

## Protezione familiare

### Introduzione: la Protezione Civile

Il vademecum vuole aiutare ogni componente del nucleo familiare (dal bambino al nonno) a svolgere al meglio il proprio ruolo di Protezione Civile. Leggilo attentamente, fornisce suggerimenti e risposte, ti spiega cosa e come fare e, soprattutto, quali sono i comportamenti pericolosi e quelli corretti per te e per chi ti sta vicino. Ricorda: la Protezione Civile siamo tutti noi. Il “servizio nazionale” è organizzato su quattro livelli per offrire le soluzioni migliori alle diverse emergenze.

livello comunale: il sindaco è la prima autorità di Protezione Civile, la più vicina al cittadino, affronta, con le risorse e gli uomini di cui dispone, i primi momenti di difficoltà o le situazioni molto localizzate.

se l'emergenza è più complessa, intervengono la Provincia e le Prefetture.

l'ulteriore aggravamento coinvolge la Regione.

nel caso delle situazioni più gravi e generalizzate subentra il livello nazionale: la responsabilità dell'intervento viene assunta in tal caso direttamente dal presidente del Consiglio dei Ministri, che opera tramite il Dipartimento della Protezione Civile.

A ciascun livello, vengono impiegate tutte le risorse delle strutture locali e centrali. Fanno parte del Servizio nazionale tutti i corpi organizzati dello Stato: Vigili del Fuoco, Forze dell'Ordine, Forze Armate, Vigili Urbani Croce Rossa; inoltre tutta la comunità scientifica, il Soccorso Alpino, le strutture del Servizio sanitario al personale e i mezzi del “118”; un ruolo di particolare importanza hanno assunto le organizzazioni di volontariato di Protezione Civile, cresciute in ogni regione del Paese.

Ogni componente di tali corpi rappresenta il sistema della Protezione Civile, vigilando, 24 ore su 24, sulle condizioni della nostra vita quotidiana, che si sta trasformando da “macchina per il soccorso”, dopo un evento calamitoso, a sistema di monitoraggio del territorio e dei suoi rischi, di previsione e di prevenzione.

È stata creata una rete di “centri funzionali” su tutto il territorio nazionale, che permette di disporre dei dati utili per decidere possibili interventi, informare i cittadini, ridurre i tempi di intervento e soprattutto, nei limiti che la natura consente, cercare di prevenire le calamità. Ma ricorda: sei tu, con il tuo nucleo familiare, il primo elemento organizzativo della Protezione Civile.

Per essere efficiente ed efficace negli interventi, c'è bisogno principalmente di due condizioni:

essere credibile, godere della fiducia di tutti i cittadini;

ogni nucleo familiare deve sentirsi partecipe del sistema e non utente passivo.

Il modo più “civile”, più utile per affrontare con serenità e consapevolezza i temi che riguardano la sicurezza di tutti, è trasformare il tuo nucleo familiare in un soggetto attivo della Protezione Civile.

E' semplice! Come? Costruendo insieme a tutti i componenti del tuo nucleo familiare il “Piano familiare di Protezione Civile” che prevede cinque capitoli fondamentali: 1. Conoscere i rischi; 2. Sapersi informare; 3. Organizzarsi in famiglia; 4. Saper chiedere aiuto; 5. Emergenza e disabilità.

## 1. Conoscere i rischi

### 1.1 TERREMOTI

Due termini descrivono l'evento sismico: il pericolo come la possibilità che un terremoto possa colpire una certa area (la causa) e il rischio come valutazione dei danni conseguenti (l'effetto). Il rischio sismico, in una determinata area, si misura dal danno da aspettarsi in un periodo determinato e può essere espresso in termini di vittime, costo economico, danno alle costruzioni. In una formula:

*rischio sismico = terremoti x edifici vulnerabili*

*x beni esposti*

#### Valutazione rischio sismico

Il livello di rischio di un territorio deriva dalla sua sismicità, cioè quanto spesso avvengono i terremoti, quanto sono forti, ma anche da come sono costruite le opere umane, cioè quanti e quali sono i beni esposti, quanto densamente è popolato il territorio. Infatti, a parità di frequenza e di intensità dei terremoti, il rischio è nullo laddove non esistono edifici e popolazione; mentre aree densamente popolate, o caratterizzate da costruzioni poco resistenti allo scuotimento di un'onda sismica, presentano un rischio elevato.

#### Difesa dai terremoti

Non potendo evitare i terremoti, l'unico mezzo di riduzione del rischio è la prevenzione, che comprende: la completa classificazione sismica dei Comuni; l'edificazione con tecniche antisismiche; l'adozione di corretti e piani di emergenza comunali necessari per organizzare un tempestivo soccorso alla popolazione colpita.

#### Classificazione sismica

La frequenza e l'intensità dei terremoti del passato, interpretati alla luce delle moderne tecniche di analisi della pericolosità, è il modo con cui il territorio italiano è stato classificato in quattro zone sismiche che prevedono l'applicazione di livelli crescenti di azioni da considerare per la progettazione delle costruzioni (massime per la Zona 1). L'adozione della classificazione sismica del territorio spetta alle regioni, che hanno elaborato propri elenchi dei comuni con la relativa attribuzione ad una delle quattro zone sismiche. La classificazione sismica del comune dove si vive è sul sito [www.protezione.civile.it](http://www.protezione.civile.it).

### 1.2 ERUZIONI VULCANICHE

Le eruzioni vulcaniche si verificano quando il magma (materiale solido, liquido e gassoso ad alta temperatura), proveniente dall'interno della Terra, fuoriesce in superficie; distinguendosi in effusive (colate di lava) o esplosive (con frammentazione del magma in brandelli di varie dimensioni chiamati piroclasti). Inoltre si verificano anche fenomeni come caduta di materiali grossolani (bombe vulcaniche e blocchi di grandi dimensioni); caduta e accumulo di materiali fini (ceneri e lapilli); emissioni di gas; colate piroclastiche e colate di fango, questi due ultimi i più pericolosi. Le eruzioni vulcaniche possono avere durata variabile da poche ore a decine d'anni (il vulcano Kilauea nelle isole Hawaii è in eruzione dal 1986), possono avvenire dalla stessa bocca (es. Vesuvio) o da bocche che si aprono in punti diversi (es. Campi Flegrei, Etna). A differenza di altri fenomeni naturali, quali i terremoti, le eruzioni vulcaniche sono generalmente prevedibili, grazie a particolari fenomeni precursori che possono essere rilevati da reti di monitoraggio appositamente realizzate.

### 1.3 FRANE

Il meccanismo di una frana si può spiegare così: il materiale che costituisce un pendio o una parete

rocciosa è attirato verso il basso dalla forza di gravità e rimane in quella posizione finché fattori come la natura del terreno o della roccia, e la quantità d'acqua presente lo mantengono in equilibrio. Come un castello di sabbia: l'acqua compatta i granelli e fa stare in piedi il castello, ma con troppa crolla; così avviene lungo i pendii: hanno bisogno di una giusta quantità d'acqua per non franare. Molteplici, complesse e spesso combinate tra loro le cause che destabilizzano un versante: oltre alla quantità d'acqua, anche il disboscamento e gli incendi sono fattori critici: nei pendii boscati le radici degli alberi consolidano il terreno e assorbono l'acqua in eccesso. La difficoltà dei territori alpini, appenninici e costieri del Paese, li predispone a rischio di frane aggravati dalla friabilità delle rocce e dalla ripidità della pendenza: tale instabilità è detta energia di rilievo. Inoltre le caratteristiche climatiche, la distribuzione annuale delle precipitazioni e l'intensa trasformazione dei territori operata dall'uomo contribuiscono ad aumentare la vulnerabilità del territorio.

#### **1.4 ALLUVIONI**

Il bacino idrografico è delimitato da rilievi che assumono il nome e la funzione di "spartiacque", dividendo l'acqua piovana tra bacini diversi. La pioggia caduta all'interno di un bacino in parte è trattenuta dal terreno e dalla vegetazione, in parte si infiltra alimentando le falde sotterranee e in parte raggiungerà il corso d'acqua che scorre nel bacino. Ogni bacino idrografico ha una sua specifica capacità di regimazione idrica; con precipitazioni molto intense o molto prolungate, la quantità d'acqua che raggiunge il corso d'acqua può crescere in modo significativo. Il fiume si ingrossa, fino a raggiungere il livello cosiddetto "di piena". Se, in queste condizioni critiche, il fiume incontra un restringimento dell'alveo, a volte causato anche solo dall'occlusione delle luci di un ponte, oppure provoca il cedimento di un argine, anche in un solo punto, o incontra alla fine della corsa una mareggiata alla foce, l'altezza dell'acqua superando quella degli argini comincerà a fuoriuscire, allagando il territorio circostante. L'allagamento non è l'unico danno di una situazione alluvionale: se l'acqua erode il terreno su cui scorre, trasporterà a valle anche terra, rocce ed alberi, le cosiddette "lave torrentizie"; lungo il percorso l'acqua può erodere le sponde e scalzare al piede interi pendii, causandone il franamento, o provocare il crollo di edifici costruiti lungo le sponde, o travolgere infrastrutture, ponti, strade ed ogni cosa non ancorata al terreno, come autoveicoli o le persone stesse.

#### **1.5 MAREMOTI O TSUNAMI**

Un maremoto è una sequenza di onde molto lunghe generate in mare e propagate a grande velocità. Sono causati da terremoti sottomarini, da eruzioni vulcaniche sottomarine o da frane che avvengono o che si riversano in mare. Le onde, approssimandosi alle aree costiere, diminuiscono di velocità e di lunghezza mentre aumentano progressivamente di altezza finché si riversano sulla costa con effetti spesso devastanti.

#### **1.6 VIABILITA'**

Gli utenti delle varie modalità di trasporto (stradale, ferroviario, aereo, vie d'acqua, intermodale) possono essere esposti a pericoli o a gravi situazioni di disagio determinate sia dalle stesse attività di trasporto (incidenti, blocchi prolungati e congestioni del traffico, ecc.), sia da eventi meteorologici particolarmente avversi (neve, nebbia, precipitazioni intense, ecc.). La criticità è aumentata dal fatto che in Italia, merci e passeggeri viaggiano prevalentemente su strada: traffico di autocarri e automobili è triplicato nell'ultimo trentennio, con tendenza a crescita ulteriore.

#### **Viaggiare informati**

È buona regola informarsi circa le condizioni atmosferiche e/o quelle della strada e del traffico sia prima di intraprendere un viaggio sia nel corso del viaggio stesso sintonizzandosi sulle frequenze radio che trasmettono notizie e aggiornamenti: Isoradio, sulla rete di pertinenza di Autostrade per l'Italia, sui canali Rai che trasmettono il notiziario "Onda verde", sulle radio locali. Quasi tutti i gestori autostradali rendono disponibili sui propri siti internet notizie sulle condizioni di traffico, in tempo reale, consentendo in qualche caso anche l'accesso a webcam disposte lungo il tracciato stradale; alcuni gestori hanno numeri verdi a disposizione. Altra importante fonte di informazione è rappresentata dalle sale operative compartimentali della polizia stradale e dai centri operativi autostradali.

#### **1.7 NEVE E VALANGHE**

Le valanghe sono generate dall'improvvisa perdita di stabilità della neve presente su di un pendio di montagna e dal successivo scivolamento, per gravità, verso valle della porzione di manto nevoso interessata dalla frattura. Il distacco può essere di tipo spontaneo o provocato. Nel primo caso il peso della neve fresca o il rialzo termico possono determinare il verificarsi della valanga, mentre nel secondo caso abbiamo due diverse situazioni: accidentale, come accade a chi si trova a piedi o con gli sci su di un pendio di neve fresca e provoca involontariamente con il proprio peso una valanga; oppure programmato, come accade nei comprensori sciistici quando, con l'ausilio di esplosivi, si bonificano i pendii pericolosi.

## **1.8 CRISI IDRICA**

Una situazione di emergenza idrica si verifica quando la richiesta di acqua è superiore alla disponibilità e, quindi, la domanda di acqua dei cittadini non può essere soddisfatta. Le cause possono essere naturali, come ad esempio un prolungato periodo di scarse precipitazioni, o attribuibili ad attività umane, come l'inquinamento di sorgenti o pozzi, oppure accidentali, come la rottura di una tubazione. Al fine di prevenire una tale crisi, la Protezione Civile, in collaborazione con tutti gli enti che ordinariamente gestiscono le risorse idriche, effettua periodici monitoraggi della disponibilità di acqua e nel caso si verifichi una carenza definisce ed attua le misure necessarie a fronteggiare le ulteriori situazioni critiche ed evitare, come possibili "black out" nel settore energetico. In particolare, in caso di emergenza idrica per uso potabile, si provvederà ad un piano per la distribuzione di acqua imbustata o con autobotti e contemporaneamente alla riduzione dei consumi attraverso il razionamento della risorsa ed il risparmio idrico. La quantità individuale giornaliera da assicurare in caso di emergenza acuta è stimata pari a non più di 50 litri d'acqua potabile.

Nella maggior parte del territorio italiano l'acqua potabile è, in condizioni normali, un bene a disposizione di tutti senza particolari vincoli al consumo. L'acqua, però, è una risorsa limitata: ne occorre un utilizzo equilibrato, evitando gli sprechi e preparandosi anche ad affrontare situazioni possibili di crisi idrica temporanee.

## **1.9 ONDATE DI CALORE**

L'organizzazione mondiale della sanità ha evidenziato che le variazioni del clima, in particolare quelle legate all'aumento della temperatura del pianeta, possono avere gravi effetti sulla salute di quella parte della popolazione definita a rischio. Nei periodi estivi si possono verificare condizioni meteorologiche a rischio per la salute, denominate ondate di calore, in particolare avvertibili nelle grandi aree urbane. Il possibile pericolo deriva dalle alte temperature e da elevati livelli di umidità, al di sopra dei valori usuali, che possono durare giorni settimane. Durante le ondate la popolazione anziana è esposta al maggior rischio, come le persone con alcune malattie croniche e quelle che vivono in condizioni di isolamento sociale o sono residenti in aree di basso livello socio-economico. Tali gruppi di cittadini, per il progressivo invecchiamento delle popolazioni e per fenomeni di solitudine urbana, vanno aumentando e perciò dall'estate 2004 la Protezione Civile ha attivato nelle maggiori aree urbane il "Sistema nazionale di allarme per la prevenzione degli effetti del caldo sulla salute".

Le ondate di calore e le loro conseguenze sulla salute possono, infatti, essere previste in anticipo e con specifiche misure di prevenzione, mirate ai gruppi più vulnerabili si può ridurre l'impatto negativo. Durante il periodo estivo, in tutte le principali città italiane, viene emesso giornalmente un bollettino con un livello di rischio graduato che prevede il verificarsi di condizioni dannose per la salute per il giorno stesso e per i due giorni successivi. Il bollettino orienta i centri operativi locali che coordinano gli interventi di prevenzione, attivando le strutture e il personale dei servizi sociali e sanitari.

## **1.10 INCENDI BOSCHIVI**

Un incendio boschivo è "un fuoco che tende ad espandersi su aree boscate, cespugliate oppure su terreni coltivati o incolti e pascoli limitrofi a dette aree".

Perché un incendio si possa sviluppare sono necessari i tre sono gli elementi materiali che costituiscono il cosiddetto "triangolo del fuoco": il combustibile (erba secca, foglie, legno), il comburente (l'ossigeno) e il calore (necessario per portare il combustibile alla temperatura di accensione). Particolari condizioni atmosferiche (es. giornate particolarmente calde e ventose in un periodo di scarse precipitazioni) possono favorire il rapido propagarsi dell'incendio. Le cause di incendio possono essere:

*naturali*, come ad esempio i fulmini. Sono le meno frequenti in assoluto.

*Di origine antropica*, cioè imputabili ad attività umane e distinte in:

accidentali, (un corto circuito, surriscaldamento di motori, scintille derivate da strumenti da lavoro, ecc.);

colpose, come alcune pratiche agricole e pastorali, comportamenti irresponsabili nelle aree turistiche, lancio incauto di materiale acceso (fiammiferi, sigarette, ecc);

dolose, quando il fuoco è appiccato volontariamente dall'uomo per le motivazioni più disparate (vendetta, dispetto, protesta, speculazione edilizia) al fine di provocare danni.

Sono queste purtroppo le cause più frequenti di incendio dei boschi.

## **1.11 INCENDI DOMESTICI**

### **Come prevenire un incendio**

È necessario mettere in pratica alcuni piccoli accorgimenti che possono essere così riassunti:

non fumare, se lo fai non fumare a letto;

non lasciare incustodite pentole su fornelli accesi e tenere lontano il materiale combustibile;

prevedere un controllo periodico da parte di un tecnico qualificato dell'impianto di riscaldamento, della canna fumaria e della cucina;

non tenere fiammiferi e accendini alla portata di bambini;

non tenere liquidi infiammabili vicino a fonti di calore;

non impiegare apparecchi a gas o a fiamma libera (compresi i caminetti) in locali privi di aerazione adeguata.

### **Come intervenire in caso d'incendio**

Per affrontare un principio d'incendio è sufficiente mettere in pratica alcuni semplici consigli:

se prende fuoco una pentola, per spegnerla basterà appoggiarci sopra un coperchio, in modo da soffocare le fiamme;

se i vestiti indossati prendono fuoco non si deve correre (l'aria alimenta il fuoco!), bisogna cercare di spogliarsi o cercare di soffocare le fiamme rotolandosi per terra o coprendosi con una coperta;

se prende fuoco un apparecchio elettrico o una parte dell'impianto elettrico prima di tentare di spegnerlo bisogna staccare la corrente.

Ricorda di non utilizzare l'acqua per spegnere un incendio di origine elettrica: potresti prendere una forte scossa! L'acqua non si deve usare nemmeno per spegnere incendi che interessano petrolio o benzina, perché tali sostanze galleggiano sull'acqua e possono diffondere l'incendio in altri luoghi.

## **1.12 BLACK OUT**

Il black out è una interruzione della fornitura di energia elettrica. Può essere locale, se riguarda una porzione ristretta del territorio, oppure esteso, se interessa uno o più comuni o aree anche molto più vaste, fino ad assumere portata regionale o addirittura nazionale, come si verificò il 23 settembre 2003. Può essere provocato da interruzioni o sovraccarichi improvvisi della rete elettrica, dovuti a guasti alle centrali o alle linee.

Importante Se avete un familiare che necessita di apparecchi elettromedicali salvavita, mantenete sempre in evidenza il numero telefonico del servizio sanitario d'urgenza.

## **1.13 RISCHIO INDUSTRIALE**

Il rischio industriale è determinato dalle conseguenze di un incidente presso un insediamento industriale: come lo sviluppo di un incendio, un'esplosione o una nube tossica, coinvolgente una o più sostanze pericolose, i cui effetti possano arrecare danni alla popolazione o all'ambiente.

Tali effetti sono mitigati dall'attuazione di adeguati piani di emergenza, sia interni (redatti dall'industria per fronteggiare immediatamente l'evento incidentale) che esterni (redatti dall'autorità per fronteggiare i possibili effetti sul territorio circostante); questi ultimi prevedono adeguate misure di autoprotezione e comportamenti da fare adottare alla popolazione.

### **Indicazioni**

Se abiti in una zona con stabilimenti industriali, informati nel tuo comune se sono inseriti nell'elenco degli impianti a rischio, per i quali è previsto un piano di emergenza in caso di incidente.

L'informazione è reperibile anche dal sito internet del ministero dell'Ambiente:

[www.minambiente.it/Sito/settori\\_azione/iar/stabilimenti/stabilimenti\\_italia.asp](http://www.minambiente.it/Sito/settori_azione/iar/stabilimenti/stabilimenti_italia.asp)

Per i casi di incendio e/o esplosione si rimanda alle raccomandazioni fornite nei rispettivi capitoli.

### **Evacuazione**

Quando il rischio di contaminazione è elevato le autorità responsabili dell'emergenza possono ordinare l'evacuazione secondo il piano di emergenza esterno prestabilito, che indica le modalità di allontanamento e i luoghi di raccolta.

## **1.14 EPIDEMIA/PANDEMIA INFLUENZALE**

### **Influenza**

L'influenza è una malattia respiratoria acuta dovuta all'infezione da virus influenzali, prevalentemente nel periodo invernale. E' un rilevante problema di sanità pubblica a causa della sua ubiquità e contagiosità, per l'esistenza di serbatoi animali e per le possibili complicanze.

Il virus responsabile dell'influenza penetra nell'organismo attraverso l'apparato respiratorio ed è altamente contagioso; mediamente sono 5 milioni i malati nel nostro paese. Una peculiarità dei virus influenzali è la marcata tendenza a variare in modo tale da poter aggirare la barriera protettiva costituita dalle difese immunitarie presenti nella popolazione. Questo comporta che le difese messe a punto contro il virus dell'influenza che circola nel corso di una determinata stagione possono non essere più efficaci per il virus che circola nel corso dell'anno successivo. Per lo stesso motivo il vaccino contro l'influenza va aggiornato tutti gli anni e la sorveglianza del sistema sanitario è

fondamentale per preparare la composizione del vaccino adeguata alla stagione successiva.

## **Pandemia**

Per pandemia di influenza si intende la diffusione di un nuovo virus influenzale tra la popolazione di tutto il mondo. Trattandosi di un virus nuovo esso può diffondersi rapidamente, poiché nessuno ha ancora sviluppato specifiche difese immunitarie. Le pandemie si sviluppano ad intervalli di tempo imprevedibili. Nel secolo scorso pandemie si sono verificate nel 1918 (Spagnola), nel 1957 (Asiatica) e nel 1968 (Hong Kong). In caso di pandemia, le autorità sanitarie informano puntualmente la popolazione tramite radio, televisione e giornali, indicando le misure da adottare per difendere la salute dei cittadini.

## **2. Sapersi informare**

Oltre il vademecum sul comportamento da tenere di fronte e ai vari rischi, vi sono almeno tre livelli informativi con i quali il tuo nucleo familiare deve prendere confidenza:

### **2.1 Piani Comunali di Protezione Civile e altri documenti di pianificazione**

Tra le molte informazioni contenute in questi documenti, alcune interessano direttamente tutti i cittadini:

le indicazioni relative alle zone sicure del territorio comunale da raggiungere in caso di emergenza;

le procedure previste per l'eventuale evacuazione;

i percorsi da seguire per mettersi in condizioni di sicurezza;

i dispositivi predisposti dal Sindaco per i possibili scenari di emergenza relativi al territorio comunale.

### **2.2 Le comunicazioni sull'attività di previsione e prevenzione della Protezione Civile**

Vengono diramate notizie sulle condizioni meteorologiche per le probabilità che possano generarsi situazioni di emergenza (esempio dissesto idrogeologico) o per particolari conseguenze di rischio per la salute (esempio le "ondate di calore") o ancora lo stato dei vulcani, il rischio di eventuali maremoti, il generarsi di condizioni particolarmente favorevoli agli incendi boschivi. Le informazioni, soprattutto in situazioni critiche, sono diffuse dai telegiornali e dai radiogiornali, ma anche dai quotidiani e sui siti internet delle diverse strutture nazionali e regionali di Protezione Civile.

### **2.3 Notizie e informazioni sull'emergenza fornite dalla Protezione Civile**

Quando l'emergenza è in corso, la Protezione Civile privilegia la comunicazione tramite radio e televisione, che rispetto alla stampa ha il vantaggio dell'aggiornamento immediato della situazione. Perciò si consiglia di tenere in casa almeno una radio, possibilmente a pile, che funziona anche se l'energia elettrica di rete viene a mancare. Puoi anche utilizzare la radio dell'automobile, anch'essa alimentata da fonte diversa dalla rete elettrica. Un altro mezzo è l'sms inviato a tutti i possessori di telefoni cellulari presenti in un'area di crisi. In questo caso il telefonino diventa uno strumento prezioso per offrire a tutti informazioni utili a corrette scelte e comportamenti adeguati in situazioni potenzialmente delicate.

Attenzione alle fonti durante una emergenza, molti sentono la necessità di analizzare, intervenire, formulare ipotesi, dare spiegazioni: è la normale attività ai "media" di dar spazio alle voci di tutti.

Per non essere indotto in errore, scambiando l'opinione personale di un esperto con una direttiva o una indicazione ufficiale, è bene che ti abitui a distinguere e riconoscere coloro che parlano a nome

della Protezione Civile, perché solo loro costituiscono l'unica fonte certa per le informazioni destinate a quanti sono interessati da un evento emergenziale.

### **3. Organizzarsi in famiglia**

È buona regola, evitando sempre inutili allarmismi, prepararsi all'emergenza, per poterla affrontare riducendo al minimo gli inevitabili disagi. Analogamente ai preparativi per una vacanza quando nel preparare i bagagli, si verifica di non aver dimenticato documenti e denaro, medicinali e altre cose che potrebbero servire durante il viaggio o il soggiorno, è bene che il tuo nucleo familiare dedichi la stessa attenzione ad un minimo di preparativi per le situazioni di emergenza. Dovresti improvvisamente allontanarti da casa o, all'opposto dover restare in casa, senza uscire, per un periodo di tempo superiore al normale, perciò è saggio provvedere ad una organizzazione familiare per l'emergenza. Attenendosi ai seguenti questi cinque semplici punti, potrai rendere la tua famiglia una piccola squadra di protezione civile, pronta a qualsiasi emergenza:

#### **3.1 Prepara un elenco di informazioni sui componenti del tuo nucleo familiare**

E' utile che ciascun membro della famiglia abbia un elenco dei componenti del nucleo familiare, con i dati anagrafici, il numero di telefono o di cellulare nonché i dati sanitari di base (gruppo sanguigno, eventuali patologie, o allergie, farmaci abitualmente utilizzati, ecc.). L'elenco, può agevolare moltissimo il recupero di dispersi, il ricongiungimento dei nuclei familiari eventualmente evacuati, il soccorso medico sanitario ove dovesse rendersi necessario

#### **3.2 Compila una lista di materiali di prima emergenza**

In caso di evacuazione, occorre raccogliere in fretta tutto ciò che potrebbe essere utile per tutti i componenti del nucleo familiare (bambini compresi). È bene predisporre una lista dei materiali per la prima emergenza, da tenere esposta in casa in un luogo conosciuto da tutti, con indicato lo stretto indispensabile per la famiglia. Verifica, ogni tanto, che gli oggetti elencati nella lista siano in casa, facilmente reperibili e funzionanti. In caso di emergenza sarà più facile riempire una borsa per ogni componente del nucleo familiare con quanto necessario, senza dimenticare nulla.

La lista dovrà prevedere, al minimo, il seguente elenco di oggetti:

indumenti: almeno 1 ricambio per persona con abiti comodi, adeguati alla stagione, includendo comunque una giacca impermeabile e antivento

attrezzatura di base: fiammiferi, torcia elettrica con batterie di ricambio, panni, sacchetti di nylon, nastro adesivo, piatti, bicchieri e posate usa e getta, coltello, apriscatole e apribottiglie, un fornello a gas.

alimenti e bevande: acqua (almeno 1 litro/giorno per persona) e cibi non deperibili quali: barrette energetiche, frutta disidratata, sale, zucchero, tè, caffè, cibi precotti o liofilizzati, ecc.

medicinali indispensabili, fotocopia delle relative prescrizioni mediche e borsa di pronto soccorso

doppioni delle chiavi

denaro e tessere telefoniche

fotocopia dei documenti personali ed identificativi più importanti

#### **3.3 Predisponi una scorta di alimenti e beni di prima necessità**

Se, il nucleo familiare dovesse affrontare l'eventualità di soggiornare senza uscire, la casa diventa un



rifugio che devi attrezzare. Fa' in modo che non manchi mai una piccola scorta di beni di prima necessità per avere una certa autosufficienza avendo, oltre ai normali rifornimenti di generi alimentari, soprattutto una buona scorta di acqua potabile. È l'acqua potabile, infatti, il genere di prima necessità più importante di cui disporre, infatti la rete idrica potrebbe danneggiarsi, o l'acquedotto potrebbe risultare inquinato. Prima di tornare ad usare l'acqua del rubinetto occorre informarsi presso le autorità per sapere a quali condizioni e con quali trattamenti è possibile farlo.

### **3.4 Individua per tempo un luogo di accoglienza temporaneo**

in cui, in caso di evacuazione, la tua famiglia possa trascorrere alcuni giorni, ad esempio presso amici o parenti.

### **3.5 Designa un referente familiare per le emergenze**

Individua una persona che vive al di fuori del tuo territorio e che ciascun componente della famiglia potrà contattare, in caso di emergenza, per ottenere notizie sull'evolvere dell'evento o sulla situazione dei familiari eventualmente separati dal resto della famiglia.

## **4. Saper chiedere aiuto**

Chi sa chiedere aiuto in modo corretto contribuisce a ridurre il tempo necessario ad intervenire. Per questa ragione ricorda:

quando chiedi aiuto, dà indicazioni il più possibile precise sulla situazione: indica dove ti trovi con la massima precisione, cosa sta accadendo, cosa vedi intorno a te, quante persone ti sembrano coinvolte nell'emergenza;

se sei in grado di individuare con precisione la tipologia dell'emergenza, chiama il numero breve che corrisponde alla specializzazione di soccorso più adatta alla situazione: i Vigili del Fuoco per gli incendi, il 118 per emergenze sanitarie, il 1530 per le emergenze in mare, e così via;

tieni reperibile l'elenco dei numeri utili, sia dei servizi nazionali che rispondono ai numeri brevi, che quelli della tua città, provincia, regione;

racconta a chi risponde alla chiamata l'essenziale, per evitare di occupare a lungo la linea;

se non ti è possibile comunicare - può accadere che le linee telefoniche siano interrotte - evidenzia la tua posizione in ogni modo possibile e attendi i soccorsi senza perdere la calma. Così, aiuterai più di quanto pensi coloro che hanno la responsabilità di soccorrerti.

## **5. Emergenza e disabilità**

Occorre integrare il "piano familiare di Protezione Civile", per le situazioni nelle quali ci siano disabilità, con alcuni accorgimenti particolari. Tutti, anche chi non ha disabili nel nucleo familiare, debbono avere almeno le nozioni di base per prestare soccorso alle persone disabili, durante un'emergenza

### **5.1 Soccorrere un disabile motorio**

Se la persona può allontanarsi mediante l'utilizzo di una sedia a rotelle: assicurati che il percorso sia libero da eventuali barriere architettoniche e in presenza di ostacoli, quali scale o gradini, aiutala a superarli posizionandoti dietro la carrozzina, impugnando le maniglie della sedia inclinata all'indietro di circa 45°, mantenendo la posizione inclinata fino a che non raggiungi un luogo sicuro e in piano. Ricorda di superare l'ostacolo procedendo sempre all'indietro!

Se devi trasportare una persona non in grado di collaborare: non sottoporre a trazione le sue strutture

articolari per non provocarle danni ma utilizza come punti di presa il cingolo scapolare (complesso articolare della spalla) o il cingolo pelvico (complesso articolare del bacino e dell'anca).

## **5.2 Soccorrere un disabile sensoriale**

Persone con disabilità dell'udito (o con protesi acustiche):

facilita la lettura labiale, eviterai incomprensioni ed agevolerai il soccorso:

quando parli, tieni ferma la testa e posiziona il viso all'altezza degli occhi dell'interlocutore;

parla distintamente, possibilmente con una corretta pronuncia, usando frasi brevi con un tono normale (non occorre gridare);

scrivi in stampatello nomi e parole che non riesci a comunicare;

mantieni una distanza inferiore al metro e mezzo.

Persone con disabilità della vista:

annuncia la tua presenza e parla con voce distinta;

spiega la reale situazione di pericolo;

evita di alternare una terza persona nella conversazione;

descrivi anticipatamente le azioni da intraprendere;

guida la persona lungo il percorso, appoggiata alla tua spalla e leggermente più dietro;

annuncia la presenza di ostacoli come scale, porte, o altre situazioni di impedimento;

se accompagni più persone, aiutale a tenersi per mano;

non abbandonare la persona una volta raggiunto un luogo fuori pericolo, ma assicurati che sia in compagnia.

In caso di presenza di persona non vedente con cane guida:

non accarezzare od offrire cibo al cane senza permesso del padrone;

se il cane porta la "guida" (imbracatura) significa che sta operando: se non vuoi che il cane guidi il suo padrone, fai rimuovere la guida;

assicurati che il cane sia portato in salvo col padrone;

se devi badare al cane su richiesta del padrone, tienilo per il guinzaglio e mai per la "guida".

## **5.3 Soccorrere un disabile cognitivo**

Le persone con disabilità di apprendimento potrebbero avere difficoltà nell'eseguire istruzioni complesse, superiori ad una breve sequenza di azioni semplici; in situazioni di pericolo possono mostrare atteggiamenti di parziale o nulla collaborazione verso chi attua il soccorso. Perciò:

accertati che la persona abbia percepito la situazione di pericolo;

accompagna la persona se dimostra di avere problemi di scarso senso direzionale;

fornisci istruzioni suddividendole in semplici fasi successive (segnali semplici o simboli facilmente comprensibili)

cerca di interpretare le eventuali reazioni;

di fronte a comportamenti aggressivi dà la precedenza alla salvaguardia dell'incolumità fisica della persona;

ricorri all'intervento coercitivo se questo costituisce l'unica soluzione possibile.

04/07/2017