

### PROCEDURE DI EMERGENZA IN CASO DI TERREMOTO

I terremoti non danno alcun preavviso e avvertimento e, anche dopo una prima scossa, non si può sapere se ve ne saranno altre e di quale entità. Ciò rende ancor più importante e necessario conoscere le procedure di emergenza ed evacuazione: improvvisare è pericoloso e il panico può rendere la cosa ancor più difficile. L'unico modo che si ha per essere pronti e probabilmente più lucidi è fare **PREVENZIONE, FORMAZIONE e ADDESTRAMENTO**.

Le procedure dipendono dalla struttura dell'edificio, dalle sue caratteristiche tecniche, dal numero di piani fuori terra o interrati (e in particolare da dove ci si trova al momento dell'emergenza) e dai presidi di emergenza presenti (ad esempio se vi sono oppure no scale antincendio esterne autoportanti). Si possono però fissare alcune indicazioni che, seppur generali, possono rappresentare una valida guida per la propria salvezza e di chi ci sta intorno.

Dal punto di vista fisico le procedure più corrette **durante la fase di scossa** sono:

- Solo se ci si trova al piano terra e in prossimità di un'uscita (diciamo indicativamente ad una distanza non superiore a 15-20 metri di percorso effettivo) dirigersi rapidamente verso essa ed uscire in **luogo sicuro** (stando lontani dall'edificio stesso ed in particolare da cornicioni e terrazzi)

In alternativa:

- Abbassarsi (non rimanere in piedi) e possibilmente **protegersi** (se non completamente almeno la testa) sotto un tavolo o una scrivania.
- Non sostare accanto ad oggetti o altro **materiale pesante che può cadere** (ad esempio vicino ad una libreria o al di sotto di un lampadario).
- Non sostare vicino a **finestre o altre superfici vetrate**.
- Se si conoscono i **muri e le strutture portanti** è preferibile sostare vicini ad essi (a volte si può riconoscere più facilmente una colonna o pilastro portante, o una trave portante).
- Tenere le mani dietro la nuca ed **abbassare la testa tra le ginocchia** (sempre per la sua protezione).
- Rimanere nella **posizione rannicchiata**, magari con gli occhi chiusi, finché non termina la scossa.

**Procedure successive alla scossa:**

- Verificare se le altre persone presenti hanno **bisogno di aiuto** (chiamarsi, meglio per nome, e rassicurarsi a vicenda aiuta a mantenere la calma).
- Se la scossa è stata leggera (quindi non sono caduti oggetti, non vi sono segni di cedimento strutturale, i superiori non danno istruzioni specifiche differenti, ecc.) tornare **con calma** in posizione normale e riprendere le attività (comunque confrontandosi con i colleghi e le altre persone presenti).

- Nel dubbio chiamare i componenti delle Squadre d'Emergenza e **chiedere indicazioni specifiche**.
- Se la scossa è stata significativa (con caduta di oggetti o mobili, segni di cedimento) o se vengono date indicazioni dai superiori per procedere all'evacuazione, muoversi con molta sollecitudine **ma senza mai correre e parlare ad alta voce**.
- Nel caso **chiamare 112** numero unico di emergenza che smisterà ai **Vigili del Fuoco**.
- Seguire i **percorsi d'esodo** indicati dalla segnaletica e comunque dirigersi verso le uscite più vicine (meglio utilizzare in generale scale esterne di sicurezza (ove presenti) ed uscite di emergenza).
- Non utilizzare **mai gli ascensori** e non sostare mai sulle scale.
- **Non perdere tempo** per recuperare oggetti personali (comprese giacche, borse, oggetti di valore, cellulari, ecc.) o per terminare lavorazioni o altro (ad esempio salvataggio di lavori informatici).
- Durante l'esodo cercare di **controllare** che tali vie di fuga siano sicure ed accessibili (ad esempio per la possibile presenza di calcinacci o per possibili formazioni di crepe sulle scale).
- Durante l'esodo **aiutare** i colleghi o altre persone presenti in difficoltà (diversamente abili, anziani, bambini, persone agitate o prese dal panico) cercando di utilizzare sempre un dialogo al positivo e orientato all'ottimismo.
- Una volta raggiunto l'esterno (se indicato arrivare al **luogo di raduno**), rimanere in attesa dei soccorsi, dare informazione ai superiori sulla propria presenza, segnalare eventuali rischi di cui si è venuti a conoscenza, indicare la possibile presenza all'interno di altre persone.
- **Non rientrare** mai prima di aver verificato che la situazione sia tornata ordinaria e sicura o dopo aver ricevuto indicazioni dai responsabili.

### Prevenzione

L'unica vera ed efficace **prevenzione antisismica** è quella di trovarsi in edifici (case, aziende, scuole o locali pubblici) costruiti con criteri appunto antisismici.

La prevenzione tecnica e strutturale (che tiene conto della zona specifica, della tipologia costruttiva e della destinazione d'uso) può nei casi gravi fare la differenza e salvare la vita alle persone.

Infine fare prevenzione vuol dire, anche in questo caso così come per le altre emergenze possibili, fare formazione ed addestramento: la conoscenza del rischio e delle procedure per mettere in salvo sé stessi e le altre persone può fortemente incidere sull'incolumità fisica in caso di terremoto e sulla possibilità di evitare condizioni emotive di panico che spesso, già di per sé, può essere fonte di pericolo ed infortunio.