

## **INDICAZIONI DI COMPORTAMENTO IN CASO DI EMERGENZA**

In primo luogo è essenziale mantenere sempre la calma, pensare alla sicurezza propria e altrui e collaborare con gli addetti  
**ATTENERSI ALLE SEGUENTI ISTRUZIONI**

**E' FONDAMENTALE CONOSCERE I LUOGHI CHE FREQUENTIAMO: ANCHE AL CENTRO SPORTIVO ABITUIAMOCI A SAPERE SEMPRE DOVE SI TROVA LA PIU' VICINA USCITA DI SICUREZZA, INDICATA SULLE PLANIMETRIE DISPOSTE IN TUTTO IL CENTRO. SE SIAMO I PRIMI AD ACCORGERSI DELL'EMERGENZA INFORMIAMO IMMEDIATAMENTE GLI ADDETTI.**

### **IN CASO DI EVACUAZIONE DELL'EDIFICIO SEGNALATA A MEZZO MEGAFONO O DA UN ALLARME OTTICO- ACUSTICO CONTINUO O DA ALTRO TIPO DI AVVISO**

**MANTENERE LA CALMA, MUOVERSI VELOCEMENTE VERSO LA PIU' VICINA USCITA D'EMERGENZA, SENZA CORRERE, SPINGERE O CREARE SITUAZIONI DI PANICO.**

Una volta usciti all'esterno, non rientrare nell'edificio per nessun motivo, segnalando eventuali problemi, persone ferite, bloccate o con difficoltà motorie, agli addetti o ai soccorritori, e non ingombrare le aree per i mezzi d'emergenza.

### **IN CASO D'INCENDIO**

**Dalla soglia del locale in cui ci si trova, accertarsi che la via di fuga sia praticabile, non invasa dal fumo o dalle fiamme.** Usare estintori o idranti solo se addestrati.

**Se la via di fuga è praticabile,** muoversi velocemente verso la più vicina uscita d'emergenza. Nel caso di presenza di fumo, camminare chinati (in basso c'è maggiore concentrazione di ossigeno), respirando tramite un fazzoletto, preferibilmente bagnato.

**Se la via di fuga è impraticabile,** sigillare la porta con panni possibilmente bagnati e segnalare la propria presenza dalle finestre e con il cellulare.

### **IN CASO DI TERREMOTO**

Allontanarsi da mobili, scaffali, specchi, vetri, oggetti pesanti che potrebbero cadere addosso. Ripararsi in prossimità di strutture in cemento armato, muri maestri, travi, stipiti, portali oppure sotto tavoli e scrivanie. Appena possibile portarsi all'esterno, in uno spazio aperto, lontano da edifici e strutture.

### **IN CASO DI MALORI O INCIDENTI**

**Chiamare subito gli addetti o il numero di emergenza.** Non spostare l'infortunato, se in grado metterlo in posizione di sicurezza, assisterlo fino all'arrivo dei soccorsi cercando di rassicurarlo, evitando affollamenti e trambusto. Collaborare con i soccorritori.

# **112 NUMERO UNICO DI EMERGENZA**