



Save the Children

FEEL SAFE



GUIDA PRATICA ALLE EMERGENZE:

**informazioni chiave,
curiosità e quiz
per testare la tua
preparazione!**



Quando si parla di emergenze – come terremoti, alluvioni o incendi – le immaginiamo spesso come eventi improvvisi e fuori dal nostro controllo. In parte è vero.

Tuttavia, capire come nasce il rischio ci aiuta a fare scelte più consapevoli e sicure, a casa, a scuola e nella vita quotidiana.

Durante un'emergenza non cambia solo ciò che accade attorno a noi, ma anche dentro di noi. **Possono emergere paura, confusione o agitazione:** è una reazione naturale, perché corpo e mente si attivano per proteggerci.

Riconoscere queste emozioni ci permette di restare più lucidi, prenderci cura di noi stessi e concentrarci su azioni semplici, chiedendo aiuto quando necessario.

Questo pamphlet spiega in modo chiaro i concetti chiave della **preparazione alle emergenze** – pericolo, esposizione, vulnerabilità e rischio – insieme ai comportamenti essenziali per aumentare la sicurezza nostra e degli altri.

Perché, anche se non possiamo evitare un terremoto o una tempesta, possiamo prepararci per ridurre gli effetti, fuori e dentro di noi.



✓ Capire il rischio	4
L'equazione del rischio • Pericolo, vulnerabilità ed esposizione: le basi per riconoscere i rischi e proteggersi meglio.	
✓ Chiedere aiuto nel modo giusto	6
Il 112: il numero che salva vite • Come funziona il Numero di Emergenza Europeo, quando chiamarlo e quali informazioni fornire.	
✓ Allenare lo sguardo alla sicurezza	8
Gli "Occhiali della Sicurezza" • Imparare a osservare l'ambiente con attenzione, riconoscere i pericoli e anticipare le emergenze.	
✓ Rischi	12
Alluvione • Cosa fare prima, durante e dopo un'alluvione, con consigli pratici e un case study reale.	
Incendio • Prevenzione, comportamenti corretti e lezioni apprese dai principali casi di incendio.	
Terremoto • Come proteggersi durante e dopo una scossa, attraverso regole chiare e case study dal passato.	
✓ Quanto ne sai?	24
Quiz delle conoscenze • Metti alla prova ciò che hai imparato su emergenze e sicurezza.	
✓ La sicurezza parte da casa	26
Rischi casalinghi e buone pratiche • Come evitare incidenti domestici, cadute, incendi e rischi elettrici nella vita quotidiana.	
✓ Prepararsi in anticipo	34
Piano di Emergenza Familiare • Come costruirlo insieme alla propria famiglia e cosa portare con sé per prepararsi in anticipo per un'emergenza.	
✓ Conclusioni	36
✓ Congratulazioni	38
✓ Gioco Corri il rischio	40

L'equazione del rischio

$$R = P \times V \times E$$



Come nasce il rischio? ▶ Quando parliamo di **rischio**, non parliamo solo di un evento pericoloso, ma della **combinazione di più fattori**. Per capire meglio, possiamo immaginarlo come una sorta di equazione composta da tre elementi principali: **pericolo, vulnerabilità ed esposizione**.

P = Pericolo ▶ Il pericolo indica la possibilità che un evento naturale o umano – come terremoto, alluvione o incendio – accada in un certo luogo e con una certa intensità. In pratica, ci dice quanto è probabile che succeda e quanto può essere forte.

V = Vulnerabilità ▶ La vulnerabilità misura quanto persone, edifici e servizi possono subire danni se l'evento si verifica. Una casa poco sicura o una persona che non conosce le regole di emergenza sono più vulnerabili.



Ridurre la vulnerabilità significa rinforzare edifici e conoscere i comportamenti corretti da adottare in caso di emergenza.

E = Esposizione (Valore esposto) ▶ L'esposizione riguarda chi e cosa si trova in una zona a rischio: persone, scuole, case, strade, ospedali. Più persone e beni ci sono, maggiore è l'esposizione.

Quiz time

ABBINA CIASCUNO SCENARIO (A-D)
ALLA DEFINIZIONE CORRETTA (1-4)

Scenario A Ogni anno, in questa regione, si registrano scosse di terremoto di diversa intensità, anche se alcune sono troppo leggere per essere avvertite.

- ▶ 1. Rischio
- ▶ 2. Esposizione
- ▶ 3. Pericolo
- ▶ 4. Vulnerabilità

Scenario B La casa di Mawi, vicino al fiume, non ha rinforzi né piani di evacuazione: se il livello dell'acqua cresce troppo, potrebbe subire danni seri.

- ▶ 1. Rischio
- ▶ 2. Esposizione
- ▶ 3. Pericolo
- ▶ 4. Vulnerabilità

Scenario C In una valle si trovano case, strade e scuole, e ogni volta che piove molto forte alcune zone possono essere allagate.

- ▶ 1. Rischio
- ▶ 2. Esposizione
- ▶ 3. Pericolo
- ▶ 4. Vulnerabilità

Scenario D In città, dove i terremoti sono possibili, molte persone vivono in edifici fragili e non conoscono le regole di sicurezza: in caso di scossa forte potrebbero esserci feriti e danni agli edifici.

- ▶ 1. Rischio
- ▶ 2. Esposizione
- ▶ 3. Pericolo
- ▶ 4. Vulnerabilità

112 Numero Unico delle Emergenze



PERCHÉ CHIAMARE IL 112

Il 112 è il Numero Unico di Emergenza Europeo e serve per chiedere aiuto immediato in tutte le situazioni di pericolo.

Chiamandolo puoi richiedere l'intervento delle **Forze di Polizia, dei Vigili del Fuoco, della Capitaneria di Porto o dell'assistenza sanitaria**. Non devi scegliere tu chi chiamare: è l'operatore del **112** che raccoglie le informazioni essenziali e inoltra la chiamata alla centrale operativa competente, in base al tipo di emergenza.

Il **112** è sempre gratuito e può essere chiamato da telefono fisso o mobile, anche se il cellulare non ha SIM, è bloccato o non c'è credito disponibile. Proprio per questo è il numero da ricordare in ogni situazione di emergenza, in Italia e in tutta Europa.



REGOLA D'ORO:

Rispondi in modo chiaro e calmo, segui le indicazioni dell'operatore e non riagganciare finché non ti dice di farlo.



LO SAPEVI CHE...

Il primo numero di emergenza al mondo nasce a Londra: il 30 giugno 1937 viene introdotto il **999**, dopo un grave incendio che rese evidente la necessità di un contatto rapido con i soccorsi.

Il numero più famoso, il **911**, arriva invece negli Stati Uniti (Alabama) il 16 febbraio 1968 e diventa presto lo standard nazionale.



In **Europa**, per semplificare e rendere più sicuri i viaggi tra Paesi, dal 1991 viene adottato il **112** come Numero Unico di Emergenza.

In **Italia**, il 112 entra progressivamente in funzione dal 2010, permettendo oggi di **contattare con un solo numero polizia, carabinieri, vigili del fuoco e soccorso sanitario**.

COSA TI CHIEDERÀ L'OPERATORE

Quando chiami il 112, l'operatore deve capire subito che tipo di aiuto serve. Di solito ti farà alcune domande chiave, come:

- ✓ **DOVE TI TROVI?** Indirizzo preciso o punti di riferimento vicini.
- ✓ **COSA È SUCCESSO?** Breve descrizione dell'emergenza (incidente, incendio, malore, ecc.).

Successivamente, ti verrà passato l'ente competente che potrebbe chiederti:

- ✓ **QUANTE PERSONE SONO COINVOLTE?** Serve per capire la gravità della situazione e il numero di soccorsi necessari.
- ✓ **CI SONO PERICOLI ATTIVI INTORNO A TE?** Come traffico, fumo, crolli, o altre situazioni che potrebbero mettere a rischio anche chi arriva ad aiutare.

Gli occhiali della sicurezza



IL SUPERPOTERE CHE NON SI VEDE (ma può salvare la vita!)

Quando siamo rilassati, felici o concentrati sul divertimento, il nostro cervello tende ad abbassare l'attenzione. È un meccanismo normale e succede a tutti. **In quei momenti ci sembra che tutto sia sotto controllo e pensiamo che "tanto non succederà niente".**

Il rischio, però, non dipende da come ci sentiamo, ma dalle condizioni reali dell'ambiente in cui ci troviamo. **Allenare lo sguardo, anche solo per pochi secondi, può fare una grande differenza.**



PREPARARSI PRIMA CHE SERVA

- ✓ Osserva dove sono le uscite di emergenza
- ✓ Memorizza l'indirizzo del luogo
- ✓ Nota il punto di raccolta

Che sia un cinema, una discoteca o uno stadio, conoscere l'indirizzo riduce il tempo di intervento dei soccorsi in caso di chiamata d'emergenza.



SEI ENTRATO IN UN LOCALE AFFOLLATO?

La prima cosa che vedi è il palco, il bancone o i tuoi amici. Prova invece a fare questo piccolo esercizio: fermati un attimo, guarda intorno e chiediti:

- ✓ Dove sono le uscite di sicurezza?
- ✓ C'è un percorso libero per arrivarci?

GLI OCCHIALI DELLA SICUREZZA SONO IMMAGINARI, MA FUNZIONANO DAVVERO

Sono quel momento in cui ti fermi un attimo e guardi il posto in cui ti trovi non da spettatore, ma da persona attenta.

Ti aiutano a vedere:

- ✓ da dove puoi uscire rapidamente
- ✓ quali pericoli potresti incontrare
- ✓ come metterti in salvo, se necessario

E SE L'EMERGENZA SI VERIFICA, COME DARE L'ALLARME?

Puoi farlo in diversi modi:

- ✓ a voce
- ✓ usando i pulsanti di emergenza
- ✓ chiamando il numero 1-1-2

Gli occhiali della sicurezza



ESSERE RESPONSABILI È UN ATTO DI CORAGGIO

Se qualcosa non ti convince, fidati di quella sensazione.

Esci subito e, se puoi, porta con te anche i tuoi amici: è un gesto di responsabilità, non di esagerazione. Aiutare gli altri è importante, ma **solo se lo fai senza mettere a rischio la tua sicurezza**. Prima di intervenire, individua dove si trovano **estintori** e **DAE (Defibrillatore Semiautomatico Esterno)** e presta attenzione ai pericoli secondari, come la folla o possibili crolli. Ricorda: aiuta solo per **ciò che sai fare davvero** e sempre senza esporti a nuovi pericoli.



REGOLA D'ORO:

Una volta fuori, stai fuori.
Qualunque cosa accada, non rientrare.



QUANTO È AFFOLLATO DAVVERO?

L'affollamento non si valuta "a sensazione", ma in persone per metro quadrato. Quando la densità diventa troppo alta, è difficile muoversi: non si vede più il pavimento, le pareti si confondono e anche alzare le braccia può far urtare qualcuno. In queste condizioni, anche un piccolo imprevisto può trasformarsi in un pericolo serio.

Quiz time

INDOSSI ANCHE TU GLI OCCHIALI DELLA SICUREZZA?

1. Appena entri in un locale affollato, qual è la prima cosa davvero importante da fare?

- ▶ a) Cercare subito i tuoi amici o il posto con la vista migliore
- ▶ b) Guardare dove sono le uscite di sicurezza
- ▶ c) Scattare una foto da mettere sui social

2. Quando un luogo è troppo affollato, quale segnale indica una situazione rischiosa?

- ▶ a) La musica è molto alta
- ▶ b) Fa caldo
- ▶ c) Non riesci a muoverti bene o ad alzare le braccia senza urtare qualcuno

3. Se qualcosa non ti convince e decidi di uscire, qual è la scelta più sicura?

- ▶ a) Uscire un attimo e poi rientrare
- ▶ b) Uscire e restare fuori, anche se gli altri vogliono rientrare
- ▶ c) Aspettare che qualcuno dica cosa fare

4. In caso di emergenza, qual è il modo corretto per chiedere aiuto?

- ▶ a) Scrivere sui social
- ▶ b) Chiamare il 1-1-2 o usare i pulsanti di allarme
- ▶ c) Aspettare che l'emergenza finisca da sola

Rischio alluvione



COS'È UN'ALLUVIONE?

Un'alluvione si verifica quando l'acqua piove più velocemente di quanto il terreno e i fiumi riescano ad assorbirla o a smaltirla. Può dipendere da piogge intense e prolungate, dallo scioglimento rapido della neve o dall'esonazione di corsi d'acqua. Anche le città sono particolarmente vulnerabili: strade asfaltate e superfici impermeabili impediscono all'acqua di infiltrarsi nel suolo, facendola accumulare rapidamente.

Conoscere il rischio alluvione significa **sapere se il territorio in cui vivi o ti trovi è esposto**, prestare attenzione agli avvisi meteo e adottare comportamenti corretti.

Essere informati in anticipo riduce i rischi e aiuta a prendere decisioni più sicure quando l'acqua sale.



CURIOSITÀ

Molti eventi alluvionali **non sono improvvisi**: spesso danno **segnali di preallarme**, come l'innalzamento dei fiumi o piogge persistenti per ore o giorni.



COMPORAMENTI GIUSTI E SBAGLIATI



- Salire ai **piani alti** ed evitare cantine e piani terra
- Seguire sempre le **indicazioni delle autorità**
- Tenere il **telefono carico** e con sé
- Cercare un **luogo elevato** e sicuro se sei all'aperto
- Mantenere la **calma** e muoversi con prudenza



- Scendere in **scantinati o garage** per recuperare oggetti
- Ignorare **allerte meteo** e avvisi ufficiali
- Avvicinarsi a **argini, ponti o fiumi** in piena
- Attraversare **strade o sottopassi** allagati
- Percorrere **strade allagate**, a piedi o in macchina

Case study: Alluvione Valencia (Spagna 2024)



► COS'È SUCCESSO?

Alla fine di ottobre 2024, la città di Valencia e le aree circostanti sono state colpite da una delle alluvioni più gravi degli ultimi decenni.

Un intenso fenomeno meteorologico noto come DANA ha provocato piogge eccezionali, con oltre 300 litri di acqua per metro quadrato in poche ore (paragonabili alla pioggia annuale media di quella zona), concentrando in un solo giorno la quantità di pioggia che normalmente cade in un intero anno.

► DANNI E IMPATTO UMANO

Le precipitazioni hanno trasformato strade, quartieri e campagne in corsi d'acqua improvvisi. L'acqua e il fango hanno invaso abitazioni, veicoli e infrastrutture, rendendo difficili i soccorsi.

L'alluvione ha causato circa 230 vittime, migliaia di sfollati e danni ingenti a case, scuole, strade e servizi essenziali come elettricità, acqua potabile e trasporti.

► PERCHÉ È IMPORTANTE

Questo evento dimostra che le alluvioni possono colpire anche città densamente popolate e svilupparsi in tempi molto rapidi, spesso con poco preavviso. L'acqua in movimento rappresenta un pericolo serio, anche in contesti urbani dove non sempre viene percepita come una minaccia immediata.

► LEZIONI IMPORTANTI DA RICORDARE

Le emergenze non si possono prevedere con precisione e i loro effetti diventano più gravi quando si sommano fattori come piogge intense, urbanizzazione e scarsa percezione del rischio.

Non si tratta di giudicare ciò che è successo, ma di imparare.

Queste sono le cose più importanti da tenere a mente:

- ✓ Non sottovalutare mai l'acqua in movimento: anche pochi centimetri possono essere pericolosi.
- ✓ Evitare strade, sottopassi e zone allagate, sia a piedi che in auto.
- ✓ Informarsi e seguire sempre le indicazioni delle autorità.

Rischio incendio



UN INCENDIO NON È SOLTANTO IL FUOCO VISIBILE

Nella maggior parte dei casi, le vittime e i danni più gravi sono causati dal fumo.

È un evento che **può crescere in pochi minuti**, cambiare direzione con il vento e diventare pericoloso molto più velocemente di quanto immagini. Spesso nasce da piccoli gesti: una distrazione, un oggetto lasciato troppo vicino al calore, una regola ignorata.

Gli incendi possono avvenire a casa, a scuola, in luoghi affollati o in natura. **Il rischio incendio aumenta quando non si presta attenzione all'ambiente**, quando fa molto caldo o quando ci sono materiali facilmente infiammabili.

Sapere come prevenirlo e come comportarsi può fare la differenza tra una situazione sotto controllo e un'emergenza vera.

Prevenire un incendio significa fare attenzione **prima** che succeda qualcosa.



CURIOSITÀ

La maggior parte degli incendi domestici non nasce da grandi incidenti, ma da piccoli errori quotidiani come prese sovraccariche o oggetti infiammabili lasciati vicino a fonti di calore.



Molti incendi possono essere evitati con comportamenti semplici, ma consapevoli.

In casa, a scuola o all'aperto, alcune regole valgono sempre: il fuoco non va mai sottovalutato e le distrazioni possono costare caro.

COMPORAMENTI GIUSTI E SBAGLIATI



- Usare **prese e prolunghe** con attenzione
- Tenere lontane **fiamme e calore** da oggetti infiammabili
- Rispettare i **divieti di accendere fuochi**, soprattutto in natura
- Segnalare subito **odore di bruciato o fumo**



- Giocare con **accendini e fiammiferi**
- Ignorare **allarmi e segnalazioni**
- **Tornare indietro** a recuperare oggetti personali
- Usare l'**ascensore** per scappare

Case study: Incendio Crans-Montana (Svizzera 2026)



► COS'È SUCCESSO?

Durante i festeggiamenti di Capodanno nella località sciistica di Crans-Montana (Svizzera), è scoppiato un incendio all'interno del locale *Le Constellation*.

Il fuoco è divampato improvvisamente mentre in sala persone ballavano e festeggiavano il nuovo anno. Secondo le autorità, **candele scintillanti accese sulle bottiglie di champagne** avrebbero raggiunto il soffitto infiammabile, facendo propagare il fuoco in pochi istanti in tutto il locale.

► DANNI E IMPATTO UMANO

Le conseguenze sono state drammatiche. In pochi minuti il locale si è trasformato in una **trappola di fumo e fiamme: più di 40 persone hanno perso la vita, mentre oltre 100 sono rimaste ferite**, molte con ustioni gravi e danni alle vie respiratorie causati dal fumo.

► PERCHÉ È IMPORTANTE

Questo evento mostra **quanto un incendio possa nascere e diffondersi in pochi istanti**, soprattutto in ambienti chiusi e molto affollati.

In situazioni come queste, il fumo diventa spesso il pericolo principale: **riduce la visibilità, rende difficile respirare** e può causare gravi conseguenze in tempi rapidissimi, anche prima che le fiamme si propagino.

► LEZIONI IMPORTANTI DA RICORDARE

Un'emergenza non si può prevedere e spesso nasce dalla combinazione di più fattori: affollamento, materiali infiammabili, distrazione, mancanza di tempo per reagire.

Non serve giudicare ciò che è successo, ma imparare da queste storie.

Queste sono le cose più importanti da ricordare sempre:

- ✓ **Appena entri in un luogo chiuso e affollato, prenditi qualche secondo per individuare le uscite di emergenza.**
- ✓ **Ai primi segnali di pericolo, allontanati subito senza aspettare o perdere tempo.**
- ✓ **Una volta all'esterno, non rientrare mai nell'edificio.**

Rischio terremoto



I TERREMOTI ARRIVANO ALL'IMPROVVISO, SENZA SEGNALI PREMONITORI

Spesso durano solo pochi secondi, ma possono causare danni enormi.

Tecnicamente, un terremoto è il movimento brusco della crosta terrestre dovuto al rilascio di energia accumulata nel sottosuolo.

Questa energia si propaga sotto forma di onde sismiche, facendo tremare il terreno, gli edifici e tutto ciò che vi si trova sopra.

Non possiamo fermare un terremoto, ma possiamo ridurre i danni e proteggere noi stessi se sappiamo come comportarci prima, durante e dopo la scossa.



CURIOSITÀ

- ✓ La maggior parte dei terremoti dura meno di un minuto.
- ✓ Non è la scossa in sé a essere più pericolosa, ma ciò che cade o crolla.
- ✓ L'Italia è uno dei Paesi europei con più alta sismicità, soprattutto lungo l'Appennino.



COSA FARE O NON FARE DURANTE UN TERREMOTO



AL CHIUSO

- Ripararsi sotto un tavolo robusto o vicino a un muro portante
- Allontanarsi da finestre, specchi, lampadari
- Dirigersi, senza correre, verso le scale solo quando la scossa è terminata

ALL'APERTO

- Stare lontano da edifici, alberi, pali e linee elettriche
- Cercare uno spazio aperto e restare lì fino alla fine della scossa

IN MEZZO ALLA FOLLA

- Mantenere la calma e seguire le indicazioni di emergenza
- Evitare spinte e movimenti improvvisi



- Non correre o spingere: muoviti con calma verso un luogo sicuro
- Non usare mai l'ascensore, potrebbe bloccarsi
- Non usare il telefono se non per vere emergenze
- Non rientrare subito negli edifici: attendi indicazioni ufficiali

Case study: Terremoto Tōhoku (Giappone 2011)



► COS'È SUCCESSO?

L'11 marzo 2011, alle 14:46 ora locale, un terremoto di magnitudo 9.0 ha colpito la regione di Tohoku, sulla costa orientale del Giappone.

È stata una delle scosse più potenti mai registrate al mondo. Il sisma ha provocato un enorme tsunami, con onde che in alcune aree hanno raggiunto fino a 40 metri di altezza, travolgendo città, porti e villaggi costieri in pochi minuti.

► DANNI E IMPATTO UMANO

Le conseguenze sono state molto gravi. Il terremoto e lo tsunami hanno causato migliaia di vittime e feriti e hanno lasciato moltissime persone senza casa. In vaste aree sono venuti a mancare servizi fondamentali come elettricità, acqua e trasporti, rendendo difficile la vita quotidiana e i soccorsi.

► PERCHÉ È IMPORTANTE

Questo evento dimostra che un terremoto non è mai solo una scossa: può innescare rischi secondari come tsunami, frane o incidenti industriali, spesso ancora più pericolosi del sisma stesso.



CURIOSITÀ

Il terremoto fu registrato anche in Alaska e California, a migliaia di chilometri di distanza.

Anche in un Paese altamente preparato come il Giappone, la rapidità di reazione e il rispetto degli allarmi sono stati fattori decisivi per salvare molte vite.

► LEZIONI IMPORTANTI DA RICORDARE

Le emergenze non si possono fermare, ma i loro effetti dipendono anche da come le persone sono preparate e reagiscono.

Queste sono le lezioni chiave da ricordare sempre:

- ✓ Prepararsi in anticipo è fondamentale: conoscere vie di fuga e punti sicuri salva tempo prezioso.
- ✓ Gli allarmi vanno ascoltati subito: sirene e notifiche di allerta non vanno mai ignorate.
- ✓ I pericoli non finiscono con la scossa: tsunami, frane e incidenti possono arrivare dopo.
- ✓ Mantenere la calma e agire con lucidità aumenta le possibilità di mettersi in salvo e aiutare gli altri senza rischiare la propria vita.

1. Perché non bisogna mai attraversare strade allagate?

- ▶ a) Perché l'acqua sporca puzza
- ▶ b) Anche pochi centimetri di acqua in movimento possono trascinare una persona o un'auto
- ▶ c) Perché fa freddo

2. Durante una scossa, qual è la scelta più sicura se sei in casa?

- ▶ a) Correre fuori subito
- ▶ b) Ripararsi sotto un tavolo o vicino a un muro portante
- ▶ c) Usare l'ascensore

3. Quale situazione aumenta di più il rischio incendio?

- ▶ a) Una stanza ben ventilata
- ▶ b) Una presa elettrica con troppe spine collegate
- ▶ c) Una luce LED accesa

4. Cosa fare se sei in casa durante un'alluvione?

- ▶ a) Restare vicino alle finestre per osservare l'acqua
- ▶ b) Salire ai piani più alti o sul tetto se necessario
- ▶ c) Uscire subito in strada

5. Dopo la scossa è sicuro rientrare subito in casa?

- ▶ a) Sì, se sembra tutto a posto
- ▶ b) Solo se piove
- ▶ c) No, bisogna aspettare indicazioni ufficiali

6. Come bisogna comportarsi quando si aiutano gli altri durante un incendio?

- ▶ a) Aiutare solo se puoi farlo senza rischiare la vita
- ▶ b) Spingere la folla per uscire più velocemente
- ▶ c) Ignorare i pericoli secondari come traffico o crolli

7. Quanto dura di solito un terremoto?

- ▶ a) Diversi minuti
- ▶ b) Ore
- ▶ c) Pochi secondi o meno di un minuto

8. Cosa è più pericoloso durante un terremoto?

- ▶ a) Il rumore
- ▶ b) Le vibrazioni
- ▶ c) Oggetti e strutture che cadono

9. Qual è il comportamento corretto se sei all'aperto durante un terremoto?

- ▶ a) Correre vicino agli edifici
- ▶ b) Allontanarsi da edifici, alberi e linee elettriche
- ▶ c) Salire su un'automobile

10. Perché è utile "indossare gli occhiali della sicurezza" in un locale affollato?

- ▶ a) Per vedere meglio il palco
- ▶ b) Per individuare vie di fuga e potenziali pericoli
- ▶ c) Per guardare i tuoi amici da lontano

11. Se una zona è affollata, cosa indica un rischio maggiore?

- ▶ a) Non vedi più il pavimento e fai fatica a muoverti
- ▶ b) Ci sono troppe luci accese
- ▶ c) La musica è troppo alta

12. Qual è la regola più importante da seguire in qualsiasi emergenza?

- ▶ a) Ignorare gli allarmi e continuare le proprie attività
- ▶ b) Uscire di corsa senza guardarsi intorno
- ▶ c) Valutare la situazione, mantenere la calma e cercare la via di fuga più sicura

I rischi più comuni in casa



CADUTE

Sono tra gli incidenti più frequenti.

Scale, tappeti che scivolano, pavimenti bagnati o sedie usate come "scale improvvisate" possono sembrare gesti normali, ma basta un attimo per perdere l'equilibrio e farsi male.

INCENDI

La cucina è il punto più a rischio della casa.

Fornelli dimenticati accesi, stracci, prese elettriche sovraccariche, candele lasciate incustodite o caricabatterie difettosi possono causare incendi in pochissimo tempo, spesso mentre si è distratti.

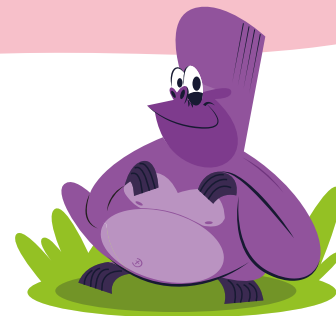
RISCHIO ELETTRICO

L'elettricità non si vede, ma è pericolosa.

Cavi rovinati, spine multiple usate male o il contatto con prese elettriche a mani bagnate possono provocare scosse, cortocircuiti e incendi domestici.

SOSTANZE PERICOLOSE

Detersivi, farmaci, alcool e spray sembrano oggetti comuni, ma contengono sostanze che possono essere tossiche. Usarli senza attenzione o per gioco può causare intossicazioni, ustioni o reazioni gravi.



COMPORAMENTI CORRETTI E SBAGLIATI



- Spegni sempre **fornelli e apparecchi elettrici**
- Usa **prese e prolunghe** di qualità
- Asciuga subito **pavimenti bagnati**
- Tieni **farmaci e prodotti chimici** in posti sicuri
- Avvisa un **adulto** se qualcosa non ti convince



- Arrampicarti su **sedie o mobili instabili**
- Usare il telefono mentre **cucini**
- Toccare prese o fili con **mani bagnate**
- Giocare con **fuoco, spray o accendini**
- Ignorare **odori strani o scintille**
- Lasciare **tessuti infiammabili** vicino alle pentole accese



La sicurezza parte da casa

Trova i pericoli!

CERCHIA I 5 PERICOLI
PRESENTI NELLA
STANZA



La sicurezza parte da casa

Trova i pericoli!



Piano di emergenza familiare



CHE COS'È E PERCHÉ È IMPORTANTE

Un piano di emergenza familiare è un accordo semplice e condiviso tra le persone che vivono insieme.

Serve a **sapere in anticipo cosa fare, dove andare e chi contattare se si verifica un evento improvviso** come un terremoto, un incendio, un'alluvione o un blackout.

Per questo è **fondamentale che il piano familiare sia coerente con il Piano di Emergenza Comunale:** conoscere i rischi del territorio in cui si vive, **sapere se la propria abitazione si trova in un'area a rischio** e individuare le aree di attesa stabilite dal Comune

permette di prendere decisioni corrette e di raggiungere luoghi sicuri in modo rapido e ordinato.



CURIOSITÀ

Molte persone si perdono durante le emergenze perché non hanno deciso prima un punto di ritrovo.

Decidere prima un punto di incontro può salvare minuti preziosi in situazioni come incendi, terremoti o alluvioni!



COSA POSSIAMO INSERIRE NEL NOSTRO KIT DELL'EMERGENZA?



ELEMENTI ESSENZIALI DA NON DIMENTICARE

- ✓ Scorte di cibo e acqua a lunga conservazione per almeno 72 ore
- ✓ Radio AM/FM con batterie di ricambio
- ✓ Torcia con batterie di ricambio
- ✓ Kit di pronto soccorso
- ✓ Medicinali obbligatori per i singoli componenti (controllare la data di scadenza) con la posologia o le copie delle prescrizioni mediche
- ✓ Coltello multiuso
- ✓ Fiammiferi o accendino
- ✓ Abbigliamento di ricambio adatto alla stagione e impermeabile per tutti i membri della famiglia

ELEMENTI ULTERIORI, DA CONSIDERARE

- ✓ Sacchi a pelo o coperte per ogni membro della famiglia
- ✓ Denaro
- ✓ Pannolini e prodotti per l'igiene del bambino
- ✓ Accessori medici essenziali (occhiali, apparecchi acustici, ecc.)
- ✓ Fotocopia dei documenti d'identità di tutta la famiglia
- ✓ Copia delle chiavi di casa e dell'auto
- ✓ Batteria di alimentazione
- ✓ Assorbenti
- ✓ Dentifricio e spazzolino da denti

Piano di emergenza familiare



COMPILALO INSIEME ALLA TUA FAMIGLIA!

▶ I MIEI CONTATTI ◀

✓ NOME:

✓ COGNOME:

✓ TELEFONO:

✓ INDIRIZZO:

▶ NUMERI DI EMERGENZA ◀

✓ Numero Unico delle Emergenze:

✓ COC (Centro Operativo Comunale):

✓ Medico di famiglia:

✓ Guardia medica:



1 CONTATTI DEI MEMBRI DELLA FAMIGLIA

▶ Nome:

▶ Tel. personale:

▶ Tel. lavoro/scuola:

▶ Nome:

▶ Tel. personale:

▶ Tel. lavoro/scuola:

▶ Nome:

▶ Tel. personale:

▶ Tel. lavoro/scuola:

▶ Nome:

▶ Tel. personale:

▶ Tel. lavoro/scuola:

2 CONTATTO ALL'ESTERO (famiglia, amico...)

▶ Nome:

▶ Telefono:

▶ Indirizzo:

3 PUNTO DI RITROVO SICURO IN CASO DI EVACUAZIONE

Questo posto può essere un'area di attesa indicata nel piano di protezione civile del tuo comune

▶ Strada/piazza n.

4 IN CASO DI:

SIAMO AL SICURO

A) Terremoto

B) Incendio

C) Alluvione

D) Frana

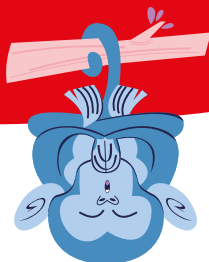
SCEGLI IL COMPORTAMENTO CORRETTO PER CIASCUN RISCHIO:

1) Allontanandoci dal pendio

2) Salendo ai piani alti

3) Evacuando ordinatamente senza ascensore

4) Riparandoci sotto tavolo/muro portante



DURANTE E DOPO UN'EMERGENZA È NORMALE...

Durante o dopo un'emergenza è normale essere spaventati: la paura è un'emozione che ci avvisa che qualcosa ci mette in pericolo.

Possiamo avvertire il battito del cuore accelerato, il fiato corto, la sudorazione che aumenta, una stretta allo stomaco ma anche emozioni come **tristezza, irritabilità o confusione**: fanno parte delle risposte del nostro corpo quando percepisce un rischio. Ascoltare ciò che proviamo è il primo passo per prenderci cura di noi stessi.

In questi momenti può aiutare molto:

- ✓ **RICONOSCERE** quello che sentiamo senza giudicarci;
- ✓ **GUARDARSI ATTORNO** e cercare un adulto o una persona di fiducia;
- ✓ **RISPETTARE** i nostri tempi, sapendo che ognuno reagisce in modo diverso;
- ✓ **CONCENTRARSI** su azioni piccole e semplici, una alla volta;
- ✓ **CHIEDERE AIUTO** quando ne abbiamo bisogno;
- ✓ **MANTENERE**, per quanto possibile, qualche abitudine che ci fa stare bene, come parlare con un amico, coltivare un hobby o prendersi cura dei propri spazi.

Prepararsi significa anche ascoltarsi, conoscere le proprie reazioni, e sapere che ogni scelta consapevole può fare la differenza, per sé e per chi ci sta accanto.

LA SICUREZZA È UNA SCELTA CHE FAI OGNI GIORNO

Conoscere i rischi non serve a spaventare, ma a capire meglio ciò che ci circonda.

Emergenze e imprevisti possono capitare ovunque: a scuola, a casa, in strada, durante una festa o un viaggio. **La differenza la fanno l'attenzione e le scelte che facciamo prima e durante.**

Abbiamo imparato che:

- ✓ **riconoscere i pericoli in anticipo aiuta a evitarli**
- ✓ **mantenere la calma è fondamentale in ogni emergenza**
- ✓ **sapere cosa fare (e cosa non fare) può proteggere te e chi ti sta accanto**
- ✓ **chiedere aiuto al momento giusto, chiamando il 112, può salvare vite**

Ogni emergenza è diversa e richiede scelte specifiche, ma c'è una regola che vale sempre:

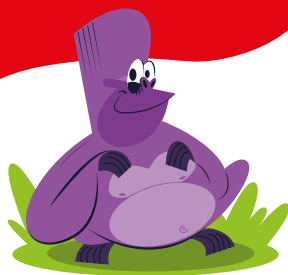
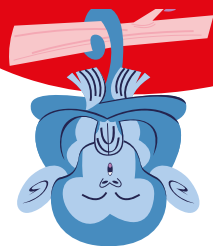
fermarsi un attimo, guardarsi intorno e decidere con lucidità.

È questo allenamento che fa davvero la differenza e ci permette di sentirci al sicuro.



Save the Children

FEEL SAFE



CONGRATULAZIONI!

Sei ufficialmente

FEEL SAFE

AMBASSADOR



CORRI IL RISCHIO



Lo sai che abbiamo lanciato un gioco per mobile e pc super divertente e adrenalinico?



PROVALO
inquadrando
il QR code!

PRONTO A CORRERE?



SCEGLI IL RISCHIO DA GIOCARE!



RISPONDI AI QUIZ!



Noi di Save the Children vogliamo che ogni bambina e ogni bambino abbiano un futuro.

Lavoriamo ogni giorno con passione, determinazione e professionalità in Italia e nel resto del mondo per dare alle bambine e ai bambini l'opportunità di nascere e crescere sani, ricevere un'educazione ed essere protetti.

Quando scoppia un'emergenza, siamo tra i primi ad arrivare e fra gli ultimi ad andare via.

Collaboriamo con realtà territoriali e partner per creare una rete che ci aiuti a soddisfare i bisogni delle e dei minori, a garantire i loro diritti e ad ascoltare la loro voce.

Miglioriamo concretamente la vita di milioni di bambine e bambini, compresi quelli più difficili da raggiungere.

Save the Children, da oltre 100 anni, è la più importante organizzazione internazionale indipendente che lotta per salvare le bambine e i bambini a rischio e garantire loro un futuro.



Save the Children

Save the Children Italia - ETS

Piazza di San Francesco di Paola 9
00184 Roma
Italia

tel +39 06 480 70 01

fax +39 06 480 70 039

info.italia@savethechildren.org

www.savethechildren.it