

ISTRUZIONI IN CASO DI TERREMOTO

I terremoti sono la principale causa di vittime e di danni materiali.

Si tratta di una catastrofe con rapida insorgenza, che si verifica senza preavviso.

Procedure da attuare durante i terremoti:

- Mantenete la calma, perché il panico è fatale.
- Se vi trovate nelle stanze inferiori dell'edificio, durante le prime scosse uscite il prima possibile e raggiungete spazi aperti, lontano da alberi, lampioni, cavi elettrici ed edifici.
- Se vi trovate ai piani più alti, riparatevi nell'angolo interno della stanza, vicino ai muri portanti, sotto gli stipiti delle porte, sotto un tavolo massiccio e proteggetevi gli occhi con le mani.
- Allontanatevi il più possibile da superfici in vetro e pareti divisorie.
- Se possibile, chiudete la valvola principale del gas.
- Se siete in macchina, non dovete fermarvi sopra e sotto i ponti e i sottopassaggi, sotto i cavi elettrici e nelle gallerie. Fermatevi all'aperto e restate in macchina. Se siete copiloti, monitorate la situazione intorno e avvisate il guidatore in merito agli eventi che accadono intorno e che il guidatore non vede.
- Se vi trovate all'aperto, state lontani da edifici, ponti, pali e linee elettriche, nonché da qualsiasi oggetto che potrebbe crollarvi addosso.
- In caso di danni gravi, non tentate di entrare negli edifici.
- Se vi trovate nel centro della città, cercate di evitare gli edifici più alti e camminate in mezzo alle strade o alle piazze.

Procedure post-terremoto:

- Quando cessano i primi terremoti, uscite dagli edifici nel modo più consono e portate con voi le cose più importanti e/o precedentemente preparate.
- Non usate l'ascensore dell'edificio, usate le scale (potrebbe mancare l'elettricità, l'ascensore potrebbe crollare, ecc.).
- Spegnete l'interruttore principale dell'elettricità e chiudete le valvole principali di gas e acqua.
- Non dimenticate l'umanità e l'altruismo nell'aiutare le vittime, ma non spostate i feriti gravi.
- Per bere, utilizzate solo l'acqua confezionata e l'acqua che arriva con gli aiuti.
- Seguite le istruzioni fornite tramite i media.

Se vi ritrovate sepolti tra le rovine:

- Copritevi la bocca ed il naso con un panno, una maglietta o qualcosa di simile, in modo da non inalare la polvere.
- Non urlate inutilmente perché in questo modo inalate polvere e perdetevi le forze.
- In caso di lesioni, prestatevi il primo soccorso, ad esempio per fermare l'emorragia, immobilizzare le ossa, ecc.
- Non utilizzate fiammiferi o accendini per farvi luce.
- Se avete a disposizione un telefono cellulare, cercate di informare i servizi di emergenza (numero 112) o qualcuno che conoscete dell'evento e cercate di fare in modo che la batteria del cellulare duri il più a lungo possibile.
- Mantenetevi calmi e chiedete aiuto solo quando sentite voci esterne e, colpendo con un oggetto solido sui tubi dell'installazione (dall'acqua e dal riscaldamento centralizzato), provate a segnalare la vostra posizione.
- **Risparmiate la vostra forza e l'ossigeno.**

Educatevi, informatevi e affinate regolarmente le vostre capacità e conoscenze di sopravvivenza in caso di terremoto.