

# FENOMENI METEOROLOGICI ESTREMI

## ISTRUZIONI GENERALI

- Rimani sintonizzati sui canali di radio e televisione per seguire l'andamento dei fenomeni meteorologici. Le fonti di informazione ufficiali sono il Servizio Meteorologico Nazionale (EMY) nonché il Segretariato Generale della Protezione Civile.
- In caso di necessità, chiama in alternativa: Polizia di Stato 100, Comando dei Vigili del Fuoco 199, Servizio Ambulanza EKAB 166, il numero europeo di emergenza, il 112.
- In un punto ben visibile in casa, nota i numeri di emergenza suindicati se i ragazzi sono in grado di chiamarli e assicurati che li conoscano.
- Aiuta i bambini a memorizzare i loro dati personali come cognome, indirizzo e numero di telefono di casa.
- Spiega ai componenti della tua famiglia come e quando disattivare la corrente elettrica, i rubinetti principali di gas naturale ed acqua, spiega loro le istruzioni d'uso dell'estintore e come chiamare aiuto.
- Prepara prodotti di prima necessità come cassetta di pronto soccorso, estintore, torcia elettrica e pile, radio portatile ecc.
- Rivolgi un'attenzione particolare a bambini e anziani.

## Appena passato il maltempo

- Continua a seguire alla radio e alla TV gli avvisi e i consigli diramati dalle istituzioni ufficiali.
- Esegui un controllo della casa e degli altri tuoi beni patrimoniali per individuare eventuali danni.

## Se ti devi spostare

- Informati sulle condizioni del tempo e sulla viabilità stradale.
- Secondo la tua destinazione, valuta il tipo di fenomeno meteorologico che potresti incontrare (neve, ghiaccio, grandine, rovesci, pioggia ecc.).
- Modifica il programma dei tuoi spostamenti per evitare il picco del maltempo.
- Viaggia durante il giorno, percorrendo di preferenza arterie principali e non strade impervie ed isolate.
- Informa i tuoi famigliari del percorso che seguirai.
- Non sottovalutare le istruzioni diramate dal Segretariato Generale della Protezione Civile, i bollettini meteo del Servizio meteorologico nazionale EMY e le indicazioni delle Autorità locali, come la Polizia di Stato, la Guardia costiera, i Vigili del Fuoco ecc.
- Controlla le condizioni della tua automobile prima di qualsiasi spostamento.
- Prendi in macchina quanto necessario per affrontare fenomeni meteorologici estremi (catene da neve, liquidi antigelo, ombrelli, impermeabili, stivali, torcia elettrica, cassetta di pronto soccorso ecc.).
- Indossa adeguati vestiti se devi spostarti a piedi.
- Fai attenzione alla tua incolumità quando cammini e stai attento a non ferirti a causa di un fondo stradale o marciapiede scivoloso o per la caduta di oggetti causata dal forte vento o dalla grandine.
- Per i tuoi spostamenti, dai la preferenza ai mezzi pubblici.
- Non perdere la calma. Il panico aggrava la situazione.
- Non ostacolare l'opera delle Autorità.

## **ISTRUZIONI PARTICOLARI DI PROTEZIONE PER OGNI FENOMENO**

### **► VENTI DI TEMPESTA**

#### **COME PREPARARSI**

##### **Prima e durante i venti di tempesta**

- Metti in sicurezza gli oggetti che possono essere trascinati dal vento e provocare danni materiali o ferite.
- Lega saldamente le tue eventuali insegne pubblicitarie.
- Metti in sicurezza porte e finestre di casa o del luogo di lavoro.
- Evita ogni attività in aree marine o litoranee.
- Evita di passare sotto grandi alberi, insegne sospese e, in genere, da aree in cui oggetti leggeri (come vasi, vetri frantumati ecc.) possono staccarsi e cadere per terra (ad esempio sotto i balconi).

### **► TEMPORALI**

#### **Come calcolare la distanza di un temporale**

- Calcola, in secondi, il tempo che intercorre tra un lampo ed il tuono. Dividi il tempo ottenuto per 3 e otterrai la distanza in km.
- Prendi tutte le misure necessarie prima dell'arrivo del temporale. La distanza è indicativa, il temporale può scoppiare molto prima nell'area in cui ti trovi.

## **DURANTE UN TEMPORALE**

#### **Se sei in casa**

- Metti in sicurezza gli oggetti che possono essere trascinati dal vento o da un repentino rovescio, provocando danni materiali o ferite.
- Controlla il fissaggio delle tue eventuali insegne pubblicitarie.
- Metti in sicurezza porte e finestre.
- Non tenere in mano apparecchiature elettriche o il telefono considerato che un lampo potrebbe attraversare i fili. Stacca gli apparecchi televisivi dall'antenna e dalla corrente elettrica.
- Evita di toccare i tubi dell'acqua (in bagno, cucina) visto che sono ottimi conduttori di elettricità.

#### **Se sei in macchina**

- Fermati sul ciglio della strada, lontano da alberi che potrebbe cadere sulla macchina.
- Rimani al chiuso, accendi i fanali di posizionamento (fanali di emergenza) e aspetta che passi il temporale.
- Chiudi i finestrini e non toccare parti metalliche.
- Evita le strade allagate.

#### **Se sei all'aperto**

- Riparati in un edificio o in un'auto, altrimenti siediti subito per terra senza sdraiarti.
- Proteggiti con i rami folti di alberi bassi se sei in mezzo al bosco.
- Non ripartirti mai sotto un albero alto in un luogo aperto.

- Evita di andare verso il basso dove esiste il rischio di allagamenti.
- Non sostare vicino a pilastri, linee elettriche, telefoniche e recinti.
- Non avvicinarti ad oggetti metallici (ad esempio automobili, biciclette, materiale di campeggio ecc.)
- Allontanati da fiumi, laghi o altre distese di acqua.
- Se sei in mare, esci subito.
- Se sei isolato in una distesa piatta e senti drizzarti i capelli (segno che fra poco arriverà un fulmine) siediti con la testa tra le ginocchia (per ridurre al massimo la superficie del tuo corpo ed il tuo contatto con il suolo) togliendoti gli oggetti metallici che hai addosso.

### **Durante una grandine**

- Riparati immediatamente. Non abbandonare il posto sicuro in cui sei, fallo esclusivamente se sei sicuro che sia passata la grandine. La grandine può essere molto pericolosa anche per gli animali.

## **► NEVICATE**

### **COME PREPARARSI**

#### **Se abiti in un'area di montagna o impervia con il problema di frequenti nevicate**

- Predisponi il materiale per il riscaldamento e cibo per vari giorni.
- Tieni a disposizione l'attrezzatura per lo sgombero della neve (ad esempio un badile).

### **DURANTE UNA NEVICATA O UNA TEMPESTA DI NEVE**

#### **Se sei in casa**

- Mantieni la casa calda e rimani al coperto il più possibile.
- Non lasciare uscire i bambini da soli.
- Indossa vestiti idonei e scarpe adeguate.
- Controlla la rete idrica, le condutture ed il vetro del pannello solare.

#### **Se sei in macchina**

- Evita di guidare in aree montane impervie.
- Cambia direzione se sei su una strada impervia e in caso di intensa nevicata.
- Rispetta le distanze di sicurezza dai veicoli che ti precedono.
- Rimani all'interno dell'automobile in caso di fermata. Fissa all'antenna della radio o in altro punto visibile un pezzo di stoffa di colore intenso affinché possano trovarti le squadre di soccorso. Accendi il motore tutte le ore per una decina di minuti e mantieni pulito il tubo di scappamento dalla neve.

#### **Se sei all'aperto**

- Recati in un punto sicuro senza esporti alla tempesta di neve.
- Indossa vari strati di indumenti leggeri e caldi invece di un unico indumento pesante e calza stivali caldi impermeabili. Dai la preferenza ad un indumento esterno impermeabile.
- Presta la massima attenzione quando ti sposti in aree dove si prevedono nevicate.
- Usa catene da neve se devi assolutamente spostarti in macchina. È preferibile viaggiare di giorno usando arterie centrali. Informa i tuoi famigliari del percorso che seguirai.
- Per i tuoi spostamenti in città, dai la preferenza ai mezzi pubblici.

## ► GHIACCIO

### COME PREPARARSI

- In aree ghiacciate, prestare la massima attenzione quando guidi. Segui su radio e TV le condizioni della viabilità stradale e tieni sempre in macchina le catene da neve.
- Se ti sposti a piedi, indossa scarpe adeguate per evitare di scivolare e ferirti.

### La rete idrica delle abitazioni

- Impara dove è collocato il contatore dell'acqua della tua abitazione nonché il rubinetto principale e le valvole secondarie.
- Controlla e assicurati che i rubinetti dell'impianto idrico si aprono e chiudono e funzionano correttamente.
- Assicurati che le condutture esterne (come pannelli solari, rubinetti sui balconi) siano protette da materiale isolante altrimenti dovrai provvedervi al più presto.
- Isola, anzi svuota i pannelli solari, in caso di assenze prolungate durante l'inverno. Regola l'impianto di riscaldamento di casa sul funzionamento automatico a basse temperature.
- Chiudi l'alimentazione dell'acqua verso il pannello solare e svuota l'impianto se sei in casa durante il gelo, specialmente di sera.
- Non sperperare acqua sconsideratamente nel tentativo di rimuovere neve e ghiaccio.
- Limita le attività con un consumo idrico importante (come la lavatrice).
- Informati se il costruttore o l'installatore ha versato un prodotto antigelo nel pannello solare, in caso di apparecchiature a circuito chiuso. In caso contrario, procurati un antigelo adeguato e versalo nell'impianto.
- Controlla se ci sono delle perdite a rubinetti o sciacquoni.
- Controlla che i pluviali su balconi e terrazze siano liberi da foglie e rifiuti e funzionino correttamente.

## SE DURA IL GELO

### Se gelano le condutture dell'impianto idrico principale

- Chiudi immediatamente il rubinetto principale dell'acqua di casa e controlla il contatore. Se funziona («gira»), significa che esiste una perdita sulla rete. Chiudi il rubinetto principale dell'acqua e chiama un idraulico.
- Se decidi di scongelare le condutture, comincia dalla parte di tubo vicino al rubinetto dimodoché il cambiamento di temperatura sia graduale. In assenza di risultati, chiama un idraulico.
- Controlla se si è bagnato o rischia di esserlo l'impianto elettrico; in tal caso, occorre isolarlo.

*Le istruzioni qui sopra sono di natura generale. Per ulteriori informazioni puoi rivolgerti ai locali gestori di fornitura idrica (DEYA, EYDAP, EYATH).*

## ► ONDATA DI CALORE

### DURANTE L'ONDATA DI CALORE

- Evita di fare la cura del sole e rimani in luoghi freschi ed ombreggiati, lontano da luoghi affollati.
- Evita gli esercizi fisici pesanti soprattutto in luoghi con elevate temperature, mancanza di aria ed un alto tasso di umidità.
- Evita di camminare o correre per lunghi periodi sotto al sole.
- Indossa preferibilmente abiti comodi, leggeri e di colore chiaro, in fibre naturali al fine di facilitare l'aerazione del corpo e l'evaporazione del sudore. Indossa un cappello per proteggere e dare aria alla testa. Proteggi gli occhi con occhiali da sole scuri, dotati di uno strato particolare per proteggerti dal riverbero del sole.
- Consuma pasti leggeri e frequenti, dando la preferenza a frutta e verdura. Limita il consumo di grassi.
- Bevi molti liquidi (acqua e succhi di frutta). In caso di eccessiva sudorazione, aggiungi più sale nel tuo cibo. Evita le bevande alcoliche.
- Durante il giorno, fai la doccia con acqua tiepida e, se necessario, proteggi la testa e la nuca con panni bagnati.
- Prendi cura dei tuoi componenti famigliari affetti da malattie croniche (respiratorie, cardiocircolatorie, ecc.). Chiedi consiglio al tuo medico curante circa le misure particolari da adottare in alcuni casi e se assumi medicine.
- Evita i lunghi percorsi con i trasporti pubblici quando il calore raggiunge picchi elevati.

### Se sei con un neonato o dei bambini

- Fa loro indossare un abbigliamento leggero. Le braccia ed i piedi devono rimanere liberi e non essere avvolti da panni.
- Non lasciarli sostare al sole dopo il bagno in mare e mai senza un cappellino.
- Oltre al latte, si consiglia di somministrare anche altri liquidi. Chiedi consiglio al tuo pediatra.
- I bimbi più grandi dovranno bere liquidi in abbondanza (acqua e succhi di frutta) ed assumere un maggiore quantitativo di frutta e verdura, e meno grassi.

### Se hai anziani in casa

- Portali in luoghi o aree più fresche (mare o montagna), considerato che il gran caldo e gli ambienti umidi nascondono insidie. In alternativa, falli rimanere in appartamenti situati ai piani inferiori.
- Apri le finestre di notte per rinfrescare la casa, tenendole ermeticamente chiuse durante le ore calde del giorno.
- Non abbandonare gli anziani da soli durante le vacanze estive o durante lunghi periodi di tempo. Altrimenti, provvedi a farli accudire giornalmente da una persona.