoriali e multimediali.

Illustrazioni per bambini, disegno accademico e realizzazione di vignette. Servizi fotografici, realizzazioni video, prodotti grafici personalizzati. Collaborazioni con case editrici (Giunti, Edai, Le Monnier, NTE) ed enti per la realizzazione di prodotti editoriali per bambini, progettazione grafica e illustrazioni.

Redattrice e illustratrice della rivista



## Un colore per ogni azione

Abbiamo progettato un sistema impostato sul colore per favorire l'apprendimento dei vari comportamenti. Vignette e fumetti sono colorati per richiamare l'attenzione ed indicare azioni a cui il cittadino deve attenersi. Qui di seguito sono elencati in forma riepilogativa i colori da noi adottati, con il loro specifico significato.

### Ecco i colori:

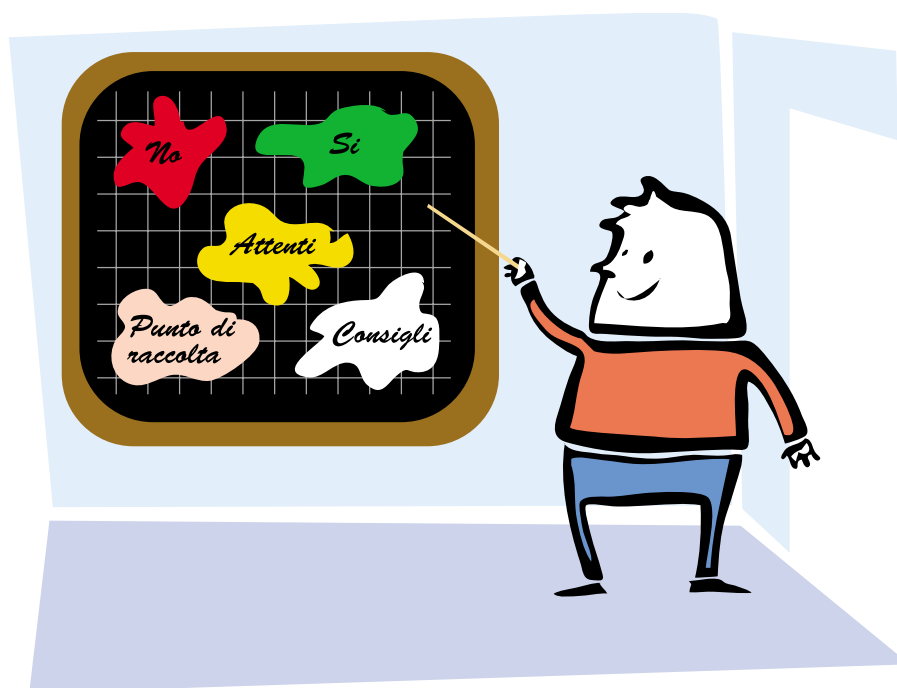
Rosso ▶ PERICOLO, DIVIETO

Verde ▶ COMPORTAMENTO DA ADOTTARE

Giallo ▶ LIMITAZIONE DI USO

Bianco ▶ CONSIGLI GENERALI DA DIFFONDERE

Rosa ▶ LUOGO DA RAGGIUNGERE



## E' autorizzata la riproduzione integrale a titolo gratuito di questa opera

Per agevolare la diffusione dell'Autotutela durante le emergenze abbiamo deciso di dare la possibilità ad enti e associazioni di riprodurre questo lavoro senza alcuna spesa di copyright (purchè riprodotto integralmente) prevedendo in quarta di coperta uno spazio per i dati di chi lo ristampa e distribuisce a titolo gratuito. Sarà nostro compito quello di fornire il CD con l'impaginato.

## Al contrario, la riproduzione parziale e/o modificata

E' consentita soltanto previa autorizzazione scritta dell'Editore: Associazione Nazionale Coordinamento Camperisti  
21, via San Niccolò - 50125 Firenze  
telefono 328 8169174 - 328 7698417 - telefax 055 2346925  
info@coordinamentocamperisti.it  
<http://www.coordinamentocamperisti.it>  
<http://www.viverelacitta.it>



## Premessa

**P**urtroppo il nostro Paese è ciclicamente soggetto a calamità naturali o eventi provocati dall'uomo che rendono difficile la vita della comunità e mettono in pericolo l'esistenza ed i beni dei cittadini.

Per far fronte a questi eventi il nostro Paese ha predisposto una struttura: la Protezione Civile ed una normativa che ne definisce i compiti, le responsabilità e gli strumenti. Al verificarsi dell'emergenza, tale struttura interviene con la sua "macchina dei soccorsi" che costituisce il **Servizio Nazionale della Protezione Civile**.

Chiaramente, detta organizzazione non potrà essere "omni presente".

In caso di emergenza, il personale qualificato giungerà, ma non sempre immediatamente e, sicuramente, non è presente al momento del verificarsi dell'evento straordinario o calamità, pertanto, è opportuno che il cittadino sia a conoscenza degli elementi base di AUTOPROTEZIONE, da adottare immediatamente.

Pare incredibile ma, ancora oggi, per esempio, non tutti sanno effettuare una corretta chiamata di soccorso alle autorità competenti (Vigili del Fuoco, Polizia, Carabinieri) oppure richiede l'intervento di un'ambulanza.

Dobbiamo prendere atto che in una società altamente tecnologica, come la nostra, le situazioni di pericolo o di emergenza sono più numerose e più varie, pertanto, è ancor più necessario conoscere i comportamenti da tenere per proteggere noi, i nostri cari, la comunità in cui viviamo: si tratta di un impegno umano e culturale. Indubbiamente non possiamo essere "tuttologi", cioè, sapere tutto di tutto, ma è necessario dedicare un poco del nostro tempo per conoscere le regole da adottare quando ci troviamo di fronte ad un evento straordinario, cioè diverso dalla normalità quale è un'improvvisa emergenza.

AUTOPROTEZIONE significa imparare **Cosa fare, Come fare e Quando fare** determinate

azioni che possono concorrere a salvare una vita e/o un bene. **"Come deve comportarsi un cittadino PRIMA, DURANTE e DOPO un'emergenza"** è un contributo di base. Si tratta di semplici norme di comportamento che derivano dal mio lavoro svolto nell'ambito della Protezione e Difesa Civile.

Questa pubblicazione è la sintesi delle mie esperienze quale Ufficiale del Corpo Militare della Croce Rossa Italiana che opera nelle emergenze, nell'attività di pianificazione, nella predisposizione di piani di soccorso, di organizzazione degli aiuti, di formazione e addestramento del personale: un'attività svolta in collaborazione con tanti altri amici che operano in questo settore (dai colleghi delle varie Amministrazioni Pubbliche, ai Vigili del Fuoco, alle Forze dell'Ordine, alle Forze Armate, al volontariato, al personale delle altre strutture operative del Servizio Nazionale) perché la Protezione Civile è l'insieme di tante forze e risorse, sia pubbliche che private, messe a disposizione per venire in aiuto di chi si trova improvvisamente in pericolo a seguito di un evento straordinario.

L'Associazione Nazionale Coordinamento Camperisti, ancora una volta, diffonde la cultura della Protezione Civile in una società che, talvolta, pensa più all'effimero che alla solidarietà.

Le pubblicazioni che, come questa, trattano una molteplicità di casistiche sono indubbiamente migliorabili e sicuramente aggiornabili, quindi, ci impegnamo per successive edizioni ove sia necessario. Tengo a precisare che questo manuale può essere utilizzato da qualsiasi Ente Locale che lo ritenga utile come strumento di "Informazione al Cittadino" dato che, ad esempio, il vostro Sindaco è a capo dell'istituzione base della Protezione Civile.

Un cordiale saluto con l'augurio che queste indicazioni comportamentali, che farete sicuramente vostre, non debbano mai essere messe in atto.

*Riccardo Romeo Jasinski*

# Indice

Perché.....	Pag.	40
Premessa .....	Pag.	45
Indice .....	Pag.	46
CONSIGLI GENERALI DI AUTOPROTEZIONE .....	Pag.	47
ALLARME GENERALE.....	Pag.	48
DURANTE UN'EMERGENZA .....	Pag.	49
RISCHI DI UN LUNGO VIAGGIO .....	Pag.	50
NEBBIA .....	Pag.	51
INCIDENTE CON FERITI .....	Pag.	52
SICUREZZA IN AUTOCARAVAN .....	Pag.	54
BLOCCO AUTOSTRADALE.....	Pag.	58
FRANA .....	Pag.	59
ALLUVIONE .....	Pag.	62
TROMBA D'ARIA O TEMPORALI CON FULMINI .....	Pag.	66
TERREMOTO .....	Pag.	70
ERUZIONE VULCANICA .....	Pag.	74
MAREMOTO O ONDA ANOMALA .....	Pag.	77
INCENDIO.....	Pag.	78
INQUINAMENTO DA NUBE TOSSICA .....	Pag.	84
INCIDENTE CHIMICO .....	Pag.	86
SOSTANZE CHIMICHE INQUINANTI .....	Pag.	91
CONTAMINAZIONE .....	Pag.	92
LETTERE O PACCHI SOSPETTI .....	Pag.	94
INTERRUZIONE DI ENERGIA ELETTRICA .....	Pag.	96
BLOCCATI IN ASCENSORE .....	Pag.	98
INCIDENTE SULLA NEVE .....	Pag.	100
VALANGA .....	Pag.	102
CHIAMATA DI SOCCORSO:		
NUMERI TELEFONICI PER OGNI EMERGENZA .....	Pag.	104
DATI DA FORNIRE QUANDO SI CHIEDE UN SOCCORSO.....	Pag.	105
IL PROSPETTO PER RICHIESTE DI SOCCORSO .....	Pag.	105
L'INTERVENTO DI UN ELICOTTERO IN EMERGENZA .....	Pag.	106
SCHEDA DI SEGNALAZIONE .....	Pag.	107
LA VALIGIA PER L'EMERGENZA.....	Pag.	108
SCORTE DI EMERGENZA .....	Pag.	109

# Consigli generali di autoprotezione



## CONOSCERE

i rischi presenti sul territorio in cui vivi, chiedendo al tuo Sindaco.



## INFORMARSI

sull'organizzazione locale dei servizi di emergenza comunale (le Associazioni di Volontariato facenti parte della protezione civile comunale sono a conoscenza del relativo Piano di Protezione Civile)



## VERIFICARE

sulla Rete Civica del tuo comune la presenza di informazioni base sul Piano di Protezione Civile comunale, norme comportamentali in caso di emergenza, le zone di ammassamento persone e quelle dedicate ai soccorsi. Altrimenti, recati all'ufficio comunale



## ACCERTARSI, PRIMA DI METTERSI IN VIAGGIO

delle condizioni del tempo e della percorribilità delle strade prima di mettersi in viaggio chiedendo ai servizi di pubblica utilità (esempio: CCISS, Società Autostrade, ecc.)

come comportarsi in caso di...

# Allarme generale



mantieni e contribuisci  
a far mantenere  
la CALMA



interrompi  
immediatamente  
ogni attività



prendi un indumento  
per proteggerti dal freddo,  
dalla pioggia e/o dal sole.  
Prendi lo zaino  
contenente una torcia  
ed i medicinali prescritti  
dal medico

## COSA FARE In caso di evacuazione



incolonnati  
con le altre persone



NON SPINGERE, NON  
GRIDARE, NON CORRERE



segui le vie di fuga  
indicate



scendi le scale  
lungo il muro in fila  
indiana senza correre



raggiungi la zona di raccolta  
prevista, assegnata o indicata

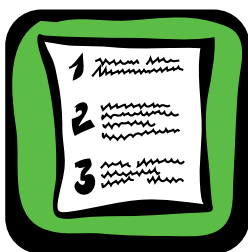


mantieni  
la CALMA

# Emergenza



**mantieni  
la calma**



**attieniti alle istruzioni  
che il Sindaco  
ti ha fornito**



**non usare il telefono  
se non in caso  
di effettivo pericolo**



**Tieniti informato  
sull'andamento  
dell'evento ascoltando  
la radio e/o televisione,  
aprendo i siti Internet**



**lascia libere  
le strade ai mezzi  
di soccorso**



**soccorri chi ti è vicino  
ed ha un immediato  
bisogno (esempio: anziani,  
invalidi, ammalati, bambini,  
disabili, ecc..)**



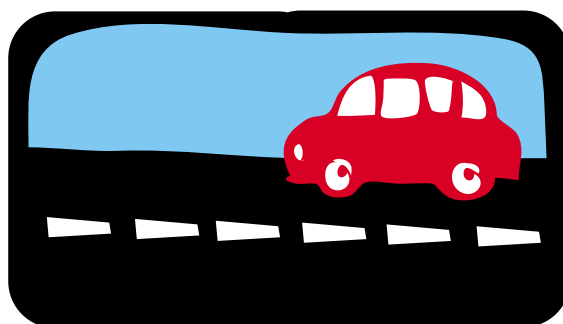
**non recarti nelle zone  
colpite dall'evento  
per mera curiosità**



**usa il tuo veicolo  
solo in caso  
di assoluta necessità**

come comportarsi in caso di...

# Prima e durante un lungo viaggio



50



controlla preventivamente la pressione dei pneumatici, impianto elettrico, livello carburante, lubrificante e liquido tergivetro



non pregiudicare la stabilità del veicolo, specie in frenata, con carichi eccessivi o maldisposti



sosta in corsia di emergenza solo per effettiva necessità



rispetta il Codice della Strada specie per quanto riguarda il sorpasso, la precedenza, la velocità e distanza di sicurezza, cambiamento di direzione, diffidando della propria presunta abilità di guidatori;

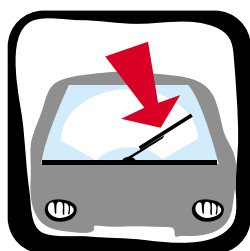
# Nebbia



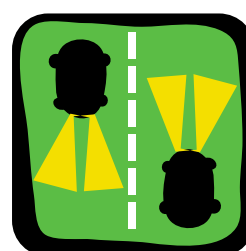
adeguare la velocità del tuo mezzo alle condizioni di visibilità, senza dimenticare che la nebbia si accompagna alla strada bagnata, occorre quindi avere le gomme in ottime condizioni e un sistema antibloccaggio dei freni che consenta di mantenere il controllo direzionale dell'auto anche in presenza di ostacoli improvvisi;



cura i sistemi di disappannamento dei vetri: quando l'auto è a pieno carico i passeggeri causano appannamenti eccessivi, è bene avere sempre a portata di mano i panni antiappannamento;



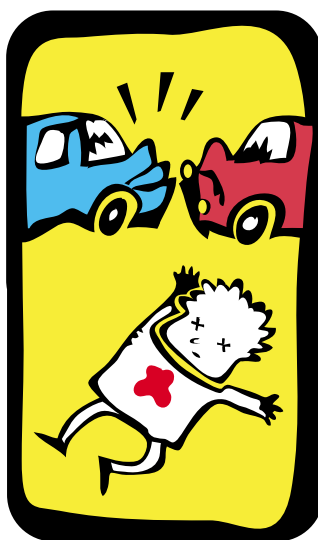
accertati che i tergicristalli siano perfettamente funzionanti e che le spazzole non abbiano gomme troppe vecchie e consumate, la gomma esposta per troppo tempo a luce e aria invecchia e pulisce meno bene lasciando sul parabrezza strisciate che deformano il visus e rendono problematica la visibilità;



l'impianto dei fari può essere completato da due ottimi fari antinebbia che devono essere orientati in modo da illuminare la propria direzione di marcia, senza dare fastidio agli automobilisti che si incrociano.  
Ricorda: IN CASO DI NEBBIA NON USARE GLI ABBAGLIANTI!

come comportarsi in caso di...

# Incidente con feriti



52



fai arrivare  
al più presto  
un'assistenza  
qualificata (vedi  
pag.59: come fare  
una telefonata  
di soccorso)

**Tel.**  
**118**

**Tel.**  
**115**

**Tel.**  
**113**

**Tel.**  
**112**



non muovere  
il ferito dal luogo  
dell'incidente perché  
ogni trasporto  
inadeguato costituisce  
un grave fattore di rischio

►► incidente con feriti



se il ferito NON è COSCIENTE, adagialo nella posizione di SICUREZZA (su un fianco, capo ruotato verso terra NON SCHIAFFEGGIARLO per farlo "RIPRENDERE")



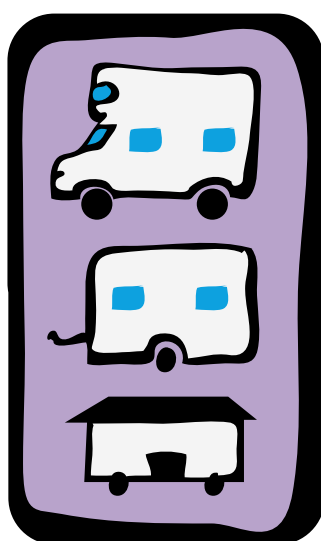
se il ferito è SVEGLIO, non tentare di metterlo in piedi e non dargli da bere



come comportarsi

## In sicurezza per gli occupanti di caravan, autocaravan e case mobili

54



Le avvertenze di sicurezza, redatte quantomeno nella lingua del Paese nel quale l'autocaravan viene venduta, con dimensioni di almeno 200 mm per 130 mm e che diano dei semplici consigli sulla prevenzione e sulle misure da adottare in caso d'incendio, devono essere collocate in modo permanente all'interno dell'autocaravan in un luogo dove siano ben visibili e facilmente leggibili.

Può essere considerato adatto l'interno della porta di un guardaroba o di un compartimento toilette.

I titoli devono essere stampati in rosso, con caratteri di almeno 6 mm ed il testo, in nero, con caratteri di almeno 3 mm.

## Il contenuto delle avvertenze di sicurezza deve essere il seguente:

### VENTILAZIONE



non ostruire le aperture per la ventilazione permanente, ne va della tua sicurezza

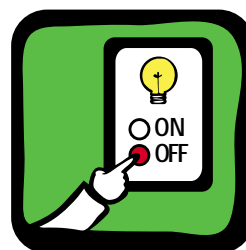
### IN CASO DI INCENDIO



1 - evacuare tutti gli occupanti



2 - chiudi la valvola del gas e/o la valvola del combustibile liquido (se del caso)



3 - interrompi i circuiti elettrici



4 - dai l'allarme e chiama i Vigili del Fuoco

**Tel. 115**



5 - tenta di spegnere il fuoco, se non ne va della tua sicurezza

**Il contenuto delle avvertenze di sicurezza deve essere il seguente:**

**VENTILAZIONE**



non ostruire le aperture per la ventilazione permanente, ne va della tua sicurezza

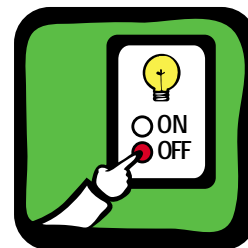
**IN CASO DI INCENDIO**



1 - evacuare tutti gli occupanti



2 - chiudi la valvola del gas e/o la valvola del combustibile liquido (se del caso)



3 - interrompi i circuiti elettrici



4 - dai l'allarme e chiama i Vigili del Fuoco



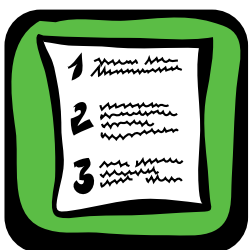
5 - tenta di spegnere il fuoco, se non ne va della tua sicurezza

## LOTTA CONTRO IL FUOCO

### precauzioni di sicurezza



Rifornisciti di un estintore di tipo approvato a polvere secca con 1 kg almeno di capacità oppure conforme alla ISO 7165, tenendolo in prossimità della porta principale e di una coperta antincendio vicino ai fornelli



Studia le istruzioni sull'impiego dell'estintore e le disposizioni locali di precauzione antincendio

come comportarsi in caso di...

# Blocco Autostradale



58



se sei bloccato in  
autostrada, rimani nella  
tua corsia di marcia



utilizza la corsia  
d'emergenza SOLO  
per gravi necessità



ascolta la radio sintoniz-  
zandoti sulle frequenze  
di ISORADIO, CCISS



segui le indicazioni delle  
autorità competenti  
(Polizia Stradale,  
personale Società  
Autostrade, CRI)

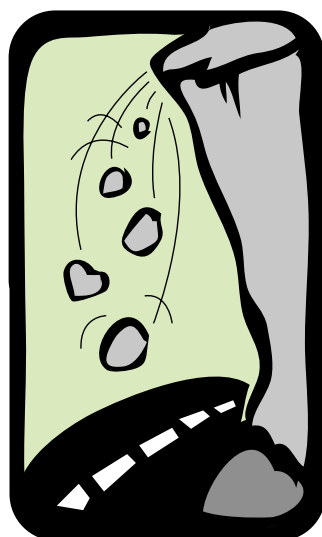


non allontanarti  
dal veicolo  
per mera curiosità



se hai problemi particolari,  
utilizza il tuo cellulare  
o quello di altri  
per richiedere  
assistenza adeguata

# Frana



59

## COSA FARE IN CASO DI FRANA...

- SE TI TROVI IN UN LUOGO CHIUSO
- SE SEI ALL'APERTO
- SE NE AVVISTI UNA PER LA STRADA



come comportarsi in caso di...

▶▶ frana ▶▶

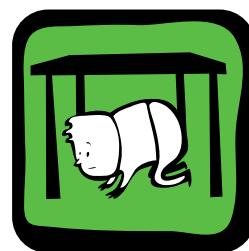
SE TI TROVI AL CHIUSO DURANTE UNA FRANA:



mantieni e contribuisci  
a far mantenere  
la CALMA



non precipitarti fuori,  
rimani dove sei



riparati sotto un tavolo,  
sotto l'architrave della  
porta o vicino ai muri  
portanti



allontanati dalle finestre,  
porte con vetri, armadi perché  
cadendo potrebbero ferirti



dopo la frana, abbandona  
l'edificio senza usare  
l'ascensore

►► frana

SE TI TROVI ALL'APERTO DURANTE UNA FRANA:



allontanati dagli edifici, dagli alberi, dai lampioni e dalle linee elettriche o telefoniche che cadendo potrebbero ferirti



cerca un posto dove non hai nulla sopra di te, se non lo trovi cerca riparo sotto qualcosa di sicuro come una panchina



non avvicinarti agli animali perché potrebbero essere spaventati e reagire violentemente

SE TI IMBATTI IN UNA FRANA PER LA STRADA:



segnala in modo visibile l'evento utilizzando il triangolo della tua auto o altri strumenti di fortuna. Ricorda di indossare il giubbotto e/o le bretelle retroriflettenti



avvisa immediatamente le autorità competenti o telefonando (113, 112, 115) o raggiungendo il centro abitato più vicino

Tel.  
**112**

Tel.  
**113**

Tel.  
**115**

come comportarsi in caso di...

# Alluvione

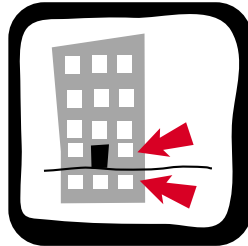


62

## **COSA FARE IN CASO DI ALLUVIONE...**

- SE L'EDIFICIO È SU PIÙ PIANI E TI TROVI AL PIANO TERRA O SEMINTERRATO
- SE TI TROVI AL PRIMO PIANO O AD UN PIANO SUPERIORE
- SE L'EDIFICIO È COMPOSTO SOLO DAL PIANO TERRA

▶▶ alluvione ▶▶▶▶



SE L'EDIFICIO  
È SU PIÙ PIANI  
E TI TROVI  
AL PIANO TERRA  
O SEMINTERRATO:



mantieni e  
contribuisci a far  
mantenere la CALMA



Interrompi  
immediatamente  
ogni attività



prendi un indumento per proteg-  
gerci dal freddo o dalla pioggia.  
Prendi lo zaino con torcia e  
medicinali prescritti dal medico



in tutta tranquillità  
avviati ai  
piani superiori



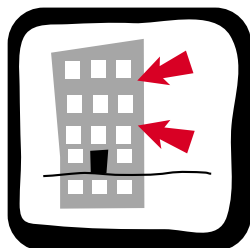
incolonnati  
con le altre  
persone



ricordati: NON SPINGERE,  
NON GRIDARE  
NON CORRERE

come comportarsi in caso di...

▶▶ alluvione ▶▶



**SE TI TROVI  
AL PRIMO PIANO  
O AD UN PIANO  
SUPERIORE:**

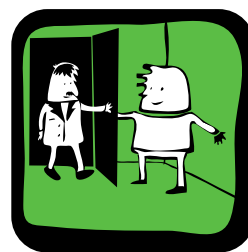
64



Interrompi  
immediatamente  
ogni attività



disponi eventuali  
effetti personali  
in modo che  
**NON** creino ingombro  
alle persone che aiuterai  
dando loro ospitalità



preparati  
ad accogliere  
le persone  
che giungeranno  
dai piani inferiori



mantieni  
e contribuisce  
a far mantenere  
la **CALMA**

▶▶ alluvione



SE L'EDIFICIO  
È COMPOSTO  
SOLO DAL PIANO  
TERRA



mantieni  
la calma



interrompi  
ogni attività



prendi un indumento  
per proteggerti dal freddo  
e/o dalla pioggia. Prendi lo  
zaino con torcia e medicinali  
prescritti dal medico



incolonnati con  
le altre persone



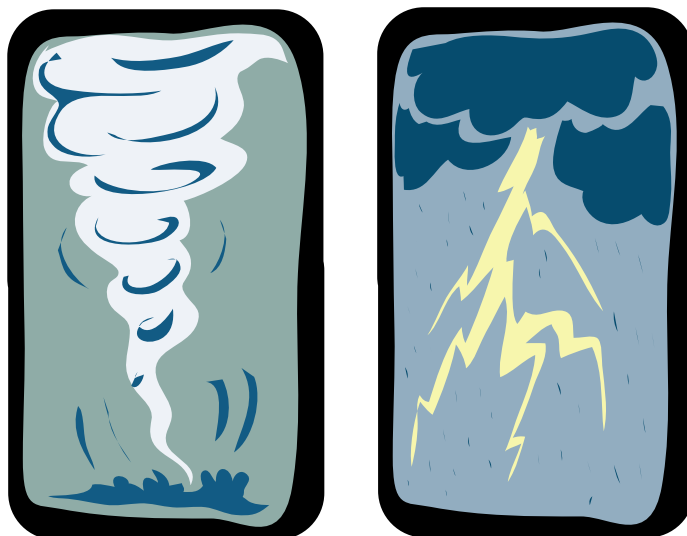
ricordati:  
NON SPINGERE  
NON GRIDARE  
NON CORRERE



dirigiti verso il luogo  
di raccolta previsto  
dal Sindaco nel PIANO  
DI EVACUAZIONE  
per ESONDAZIONE

come comportarsi in caso di...

# Tromba d'aria o temporali con fulmini



## COSA FARE IN CASO DI TROMBA D'ARIA O TEMPORALI CON FULMINI...

- SE SEI ALL'APERTO
- SE SEI IN CASA
- SE SEI IN AUTO

▶▶ tromba d'aria o temporali con fulmini ▶▶

**TROMBA D'ARIA:  
SE SEI ALL'APERTO**



riparati velocemente  
in una zona sicura  
e al coperto



rimani in attesa che la  
tromba d'aria sia pas-  
sata completamente

**TROMBA D'ARIA:  
SE SEI IN CASA**



non uscire  
e verifica che porte  
e finestre siano  
ben chiuse



ascolta la radio  
o la televisione  
per informarti  
sull'evento



usa il telefono  
SOLO per urgenze

come comportarsi in caso di...

▶▶ tromba d'aria o temporali con fulmini ▶▶

### TROMBA D'ARIA: SE SEI IN AUTO O IN AUTOCARAVAN



guida lentamente  
per raggiungere  
una area protetta  
e sicura



evita le pozze d'acqua  
(gli schizzi potrebbero  
bagnare l'impianto  
elettrico e bloccare  
l'autoveicolo)



usa marce basse  
e motore sempre al  
massimo (per non fare  
entrare acqua nel tubo  
di scappamento)

### TEMPORALI CON FULMINI: SE SEI ALL'APERTO



se è possibile riparati  
velocemente in una  
zona sicura e al coperto



se NON è possibile,  
allontanati da alberi,  
tralicci, creste e picchi



NON aprire l'ombrello  
e togliti gli oggetti  
metallici di dosso

▶▶ temporali con fulmini, se sei all'aperto



assumi la posizione accovacciata a piedi uniti e con il petto vicino alle ginocchia

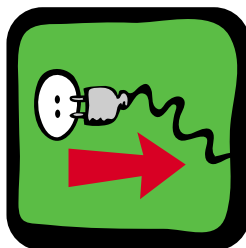


se è possibile, raggiungi la macchina, leva l'antenna e riparati all'interno

TEMPORALI CON FULMINI:  
SE SEI IN CASA



verifica che porte e finestre siano ben chiuse



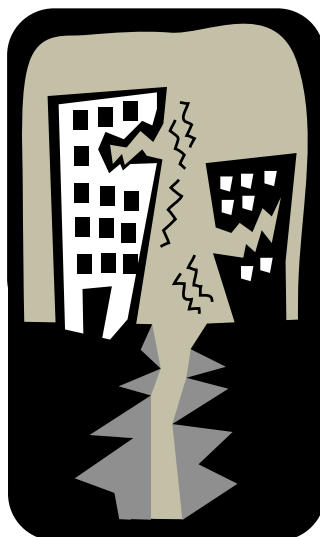
stacca le spine dalle prese e gli spinotti dell'antenna televisiva, non toccare i rubinetti



se hai un caminetto, evita di starci vicino durante il temporale

come comportarsi in caso di...

# Terremoto



## COSA FARE IN CASO DI TERREMOTO...

- PRIMA CHE SI VERIFICHIL TERREMOTO
- DURANTE LA SCOSSA SE TI TROVI IN UN LUOGO CHIUSO
- DURANTE LA SCOSSA SE SEI ALL'APERTO
- DOPO LA SCOSSA

►► terremoto ►►

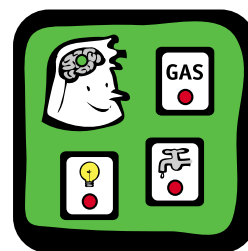
PRIMA CHE SI VERIFICHIL TERREMOTO:



informarsi se si abita in una zona a rischio



sapere quali sono i punti più sicuri in casa (muri portanti, travi in cemento armato) e del luogo dove lavori o studi



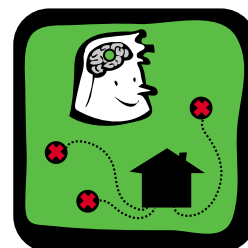
informarsi su dove sono collocati gli interruttori della luce, del gas e dell'acqua



sapere se ci sono uscite di sicurezza



evitare di mettere mobili che cadendo potrebbero impedire l'apertura delle porte e/o l'uscita dalla stanza



informarsi su dove sono ubicati gli spazi aperti sicuri vicino alla propria abitazione, al proprio lavoro o al proprio ambiente di studio



assicurarsi che tutte le persone che vivono con noi sappiano cosa fare

come comportarsi in caso di...

►► terremoto ►►

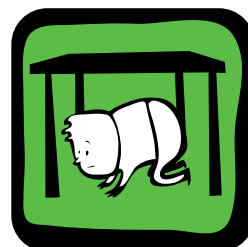
**DURANTE LA SCOSSA  
SE TI TROVI IN UN LUOGO CHIUSO:**



mantieni e contribuisci  
a far mantenere  
la CALMA



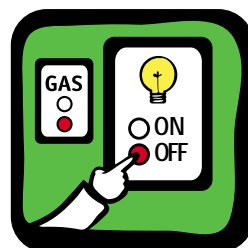
non precipitarti  
fuori ma rimani  
dove ti trovi



riparati sotto un tavolo,  
sotto l'architrave  
della porta o vicino  
ai muri portanti



allontanati da finestre,  
porte con vetri,  
armadi perché cadendo  
potrebbero ferirti



dopo il terremoto  
se possibile stacca  
la luce dall'interrut-  
tore generale  
e chiudi il gas



lascia l'edificio  
**SENZA USARE  
L'ASCENSORE,**  
scendendo  
le scale in fila indiana  
lato muro

►► terremoto

**DURANTE LA SCOSSA SE TI TROVI ALL'APERTO:**



allontanati dagli edifici, dagli alberi, dai lampioni e dalle linee elettriche o telefoniche che cadendo potrebbero ferirti



cerca un posto dove non hai nulla sopra di te, se non lo trovi cerca riparo sotto qualcosa di sicuro come una panchina



non avvicinarti agli animali perché potrebbero essere spaventati e reagire violentemente

**DOPO LA SCOSSA:**



verifica lo stato di salute di chi hai vicino e soccorri chi ne ha bisogno



accertati che non vi siano principi di incendi



raggiungi le eventuali aree di raccolta stabilite nei piani di emergenza e collabora con il personale della protezione civile



usa il telefono SOLO in caso di vera necessità

come comportarsi in caso di...

# Eruzione vulcanica



## COSA FARE IN CASO DI ERUZIONE...

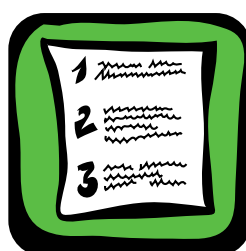
1. SE SIAMO IN PROSSIMITÀ DEL VULCANO
2. SE SIAMO IN UN'AREA NON SOGGETTA  
AD EVACUAZIONE MA POSTA NELLE VICINANZE DEL VULCANO

eruzione vulcanica

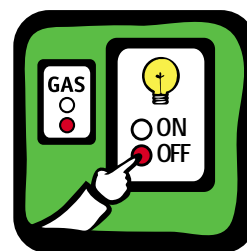
SE SEI IN PROSSIMITÀ DEL VULCANO



devi essere a conoscenza del Piano di Emergenza previsto per la tua zona



attieniti alle istruzioni riguardanti l'EVACUAZIONE dell'area



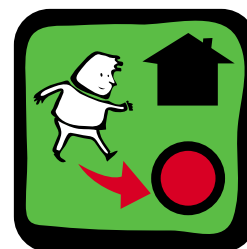
se sei in casa, allontanati chiudendo luce, gas e acqua



porta con te lo stretto necessario (vedi pag. 61 la valigia per l'emergenza), compreso denaro e documenti



raggiungi l'Area di Raccolta prevista dal Piano di Emergenza comunale



se ti trovi all'aperto, non rientrare nella tua abitazione, ma raggiungi immediatamente l'Area di Raccolta

come comportarsi in caso di...

▶▶ eruzione vulcanica

**SE SIAMO IN UN AREA NON SOGGETTA AD EVACUAZIONE  
MA POSTA NELLE VICINANZE DEL VULCANO:**



devi essere a conoscenza  
del Piano di Emergenza  
previsto per la tua zona



rimani nella tua abitazione  
con porte e finestre  
chiuse



non sostare in locali  
sotterranei



non utilizzare il telefono  
SE NON per gravi necessità



segui alla radio, TV o  
internet le istruzioni  
delle Autorità competenti



se devi uscire, proteggi  
il volto con una  
mascherina o fazzoletto  
per non respirare  
le polveri ed indossa  
indumenti  
NON infiammabili



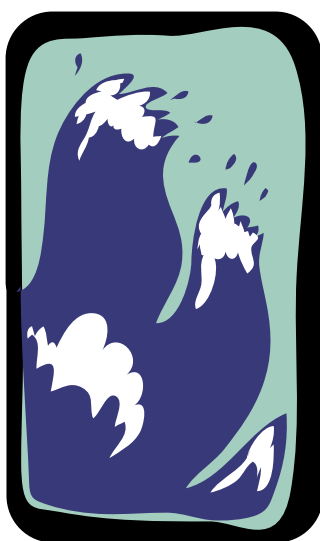
evita di usare la macchina  
per lasciare le strade libere  
per i soccorsi



assicurati che tutte le persone  
che vivono con te sappiano cosa fare

# Maremoto o onda anomala

(può verificarsi a seguito sia di terremoto  
sottomarino che di eruzione vulcanica)



77



allontanati  
immediatamente  
dalla spiaggia, dal molo  
o dal lungomare



raggiungi un luogo  
situato nell'entroterra  
possibilmente  
in collina



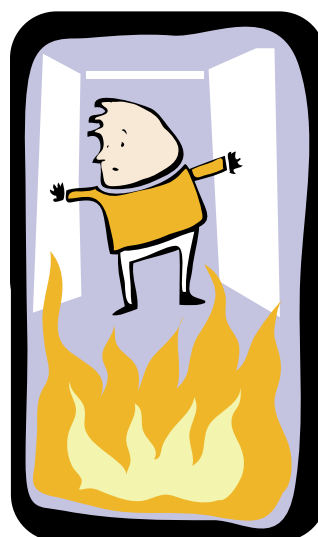
prima di far ritorno  
nella zona costiera,  
attendi l'autorizzazione  
delle autorità competenti

come comportarsi in caso di...

# Incendio



**IN OGNI CASO  
DI INCENDIO  
CHIAMA SUBITO  
I VIGILI DEL FUOCO!**



## COSA FARE IN CASO DI INCENDIO...

- SE L'INCENDIO SI È SVILUPPATO NEL LOCALE IN CUI TI TROVI
  - SE L'INCENDIO SI È SVILUPPATO FUORI DAL LOCALE IN CUI TI TROVI E LE VIE DI ESODO SONO LIBERE E PERCORRIBILI
  - SE L'INCENDIO SI È SVILUPPATO FUORI DAL LOCALE IN CUI TI TROVI MA IL FUMO RENDE IMPRATICABILI SCALE E CORRIDOI
  - SE L'INCENDIO E' IN UN BOSCO
- SE L'INCENDIO SI E' SVILUPPATO IN CASA

►► incendio ►►

SE L'INCENDIO SI È SVILUPPATO NEL LOCALE IN CUI TI TROVI:



mantieni e contribuisci  
a far mantenere  
la CALMA



esci subito  
da quel locale,  
chiudendo la porta



prendi un indumento per pro-  
teggerti dal freddo, dalla piog-  
gia e/o dal sole e porta con te  
uno zaino con torcia e medici-  
nali prescritti dal medico



una volta fuori dal locale  
raggiungi, insieme alle altre persone,  
il punto di raccolta seguendo  
le vie di esodo segnate



appena arrivati, controlla se ci siete  
tutti e se mancasse qualcuno avvisa  
le autorità intervenute (vigili del fuoco,  
forze dell'ordine, personale ambulanze)

come comportarsi in caso di...

incendio



SE L'INCENDIO SI È SVILUPPATO FUORI DAL LOCALE IN CUI TI TROVI E LE VIE DI ESODO SONO LIBERE E PERCORRIBILI:

42



mantieni e contribuisci a far mantenere la CALMA



interrompi ogni attività



prendi un indumento per proteggerti, se disponibile



incolonnati con le altre persone



ricorda:  
NON SPINGERE  
NON GRIDARE  
NON CORRERE



segui le vie di fuga indicate e raggiungi la zona di raccolta assegnata e/o indicata

incendio



**SE L'INCENDIO SI È SVILUPPATO FUORI DAL LOCALE IN CUI TI TROVI MA IL FUMO RENDE IMPRATICABILI SCALE E CORRIDOI**



mantieni e contribuisci a far mantenere la **CALMA**



cerca di sigillare con **PANNI** possibilmente bagnati le fessure da cui entra o potrebbe entrare il fumo



apri la finestra senza esporti troppo e chiedi **SOCCORSO**. Richiudi subito la finestra se da questa entra fumo



se il fumo non ti fa respirare, filtra l'aria attraverso un fazzoletto, meglio se bagnato



sdraiati sul pavimento (il fumo tende a salire verso l'alto) e attendi l'arrivo dei soccorsi



rifugiati in locali con presenza di rubinetti ed eventualmente aprili

come comportarsi in caso di...

incendio



SE L'INCENDIO  
SI È SVILUPPATO  
IN CASA



apri i rubinetti dell'acqua  
e sosta in una stanza  
con l'acqua che scorre



tappa le fessure  
delle porte  
con stracci bagnati



apri la finestra senza  
esporti troppo e chiedi  
SOCCORSO.  
Richiudi subito  
la finestra se da questa  
entra fumo

▶▶ incendio



SE L'INCENDIO  
SI È SVILUPPATO  
NEL BOSCO



se ti accorgi di un incendio in un bosco, telefona subito al 1515 (Corpo Forestale dello Stato) oppure al 115 (Vigili del Fuoco)



cerca una via di fuga sicura: una strada o un corso d'acqua



non sostare in luoghi verso i quali soffia il vento



se non hai altra scelta, cerca di attraversare il fuoco dove è meno intenso per passare dalla parte già bruciata



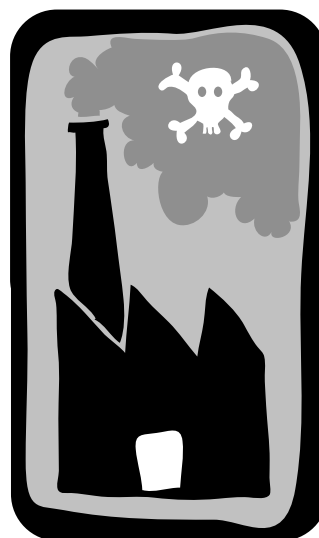
stenditi a terra in un luogo dove non c'è vegetazione incendiabile: il fumo tende a salire



se ti è possibile, respira attraverso un panno bagnato

come comportarsi in caso di...

# Inquinamento da nube tossica



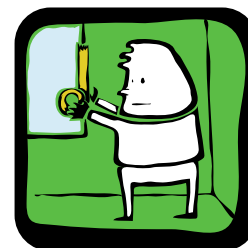
46



mantieni la calma  
e non farti prendere  
dal panico



interrompi  
ogni attività



sigilla il più possibile  
porte e finestre che  
danno verso l'esterno



prendi  
un indumento  
per proteggerti  
dal freddo, dalla  
pioggia e/o  
dal sole e porta  
con te uno zaino  
con torcia  
e medicinali  
prescritti dal  
medico



se ti trovi  
in un edificio  
con altre  
persone e devi  
allontanarti,  
incolonnati  
con loro  
per uscire

▶▶ inquinamento da nube tossica



ricordati di  
NON SPINGERE,  
NON GRIDARE  
NON CORRERE



dirigiti  
verso i locali  
più interni  
dell'edificio



non aprire  
per nessun motivo  
porte, finestre  
o aerazioni con l'esterno



spegni il sistema  
di ventilazione  
(se esiste)

come comportarsi in caso di...

# Incidente chimico



48

## COSA FARE IN CASO DI INCIDENTE CHIMICO...

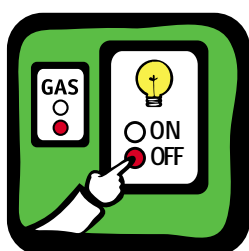
- SE TI TROVI IN UN LUOGO CHIUSO (CASA, UFFICIO, SCUOLA ECC.)
  - SE IL LOCALE IN CUI TI TROVI E' NELLE VICINANZE DELLO STABILIMENTO IN CUI SI È VERIFICATO L'INCIDENTE
  - SE IL LUOGO IN CUI TI TROVI DISTA DALLO STABILIMENTO DA 350 A 1700 METRI
- SE AL MOMENTO DELL'INCIDENTE TI TROVI IN UNO SPAZIO APERTO

### Nota

Le seguenti indicazioni sono state predisposte per la popolazione che risiede vicino ad uno stabilimento chimico in cui si potrebbe verificare un incidente. Sono norme contenute nel Piano di Emergenza ma possono essere applicate in tutte le circostanze similari

▶▶ incidente chimico ▶▶

**SE TI TROVI IN UN LOCALE CHIUSO (CASA, UFFICIO, SCUOLA ECC.) AL MOMENTO DELL'INCIDENTE**



interrompi le utenze elettriche, disinnescando l'interruttore generale o direttamente dal contatore perché l'impianto elettrico può innescare una scintilla da cui inizia l'incendio o lo scoppio



spegni tutte le fiamme accese o libere, tutti i motori a scoppio o tutte le possibili fonti di calore perché possono essere fonti di incendio o scoppio

**SE TI TROVI IN UN LOCALE VICINO ALLO STABILIMENTO AL MOMENTO DELL'INCIDENTE**



abbandonalo, allontanati a piedi dal locale e cerca riparo in un ambiente chiuso (pubblico o privato) il più possibile lontano dallo stabilimento



se ciò non è possibile prosegui a piedi percorrendo la via più breve per uscire dall'area di rischio e per raggiungere poi i punti di raccolta predisposti dalle autorità competenti

come comportarsi in caso di...

►► incidente chimico ►►

**SE AL MOMENTO DELL'INCIDENTE  
TI TROVI IN UN LOCALE CHE DISTA DA 350 A 1700  
METRI DALLO STABILIMENTO**



chiudi porte  
e finestre  
per evitare che  
la sostanza penetri  
negli ambienti



resta all'interno dell'edificio evitando assolutamente la permanenza in locali non sufficientemente sicuri (esempio, tettoie tamponate, ambienti delimitati da strutture o divisori prefabbricati leggeri o ambienti vetrati) perché, una eventuale esplosione potrebbe provocare il cedimento delle strutture e la proiezione di frammenti o schegge pericolose



non restare in locali seminterrati o interrati perché la sostanza chimica potrebbe essere più pesante dell'aria e tendere a penetrare nei luoghi più bassi



stai lontano da finestre, vetrate e porte-finestre esterne perché, in caso di scoppio vanno in frantumi con il rischio di essere colpiti da schegge o frammenti di vetro



durante tutta l'attesa evita di utilizzare strumenti atti a produrre scintille (accendini, fiammiferi, candele, ecc) e di accendere apparecchi elettrici a batteria, non fumare

▶▶ **incidente chimico** ▶▶



cerca di non spostarti e attendi con pazienza, mantenendo tranquille le persone che sono con te (anziani, bambini, invalidi) ricordando che dal momento in cui è scattato l'allarme, che potrà protrarsi per qualche ora, molte persone stanno operando con tutti i mezzi per la vostra incolumità e per scongiurare ogni pericolo il più rapidamente possibile



evita l'uso del telefono che dovrà essere utilizzato solo per segnalare situazioni di emergenza e assoluta necessità per non intasare inutilmente le linee e pregiudicare ed ostacolare le comunicazioni di soccorso nella zona interessata



non andare alla ricerca dei familiari in quanto in tutta l'area interessata stanno operando le unità di soccorso

come comportarsi in caso di...

▶▶ **incidente chimico**

**SE AL MOMENTO DELL'INCIDENTE  
TI TROVI IN UNO SPAZIO APERTO**



spegni ogni motore  
e ogni altra fonte  
di elettricità



provvedi a spegnere  
ogni fuoco



non fumare



dopo aver fatto quanto sopra, spostati a piedi e trova rapidamente riparo al chiuso in edifici distanti dallo stabilimento chimico oppure, se ciò non è possibile, prosegui a piedi percorrendo la via più breve per uscire dall'area di rischio e raggiungere poi i punti di raccolta predisposti dall'autorità competente fuori dall'area stessa

**ASPETTA SEMPRE LA COMUNICAZIONE  
DI CESSATO ALLARME DA PARTE  
DELLE AUTORITA' COMPETENTI**

# Sostanze chimiche inquinanti



mantieni la **CALMA**  
e agisci in maniera  
**RAZIONALE**



**IMPEDISCI** ogni **DIFFUSIONE**,  
per esempio coprendo tali  
sostanze e/o oggetti sospetti



**LASCIA** i locali o i  
luoghi, chiudili a chiave  
e sbarra l'accesso



**LAVATI** le mani  
con acqua e sapone



dai l'allarme alle  
Forze dell'Ordine  
o ai Vigili del Fuoco

Tel.  
**112**

Tel.  
**113**

Tel.  
**115**



**RICORDA: NESSUNO  
DEVE ABBANDONARE**  
il luogo dell'evento  
in maniera indipendente

come comportarsi in caso di...

# Contaminazione

(nucleare, biologica, chimica o radiologica)



**AL MOMENTO DELLA DIRAMAZIONE  
DI UN ALLARME DI QUESTO TIPO  
DA PARTE DELLE AUTORITA'**

## SE TI TROVI IN UN LUOGO CHIUSO



mantieni la **CALMA**  
e agisci in maniera  
**RAZIONALE**



non precipitarti  
fuori



verifica che siano **BEN CHIUSE** porte  
e finestre e sigillale con teli di plastica  
e nastro adesivo, (in mancanza di que-  
sti ultimi usa stracci bagnati o silicone)  
soprattutto per le fessure tra porte e  
pavimento



chiudi e sigilla  
camini, condizio-  
natori, ventilatori  
ed aeratori ed  
altre eventuali  
aperture verso  
l'esterno



evita l'uso del  
telefono che dovrà  
essere utilizzato  
**SOLO** per segnala-  
re situazioni  
di emergenza

▶▶ contaminazione



accendi il televisore o la radio per rimanere in ascolto delle indicazioni che saranno fornite dalle autorità; nel caso che sia sospesa l'erogazione dell'energia elettrica usa la radio a batteria



poiché tali contaminazioni possono durare nel tempo, sarebbe consigliabile avere una scorta di cibi in scatola e di acqua, oltre a sostanze disinfettanti, mascherine, guanti e stivali di gomma

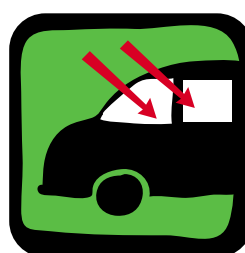


attendi la comunicazione di CESSATO ALLARME prima di uscire dall'ambiente in cui ti trovi e attieniti alle istruzioni delle autorità competenti per la eventuale decontaminazione dell'ambiente in cui ti trovi e degli oggetti in esso contenuti

SE TI TROVI IN UN LUOGO APERTO:



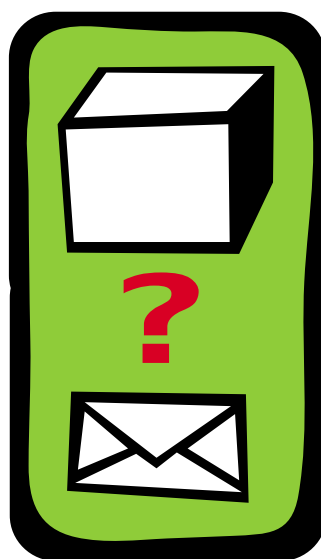
raggiungi **IMMEDIATAMENTE** il più vicino luogo chiuso e rimani in attesa fino al termine dell'emergenza



se sei in automobile, blocca i finestrini e le bocchette di aerazione lasciando nella vettura il solo ricircolo di aria interna

come comportarsi in caso di...

## Presenza di lettere o pacchi sospetti



56



non scuotere e non vuotare il contenitore sospetto.  
Mai aprire l'oggetto sospetto con il volto sopra di esso ma a distanza



chiudi il contenitore sospetto in un sacchetto di plastica o in un altro recipiente sigillante per impedire la fuoriuscita del contenuto sospetto



se non è disponibile alcun contenitore adeguato, copri il contenitore sospetto, per esempio con panni, cestino dei rifiuti, ecc.

▶▶ lettere o pacchi sospetti



abbandona il locale, tieni chiuse finestre e porte e vieta l'accesso al locale ad altre persone non autorizzate



LAVATI le mani con acqua e sapone per impedire che la pelle assorba la polvere



se sei sul luogo di lavoro, telefona ai Vigili del Fuoco e alle Forze dell'Ordine ed informa i tuoi superiori e/o i responsabili della sicurezza

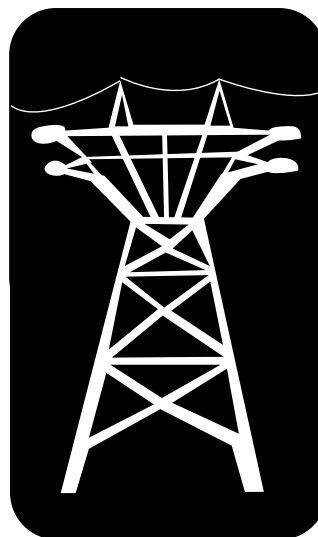


prepara un elenco di tutte le persone presenti al momento della scoperta del contenitore sospetto e mettilo a disposizione delle autorità

**Tel. 112**   **Tel. 113**   **Tel. 115**

come comportarsi in caso di...

# Interruzione di energia elettrica (Blackout)



58



tieni a portata di mano ed in efficienza una radio e una torcia a pile



se hai un telefono cellulare, tienilo a portata di mano perché potrebbero arrivarti messaggi SMS fornendo informazioni sulla situazione, meglio un cellulare alla volta per non scaricarli tutti assieme ( per problemi di ricarica pile)



al verificarsi di una interruzione di energia elettrica prolungata, accendi la radio per ascoltare i messaggi che vengono diramati dalle autorità



non aprire congelatori, frigoriferi se non per estrema necessità

▶▶ blackout



non utilizzare  
ascensori



non intasare le linee  
telefoniche per cercare  
informazioni, ascolta la  
radio e utilizza il telefo-  
no SOLO per emergenze



se devi utilizzare  
la macchina, usa la  
massima attenzione  
agli incroci, dove i semafori  
non funzionano



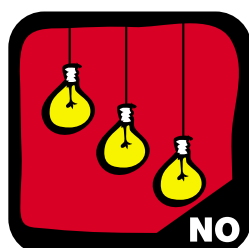
ricorda che se i  
distributori non  
hanno un gruppo  
elettrogeno non  
è possibile fare il  
pieno di carburante



se devi viaggiare  
con il treno, ascolta  
la radio per sapere  
se la rete ferroviaria  
è funzionante



fai in modo di tenere nella  
dispensa alimenti cotti in  
scatola a lunga conservazio-  
ne, e acqua minerale,  
ed inoltre candele, pile  
per la radio o la torcia



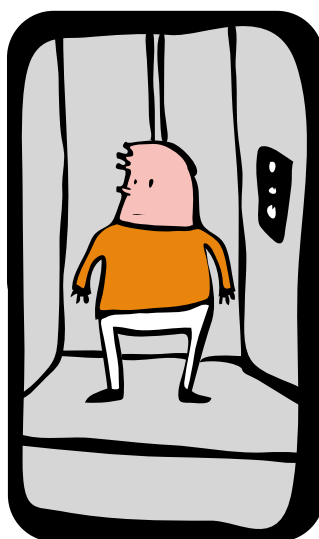
alla ripresa dell'elettricità  
modera l'uso di energia,  
non accendendo  
in contemporanea  
tutti gli elettrodomestici

come comportarsi in caso di...

# Persone bloccate in ascensore

ricorda che se l'ascensore si è fermato è perché  
è intervenuto un blocco di sicurezza

60



mantieni la calma  
e non farti prendere  
dal panico



non abbandonarti all'ansia  
ma utilizza il cellulare per  
una chiamata di soccorso



se non sei solo usa  
un solo cellulare per volta  
e fai spegnere gli altri  
per avere più autonomia  
e possibilità di chiamata

▶▶ persone bloccate in ascensore



se le porte sono manuali  
apri le, richiudile e premi il pulsante.  
Se le porte sono automatiche,  
prova a muoverle nel senso dell'apertura  
e poi premi il pulsante del piano più lontano  
(può darsi che la fermata più vicina  
sia esclusa automaticamente)



se l'ascensore  
non riparte, premi  
ripetutamente  
il pulsante ALT o STOP



se questi tentativi  
non danno risultati,  
premi il PULSANTE  
D'ALLARME



ricordati  
che **NON MANCA L'ARIA**:  
gli ascensori non sono  
a tenuta stagna!



Attenzione ad accendere fiammiferi  
o accendini, per distrazione  
o atti di panico da parte di altri  
potrebbero creare un incendio  
all'interno dell'ascensore

come comportarsi in caso di...

## Incidente sulla neve

### ATTENZIONE!

**Dal 18 gennaio 2004 sono in vigore le nuove regole sulle piste da sci.**

- Dai la precedenza a chi viene da destra
- Fai il fuori pista solo con maestri di sci o guide alpine
- Chi è a monte deve dare la precedenza a chi è più a valle
- Sorpassa solo se c'è spazio
- Devi avere con te un sistema di individuazione persone sotto le valanghe (ARVA)
- Obbligatorio il casco per i minori di 14 anni.



ricorda che sopra i 3.000 metri di altitudine la pressione atmosferica scende a livelli che possono alterare le funzioni cerebrali



in caso di distorsione e fratture, evita di togliere gli scarponi e recati immediatamente al pronto soccorso, le fratture vanno sempre curate da un medico, nel frattempo mantieni immobile la parte interessata con qualcosa di rigido

►► incidente sulla neve



il vento può provocare congelamento, anche a temperature superiori a 0°gradi, in questo caso riscalda la parte interessata, coprila con indumenti asciutti e possibilmente caldi, fai in modo che la persona stia in movimento



se un individuo è colpito da un raffreddamento generale, esso si indebolisce progressivamente mostrandosi indifferente all'accaduto, si consiglia di coprire il paziente con indumenti caldi e mantenerlo in movimento



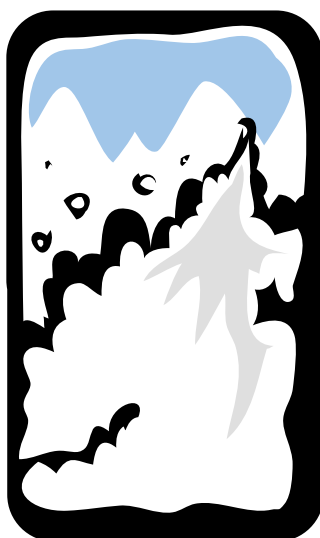
il sole troppo forte può provocare accecamento e la reazione infiammatoria della congiuntiva dell'occhio, utilizza lenti scure con protezione laterale



se si verifica la necessità del trasporto di una persona, mantenere l'infortunato coperto, somministrare possibilmente una bevanda calda se lo spostamento è superiore alle 4 ore, se la durata del trasporto è inferiore si consiglia di non dare alimenti, infatti in caso di intervento chirurgico, l'anestesia generale crea meno problemi

come comportarsi in caso di...

# Valanga



64



prima di andare in montagna, ascolta sempre il bollettino valanghe e ricordati di portarti dietro una pala, una sonda e un telefono;



evita le ore più calde, specie dopo abbondanti nevicate;



studia bene la carta topografica riguardante il tuo itinerario, in modo da evitare i pendii troppo esposti al sole

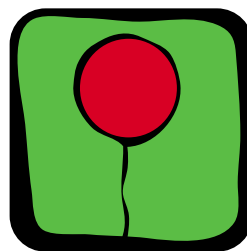
▶▶ valanga



attraversa velocemente i punti più rischiosi e sempre in gruppi di 2-3 sciatori distanziati tra loro, badando che gli altri stiano fuori dal percorso, in modo da poter soccorrere se necessario



porta con te un apparecchio elettrico (detto ARVA) che segnala la tua posizione in ogni caso d'emergenza o un telefono cellulare



utile anche il cordino colorato da valanga: è lungo una decina di metri ed ha un palloncino gonfiato all'estremità che segnala il punto dove è sepolto l'infortunato



lascia sciolti i cinturini degli sci e dei bastoncini: questo ti consentirà di avere le mani libere in caso di emergenza



se ti accorgi del pericolo, prima di essere travolto cerca di copriti il volto con una sciarpa o con qualcosa che eviti alla neve di infilarsi in bocca e nel naso



se ti è possibile, mentre sei travolto metti subito a nuotare nella neve, proprio come se fossi nell'acqua: la valanga infatti si comporta come una gigantesca ondata e nuotando ci si mantiene più alti, quasi a galla, cosa che non è più possibile fare quando la valanga si è fermata

**NOTA BENE:**

quando diminuisce la velocità tieni le braccia raccolte davanti al volto per creare lo spazio per una bolla d'aria.

Chiamate di soccorso

# Numeri telefonici utili

## SUGGERIMENTO

Far memorizzare ai bambini i numeri telefonici per casi di emergenza separando le cifre tra di loro. Esempio: per ricordare il 115, far ripetere al bambino **uno-uno-cinque**

66

EVENTO	ENTE	NUMERO
Incendio, crollo, fuga gas,	Vigili del Fuoco	<b>1 1 5</b>
Ordine pubblico	Carabinieri	<b>1 1 2</b>
Ordine pubblico	Polizia	<b>1 1 3</b>
Pronto intervento	Polizia Municipale	.....
Infortunio, malore, incidente	Soccorso sanitario	<b>1 1 8</b>
Incendio di bosco	Corpo Forestale dello Stato	<b>1 5 1 5</b>
Protezione civile	Ufficio comunale (C.O.C. Centro Operativo Comunale)	.....
Protezione civile	Ufficio provinciale	.....
Protezione civile	Ufficio regionale	.....
Protezione civile	Dipartimento della Protezione Civile - Roma	06 68201
Soccorso in mare	Capitaneria di Porto	.....
	Guardia Costiera	1530
Soccorso in montagna	Corpo Nazionale del Soccorso Alpino e Speleologico	.....
Numero di pubblica utilità	Guardia di Finanza	117
Viaggiare informati	CCISS traffico e viabilità	1518
Soccorso stradale		.....
Guardia Medica		.....
Medico di famiglia		.....
Farmacia		.....
Guasti rete elettrica		.....
Guasti rete gas		.....
Guasti rete idrica		.....
Guasti illuminazione pubblica		.....
Segnalazione guasti rete telefonica		.....
.....	.....	.....
.....	.....	.....
.....	.....	.....

# Chiamata di soccorso

Informazioni da fornire quando si richiede soccorso



**1. descrivere sinteticamente e con precisione l'accaduto**  
(incendio, esplosione, malore, tafferugli, ecc.);

**2. entità dell'emergenza**  
(locali coinvolti e materiale pericoloso contenuto, numero di persone coinvolte, ecc.);

**3. luogo dell'emergenza:**  
comune, via, numero civico, piano, eventuale percorso per raggiungere il luogo;

**4. fornire il proprio nominativo, eventuale qualifica, numero del telefono dal quale è fatta la richiesta e dove, eventualmente, è possibile richiamare.**

## CHIAMATA DI SOCCORSO

prospetto tipico da utilizzare come traccia per richieste di soccorso

- mi chiamo .....
- e sono .....
- serve un intervento per.....
- che si trova nel comune di .....
- (indirizzo completo) .....
- il mio recapito telefonico è .....

Sono le ore ..... del giorno .....

ed ho parlato con .....

# Come richiedere l'intervento di un elicottero in emergenza



**NOTA:**

quando richiedi l'intervento dell'elicottero alle autorità competenti per effettive emergenze (sanitarie, protezione civile), ricorda di preparare in anticipo queste informazioni da fornire all'atto delle richiesta telefonica:

- **motivo della richiesta:** cosa è successo, dove e quando
- **quante persone ci sono da imbarcare**
- **se ci sono feriti e quale è il loro stato**
- **se serve il verricello per il recupero di qualcuno**
- **segnala se sono richiesti imbarchi di personale specializzato** (squadre di alpinisti, speleologi, medici, ecc.) o equipaggiamenti speciali
- **se sono previste (o possibili) attese sul posto** con l'elicottero in moto
- **se ci sono OSTACOLI nella zona dell'atterraggio**, in caso affermativo darne una descrizione precisa
- **quali sono le condizioni meteorologiche**
- **descrizione dell'AREA di ATTERRAGGIO**
- **se sul posto sono presenti ambulanze, Forze dell'Ordine** o personale che possa fornire assistenza per l'atterraggio
- **ricordati di lasciare un numero telefonico** per eventuali altre comunicazioni

## ANCHE TU PUOI FARE LA TUA PARTE!

Parlando di autoprotezione e dei relativi comportamenti da tenere in caso di emergenza, è opportuno passare alla prevenzione.

Prevenire non vuol dire solo agire prima che un fatto succeda, ma significa anche provvedere qualora arrivi un segnale che possa preannunciare una eventuale situazione di pericolo per la vita umana o per i beni.

La "Scheda di segnalazione" qui stampata permette di segnalare alle autorità competenti (Sindaco, Vigili del Fuoco, Forze dell'Ordine, ecc.) ogni eventualità che hai riscontrato e che ritieni debba essere risolta o fronteggiata per evitare danni a vite umane e/o a beni.

### SCHEDA DI SEGNALAZIONE

Data ..... Ora.....  
 Località..... Comune..... Provincia.....

Cosa si è riscontrato.....  
 .....  
 .....

Sono state informate le autorità pubbliche o di protezione civile? .....  
 se SI, quali .....

Eventuali osservazioni.....  
 .....  
 .....

Rilevato da.....

Indirizzo, numero di recapito telefonico ed eventuale indirizzo di posta elettronica:  
 .....  
 .....

firma e data .....

# La valigia per l'emergenza

## L'EQUIPAGGIAMENTO DI EMERGENZA

Nel ripostiglio di casa o dentro ad un armadio, ovviamente sempre a portata di mano, dovresti tenere una valigia con un insieme di cose che potrebbero esserti utili in caso di emergenza o quando sei costretto ad abbandonare/evacuare la tua abitazione in tutta fretta:

- una cassetta di pronto soccorso - acqua minerale in bottiglia di plastica
- una torcia elettrica - una radio portatile
- batterie di ricambio - cibo (biscotti, caramelle, cioccolata, scatolame, ecc.....)
- capi di abbigliamento specifici per la stagione
- (eventuale) un libro, un giocattolo, un mazzo di carte, ecc.
- medicinali: procurarsi e stivare medicinali prescritti dal medico.



# Scorte di emergenza

## ALIMENTI:

- acqua minerale
- scatolame di cibi pronti (carne, pesce, verdure, legumi, marmellate, ecc.)
  - confezioni di biscotti e gallette (crackers)
  - salumi stagionati in confezione sottovuoto
  - formaggi confezionati sottovuoto
- o comunque conservabili a temperatura ambiente
  - sale - zucchero - cioccolato
- latte in polvere - succhi di frutta - frutta secca - olio

NOTA: Verificare ogni 6 mesi la scadenza degli alimenti accantonati

## MATERIALE PER LA SOPRAVVIVENZA IMMEDIATA

- fiammiferi - candele - torce - fischietto
- spago - fornellino da campeggio - radio a transistor - pile
- forbici - nastro adesivo - coltello multiuso - guanti di lattice
- teli di plastica

## FARMACIA

### Consigliati dal medico:

- una cassetta di pronto soccorso - disinfettante - bicarbonato di sodio
- crema antiallergica e per le ustioni - crema protettiva cosmetica

### Prescritti dal medico:

- medicinali