

COMUNE DI COGORNO

(PROVINCIA DI GENOVA)



CAPITOLO 20

SCHEDE DI AUTOPROTEZIONE PER LA POPOLAZIONE

20.1 UTILIZZO DELLE SCHEDE

L'esperienza insegna che, in caso di evento eccezionale e pericoloso, molte problematiche legate alla salvaguardia dell'incolumità delle persone ed all'efficacia del soccorso nascono dalla condizione di indisciplina e di panico della popolazione.

Appare dunque necessario che prima, durante e dopo l'evento la popolazione attivi autonomamente una serie di provvedimenti cautelativi coordinati con le procedure delle Autorità preposte alle funzioni di protezione civile.

Questa attività di ogni singolo individuo o di gruppi familiari o di gruppi di lavoro sono definiti "provvedimenti di autoprotezione".

Vengono di seguito indicate attraverso "schede a tema" i principali comportamenti da rispettarsi nel corso dei diversi eventi possibili.

Onde consentire la completa conoscenza delle schede, il Comune dovrà divulgarle capillarmente presso la popolazione, organizzando incontri e dibattiti presso le frazioni.

SCHEDA G - IN CASO DI ONDATE DI CALORE

Il caldo causa problemi alla salute nel momento in cui altera il sistema di regolazione della temperatura corporea.

Normalmente il corpo si raffredda sudando ma in certe condizioni ambientali questo meccanismo non è sufficiente.

Se, per esempio, il tasso di umidità è molto alto, il sudore evapora lentamente e quindi il corpo non si raffredda in maniera efficiente e la temperatura corporea può aumentare fino a valori così elevati da danneggiare organi vitali.

La capacità di termoregolazione di una persona è condizionata da fattori come l'età, le condizioni di salute, l'assunzione di farmaci.

I soggetti a rischio sono le persone anziane o non autosufficienti, le persone che assumono regolarmente farmaci, i neonati e i bambini piccoli, chi fa esercizio fisico o svolge un lavoro intenso all'aria aperta.

Per questo, durante i giorni in cui è previsto un rischio elevato di ondate di calore e per le successive 24 o 36 ore, vi consigliamo di seguire queste semplici norme di comportamento.

Non uscire nelle ore più calde, dalle 12 alle 18, soprattutto ad anziani, bambini molto piccoli, persone non autosufficienti o convalescenti;

in casa, proteggetevi dal calore del sole con tende o persiane e mantenete il climatizzatore a 25-27 gradi; se usate un ventilatore non indirizzatelo direttamente sul corpo;

bere e mangiare molta frutta ed evitate bevande alcoliche e caffeina; in generale consumare pasti leggeri; indossare abiti e cappelli leggeri e di colore chiaro all'aperto evitando le fibre sintetiche; se è con voi una persona in casa malata, fate attenzione che non sia troppo coperta.

SCHEDA H - IN CASO DI TEMPORALI E FULMINI

In generale, devi tener conto della rapidità con cui le nubi temporalesche si sviluppano e si accrescono, e conducono quindi il temporale a raggiungere il momento della sua massima intensità senza lasciare molto tempo a disposizione per guadagnare riparo.

PRIMA

Verifica le condizioni meteorologiche già nella fase di pianificazione di una attività all'aperto, come una scampagnata, una giornata di pesca, un'escursione, leggendo in anticipo i bollettini di previsione emessi dagli uffici meteorologici competenti, che fra le tante informazioni segnalano anche se la situazione sarà più o meno favorevole allo sviluppo di temporali nella zona e nella giornata che ti interessa;

ricordati che la localizzazione e la tempistica di questi fenomeni sono impossibili da determinare nel dettaglio con un sufficiente anticipo: il quadro generale tracciato dai bollettini di revisione, quindi, va sempre integrato con le osservazioni in tempo reale e a livello locale.

IN AMBIENTE ESPOSTO, MENTRE INIZIA A LAMPEGGIARE E/O A TUONARE

Se vedi i lampi, specie nelle ore crepuscolari o notturne, anche a decine di chilometri di distanza, il temporale può essere ancora lontano; in questo caso allontanati velocemente; se senti i tuoni, il temporale è a pochi chilometri e quindi è ormai prossimo.

AL SOPRAGGIUNGERE DÌ UN TEMPORALE

Osserva costantemente le condizioni atmosferiche, in particolare poni attenzione all'eventuale presenza di segnali precursori dell'imminente arrivo di un temporale:

- Se sono presenti in cielo nubi cumuliformi che iniziano ad acquisire sporgenze molto sviluppate verticalmente, e magari la giornata in valle è calda e afosa, nelle ore che seguono è meglio evitare ambienti aperti ed esposti (come una cresta montuosa)
- Rivedi i programmi della tua giornata: in alcuni casi questa precauzione potrà – a posteriori – rivelarsi una cautela eccessiva, dato che un segnale precursore non fornisce la certezza assoluta dell'imminenza di un temporale, o magari quest'ultimo si svilupperà a qualche chilometro di distanza senza coinvolgere la località in cui ti trovi, ma non bisogna mai dimenticare che non c'è modo di prevedere con esattezza questa evoluzione e quando il cielo dovesse tendere a scurirsi più decisamente, fino a presentare i classici connotati cupi e minacciosi che annunciano con certezza l'arrivo del temporale, a quel punto il tempo a disposizione per mettersi in sicurezza sarà molto poco, nella maggior parte dei casi insufficiente.

IN CASO DI FULMINI ASSOCIATI AI TEMPORALI

Associati ai temporali, i fulmini rappresentano uno dei pericoli più temibili.

La maggior parte degli incidenti causati dai fulmini si verifica all'aperto: i rilievi sono i luoghi più a rischio ma lo sono anche tutti i luoghi esposti, specie in presenza d'acqua. In realtà esiste un certo rischio connesso ai fulmini anche al chiuso.

Una nube temporalesca può dar luogo a fulminazioni anche senza apportare necessariamente precipitazioni.

All'aperto

Resta lontano da punti che sporgono sensibilmente, come pali o alberi: non cercare riparo dalla pioggia sotto questi ultimi, specie se d'alto fusto o comunque più elevati dalla vegetazione circostante; evita il contatto con oggetti dotati di buona conduttività elettrica;

togliti di dosso oggetti metallici (anelli, collane, orecchini e monili che in genere possono causare bruciature; resta lontano anche dai tralicci dell'alta tensione attraverso i quali i fulmini – attirati dai cavi elettrici – rischiano di scaricarsi a terra;

ed in particolare:

in montagna scendi di quota, evitando in particolare la permanenza su percorsi particolarmente esposti come creste, muovendosi se possibile lungo conche o aree depresse del terreno cerca se possibile riparo all'interno di una costruzione, in mancanza di meglio anche un bivacco o fienile, mantenendo una certa distanza dalle pareti una volta guadagnato un riparo o se si è costretti a sostare all'aperto:

accovacciati a piedi uniti, rendendo minima tanto la tua estensione verticale, per evitare di trasformarti in parafulmini, quanto il punto di contatto con il suolo, per ridurre l'intensità della corrente in grado di attraversare il tuo corpo;

evita di sdraiarti o sederti per terra e resta a distanza di una decina di metri da altre persone che sono con te tieniti alla larga da funi e scale metalliche e da altre situazioni analoghe se hai tempo cerca un riparo all'interno dell'automobile, con portiere e finestrini rigorosamente chiusi e antenna della radio possibilmente abbassata

liberati da attrezzi metallici

in campeggio durante il temporale è preferibile ripararsi in una struttura in muratura, come i servizi di un camping o manufatti simili.

Se ti trovi all'interno di tende e ti è impossibile ripararti altrove: evita di toccare le strutture metalliche e la pareti della tenda

evita il contatto con oggetti metallici collegati all'impianto elettrico (es. condizionatori), sarebbe comunque opportuno togliere l'alimentazione delle apparecchiature elettriche; isolati dal terreno con qualsiasi materiale isolante a disposizione

In casa

Il rischio connesso ai fulmini è fortemente ridotto, segui comunque alcune semplici regole durante il temporale:

evita di utilizzare tutte le apparecchiature connesse alla rete elettrica ed il telefono fisso

lascia spenti (meglio ancora staccando la spina), in particolare, televisore, computer ed elettrodomestici non toccare gli elementi metallici collegati all'esterno, come condutture, tubature, caloriferi ed impianto elettrico evita il contatto con l'acqua (rimandare al termine del temporale operazioni come lavare i piatti o farsi la doccia, nella maggior parte dei casi basta pazientare una o due ore) non sostare sotto tettoie e balconi, riparati invece all'interno dell'edificio mantenendoti a distanza da pareti, porte e finestre, assicurandoti che queste ultime siano chiuse.

SCHEDA I - IN CASO DI CRISI IDRICA

Per risparmiare acqua

- Rifornisci i rubinetti di dispositivi frangi getto che consentano di risparmiare l'acqua
- Verifica che non ci siano perdite. Se, con tutti i rubinetti chiusi, il contatore gira, chiama una ditta specializzata che sia in grado di controllare eventuali guasti o perdite nella tubatura e nei sanitari
- Non lasciare scorrere inutilmente l'acqua del rubinetto, ma aprilo solo quando è necessario, ad esempio mentre si lavano i denti o durante la rasatura della barba
- Non utilizzare l'acqua corrente per lavare frutta e verdura: è sufficiente lasciarle a bagno con un pizzico di bicarbonato
- Quando è possibile, riutilizza l'acqua usata: l'acqua di cottura della pasta, ad esempio, per sgrassare le stoviglie, quella utilizzata per lavare frutta e verdura per innaffiare piante e fiori
- Utilizza lavatrici o lavastoviglie possibilmente nelle ore notturne, solo a pieno carico e ricordati di inserire il programma economizzatore se la biancheria o le stoviglie da lavare sono poche
- Utilizza i serbatoi a due portate, nei servizi igienici: consente di risparmiare circa il 60% dell'acqua attualmente usata con serbatoi a volumi fissi ed elevati
- Preferisci la doccia al bagno: è più veloce e riduce di un terzo i consumi
- Quando vai in ferie o ti assenti per lunghi periodi da casa, chiudi il rubinetto centrale dell'acqua
- Non utilizzare acqua potabile per lavare automobili

In caso di sospensione dell'erogazione dell'acqua

- Prima della sospensione, fai una scorta minima di acqua per bagno e cucina e rifornisciti di piatti, posate, bicchieri di plastica, ovatta e alcool denaturato
- Spegni lo scaldabagno elettrico e riaccendilo dopo che è tornata la corrente per evitare danni alle resistenze di riscaldamento

- Appena ripristinata l'erogazione dell'acqua, evita di usare lavatrice, lavastoviglie e scaldabagno fino al ritorno della normalità perché potrebbero verificarsi fenomeni di acqua scura