

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.

1

PIANO D'EMERGENZA - FASE 1

RAGGIUNGERE I FAMILIARI

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

Conosci a memoria tutti i numeri dei tuoi familiari?

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) _____

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.

2

VIA PER ARRIVARE A CASA

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

PIANO D'EMERGENZA – FASE 2

PREPARATIVI IN VISTA DI UNA PERMANENZA IN 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.

FAMILIARE(I) 1

Cognome, nome _____

FAMILIARE(I) 1

Cognome, nome _____

FAMILIARE(I) 1

Cognome, nome _____

IO

Cognome, nome _____



CONSIGLI

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

PIANO D'EMERGENZA – FASE 3

PREPARATIVI IN VISTA DI UNA PERMANENZA IN CASA

SCORTE

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

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.

BEVANDE

- 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
- müsli, frutta secca, noci,
- legumi
- fette biscottate o cracker
- cioccolato
- latte UHT, latte condensato
- zucchero, marmellata, miele
- alimenti speciali (in caso di intolleranze)
- cibo per animali

E ANCORA ...

- radio a batteria in grado di ricevere il segnale DAB+ e il segnale FM (tutte le radio radio DAB+ in vendita in Svizzera possono ricevere anche il segnale FM),
- torcia (manuale)
- batterie di riserva
- candele, fiammiferi, accendini
- fornello da campeggio o per fonduta
- denaro in contanti



CONSIGLI

- fate scorte che corrispondano ai vostri bisogni e alle vostre abitudini
- consumate e ricomperate regolarmente le scorte
- prevedete anche alimenti pronti al consumo (che non richiedono cottura)
- conservate le scorte alimentari e i medicinali in un luogo fresco e asciutto, al riparo dalla luce
- attenzione alla data di scadenza!

FARMACIA D'EMERGENZA

Segna con una crocetta nel seguente elenco i medicinali di cui hai bisogno in caso d'emergenza e completa la lista con altri medicinali e utensili secondo le tue esigenze personali.

PIANO D'EMERGENZA – FASE 4

PREPARATIVI IN VISTA DI UNA PERMANENZA IN CASA

La tua farmacia domestica corrisponde alle tue necessità?

FARMACIA D'EMERGENZA

- sapone, carta igienica
- disinfettante
- 50 mascherine igieniche a testa
- antidiarroico
- antidolorifici
- termometro
- pinzetta
- pomata cicatrizzante
- materiale di fasciatura (benda per pronto soccorso, compresse di garza, bende elastiche, cerotti adesivi o graffette fermabende, forbici per medicazione)
- medicinali ad uso personale

! CONSIGLI

- Oltre 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!**

EVACUAZIONE

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

! 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.

PIANO D'EMERGENZA – FASE 5

PREPARATIVI IN VISTA DI UN'EVACUAZIONE

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

ALLOGGIO DI FORTUNA

Nome _____

Indirizzo _____

Nome _____

Indirizzo _____

Nome _____

Indirizzo _____

Nome _____

Indirizzo _____

Nome _____

Indirizzo _____

Nome _____

Indirizzo _____

APPUNTI



PIANO D'EMERGENZA – FASE 6 PREPARATIVI IN VISTA DI UN'EVACUAZIONE

PUNTI DI RITROVO

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

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.

PUNTO DI RITROVO (NEI PRESSI DEL DOMICILIO)

Nome _____

Indirizzo _____

PUNTO DI RITROVO (SULLA STRADA VERSO L'ALLOGGIO DI FORTUNA)

Nome _____

Indirizzo _____

Nome _____

Indirizzo _____

Nome _____

Indirizzo _____

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.



BAGAGLIO D'EMERGENZA

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.

PIANO D'EMERGENZA – FASE 7

PREPARATIVI IN VISTA DI UN'EVACUAZIONE

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?

SE C'È FRETTA ...

- Medicinali personali
- Passaporto e/o carta d'identità
- Portamonete (contanti, carta di credito)
- Telefonino con caricatore
- Vitto e bibite per un giorno

SE HAI PIÙ TEMPO PER L'EVACUAZIONE ...

- Articoli da toeletta e asciugamani
- Attestazioni delle rendite, delle pensioni e dei redditi
- Biancheria di ricambio
- Calzature e vestiti resistenti, impermeabili e caldi
- Contratti
- Estratti dal registro fondiario
- 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: giocattoli
- 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.).



PIANO D'EMERGENZA – FASE 8

PERSONE BISOGNOSE 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.



PIANO D'EMERGENZA – FASE 9

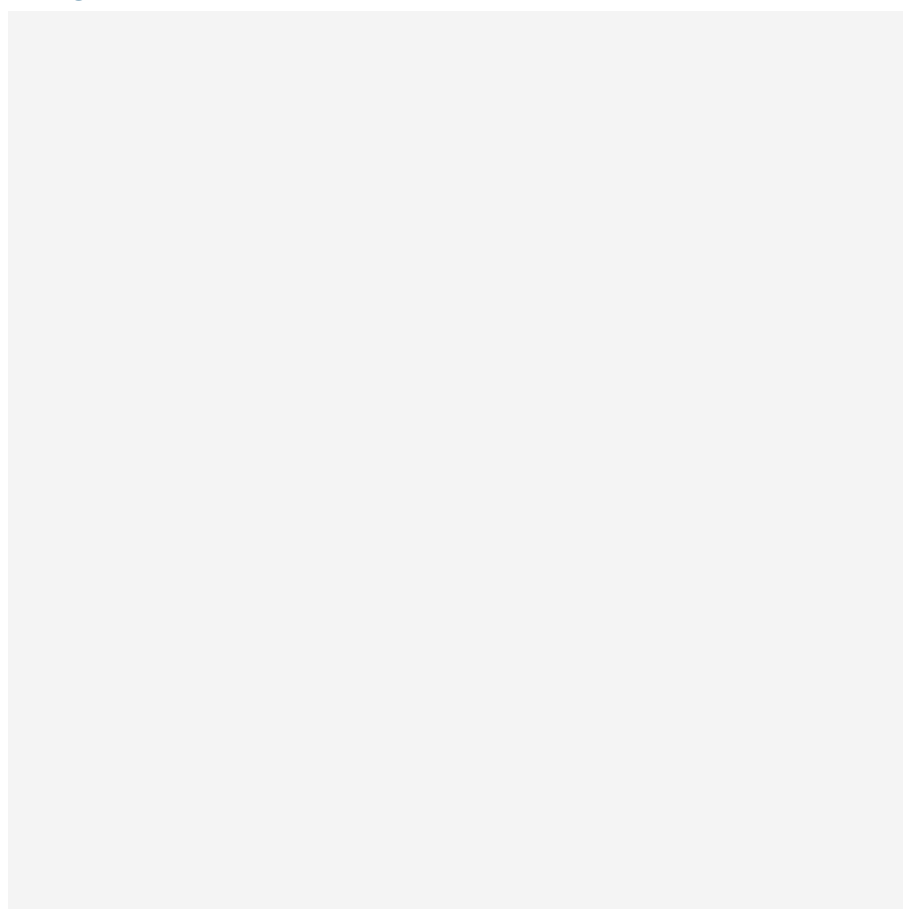
CONDIVIDI IL PIANO D'EMER- GENZA

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.

Anche i tuoi familiari e conoscenti sanno come comportarsi in caso 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.