

# Prepararsi in famiglia nel caso di un terremoto

## Mettersi in Sicurezza a Casa

Un terremoto si verifica in maniera improvvisa e senza avvertimento. Molti credono che i danni causati da un terremoto siano inevitabili e che l'unica cosa da fare sia raccogliere i "cocchi" a terremoto finito. Sebbene non si possa prevedere un terremoto, molti dei danni e delle perdite si possono ridurre prendendo accorgimenti prima, durante e dopo l'evento. Generalmente si crede che i danni e le ferite riportate durante un terremoto siano causati solo dal crollo di edifici. Non è così, in quanto gli oggetti che si rompono o cadono nelle nostre case possono causare danni e ferite. Cosa possiamo fare per prevenire tutto questo?

### Prima di un terremoto

Tutti i membri di una famiglia possono prendere i seguenti accorgimenti prima del verificarsi di un terremoto:

- Tenersi informati sulla sismicità dell'area in cui si vive
- Conoscere i piani d'emergenza del proprio comune di residenza
- Informarsi sulle procedure previste nel caso in cui ci fosse un membro della famiglia disabile
- Avere una lista di numeri di telefono d'emergenza
- Organizzare delle procedure di emergenza per tutta la famiglia e sviluppare un piano per riunire tutti i membri
- Ideare una modalità per poter comunicare tra i membri della famiglia
- Preparare un kit d'emergenza
- Individuare le aree sicure in ogni stanza
- Individuare e ridurre i rischi non-strutturali (ancorare oggetti pesanti ai muri, assicurare oggetti fragili ecc.)
- Essere a conoscenza di come chiudere il gas, l'acqua e l'elettricità
- Organizzare esercitazioni a casa



Organizzare un kit d'emergenza

Stabilire procedure di emergenza per la famiglia in caso di terremoto.



### Durante un terremoto

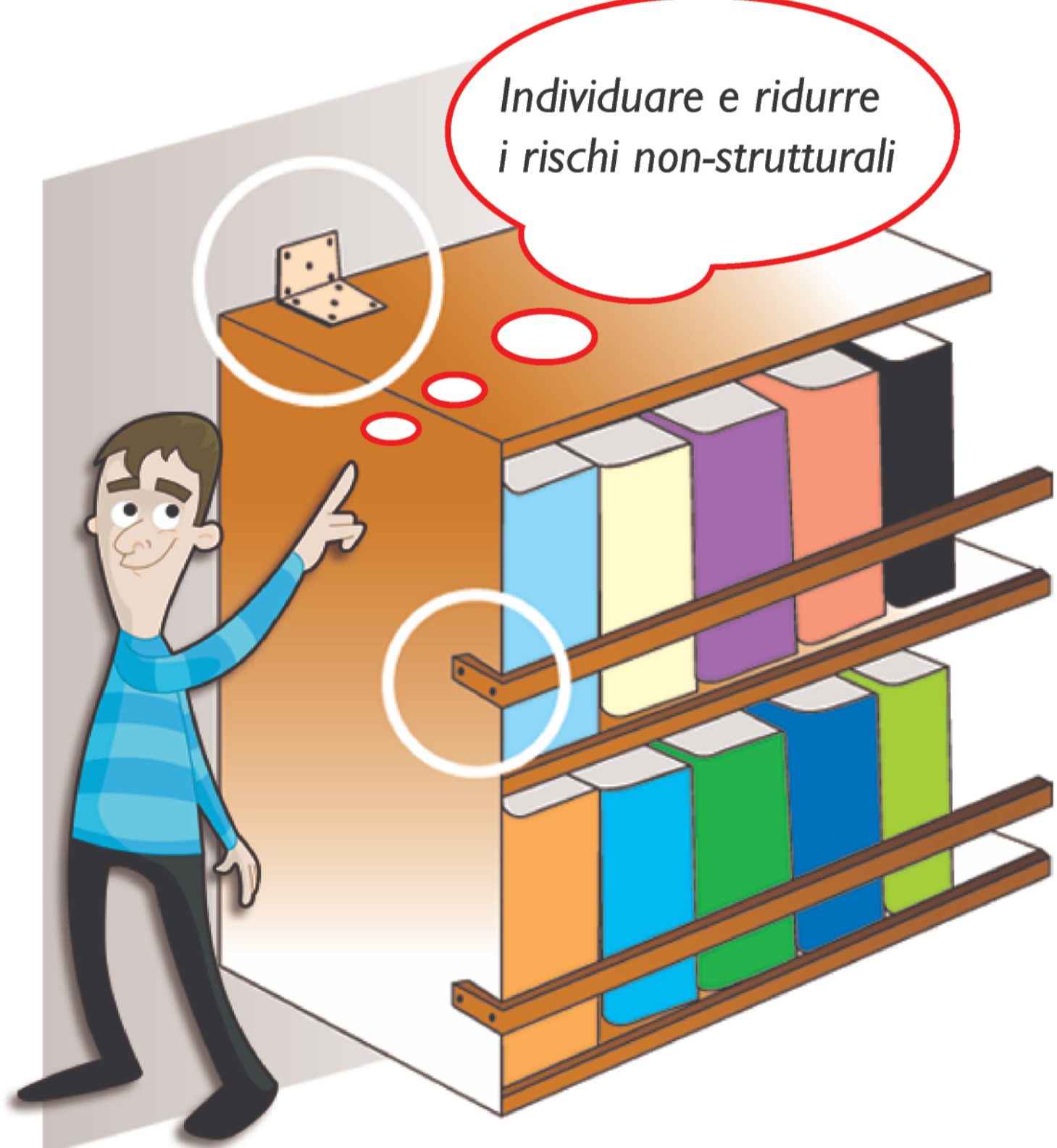
Nel caso in cui i membri di una famiglia si trovino all'interno di un edificio, ognuno dovrebbe:

- Rimanere all'interno e stare calmo
- Rifugiarsi sotto un tavolo robusto, tenersi saldi ed aspettare che finiscano le scosse. Nel caso in cui non vi siano mobili adatti, accucciarsi a terra e coprirsi la testa ed il collo con le braccia
- In edifici costruiti in cemento armato non serve ripararsi sotto l'arco delle porte in quanto i vani delle porte sono sicuri quanto l'intero edificio. Ripararsi sotto l'arco delle porte solo se l'edificio è in muratura portante.
- Se si utilizza una sedia a rotelle bloccare il freno delle ruote e coprirsi la testa ed il collo con le braccia piegando il busto quanto più possibile verso le ginocchia

Accucciarsi al suolo e rifugiarsi sotto un tavolo robusto, tenersi saldi



Rimani dove sei, accovacciati, copriti, e tieniti saldo - in ogni caso



Individuare e ridurre i rischi non-strutturali

### Dopo un terremoto

Quando finiscono le scosse bisogna ricordarsi di:

- Controllare se si è feriti e soccorrere chi ne ha bisogno
- Spegnerne le apparecchiature elettriche
- Spegnerne piccoli incendi e segnalare quelli più grandi
- Indossare abiti e scarpe adatti
- Abbandonare l'edificio senza usare l'ascensore
- Dirigersi verso spazi aperti prestabiliti e sicuri ed evitare i luoghi danneggiati
- Evitare le zone costiere (di mare, laghi e fiumi) nel caso si possano verificare degli tsunami
- Aspettarsi delle scosse successive
- Seguire le istruzioni fornite dalle autorità
- Utilizzare il telefono solo per le emergenze



Dirigersi verso spazi aperti prestabiliti e sicuri ed evitare i luoghi danneggiati

### Se vi trovate all'esterno, ricordatevi di:

- Rimanere dove siete ed evitare pericoli (edifici, lampioni, cavi elettrici, condutture del gas ecc.)

### Se vi trovate all'esterno in un veicolo, ricordatevi di:

- Fermarvi appena possibile in una zona sicura
- Non fermatevi vicino ad edifici, alberi, sotto cavalcavia, vicino a cavi elettrici ecc.

