

COMUNE DI SORI
(CITTA' METROPOLITANA DI GENOVA)



CAPITOLO 9
SCHEDE DI AUTOPROTEZIONE PER LA POPOLAZIONE

9.1 UTILIZZO DELLE SCHEDE

L'esperienza insegna che, in caso di evento eccezionale e pericoloso, molte problematiche legate alla salvaguardia dell'incolumità delle persone ed all'efficacia del soccorso nascono dalla condizione di indisciplina e di panico della popolazione.

Appare dunque necessario che prima, durante e dopo l'evento la popolazione attivi autonomamente una serie di provvedimenti cautelativi coordinati con le procedure delle Autorità preposte alle funzioni di protezione civile.

Questa attività di ogni singolo individuo o di gruppi famigliari o di gruppi di lavoro sono definiti "provvedimenti di autoprotezione".

Vengono di seguito indicate attraverso "schede a tema" i principali comportamenti da rispettarsi nel corso dei diversi eventi possibili.

Onde consentire la completa conoscenza delle schede, il Comune dovrà divulgarle capillarmente presso la popolazione, organizzando incontri e dibattiti presso le frazioni.

SCHEDA A - IN CASO DI ALLUVIONE

Ascolta la radio o guarda la televisione, verifica gli aggiornamenti dei pannelli luminosi ove siano disposti, consulta il sito regionale del Centro Funzionale della protezione Civile della Regione Liguria <https://allertaliguria.regione.liguria.it>, dove è illustrato il livello di Allerta Comune per Comune e la situazione meteo in tempo reale, per apprendere eventuali avvisi di condizioni meteorologiche avverse o di allerta di Protezione Civile.

Ricorda che durante e dopo le alluvioni, l'acqua dei corsi d'acqua è fortemente inquinata e trasporta detriti galleggianti che possono ferire o stordire.

Inoltre, macchine e materiali possono creare occlusioni temporanee a vie o passaggi per poi cedere 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 Comune; in ogni caso, segui le indicazioni della Protezione Civile del Comune.

Prima di abbandonare la zona di sicurezza accertati che sia dichiarato ufficialmente il cessato allerta.

PRIMA

E'utile avere sempre a disposizione una torcia elettrica e una radio a batterie per sintonizzarsi sulle stazioni locali e ascoltare eventuali segnalazioni/istruzioni 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 al piano strada e chiudi o blocca le porte di cantine o seminterrati.

Se non corri il rischio di allagamento rimani preferibilmente in casa.

Insegna ai bambini il comportamento 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 il pericolo di rimanere bloccati dai detriti e di essere travolti da correnti.

Evita la confusione e 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 ma trova riparo nello stabile più vicino e sicuro; evita di transitare o sostare lungo gli argini dei corsi d'acqua, sopra ponti o passerelle.

Fai attenzione ai sottopassi ed alle zone morfologicamente depresse: 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.

Usa il telefono solo per casi di effettiva necessità per evitare sovraccarichi delle linee.

DOPO L'EVENTO

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, sovente l'acqua può essere inquinata da petrolio, nafta o da acque di scarico, inoltre può essere carica elettricamente per la presenza di linee elettriche interrato.

Evita le zone dove vi sono ancora correnti in movimento.

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

Kit di pronto soccorso + medicinali

Generi alimentari non deperibili

Scarpe pesanti

Scorta di acqua potabile

Vestiaro pesante di ricambio

Impermeabili leggeri o cerate

Torcia elettrica con pila di riserva

Coltello multiuso

Fotocopia documenti di identità chiavi di casa valori (contanti-preziosi)

Carta e penna

SCHEDA B - IN CASO DI FRANA

Ricorda che in caso di frana non ci sono case o muri che possano arrestarla, soltanto un luogo più elevato o esterno ti può dare sicurezza.

Spesso le frane si muovono in modo repentino, come le colate di fango: evita di transitare nei pressi di aree già sottoposte a movimenti del terreno, in particolar modo durante temporali o piogge violente.

Prima di abbandonare la zona di sicurezza accertati che sia dichiarato ufficialmente il cessato allerta.

PRIMA

Contatta il tuo Comune per sapere se nel territorio comunale sono presenti aree a rischio di frana.

Stando in condizioni di sicurezza, osserva il terreno nelle tue vicinanze per rilevare la presenza di piccole frane o di piccole variazioni del terreno: in alcuni casi piccole modifiche alla morfologia possono essere considerate precursori di eventi franosi.

In alcuni casi prima delle frane sono visibili sui manufatti alcune lesioni e fatturazioni e alcuni muri tendono a ruotare o traslare.

Ascolta la radio o guarda la televisione per apprendere dell'emissione di eventuali avvisi di condizioni meteorologiche avverse o di allerta di Protezione Civile.

Anche durante e dopo l'evento è importante ascoltarla radio o guardare la televisione per conoscere l'evoluzione degli eventi.

Allontanati dai corsi d'acqua o dalle incisioni torrentizie 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, allontanati 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.

Guarda sempre verso la frana facendo attenzione a pietre o ad altri oggetti che, rimbalzando, ti potrebbero colpire.

Non soffermarti sotto pali o tralicci: potrebbero crollare o cadere.

Non avvicinarti al ciglio di una frana perché è instabile.

Se stai percorrendo una strada e ti imbatti in una frana appena caduta, cerca di segnalare il pericolo alle altre automobili che potrebbero sopraggiungere.

DOPO L'EVENTO

Allontanati dall'area in frana, può esservi il rischio di altri movimenti del terreno.

Controlla se vi sono feriti o persone intrappolate nell'area di frana senza entrarvi direttamente, in questo caso segnala la presenza di queste persone ai soccorritori.

Verifica 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: segnala eventuali interruzioni alle autorità competenti.

Nel caso di perdita di gas da un palazzo, non entrare per chiudere il rubinetto, verifica se vi è un interruttore generale fuori dall'abitazione e in questo caso chiudilo.

Segnala questa notizia ai Vigili del Fuoco o ad altro personale specializzato.

SCHEDA C - IN CASO DI ROVESCII DI PIOGGIA E GRANDINE

ATTIVITA' IN FREGIO A CORSI D'ACQUA

Per lo svolgimento di attività nelle vicinanze di un corso d'acqua (anche per 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 o zone morfologicamente depresse, c'è il rischio di trovarsi con il veicolo semi-sommerso o sommerso d'acqua.

Evita di recarti o soffermarti in ambienti come scantinati, piani bassi, garage, sono a forte rischio allagamento durante intensi scrosci di pioggia.

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 mezzora, del temporale si attenui: è 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.

SCHEMA D - IN CASO DI TEMPORALI E FULMINI

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, 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 revisione, 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 o 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 DÌ 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 e afosa, nelle ore che seguono è meglio evitare ambienti aperti ed esposti (come una cresta montuosa)
- 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 DÌ 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: i rilievi sono i luoghi più a rischio ma lo sono anche tutti i luoghi esposti, specie in presenza d'acqua.

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 dalla 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;

ed in particolare:

in montagna

scendi di quota, evitando in particolare la permanenza su percorsi particolarmente esposti come creste, muovendosi se possibile lungo conche o aree depresse del terreno

cerca se possibile riparo all'interno di una costruzione, in mancanza di meglio anche un bivacco o fienile, mantenendo una certa distanza dalle pareti

una volta guadagnato un riparo o 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 da funi e scale metalliche e da altre situazioni analoghe

se hai tempo cerca un riparo all'interno dell'automobile, con portiere e finestrini rigorosamente chiusi e antenna della radio possibilmente abbassata

liberati da attrezzi metallici

in campeggio

durante il temporale è preferibile ripararsi in una struttura in muratura, come i servizi di un camping o manufatti similari.

Se ti trovi all'interno di tende e ti è impossibile ripararti altrove:

evita di toccare le strutture metalliche e la parete della tenda

evita il contatto con oggetti metallici collegati all'impianto elettrico (es. condizionatori), sarebbe comunque opportuno togliere l'alimentazione delle 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 ed 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.

SCHEDA E - IN CASO DI NEVE E GELO

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.

DURANTE

Verificare la capacità di carico della copertura del tuo stabile (casa, capannone o altra struttura), l'accumulo di neve e ghiaccio sul tetto potrebbero 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 nevicata 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.

Se sei costretto a prendere l'auto, segui queste piccole regole di buon senso:

-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 di altri autoveicoli;

-parcheggia correttamente la tua auto in maniera che non ostacoli il lavoro dei mezzi sgombraneve;

-presta particolare attenzione ai lastroni di neve che, soprattutto nella fase di disgelo, si possono staccare dai tetti;

-non utilizzare mezzi di trasporto a due ruote.

DOPO L'EVENTO

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.

SCHEDA F - IN CASO DI VENTI E MAREGGIATE

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 molto 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

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, ecc.).

SCHEDA G - IN CASO DI 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 rinunciare 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 pannelli 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.

SCHEDA H - IN CASO DI TERREMOTO

PRIMA

Informati sulla classificazione sismica del Comune in cui risiedi: devi sapere quali norme adottare per le costruzioni, a chi fare riferimento e quali misure sono previste in caso di emergenza.

Informati su dove si trovano e su come si chiudono i rubinetti di gas, acqua e gli interruttori della luce, tali impianti potrebbero subire danni durante il terremoto.

Evita di tenere gli oggetti pesanti su mensole e scaffali particolarmente alti, fissa al muro gli arredi più pesanti perché potrebbero caderti addosso.

Tieni in casa una cassetta di pronto soccorso, una torcia elettrica, una radio a pile, un estintore ed assicurati che ogni componente della famiglia sappia dove sono riposti.

A scuola o sul luogo di lavoro informati se è stato predisposto un piano di emergenza perché seguendo le istruzioni puoi collaborare alla gestione dell'emergenza.

DURANTE

Se sei in luogo chiuso cerca riparo nel vano di una porta inserita in un muro portante (quelli più spessi) o sotto una trave, ti può proteggere da eventuali crolli.

Riparati sotto un tavolo, è pericoloso stare vicino ai mobili, oggetti pesanti e vetri potrebbero caderti addosso.

Non precipitarti verso le scale e non usare l'ascensore: talvolta le scale sono la parte più debole dell'edificio e l'ascensore può bloccarsi e impedirti di uscire.

Se sei in auto, non sostare in prossimità di ponti e di terreni franosi, potrebbero lesionarsi o crollare.

Se sei all'aperto, allontanati da costruzioni e linee elettriche, potrebbero crollare.

Stai lontano da impianti industriali e linee elettriche, è possibile che si verifichino incidenti.

Stai lontano dai bordi di scarpata e argini di torrenti, rappresentano punti di fragilità ed essere soggetti a cedimenti/frane.

Evita di andare in giro a curiosare e raggiungi le aree di attesa individuate dal Piano di Emergenza Comunale, bisogna evitare di avvicinarsi ai pericoli.

Evita di usare il telefono e l'automobile, è necessario lasciare le linee telefoniche e le strade libere per non intralciare i soccorsi.

DOPO L'EVENTO

Assicurati dello stato di salute delle persone attorno a te, così aiuti chi si trova in difficoltà ed agevoli l'opera di soccorso.

Non cercare di muovere persone ferite gravemente, potresti aggravare le loro condizioni.

Esci con prudenza indossando le scarpe, in strada potresti ferirti con vetri rotti e calcinacci.

Raggiungi uno spazio aperto, lontano da edifici e da strutture pericolanti, potrebbero caderti addosso.

SCHEDA I - IN CASO DI INCENDIO BOSCHIVO

PER EVITARE UN INCENDIO

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.

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 i rifiuti nei boschi e nelle discariche abusive, sono un pericoloso combustibile.

Non bruciare, senza le dovute misure di sicurezza, le stoppie, la paglia o altri residui agricoli: in pochi minuti potrebbe sfuggirti il controllo del fuoco.

QUANDO L'INCENDIO E' IN CORSO

Se avvisti delle fiamme o anche solo del fumo telefona al 1515 per dare l'allarme, non pensare che altri l'abbiano già fatto; fornisci le indicazioni necessarie per localizzare l'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.

Stenditi a terra in un luogo dove non c'è vegetazione incendiabile, il fumo tende a salire e in questo modo eviti di respirarlo.

Se non hai altra scelta, cerca di attraversare il fuoco dove è meno intenso per passare dalla parte già bruciata, ti porti così in un luogo sicuro.

L'incendio non è uno spettacolo, non sostare lungo le strade, intralceresti i soccorsi e le comunicazioni necessarie per gestire l'emergenza.

Avvertire i soccorritori della presenza di cisterne di gas, materiali infiammabili, animali.

SCHEDA L - IN CASO DI 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, per 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.

Per questo, durante i giorni in cui è previsto un rischio elevato di ondate di calore e per le successive 24 o 36 ore, vi consigliamo di seguire queste semplici norme di comportamento.

Non uscire nelle ore più calde, dalle 12 alle 18, soprattutto ad anziani, bambini molto piccoli, persone non autosufficienti o convalescenti;

in casa, proteggetevi dal calore del sole con tende o persiane e mantenete il climatizzatore a 25-27 gradi; se usate un ventilatore non indirizzatelo direttamente sul corpo;

bere e mangiare molta frutta ed evitate 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.

SCHEDA M - IN CASO DI CRISI IDRICA

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 lasciare 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

- 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