NOTE PER LA SICUREZZA PERSONALE IN CASO DI EMERGENZA IN UNITRE

Coordinatore generale in emergenza: Sig. Renato Orsi

I numeri telefonici di Pronto Intervento

Chi segnala un'emergenza può attivarsi per tentare di contenere o ridurre il pericolo solo dopo aver valutato attentamente le proprie capacità operative e assicurandosi prima di tutto della propria incolumità.

Fidenza, 13 ottobre 2014

USCITE DI SICUREZZA

1) SCALA ESTERNA CON ACCESSO IN FONDO ALL'AULA 5 e DOPO UN BREVE CORRIDOIO.
Si consiglia di prenderne anche visione personalmente.
L'Aula 5 è l'ultima in fondo al corridoio Aule ed è sempre aperta

2) SCALONE TRA PRIMO PIANO E PIANO TERRA.
Quello che si percorre normalmente salendo all'Unitre.

3) SCALA A SINISTRA DELL'ASCENSORE

3) Porta che si incontra dopo aver attraversato l'Aula 5 ed il successivo breve corridoio

4) Spingere i due maniglioni verso il basso e poi spingere i battenti della porta.

5) Uscire e girare a destra

6) Si incontra la porta che dà sulla scala di sicurezza esterna

7) Azionare la maniglia

8) Uscire e scendere con attenzione dalla scala

9) In fondo alla scala ci si ritrova nello stradello tra via Berenini ed il Centro di Salute Mentale (ex CIM)

10) Andare verso sinistra ed oltrepassare dopo una decina di metri il passaggio.tunnel sempre a sinistra.

11) Si sbuca nel cortile - parcheggio dov'è il Punto di raccolta

12) Prima di allontanarsi attendere che il Segretario abbia terminato l'appello dei presenti alla Lezione interrotta.

Il cartello "Punto di raccolta" in cortile verrà installato entro il 2014.

10) Andare verso sinistra ed oltrepassare dopo una decina di metri il passaggio.tunnel sempre a sinistra.

11) Si sbuca nel cortile - parcheggio dov'è il Punto di raccolta

12) Prima di allontanarsi attendere che il Segretario abbia terminato l'appello dei presenti alla Lezione interrotta.

Il cartello "Punto di raccolta" in cortile verrà installato entro il 2014.

2) SCALONE TRA PRIMO PIANO E PIANO TERRA.

1)

2)

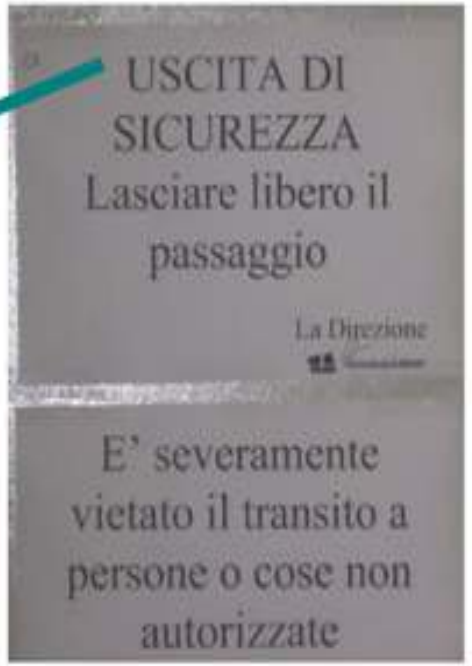
3)

Si va all'uscita principale del Palazzo che dà su via Berenini.

4) Prima di allontanarsi portarsi nel Punto di Raccolta **nel cortile-parcheggio** e attendere che il Segretario abbia terminato l'appello dei presenti alla Lezione interrotta.

Il cartello "Punto di raccolta" in cortile verrà installato entro il 2014.

3) SCALA A SINISTRA DELL' ASCENSORE



Prima di allontanarsi portarsi nel Punto di Raccolta nel cortile-parcheggio e attendere che il Segretario abbia terminato l'appello dei presenti alla Lezione interrotta.

IN CASO DI TERREMOTO NON CATASTROFICO

ALLA PRIMA SCOSSA DI TERREMOTO

Individuate l'uscita di sicurezza più vicina raggiungibile e, facendo attenzione ad oggetti (es. calcinacci, mattoni) che potrebbero cadervi addosso,dirigetevi, subito ma con calma, verso di essa assicurandovi prima di scendere che la scala sia rimasta praticabile.
Non usate l'ascensore.
Usate il meno possibile il telefonino.
Il Segretario del Corso presterà aiuto ai Corsisti con eventuale difficoltà a camminare.

Nel caso la scossa sia particolarmente violenta mettevi se possibile sotto un tavolo o nel vano di una porta.
Accertatevi dello stato di altri Corsisti in difficoltà e portate i primi soccorsi.
In AULA 1 è possibile rifugiarsi sotto i tavoli.

UNA VOLTA USCITI

Riunitevi in un punto del cortile posteriore al Palazzo, lontano da edifici alberi e linee elettriche, dove il Segretario del Corso farà l'appello per accertarsi che tutti i presenti alla Lezione si siano messi al sicuro.

NOTA: Anche se non si è sicuri che si sia verificata una scossa, per prudenza si consiglia di scendere ugualmente in cortile e radunarsi nel Punto di raccolta. .

IN CASO D'INCENDIO DI PICCOLE DIMENSIONI

Il Segretario della Lezione nell'Aula in cui si verifica il principio d'incendio:
- Appena gli è possibile avverte il Sig. Renato Orsi.

1. Stacca la corrente, se l'incendio si verifica vicino a prese o su apparecchi elettrici; non utilizza acqua per spegnere incendi di natura elettrica o in prossimità di impianti elettrici.

2. Interviene tempestivamente con l'estintore portatile, se è sicuro di riuscire a spegnere l'incendio, dirigendo il getto dell'estintore alla base della fiamma per non diffondere l'incendio.

3. A fuoco estinto, controlla accuratamente l'avvenuto spegnimento delle braci.

4. Arieggia il locale prima di rientrare.

NOTE:
- Se l'incendio assume dimensioni preoccupanti chiama il 115.
- Se l'incendio avviene in locali comuni (ad es. corridoio) le operazioni di cui sopra vengono eseguite o direttamente dal Sig. Renato o dal Segretario più vicino.

Un estintore si trova a lato della porta d'ingresso all'Unitre.

Un altro si trova nel corridoio cieco dopo la biblioteca.

IN CASO D'INCENDIO DI PICCOLE DIMENSIONI

I modi più semplici per spegnere un **incendio da sostanze organiche (ad es. legno, carta)** nelle fasi iniziali sono i seguenti:

1. Utilizzare molta acqua per soffocare il fuoco.
   Questa è la soluzione più efficace e più rapida nelle prime fasi.
2. Utilizzare una coperta antifiamma per soffocare il fuoco nelle fasi iniziali.
   Ricordati di coprire completamente il fuoco e aspetta dieci minuti.

Non aprite repentinamente la finestra, perché l'immissione di ossigeno fa divampare la fiamma.

Con una coperta antincendio soffochi efficacemente piccoli incendi

Utilizzare un estintore; la maggior parte va bene per gli incendi da ›stanze organiche. Non dimenticare mai di leggere le istruzioni ›ortate sull'estintore. Seguile alla lettera.

Come si usa una coperta antifiamma?

Le **coperte antifiamma** sono indicate per l'estinzione di fiamme che abbiano attaccato singoli oggetti o apparecchiature quali ad esempio computer o stampanti.
Sono inoltre particolarmente indicate per **proteggere le persone** dalle fiamme oppure nel caso l'incendio abbia attaccato gli indumenti di una persona.

Utilizzo

1. Estrarre la Coperta Antifiamma dall'involucro

2. Avanzare verso l'incendio proteggendosi dal calore con la coperta stessa

3. La coperta deve scorrere ed essere adagiata sul materiale incendiato senza provocare vortici d'aria che alimenterebbero ulteriormente la combustione

4. Far aderire il più possibile la coperta al materiale in fiamme, evitando infiltrazioni di aria e trattenendola fino al completo raffreddamento.

N.B. In ogni Aula è disponibile una coperta antifiamma nella confezione rossa.

Nel caso il fuoco abbia attaccato gli indumenti di una persona

1. Impedire che l'infortunato si metta a correre

2. Avvolgere con la coperta antifiamma la persona fino a completa estinzione delle fiamme.

COME USARE UN ESTINTORE

Si consiglia di accertarsi dove sono posizionati gli estintori nel Palazzo, in particolare in Unitre.
Un estintore è piuttosto pesante, non tutti hanno la forza di sostenerlo.

1. Chiama aiuto prima di tentare di spegnere un grande incendio. Il fuoco potrebbe diffondersi molto in fretta e potresti non essere in grado di domarlo, e se i soccorsi stanno arrivando, ti sentirai meno preoccupato.

2. Verifica di essere al sicuro prima di iniziare a spegnere un fuoco.

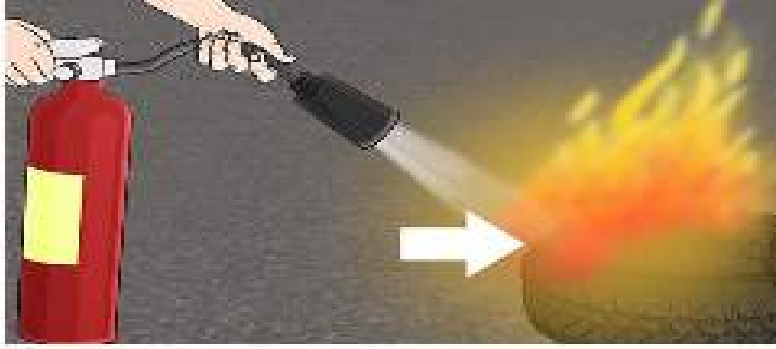
3. Valuta l'incendio. Usando un estintore dovresti combattere solo un incendio di modeste dimensioni

4. Prepara l'estintore

e fa pressione sulla levetta per liberare il contenuto

Maggiori particolari su it.wikihow.com

5. Mira verso la base del fuoco
Non dirigere mai il getto contro le persone. Le sostanze estinguenti possono causare conseguenze peggiori delle ustioni.



6. Riassumendo:

- Tira la linguetta di sicurezza dalla maniglia. La linguetta si trova sulla parte alta dell'estintore. Quando l'avrai rimossa, rilascerà il meccanismo di chiusura, consentendoti di usare l'estintore.

- Punta la bocca dell'estintore verso la base del fuoco. Servirà a rimuovere il punto di origine o il combustibile dell'incendio. Rimani basso.

- Premi la leva o la maniglia lentamente per scaricare l'agente. Lasciare la maniglia fermerà la scarica, perciò tienila premuta.

- Spazza il fuoco da destra a sinistra. Stai a distanza di sicurezza dal fuoco: gli estintori sono pensati per essere usati a una certa distanza.

7. Ricorda che un estintore normale conterrà circa 10 secondi di materiale.
Se l'estintore è già stato usato, ne conterrà ancora meno.
Se il fuoco non risponde bene dopo aver usato l'estintore, portati subito in salvo. Se la stanza si riempie di fumo, fuggi velocemente.

A fuoco estinto, controllate accuratamente l'avvenuto spegnimento delle braci; Arieggiate i locali prima di rientrare.

IN CASO DI INCENDIO DI MEDIE O GRANDI DIMENSIONI

Cosa fare in caso di incendio all'interno dell'edificio?

Non lasciarti prendere dal panico e cerca di agire con la massima lucidità.

1. Accertati che le azioni seguenti non siano già state intraprese dal Segretario del Corso o dal coordinatore Renato Orsi
Se non lo possono fare dai tu immediatamente l'allarme e chiama i **Vigili del Fuoco** telefonando al **115**.
2. Rispondi alle domande dell'operatore fornendo l'indirizzo completo in cui si sta sviluppando l'incendio, la presenza di persone in pericolo e di eventuali altre persone coinvolte, fornisci indicazioni su come raggiungere il luogo dell'incidente, il tuo nome, cognome e numero di telefono per poter ricevere o fornire informazioni in un secondo momento.

3. Prima di aprire qualunque porta controlla con il dorso della mano se è calda: in tal caso non aprirla (il calore indica che il fuoco è vicino); se invece è fredda aprila lentamente per verificare se l'ambiente sia già stato invaso dal fumo (in questo caso richiudi immediatamente la porta);

4. se non ci sono persone all'interno, esci e chiudi porte e finestre dei locali incendiati (l'aria alimenta il fuoco), ma non a chiave dato che dovranno entrare i Vigili del fuoco;

- se non puoi uscire dall'edificio sdraiati sul pavimento dove l'aria è più pulita ed il calore è minore cercando di sigillare le fessure con coperte o altro;

- proteggi naso e bocca con fazzoletti o altri indumenti possibilmente bagnati;

- il Coordinatore generale staccherà l'energia elettrica

- non usare in nessun caso l'ascensore (potrebbe mancare l'energia elettrica e bloccarsi);

- non usare mai l'acqua per spegnere incendi in prossimità di macchine od elementi in tensione elettrica;

- una volta uscito dall'edificio in fiamme, non tornare dentro per nessun motivo: la tua sicurezza prima di tutto;

- se ti sei bruciato, cerca di raffreddare subito la parte bruciata con acqua, ghiaccio o un metallo e recati al più vicino pronto soccorso.

IN CASO SI SENTA IL SUONO DI UNA TROMBETTA DA STADIO

Significa che è sorta un'emergenza: o in Unitre **o in altro punto del Palazzo.**
Raggiungete, subito ma con calma, l'uscita di sicurezza agibile più vicina, scendete e fate gruppo in cortile , dove il Segretario del Corso farà l'appello per accertarsi che tutti i presenti alla Lezione si siano messi al sicuro.

La trombetta di competenza dell'Unitre sarà consegnata entro il 2014 e verrà azionata da Renato Orsi o dal Segretario più vicino.

IN CASO DI PICCOLA EMERGENZA SANITARIA

La **cassetta di Pronto Soccorso** di Unitre si trova nell'Ufficio immediatamente dopo la porta d'ingresso.

Contiene:

Cotone idrofilo, cerotti in rotolo, classici assortiti, laccio emostatico, garze, compresse in tessuto non tessuto, compresse antiaderenti, rete tubolare, disinfettante analcolico, ammoniaca.

Compressa garza antiaderente
Ideale per la medicazione e la protezione delle piccole ferite.
Compressa ipoallergica. Si stacca facilmente.
Favorisce la naturale traspirazione della pelle.

Come vanno medicate le piccole ferite?

Nel caso di abrasioni e ferite superficiali in genere il sanguinamento è limitato e gestibile tamponando la zona e mettendo del ghiaccio. In questi casi bisogna prima pulire e disinfettare la ferita, poi proteggerla. La pulizia può essere fatta con acqua corrente a temperatura ambiente. Per disinfettare molti usano l'alcol, che però rischia di far bruciare ancora di più la ferita e di fissare eventuali germi. Meglio usare preparati a base di acqua ossigenata.
Una volta disinfettata la ferita, meglio coprirla con cerotti con garza, o con garze sterili, a seconda della sua estensione. In caso di ematomi limitati il rimedio è ancora più semplice: applicare ghiaccio eventualmente pomate che favoriscono il riassorbimento dell'ematoma.

Il ghiaccio è disponibile nel freezer del frigorifero in Ufficio.

Contusioni: rappresentano il risultato di un evento traumatico che, tuttavia, non provoca la lacerazione della pelle, bensì lo schiacciamento dei tessuti molli sottostanti.

Subito dopo la lesione, il consiglio al fine di trattare un trauma che molto probabilmente si trasformerà in contusione, è quello di applicare sulla zona dolorante il prima possibile un impacco di ghiaccio. Il trattamento, andrebbe proseguito per almeno l'arco delle 24 ore ogni circa 15 minuti.

Come trattare un **piccolo schiacciamento**

Mettere subito un impacco di ghiaccio sulla zona schiacciata . Elevare l'area in modo che poggi sopra il cuore . Mettere il piede o la mano su una pila di cuscini . Questo aiuta a prevenire importanti gonfiori e lividi.
Far accompagnare l'infortunato al Pronto Soccorso dell'Ospedale di Vaio e, sentito l'infortunato, avvertire un familiare

Il Pronto Soccorso si trova al piano terra dell'Ospedale con accesso dedicato e segnalato all'ingresso dell'Ospedale.

Per uno **schiacciamento grave** chiamare il 118

Appendice
Infarto - Come riconoscere i Sintomi e Cosa Fare

La sintomatologia si presenta con un dolore toracico (angina) prolungato (più di 20 minuti) che insorge a riposo e non regredisce spontaneamente. Questo dolore ha determinate caratteristiche:

intensità variabile, in genere intenso e talvolta insopportabile;

è descritto come costrittivo, schiacciante, oppressivo (tipicamente "come un peso" o "una morsa" al centro del petto);

è localizzato tipicamente dietro lo sterno, ma anche sopra lo stomaco (talvolta il dolore viene scambiato per bruciori di stomaco associati a cattiva digestione)

può irradiarsi a tutto il petto, soprattutto la parte sinistra, al braccio sinistro fino al polso e alle dita, ma anche alla spalla, al collo, alla mandibola e tra le scapole;

può accompagnarsi a sudorazione fredda, nausea, vomito, debolezza e vertigini.

Un'altra manifestazione può essere lo svenimento (in circa un caso su 10, questo è l'unico sintomo dell'infarto) e in una percentuale di casi, 15-20 per cento, l'infarto può essere indolore.

Cosa fare di fronte al sospetto di infarto?

La persona che crede di trovarsi di fronte ad un soggetto colpito da infarto deve **chiamare immediatamente il 118** e, tenendosi in contatto con questo, eseguire le manovre necessarie nell'attesa dell'arrivo dei soccorsi.
Nell'eventualità che all'infarto segua l'arresto cardiocircolatorio* è infatti indispensabile iniziare **subito** il massaggio cardiaco.
Il fattore tempo in questa situazione diventa infatti l'elemento più importante e la probabilità di successo della defibrillazione diminuisce rapidamente al passare di ogni minuto.
Nel caso in cui la sintomatologia sia più lieve il fattore tempo è comunque importante.
La persona deve arrivare velocemente al pronto soccorso dove il medico, diagnosticato l'infarto, procederà alla disostruzione della coronaria occlusa.

In sostanza, **più precocemente si interviene più alte sono le percentuali di successo**, in quanto la quantità di tessuto cardiaco salvato è proporzionale alla precocità della riperfusione.

* L'arresto cardiocircolatorio è la sospensione di ogni attività meccanica cardiaca: il cuore cessa di battere. All'arresto cardiocircolatorio fa seguito il blocco di ogni attività polmonare (arresto respiratorio).

Il primo intervento consiste in una serie di manovre che chiunque dovrebbe conoscere:
1) una prima manovra, nel tentativo di far riprendere l'attività cardiaca, consiste nel battere alcuni pugni energici sul petto, in corrispondenza del cuore;
2) il paziente va posto su un piano rigido: pertanto se è a terra, non va spostato.
3) occorre sollevare le gambe almeno a 45° dal piano orizzontale, facendole sostenere o appoggiandole, ad esempio, su una sedia; questo è necessario per aumentare il ritorno venoso al cuore;
4) occorre ricordare che la comparsa di dilatazione della pupilla indica che è trascorso la metà del tempo che si ha a disposizione per evitare che il paziente subisca gravi lesioni al cervello.

Il trattamento di emergenza va eseguito da persone addestrate ed ha lo scopo di far giungere il minimo necessario di sangue ossigenato al cervello.
Questo scopo essenziale per la sopravvivenza si ottiene con la respirazione artificiale e il massaggio cardiaco esterno.

La respirazione artificiale va iniziata per prima: si esegue con la tecnica bocca a bocca.

Il massaggio cardiaco si esegue ponendo il palmo della mano, uno sopra l'altro, sulla parte inferiore dello sterno ossia del petto del paziente. Si preme quindi con un movimento secco e rapido seguito da una pausa di circa un secondo, in modo da mantenere la frequenza di circa 100 colpi al minuto.