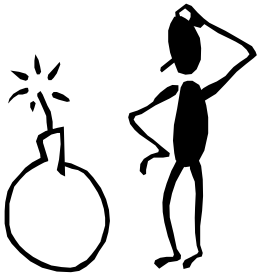




# Siete preparati ad affrontare il prossimo forte terremoto ?

Un forte terremoto potrebbe improvvisamente cambiare le condizioni della vostra vita in modo drammatico. Ciò potrebbe non accadere o, quanto meno, i disagi, i rischi e i danni potrebbero essere molto contenuti se vi preparerete ed adatterete alcuni accorgimenti e comportamenti prima che esso avvenga. La sopravvivenza vostra, dei vostri familiari e la salvezza della vostra casa, spesso dipende da quanto bene vi siete preparati ad affrontarlo. I suggerimenti che seguono potranno aiutarvi ad organizzare un semplice, ma efficace piano per affrontare le emergenze durante e immediatamente dopo un forte terremoto. \*



## Cosa fare PRIMA di un terremoto

- Predisponete e mantenete efficiente una scorta d'emergenza che comprenda cibi, acqua, attrezzi ed utensili, torce elettriche, una radio portatile, batterie di riserva, vettovaglie, medicine, un kit di pronto intervento medico, denaro e coperte;
- Con serenità, ma con realismo, parlate con i vostri familiari dell'eventualità di un forte terremoto e pianificate con loro un programma d'emergenza. Non spaventateli con racconti scabrosi;
- Individuate in ciascuna stanza della vostra casa i punti sicuri (gli angoli, sotto gli architravi delle porte, fra le murature interne);
- Individuate in ciascuna stanza della vostra casa i punti pericolosi (vicino alle finestre, specchi, oggetti sospesi o infiammabili, mobili o soprammobili instabili);
- Eseguite delle esercitazioni pratiche così che i vostri familiari conoscano bene i punti sicuri della vostra casa e come raggiungerli nonché le vie d'uscita più rapide;
- Decidete come e dove la vostra famiglia si debba riunire se al momento del terremoto è separata;
- Scegliete ed accordatevi con un parente od un amico che viva fuori della vostra regione ed al quale i membri della famiglia che si trovano separati al momento del terremoto possano comunicare dove si trovano e le loro condizioni;
- Imparate i primi interventi di aiuto medico, frequentando i corsi presso la Croce Rossa o le altre Organizzazioni della vostra comunità;
- Imparate ad interrompere l'erogazione del gas, dell'acqua e dell'elettricità nel caso che le linee siano danneggiate. **ATTENZIONE: non tentate di riparare da soli l'impianto di erogazione del gas o dell'elettricità.** Chiamate la Compagnia che lo gestisce;

- Fate controllare da personale esperto la stabilità dei camini, delle pareti, del tetto, dei cornicioni, dei davanzali e delle fondazioni della vostra casa;
- Assicuratevi che tutti gli oggetti instabili siano bene assicurati alle pareti (credenze, quadri, lampadari e specchi, soprattutto se situati sopra il vostro letto);
- Assicuratevi che tutti gli oggetti e le sostanze infiammabili (vernici, spray, pesticidi e prodotti di pulitura) siano riposti in luoghi sicuri e protetti;
- Aiutate i vostri vicini ad essere autosufficienti dopo un terremoto:
- **COME CITTADINI, sostenete attivamente e partecipate ai programmi di prevenzione organizzati dalle Autorità;**



### **Cosa fare DURANTE un terremoto**

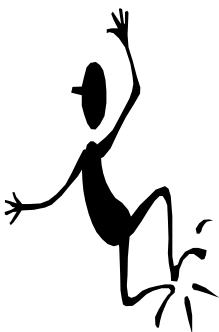
- **INANNANZI TUTTO CERCATE DI RESTARE CALMI.** Rassicurate coloro che vi sono vicini e valutate attentamente le conseguenze degli atti e delle iniziative che intendete assumere;
- **SE VI TROVATE ALL'INTERNO** di una casa non uscite. Rifugiatevi sotto una sedia o un tavolo, in un angolo della stanza o sotto l'architrave di una porta;
- **SE VI TROVATE ALL'ESTERNO**, affrettatevi in un'area aperta, lontano da alberi, ponti, edifici, recinti in muratura e linee elettriche sospese;
- **SE VI TROVATE ALL'INTERNO** di un grande edificio o di un condominio, state lontano dalle finestre o dai muri esterni. Rifugiatevi sotto un tavolo. Non usate gli ascensori;
- **SE VI TROVATE SU UNA SPIAGGIA O NELL'IMMEDIATA VICINANZA DEL MARE** allontanatevi subito verso l'interno. Alla scossa tellurica potrebbero seguire ondate di maremoto;
- **SE STATE GUIDANDO**, accostate ai bordi della strada e fermatevi. Evitate di sostare in prossimità di ponti, sopra passaggi e linee elettriche sospese. Restate all'interno della vostra auto e non uscite fino a quando la scossa tellurica non sarà cessata;
- **SE VI TROVATE IN UN POSTO PUBBLICO AFFOLLATO** non precipitatevi a spingere verso l'uscita. Restate dove siete, accovacciatevi e proteggete la testa con le vostre mani e le vostre braccia.



### **Cosa fare DOPO un terremoto**

- Accertate la presenza di feriti fra i vostri familiari ed i vostri vicini. Non tentate di muovere persone gravemente ferite a meno che non si trovino in immediato e grave pericolo;

- Accertatevi della presenza di focolai di incendio o di perdite di gas;
- Prestate i primi soccorsi ai feriti leggeri. Infondete coraggio ai vostri familiari e ai vostri vicini; invitateli con calma a seguire il vostro esempio;
- Se non esiste un'immediata e grave emergenza, non tentate di usare il telefono e lasciate libere le linee;
- **Preparatevi ad essere autosufficienti per almeno i tre giorni successivi;**
- Verificate la presenza di perdite nelle tubature del gas, dell'acqua e rotture di fili della corrente elettrica. Se accertate la presenza di danni, chiudete l'erogazione al rubinetto o al contatore principale; comunicate immediatamente alle relative Compagnie che gestiscono i servizi gli eventuali danni o perdite. Avvisate subito i vostri familiari e i vostri vicini del pericolo dei danni e delle perdite rilevate ed invitateli a tenersi a distanza;
- Controllate la stabilità e i danni subiti dalla vostra casa da una distanza di sicurezza. Fate attenzione in particolare ai camini, ai cornicioni, il tetto, le murature esterne e le fondazioni. Se entrerete nell'edificio, non fate alcun rumore, aprite piano le porte e fate attenzione al pericolo derivante da oggetti o strutture instabili;
- Accendete il vostro telefono cellulare e la radio e restate in ascolto di istruzioni e di notizie;
- Non usate la vostra automobile se non esiste una grave necessità. Lasciate libere le strade per la circolazione dei mezzi di emergenza;
- **Siate preparati alle scosse telluriche di assestamento. Queste, spesso, seguono un forte terremoto per diversi giorni o settimane e possono essere anche di forte intensità;**
- Restate calmi e stringete la mano di coloro che vi sono accanto;
- Non intralciate gli interventi di soccorso. Mettetevi a disposizione delle Autorità e delle squadre di soccorso e collaborate con loro se vi sarà richiesto.
- **Non entrate in aree gravemente danneggiate se non sia stato espressamente richiesto il vostro aiuto;**
- Se sarete evacuati, lasciate un messaggio sulla vostra casa dove indicare ai vostri familiari dove potrete essere rintracciati.



### **Essere autosufficienti per almeno tre giorni**

Le prime 72 ore successive ad un forte terremoto sono critiche. L'elettricità, il gas, l'acqua, i telefoni potrebbero non funzionare. Oltre tutto, le Forze dell'Ordine, i Vigili del Fuoco, l'Esercito e le Squadre della Protezione Civile saranno indaffarate a risolvere situazioni molto serie e critiche. Dovrete essere preparati ad essere autosufficienti (capaci di vivere senza acqua corrente, elettricità o gas, telefoni o l'assistenza dei servizi di assistenza) per almeno tre giorni

successivi al terremoto. Per ottenere ciò sistemate in un posto conosciuto da tutti i familiari, accessibile, preferibilmente all'esterno della vostra casa, il seguente materiale:

- **TENDA DA CAMPEGGIO** - Che sia di dimensioni sufficienti ad ospitare comodamente la vostra famiglia per diversi giorni o settimane. Dovrà essere munita di lettini, sacchi a pelo e coperte in numero sufficiente. La qualità dei materiali dovrà garantire un efficace isolamento dalle intemperie;
- **VIVERI** - Per almeno tre giorni, preferibilmente una settimana. Preferite cibi in scatola che si conservano a lungo. Sostituite tutti gli alimenti alla data di scadenza della loro validità. Tenete conto della presenza in famiglia di neonati, bambini piccoli o di persone tenute a rispettare diete particolari;
- **ACQUA** - Considerate il fabbisogno per ciascuna persona in 5 litri d'acqua il giorno per tre giorni, preferibilmente una settimana. Conservatela in luogo fresco e buio in contenitori di plastica e sostituitemela ogni tre mesi. Può essere purificata, se necessario, con particolari prodotti chimici facilmente reperibili. L'acqua costituita dai cubetti del ghiaccio del freezer o contenuta nelle cassette dello scarico dei W.C. possono costituire un'ulteriore scorta;
- **KIT DI PRONTO SOCCORSO** – Assicuratevi che sia ben rifornito, soprattutto di bende e disinfettanti. Sostituite tutti i prodotti alla data di scadenza della loro validità.
- **ESTINTORI** – I vostri estintori dovrebbero essere utilizzabili per tutti i tipi di fuoco. Insegnate ad usarli a tutti i membri della vostra famiglia;
- **TORCIE ELETTRICHE** – Con batterie di riserva. Mettete una torcia elettrica, a portata di mano, sotto il vostro letto ed altre in diversi altri punti della casa. **NON ACCENDETE CANDELE O FIAMMIFERI** prima di esservi accertati che non vi sono perdite di gas;
- **RADIO PORTATILE** – Con batterie di riserva. Molti telefoni potranno essere fuori servizio o limitati ad usi di emergenza. La radio sarà la vostra migliore fonte di informazioni;
- **CUCINA PORTATILE E VETTOVAGLIE** – O fornello da camping con sufficienti bombole di gas di scorta per alimentarla. Anche una griglia per barbecue può bene assolvere il compito della cottura dei cibi;
- **ELENCO TELEFONICO DI EMERGENZA** – Create un elenco dei numeri telefonici dei Vigili del Fuoco, Ospedale, Protezione Civile, Compagnia del Gas, Compagnia elettrica, dei Carabinieri e del Municipio;
- **DENARO** - Le Carte di Credito ed i servizi Bancomat potrebbero non funzionare per diversi giorni. Costituite una scorta di denaro in banconote di piccolo taglio e monete tale da garantire il vostro fabbisogno per almeno due settimane;
- **ESERCITATEVI** – Fate delle esercitazioni con la vostra famiglia per affrontare un forte terremoto. Rivolgetevi alle Associazioni di volontariato ed alla Protezione Civile per ottenere maggiori e più dettagliate informazioni.

*\* Pagine e adattamento a cura della F.E.S.N. Rete Sismica Sperimentale del Friuli – su indicazioni e materiali editi da: U.S.G.S. (United States Geological Survey) – Menlo Park, Cal. U.S.A.; California Academy of Sciences earthquake education – S.Francisco, Cal, U.S.A.; American Red Cross.*