



PIANO DI EMERGENZA COMUNALE

DOCUMENTI

25 gennaio 2018



Comune di Parona (PV)
PIANO DI EMERGENZA COMUNALE



Pagina intenzionalmente bianca



Comune di Parona (PV)
PIANO DI EMERGENZA COMUNALE



SOMMARIO

1	ORGANIGRAMMA	5
2	FAC SIMILE MODELLI DI ORDINANZE	8
3	FAC SIMILE MODELLI DI ATTIVAZIONE E CHIUSURA DEL C.O.C.	16
4	NORME COMPORTAMENTALI	19
4.1	Rischio Sismico	19
4.2	Rischio alluvione / esondazione	22
4.3	Rischio incendio boschivo	26
4.4	Rischio ondata di calore	27
5	LISTA DI DISTRIBUZIONE	28



Comune di Parona (PV)
PIANO DI EMERGENZA COMUNALE



Pagina intenzionalmente bianca



Comune di Parona (PV)
PIANO DI EMERGENZA COMUNALE



1 ORGANIGRAMMA



Comune di Parona (PV)
PIANO DI EMERGENZA COMUNALE



SINDACO
dott. Marco Lorena 0384 253015 338 7707921

REFERENTE OPERATIVO COMUNALE (R.O.C.)
geom. Piero Saino 0384 253015 333 9257930

OPERATORI COMUNALI	
Responsabile Ufficio Tecnico Comunale	geom. Piero Saino 0384 253015 333 9257930
Operatore sul territorio	Accogli Luigi 0384 253015 333 9257929

POLIZIA LOCALE	
Sindaco	dott. Marco Lorena Tel. (+39) 0384 253015 Fax (+39) 0384 253829 Cell. (+39) 338 7707921
Responsabile P.L.	dott. Luciano Legnazzi Responsabile del Servizio P.L. presso Comune di Cilavegna Tel. (+39) 0381 668011 Fax (+39) 0381 96392 Cell. (+39) 335 6979424
Agente P.L.	Rolandi Giuseppe Agente Polizia Locale Tel. (+39) 0384 253099 - 253015 Fax (+39) 0384 252935 - 253829 Cell. (+39) 377 7068321



Comune di Parona (PV)
PIANO DI EMERGENZA COMUNALE



Croce Rossa Italiana AREA 3 Preparazione della Comunità e Risposta ad Emergenze e disastri			
MANSIONE	COGNOME E NOME	RECAPITO TELEFONICO	RESIDENZA PARONA
Delegato Provinciale	Cav. Gianluca Vicini	Tel. (+39) 0383 48060 Fax (+39) 0384 294028 Cell. (+39) 329 0045076	NO
Volontario			
Volontario			
Volontario			
Volontario			



Comune di Parona (PV)
PIANO DI EMERGENZA COMUNALE



2 FAC SIMILE MODELLI DI ORDINANZE



FAC-SIMILE ORDINANZA DI EVACUAZIONE GENERALE DELLA POPOLAZIONE

ORDINANZA n. del

IL SINDACO

PREMESSO CHE

- dal è in atto sul territorio comunale un evento.....
- a seguito di tale situazione la Prefettura di Pavia, con nota n..... del..... ha attivato lo stato di allarme
- esiste, a seguito di tale emergenza, il pericolo di un diretto coinvolgimento della popolazione residente nelle zone

VISTI

- l'art. 15 della L. 24 febbraio 1992 n. 225
- il D. Lgs. n. 267 del 18.8.2000

CONSIDERATO

di dover tutelare la pubblica incolumità evacuando temporaneamente ed in via del tutto provvisoria tutti gli edifici ricadenti nell'area interessata

ORDINA

- l'evacuazione immediata di tutte le unità immobiliari adibite ad abitazione od attività site in
- è fatto obbligo a chiunque di dare alla presente ordinanza la maggior diffusione possibile
- durante il periodo di evacuazione, i locali del Centro di Prima Assistenza allestito presso saranno allestiti per l'accoglienza alla popolazione che vorrà ivi recarsi
- la Polizia Locale è incaricata di curare la tempestiva diffusione, con ogni mezzo, della presente ordinanza, che in copia viene immediatamente trasmessa, per le vie brevi, alla Prefettura di Pavia
- il Dirigente dell'Ufficio Protezione Civile è incaricato di coordinare tutti gli interventi di competenza comunale e di adottare ogni provvedimento necessario ad assicurare l'assistenza e l'informazione alla popolazione

IL SINDACO

Da trasmettere a:

Al Responsabile di Polizia Locale
Alla Prefettura di Pavia
Al delegato AREA 3 CRI



FAC-SIMILE ORDINANZA REVOCA EVACUAZIONE

ORDINANZA n. del

IL SINDACO

PREMESSO CHE

- in data è stata emessa l'Ordinanza Sindacale n. di evacuazione delle unità immobiliari adibite ad abitazione od attività site in
- è cessato lo stato di emergenza
- è venuto meno il presupposto in base al quale è stata emessa l'ordinanza sopra indicata

VISTI

- l'art. 15 della L. 24 febbraio 1992 n. 225
- il D. Lgs. n. 267 del 18.8.2000

CONSIDERATO

di dover tutelare la pubblica incolumità evacuando temporaneamente ed in via del tutto provvisoria tutti gli edifici ricadenti nell'area interessata

REVOCA

- l'ordinanza sindacale n. emessa il di evacuazione delle unità immobiliari adibite ad abitazione od attività site in
- è fatto obbligo a chiunque di dare alla presente ordinanza la maggior diffusione possibile
- la Polizia Locale è incaricata di curare la tempestiva diffusione, con ogni mezzo, della presente ordinanza, che in copia viene immediatamente trasmessa, per le vie brevi, alla Prefettura di Pavia

IL SINDACO

Da trasmettere a:

Al Responsabile di Polizia Locale
Alla Prefettura di Pavia
Al delegato AREA 3 CRI



FAC-SIMILE DI COMUNICAZIONE DI PRE-ALLARME ALLA POPOLAZIONE

PRE-ALLARME

NORME DI COMPORTAMENTO IN PRESENZA DI EVENTI CALAMITOSI CHE RICHIEDANO LA EVACUAZIONE PARZIALE O TOTALE DELLA POPOLAZIONE

IL SINDACO

avverte che in situazione di pericolo la popolazione sarà avvisata mediante (indicare i sistemi di allarme)

DISPONE

che a seguito di tale avviso:

- 1) i cittadini in possesso di mezzo di trasporto dovranno trasferirsi nelle zone di soggiorno che verranno designate;
- 2) i cittadini privi di mezzi di trasporto dovranno affluire ai posti di smistamento che saranno indicati

INVITA

le famiglie che abbiano componenti impossibilitati a muoversi autonomamente (ammalati, anziani, portatori di handicap, etc.) a segnalare all'Unione i loro nominativi e recapito

RACCOMANDA

- 1) staccare la luce, acqua e gas prima di abbandonare le abitazioni;
- 2) rispettare scrupolosamente gli itinerari indicati per l'evacuazione;
- 3) non sostare, salvo casi di forza maggiore, lungo gli itinerari di evacuazione.

IL SINDACO



FAC-SIMILE DI MANIFESTO DI ALLARME ALLA POPOLAZIONE

ALLARME

NORME DI COMPORTAMENTO IN PRESENZA DI
(indicare l'avvenimento o il tipo di rischio)

IL SINDACO

comunica che dalla segnalazione di allarme che verrà dato a mezzo i residenti (indicare zone, vie, frazioni, etc.) avranno ore di tempo per evacuare

DISPONE

che a seguito del segnale di allarme:

- 1) i residenti della zona (zona, via, frazione, etc.)
 - se in possesso di mezzo di trasporto, dovranno immediatamente trasferirsi nella zona di soggiorno sita in secondo il seguente itinerario:.....
 - se privi di mezzo di trasporto, dovranno immediatamente raggiungere il posto di smistamento dislocato a secondo il seguente percorso:
 - i mezzi di trasporto pubblico verranno messi a disposizione in (piazza, via, etc.).....

RACCOMANDA

- 1) staccare la luce, acqua e gas prima di abbandonare le abitazioni;
- 2) rispettare scrupolosamente gli itinerari indicati per l'evacuazione;
- 3) evitare le soste lungo gli itinerari di evacuazione.

IL SINDACO



FAC-SIMILE DI MANIFESTO DI EMERGENZA ALLA POPOLAZIONE EMERGENZA

NORME DI COMPORTAMENTO IN PRESENZA DI
(indicare l'avvenimento o il tipo di rischio)

IL SINDACO

comunica che dalla segnalazione di EMERGENZA che verrà dato a mezzo i residenti
(indicare zone, vie, frazioni, etc.) dovranno immediatamente evacuare le loro abitazioni

DISPONE

che a seguito del segnale di EMERGENZA:

- 1) i residenti della zona (zona, via, frazione, etc.)
 - se in possesso di mezzo di trasporto, dovranno immediatamente trasferirsi nella zona di soggiorno sita in secondo il seguente itinerario:.....
 - se privi di mezzo di trasporto, dovranno immediatamente raggiungere il posto di smistamento dislocato a secondo il seguente percorso:
 - i mezzi di trasporto pubblico verranno messi a disposizione in (piazza, via, etc.).....

RACCOMANDA

- 1) staccare la luce, acqua e gas prima di abbandonare le abitazioni;
- 2) rispettare scrupolosamente gli itinerari indicati per l'evacuazione;
- 3) evitare le soste lungo gli itinerari di evacuazione.

IL SINDACO



FAC-SIMILE DI ORDINANZA DIVIETO DI TRAFFICO VEICOLARE PER ALLAGAMENTO

Ordinanza Contingibile ed Urgente n. _____ del _____

IL SINDACO

VISTA l'esondazione dei corsi d'acqua / fossi laterali (specificare) di un tratto della strada _____ che hanno reso pericoloso il transito dei veicoli su detta strada;

VERIFICATA la necessità di chiudere al traffico veicolare la strada _____ consentendo agli aventi diritto il transito per raggiungere le proprie abitazioni per la via più breve e senza transitare nel tratto interessato da allagamento della sede stradale;

CONSIDERATO che tale situazione risulta di estrema pericolosità per la circolazione stradale;

VISTI gli art. 5, 7 e 159 del C.d.s. approvato dal D.Lgs del 30/04/92 no 285 con i quali si dà facoltà ai Comuni di stabilire obblighi, divieti e limitazioni a carattere temporaneo o permanente per quanto riguarda la circolazione veicolare su strade comunali;

VISTO il regolamento di esecuzione e di attuazione del nuovo codice della strada approvato con D.P.R. 495/92;

ATTESA la propria competenza all'adozione del presente atto in base: all'art. 54 del D.Lgs. 18/08/2000 n. 267 contenente il Testo Unico delle leggi sull'ordinamento degli enti locali;

VISTO l'art. 6 c. 4 della Legge n° 125 del 24 Luglio 2008 riguardante l'incolumità pubblica e la sicurezza urbana;

ORDINA

- La chiusura a tutto il traffico veicolare nella strada _____, consentendo solo il transito ai residenti e senza transitare nel tratto interessato da allagamento della sede stradale sino a cessata esigenza.
- L'apposizione di idonea segnaletica di divieto di transito eccetto i residenti percorrendo i tratti più brevi e con divieto anche per loro di transitare nel tratto in cui la sede stradale è sommersa.

DEMANDA

- Al Servizio di Polizia Locale e al personale che espleta servizio di Polizia indicato dall'art. 12, comma 2 del Codice della Strada di vigilare in ordine alla corretta applicazione del presente



Comune di Parona (PV)
PIANO DI EMERGENZA COMUNALE



provvedimento e di disporre le modalità esecutive più idonee per assicurare efficacemente la sicurezza stradale della circolazione.

- All'ufficio Tecnico la predisposizione e la posa della segnaletica necessaria.

Della presente viene data comunicazione mediante pubblicazione all'albo comunale, nonché, nei consueti modi di diffusione.

Si informa altresì che contro la presente ordinanza è ammesso ricorso davanti al Tribunale Amministrativo Regionale di Milano nel termine di 60 giorni dalla notificazione della presente provvedimento, oppure, in alternativa, ricorso straordinario al Presidente della Repubblica nel termine di 120 giorni.

Parona, li _____

IL SINDACO



Comune di Parona (PV)
PIANO DI EMERGENZA COMUNALE



3 FAC SIMILE MODELLI DI ATTIVAZIONE E CHIUSURA DEL C.O.C.



Comune di Parona (PV)
PIANO DI EMERGENZA COMUNALE



da stampare su carata intestata del Comune di Parona

Protocollo in uscita N. _____ del _____

SALA OPERATIVA PROTEZIONE CIVILE
Regione Lombardia
MILANO
FAX 02 3936 165

PREFETTURA DI PAVIA
Ufficio Protezione Civile
PAVIA
FAX 0382 512413

Provincia di Pavia
Ufficio Protezione Civile
PAVIA
FAX 0382 597451

OGGETTO: apertura Centro Operativo Comunale (C.O.C.) per evento di rilevante impatto locale.

Con la presente si comunica l'apertura del Centro Operativo Comunale (C.O.M.), a partire dalle ore del giorno , a seguito del verificarsi dell'evento(descrivere evento).

In conformità a quanto stabilito dalla nota n° 5300 del 13/11/12 dal Presidente del Consiglio dei Ministri, ed in conformità al Piano Comunale di Emergenza, il volontariato di protezione civile avrà funzioni di supporto alla Polizia Locale per fornire indicazioni sulla viabilità locale e supporto alla popolazione.

Seguirà comunicazione della avvenuta chiusura del C.O.C.

Parona, lì

IL SINDACO



Comune di Parona (PV)
PIANO DI EMERGENZA COMUNALE



da stampare su carata intestata del Comune di Parona

Protocollo in uscita N. _____ del _____

SALA OPERATIVA PROTEZIONE CIVILE
Regione Lombardia
MILANO
FAX 02 3936 165

PREFETTURA DI PAVIA
Ufficio Protezione Civile
PAVIA
FAX 0382 512413

Provincia di Pavia
Ufficio Protezione Civile
PAVIA
FAX 0382 597451

OGGETTO: chiusura Centro Operativo Comunale (C.O.C.) per (descrivere evento).

Con la presente si comunica l'avvenuta chiusura del Centro Operativo Comunale (C.O.C.), alle ore del giorno

Parona, lì

IL SINDACO



4 NORME COMPORTAMENTALI

Di seguito vengono proposte alcune norme comportamentali di base per la popolazione, fornite dal Dipartimento per la Protezione Civile.

4.1 Rischio Sismico

Prima del terremoto

- Informati sulla classificazione sismica del comune in cui risiedi.
- Devi sapere quali norme adottare per le costruzioni, a chi fare riferimento e quali misure sono previste in caso di emergenza
- Informati su dove si trovano e su come si chiudono i rubinetti di gas, acqua e gli interruttori della luce. Tali impianti potrebbero subire danni durante il terremoto
- Evita di tenere gli oggetti pesanti su mensole e scaffali particolarmente alti. Fissa al muro gli arredi più pesanti perché potrebbero caderti addosso
- Tieni in casa una cassetta di pronto soccorso, una torcia elettrica, una radio a pile, un estintore ed assicurati che ogni componente della famiglia sappia dove sono riposti
- A scuola o sul luogo di lavoro informati se è stato predisposto un piano di emergenza. Perché seguendo le istruzioni puoi collaborare alla gestione dell'emergenza



Comune di Parona (PV)
PIANO DI EMERGENZA COMUNALE



Durante il terremoto

- Non uscire subito all'aperto (lo farai solo quando la scossa sarà terminata)
- Se sei in luogo chiuso cerca riparo nel vano di una porta inserita in un muro portante (quelli più spessi) o sotto una trave. Ti può proteggere da eventuali crolli
- Riparati sotto un tavolo. E' pericoloso stare vicino ai mobili, oggetti pesanti e vetri che potrebbero caderti addosso
- Non precipitarti verso le scale e non usare l'ascensore. Talvolta le scale sono la parte più debole dell'edificio e l'ascensore può bloccarsi e impedirti di uscire
- Se sei in auto, non sostare in prossimità di ponti, di terreni franosi o di spiagge. Potrebbero lesionarsi o crollare o essere investiti da onde di tsunami
- Se sei all'aperto, allontanati da costruzioni e linee elettriche. Potrebbero crollare
- Stai lontano da impianti industriali e linee elettriche. E' possibile che si verifichino incidenti
- Stai lontano dai bordi dei laghi e dalle spiagge marine. Si possono verificare onde di tsunami
- Evita di andare in giro a curiosare e raggiungi le aree di attesa individuate dal piano di emergenza comunale. Bisogna evitare di avvicinarsi ai pericoli
- Evita di usare il telefono e l'automobile. E' necessario lasciare le linee telefoniche e le strade libere per non intralciare i soccorsi



Comune di Parona (PV)
PIANO DI EMERGENZA COMUNALE



Dopo il terremoto

- Assicurati dello stato di salute delle persone attorno a te. Così aiuti chi si trova in difficoltà ed agevoli l'opera di soccorso
- Non cercare di muovere persone ferite gravemente. Potresti aggravare le loro condizioni
- Esci con prudenza indossando le scarpe. In strada potresti ferirti con vetri rotti e calcinacci
- Uscendo di casa accertati di aver chiuso i rubinetti posizionati sui contatori di gas ed acqua potabile e di avere staccato il contatore dell'energia elettrica. Potrai così evitare possibili ulteriori danni in caso di altre scosse di terremoto.
- Prendi con te le chiavi di casa, i documenti e, se è inverno o comunque stagione fredda, indumenti per coprirti adeguatamente se dovrai restare a lungo all'aperto.
- Raggiungi uno spazio aperto lontano da edifici o da strutture pericolanti che potrebbero caderti addosso. Se possibile raggiungi il punto di raccolta del tuo comune/quartiere.
- Mentre sei all'aperto muoviti con calma e con prudenza ed evita il panico. Ricordati di seguire sempre le istruzioni delle squadre di soccorso. Il tuo comportamento potrà essere d'aiuto anche agli altri
- Evita di prendere la tua autovettura se non in casi di estrema necessità. Una macchina può ostacolare i mezzi di soccorso o anche solo ostacolare chi ha più necessità di te. Non bloccare il traffico. Usa la macchina solo se realmente indispensabile!



4.2 Rischio alluvione / esondazione

Prima dell'alluvione (situazione di preallarme)

- È utile avere sempre a disposizione una torcia elettrica e una radio a batterie, per sintonizzarsi sulle stazioni locali e ascoltare eventuali segnalazioni utili;
- Metti in salvo i beni collocati in locali allagabili, solo se sei in condizioni di massima sicurezza;
- Assicurati che tutte le persone potenzialmente a rischio siano al corrente della situazione;
- Se abiti a un piano alto, offri ospitalità a chi abita ai piani sottostanti e viceversa se risiedi ai piani bassi, chiedi ospitalità;
- Poni delle paratie a protezione dei locali situati al piano strada e chiudi o blocca le porte di cantine o seminterrati;
- Se non corri il rischio di allagamento, rimani preferibilmente in casa;
- Insegna ai bambini il comportamento da adottare in caso di emergenza, come chiudere il gas o telefonare ai numeri di soccorso



Comune di Parona (PV)
PIANO DI EMERGENZA COMUNALE



Durante l'alluvione (situazione di allarme o evento in corso)

- È preferibile concentrare nel momento del preallarme anche le operazioni previste nella fase di allarme o di evento in corso.
- È fondamentale ricordare che la differenza tra il preallarme e l'allarme o evento in corso, può essere minima e di difficile previsione: è sufficiente che la pioggia si concentri in una zona ristretta per dar luogo a fenomeni improvvisi di inondazione.

In casa

- Chiudi il gas, l'impianto di riscaldamento e quello elettrico. Presta attenzione a non venire a contatto con la corrente elettrica con mani e piedi bagnati;
- Sali ai piani superiori senza usare l'ascensore;
- Non scendere assolutamente nelle cantine e nei garage per salvare oggetti o scorte;
- Non cercare di mettere in salvo la tua auto o i mezzi agricoli: c'è pericolo di rimanere bloccati dai detriti e di essere travolti da correnti;
- Evita la confusione e mantieni la calma;
- Non ripararti sotto alberi isolati;
- Aiuta i disabili e gli anziani del tuo edificio a mettersi al sicuro;
- Non bere acqua dal rubinetto di casa: potrebbe essere inquinata.



Comune di Parona (PV)
PIANO DI EMERGENZA COMUNALE



Fuori casa

- Evita l'uso dell'automobile se non in casi strettamente necessari;
- Se sei in auto, non tentare di raggiungere comunque la destinazione prevista, ma trova riparo nello stabile più vicino e sicuro;
- Evita di transitare o sostare lungo gli argini dei corsi d'acqua, sopra ponti o passerelle;
- Fai attenzione ai sottopassi: si possono allagare facilmente;
- Se sei in gita o in escursione, affidati a chi è del luogo: potrebbe conoscere delle aree sicure;
- Allontanati verso i luoghi più elevati e non andare mai verso il basso;
- Evita di passare sotto scarpate naturali o artificiali;
- Non ripararti sotto alberi isolati;
- Usa il telefono solo per casi di effettiva necessità per evitare sovraccarichi delle linee.

Dopo l'evento alluvionale

- Raggiunta la zona sicura, presta la massima attenzione alle indicazioni fornite dalle autorità di protezione civile, attraverso radio, TV e automezzi ben identificabili della protezione civile;
- Evita il contatto con le acque. Sovente l'acqua può essere inquinata da petrolio, nappa o da acque di scarico. Inoltre può essere carica elettricamente per la presenza di linee elettriche interrato;
- Evita le zone dove vi sono ancora correnti in movimento;
- Fai attenzione alle zone dove l'acqua si è ritirata. Il fondo delle strade può essere indebolito e potrebbe crollare sotto il peso di un'automobile;
- Getta i cibi che sono stati in contatto con le acque dell'alluvione;
- Presta attenzione ai servizi, alle fosse settiche, ai pozzi danneggiati. I sistemi di scarico danneggiati sono serie fonti di rischio.



Comune di Parona (PV)
PIANO DI EMERGENZA COMUNALE



Da tenere a portata di mano

È utile inoltre avere sempre in casa, riuniti in un punto noto a tutti i componenti della famiglia, oggetti di fondamentale importanza in caso di emergenza quali:

- Kit di pronto soccorso + medicinali;
- Generi alimentari non deperibili;
- Scarpe pesanti;
- Scorta di acqua potabile;
- Vestiario pesante di ricambio;
- Impermeabili leggeri o cerate;
- Torcia elettrica con pila di riserva;
- Radio e pile con riserva;
- Coltello multiuso;
- Fotocopia documenti di identità;
- Chiavi di casa;
- Valori (contanti, preziosi);
- Carta e penna.



4.3 Rischio incendio boschivo

Per evitare un incendio:

- non gettare mozziconi di sigaretta o fiammiferi ancora accesi, possono incendiare l'erba secca;
- non accendere fuochi in un bosco. Usa solo le aree attrezzate. Non abbandonare mai il fuoco e prima di andare via accertati che sia completamente spento;
- se devi parcheggiare l'auto accertati che la marmitta non sia a contatto con l'erba secca. La marmitta calda potrebbe incendiare facilmente l'erba;
- non abbandonare i rifiuti nei boschi e nelle discariche abusive. Sono un pericoloso combustibile;
- non bruciare, senza le dovute misure di sicurezza, le stoppie, la paglia o altri residui agricoli. In pochi minuti potrebbe sfuggirti il controllo del fuoco.

Quando l'incendio è in corso:

- se avvisti delle fiamme o anche solo del fumo telefona al 112 (N.U.E.) per dare l'allarme. Non pensare che altri l'abbiano già fatto. Fornisci le indicazioni necessarie per localizzare l'incendio;
- cerca una via di fuga sicura: una strada o un corso d'acqua. Non fermarti in luoghi verso i quali soffia il vento. Potresti rimanere imprigionato tra le fiamme e non avere più una via di fuga;
- stenditi a terra in un luogo dove non c'è vegetazione incendiabile. Il fumo tende a salire e in questo modo eviti di respirarlo;
- se non hai altra scelta, cerca di attraversare il fuoco dove è meno intenso per passare dalla parte già bruciata. Ti porti così in un luogo sicuro;
- l'incendio non è uno spettacolo, non sostare lungo le strade. Intralceresti i soccorsi e le comunicazioni necessarie per gestire l'emergenza.



4.4 Rischio ondata di calore

In caso di ondate di calore:

- Evita di stare all'aria aperta tra le ore 12 e le 18. Sono le ore più calde della giornata
- Fai bagni e docce d'acqua fresca per ridurre la temperatura corporea
- Scherma i vetri delle finestre con persiane, veneziane o tende, per evitare il riscaldamento dell'ambiente
- Bevi molta acqua. gli anziani devono bere anche in assenza di stimolo della sete. Anche se non hai sete, il tuo corpo potrebbe avere bisogno di acqua
- Evita bevande alcoliche, consuma pasti leggeri, mangia frutta e verdure fresche. Alcolici e pasti pesanti aumentano la produzione di calore nel corpo
- Indossa vestiti leggeri e comodi, in fibre naturali. Gli abiti in fibre sintetiche impediscono la traspirazione, quindi la dispersione di calore
- Accertati delle condizioni di salute di parenti, vicini e amici che vivono soli e offri aiuto, perché molte vittime delle ondate di calore sono persone sole
- Soggiorna anche solo per alcune ore in luoghi climatizzati, per ridurre l'esposizione alle alte temperature.



Comune di Parona (PV)
PIANO DI EMERGENZA COMUNALE



5 LISTA DI DISTRIBUZIONE

Lista distribuzione	
Nome	Funzione
Dott. Marco Lorena	Sindaco
Geom. Piero Saino	Responsabile Ufficio Tecnico Comunale
	Referente Operativo Comunale (R.O.C.)
Cav. Gian Luca Vicini	Delegato Provinciale C.R.I. Area 3