

SEISMIC ACTION CARD**PRIMA DELL'EVENTO SISMICO**

- ✓ Abituati ad individuare i punti sicuri della struttura, segnalati con apposita cartellonistica.
- ✓ Identifica i punti meno sicuri (lampade a soffitto, vetrate, vetrinette a muro, scaffali) per allontanarti in emergenza.
- ✓ Mantieni sgombero lo spazio sotto la tua scrivania, per garantire un momentaneo rifugio sicuro.
- ✓ Informati sul Piano di Emergenza aziendali e sui tuoi colleghi nominati quali Addetti all'Emergenza.
- ✓ Scarica l'APP "INGV Terremoti" .

**DURANTE L'EVENTO SISMICO**

- ✓ Non correre immediatamente all'esterno a causa del rischio di caduta di suppellettili, lampade, vetri, controsoffitti, scaffali, cornicioni, tettoie e coperture esterne.
- ✓ Raggiungi i punti sicuri interni segnalati (sotto le travi o a ridosso di pilastri e muri portanti).
- ✓ Riparati sotto la scrivania o la tua postazione di lavoro.
- ✓ All'esterno: allontanati da strutture sospese (pali, linee elettriche) e dall'edificio medesimo.

SEISMIC ACTION CARD**DOPO L'EVENTO SISMICO**

- ✓ Prima di abbandonare la postazione sicura e di percorrere i corridoi, controlla visivamente che non vi siano crolli o distacchi evidenti lungo il percorso.
- ✓ Prima di scendere le scale saggia con un piede la stabilità del gradino e scendi in fila indiana, a ridosso del muro.
- ✓ Verifica che i colleghi nelle vicinanze stiano bene o chiedi aiuto ad alta voce qualora ne abbiano necessità.
- ✓ Qualora venga dichiarata l'evacuazione da parte del Coordinatore dell'Emergenza, attenersi alle istruzioni e raggiungere il punto di raccolta esterno, senza recuperare effetti personali e restando distante da pericoli sospesi e dagli edifici sfollati. Non rientrare fino a nuovo ordine.
- ✓ In assenza di formale ordine di evacuazione, qualora non ti senta sicuro all'interno, segnalalo al Coordinatore o a un Addetto e raggiungi il punto di raccolta esterno.
- ✓ Prima di uscire, se possibile, metti in sicurezza la postazione.
- ✓ Non intasare le linee telefoniche e non chiamare i soccorsi (112) se non richiesto dal Coordinatore dell'Emergenza.

SEISMIC ACTION CARD**BEFORE THE EARTHQUAKE**

- ✓ Identify the safe points of the building, marked with appropriate signs.
- ✓ Identify unsure spots (ceiling lamps, glass windows, wall cabinets, shelves) to get away in case of emergency.
- ✓ Keep the space under your desk clear, to ensure a provisional safe shelter.
- ✓ Informed about the company Emergency Plan and
- ✓ about your colleagues appointed as Emergency Officers.
- ✓ Download the "INGV Terremoti" APP.

**DURING THE EARTHQUAKE**

- ✓ Do not run outside immediately due to the risk of falling furnishings, lamps, glass, false ceilings, shelves, ledges, canopies and external coverings.
- ✓ Protect yourself near the marked internal safe spots (under the beams or close to pillars and load-bearing walls).
- ✓ Take cover under your desk or workstation.
- ✓ Outdoors: move away from suspended structures (poles, power lines) and from the building.

SEISMIC ACTION CARD**AFTER THE EARTHQUAKE**

- ✓ Before leaving the secure location and to walk the corridors, visually check there aren't falling objects or detachments evident along the way.
- ✓ Test stability with one foot before going downstairs of the step and go down in single file, near the wall.
- ✓ Check that nearby colleagues are okay or ask for help if they need it.
- ✓ If the evacuation is declared by the Emergency Coordinator, follow instructions and go to the external muster station, without recovering personal effects and staying away from suspended dangers e from buildings.
Do not return until further notice.
- ✓ Without an evacuation order, if you do not feel safe inside, report this to the Coordinator or an Employee go to the external muster station.
- ✓ Before leaving, if possible, secure the location.
- ✓ Don't clog telephone lines and don't call for help (112) unless requested by the Emergency Coordinator.