



GINNASTICA AMATORI REGGIO EMILIA ASD

PIANO DI EMERGENZA ED EVACUAZIONE
PALESTRA "BERGONZI" Via Col Santo, 25
42124 REGGIO EMILIA



Nel piano di emergenza ed evacuazione vengono indicati i comportamenti da tenere e quali operazioni compiere in caso di necessità.

Gli eventi che possono verificarsi sono principalmente i seguenti:

- incendio nei diversi locali (palestra, ingresso, spogliatoi, magazzino);
- incendio nelle vicinanze della palestra;
- terremoto;
- crollo dovuto a cedimento strutturale;
- infortuni o malori.

La palestra "Bergonzi" è una struttura in cemento armato realizzata nel 1975, si trova a piano terra e ha una superficie di mq. 316; è inserita in un complesso scolastico ed è dotata di n. 2 spogliatoi, n. 3 servizi igienici, n. 4 docce e n. 1 magazzino.

Titolare dell'impianto è il Comune di Reggio Emilia, la gestione in orario extrascolastico è in carico alla Ginnastica Amatori Reggio Emilia ASD.

Nell'ingresso sono presenti:

n. 1 defibrillatore DAE



n. 1 lancia antincendio a parete



n. 1 estintore a parete



n. 1 uscita di sicurezza dotata di maniglione antipanico



n. 1 centralina di controllo degli aerotermi



Nello spogliatoio 1 è presente la cassetta di pronto soccorso



All'interno della palestra sono presenti:

n. 1 uscita di sicurezza dotata di maniglione antipanico



n. 1 rilevatore di temperatura



n. 1 quadro elettrico



n. 1 pulsante di emergenza incendi



n. 3 interruttori elettrici di comando delle vasistas



n. 1 estintore a parete



Il punto di raccolta  è situato nel cortile a pochi metri di distanza dall'uscita di sicurezza, il percorso per raggiungerlo è adeguatamente segnalato da appositi cartelli.

L'impianto è dotato di luci di emergenza che si attivano automaticamente in caso di necessità.

NUMERI UTILI

NUMERO UNICO EMERGENZE	112
EMERGENZE SANITARIE	118
VIGILI DEL FUOCO	115
POLIZIA	113
PRONTO INTERVENTO POLIZIA	0522 4000
PROTEZIONE CIVILE	0522 271698

- PER PERMETTERE AI MEZZI DI SOCCORSO DI ACCEDERE ALL'IMPIANTO È NECESSARIO VERIFICARE CHE IL CANCELLO DI INGRESSO IN VIA COLSANTO SIA APERTO, SE LO SI TROVA CHIUSO PRENDERE LA CHIAVE (CONSERVATA IN UNA BUSTINA DI PLASTICA TRASPARENTE) APPESA NELL'INGRESSO DELLA PALESTRA DI FIANCO A QUESTE ISTRUZIONI.



NORME DI COMPORTAMENTO IN CASO DI INCENDIO

- MANTIENI LA CALMA;
- AVVISA IL PERSONALE ADDETTO;
- SOSPENDI OGNI ATTIVITÀ SPORTIVA;
- LASCIA DOVE SONO GLI OGGETTI PERSONALI;
- EVITA DI SPINGERE, CORRERE E GRIDARE;
- AVVICINATI CON CALMA ALL'USCITA DI SICUREZZA;
- SE È PRESENTE DEL FUMO ABBASSATI O PROCEDI IN POSIZIONE CARPONI E, SE POSSIBILE, CERCA DI FILTRARE L'ARIA ATTRAVERSO UN TESSUTO O UN FAZZOLETTO;
- QUANDO TUTTI SARANNO USCITI CHIUDI LA PORTA;
- RAGGIUNGI IL PUNTO DI RACCOLTA.

Un principio di incendio si spegne utilizzando gli estintori, se non è possibile controllarlo è necessario azionare il pulsante di allarme incendio presente in palestra (chiamata automatica ai VVF), è inoltre opportuno staccare l'impianto di ventilazione abbassando i sei interruttori della centralina degli aerotermi (nell'ingresso).



Se l'incendio si sviluppa fuori dai locali si dovranno chiudere le porte e si farà in modo di sigillare le fessure con panni bagnati, se entra fumo è consigliabile sdraiarsi sul pavimento e respirare attraverso un tessuto o un fazzoletto (se vengono bagnati è meglio).

NORME DI COMPORTAMENTO IN CASO DI TERREMOTO

- MANTIENI LA CALMA;
- SOSPENDE OGNI ATTIVITÀ SPORTIVA;
- LASCIA DOVE SONO GLI OGGETTI PERSONALI;
- NON CORRERE FUORI;
- RESTA NEL LOCALE E CERCA DI RIPARARTI LONTANO DA PORTE A VETRI, FINESTRE E ATTREZZATURA CHE TI SEMBRA PERICOLOSA;
- EVITA DI SPINGERE, CORRERE E GRIDARE.

DOPO IL TERREMOTO

- AVVICINATI CON CALMA ALL'USCITA DI SICUREZZA;
- RAGGIUNGI IL PUNTO DI RACCOLTA.

se ti trovi all'aperto allontanati dall'edificio, dagli alberi, dalle linee elettriche, cerca un luogo senza pericoli intorno e sopra di te.

CEDIMENTO STRUTTURALE

In linea generale si possono applicare gli stessi comportamenti sopra descritti.

NORME DI COMPORTAMENTO IN CASO DI INFORTUNIO

- MANTIENI LA CALMA;
- AVVISA IL RESPONSABILE DELLA PALESTRA O UNO DEGLI ALLENATORI IN POSSESSO DI CERTIFICAZIONE DI PS E/O BLS-D;
- FAI IN MODO CHE L'INFORTUNATO NON RIMANGA SOLO;
- SE L'INFORTUNATO HA PERSO CONOSCENZA E NON RESPIRA POTREBBE VENIRTI CHIESTO DI PRENDERE IL DEFIBRILLATORE (DAE) CHE È SITUATO NELL'INGRESSO DELLA PALESTRA IN MODO DA POTER PROVVEDERE ALLA RIANIMAZIONE CARDIOPOLMONARE 🧑‍🚒, POTREBBE ESSERTI CHIESTO DI TELEFONARE AL 112, IN QUESTO CASO DEVI PREPARARTI A FORNIRE INDICAZIONI PRECISE ALLE DOMANDE CHE TI VERRANNO POSTE DALL'OPERATORE QUALI AD ESEMPIO:
 1. nome, cognome e qualifica di chi sta chiamando;
 2. da dove si sta chiamando (Palestra Bergonzi, via Colsanto, 25);
 3. cosa sta succedendo (descrizione sintetica dell'accaduto);
 4. è presente un dispositivo DAE (sì, nell'ingresso);
 5. l'operatore al telefono potrebbe fornire istruzioni utili per supportare le operazioni di soccorso in attesa che parta un'ambulanza;
- CONTROLLA CHE IL CANCELLO ESTERNO SIA APERTO IN MODO DA PERMETTERE L'INGRESSO DELL'AMBULANZA, SE LO TROVI CHIUSO PRENDI LA CHIAVE CHE TROVI CONSERVATA IN UNA BUSTINA DI PLASTICA TRASPARENTE APPESA NELL'INGRESSO DELLA PALESTRA PRECISAMENTE DI FIANCO A QUESTE ISTRUZIONI.



La vita nelle tue mani

come affrontare un arresto cardiaco

1

Se trovi una persona priva di sensi e non è pericoloso avvicinarsi chiamala e scuotila leggermente.



2

Se non risponde, piegale la testa all'indietro e sollevale il mento. Guarda il torace e controlla se respira.



3

Se non risponde e non respira normalmente, chiedi aiuto a un passante e telefona al 118 o 112.



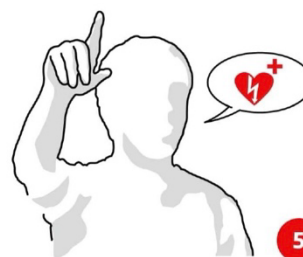
4

Segui i consigli di chi ti risponde. Se puoi accendi il viva voce.



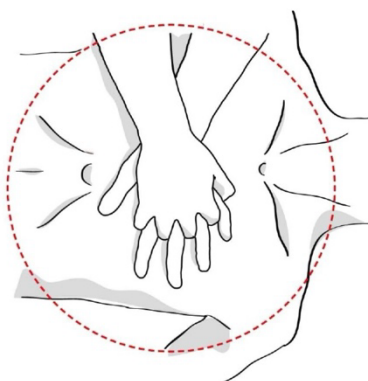
5

Fai prendere un defibrillatore.



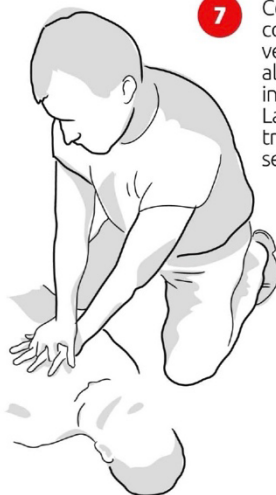
6

Sovrapponi le mani al centro del torace



7

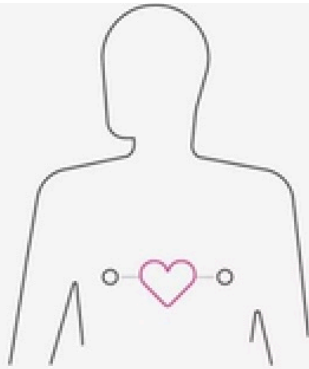
Con le braccia tese, comprimi profondamente, velocemente (2 volte al secondo) e senza interruzioni. Lascia risalire il torace tra le compressioni senza staccare le mani.



8

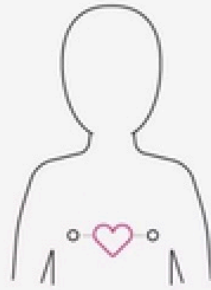
Se hai un defibrillatore, accendilo e ti dirà cosa fare





ADULTI

DUE MANI



BAMBINI (1-8 ANNI)

UNA MANO



NEONATI

DUE DITA



TRENTA COMPRESSIONI TORACICHE

**PROFONDITA' 5-6 CM PER ADULTI E BAMBINI E 3-4 CM PER I NEONATI
SEGUITE DA DUE RESPIRAZIONI ARTIFICIALI (RAPPORTO 30:2)**



VELOCITA' DI COMPRESSIONE CIRCA 100-120 AL MINUTO