

## **TERREMOTO: NORME DI COMPORTAMENTO SUGGERITE AI VOLONTARI DI PROTEZIONE CIVILE.**

### **ABBIGLIAMENTO E ATTREZZATURA PERSONALE**

1. Indossare gli **abiti in dotazione al gruppo**, nei colori prescritti (arancio, giallo, rosso, blu).
2. Vestitevi a strati, in modo da potervi alleggerire o coprire con facilità e continuità; si consiglia:
  - **maglietta della salute;**
  - **maglietta a maniche corte;**
  - **felpa, pile o pullover;**
  - **calzoni con pettorina di provata efficienza o con cintura resistente, meglio se con gancio o moschettone di ritenuta;**
  - **giacca a vento, key way, gilet o corpetto alta visibilità;**
  - **cappello.**
3. Non indossare cinture portate larghe o altri accessori che possano dare luogo ad agganciamenti a maniglie, ferri, parti sporgenti, ecc.
4. Si raccomanda l'uso di **scarpe alte con suola antinfortunistica e fortemente incisa** (tipo Vibram), ugualmente valide le pedule da montagna, mentre è **assolutamente vietato l'uso delle scarpe da tennis.**
5. Durante gli interventi nelle ore di buio indossare **capi ad alta visibilità.**
6. I volontari che escono dal campo base per ricognizioni, sopralluoghi e interventi devono avere la disponibilità di un casco antinfortunistico **personale.**
7. L'intervento in zona terremotata non può prescindere dalla possibilità che si verifichino ulteriori scosse sismiche a ogni ora del giorno e della notte, pertanto si consiglia di:
  - **riposare rimanendo vestiti quanto più possibile;**
  - **tenere a portata di mano, sistematicamente nella stessa posizione, torcia elettrica, scarpe, giacca a vento e quanto altro ritenuto indispensabile,** in modo da essere pronti nel minor tempo possibile in caso di necessità.
8. Al campo base portare:
  - **Sacco a pelo;**
  - **Materassino o stuoia isolante;**
  - **Tappi per orecchie;**
  - **Fascia per coprire gli occhi;**
  - **Coltello multiuso;**
  - **Multipresa elettrica a ciabatta;**
  - **Telefonino personale;**
  - **Attrezzatura per pulizia personale.**

## **COMPORTAMENTO DA TENERSI NEGLI INTERVENTI DOPO LE SCOSSE**

1. **Si ricorda che la distanza minima di sicurezza da qualsiasi fabbricato od elemento in elevazione è almeno pari alla sua altezza: RISPETTATE TASSATIVAMENTE QUESTA FONDAMENTALE MISURA DI SICUREZZA.**
2. **Non avvicinatevi inutilmente a distanza inferiore a quella di sicurezza od entrate nei fabbricati lesionati, abbandonati e/o dichiarati inagibili se non espressamente autorizzati dall'autorità competente al fine di una verifica concordata della stabilità.**
3. La guida dei mezzi deve essere fatta a **velocità moderata**, rimanendo quanto più possibile verso il **centro della carreggiata**, onde evitare possibili sassi e massi scaricati dall'alto, franamenti della strada, ostacoli quali macerie, cavi, ecc. Questa misura è ulteriormente giustificata dal fatto che a bordo di un veicolo in moto le scosse di terremoto si avvertono in misura molto minore.
4. I volontari devono porre particolare attenzione alla presenza di **fabbricati, muri, tralicci, cavi elettrici, alberi, antenne, comignoli, pendii scoscesi, scarpate, ponti, sottopassi, fiumi, torrenti, bacini, stagni** ( in particolare se questi ultimi si trovano lungo il fianco di un monte).
5. Nel caso di interventi notturni i volontari in ricognizione a piedi devono fare **uso sistematico delle torce** scandagliando l'area in direzione alto-basso e destra-sinistra senza soluzione di continuità, per sincerarsi che il terreno percorso sia sicuro e che nulla di pericoloso penda dall'alto o incomba sul passaggio.

## **NORME DI COMPORTAMENTO VALIDE PER TUTTI**

### **DURANTE LA SCOSSA**

**Rimanete dove vi trovate, non tentate di raggiungere l'esterno se siete all'interno, non riparatevi all'interno se siete all'esterno.**

*Se siete all'interno:*

- Mantenete la calma.
- Cercate riparo sotto **un tavolo od un letto**, stando rannicchiati e con le braccia a protezione della testa, oppure
- Cercate riparo vicino ad un **muro portante**, meglio se in un **angolo** di una stanza, oppure
- Cercate riparo sotto l'**architrave** di una porta.
- **Evitate di rimanere nel centro** del locale nel quale vi trovate.
- Evitate la vicinanza di **superfici vetrate** quali porte, finestre, abbaini, vasistas, vetrine.
- Evitate la vicinanza di **oggetti che possono cadere** da pareti o soffitti, come quadri o lampadari.
- Evitate la vicinanza di **mobili alti** quali armadi, scansie, librerie, che se non fissati possono rovesciarsi.
- **Non sostate sulle scale e sui balconi.**
- **Fermate l'ascensore o il montacarichi** al piano più vicino, non sostate sui gradini della scala e riparatevi sotto un architrave.

*Se siete all'esterno:*

- Mantenete la calma.
- Allontanatevi da **fabbricati, muri, tralicci, cavi elettrici, alberi, antenne, comignoli, pendii scoscesi, scarpate, ponti, sottopassi, fiumi, torrenti, bacini, stagni** ( in particolare se questi ultimi si trovano lungo il fianco di un monte).
- Non sostate nei **sottopassaggi, nelle gallerie, sotto i ponti.**

## **DOPO LA SCOSSA**

*Procuratevi: una coperta, una riserva d'acqua, una lampada portatile, una radio a batterie.*

- **Non accendete luci, non usare candele, accendini, fiamme libere**, ma utilizzate una lampada portatile.
- Indossate un **robusto paio di scarpe**.
- **Fate attenzione ad aprire gli armadi**: potrebbe cadere qualcosa dall'alto.
- Se decidete di abbandonare i locali, **chiudete l'interruttore generale di gas, luce ed acqua**.
- **Non utilizzate l'ascensore**.
- Utilizzate le scale dell'edificio **solo dopo aver controllato** il loro stato apparente.
- Controllate se il fabbricato ha accusato danni, nel qual caso, se non sussistono necessità primarie, **chiedete l'intervento di un tecnico qualificato** (se non siete in grado di farlo personalmente) per una accurata valutazioni delle condizioni statiche dell'edificio.
- **Non utilizzate il telefono**, ammesso che funzioni, se non per chiedere soccorsi.
- **Chiudete la porta e le finestre di casa**.
- **Non usate l'auto**.
- **Non avvicinatevi ad animali spaventati**.
- **Non portate animali domestici nei centri di raccolta**.
- **Non spostate feriti** se non in caso di ulteriore e più grave pericolo.
- **Allontanatevi da spiagge, fiumi, fianchi scoscesi di monti**.
- **State sdraiati o seduti per una mezz'ora dopo l'evento**.
- **Utilizzate una radio portatile** per avere notizie.
- Collaborate a mantenere le **strade sgombre** per il passaggio dei mezzi di soccorso.
- **Rispettate le disposizioni che vengono emanate dalle autorità**.
- **Collaborate con la Protezione Civile**.