COMUNE DI CASTELNUOVO MAGRA

Provincia della Spezia

PROTEZIONE CIVILE
Regione Liguria

PIANO PROTEZIONE CIVILE

ALLEGATO 1

NORME DI AUTOPROTEZIONE

Le norme o misure di autoprotezione indicano i comportamenti corretti che il singolo cittadino deve tenere per prevenire o ridurre i danni che potrebbero derivare da generiche situazioni di rischio.

Una buona conoscenza del fenomeno e dei rischi contribuisce ad evitare comportamenti che potrebbero aggravare la situazione di pericolo nella quale si incorre personalmente o chi vi sta vicino.

Le voci di menu illustrano le norme di comportamento generali da attuare in situazione di emergenza, a prescindere dal livello di rischio specifico individuato sul territorio comunale. I contenuti sono tratti dal sito http://www.allertaliguria.gov.it/misure_autoprotezione.php con particolare riferimento ai rischi meteorologico, idrogeologico e idraulico e dalle pubblicazioni del Dipartimento della Protezione Civile ("*La protezione civile in famiglia", 2005* e *Io non rischio - Buone Pratiche di Protezione Civile*) e da altre pubblicazioni di settore..

In generale, quando si intraprendono attività che potrebbero essere condizionate dai fenomeni meteorologici, è buona norma comportamentale informarsi circa le condizioni atmosferiche e la viabilità stradale, prima e durante un viaggio in auto.

Quelle che seguono comprendono anche situazioni che oggettivamente non possono avvenire sul territorio comunale come ad esempio maremoti, mareggiate, valanghe ecc., non di meno si ritiene utile dare informazioni sulle norme di autoprotezione anche per tali fattispecie.

RISCHI METEO –IDROGEOLOGICI ED IDRAULICI

- ALLUVIONE
- FRANA
- NEVE E GELO
- TEMPORALI E FULMINI
- ROVESCI DI PIOGGIA E GRANDINE
- VENTO FORTE
- ONDATE DI CALORE
- NEBBIA
- CICLONE E TROMBE D'ARIA

RISCHIO SISMICO

- SISMA

RISCHIO INCENDI BOSCHIVI

- INCENDI BOSCHIVI O DI INTERFACCIA

RISCHI AMBIENTALI – INDUSTRIALE – NUCLEARE

- CHIMICO INDUSTRIALE
- NUCLEARE
- RIENTRO INCONTROLLATO A TERRA DI OGGETTI SPAZIALI
- CRISI IDRICHE

ALTRE SITUAZIONI DI PERICOLO

- INCENDI DOMESTICI
- BLACK OUT
- RISCHIO SANITARIO ED EPIDEMIE E PANDEMIE INFLUENZALI
- ASSISTENZA ALLE PERSONE DISABILI

RISCHI NON PERTINENTI AL TERRITORIO COMUNALE

- RISCHIO VULCANICO
- RISCHIO MAREMOTO
- MAREGGIATA
- CADUTA DI VALANGA

RISCHI METEO-IDROGEOLOGICI ED IDRAULICI

ALLUVIONE

Ascolta la radio, cerca su internet o guarda la televisione per sapere se sono stati emessi avvisi di condizioni meteorologiche avverse o di allerte di protezione civile. Ricorda che durante e dopo le alluvioni, l'acqua dei fiumi è fortemente inquinata e trasporta detriti galleggianti che possono colpirti. Inoltre, macchine e materiali possono ostruire temporaneamente vie o passaggi che cedono all'improvviso. Poni al sicuro la tua automobile in zone non raggiungibili dall'allagamento nei tempi e nei modi individuati nel piano di emergenza del tuo Comune.

In ogni caso, segui le indicazioni della protezione civile del tuo Comune.

PRIMA

- è utile avere sempre a disposizione una torcia elettrica e una radio a batterie, per sintonizzarsi sulle stazioni locali e ascoltare eventuali segnalazioni utili;
- metti in salvo i beni collocati in locali allagabili, solo se sei in condizioni di massima sicurezza;
- assicurati che tutte le persone potenzialmente a rischio siano al corrente della situazione;
- se abiti a un piano alto, offri ospitalità a chi abita ai piani sottostanti e viceversa se risiedi ai piani bassi, chiedi ospitalità;
- poni delle paratie a protezione dei locali situati al piano strada e chiudi o blocca le porte di cantine o seminterrati;
- se non corri il rischio di allagamento, rimani preferibilmente in casa;
- ricorda a tutti i componenti della famiglia i comportamenti da adottare in caso di emergenza, come chiudere il gas o telefonare ai numeri di soccorso.

DURANTE

In casa

- chiudi il gas, l'impianto di riscaldamento e quello elettrico. Presta attenzione a non venire a contatto con la corrente elettrica con mani e piedi bagnati;
- sali ai piani superiori senza usare l'ascensore;
- non scendere assolutamente nelle cantine e nei garage per salvare oggetti o scorte;
- non cercare di mettere in salvo la tua auto o i mezzi agricoli: c'è pericolo di rimanere bloccati dai detriti e di essere travolti da correnti;
- mantieni la calma;
- aiuta i disabili e gli anziani del tuo edificio a mettersi al sicuro;
- non bere acqua dal rubinetto di casa: potrebbe essere inquinata.

fuori casa

- evita l'uso dell'automobile se non in casi strettamente necessari;
- se sei in auto, non tentare di raggiungere comunque la destinazione prevista. Allontanati il più possibile dalla zona allagata e se puoi trova riparo in un edificio sicuro;
- evita di transitare o sostare lungo gli argini dei corsi d'acqua, sopra ponti o passerelle;
- evita i sottopassi perché si possono allagare facilmente;
- se sei in gita o in escursione, affidati a chi è del luogo: potrebbe conoscere delle aree sicure;
- allontanati verso i luoghi più elevati e non andare mai verso il basso;
- evita di passare sotto scarpate naturali o artificiali;
- non ripararti sotto alberi isolati perché durante un temporale potrebbero attirare fulmini;
- usa il telefono solo per casi di effettiva necessità per evitare sovraccarichi delle linee.

DOPO

- raggiunta la zona sicura, presta la massima attenzione alle indicazioni fornite dalle autorità di protezione civile, attraverso radio, TV e automezzi ben identificabili della protezione civile;
- evita il contatto con le acque. Spesso l'acqua può essere inquinata da petrolio, nafta o da acque di scarico. Inoltre può essere carica elettricamente per la presenza di linee elettriche interrate;
- fai attenzione alle zone dove l'acqua si è ritirata. Il fondo delle strade può essere indebolito e potrebbe collassare sotto il peso di un'automobile;
- getta i cibi che sono stati in contatto con le acque dell'alluvione;
- presta attenzione ai servizi, alle fosse settiche, ai pozzi danneggiati. I sistemi di scarico danneggiati sono serie fonti di rischio.

DA TENERE A PORTATA DI MANO

E' utile inoltre avere sempre in casa, riuniti in un punto noto a tutti i componenti della famiglia, oggetti di fondamentale importanza in caso di emergenza quali:

- kit di pronto soccorso + medicinali;
- generi alimentari non deperibili;
- scarpe pesanti;
- scorta di acqua potabile;
- vestiario pesante di ricambio;
- impermeabili leggeri o cerate;
- torcia elettrica con pila di riserva;
- radio e pile con riserva;
- coltello multiuso;
- fotocopia documenti di identità;
- chiavi di casa;
- valori (contanti, preziosi);
- carta e penna.

FRANA

Ascoltare la radio, cercare su internet o guardare la televisione per sapere se sono stati emessi avvisi di condizioni meteorologiche avverse o di allerte di protezione civile. Anche durante e dopo l'evento è importante ascoltare la radio o guardare la televisione per conoscere l'evoluzione degli eventi. Si ricorda che in caso di frana non vi sono case o muri che possano arrestarla. Soltanto un luogo più elevato può dare sicurezza.
Spesso le frane si muovono in modo repentino, come le colate di fango: evitare quindi di transitare nei pressi di aree già sottoposte a movimenti del terreno, in particolar modo durante temporali o piogge violente.

PRIMA

- contattare il proprio Comune per sapere se nel territorio comunale sono presenti aree a rischio di frana;
- stando in condizioni di sicurezza, osservare il terreno nelle tue vicinanze per rilevare la presenza di piccole frane o di piccole variazioni del terreno: in alcuni casi, piccole modifiche della morfologia possono essere considerate precursori di eventi franosi;
- in alcuni casi, prima delle frane sono visibili sulle costruzioni alcune lesioni e fratture; alcuni muri tendono a ruotare o traslare;
- allontanarsi dai corsi d'acqua o dai solchi di torrenti nelle quali vi può essere la possibilità di scorrimento di colate rapide di fango.

DURANTE

- se la frana viene verso di te o se è sotto di te, allontanarsi il più velocemente possibile, cercando di raggiungere un posto più elevato o stabile;
- se non è possibile scappare, rannicchiati il più possibile su te stesso e proteggi la tua testa;
- guardare sempre verso la frana facendo attenzione a pietre o ad altri oggetti che, rimbalzando, ti potrebbero colpire;
- non soffermarsi sotto pali o tralicci: potrebbero crollare o cadere;
- non avvicinarsi al ciglio di una frana perché è instabile;
- se si sta percorrendo una strada e ci si imbatte in una frana appena caduta, cercare di segnalare il pericolo alle altre automobili che potrebbero sopraggiungere.

DOPO

- controllare velocemente se ci sono feriti o persone intrappolate nell'area in frana, senza entrarvi direttamente. In questo caso, segnalare la presenza di queste persone ai soccorritori;
- subito dopo allontanarsi dall'area in frana. Può esservi il rischio di altri movimenti del terreno;
- verificare se vi sono persone che necessitano assistenza, in particolar modo bambini, anziani e persone disabili;
- le frane possono spesso provocare la rottura di linee elettriche, del gas e dell'acqua, insieme all'interruzione di strade e ferrovie. Segnalare eventuali interruzioni alle autorità competenti;
- nel caso di perdita di gas da un palazzo, non entrare per chiudere il rubinetto. Verificare se vi è un interruttore generale fuori dall'abitazione ed in questo caso chiuderlo. Segnalare questa notizia ai Vigili del Fuoco o ad altro personale specializzato.

NEVE E GELO

Ascolta la radio, cerca su internet o guarda la televisione per sapere se sono stati emessi avvisi di condizioni meteorologiche avverse o di allerte di protezione civile. Anche durante e dopo l'evento è importante ascoltare la radio o guardare la televisione per conoscere l'evoluzione degli eventi.
Quando le temperature, nei bassi strati dell'atmosfera, si avvicinano allo zero, le precipitazioni assumono carattere di neve e a seconda dell'intensità e della persistenza del fenomeno possono accumularsi in maniera consistente al suolo, creando quindi problemi soprattutto alla circolazione.
Inoltre, successivamente alle nevicata, in alcune situazioni le temperature scendono nettamente al di sotto dello zero, dando quindi luogo alla pericolosa formazione di lastroni di ghiaccio su strade e marciapiedi, costituendo un rischio ancora maggiore del manto nevoso sia per la stabilità e l'aderenza dei veicoli sia per l'equilibrio delle persone.

PRIMA

- informati sull'evoluzione della situazione meteo, ascoltando i telegiornali o i radiogiornali locali;
- procurati l'attrezzatura necessaria contro neve e gelo o verificane lo stato: pala e scorte di sale sono strumenti indispensabili per la tua abitazione o per il tuo esercizio commerciale;
- presta attenzione alla tua auto che, in inverno più che mai, deve essere pronta per affrontare neve e ghiaccio;
- monta pneumatici da neve, consigliabili per chi viaggia d'inverno in zone con basse temperature, oppure porta a bordo catene da neve, preferibilmente a montaggio rapido;
- fai qualche prova di montaggio delle catene: meglio imparare ad usarle prima, piuttosto che trovarsi in difficoltà sotto una fitta nevicata;
- controlla che ci sia il liquido antigelo nell'acqua del radiatore;
- verifica lo stato della batteria e l'efficienza delle spazzole dei tergicristalli;
- non dimenticare di tenere in auto i cavi per l'accensione forzata, pinze, torcia e guanti da lavoro;
- se possibile, parcheggia l'auto in rimesse o comunque in modo corretto per non ostacolare l'intervento dei mezzi spazzaneve;
- fare scorte alimentari, soprattutto per anziani e persone con difficoltà motorie;

DURANTE

- verifica la capacità di carico della copertura del tuo stabile (casa, capannone o altra struttura). L'accumulo di neve e ghiaccio sul tetto potrebbe provocare crolli;
- preoccupati di togliere la neve dal tuo accesso privato o dal tuo passo carraio. Non buttarla in strada, potresti intralciare il lavoro dei mezzi spazzaneve;
- se puoi, evita di utilizzare l'auto quando nevica e, se possibile, lasciala in garage. Riducendo il traffico e il numero di mezzi in sosta su strade e aree pubbliche, agevolerai molto le operazioni di sgombero neve;
- ricordati che il sale scioglie ghiaccio e neve se questi hanno spessore limitato, quindi se la neve è alta è necessario prima rimuoverla con la pala. Non usare acqua per eliminare strati e cumuli di ghiaccio e neve, soprattutto se prima è stato sparso sale;
- non utilizzare mezzi di trasporto a due ruote.

<u>Se sei costretto a prendere l'auto segui queste piccole regole di buon senso:</u>

- libera interamente l'auto e non solo i finestrini dalla neve;
- tieni accese le luci per renderti più visibile sulla strada;
- mantieni una velocità ridotta, usando marce basse per evitare il più possibile le frenate. Prediligi, piuttosto, l'utilizzo del freno motore;
- evita manovre brusche e sterzate improvvise;
- accelera dolcemente e aumenta la distanza di sicurezza dal veicolo che ti precede;

- ricorda che in salita è essenziale procedere senza mai arrestarsi. Una volta fermi è difficile ripartire e la sosta forzata della tua auto può intralciare il transito degli altri veicoli;
- parcheggia correttamente la tua auto in maniera che non ostacoli il lavori dei mezzi sgombraneve;
- presta particolare attenzione ai lastroni di neve che, soprattutto nella fase di disgelo, si possono staccare dai tetti;

DOPO

- ricorda che, dopo la nevicata, è possibile la formazione di ghiaccio sia sulle strade che sui marciapiedi. Presta quindi attenzione al fondo stradale, guidando con particolare prudenza; Se ti sposti a piedi scegli con cura le tue scarpe per evitare cadute e scivoloni e muoviti con cautela.
- non camminare in stretta vicinanza ad alberi, nella fase di disgelo fare attenzione alla neve che si stacca da tetti e cornicioni

TEMPORALI E FULMINI

In caso di temporale

In generale, devi tener conto della rapidità con cui le nubi temporalesche si sviluppano e si accrescono, e conducono quindi il temporale a raggiungere il momento della sua massima intensità senza lasciare molto tempo a disposizione per guadagnare riparo.

PRIMA

- verifica le condizioni meteorologiche già nella fase di pianificazione di una attività all'aperto, come una scampagnata, una giornata di pesca, un'escursione o una via alpinistica, leggendo in anticipo i bollettini di previsione emessi dagli uffici meteorologici competenti, che fra le tante informazioni segnalano anche se la situazione sarà più o meno favorevole allo sviluppo di temporali nella zona e nella giornata che ti interessa;
- ricordati che la localizzazione e la tempistica di questi fenomeni sono impossibili da determinare nel dettaglio con un sufficiente anticipo: il quadro generale tracciato dai bollettini di previsione, quindi, va sempre integrato con le osservazioni in tempo reale e a livello locale.

In ambiente esposto, mentre inizia a lampeggiare e/o a tuonare

- se vedi i lampi, specie nelle ore crepuscolari e notturne, anche a decine di chilometri di distanza, il temporale può essere ancora lontano. In questo caso allontanati velocemente;
- se senti i tuoni, il temporale è a pochi chilometri, e quindi è ormai prossimo.

AL SOPRAGGIUNGERE DI UN TEMPORALE

osserva costantemente le condizioni atmosferiche, in particolare poni attenzione all'eventuale presenza di segnali precursori dell'imminente arrivo di un temporale:

- se sono presenti in cielo nubi cumuliformi che iniziano ad acquisire sporgenze molto sviluppate verticalmente, e magari la giornata in valle è calda ed afosa, nelle ore che seguono è meglio evitare ambienti aperti ed esposti (come una cresta montuosa o la riva del mare o del lago);
- rivedi i programmi della tua giornata: in alcuni casi questa precauzione potrà - a posteriori - rivelarsi una cautela eccessiva, dato che un segnale precursore non fornisce la certezza assoluta dell'imminenza di un temporale, o magari quest'ultimo si svilupperà a qualche chilometro di distanza senza coinvolgere la località in cui ti trovi, ma non bisogna mai dimenticare che non c'è modo di prevedere con esattezza questa evoluzione, e quando il cielo dovesse tendere a scurirsi più decisamente, fino a presentare i classici connotati cupi e minacciosi che annunciano con certezza l'arrivo del temporale, a quel punto il tempo a disposizione per mettersi in sicurezza sarà molto poco, nella maggior parte dei casi insufficiente.

IN CASO DI FULMINI, ASSOCIATI AI TEMPORALI

Associati ai temporali, i fulmini rappresentano uno dei pericoli più temibili. La maggior parte degli incidenti causati dai fulmini si verifica all'aperto: la montagna è il luogo più a rischio, ma lo sono anche tutti i luoghi esposti, specie in presenza dell'acqua, come le spiagge, i moli, i pontili, le piscine situate all'esterno. In realtà esiste un certo rischio connesso ai fulmini anche al chiuso. Una nube temporalesca può dar luogo a fulminazioni anche senza apportare necessariamente precipitazioni.

All'aperto

- resta lontano da punti che sporgono sensibilmente, come pali o alberi: non cercare riparo dalla pioggia sotto questi ultimi, specie se d'alto fusto o comunque più elevati della vegetazione circostante;
- evita il contatto con oggetti dotati di buona conduttività elettrica;
- togliti di dosso oggetti metallici (anelli, collane, orecchini e monili che in genere possono causare bruciature);
- resta lontano anche dai tralicci dell'alta tensione, attraverso i quali i fulmini – attirati dai cavi elettrici – rischiano di scaricarsi a terra.

E in particolare, se vieni sorpreso da un temporale:

In montagna

- scendi di quota, evitando in particolare la permanenza su percorsi particolarmente esposti, come creste o vette, e interrompendo immediatamente eventuali ascensioni in parete, per guadagnare prima possibile un percorso a quote inferiori, meglio se muovendoti lungo conche o aree depresse del terreno;
- cerca se possibile riparo all'interno di una grotta, lontano dalla soglia e dalle pareti della stessa, o di una costruzione, in mancanza di meglio anche un bivacco o fienile, sempre mantenendo una certa distanza dalle pareti;
- una volta guadagnato un riparo - oppure se si è costretti a sostare all'aperto:
- accovacciati a piedi uniti, rendendo minima tanto la tua estensione verticale, per evitare di trasformarti in parafulmini, quanto il punto di contatto con il suolo, per ridurre l'intensità della corrente in grado di attraversare il tuo corpo;
- evita di sdraiarti o sederti per terra, e resta a distanza di una decina di metri da altre persone che sono con te.
- tieniti alla larga dai percorsi di montagna attrezzati con funi e scale metalliche, e da altre situazioni analoghe;
- se hai tempo, cerca riparo all'interno dell'automobile, con portiere e finestrini rigorosamente chiusi e antenna della radio possibilmente abbassata.
- liberati di piccozze e sci.

Al mare o al lago

- evita qualsiasi contatto o vicinanza con l'acqua, che offre percorsi a bassa resistenza, e quindi privilegiati, alla diffusione delle cariche elettriche: il fulmine, infatti, può causare gravi danni anche per folgorazione indiretta, dovuta alla dispersione della scarica che si trasmette fino ad alcune decine di metri dal punto colpito direttamente;
- esci immediatamente dall'acqua;
- allontanati dalla riva, così come dal bordo di una piscina all'aperto;
- liberati di ombrelli, ombrelloni, canne da pesca e qualsiasi altro oggetto appuntito di medie o grandi dimensioni.

In campeggio

Durante il temporale, è preferibile ripararsi in una struttura in muratura, come i servizi del camping. Se ti trovi all'interno di tende e ti è impossibile ripararti altrove:

- evita di toccare le strutture metalliche e le pareti della tenda;
- evita il contatto con oggetti metallici collegati all'impianto elettrico (es. condizionatori); sarebbe comunque opportuno togliere l'alimentazione dalle apparecchiature elettriche;
- isolati dal terreno con qualsiasi materiale isolante a disposizione.

In casa

Il rischio connesso ai fulmini è fortemente ridotto, segui comunque alcune semplici regole durante il temporale:

- evita di utilizzare tutte le apparecchiature connesse alla rete elettrica e il telefono fisso;
- lascia spenti (meglio ancora staccando la spina), in particolare, televisore, computer ed elettrodomestici;
- non toccare gli elementi metallici collegati all'esterno, come condutture, tubature, caloriferi ed impianto elettrico;
- evita il contatto con l'acqua (rimandare al termine del temporale operazioni come lavare i piatti o farsi la doccia, nella maggior parte dei casi basta pazientare una o due ore);
- non sostare sotto tettoie e balconi, riparati invece all'interno dell'edificio mantenendoti a distanza da pareti, porte e finestre, assicurandoti che queste ultime siano chiuse.

ROVESCI DI PIOGGIA E GRANDINE

All'aperto

Per lo svolgimento di attività nelle vicinanze di un corso d'acqua (anche un semplice pic-nic) o per scegliere l'area per un campeggio:

- scegli una zona a debita distanza dal letto del torrente e adeguatamente rialzata rispetto al livello del torrente stesso, oltre che sufficientemente distante da pendii ripidi o poco stabili: intensi scrosci di pioggia potrebbero attivare improvvisi movimenti del terreno.

In ambiente urbano

Le criticità più tipiche sono legate all'incapacità della rete fognaria di smaltire quantità d'acqua considerevoli che cadono al suolo in tempi ristretti con conseguenti repentini allagamenti di strade. Per questo:

- fai attenzione al passaggio in sottovia e sottopassi, c'è il rischio di trovarsi con il veicolo semi-sommerso o sommerso dall'acqua;
- evita di recarti o soffermarti anche gli ambienti come scantinati, piani bassi, garage, sono a forte rischio allagamento durante intensi scrosci di pioggia.

E in particolare se sei alla guida:

- anche in assenza di allagamenti, l'asfalto reso improvvisamente viscido dalla pioggia rappresenta un insidioso pericolo per chi si trova alla guida di automezzi o motoveicoli, riducendo tanto la tenuta di strada quanto l'efficienza dell'impianto frenante;
- limita la velocità o effettua una sosta, in attesa che la fase più intensa, che difficilmente dura più di mezz'ora, del temporale si attenui. E' sufficiente pazientare brevemente in un'area di sosta. Durante la fase più intensa di un rovescio risulta infatti fortemente ridotta la visibilità.

In caso di grandine, valgono le avvertenze per la viabilità già viste per i rovesci di pioggia, riguardo alle conseguenze sullo stato scivoloso del manto stradale e sulle forti riduzioni di visibilità. La durata di una grandinata è tipicamente piuttosto breve.

VENTI

Tra i fenomeni meteorologici estremi quello che probabilmente è in grado di creare la maggior quantità di danni è la tromba d'aria, ma anche fenomeni con venti ad intensità elevata, non necessariamente classificabili come trombe d'aria, sono in grado di provocare il danneggiamento di camini, caduta di tegole, rami spezzati o caduta degli alberi con radici superficiali, danni ai cartelloni e segnali stradali che comunque possono costituire pericolo per l'incolumità delle cose e delle persone. Al fine di essere consapevoli e preparati ad affrontare una eventuale emergenza, è bene conoscere alcuni comportamenti per "l'auto protezione":

All'aperto

- evita le zone esposte, guadagnando una posizione riparata rispetto al possibile distacco di oggetti esposti o sospesi e alla conseguente caduta di oggetti anche di piccole dimensioni e relativamente leggeri, come un vaso o una tegola;
- evita con particolare attenzione le aree verdi e le strade alberate. L'infortunio più frequente associato alle raffiche di vento riguarda proprio la rottura di rami, anche di grandi dimensioni, che possono sia colpire direttamente la popolazione che cadere e occupare pericolosamente le strade, creando un serio rischio anche per motociclisti e automobilisti.

In ambiente urbano

- se ti trovi alla guida di un'automobile o di un motoveicolo presta particolare attenzione perché le raffiche tendono a far sbandare il veicolo, e rendono quindi indispensabile moderare la velocità o fare una sosta;
- presta particolare attenzione nei tratti stradali esposti, come quelli all'uscita dalle gallerie e nei viadotti; i mezzi più soggetti al pericolo sono i furgoni, mezzi telonati e caravan, che espongono alle raffiche una grande superficie e possono essere letteralmente spostati dal vento, anche quando l'intensità non raggiunge punte molte elevate.
- In generale, sono particolarmente a rischio tutte le strutture mobili, specie quelle che prevedono la presenza di teli o tendoni, come impalcature, gazebo, strutture espositive o commerciali temporanee all'aperto, delle quali devono essere testate la tenuta e le assicurazioni.

In zona costiera

- Sulle zone costiere, alla forte ventilazione è associato il rischio mareggiate, in particolare se il vento proviene perpendicolarmente rispetto alla costa. Per questo:
- presta la massima cautela nell'avvicinarti al litorale o nel percorrere le strade costiere;
- evita di sostare su queste ultime e a maggior ragione su moli e pontili;
- evita la balneazione e l'uso delle imbarcazioni e assicura preventivamente le barche e le strutture presenti sulle spiagge e nelle aree portuali.

In casa o sul posto di lavoro

- Sistema e fissa opportunamente tutti gli oggetti che nella tua abitazione o luogo di lavoro si trovino nelle aree aperte esposte agli effetti del vento e rischiano di essere trasportati dalle raffiche (vasi ed altri oggetti su davanzali o balconi, antenne o coperture/rivestimenti di tetti sistemati in modo precario, tendoni e gazebo, strutture di cantiere, cartelli ed insegne stradali ecc.);

ONDATE DI CALORE

Il caldo causa problemi alla salute nel momento in cui altera il sistema di regolazione della temperatura corporea. Normalmente il corpo si raffredda sudando, ma in certe condizioni ambientali questo meccanismo non è sufficiente. Se, ad esempio, il tasso di umidità è molto alto, il sudore evapora lentamente e quindi il corpo non si raffredda in maniera efficiente e la temperatura corporea può aumentare fino a valori così elevati da danneggiare organi vitali. La capacità di termoregolazione di una persona è condizionata da fattori come l'età, le condizioni di salute, l'assunzione di farmaci. I soggetti a rischio sono: le persone anziane o non autosufficienti, le persone che assumono regolarmente farmaci, i neonati e i bambini piccoli, chi fa esercizio fisico o svolge un lavoro intenso all'aria aperta.

- non uscire nelle ore più calde, dalle 12 alle 18, soprattutto ad anziani, bambini molto piccoli, persone non autosufficienti o convalescenti;
- il personale impiegato in attività esposte direttamente al sole cautelarsi con idonei mezzi di protezione;
- prima di mettersi in viaggio premunirsi di sufficienti scorte d’acqua;

In casa

- proteggervi dal calore del sole con tende o persiane e mantenere il climatizzatore a 25-27°C. Se usate un ventilatore non indirizzatelo direttamente sul corpo;
- bere e mangiare molta frutta ed evitare bevande alcoliche e caffeina. In generale, consumare pasti leggeri;
- indossare abiti e cappelli leggeri e di colore chiaro all'aperto evitando le fibre sintetiche. Se è con voi una persona in casa malata, fate attenzione che non sia troppo coperta.

NEBBIA

In presenza, o in previsione, di nebbia, è opportuno evitare di mettersi al volante, o quantomeno valutare obiettivamente le effettive necessità di spostarsi in automobile; se puoi rinuncia all'automobile e preferisci il treno.

In presenza di questo fenomeno meteorologico infatti la tua incolumità è condizionata non solo dal tuo comportamento, ma soprattutto da quello degli altri. La tecnologia propone dispositivi, alcuni ancora sperimentali, in grado di assisterti o di informarti durante la guida nella nebbia; se li utilizzi però non affidarti solo e interamente ad essi. Rimane il rischio di essere coinvolti in incidenti di chi non ne è provvisto, o di malfunzionamenti o mancate risposte del dispositivo per situazioni anomale.

Durante la guida è consigliato:

- diminuisci la velocità, dal momento che anche oggetti normalmente ben visibili potrebbero apparire improvvisamente, all'ultimo momento, senza che tu abbia la possibilità di evitarli. Questo aspetto è ulteriormente peggiorato dalle condizioni del fondo stradale che, in caso di nebbia, è solitamente piuttosto viscido. Con la nebbia, inoltre, diventa molto più difficile anche la valutazione della differenza di velocità con il veicolo che ti precede.
- mantieni bassa la velocità come se incontrassi solo oggetti non in grado di emettere luce: devi poter percepire in tempo la presenza di un ostacolo e poter eventualmente arrestare il veicolo.
- rispetta le indicazioni sui panelli luminosi a messaggio variabile e sulla cartellonistica che trovi lungo la strada. In particolare osserva le limitazioni di velocità, variabili a seconda della visibilità disponibile.
- aumenta la distanza di sicurezza. Nel caso seguissi un veicolo nella nebbia, non devi concentrarti solo sulla sua velocità e tentare di "stargli dietro" nella convinzione che chi ti precede abbia una visibilità migliore della tua. E' sempre meglio tenere la velocità secondo le raccomandazioni riportate sui cartelli a messaggio variabile e soprattutto guidare in modo tale da sentirti sicuro. Se il veicolo che ti sta davanti sembra procedere a una velocità che non ti mette a tuo agio, rallenta e guida come ti suggerisce la prudenza.
- in presenza di nebbia, anche di giorno, accendi gli anabbaglianti, i proiettori fendinebbia e le luci posteriori antinebbia, non gli abbaglianti. Nella nebbia, la cosa più importante è vedere ed essere visti. Una luce potente e concentrata come quella degli abbaglianti è del tutto controproducente, dal momento che la nebbia la riflette creando una sorta di "muro luminoso" e riducendo ulteriormente la già di per sé ridotta visibilità.

I proiettori fendinebbia sono montati più in basso rispetto ai fari anabbaglianti e sono studiati per avere un'emissione molto contenuta verso l'alto, così da proiettare il proprio raggio luminoso verso il suolo, dove la nebbia è più rada o scompare. I fendinebbia anteriori sono ottimi per migliorare la visibilità della segnaletica orizzontale (le strisce divisorie della carreggiata o quelle laterali), ma possono essere insufficienti per visualizzare eventuali ostacoli presenti sulla strada, come ad esempio altri veicoli. Per dare modo a chi ti segue di individuare il tuo veicolo, tieni sempre accese le luci posteriori antinebbia.

- concentra l'attenzione sulla strada e sulla guida. Nel percorrere un lungo tratto senza traffico in nebbia fitta, l'occhio - in mancanza di stimoli - tende a focalizzarsi su una distanza "di riposo" di circa tre metri: mantieni l'attenzione molto più avanti.
- evita il sorpasso nelle strade con carreggiata a doppio senso. Devi evitare di sorpassare altri veicoli quando guidi su strade a doppio senso di marcia sprovviste di spartitraffico centrale. Con la nebbia infatti un eventuale veicolo che giunge sulla carreggiata opposta è visibile solo a distanza ridotta.
- se hai bisogno di fermarti fallo fuori della carreggiata, rallentando gradualmente; attiva in ogni caso la segnalazione luminosa di pericolo (indicatori di direzione simultanei) e tieni accesi gli antinebbia posteriori. Se si tratta di una sosta di emergenza, segui le ulteriori precauzioni del caso.

- non viaggiare mai sulla striscia laterale della carreggiata. Il rischio di travolgere un altro mezzo come ad esempio un ciclomotore o un'auto in sosta è infatti molto elevato.
- rimani costantemente informato. Se viaggi lungo una via di grande comunicazione, oppure in autostrada, è buona norma tenere la radio sintonizzata sulle informazioni riguardanti il traffico. In questo modo è possibile venire a conoscenza di eventuali tratti interessati da ridotta visibilità oppure da code, e scegliere eventualmente un percorso alternativo.

CICLONE E TROMBE D'ARIA

In meteorologia, per ciclone si intende perturbazione atmosferica associata a un'area di bassa pressione delimitata da isobare chiuse, con valori crescenti dal centro verso la periferia, all'interno delle quali si formano venti che ruotano intorno al centro anche a elevatissima velocità; appartengono alla famiglia dei cicloni gli uragani, i tifoni, i tornado e le trombe d'aria.

Seppur eventi frequenti in determinate aree tropicali e sub-tropicali , possono verificarsi anche in ambito mediterraneo.

Le forti raffiche di vento associate a un ciclone possono provocare il sollevamento e la caduta di oggetti e strutture, anche di grandi dimensioni, e la rottura di rami, finestre e vetrine. Si possono verificare anche violente mareggiate e un rapido innalzamento del livello del mare.

Prima, durante e dopo l'evento segui le indicazioni delle autorità locali e tieniti costantemente informato attraverso internet, radio e TV.

Di seguito trovi alcune norme di comportamento di carattere generale.

All'aperto

- Allontanarsi rapidamente dalla costa verso zone più elevate e trova riparo in un edificio.
- Se si è in auto porre particolare attenzione perché le raffiche di vento potrebbero far sbandare il veicolo. Rallentare e raggiungere il luogo sicuro più vicino – preferibilmente un edificio in muratura – evitando di sostare sotto ponti, cavalcavia, strutture e oggetti che potrebbero cadere (come lampioni, impalcature, etc.) .
- Sono possibili anche distacchi di cavi elettrici. Se si è in auto e si viene colpito rimanere all'interno del veicolo e attendere i soccorsi.
- Limitare l'uso del cellulare. Tenere libere le linee facilita i soccorsi.

In casa

- Non uscire assolutamente, neanche per mettere in sicurezza beni o veicoli.
- Chiudere porte, finestre e imposte.
- Ripararsi nella stanza più interna della casa o in corridoio, il più lontano possibile da porte e finestre.
- Abbandonare i piani seminterrati e i piani terra e portarsi ai piani alti.
- Se possibile, evitare di ripararsi all'ultimo piano. Le forti raffiche di vento potrebbero danneggiare i tetti degli edifici più vulnerabili.
- Se possibile, porre ulteriori protezioni davanti a finestre e vetrate.
- Fare entrare in casa gli animali domestici.
- Chiudere il gas e disattivare il quadro elettrico se gli impianti sono ai piani bassi.
- Se si vive in una casa mobile (roulotte, prefabbricato, campeggio) cercare riparo in un edificio sicuro.
- Tenere a portata di mano: documenti, farmaci indispensabili, batterie, torcia elettrica, radio a pile, cellulare, acqua in bottiglia.
- Limitare l'uso del cellulare. Tenere libere le linee facilita i soccorsi.
- Anche se il fenomeno ti sembra in attenuazione non uscire di casa ma attendi le indicazioni delle autorità.

RISCHIO SISMICO

SISMA

Il terremoto è un fenomeno naturale, normalmente di breve durata, non prevedibile, che non può essere evitato e che di solito si ripete nelle aree già colpite in passato.
In virtù di quanto premesso il rischio sismico, inteso come stima dei danni causati da un terremoto, può essere limitato affidandosi alla prevenzione degli effetti, aumentando la sicurezza strutturale degli edifici e rendendo stabili tutti gli elementi accessori e di arredo.

Il Dipartimento Nazionale della Protezione Civile ha preparato queste brevi e semplici domande/risposte per far comprendere e conoscere il rischio terremoto

L'ITALIA È UN PAESE SISMICO?.

Negli ultimi mille anni, circa 3000 terremoti hanno provocato danni più o meno gravi. Quasi 300 di questi (con una magnitudo superiore a 5.5) hanno avuto effetti distruttivi e addirittura uno ogni dieci anni ha avuto effetti catastrofici, con un'energia paragonabile al terremoto dell'Aquila del 2009. Tutti i comuni italiani possono subire danni da terremoti, ma i terremoti più forti si concentrano in alcune aree ben precise: nell'Italia Nord-Orientale (Friuli Venezia Giulia e Veneto), nella Liguria Occidentale, nell'Appennino Settentrionale (dalla Lunigiana al Riminese), e soprattutto lungo tutto l'Appennino Centrale e Meridionale, in Calabria e in Sicilia Orientale. Anche tu vivi in una zona pericolosa, dove in passato già si sono verificati terremoti o se ne sono avvertiti gli effetti. E ciò potrà accadere ancora in futuro.

COSA SUCCEDE A UN EDIFICIO?

Una scossa sismica provoca oscillazioni, più o meno forti, che scuotono in vario modo gli edifici. Le oscillazioni più dannose sono quelle orizzontali. Gli edifici più antichi e quelli non progettati per resistere al terremoto possono non sopportare tali oscillazioni, e dunque rappresentare un pericolo per le persone. È il crollo delle case che uccide, non il terremoto. Oggi, tutti i nuovi edifici devono essere costruiti rispettando le normative sismiche.

ANCHE IL PROSSIMO TERREMOTO FARÀ DANNI?

Dipende soprattutto dalla forza del terremoto (se ne verificano migliaia ogni anno, la maggior parte di modesta energia) e dalla vulnerabilità degli edifici. Nella zona in cui vivi già in passato i terremoti hanno provocato danni a cose e persone. È possibile quindi che il prossimo forte terremoto faccia danni: per questo è importante informarsi, fare prevenzione ed essere preparati a un'eventuale scossa di terremoto.

QUANDO AVVERRÀ IL PROSSIMO TERREMOTO?

Nessuno può saperlo, perché potrebbe verificarsi in qualsiasi momento. Sui terremoti sappiamo molte cose, ma non è ancora possibile prevedere con certezza quando, con quale forza e precisamente dove si verificheranno. Sappiamo bene, però, quali sono le zone più pericolose e cosa possiamo aspettarci da una scossa: essere preparati è il modo migliore per prevenire e ridurre le conseguenze di un terremoto.

GLI EFFETTI DI UN TERREMOTO SONO GLI STESSI OVUNQUE?

A parità di distanza dall'epicentro, l'intensità dello scuotimento provocato dal terremoto dipende dalle condizioni del territorio, in particolare dal tipo di terreno e dalla forma del paesaggio. In genere, lo

scuotimento è maggiore nelle zone in cui i terreni sono soffici, minore sui terreni rigidi come la roccia; anche la posizione ha effetti sull'intensità dello scuotimento, che è maggiore sulla cima dei rilievi e lungo i bordi delle scarpate.

IN QUALE ZONA VIVI .

L'Italia è un Paese interamente sismico, ma il suo territorio è classificato in zone a diversa pericolosità. Chi costruisce o modifica la struttura della casa è tenuto a rispettare le norme sismiche della propria zona, per proteggere la vita di chi ci abita. Per conoscere la zona sismica in cui vivi e quali sono le norme da rispettare, rivolgiti agli uffici competenti della tua Regione o del tuo Comune.

LA SICUREZZA DELLA TUA CASA

È importante sapere quando e come è stata costruita la tua casa, su quale tipo di terreno, con quali materiali. E soprattutto se è stata successivamente modificata rispettando le norme sismiche. Se hai qualche dubbio o se vuoi saperne di più, puoi rivolgerti all'ufficio tecnico del tuo Comune oppure a un tecnico di fiducia.

Conoscere il rischio è forse la forma migliore di autoprotezione, a questa seguono comportamenti di buonsenso che possono mitigare la pericolosità dell'evento

PRIMA DI UN TERREMOTO

- essere informati sulla classificazione sismica del Comune in cui si risiede;
- informarsi su dove si trovano e come si chiudono i rubinetti del gas, acqua e gli interruttori generali della luce perché gli impianti potrebbero subire danni durante il terremoto;
- allontanare mobili pesanti da letti o divani ed evitare di tenere gli oggetti pesanti su mensole e scaffali;
- fissare alle pareti scaffali, librerie e altri mobili alti, appendere quadri e specchi con ganci chiusi, che impediscano loro di staccarsi dalle pareti;
- mettere gli oggetti pesanti sui ripiani bassi delle scaffalature; su quelli alti, fissare gli oggetti con del nastro biadesivo.
- in cucina, utilizzare un fermo per l'apertura degli sportelli dei mobili dove sono contenuti piatti e bicchieri, in modo che non si aprano durante la scossa.
- individuare i punti sicuri dell'abitazione, dove ripararsi in caso di terremoto: i vani delle porte, gli angoli delle pareti, sotto il tavolo o il letto.
- informarsi se, a scuola e sul lavoro, sia stato predisposto un piano di emergenza perché seguendo le istruzioni si può collaborare meglio;
- tenere in casa una cassetta di pronto soccorso, una torcia elettrica, una radio a pile, e assicurarsi che ognuno sappia dove sono.
- eliminare tutte le situazioni che, in caso di terremoto, possono rappresentare un pericolo per te o i tuoi familiari.

Con il consiglio di un tecnico:

- a volte basta rinforzare i muri portanti o migliorare i collegamenti fra pareti e solai: per fare la scelta giusta, fatti consigliare da un tecnico di fiducia.

DURANTE IL TERREMOTO

- abbassarsi sulle mani e sulle ginocchia proteggendosi testa e collo;
- cercare riparo nel vano di una porta inserita in un muro portante, quelli più spessi o sotto una trave oppure negli angoli delle pareti per essere più protetti in caso di crolli;
- eventualmente ci si può riparare sotto un tavolo resistente;

- non precipitarsi verso le scale e non usare l’ascensore;

All’aperto

- chi dovesse essere in auto non deve sostare vicino a ponti, terreni franosi o spiagge;
- allontanarsi da costruzioni o linee elettriche, dagli alberi, dai lampioni, dagli impianti industriali, dai bordi dei laghi;
- fare attenzione alle altre possibili conseguenze del terremoto: crollo ponti, frane, perdite di gas, ecc.;

DOPO IL TERREMOTO

- assicurarsi dello stato di salute delle persone intorno a noi e non cercare di muovere i feriti;
- chiudere gli interruttori del gas e della corrente elettrica per evitare possibili scoppi o incendi;
- uscire con prudenza indossando le scarpe per evitare di ferirsi con vetri rotti e calcinacci e soprattutto raggiungere uno spazio aperto, lontano da edifici e strutture pericolanti;
- nel caso usare le scale solo dopo aver verificato la loro funzionalità: sono la parte più debole dell’edificio;
- non usare gli ascensori: potrebbero bloccarsi;
- portare con sé alcune cose utili come ad esempio: farmaci salvavita, documenti, radio;
- evitare di andare in giro a curiosare e raggiungere le aree di attesa individuate dal piano di emergenza comunale;
- evitare di usare il telefono e l’automobile per non congestionare le comunicazioni.
- se possibile sintonizzarsi sulle emittenti radio locali per ricevere le prime informazioni;
- recarsi a piedi nelle direzioni indicate dalle autorità per raggiungere le Aree di Attesa della Popolazione
- se sei in una zona a rischio maremoto, allontanati dalla spiaggia e raggiungi un posto elevato.

RISCHIO
INCENDI BOSCHIVI

INCENDI BOSCHIVI E INCENDI DI INTERFACCIA

Per incendio boschivo si intende (Art. 2 della legge 21/11/2000, n. 353 " Legge quadro in materia di incendi boschivi") un fuoco con suscettività ad espandersi su aree boscate, cespugliose o erborate, comprese eventuali infrastrutture antropizzate, oppure su terreni coltivati o incolti e pascoli limitrofi.

Negli incendi boschivi sono ricompresi gli incendi di interfaccia: ovvero un fuoco di vegetazione che si diffonde o può diffondersi su linee, superfici o zone ove costruzioni o altre strutture create dall'uomo si incontrano o si compenetrano con aree vegetate creando condizioni di pericolosità.

Come PREVENIRE gli incendi boschivi

- Non gettare mozziconi di sigaretta o fiammiferi ancora accesi, possono incendiare l'erba secca;
- Non accendere fuochi nel bosco, Usa solo le aree attrezzate. Non abbandonare mai il fuoco e prima di andare via accertati che sia completamente spento;
- Non parcheggiare l'auto sopra erba o foglie secche. Se devi parcheggiare l'auto accertati che la marmitta non sia a contatto con l'erba secca. La marmitta calda potrebbe incendiare facilmente l'erba;
- Non abbandonare rifiuti nel bosco e/o fuori dalle regolari discariche;
- Non bruciare stoppie, paglia o altri residui agricoli vicino al bosco o ad altre aree incolte. In pochi minuti potrebbe sfuggirti il controllo del fuoco.

Se si AVVISTA un incendio

In caso di avvistamento di un incendio boschivo chiamare subito i seguenti numeri per l'emergenza:

- **112** numero unico di Emergenze Europeo NUE oppure il **1515** numero di pronto intervento del Corpo Carabinieri Forestale dello Stato, il **115** numero nazionale di pronto intervento del Dipartimento dei Vigili del Fuoco ovvero il **800 841 051** numero verde regionale. Non pensare che altri l'abbiano già fatto.;
- segnalare il luogo dove si scorge il fumo o si vedono le fiamme, comunicando località e Comune.
- non riagganciare fino a che l'operatore non abbia dato conferma.
- non avere timore a fornire il proprio nome, cognome e telefono; si tratta di informazioni riservate, che non saranno comunicate a estranei, necessarie a chiedervi ulteriori dettagli e a scoraggiare le chiamate di disturbo.

Se possibile, fornire ulteriori informazioni:

- entità e descrizione del fumo (colonna di fumo bianco leggero oppure colonna di fumo nero, colonna di fumo isolata oppure più colonne allineate).
- presenza di abitazioni, elettrodotti, strade e ferrovie.
- tipo di vegetazione e bosco: incolti, pascoli, pinete, querceti, macchia mediterranea, ecc.

COMPORTAMENTI da tenere in caso di incendio

- Cerca una via di fuga sicura: una strada o un corso d'acqua. Non fermarti in luoghi verso i quali soffia il vento. Potresti rimanere imprigionato tra le fiamme e non avere più una via di fuga;
- Non allontanarsi dal veicolo, che garantisce una buona possibilità di sopravvivenza durante il passaggio del fuoco; fermare il veicolo in zone aperte e prive di vegetazione; mantenere le luci accese, chiudere i finestrini e le prese d'aria.
- Non sostare in zone sovrastanti l'incendio o sottovento.
- Non fermarsi a osservare l'incendio lungo la strada; se la strada è chiusa, non accodarsi ma tornare indietro;
- Facilitare l'intervento dei mezzi di soccorso, non ingombrando la strada con l'autovettura;

- Stenditi a terra in un luogo dove non c'è vegetazione incendiabile. Il fumo tende a salire e in questo modo eviti di respirarlo;
- Non lasciare parti del corpo scoperte;
- Se non hai altra scelta, non fuggire in preda al panico. Cerca un punto in cui sia possibile attraversare il fuoco e portarsi senza esitazione né ripensamenti sulla zona già bruciata;
- Seguire sempre le indicazioni date dal personale o dal Direttore delle Operazioni di Spegnimento (D.O.S.)

Come AGIRE quando si è circondati dal fuoco

- Mantenere la calma. Cercare una via di fuga sicura: una strada o un corso d'acqua;
- Se non si trova nessuna via di fuga, spostarsi lungo il fronte del fuoco per cercare il punto di più facile attraversamento, quindi attraversare il fronte per raggiungere l'area già bruciata. Se non ci sono alternative, stendersi a terra dove non c'è vegetazione, bagnarsi o coprirsi di terra e prepararsi all'arrivo del fumo, respirando con un panno bagnato sulla bocca;
- In spiaggia raggrupparsi sull'arenile e immergersi in acqua;
- Non tentare di recuperare gli effetti personali. La vostra vita è più importante!
- Non abbandonare la casa, se non si è certi che la via di fuga sia aperta; sigillare (con carta adesiva e panni bagnati) porte e finestre e segnalare la propria presenza. Il fuoco oltrepasserà la casa prima che all'interno penetrino il fumo e le fiamme.
- Su strada, in assenza di una via di fuga sicura, fermare l'automobile e non abbandonarla; chiudere i finestrini e il sistema di ventilazione. Segnalare la propria presenza con il clacson e con i fari.

RISCHI

AMBIENTALI – INDUSTRIALI – NUCLEARE

INCIDENTE CHIMICO – INDUSTRIALE

A Castelnuovo Magra non sono presenti stabilimenti industriali a rischio di incidente rilevante, cioè in grado di produrre danni tali da coinvolgere anche le aree esterne agli insediamenti industriali. E' vero però che nei territori contermini esistono stabilimenti potenzialmente pericolosi che direttamente od indirettamente potrebbero coinvolgere la popolazione castelnovese.

La probabilità di accadimento di un incidente rilevante è molto bassa.
Secondo le caratteristiche delle sostanze utilizzate nei cicli produttivi o immagazzinate nei depositi degli impianti industriali, possono verificarsi tre tipologie di eventi incidentali:

- Incendio (sostanze infiammabili);
- Esplosione(sostanze esplosive e/o infiammabili);
- Nube tossica (sostanze tossiche che si liberano prevalentemente allo stato gassoso).

In caso di incendio e/o esplosione normalmente gli effetti sono circoscritti all'area interna dello stabilimento.

Il pericolo maggiore per la comunità è rappresentato dalla propagazione di una nube tossica, formatasi per rilascio di sostanze o per incendio e conseguentemente i comportamenti e le misure di autoprotezione suggeriti alla cittadinanza sono riferiti essenzialmente a questo tipo di evento calamitoso e precisamente:

IN CASO DI INCIDENTE INDUSTRIALE:

- Rimanere o rifugiarsi in luogo chiuso;
- Chiudi porte e finestre proteggendo gli spiragli con tessuti bagnati, spegni condizionatori ed aeratori evitando l'interscambio di aria con l'esterno;
- In caso di propagazione di una nube tossica, respirare attraverso un panno bagnato;
- Non fumare, spegnere le fiamme libere;
- Prestare attenzione alle informazioni date dalle autorità attraverso impianti megafonici, altri mezzi ed eventuali segnali: possono fornire utili indicazioni sulle misure da adottare e sulla situazione.
- Fino al cessato allarme, tenersi informati con la radio, la tv, il sito web della protezione civile comunale, per seguire le indicazioni fornite dagli organi competenti sulle misure da adottare e sulla situazione in atto.
- Non usare gli ascensori, non telefonare per non sovraccaricare le linee;
- Non andare a prendere i bambini a scuola;
- Non recarsi sul luogo dell'incidente;
- All'eventuale ordine di evacuazione recarsi a piedi nelle direzioni indicate dalle autorità

AL CESSATO ALLARME:

- Aerare gli ambienti e restare sintonizzati sulle emittenti locali per seguire l'evoluzione del post-emergenza.

INCIDENTE NUCLEARE

In Italia, le quattro centrali nucleari per la produzione di energia elettrica sono state spente e svuotate del combustibile nucleare. I siti al momento sono in fase di disattivazione, in vista del completo smantellamento e della restituzione del terreno ad usi civili. L'attenzione al rischio nucleare resta comunque alta per la presenza di centrali a meno di 200 km dal confine italiano. Entro questa distanza sono attualmente attive tredici centrali nucleari in Francia, Svizzera, Germania e Slovenia.

E' necessario precisare che non tutti gli incidenti che avvengono in impianti nucleari provocano un rilascio di radiazioni all'esterno. L'evento nucleare potrebbe essere contenuto all'interno dell'impianto e non porre rischi per la popolazione.
Per questo motivo, in caso di incidente, è importante restare in ascolto delle televisioni e delle emittenti radiofoniche locali. Le autorità locali forniranno specifiche informazioni ed istruzioni.
Gli avvisi diramati dipenderanno dalla natura dell'emergenza, da quanto rapida sarà la sua evoluzione e dalla eventuale quantità di radiazioni che dovesse essere prossima a diffondersi.

Oltre alle centrali nucleari anzidette le sorgenti di rischio radiologico e nucleare in Italia sono connesse agli utilizzi delle materie radioattive artificiali. Gli usi più significati della radioattività nel nostro Paese, sono legati a:

- applicazioni mediche per terapia (sorgenti radioattive di grande intensità e di lunga vita media);
- applicazioni mediche per diagnostica (sorgenti radioattive di bassa intensità e di vita media breve);
- applicazioni industriali (sorgenti radioattive di media intensità e lunga vita media);
- ricerche scientifiche (Impianti nucleari di potenza zero, acceleratori di particelle, sorgenti di taratura);
- trasporto sul territorio italiano di materie radioattive per le applicazioni elencate;
- sosta in alcuni porti predeterminati e appositamente attrezzati di naviglio militare a propulsione nucleare;
- rifiuti radioattivi derivanti dalle applicazioni precedenti.

IN CASO DI ORDINE DI EVACUAZIONE

Se viene diramato l'ordine di evacuare la propria abitazione o il luogo di lavoro, è importante adottare i seguenti comportamenti:

- prima di uscire, chiudere le porte e le finestre;
- tenere chiusi i finestrini della propria vettura e spento l'impianto di aerazione;
- ascoltare la radio per avere le informazioni sulle vie di evacuazione e altre informazioni utili.

IN CASO DI RIPARO AL CHIUSO

Le autorità per la salute pubblica possono emettere l'ordine rivolto ai cittadini residenti nella zona interessata, di ripararsi in un luogo chiuso, ad es. in casa o in ufficio.

Si consiglia di:

restare in ambienti chiusi;
chiudere le porte e le finestre;
spegnere gli impianti di aria condizionata e tutti i sistemi di presa d'aria esterna;
spostarsi se possibile in ambienti seminterrati o interrati.

COMPORTAMENTI DA ADOTTARE

Nell'immediato si consiglia di:

- non usare la macchina: si rischierebbe un'esposizione maggiore alle radiazioni e si impedirebbe il transito dei mezzi di soccorso;
- portare gli animali domestici all'interno dell'edificio;
- rimanere aggiornati via radio o tv
- ridurre l'uso del cellulare al fine di garantire le linee telefoniche libere;
- usare l'acqua del rubinetto se non espressamente sconsigliato dalle autorità per la salute pubblica
- cambiarsi d'abito prima di entrare nel luogo dove si è trovato riparo, e riporre abiti e calzature in sacchi di plastica sigillati e lontani dai luoghi frequentati.
- fare una doccia con acqua calda e sapone liquido.
- ripararsi in caso di pioggia, e lasciare fuori l'abitazione l'ombrello, l'impermeabile e gli indumenti bagnati.

CONSUMO DI CIBO CONTAMINATO E ACQUA

Il consumo di alimenti contaminati può determinare un aumento dell'esposizione alle radiazioni, con conseguenti rischi per la salute soprattutto se assunto per un periodo di tempo prolungato.

Le autorità competenti possono pertanto consigliare il consumo di alimenti confezionati che, finché sigillati, sono protetti dalla radioattività.

In caso di acqua potabile contaminata invece, le autorità possono suggerire il consumo di acqua in bottiglia.

CONSEGUENZE PER LA SALUTE

Le conseguenze sulla salute di un individuo sono determinate dal tipo di radiazioni, dalle condizioni meteorologiche (venti e pioggia), dalla distanza dalla centrale nucleare interessata e dal fattore tempo a cui il soggetto è esposto.

Gli effetti acuti e immediati hanno maggiore probabilità di manifestarsi nel personale direttamente coinvolto nel sito dell'evento. Il rischio di conseguenze di lungo termine aumenta se il soggetto è esposto a massicce dosi di radiazioni, per lunghi periodi di tempo.

MISURE INDIVIDUALI DI PROTEZIONE

Nel caso di quantità pericolose di iodio radioattivo nell'atmosfera, le autorità per la salute pubblica possono raccomandare l'assunzione di ioduro di potassio (iodoprofilassi), in forma di compresse, che protegge la tiroide dall'assorbimento di iodio radioattivo

Nel caso di donne in gravidanza o che allattano, le compresse di ioduro di potassio possono essere assunte attenendosi alle disposizioni delle autorità per la salute pubblica.

RIENTRO INCONTROLLATO DI OGGETTI E DETRITI SPAZIALI

Questo tipo di rischio è stato inserito dal Nuovo Codice della Protezione Civile di cui al D.Lgs. n. 1 del 2 gennaio 2018 nell'elenco di quelli di competenza del Servizio Nazione di Protezione Civile.

Seppur eventi di questo tipo e casi reali di impatto sulla Terra, e in particolare sulla terraferma, sono assai rari, negli ultimi anni con l'aumentare esponenziale delle missioni spaziali e l'inserimento in orbita bassa di satelliti scientifici, commerciali e militari il rischio non è pari a zero.

Non esistono comportamenti di autotutela codificati in ambito internazionale da adottare a fronte di questa tipologia di eventi. Tuttavia, sulla base delle informazioni attualmente rese disponibili dalla comunità scientifica, è possibile fornire, pur nell'incertezza connessa alla molteplicità delle variabili, alcune indicazioni utili alla popolazione affinché adotti responsabilmente comportamenti di autoprotezione qualora si trovi nei territori potenzialmente esposti all'impatto:

- è poco probabile che i frammenti causino il crollo di edifici, che pertanto sono da considerarsi più sicuri rispetto ai luoghi aperti. Si consiglia, comunque, di stare lontani dalle finestre e porte vetrate;
- i frammenti impattando sui tetti degli edifici potrebbero causare danni, perforando i tetti stessi e i solai sottostanti, così determinando anche pericolo per le persone: pertanto, non disponendo di informazioni precise sulla vulnerabilità delle singole strutture, si può affermare che sono più sicuri i piani più bassi degli edifici;
- all'interno degli edifici i posti strutturalmente più sicuri dove posizionarsi nel corso dell'eventuale impatto sono, per gli edifici in muratura, sotto le volte dei piani inferiori e nei vani delle porte inserite nei muri portanti (quelli più spessi), per gli edifici in cemento armato, in vicinanza delle colonne e, comunque, in vicinanza delle pareti;
- è poco probabile che i frammenti più piccoli siano visibili da terra prima dell'impatto;
- alcuni frammenti di grandi dimensioni potrebbero sopravvivere all'impatto e contenere idrazina o comunque prodotti chimici potenzialmente dannosi alla salute . In linea generale, si consiglia a chiunque avvistasse un frammento, senza toccarlo e mantenendosi a un distanza di almeno 20 metri, di segnalarlo immediatamente alle autorità competenti.

CRISI IDRICHE

Per crisi idrica si intende quella situazione in cui la fornitura di un bene indispensabile come l'acqua, indipendentemente dalla causa, risulta carente, razionata o interrotta/sospesa. Si tratta di una evenienza limitata a piccole aree o generalizzata in più ampi territori ma non cosi rara come si potrebbe pensare. Qui di seguito sono riportate norme di buon senso per risparmiare acqua che di autoprotezione nel caso di sospensione del servizio

PER RISPARMIARE ACQUA

- rifornisci i rubinetti di dispositivi frangi getto che consentano di risparmiare l'acqua;
- verifica che non ci siano perdite. Se, con tutti i rubinetti chiusi, il contatore gira, chiama una ditta specializzata che sia in grado di controllare eventuali guasti o perdite nella tubatura e nei sanitari;
- non lasciar scorrere inutilmente l'acqua del rubinetto, ma aprilo solo quando è necessario, ad esempio mentre si lavano i denti o durante la rasatura della barba;
- non utilizzare l'acqua corrente per lavare frutta e verdura: è sufficiente lasciarle a bagno con un pizzico di bicarbonato;
- quando è possibile, riutilizza l'acqua usata: l'acqua di cottura della pasta, ad esempio, per sgrassare le stoviglie, quella utilizzata per lavare frutta e verdura per innaffiare piante e fiori;
- utilizza lavatrici o lavastoviglie, possibilmente nelle ore notturne, solo a pieno carico, e ricordati di inserire il programma economizzatore se la biancheria o le stoviglie da lavare sono poche;
- utilizza i serbatoi a due portate, nei servizi igienici; consente di risparmiare circa il 60% dell'acqua attualmente usata con serbatoi a volumi fissi ed elevati;
- preferisci la doccia al bagno: è più veloce e riduce di un terzo i consumi;
- quando vai in ferie o ti assenti per lunghi periodi da casa, chiudi il rubinetto centrale dell'acqua;
- non utilizzare acqua potabile per lavare automobili.

IN CASO DI SOSPENSIONE DELL'EROGAZIONE DELL'ACQUA

- controlla tramite i mezzi informativi (internet, locandine, ecc.) eventuali avvisi di sospensione programmata della fornitura di acqua;
- prima della sospensione, fai una scorta minima di acqua per bagno e cucina e rifornisciti di piatti, posate, bicchieri di plastica, ovatta e alcool denaturato;
- spegni lo scaldabagno elettrico e riaccendilo dopo che è tornata la corrente per evitare danni alle resistenze di riscaldamento;
- appena ripristinata l'erogazione dell'acqua, evita di usare lavatrice, lavastoviglie e scaldabagno fino al ritorno della normalità, perché potrebbero verificarsi fenomeni di acqua scura.

ALTRE SITUAZIONI DI PERICOLO

BLACK OUT

Come comportarsi durante un black out:

- Tenere sempre in efficienza una torcia elettrica ed una radio a pile. La torcia elettrica permette di muoversi mentre la radio serve a ottenere informazioni e aggiornamenti sull'emergenza in corso.
- Evitare di utilizzare gli ascensori. C'è il pericolo di rimanere bloccati all'interno. Se si rimane bloccati, evitare di uscire a tutti i costi dall'ascensore. Le cabine degli ascensori non sono a tenuta stagna e quindi non manca l'aria.
- Fare attenzione all'uso di candele e altre fonti di illuminazione come lampade a gas, a petrolio, ecc. La fiamma libera a contatto con materiali infiammabili può dare origine ad un incendio.
- Evitare di aprire inutilmente congelatori e frigoriferi. Gli alimenti contenuti possono alterarsi e divenire pericolosi per la salute.
- Evitare di usare il telefono se non per le emergenze. È bene evitare di sovraccaricare le linee telefoniche quando sono utili ai soccorsi.
- Al ritorno della corrente, non riattivare tutti assieme gli apparecchi elettrici di casa per non sovraccaricare la linea elettrica.
- Se si è per strada, prestare attenzione agli incroci semaforici. In caso di semaforo spento alcuni automobilisti effettuano manovre scorrette o impreviste.

RISCHIO INCENDIO DOMESTICO

Gli incendi domestici sono un problema di notevole serietà e rischio per l'incolumità delle persone che non deve essere sottovalutato. Nella maggior parte dei casi il decesso non è tanto determinato dal contatto con le fiamme, quanto dalla presenza fumo e dai vapori tossici che si sviluppano. Infatti l'ambiente in cui si sviluppa un incendio ben presto diventa saturo di fumo e la visibilità è decisamente scarsa; il fumo irrita gli occhi e rende difficoltosa la respirazione; con il passare del tempo, l'ossigeno presente nelle stanze viene sostituito dal monossido e dal biossido di carbonio con conseguente perdita di lucidità da parte dei soggetti coinvolti; i movimenti si fanno sempre più difficili e il rischio di perdere i sensi è elevatissimo.

Le cause degli incendi che si sviluppano in casa sono numerose, ma alcune di esse sono decisamente più frequenti; la gran parte degli incendi, infatti, è legata al cattivo funzionamento dell'impianto elettrico (sono ancora moltissime le abitazioni nelle quali l'impianto elettrico non è a norma) e alle sigarette che vengono dimenticate accese vicino a oggetti infiammabili.

Altre cause di incendio sono rappresentate da caminetti accesi lasciati incustoditi, da stufe o da caldaie obsolete, da liquidi o materiali infiammabili lasciati in prossimità di fonti di calore ecc.

PREVENIRE GLI INCENDI DOMESTICI

IMPIANTO ELETTRICO

Per limitare al minimo o rischi è necessario far verificare al proprio elettricista di fiducia lo stato del proprio impianto elettrico e provvedere a effettuare tutti gli adeguamenti necessari. Un impianto a norma ci mette al riparo da cortocircuiti, da surriscaldamenti dei cavi elettrici ecc.
Bisogno abituarsi a staccare le prese degli elettrodomestici che non si utilizzano (un occhio di riguardo va posto alle stufe elettriche); eventualmente si può ricorrere a "ciabatte" con più prese dotate di alimentazione ON-OFF alle quali collegare più dispositivi (televisione, impianto stereo, sintonizzatore ecc.), evitando comunque di esagerare per non sovraccaricare la linea.
È importante anche verificare che i cavi elettrici non siano a contatto con fonti di calore che potrebbero danneggiare il rivestimento in plastica.
Si eviti infine di far passare i fili elettrici (per esempio le prolunghe) sotto i tappeti o sotto i divani.

SIGARETTE

Le sigarette non sono solo deleterie per l'apparato respiratorio; secondo alcune statistiche circa il 7-10% degli incendi domestici hanno come causa i mozziconi di sigaretta lasciati accesi.
Si abbia almeno l'accortezza di spengere accuratamente la sigaretta dopo che avete finito di fumare e soprattutto di evitare di fumare a letto o sul divano con il rischio di addormentarsi lasciando la sigaretta accesa.
Attenzione anche ai cerini e ai fiammiferi usati: ci si assicuri di averli spenti.

IN CUCINA

Un altro luogo dove potrebbero facilmente svilupparsi incendi è la cucina.
non lasciare incustoditi tegami e pentole sui fornelli accesi; si deve anche evitare di tenere materiali infiammabili (liquidi e altri oggetti come presine, strofinacci, carta ecc.) vicino alle fonti di calore e alle fiamme dei fornelli.
Chi utilizza i tubi di gas in gomma deve verificarne la scadenza; meglio sarebbe sostituirli con i tubi in metallo.
Si presti periodicamente attenzione all'integrità dei cavi di alimentazione degli utensili elettrici (frullatori, spremiagrumi, robot da cucina, forno a microonde).

Fiammiferi, cerini, accendini e liquidi infiammabili devono essere tenuti in un posto sicuro, inaccessibile ai bambini piccoli.

IN BAGNO

Nel bagno si eviti di utilizzare i vari dispositivi elettrici (stufette, asciugacapelli ecc.) quando si hanno i piedi o le mani bagnati.
Si eviti assolutamente di appoggiare sulle stufe o sui termoconvettori gli indumenti e gli asciugamani.

IL CAMINO

Chi possiede un camino deve prendere le necessarie precauzioni. Una volta acceso il fuoco, se non lo si controlla sempre da vicino, è opportuno porgli davanti un parascintille. Di norma, non si dovrebbe mai lasciare un camino aperto incustodito, soprattutto se non si utilizza un parascintille. Nel caso si debba lasciare inaspettatamente l'abitazione è decisamente consigliabile spegnere il fuoco o quantomeno renderlo il più possibile innocuo.
Quando il camino è in funzione, si deve evitare di avvicinarglisi se si indossano veli o altri capi di abbigliamento che potrebbero prendere fuoco.
La stessa avvertenza vale nel caso di candele accese o di stufe che dovrebbero essere sempre spente prima di uscire di casa.

ALTRI CONSIGLI

Nelle stanze dove il rischio di incendio è teoricamente più elevato (cucine, mansarde o soffitte realizzate in legno, garage ecc.) dovrebbero essere presenti degli estintori.
Nei garage possono essere presenti vari liquidi infiammabili; molti inoltre usano questa stanza della casa per eseguire lavoretti domestici; si usino in questo caso le adeguate precauzioni (si eviti per esempio l'utilizzo di liquidi infiammabili vicino a fonti di calore).

IN CASO DI INCENDIO DOMESTICO

Si riportano di seguito alcune buone pratiche da adottarsi in caso di incendio domestico:

- Se possibile, cerca di uscire o portati in un luogo sicuro. In questo modo eviterai di respirare fumo e di rimanere coinvolto nell'incendio.
- Se il fumo è nella stanza, filtra l'aria attraverso un panno, meglio se bagnato, e sdraiati sul pavimento. A livello del pavimento l'aria è più respirabile.
- Se il fuoco è fuori dalla porta cerca di sigillare, con stracci possibilmente bagnati, ogni fessura. Eviti di fare entrare il fumo e permetti alla porta di contenere l'incendio.
- Se abiti in un condominio ricorda che in caso di incendio non devi mai usare l'ascensore. L'ascensore potrebbe rimanere bloccato ed intrappolarti al suo interno.
- In luoghi affollati, dirigiti verso le uscite di sicurezza più vicine, senza spingere o gridare. Le uscite sono realizzate per l'evacuazione rapida di tutte le persone.
- Se avverti un malessere, contatta immediatamente il 118. Puoi esserti intossicato respirando i fumi o altre sostanze presenti nell'ambiente.
- Prenditi cura delle persone non autosufficienti e, se puoi, aiutale a mettersi al sicuro. Potrebbero non rendersi conto del pericolo.
- Accedi ai locali interessati dall'incendio solamente dopo che questi sono stati raffreddati e ventilati. È indispensabile una abbondante ventilazione per almeno alcune ore.
- Prima di rientrare nell'appartamento consultati con i vigile del fuoco. Potrebbero esserci ancora situazioni di potenziale pericolo.
- I prodotti alimentari che sono venuti in contatto con calore o fumo da incendio non sono più da ritenersi commestibili. Potrebbero essere stati alterati e contaminati.

RISCHIO SANITARIO
ED EPIDEMIE E PANDEMIE INFLUENZALI

Il rischio sanitario è sempre conseguente ad altri rischi o calamità, tanto da esser definito come un rischio di secondo grado. Emerge ogni volta che si creano situazioni critiche che possono incidere sulla salute umana. Difficilmente prevedibile, può essere mitigato se preceduto, durante il periodo ordinario, da una fase di preparazione e di pianificazione della risposta dei soccorsi sanitari in emergenza.

Questo tipo di rischio può essere:

- antropico, se provocato dalle attività umane come incidenti industriali, attività industriali e agricole, trasporti, rifiuti;
- naturale, se provocato da eventi naturali come terremoti, vulcani, frane, alluvioni, maremoti, tempeste di sabbia.

Le variabili antropiche che comportano un rischio sanitario possono incidere sulla salute umana provocando danni o effetti sia temporanei, sia permanenti. Queste variabili possono essere di natura:

- biologica come batteri, virus, pollini, ogm; chimica come amianto, benzene, metalli pesanti, diossine; fisica come radiazioni UV, radiazioni ionizzanti, rumori, temperature troppo basse o troppo alte.
- le variabili naturali rientrano invece in tutte le tipologie di calamità naturali come terremoti, eruzioni vulcaniche, tsunami, frane, alluvioni o altri fenomeni, sempre di tipo naturale.

Si definisce:

- Epidemia è la diffusione rapida, in una zona più o meno vasta, di una malattia contagiosa (tifo, colera, influenza, ecc.); se trattasi di malattia contagiosa per gli animali è detta epizoozia, se per le piante epifitia
- Pandemia è una epidemia la cui diffusione interessa più aree geografiche del mondo, con un alto numero di casi gravi ed una mortalità elevata.

In caso di epidemie o pandemie ed in particolare quella influenzale.

Cosa fare per prevenire:

- Vaccinarsi, soprattutto per i soggetti a rischio, è il modo migliore di prevenire e combattere l'influenza e le malattie virali , perché si riducono notevolmente le probabilità di contrarre la malattia e, in caso di sviluppo di sintomi questi sono meno gravi e viene ridotto il rischio di complicanze.

Come comportarsi in caso di epidemie o pandemia:

- Consultare il proprio medico di base o il dipartimento di prevenzione della ASL di competenza territoriale, per avere informazioni attendibili e aggiornate sulla vaccinazione e sulla malattia.
- Informarsi se si rientra nelle categorie a rischio per cui è consigliata la vaccinazione: alcuni soggetti sono più vulnerabili di altri al virus.
- Ricorrere alla vaccinazione solo dopo avere consultato il proprio medico o la ASL. La vaccinazione protegge dal virus, ma per alcuni soggetti può essere sconsigliata.
- Consultare i siti web e seguire i comunicati ufficiali delle istituzioni. Per essere aggiornato correttamente sulla situazione.
- Seguire scrupolosamente le indicazioni delle autorità sanitarie, perché in caso di pandemia potrebbero essere necessarie misure speciali per la tua sicurezza.
- Se si presentano i sintomi rivolgersi subito al medico. Una pronta diagnosi aiuta la tua guarigione e riduce il rischio di contagio per gli altri.
- Praticare una corretta igiene personale e degli ambienti domestici e di vita. Per ridurre il rischio di contagio.

- Se si ha una persona malata in casa, evitare la condivisione di oggetti personali. Per evitare il contagio.

ASSISTENZA AI DISABILI

Prestare assistenza ai disabili in situazioni di emergenza richiede alcuni accorgimenti particolari.

I suggerimenti possono e debbono interessare tutti, anche se nel nostro nucleo familiare non vivono persone con disabilità: in emergenza può capitare di soccorrere non solo i propri familiari, ma anche amici, colleghi di lavoro, conoscenti, vicini di casa, compagni di scuola, persone che hanno bisogno di aiuto incontrate per caso. È bene che tutti abbiano almeno le nozioni di base per prestare soccorso alle persone disabili.

Se persone disabili vivono con te e la tua famiglia:

- Esamina i piani di emergenza – comunali, scolastici, luogo di lavoro – prestando attenzione agli aspetti che possono essere cruciali per il soccorso alle persone disabili per non avere incertezze nel gestire la tua situazione.
- Informati sulla dislocazione delle principali barriere architettoniche presenti nella tua zona come scale, gradini, strettoie, barriere percettive. Sono tutti ostacoli per un'eventuale evacuazione.
- Provvedi ad installare segnali di allarme – acustici, ottici, meccanici, tattili ecc. – che possano essere compresi dalla persona disabile perché le sia possibile reagire anche autonomamente, nei limiti delle sue capacità, all'emergenza.
- Individua almeno un'eventuale via di fuga accessibile verso un luogo sicuro, per non dover improvvisare nel momento del pericolo.

Durante l'emergenza:

- Favorisci la collaborazione attiva della persona disabile nei limiti delle sue possibilità per alimentare la sua fiducia nel superamento della situazione ed evitare perdite di tempo e azioni inutili.
- Se la persona da soccorrere è in grado di muoversi autonomamente anche se con limitazioni ed ausilii, se puoi accompagnala, senza trasportarla, proteggendola dalla calca e da chi potrebbe spingerla o travolgerla.

DISABILE MOTORIO

- Se la persona può allontanarsi mediante l'uso di una sedia a rotelle, assicurati che il percorso sia libero da eventuali barriere architettoniche.
- In presenza di ostacoli, quali scale o gradini, aiutala a superarli in questo modo: posizionati dietro la carrozzina, impugna le maniglie della sedia inclinandola all'indietro di circa 45° e affronta l'ostacolo, mantenendo la posizione inclinata fino a che non raggiungi un luogo sicuro e in piano.
- Ricorda di affrontare l'ostacolo procedendo sempre all'indietro.
- Se devi trasportare una persona non in grado di collaborare, non sottoporre a trazione le sue strutture articolari perché potresti provocarle danni, ma usa come punti di presa il cingolo scapolare (complesso articolare della spalla) o il cingolo pelvico (complesso articolare del bacino e dell'anca).

DISABILE SENSORIALE

<u>Persone con disabilità dell'udito:</u>

- 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.
- Scrivi in stampatello nomi e parole che non riesci a comunicare.
- Mantieni una distanza inferiore al metro e mezzo.
- Anche le persone con protesi acustiche hanno difficoltà a recepire integralmente il parlato, cerca quindi di attenerti alle stesse precauzioni.

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 nel modo che ritiene più idoneo, 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 con le stesse difficoltà 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 o 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”.

DISABILE COGNITIVO

Ricorda che 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.
- Usa 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.

NORME DI AUTOPROTEZIONE

NON RICONDUCIBILI AL TERRITORIO COMUNALE

Ma utili come informazione nel caso in cui ci si dovesse trovare in situazione di pericolo durante viaggi e/o spostamenti per motivi di studio/lavoro/vacanze/vari.

RISCHIO VULCANICO

Il vulcanismo in Italia deve la sua origine ad un ampio processo geologico che ha interessato tutta l'area mediterranea, legato alla convergenza tra la placca tettonica eurasiatica e quella africana.
Sebbene meno frequenti e devastanti dei terremoti, le eruzioni vulcaniche rappresentano un forte rischio per le zone densamente popolate del territorio italiano.
Infatti, l'Italia, insieme all'Islanda, presenta la maggiore concentrazione di vulcani attivi in Europa ed è uno dei primi al mondo per numero di abitanti esposti a rischio vulcanico.
Nel territorio e nei mari italiani sono presenti diversi vulcani e/o aree vulcaniche qui di seguito elencati: Stromboli, Vulcano, Etna, Vesuvio, Campi Flegrei, Ischia, Pantelleria, Lipari, Colli Albani, Panarea oltre ai vulcani sottomarini del basso Mar Tirreno e del Canale di Sicilia (Marsili, Palinuro, Fernindea ecc.)
Allo stesso modo, vi sono diverse aree nel mondo interessate da rischio vulcanico, molte di queste aree sono anche importanti luoghi di vacanze o vicine a grandi città.

Chi vive o si trova in una zona vulcanica deve informarsi sul piano d'emergenza del comune per poter adottare, in caso di eruzione, i comportamenti indicati dalle autorità di protezione civile e attuare correttamente le operazioni di evacuazione, se previste.
Durante le fasi di crisi è facile che si diffondano notizie errate che possono ostacolare l'intervento di soccorso. Per questo, è importante seguire esclusivamente le indicazioni delle autorità di protezione civile diffuse attraverso la radio, le televisioni, la stampa quotidiana, internet e i numeri verdi attivati.
In caso di eruzione è inoltre importante rispettare i divieti di accesso alle aree interessate. Avvicinarsi alle zone crateriche è pericoloso anche in assenza di attività eruttiva perché fenomeni esplosivi improvvisi o emissioni di gas sono sempre possibili.

Di seguito, alcune indicazioni specifiche.

<u>In caso di colate di lava</u>

- Non avvicinarti a una colata di lava attiva anche quando defluisce regolarmente. Sono molto calde, sprigionano gas, possono dare luogo a rotolamenti di massi incandescenti e repentine esplosioni
- Anche dopo la fine dell'eruzione non camminare sulla superficie di una colata lavica. Le colate mantengono per anni il loro calore

<u>In caso di caduta di "bombe vulcaniche"</u>

- Informati se la zona in cui ti trovi è soggetta a ricaduta di materiali grossolani. È un fenomeno altamente distruttivo per gli edifici che pertanto, in questi casi, non costituiscono un valido rifugio
- Prendi visione del piano di emergenza del comune in cui ti trovi e preparati ad una eventuale evacuazione. L'allontanamento preventivo dall'area interessata è l'unica forma di difesa possibile

<u>In caso di caduta di ceneri vulcaniche</u>

La caduta di ceneri vulcaniche, anche per periodi prolungati, non costituisce un grave rischio per la salute. Tuttavia, la prolungata esposizione alle ceneri più sottili (meno di 10 micron) può provocare moderati disturbi all'apparato respiratorio. Inoltre, il contatto con gli occhi può causare congiuntiviti e abrasioni corneali. Pertanto, è opportuno prendere alcune precauzioni e assumere comportamenti idonei a ridurre l'esposizione, soprattutto per alcune categorie di soggetti: persone affette da malattie respiratorie croniche (asma, enfisema, ecc.); persone affette da disturbi cardiocircolatori; persone anziane e bambini.

- Durante le fasi di caduta delle ceneri (o durante le giornate ventose se la cenere è già al suolo) è consigliabile rimanere in casa con le finestre chiuse o comunque uscire avendo cura di indossare una mascherina per la protezione dalle polveri e possibilmente occhiali antipolvere. Tali dispositivi di autoprotezione sono particolarmente indicati per le categorie a rischio sopra citate e per coloro che svolgono attività professionali all'aperto
- In caso di contatto con gli occhi evitare di strofinarli, ma lavarli abbondantemente con acqua

- Provvedere a rimuovere periodicamente le ceneri dai propri ambienti, avendo cura di bagnarne preventivamente la superficie, al fine di evitare il sollevamento e la risospensione delle parti più sottili. Durante queste operazioni indossare i suddetti dispositivi di autoprotezione
- Provvedere a rimuovere periodicamente le ceneri accumulatesi sui tetti delle case, con l'ausilio di adeguati mezzi di sicurezza (ponteggi e imbracature), al fine di evitare un sovraccarico eccessivo sulle coperture e prevenire possibili crolli, nonché l'intasamento dei canali di gronda
- Non disperdere le ceneri lungo le strade, ma raccoglierle in sacchetti da deporre nei punti di raccolta individuati dall'amministrazione comunale. Le ceneri infatti possono intasare le reti di smaltimento delle acque, le reti fognarie e costituire un pericolo per la circolazione stradale
- Guidare con particolare prudenza nei tratti di strada coperti di cenere
- Evitare l'uso di motocicli
- La frutta e la verdura eventualmente ricoperte di cenere possono essere consumate dopo un accurato lavaggio
- Gli animali da compagnia (cani, gatti, ecc.) dovrebbero essere tenuti in casa. La cenere vulcanica ingerita dagli animali al pascolo può provocare serie conseguenze sull'apparato digerente. Pertanto, in caso di abbondante caduta di ceneri, è consigliabile approvvigionare il bestiame con foraggio privo di ceneri

<u>In caso di emissioni gassose</u>

- Evita di sostare o campeggiare in aree vulcaniche o inoltrarti in ambienti sotterranei. L'anidride carbonica è un gas inodore più pesante dell'aria e letale se in concentrazioni elevate
- Non pensare di essere al sicuro se sosti lontano dalla zona del cratere. Possono esserci emissioni di gas anche in aree più lontane

<u>In caso di colate piroclastiche</u>

- L'unica difesa da questo tipo di colate è l'allontanamento preventivo dall'area che potrebbe essere investita da questo fenomeno eruttivo

<u>In caso di colate di fango</u>

- Segui il piano di protezione civile che indica le aree di attesa e allontanati dalle zone a rischio. Le ceneri fini possono innescare pericolose colate di fango che si riversano preferibilmente lungo i corsi d'acqua

RISCHIO MAREMOTO

Tutte le coste del Mediterraneo sono a rischio maremoto a causa dell'elevata sismicità e della presenza di numerosi vulcani attivi, emersi e sommersi. Negli ultimi mille anni, lungo le coste italiane, sono state documentate varie decine di maremoti, solo alcuni dei quali distruttivi. Le aree costiere più colpite sono state quelle della Sicilia orientale, della Calabria, della Puglia e dell'arcipelago delle Eolie. Maremoti di modesta entità si sono registrati anche lungo le coste liguri, tirreniche e adriatiche. Le coste italiane possono inoltre essere raggiunte da maremoti generati in aree del Mediterraneo lontane dal nostro Paese (ad esempio a causa di un forte terremoto nelle acque della Grecia).

I maremoto, in giapponese tsunami, è una serie di onde marine prodotte dal rapido spostamento di una grande massa d'acqua. In mare aperto le onde si propagano molto velocemente percorrendo grandi distanze, con altezze quasi impercettibili (anche inferiori al metro), ma con lunghezze d'onda (distanza tra un'onda e la successiva) che possono raggiungere alcune decine di chilometri. Avvicinandosi alla costa, la velocità dell'onda diminuisce mentre la sua altezza aumenta rapidamente, anche di decine di metri.

Le onde di maremoto si distinguono dalle comuni onde del mare per alcune caratteristiche. Le comuni onde marine, prodotte dal vento, muovono solo la parte più superficiale dell'acqua, non provocando alcun movimento in profondità. Le onde di maremoto, invece, muovono tutta la colonna d'acqua, dal fondale alla superficie. Per questo, a differenza delle altre onde, hanno una forte energia capace di spingerle a gran velocità per molte centinaia di metri nell'entroterra e il loro impatto sulla costa è, quindi, molto più forte.

L'onda di maremoto può presentarsi come un muro d'acqua che si abbatte sulla costa provocando un'inondazione, oppure come un rapido innalzamento del livello del mare, simile a una marea che cresce rapidamente. A volte l'onda può essere preceduta da un temporaneo e insolito ritiro delle acque (anche di molti metri), che lascia in secco i porti e le coste.

La prima onda può non essere la più grande e tra l'arrivo di un'onda e la successiva possono passare diversi minuti. Un'onda di maremoto che in mare aperto è alta meno di un metro si trasforma, quando arriva sulla costa, in un muro d'acqua che può superare i 30 metri. La velocità di propagazione di un'onda di maremoto dipende dalla profondità del fondale: maggiore è la profondità, maggiore è la velocità delle onde. In acque molto profonde (oltre i 4.000 metri) le onde possono superare anche i 700 km/h. Arrivando vicino alle coste, l'onda trova fondali sempre meno profondi e quindi la sua velocità diminuisce drasticamente. Ciò è dovuto al fatto che il flusso di energia del maremoto, che dipende sia dalla velocità che dall'altezza dell'onda, rimane costante. Di conseguenza, quando la velocità del maremoto diminuisce, la sua altezza cresce. Ecco perché le onde di maremoto non si notano al largo ma sulle coste diventano devastanti raggiungendo vari metri di altezza.

Le cause del maremoto. Un maremoto nasce dallo spostamento istantaneo di una grande massa d'acqua, causato da forti terremoti con epicentro in mare o vicino alla costa, da frane sottomarine o costiere, da attività vulcanica in mare o vicina alla costa e, molto più raramente, da meteoriti che cadono in mare. La sua energia, e quindi la sua pericolosità, dipende dalla grandezza del fenomeno che lo ha causato.

Un maremoto può essere generato da un terremoto sottomarino se questo:
• è molto forte, generalmente con magnitudo superiore a 6.5;
• ha un ipocentro (zone in profondità dove si verifica la rottura delle rocce dando origine al terremoto) non troppo profondo;
• produce uno spostamento verticale del fondo marino.

Quando si verifica un forte terremoto sottomarino una parte del fondale si solleva bruscamente con uno spostamento verticale. La massa d'acqua al di sopra perde il suo equilibrio e si mette in moto, tanto che in superficie si formano una o più onde che, anche se alte solo poche decine di centimetri, hanno una grande lunghezza d'onda (distanza tra un'onda e la successiva).

I maremoti prodotti dalle frane (sia sottomarine che sopra il livello del mare con caduta di materiale in mare) hanno meno energia rispetto a quelli generati dai terremoti. La loro forza si esaurisce più in fretta, senza che le onde possano arrivare molto lontano: tuttavia questi maremoti possono produrre onde molto alte ed essere distruttivi nelle aree vicine al luogo dove si è generata la frana.

I maremoti generati da attività vulcanica, in mare o vicina alla costa, sono meno frequenti di quelli prodotti da terremoti sottomarini ma possono essere comunque molto forti. Violente eruzioni sottomarine possono provocare lo spostamento di grandi volumi d'acqua e generare pericolosi maremoti. I maremoti di origine vulcanica sono causati principalmente da eruzioni esplosive. Questo accade quando la bocca eruttiva del vulcano sottomarino si trova vicino alla superficie dell'acqua. Eruzioni di vulcani subaerei, situati in prossimità delle coste (come lo Stromboli), possono produrre dense nubi di gas e frammenti di lava che, scivolando ad alta velocità lungo le pendici del vulcano e precipitando in mare, spostano grandi volumi d'acqua generando onde di maremoto. In caso di eruzioni particolarmente violente, l'edificio vulcanico può crollare totalmente o in parte formando una caldera, ovvero quel che resta di un edificio vulcanico a seguito del collasso della camera magmatica. Se ciò accade su un'isola vulcanica si può verificare un maremoto.

COSA DEVI SAPERE PRIMA:

In un mare poco ampio come il Mediterraneo i tempi di arrivo delle onde sono molto brevi. Le autorità potrebbero non avere il tempo per diramare un'allerta. Quindi, se vivi, lavori o vai in vacanza in un'area costiera, è ancora più importante imparare a riconoscere i fenomeni che possono segnalare l'arrivo di un maremoto:

- un forte terremoto che hai percepito direttamente o di cui hai avuto notizia;
- un rumore cupo e crescente che proviene dal mare, come quello di un treno o di un aereo a bassa quota
- un improvviso e insolito ritiro del mare, un rapido innalzamento del livello del mare o una grande onda estesa su tutto l'orizzonte

Ricorda che le case e gli edifici vicini alla costa non sempre sono sicuri:

- la sicurezza di un edificio dipende da molti fattori, per esempio la tipologia e la qualità dei materiali utilizzati nella costruzione, la quota a cui si trova, la distanza dalla riva, il numero di piani, l'esposizione più o meno diretta all'impatto dell'onda
- generalmente i piani alti di un edificio in cemento armato, se l'edificio è ben costruito, possono offrire una protezione adeguata

Conoscere l'ambiente in cui vivi, lavori o soggiorni è importante per reagire meglio in caso di emergenza:

- chiedi informazioni ai responsabili locali della Protezione Civile sul Piano di emergenza comunale, le zone pericolose, le vie e i tempi di evacuazione, la segnaletica da seguire e le aree di attesa da raggiungere in caso di emergenza;
- informati sulla sicurezza della tua casa e dei luoghi che la circondano;
- assicurati che la tua scuola o il luogo in cui lavori abbiano un piano di evacuazione e che vengano fatte esercitazioni periodiche;
- preparati all'emergenza con la tua famiglia e fai un piano su come raggiungere le vie di fuga e le aree di attesa;
- tieni pronta in casa una cassetta di pronto soccorso e scorte di acqua e cibo;
- impara quali sono i comportamenti corretti durante e dopo un maremoto.

DURANTE IL MAREMOTO

Se sei in spiaggia o in una zona costiera e ricevi un messaggio di allerta che indica il possibile arrivo di un'onda di maremoto, oppure riconosci almeno uno dei fenomeni in precedenza indicati:

- Allontanati e raggiungi rapidamente l'area vicina più elevata (per esempio una collina o i piani alti di un edificio). Avverti le persone intorno a te del pericolo imminente.
- Corri seguendo la via di fuga più rapida. Non usare l'automobile, potrebbe diventare una trappola.
- Se sei in mare potresti non accorgerti dei fenomeni che accompagnano l'arrivo di un maremoto, per questo è importante ascoltare sempre i comunicati radio.
- Se sei in barca e hai avuto notizia di un terremoto sulla costa o in mare, portati al largo.
- Se sei in porto abbandona la barca e mettiti al sicuro in un posto elevato.

DOPO IL MAREMOTO

- Rimani nell'area che hai raggiunto e cerca di dissuadere chi vuole tornare verso la costa: alla prima onda potrebbero seguirne altre più pericolose.
- Assicurati delle condizioni di salute delle persone intorno a te e, se possibile, presta i primi soccorsi.
- Segui le indicazioni delle autorità per capire quando lasciare il luogo in cui ti trovi e cosa fare.
- Usa il telefono solo per reale necessità.
- Non bere acqua del rubinetto.
- Non mangiare cibi che siano venuti a contatto con l'acqua e con i materiali trasportati dal maremoto: potrebbero essere contaminati.
- Se la tua abitazione è stata interessata dal maremoto, non rientrare prima di essere autorizzato.

- Il maremoto può essere generato da un terremoto o da attività vulcanica: informati, quindi, anche su cosa fare in caso di terremoto o eruzione.

MAREGGIATE

Le mareggiate sono di norma associate a fenomeni meteorologici estremi con venti ad intensità elevata o cicloni che causano mare agitato o molto agitato con onde molto alte al largo e gravi danni ed erosione sulle coste nonché pericolo per l'incolumità delle cose e delle persone. Al fine di essere consapevoli e preparati ad affrontare una eventuale emergenza, è bene conoscere alcuni comportamenti per "l'auto protezione"

PRIMA DELL'EVENTO

- Tenersi aggiornati sull'evoluzione delle condizioni meteo tramite radio, TV, siti web istituzionali;
- In caso le previsioni meteo indicano la possibilità di mareggiate o situazioni avverse evitare:
    - le attività sportive e nautiche da diporto in mare;
    - la balneazione sconsigliata anche se non già interdetta dalle Autorità;
    - mantenersi a debita distanza da scogli, moli e pontili che possano essere raggiunti da onde anomale;
- Mettere in sicurezza imbarcazioni da diporto e eventuali beni mobili che possano essere raggiunti da onde anomale, ben prima del periodo di inizio validità dell'allerta

DURANTE L'EVENTO

- In caso di spostamento tramite traghetti, informarsi su possibili cancellazioni/riduzioni dei servizi.
- allontanarsi tempestivamente dalla linea di costa e dalle zone potenzialmente raggiungibili dalla mareggiata (scogli, spiagge, moli e pontili);
- nel caso non sia possibile allontanarsi dalle zone colpite in tempo utile, recarsi ai piani più alti degli edifici e attendere l'arrivo dei soccorsi;
- evitare assolutamente attività di balneazione e nautiche da diporto;
- evitare, se possibile, di transitare nei tratti stradali o sentieri , sia a piedi che con veicoli di qualsiasi genere, a ridosso della costa o battigia e seguire le disposizioni delle autorità di protezione civile
- non collegare elettrodomestici alle rete elettrica nelle zone raggiunte dall'acqua

RISCHIO VALANGHE

La Valanga è un fenomeno che si verifica quando una massa di neve o ghiaccio si mette improvvisamente in moto su un pendio, precipitando verso valle a causa della rottura della condizione di equilibrio presente del manto nevoso.
La prevenzione nel caso di rischio valanghe consiste innanzitutto nel conoscere quali sono le aree dove i fenomeni si verificano. Le valanghe, infatti, si hanno quasi sempre negli stessi luoghi: aree di alta montagna con terreni rocciosi nudi, tra i 2.000 e i 3.000 metri prive per lo più di copertura vegetale. E' importante evitare le aree a rischio nei periodi in cui si prevedono i distacchi, frequenti all'inizio della primavera quando l'innalzamento delle temperature può essere tale da provocare lo scioglimento repentino delle masse nevose.
Infatti i fattori che favoriscono il distacco di valanghe sono essenzialmente: la pendenza del versante, la quantità e qualità del manto nevoso, le sollecitazioni esterne e il sovraccarico, le condizioni meteo.
In ambito nazionale e regionale, il Servizio METEOMONT del Corpo Forestale dello Stato emette quotidianamente un Bollettino meteonivologico pubblicato online sul sito http://www.meteomont.gov.it/ dove viene riportata un'informativa sul pericolo valanghe realizzato ogni giorno in base alle informazioni meteorologiche in atto e previste ed ai rilievi effettuati dal CFS e dal comando Truppe Alpine dell'esercito.

Il bollettino individua cinque gradi di pericolo che fanno riferimento alla scala europea che si riporta di seguito:

- 1 debole;
- 2 moderato;
- 3 marcato;
- 4 forte;
- 5 molto forte.

La progressione di tale scala però non è lineare; infatti il grado 3, pur trovandosi al centro della scala, non rappresenta un pericolo medio, ma una situazione già critica.

Il modello di intervento può essere distinto a seconda che il Comune sia ricompreso o meno all'interno di un bacino sciistico.

In particolare,
- se il comune non rientra in un bacino sciistico, la competenza è del Sindaco;
- se il Comune rientra in un bacino sciistico, il Gestore, o un suo delegato, è il responsabile della sicurezza sulle piste, pur restando la competenza in capo al Sindaco; il Gestore, infatti, insieme al Responsabile della sicurezza, ha l'obbligo di allertare le pattuglie dedicate al soccorso che operano in convenzione all'interno del bacino sciistico coordinate dalla Prefettura territorialmente competente. Contestualmente il Gestore avvisa il Sindaco, il servizio del 118, la Sala Operativa Regionale della Protezione Civile.

COSA DEVI SAPERE PRIMA:

- Informati presso la Società di gestione degli impianti delle condizioni di innevamento e dei versanti;
- Consulta frequentemente i bollettini nivometeorologici, che forniscono indicazioni rapide e sintetiche sul pericolo di valanghe, secondo una scala numerica crescente da 1 a 5;
- Non rimanere mai da solo: affinché sia reso possibile l'autosoccorso, è essenziale che almeno uno dei componenti della comitiva non venga travolto dalla valanga;
- Rispetta la segnaletica e le indicazioni presenti sulle piste riguardo le condizioni dei percorsi sci alpinistici e di discesa fuori pista;
- Evita di passare attraverso versanti a forte pendenza ed a notevole innevamento, specialmente nelle ore più calde;

- Evita l’attraversamento di zone sospette come pendii aperti, canaloni, zone sottovento. Quando ti muovi utilizza i punti più sicuri del terreno, come rocce e tratti pianeggianti;
- Equipaggiati di un apparecchio di ricerca in valanga (ARVA), di una sonda leggera per l’individuazione del punto esatto in cui si trova la persona sepolta e di una pala per potere rimuovere velocemente la neve: nella maggior parte dei casi la profondità di seppellimento si aggira intorno al metro. L’equipaggiamento sopra menzionato deve essere in possesso di ogni componente della comitiva.

DURANTE LA VALANGA

- Ricorda che in caso di valanga la neve tende ad accumularsi nella zona centrale e quindi potrebbe essere più facile trovare una via di fuga laterale;
- Cerca di mantenere uno spazio libero davanti al petto;
- Muovi braccia e gambe, come se nuotassi, per cercare di avvicinarti al margine della valanga e di rimanere in superficie.