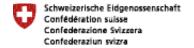
PIANO D'EMERGENZA

E voi, siete pronti?







E VOI, SIETE PRONTI?

Le catastrofi e le situazioni d'emergenza sono quasi sempre imprevedibili. In una situazione d'emergenza si è confrontati con domande fondamentali che non si pongono nella quotidianità. Come posso contattare i miei familiari? Dove posso andare? Cosa porto con me?

Pochi minuti di preparativi possono salvarvi la vita.

Preparate il vostro piano d'emergenza personale – vi aiuterà a reagire in modo rapido e corretto in caso d'emergenza.

Adottate i preparativi più importanti per essere meglio protetti in caso di bisogno. Scoprite su www.alert.swiss o con l'app di Alertswiss quali sono i potenziali pericoli, le misure preventive e il comportamento da adottare in caso di catastrofi e situazioni d'emergenza: per essere preparati al meglio.



Con l'app di Alertswiss è possibile allestire un piano d'emergenza individuale passo per passo, in modo semplice e veloce, anche con i dispositivi mobili.





RAGGIUNGERE I FAMILIARI

Conosci a memoria tutti i numeri dei tuoi familiari?

Inserisci tutti i numeri di telefono dei tuoi familiari qui sotto o importa i relativi contatti dalla tua rubrica.

FΑ	MI	LI	AF	RE	(I)

Cognome, nome Tel. mobile Tel. rete fissa (privato) _____ Tel. rete fissa (lavoro)

FAMILIARE(I)

Cognome, nome Tel. mobile Tel. rete fissa (privato) Tel. rete fissa (lavoro)

FAMILIARE(I)

Cognome, nome Tel. mobile Tel. rete fissa (privato) _____ Tel. rete fissa (lavoro)

FAMILIARE(I)

Cognome, nome Tel. mobile Tel. rete fissa (privato) Tel. rete fissa (lavoro)

FAMILIARE(I)

Cognome, nome Tel. mobile Tel. rete fissa (privato) ______ Tel. rete fissa (lavoro)



(!) CONSIGLI

Vi rientrano i numeri delle persone che hanno in custodia i tuoi figli, i numeri della loro scuola, dei datori di lavoro, dei vicini, di persone bisognose di cure, ecc.





PREPARATIVI IN VISTA DI UNA PERMANENZA IN CASA

VIA PER ARRIVARE A CASA

Immaginati di essere al lavoro mentre i tuoi figli sono assistiti da terzi. Alla radio senti che le autorità hanno disposto la permanenza in casa.

Indica per te stesso e per cia-
scun familiare qual è la via più
breve per arrivare a casa.

FAMILIARE(I) 1		
Cognome, nome		

FAMILIARE(I) 1		
Cognome, nome		

FAMILIARE(I) 1		
Cognome, nome		



! CONSIGLI

- Evita le strade più trafficate!
- Accordati con colleghi di lavoro, vicini, conoscenti, ecc. per condividere l'automobile in caso d'emergenza.

•

Cognome, nome





PREPARATIVI IN VISTA DI UNA PERMANENZA IN CASA

SCORTE

Hai scorte sufficienti in casa per sopravvivere diversi giorni senza aiuti esterni?

E ANCORA ...

Segna con una crocetta le tue esigenze nel seguente elenco. Completa l'elenco con altri alimenti o altre cose importanti secondo le tue esigenze personali.

CONSIGLI

spondano ai vostri biso-

- consumate e ricompera-

- prevedete anche alimen-

gni e alle vostre abitudini

te regolarmente le scorte

ti pronti al consumo (che

non richiedono cottura)

alimentari e i medicinali

- conservate le scorte

in un luogo fresco e asciutto, al riparo dalla

luce

- fate scorte che corri-

- ☐ 9 litri di acqua a persona (3–4 giorni)
- ☐ altre bevande

GENERI ALIMENTARI

(per una settimana)

- □ riso e pasta
- ☐ olio o altri grassi alimentari
- ☐ cibi in scatola (frutta, verdura, funghi, ecc.)
- ☐ farina, lievito secco salumi, carne secca
- □ piatti pronti (p. es. rösti)
- ☐ minestre pronte
- ☐ formaggi a pasta dura e a pasta molle
- □ dadi per brodo, sale, pepe
- □ caffè, tè, cacao
- $\ \square$ müesli, frutta secca, noci,
- □ legumi
- $\hfill\Box$ fette biscottate o cracker
- □ cioccolato
- $\hfill \square$ latte UHT, latte condensato
- ☐ zucchero, marmellata, miele
- ☐ alimenti speciali (in caso di intolleranze)
- □ cibo per animali

- attenzione	alla	data	di
scadenza!			

ricevere il se il segnale FN	eria in grado di egnale DAB+ e M (tutte le radio in vendita in
Svizzera pos	ssono ricevere
anche il seg	nale FM),
🗆 torcia (manı	uale)
□ batterie di r	iserva
□ candele, fiar dini	mmiferi, accen-
☐ fornello da o	campeggio o per
□ denaro in co	ontanti





PREPARATIVI IN VISTA DI UNA PERMANENZA IN CASA

FARMACIA D'EMERGENZA

FARMACIA La tua farmacia domestica corrisponde alle tue necessità?

Segna con una crocetta	FARMACIA D'EMERGENZA
nel seguente elenco i	□ sapone, carta igienica
medicamenti di cui hai	☐ disinfettante
bisogno in caso d'emergenza	☐ 50 mascherine igieniche a testa
e completa la lista con altri	□ antidiarroico
medicamenti e utensili	□ antidolorifici
secondo le tue esigenze	□ termometro
personali.	□ pinzetta
	□ pomata cicatrizzante
	\square materiale di fasciatura (benda per pronto soccorso,
	compresse di garza, bende elastiche, cerotti adesivi o graffet-
	te fermabende, forbici per medicazione)
	□ medicinali ad uso personale
CONCICII	
(!) CONSIGLI	
- Oltre alla farmacia do-	
mostica dovresti sempre	

- Offre alla farmacia domestica, dovresti sempre avere in riserva o addirittura portare sempre con te i medicinali che devi assumere regolarmente o che sono importanti per te.
- Eventualmente discuti i preparativi necessari con il tuo medico di famiglia.



FILM «REAGIRE CORRETTAMENTE IN CASO DI PERICOLO»



Tino e Gino con le loro famiglie vivono in un mondo da favola, dove non esistono né pericoli, né catastrofi, né situazioni d'emergenza. Un mondo senza terremoti, inondazioni, tempeste, pandemie o epidemie e neppure blackout. Ma cosa accadrebbe se all'improvviso ululassero le sirene? La famiglia di Tino non si è mai posta questa domanda. Quella di Gino invece sì. Ed è per questo che ha allestito un piano d'emergenza. Confrontate le due situazioni nel filmato su www.alert.swiss!





PREPARATIVI IN VISTA DI UN'EVACUAZIONE

EVACUAZIONE

Dove vai con i tuoi familiari, se il tuo domicilio deve essere evacuato?

Stabilisci uno o più luoghi dove puoi rimanere per alcuni giorni, per es. presso parenti o conoscenti, presso un domicilio di vacanze, ecc.

ALLOGGIO DI FORTUNA

Nome

APPUNTI

Indirizzo		
Nome		
Indirizzo		
Nome		
Indirizzo		
Nome		
Indirizzo		
Nome		
Indirizzo		
Nome		
Indirizzo		

(!) CONSIGLI

- Nel caso ideale, l'alloggio di fortuna non dovrebbe trovarsi né troppo vicino, né troppo lontano da casa tua; nel primo caso il luogo potrebbe essere colpito dalla stessa catastrofe, per contro potresti avere grandi difficoltà a raggiungere un luogo troppo distante a causa di ingorghi stradali.
- Stabilisci il modo migliore per spostarti (scelta dei mezzi di trasporto, percorso adeguato, ecc.). Considera tuttavia che le autorità possono adottare delle disposizioni particolari per il caso d'emergenza.
- Chiarisci in precedenza se puoi eventualmente portare i tuoi animali domestici nell'alloggio di fortuna presso i tuoi amici o familiari. Nel caso di un'evacuazione non lasciarli chiusi in casa.





PREPARATIVI IN VISTA DI UN'EVACUAZIONE

PUNTI DI RITROVO

Hai stabilito con i tuoi familiari dove incontrarvi se non fosse possibile rientrare a casa?

PUNTO DI RITROVO (NEI PRESSI DEL DOMICILIO)

Concorda almeno due possibili punti di ritrovo: uno nei pressi del tuo luogo di domicilio (vicino a casa tua) e un altro, nel caso in cui la tua abitazione non fosse più raggiungibile.

DI RITROVO STRADA VERSO L'ALLOGGIO DI FORTUNA)

APPUNTI



(!) CONSIGLI

Stabilisci dei punti di ritrovo facilmente raggiungibili da tutti i tuoi familiari e che si trovano sulla strada verso l'alloggio di fortuna da te scelto.





PREPARATIVI IN VISTA DI UN'EVACUAZIONE

BAGAGLIO D'EMERGENZA

Che cosa devi assolutamente prendere con te se devi abbandonare in tutta fretta casa tua? Riesci a mettere in valigia tutte queste cose in mezz'ora?

Segna con una crocetta nel seguente elenco le cose necessarie per il tuo bagaglio d'emergenza e completa l'elenco con altri oggetti secondo le tue esigenze personali.

SE C'E FRETTA	SE HAI PIU TEMPO PER
□ Medicinali personali	L'EVACUAZIONE
□ Passaporto e/o carta d'i-	□ Articoli da toeletta e asciu-
dentità	gamani
□ Portamonete (contanti,	☐ Attestazioni delle rendite,
carta di credito)	delle pensioni e dei redditi
☐ Telefonino con caricatore	☐ Biancheria di ricambio
□ Vitto e bibite per un giorno	☐ Calzature e vestiti resistenti,
	impermeabili e caldi
	☐ Contratti
	☐ Estratti dal registro fon-
	diario
	☐ Farmacia d'emergenza
	☐ Lampada tascabile
	☐ Libretto di famiglia
	☐ Piccoli oggetti di valore
	☐ Polizze assicurative con
	elenchi dei mobili, oggetti di
	valore, collezioni
	☐ Radio FM a batterie
	☐ Se ci sono bambini: gio-
	cattoli
	☐ Testamento(i)



(!) CONSIGLI

- Allestisci un dossier con i documenti personali più importanti.
- Rifletti su come preparare il bagaglio d'emergenza affinché sia pratico da trasportare (valigia, zaino, ecc.).





PERSONE BISO-GNOSE D'AIUTO

In caso d'emergenza quali persone nelle tue vicinanze potrebbero aver bisogno del tuo aiuto?

Se possibile, parla preventivamente con le persone bisognose d'aiuto nelle tue vicinanze (per es. persone anziane, malate, disabili, ecc.) per accertare quali sono i loro bisogni in caso d'emergenza.

APPUNTI



(!) CONSIGLI

- Alloggia queste persone presso il tuo domicilio, aiutale in caso d'evacuazione.
- Se hai familiari o conoscenti bisognosi d'aiuto che non abitano nelle tue vicinanze e che non puoi quindi aiutare direttamente, organizza un aiuto da parte di terzi per loro.





CONDIVIDI IL PIANO D'EMER-GENZA

Anche i tuoi familiari e conoscenti sanno come comportarsi in caso d'emergenza?

Discuti il piano d'emergenza con i tuoi familiari e trasmettiglielo. Solo se i tuoi familiari e i tuoi contatti lo conoscono, potranno applicarlo in caso di bisogno!

Aggiorna il piano d'emergenza una volta l'anno. Se cambi lavoro o traslochi, con tutta probabilità sarà necessario cambiare anche il piano d'emergenza.

APPUNTI



IMPRESSUM

Editore

Ufficio federale della protezione della popolazione UFPP Guisanplatz 1B 3003 Berna info@babs.admin.ch www.protpop.ch

Premedia

Centro dei media digitali dell'esercito MDE Stauffacherstrasse 65/14 3003 Berna

Il piano d'emergenza è disponibile in tedesco, francese e italiano.

Altre copie stampate possono essere ordinate presso:

UFCL, Vendita di pubblicazioni federali, CH-3003 Berna www.pubblicazionifederali.admin.ch N. art. 506.020.i

Il piano d'emergenza è disponibile anche in forma digitale nel sito www.alert.swiss e nell'app Alertswiss.