

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**.