

Guida di preparazione in casi di emergenza per persone con invalidità/ esigenze particolari



Ringraziamenti ● ● ● ● ●

La presente Guida di preparazione in casi di emergenza per persone con invalidità/esigenze particolari è stata preparata dall'*Emergency Management Ontario* (Ente gestione emergenze in Ontario), un ente del Governo dell'Ontario, in associazione con l'*Accessibility Directorate of Ontario* (Consiglio direttivo accessibilità dell'Ontario).

Allo scopo di realizzare una guida che promuova i valori e protegga l'integrità, l'indipendenza e la sicurezza di tutti gli abitanti dell'Ontario, le seguenti organizzazioni sono state consultate per la loro capacità e conoscenze di fondo per le quali esprimiamo loro il nostro più vivo apprezzamento:

- Canadian Diabetes Association
- Canadian MedicAlert® Foundation
- Canadian Paraplegic Association (Ontario)
- Canadian Red Cross
- Centre for Independent Living in Toronto (CILT) Inc.
- CNIB
- Foreign Affairs and International Trade Canada
- Learning Disabilities Association of Ontario
- Ministry of Community and Social Services Emergency Management Unit
- Ministry of Government Services
- Multiple Sclerosis Society of Canada, Toronto Chapter and Ontario Division
- National (USA) Organization on Disability - Headquarters
- Office of the Fire Marshal – Ontario Head Office
- Ontario March of Dimes (Provincial Office)
- Ontario Seniors' Secretariat
- Ontario SPCA (Ontario Society for the Prevention of Cruelty to Animals)
- SOS Emergency Response Technologies
- St. Demetrius Development Corporation
- The Canadian Hearing Society
- Toronto Rehabilitation Institute

Un ringraziamento particolare va anche esteso a tutti i volontari che hanno donato il proprio tempo libero per fare le fotografie contenute in questa guida.

Emergency Management Ontario
Ministry of Community Safety
and Correctional Services
www.ontario.ca/emo

Accessibility Directorate of Ontario
Ministry of Community
and Social Services
www.mcass.gov.on.ca

Visto che nessuna situazione d'emergenza è simile o prevedibile, ognuno dovrebbe usare il proprio giudizio quando si appresta ad offrire aiuto ad altri in caso d'emergenza, al fine di non mettere a rischio la propria o l'altrui incolumità.

© Queen's Printer for Ontario 2007

Tutto il materiale realizzato in questa guida è protetto dal Diritto d'autore del governo e appartiene al *Queen's Printer for Ontario*. Nessun materiale può essere riprodotto o copiato, totalmente o parzialmente, senza l'esplicita autorizzazione scritta del *Ministry of Community Safety and Correctional Services* (Ministero della Sicurezza Comunitaria e Servizi Correzionali)








Introduzione 2

Lista del Kit di Emergenza e Sopravvivenza 3

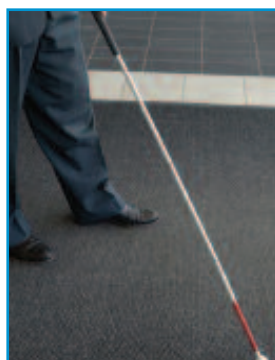
Lista di oggetti di Emergenza riguardanti Animali di Assistenza 4

Considerazioni importanti 5

Categorie

-  **Mobilità** 8
-  **Vista** 10
-  **Udito** 12
-  **Invalidità non visibili** 14
-  **Anziani con esigenze particolari** 16
-  **Sicurezza in edifici alti** 18
-  **Considerazioni di viaggio** 20

Per ulteriori informazioni 22



Introduzione ● ● ● ● ●



Le situazioni d'emergenza possono accadere all'improvviso e senza preavviso. Anche se in Ontario sono già vigenti efficaci norme e programmi per la gestione di tali casi, gli individui e le loro famiglie svolgono un ruolo vitale nella preparazione per i casi di crisi, quando i servizi d'emergenza e gli altri organi di governo si trovano al limite delle loro possibilità. È molto importante che gli individui e le loro famiglie si preparino ad essere autosufficienti per un periodo di almeno tre (3) giorni subito dopo o durante uno caso d'emergenza. Questa Guida offre riflessioni e consigli sulla preparazione per i casi d'emergenza a circa 1,5 milioni di abitanti dell'Ontario con invalidità o con esigenze particolari, compresi gli anziani.

Preparatevi adesso

La preparazione per i casi d'emergenza comprende lo sviluppo e la pratica in famiglia dei piani di soccorso nei casi d'emergenza e la preparazione di un kit di sopravvivenza.

Per coloro che sono afflitti da invalidità fisica, della vista, dell'udito e/o altra disabilità non visibile, il piano di famiglia per il soccorso nei casi di emergenza deve anche comprendere degli adattamenti particolari. Per meglio prepararsi ad un'emergenza, secondo le esigenze particolari che si hanno, si prega di fare riferimento alla categoria applicabile in questa guida, per trovare la lista degli articoli di sopravvivenza in caso di emergenza e le considerazioni per i piani di contingenza.

Per ulteriori informazioni su come gestire le emergenze nella vostra zona si prega di mettersi in contatto con l'Emergency Management Coordinator (Coordinatore per la Gestione delle Emergenze) municipale, presso il comune locale.

Come usare questa guida

Questa guida si occupa di argomenti importanti riguardanti la necessità di essere preparati alle emergenze che hanno i portatori di invalidità visibili e/o invisibili e gli anziani con esigenze speciali.

- Invalidità/esigenze speciali sono identificate come categorie separate a seconda del colore e di un simbolo posto nell'angolo in alto a destra di ogni pagina.
- Ciascuna categoria fornisce informazioni su come un individuo dovrebbe prepararsi per le emergenze, considerate le sue esigenze speciali, su come le persone presenti possono assistere al meglio una persona con un'invalidità e su ulteriori oggetti consigliati per il kit di sopravvivenza.
- L'ultima pagina è un'ulteriore fonte di informazioni di contatto per il lettore.
- Questa guida è disponibile sia in inglese che in francese, ed anche in formati alternativi qualora venissero richiesti. Per favore contattare:

Emergency Management Ontario

Numero di telefono generale: 416-314-3723
Numero verde gratuito: 1-877-314-3723

Accessibility Directorate of Ontario

Numero di telefono generale: 416-326-0207
Numero verde gratuito: 1-888-520-5828
TTY: 416-326-0148
TTY gratuito: 1-888-335-6611

••••● Lista del Kit di Emergenza e Sopravvivenza

Questa lista del Kit di Emergenza e Sopravvivenza elenca tutti gli strumenti di base che ciascun individuo dovrebbe tenere in un posto facile da raggiungere che possono essere d'aiuto a tutti per essere autosufficienti per almeno tre (3) giorni, subito dopo o durante un'emergenza. Dal momento che i requisiti per le scorte di emergenza sono diversi per gli individui con diverse invalidità, vi preghiamo di fare riferimento all'apposita categoria in questa guida per ulteriori oggetti suggeriti per un kit di sopravvivenza.

Preparati adesso, Lista di emergenza e sopravvivenza Impara come...

- Torcia e batterie
- Radio e batterie o radio a manovella
- Batterie in più (per la radio, la torcia, altri dispositivi di assistenza, ecc.)
- Kit di pronto soccorso
- Un telefono che funzioni anche in mancanza di elettricità
- Candele e fiammiferi/accendino
- Copia delle chiavi della macchina e contanti
- Documenti importanti (documenti di identità)
- Cibo non deperibile e acqua in bottiglia
- Apriscatole manuale
- Vestiario e scarpe
- Coperte o sacchi a pelo
- Carta igienica e altri oggetti personali
- Farmaci
- Bracciale MedicAlert® o altra identificazione
- Zaino/borsone
- Fischietto (per attirare l'attenzione se necessario)
- Carte da gioco



Lista di oggetti di Emergenza riguardanti

Animali di Assistenza

Questa lista di oggetti di Emergenza riguardanti Animali di Assistenza elenca gli oggetti basilari che ogni persona con animali di assistenza dovrebbe tenere pronti in anticipo per assicurare che i loro animali di assistenza siano comodi durante lo stress di una situazione di emergenza. È consigliabile tenere tutti gli oggetti in una borsa trasportabile che sia facilmente accessibile, in caso fosse necessario evacuare la casa. Inoltre, ricordare di controllare il kit due volte all'anno (una maniera facile di ricordarlo consiste nel controllarlo quando si controllano gli allarmi antifumo, e cioè due volte all'anno) per assicurare la freschezza del cibo, dell'acqua e dei farmaci, e per rifornire ogni tipo di oggetto che sia stato preso in prestito dal kit.

Lista di oggetti di Emergenza riguardanti Animali di Assistenza










- Acqua in bottiglia e cibo per animali in quantità sufficiente per almeno 3 giorni
- Ciotole portatili per acqua e cibo
- Tovaglioli e apriscatole
- Farmaci accompagnati da una lista che indentifichi i motivi (per esempio le condizioni mediche), il dosaggio, la frequenza e i vari numeri di contatto del veterinario che li ha prescritti
- Documenti medici comprese le vaccinazioni
- Guinzaglio/imbracatura per cani
- Museruola (se necessaria)
- Coperta e il giocattolo preferito
- Buste di plastica
- Una medaglietta identificativa aggiornata con il vostro numero di telefono e il nome/numero del vostro veterinario (inoltre si raccomanda l'installazione di una microchip)
- Foto aggiornata del vostro animale di assistenza in caso si dovesse perdere o si dovesse separare da voi
- Copia della licenza (se necessario)

Proprietari di animali:

Mentre gli animali di assistenza sono accettati nei rifugi durante le emergenze, gli animali di famiglia non lo sono. Pertanto, è consigliabile che coloro che sono in possesso di un animale preparino un kit per le emergenze simile per ciascun animale presente in famiglia, a seconda delle necessità dei diversi animali (per esempio gatto, coniglio, uccello ecc.). Nel caso di gatti, includere un trasportino per gatti, una piccola bacinella, lettiera, una paletta e buste di plastica. È inoltre raccomandato che i proprietari di animali si mettano d'accordo con parenti o amici per prendersi cura dei loro animali in caso fosse necessario evacuare la loro casa durante un'emergenza. Per ulteriori informazioni su animali domestici ed emergenze, si prega di visitare il sito web della Gestione Emergenze Ontario all'indirizzo www.ontario.ca/emo.














• • • • • Considerazioni importanti

Ricordare...

-  Gli oggetti del kit di emergenza e sopravvivenza che sono elencati in questa guida vogliono essere solo un suggerimento e possono o meno essere adatti ad ogni situazione di emergenza e/o alle esigenze particolari di una persona. Pertanto, dovrete essere voi a decidere quali sono oggetti essenziali da includere per voi e per i componenti della vostra famiglia.
-  Durante un'emergenza potrebbe non esserci corrente elettrica.
-  Durante un'emergenza potrebbe essere necessario recarsi in un rifugio di evacuazione di emergenza. Si raccomanda a voi e alla vostra famiglia di avere una persona da contattare che risieda al di fuori della vostra immediata comunità. In questo modo, in caso di evacuazione, i familiari possono facilmente comunicare tra loro chiamando questa persona.
-  Impacchettare e riporre tutti gli oggetti di emergenza e sopravvivenza (compresi farmaci, apparecchiature mediche e/o altri dispositivi di assistenza) in un posto facilmente accessibile e in un contenitore facilmente trasportabile in caso fosse necessario evacuare.
-  Selezionare una rete di persone sia al lavoro e sia a casa che siano in grado di assistervi durante un'emergenza. (Assicurarsi di informare queste persone del posto in cui è riposto il kit di emergenza e sopravvivenza.)
-  Preparare una lista di tutte le allergie alimentari o ai farmaci da cui si può essere affetti e con tutti i farmaci che si stanno assumendo. Dovreste anche dare questa lista alla rete di persone che avete scelto e anche tenerne una copia con voi, a casa, al lavoro e in auto (se applicabile).
-  Sulla vostra lista di farmaci, specificare la ragione per ciascun farmaco che state prendendo (per esempio il trattamento di una condizione medica) includendo il nome generico, il dosaggio, la frequenza, e il nome e il numero del medico che lo ha prescritto.
-  Se avete bambini con invalidità o con esigenze particolari, preparate una lista simile per ciascuno dei vostri figli e datene una copia al personale che lo/la assiste, a scuola, alle altre persone da contattare in caso di emergenza, ecc.
-  Se avete un'allergia, una condizione medica cronica o un'esigenza medica particolare, potreste considerare di avere e indossare un braccialetto MedicAlert® o un'identificazione come parte del vostro piano di preparazione.
Per ulteriori informazioni visitate: www.medicalert.ca.

Considerazioni importanti ● ● ● ● ●

Ricordate di...

-  Controllare regolarmente le date di scadenza di tutti i farmaci, dell'acqua in bottiglia, e del cibo in scatola/inscatolato presenti nel kit di sopravvivenza ed emergenza. Sarebbe opportuno sostituire il cibo e le bottiglie d'acqua almeno una volta l'anno.
-  Preparare una lista con tutte le informazioni di contatto di tutte le persone da contattare in caso di emergenza e darne una copia a tutte le persone della vostra rete al lavoro e/o a casa. Inoltre, tenetene una copia nel vostro kit di sopravvivenza, con voi, a casa, sul lavoro e in macchina (se applicabile).
-  Date istruzioni scritte su come assistere al meglio voi e i vostri animali di assistenza (se applicabile) durante le emergenze, a tutte le persone della vostra rete.
-  Etichettate tutte le apparecchiature per le esigenze particolari e allegate delle etichette plastificate che spieghino come usare, recuperare e/o muovere ciascun dispositivo di assistenza durante un'emergenza.
-  Poiché i vostri farmaci, dispositivi di assistenza ecc. possono variare nel tempo, si consiglia di verificare regolarmente le esigenze e apportare ogni cambiamento alle attrezzature del vostro kit di sopravvivenza ed emergenza e al vostro piano familiare di emergenza.
-  Se le vostre esigenze personali richiedono un trattamento regolare e/o un'apparecchiatura necessaria a mantenervi in vita, avvisate la vostra rete di persone e chiedete loro di controllare immediatamente se succede un'emergenza o se gli ufficiali di zona ordinano un'evacuazione.
-  Portate sempre con voi un allarme personale che emette un suono molto forte per attirare l'attenzione.
-  Se fate affidamento sulle apparecchiature/strumenti per mantenervi in vita, trovate una soluzione che assicuri alle apparecchiature/strumenti di funzionare anche in mancanza di corrente.
-  Installate degli allarmi antifumo che funzionino su ciascun piano della vostra casa e fuori la zona notte.
-  Controllate il funzionamento degli allarmi ogni mese premendo l'apposito pulsante. Sostituite le batterie ogni sei mesi e ogni qualvolta si attiva la spia sonora che indica che le batterie sono poco cariche.
-  Create e mettete alla prova un piano di fuga in caso di incendio o fate riferimento al piano di salvataggio, in caso di incendio del vostro palazzo e fate in modo che tutti in casa sappiano cosa fare in caso di incendio.
-  Provate il piano di emergenza con la rete di persone almeno due volte all'anno.
-  Se durante un'emergenza la vostra rete di supporto non può assistervi per qualunque ragione, chiedete aiuto alle altre persone intorno. Ricordate di informarli delle vostre esigenze particolari e di come possono offrirvi assistenza nel migliore dei modi.

• • • • • Considerazioni importanti

Suggerimenti su come aiutare una persona con invalidità

- ☞ "Chiedete Prima" se la persona ha bisogno o vuole essere aiutata – non supponete a priori che lo voglia.
- ☞ Permettete alla persona di spiegare come è possibile assisterla al meglio.
- ☞ Non toccare la persona, il suo animale di assistenza e/o il loro dispositivo/apparecchiatura di assistenza senza il suo permesso.
- ☞ Durante un'emergenza, seguite le istruzioni poste sull'apparecchiatura di assistenza per esigenze speciali e/o sul dispositivo di assistenza.
- ☞ Evitate di tentare di sollevare, offrire aiuto o assistenza per muovere qualcuno almeno di non essere pratico con le procedure di sicurezza.
- ☞ Mai dare cibo o liquidi ad una persona priva di sensi o che non risponde.
- ☞ Sappiate che le persone con invalidità possono richiedervi di usare guanti privi di lattice per ridurre la diffusione di infezioni virali.
- ☞ Chiedete alla persona con esigenze particolari se parti del suo corpo hanno una ridotta sensibilità e se vuole che controlliate queste parti per la presenza di ferite dopo un disastro.





Limitazioni alla mobilità possono rendere difficile ad una persona l'uso delle scale o muoversi velocemente percorrendo lunghe distanze. Queste limitazioni possono comprendere l'essere dipendente da alcuni dispositivi di mobilità come una sedia a rotelle, uno scooter, un supporto a rotelle per aiutarsi mentre si cammina, stampelle o un bastone. Inoltre, persone con problemi al cuore o con varie difficoltà respiratorie possono avere diversi livelli di limitazione alla mobilità.

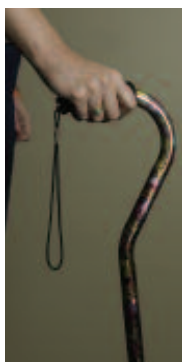
Il vostro piano di emergenza:

- Chiedete alla rete di persone di fare pratica a muovere le apparecchiature per le esigenze particolari

durante il piano di emergenza. Questo aiuterà la rete di persone a diventare più pratica a maneggiare o usare le

apparecchiature per esigenze particolari durante un'emergenza.

- Se usate una sedia a rotelle o uno scooter, richiedete che una sedia per le emergenze venga posta vicino le scale sullo stesso piano in cui lavorate o vivete, in modo da poterla usare con prontezza per aiutarvi a lasciare rapidamente l'edificio.
- Nella lista di istruzioni per la rete di persone, identificate quali parti del corpo hanno una sensibilità ridotta in modo che queste parti possano venire controllate per verificare la presenza di ferite dopo un'emergenza, se non potete farlo da soli.
- Chiedete all'ufficio municipale locale per sapere se i rifugi di emergenza sono accessibili con una sedia a rotelle.





Le cose da fare e da non fare

quando si assistono persone con invalidità

- ✓ Usare guanti privi di lattice quando si offre assistenza personale laddove è possibile. (Le persone con ferite alla colonna vertebrale corrono un rischio maggiore di sviluppare una malattia infettiva durante un'emergenza.) I guanti aiutano a controllare una condizione medica secondaria che può venire a crearsi facilmente se l'assistenza personale è interrotta durante un'emergenza.
- ✓ Assicurarsi che la sedia a rotelle vada con la persona.
- ✗ Non spingere o tirare la sedia a rotelle di una persona senza il suo permesso.

Ulteriori oggetti per un kit di sopravvivenza ed emergenza

- Kit di riparazione per una ruota forata.
- Lattina di un prodotto per sigillare oggetti contenenti aria (per riparare una ruota forata sulla sedia a rotelle o *scooter*).
- Scorta di tubi interni.
- Un paio di guanti pesanti (per proteggersi le mani quando si girano le ruote o quando ci si muove tra vetri o altri oggetti taglienti).
- Guanti privi di lattice (per tutti coloro che offrono assistenza).
- Batteria di scorta carica per sedie a rotelle motorizzate o *scooter*.
- Una sedia a rotelle manuale leggera per fare da scorta ad una sedia a rotelle motorizzata (se fattibile).
- Cateteri di scorta (se applicabile).
- Un piano di emergenza alternativo che assicuri che ogni apparecchiatura/strumento che vi mantiene in vita sia funzionante in caso di mancanza di corrente elettrica.
- Ogni altro strumento che sia unico alle vostre esigenze particolari in caso di emergenza.

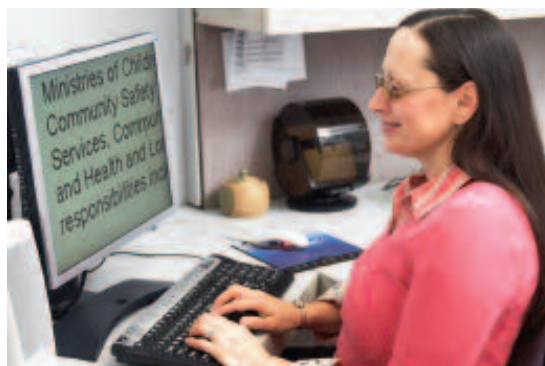




Il vostro piano di emergenza:

- Tenete un lungo bastone per muovervi su un pavimento pieno di macerie o mobili che possono essere caduti durante un'emergenza.
- Segnate tutte le scorte di emergenza in anticipo con nastro fosforescente, una scritta molto grande o in linguaggio braille.
- Segnate tutti gli interruttori di spegnimento di gas, acqua e elettricità in anticipo con nastro fosforescente, una scritta molto grande o in linguaggio braille.
- Fate pratica da soli in anticipo con tutti i percorsi di fuga e i posti in cui si trovano le porte di emergenza/uscita su ogni piano di ogni edificio in cui lavorate, vivete e/o andate in visita.

La perdita della vista può comprendere un'ampia scala di condizioni, andando da una completa cecità a vista parziale o bassa che non può essere corretta con lenti o chirurgia. L'abilità di una persona di leggere insegne o di muoversi in un ambiente estraneo può essere compromessa durante un'emergenza, creando una sensazione di smarrimento e/o di dipendenza dagli altri per essere guidati.

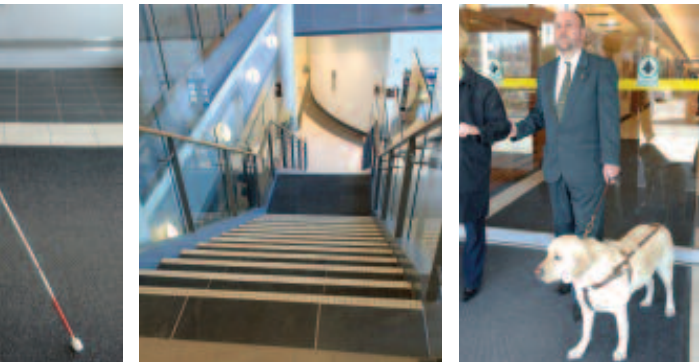




Le cose da fare e da non fare

quando si assistono persone con invalidità

- ✓ Chiedere sempre prima se si può aiutare.
- ✓ Per le persone che sono sorde-cieche, usate il dito per scrivere una "X" sulla loro schiena per far loro sapere che siete lì per aiutarli durante un'emergenza.
- ✓ Per comunicare con una persona sorda-cieca, provate a tracciare lettere con la punta delle dita sul palmo della loro mano.
- ✓ Per guidare la persona, offrite loro il braccio invece di prendere il loro e camminate seguendo il loro passo. Camminate mezzo passo davanti a loro.
- ✓ Se la persona ha un cane di assistenza, chiedete loro dove camminare per evitare di distrarre l'animale.
- ✓ Avvisare in anticipo quando si stanno per raggiungere scale, marciapiedi, ostacoli significativi, o cambiamenti di direzione.
- ✓ Fare attenzione per gli oggetti che pendono o altre protrusioni contro cui la persona potrebbe sbattere.



Ulteriori oggetti per un kit di sopravvivenza ed emergenza

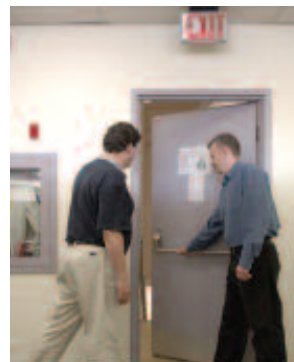
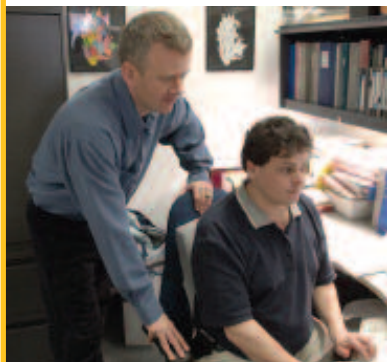
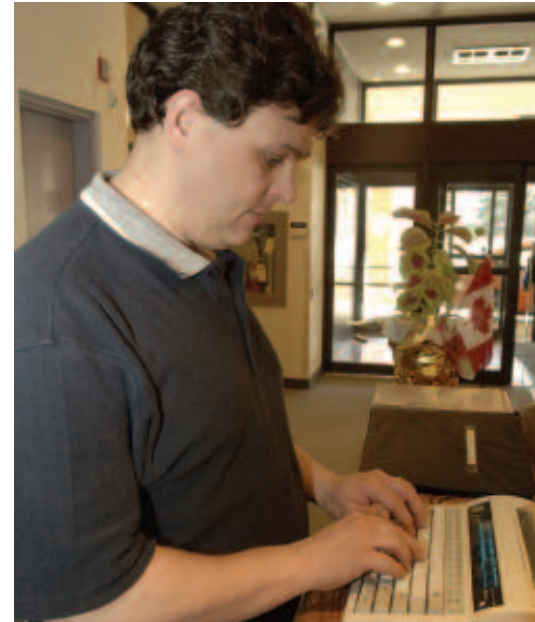
- Un bastone bianco di scorta, preferibilmente un bastone che sia più lungo in lunghezza.
 - Un orologio parlante o un orologio braille.
 - Un orologio con i numeri grandi con batterie di scorta.
 - Apparecchi elettronici per la vista come un aiuto da viaggio elettronico, monoculare, binocolo o lente di ingrandimento.
 - Un paio di occhiali graduati di scorta – se li portate.
 - Qualunque dispositivo di lettura/assistenza tecnologico per accedere alle informazioni/dispositivi portatili CCTV.
 - Qualunque altro oggetto che sia unico per le vostre esigenze speciali.
-
- ✗ Non supporre che la persona può vedervi, o che abbia bisogno del vostro aiuto.
 - ✗ Non afferrare né toccare una persona che ha perso la vista.
 - ✗ Non toccare, non avere un contatto visivo o distrarre il cane di assistenza della persona poiché questo potrebbe seriamente mettere in pericolo il proprietario.
 - ✗ Non urlare ad una persona che ha perso la vista. Parlare chiaramente e dare indicazioni specifiche e precise.
 - ✗ Evitare l'espressione "da questa parte". Invece, descrivere le posizioni in altri modi come "alla vostra destra/sinistra/o dritto davanti a voi/dietro di voi", o usando le posizioni dell'orologio. (per esempio: alle 12 in punto)

Una persona può essere sorda, assordata o dura d'orecchio. La distinzione tra questi termini si basa sul linguaggio dell'individuo e sui mezzi di comunicazione, piuttosto che sul livello di perdita dell'udito.

In caso di emergenza, il modo in cui vengono trasmessi gli avvisi di emergenza diventa un punto critico di come una persona con perdita dell'udito può rispondere e seguire istruzioni per la sicurezza.

Il vostro piano di emergenza:

- Se la rete di persone non è disponibile durante un'emergenza, chiedete assistenza ad altri ai quali potete comunicare la perdita dell'udito parlando, muovendo le labbra senza emettere suono, indicando l'orecchio, gesticolando, o se applicabile, indicando il vostro apparecchio acustico.
- Tenete una matita e della carta a portata di mano per comunicare per iscritto.
- Procuratevi un cercapersone che sia collegato al sistema del vostro posto di lavoro e/o dell'edificio in cui vivete.
- Installate un sistema anti-fumo che includa allarmi anti-fumo e segnali luminosi discontinui o vibratori per attirare la vostra attenzione se suona l'allarme.
- Provate gli allarmi anti-fumo mensilmente pigiando il bottone per il test.
- Negli allarmi anti-fumo a batteria, sostituire le batterie ogni sei mesi e ogni volta che suona l'allarme per avvisare che le batterie sono quasi scariche.
- Portare addosso e nel kit di sopravvivenza una tessera plastificata che vi identifichi come sordo o duro d'orecchio e che spieghi come comunicare con voi.





Le cose da fare e da non fare

quando si assistono persone con invalidità

- ✓ Attirare l'attenzione della persona con un segno visivo o toccando gentilmente il loro braccio prima di parlare con lui/leio.
- ✓ Porsi di fronte alla persona e stabilire un contatto visivo quando parlate permettendo loro di leggervi le labbra.
- ✓ Comunicare stando vicini.
- ✓ Parlare chiaramente ed in maniera naturale.
- ✓ Usare gesti per aiutare a spiegare il significato di quello che state cercando di comunicare alla persona.
- ✓ Scrivere un messaggio se c'è tempo e tenere a portata di mano matita e carta.
- ✗ Evitare di avvicinare la persona da dietro.
- ✗ Astenersi dal gridare o parlare in maniera innaturale e lenta.
- ✗ Non fare suoni forti poiché gli apparecchi acustici amplificano i suoni e possono creare uno shock fisico in coloro che li usano.



Ulteriori oggetti per un kit di sopravvivenza ed emergenza

- Fogli e matite extra per comunicare.
- Torce, fischietti o oggetti che facciano rumore.
- Frasi importanti già scritte che si usano durante situazioni di emergenza.
- Dispositivi di assistenza – unici per le vostre esigenze particolari (per esempio, apparecchi acustici, amplificatori personali, ecc.).
- Dispositivi portatili di comunicazione visiva che vi permettano di sapere se una persona sta bussando alla porta, suonando il campanello, o chiamando al telefono.
- Batterie extra per i dispositivi di assistenza.
- Una CommuniCard (prodotta dall'Associazione canadese per l'udito) che spiega la perdita dell'udito e aiuta anche ad identificare come i soccorritori o gli assistenti possono comunicare con voi durante un'emergenza.
- Ogni altro oggetto da usare in caso di emergenza che sia unico per le vostre esigenze particolari

Nota: Tipicamente, le persone che sono assordate o dure d'orecchio avranno bisogno di informazioni presentate in maniera scritta.

Invalidità non visibili ● ● ● ● ●



Le invalidità non visibili possono includere invalidità di comunicazione, invalidità cognitive, sensoriali, di salute mentale, di apprendimento o invalidità intellettuali in cui la abilità dell'individuo di rispondere ad ogni emergenza è limitata. Queste possono anche comprendere allergie, epilessia, emofilia, diabete, problemi alla tiroide, sclerosi multipla, malattie polmonari o cardiache e/o dipendenza da dialisi e da dispositivi sanitari o urinari. Gli individui con invalidità non visibili possono avere difficoltà a compiere alcune operazioni senza per questo sembrare disabili.

Il vostro piano di emergenza:

- Preparatevi una lista facile da capire di istruzioni ed informazioni che pensate vi possa servire durante un'emergenza.
 - Tenete con voi una lista di informazioni su come contattare le persone chiave che conoscono le vostre esigenze particolari durante un'emergenza.
 - Informate la rete di supporto su dove tenete i farmaci.
 - Tenete una matita e della carta o un registratore portatile a portata di mano per scrivere o registrare ogni nuova istruzione che vi viene data in caso di emergenza.
- Prendete in considerazione l'idea di indossare un braccialetto MedicAlert® o un'identificazione perché vi aiuterà a notificare ai soccorsi le invalidità non visibili. Per maggiori informazioni visitate: www.medicalert.ca.
 - Richiedete un bottone anti-panico da installare nell'edificio dove lavorate e/o vivete, in modo da poter notificare, in caso di emergenza, agli altri il posto in cui vi trovate e il fatto che avete bisogno di assistenza particolare.
 - **Persone con sclerosi multipla:** i sintomi peggiorano spesso in presenza di calore e umidità. Siate preparati a mantenervi freschi e asciutti.
 - **Persone con diabete:** tenere bottiglie di acqua congelata o pacchetti di ghiaccio nel congelatore. Preparare una busta termo-isolante o un termos per riporre l'insulina, in caso ci fosse una mancanza di elettricità o in caso di evacuazione.



Le cose da fare e da non fare

quando si assistono persone con invalidità

- ✓ Permettete alle persone di descrivere il tipo di aiuto di cui hanno bisogno.
- ✓ Trovate mezzi di comunicazione efficaci (per esempio date istruzioni disegnate o scritte. Quando fornite direzioni usate punti di riferimento invece di "vai a sinistra" o "gira a destra").
- ✓ Siate pazienti, flessibili e guardate la persona negli occhi quando parlate.
- ✓ Ripetete le istruzioni (se necessario).
- ✓ Chiedete alla persona informazioni sulle loro medicine e se hanno bisogno di aiuto per prenderle. (Non offrire mai farmaci che non siano stati prescritti dal loro medico)
- ✓ Mantenete le persone con sclerosi multipla fresche e asciutte per evitare di peggiorare i loro sintomi.
- ✗ Evitare di gridare o di parlare velocemente. Invece, parlate chiaramente ma non lentamente per non offendere la persona.
- ✗ Non trattenere una persona che sta avendo convulsioni. Invece, giratela sul fianco per mantenere libero l'ingresso dell'aria e mettete qualcosa di morbido sotto la loro testa (ad esempio una giacca) per proteggerla da eventuali danni. Quando le convulsioni passano e la persona diviene cosciente, aiutatela a mettersi in posizione di riposo.

Ulteriori oggetti per un kit di sopravvivenza ed emergenza

- Scorte di cibo appropriate per la propria invalidità o la propria dieta.
- Lista delle istruzioni che potete seguire facilmente in caso di emergenza.
- Lista personale e scorte per almeno tre giorni di tutte le medicine, oggetti medici e apparecchiature speciali di cui si ha bisogno (per esempio ventilatore per asma, spray nitrolinguale per problemi di cuore, penna di epinefrina contro le reazioni allergiche/shock anafilattico, ecc.).
- Lista dettagliata di tutte le medicine prescritte.
- Identificazione MedicAlert®.
- Ogni altro oggetto da usare in caso di emergenza unico per le vostre esigenze particolari.

Esempio: persone con diabete

- Scorte extra di insulina o di agente orale.
- Scorta extra di siringhe, aghi e penne di insulina (se usate).
- Piccolo contenitore per riporre siringhe/ago usati (se applicabile).
- Kit per il test di glucosio nel sangue, batterie extra e un quaderno per registrare i valori.
- Scorta di striscette per il test di glucosio nel sangue e per i chetoni nelle urine.
- Insulina con azione rapida per livelli alti di glucosio nel sangue (se applicabile).
- Zucchero ad azione rapida per livelli bassi di glucosio nel sangue.
- Cibo extra per coprire i pasti in ritardo.
- Sacchetti di ghiaccio e borse termiche per riporre l'insulina (se applicabile).

Anziani con esigenze particolari ● ● ● ● ●



Poiché una situazione di emergenza o un'evacuazione possono essere un momento di paura e confusione, è importante che gli anziani, specialmente coloro con esigenze particolari, sappiano i passi da intraprendere in caso di emergenza. Per questo gli anziani dovrebbero chiamare gli ufficiali municipali della loro zona per sapere i programmi e i servizi disponibili nella loro comunità che possano aiutarli durante un'emergenza ed assisterli a ritornare ad una situazione di routine.

Il vostro piano di emergenza:

- Creare una lista di informazioni di contatto in caso di emergenza con i nomi ed i numeri dei vostri medici, assistente sociale, colleghi, i gruppi per anziani che

frequentate, vicini, custode del palazzo, ecc. Tenete con voi una copia di questa lista e una nel kit di sopravvivenza ed emergenza.

- Scrivete i nomi ed i numeri di telefono dei dottori, infermieri, assistenti sociali, ecc. sul posto in cui risiedete (se applicabile), includendo i loro orari.
- Fate pratica con tutte le vie di uscita e i posti in cui si trovano porte/uscite di emergenza a casa vostra.
- Memorizzate il posto dei pulsanti di emergenza. (Molti edifici per anziani hanno pulsanti, che sono collegati direttamente con il 911 o con il custode del palazzo.)
- Se viene richiesto di evacuare, portate con voi ogni macchinario o dispositivo di assistenza di cui potete avere immediato bisogno.
- Indossate sempre l'identificazione MedicAlert®



Le cose da fare e da non fare

quando si assistono persone con invalidità

- ✓ Controllare i vicini anziani con esigenze particolari per vedere se hanno bisogno di aiuto durante un'emergenza o un'evacuazione.
- ✓ Permettere alla persona di descrivere di che tipo di aiuto ha bisogno e come potete offrire questo aiuto.
- ✓ Siate pazienti e ascoltate attivamente.
- ✓ Se la persona sembra ansiosa o agitata, parlate in maniera calma e rassicuratela che siete lì per aiutare.
- ✓ Se è necessaria un'evacuazione, offrite un passaggio agli anziani che non hanno accesso ad un veicolo.
- ✓ Se il tempo lo permette, offritevi per trasportare il kit di emergenza della persona nella vostra auto, insieme con ogni attrezzatura o dispositivo di assistenza di cui hanno bisogno.
- ✓ Seguite le istruzioni poste sulle attrezzature per esigenze particolari e/o sui dispositivi di assistenza durante un'emergenza.



Ulteriori oggetti per un kit di sopravvivenza ed emergenza

- Scorta di cibo appropriato per la propria invalidità o per la propria dieta.
- Dispositivi di assistenza di cui si ha bisogno, come bastoni, girello, leggera sedia a rotelle manuale, apparecchi acustici, macchinari per respirare, dispositivo per monitorare il glucosio nel sangue, ecc.
- Occhiali da vista e scarpe ortopediche (se necessario).
- Scorta extra di farmaci e di integratori alimentari.
- Lista di tutti gli strumenti medici e le apparecchiature mediche relative alla propria invalidità di cui si ha bisogno.
- Copie di tutte le prescrizioni farmaceutiche.
- Dentiere extra (se necessario) e detergente per pulirle.
- Guanti privi di lattice (da offrire a chiunque vi offra assistenza personale).
- Ogni altro oggetto da usare in emergenza che sia unico alle vostre necessità particolari.

Per anziani con diabete:

- Per favore fare riferimento alla precedente categoria "Altre invalidità non visibili".

- ✗ Evitate di urlare o parlare in maniera innaturale e lenta.
- ✗ Evitate di ignorare le richieste e le preoccupazioni della persona.

Sicurezza in edifici alti ●●●●●

Gli edifici alti presentano delle difficoltà uniche quando si deve evacuare durante un'emergenza.

I residenti dovrebbero essere informati di:

- ✓ Nome e numero di telefono del custode dell'edificio.
- ✓ Chi siede nella Commissione di sicurezza del palazzo.
- ✓ Chi sono i responsabili del piano.
- ✓ Chi suona il segnale di evacuazione e con quale frequenza.
- ✓ Postazione degli estintori, defibrillatori esterni automatici e bombole di ossigeno.
- ✓ Postazione dei dispositivi di emergenza e evacuazione.

Il vostro piano di emergenza:

- Avvisare il responsabile/manager del palazzo riguardo alle proprie esigenze particolari e/o necessità durante un'emergenza.
- Fare pratica con il piano di evacuazione dell'edificio.
- Memorizzare dove sono tutte le vie di uscita e le postazioni delle porte/uscite di emergenza su ciascun piano.
- Memorizzare la postazione dei pulsanti di emergenza nel palazzo e delle uscite che sono accessibili con la sedia a rotelle (se applicabile).
- Richiedere che una sedia di emergenza evacuazione sia installata sui piani in cui lavorate o vivete, preferibilmente vicino alle scale (se applicabile).
- Se vivete in un edificio molto alto, create un sistema di 'amici' con i vostri vicini e testate regolarmente il piano di risposta con loro.



- Se fate affidamento su di qualunque attrezzatura/strumentazione che vi mantiene in vita, sviluppate un piano di emergenza che assicuri che l'attrezzatura/strumentazione sia funzionante in caso di mancanza di elettricità.
- Procuratevi dall'amministratore del palazzo delle insegne a caratteri grandi che potete mettere nella vostra finestra in caso di emergenza, che indichino che avete bisogno di assistenza.





Le cose da fare e da non fare

quando si assistono persone con invalidità

- ✓ Controllate i vicini e/o colleghi con esigenze particolari per vedere se hanno bisogno del vostro aiuto durante un'emergenza o un'evacuazione.
- ✓ Ascoltate attentamente cosa sta dicendo la persona con esigenze speciali.
- ✓ Durante un'evacuazione di emergenza (se il tempo lo permette), offritevi di portare il kit di emergenza e sopravvivenza della persona con esigenze particolari ed anche qualunque attrezzatura speciale o dispositivo di assistenza di cui ha bisogno.
- ✓ Riguardate le categorie precedenti in questa guida su come assistere persone con specifiche invalidità o bisogni.
- ✗ In generale, evitate di sollevare, aiutare o assistere a muovere una persona giù per le scale, a meno di non essere a conoscenza delle procedure di sicurezza.

Ulteriori oggetti per un kit di sopravvivenza ed emergenza

- Allarme personale che emette un suono forte per attirare l'attenzione verso la vostra posizione.
- Scorte di cibo adatte alle vostre restrizioni alimentari.
- Scorte di farmaci e dispositivi di assistenza adatte alla vostra invalidità.
- Scorta di buste di plastica per riporre spazzatura/rifiuti personali.
- Nomi e informazioni di contatto dei vostri vicini, custode e gestore della proprietà/palazzo.
- Una copia plastificata del piano di evacuazione del palazzo e una cartina delle vie d'uscita e delle postazioni delle porte/uscite di emergenza su ogni piano.
- Ogni altro oggetto per le vostre esigenze particolari.



Considerazioni di viaggio ● ● ● ● ●



Sia viaggiando localmente o internazionalmente, la gente con invalidità e gli anziani con esigenze particolari dovrebbero avere tempo extra per fare ricerca e programmare il loro viaggio, per rendere la loro esperienza di viaggio sicura e piacevole. Questo comprende il prepararsi in anticipo un piano di emergenza e uno zaino pronto per partire con oggetti di emergenza a sopravvivenza.

Il vostro piano di emergenza:

- Prima di viaggiare, visitate il sito web degli **Affari Esteri e del Commercio Internazionale del Canada** all'indirizzo www.voyage.gc.ca dove potete registrarvi e trovare informazioni utili di viaggio e consigli per la sicurezza.
- Discutete le vostre esigenze riguardanti la sistemazione con il vostro agente di viaggio.
- Discutete il viaggio con il vostro dottore per preparare piani di emergenza in caso di malattia.
- Procuratevi la necessaria assicurazione medica di viaggio.
- Portate con voi una copia del libro **Bon Voyage, But...**, che contiene informazioni su come contattare l'ufficio canadese presente nella vostra destinazione e del Centro di Operazioni di Emergenza. Potete ordinarlo gratis sul sito www.voyage.gc.ca.
- Dividete i farmaci e le scorte mediche tra lo zaino e la valigia, tenendoli nei loro contenitori originali. Portate con voi le copie delle ricette mediche.
- Indossate sempre un braccialetto MedicAlert®.
- Informate il/i vostri compagno/i di viaggio su come assistervi in caso di emergenza.
- Se viaggiate solo, create una rete di persone (Per esempio il personale dell'albergo) che possa assistervi durante un'emergenza.
- Se avete problemi ad usare le scale chiedete una stanza in un piano basso.
- Controllate il piano di fuga dell'hotel.
- Se si deve evacuare, portate con voi lo zaino di emergenza pronto per partire e ogni dispositivo di assistenza di cui avete bisogno.

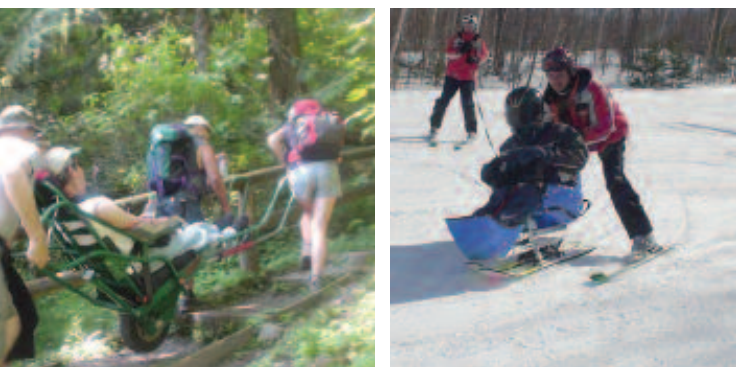




Le cose da fare e da non fare

quando si assistono persone con invalidità

- ✓ Controllate i compagni di viaggio che hanno invalidità visibili o con esigenze particolari per vedere se hanno bisogno del vostro aiuto durante un'emergenza o un'evacuazione.
- ✓ Ascoltate attentamente cosa sta dicendo la persona con esigenze particolari e come potrebbe aver bisogno del vostro aiuto.
- ✓ Se parlano una lingua straniera che non capite, provate a comunicare usando gesti.
- ✓ Durante un'evacuazione di emergenza (se il tempo lo permette), offritevi per portare il kit di emergenza e sopravvivenza di una persona ed anche ogni altra attrezzatura particolare o dispositivo di assistenza di cui possono avere bisogno.
- ✓ Riguardate le categorie precedenti in questa guida su come assistere persone con invalidità o esigenze particolari.
- ✗ Non lasciate che la persona venga separata dalla sua sedia a rotelle o da altri aiuti per la mobilità.



Ulteriori oggetti per un kit di sopravvivenza ed emergenza

- Scorte di cibo appropriate alle vostre restrizioni alimentari.
- Scorte di farmaci/ dispositivi di assistenza appropriate per la vostra invalidità (per esempio, **iniezione di glucagone** per il diabete con insulina e se state viaggiando in una località remota che non ha servizio di ambulanze).
- Una tessera plastificata con le informazioni personali da tenere sempre con sè quando siete in viaggio. (La tessera descrive le vostre esigenze particolari, elenca tutti i farmaci che state prendendo, ogni allergia a cibo/farmaci di cui soffrite, il nome del dottore che vi ha in cura, e i vostri parenti stretti.)
- Copia della vostra assicurazione di viaggio e altri importanti documenti di viaggio.
- Un allarme personale che emetta un suono forte per attirare l'attenzione.
- Un piccolo contenitore che può contenere o disintegrare siringhe o aghi in maniera sicura (se applicabile).
- Pillole anti-nausea e anti-diarrea e antidolorifici.
- Crema solare protettiva.
- Un prodotto insettifugo.
- Dizionario per aiutarvi a comunicare in una lingua straniera.
- Ogni altro oggetto unico alla vostra invalidità che vi possa essere utile in caso di emergenza.

Per ulteriori informazioni ● ● ● ● ●

Invalità specifiche e bisogni particolari

Canadian Diabetes Association
(Associazione Canadese per il Diabete)
Tel: 416-363-3373
Numero verde gratuito: 1-800-226-8464
Fax: 416-408-7117
www.diabetes.ca

Canadian Paraplegic Association Ontario
(Associazione Canadese Paraplegici dell'Ontario)
Tel: 416-422-5644
Numero verde gratuito: 1-877-422-1112
Fax: 416-422-5943
Email: info@cpaont.org
www.cpaont.org

Canadian Red Cross (Croce Rossa Canadese)
Tel: 905-890-1000
Fax: 905-890-1008
www.redcross.ca

Centre for Independent Living in Toronto (CILT) Inc.
(Centro per la Vita Indipendente Di Toronto (CILT) Inc.)
Tel: 416-599-2458
TTY: 416-599-5077
Linea per informazioni 24 ore su 24:
416-599-4898
Fax: 416-599-3555
Email: cilt@cilt.ca
www.cilt.ca

CNIB (Istituto Nazionale Ciechi)
Tel: 416-486-2500
Numero verde gratuito: 1-800-563-2642
TTY: 416-480-8645
Fax: 416-480-7700
www.cnib.ca

Learning Disabilities Association of Ontario
(Associazione di Invalità Cognitive dell'Ontario)
Tel: 416-929-4311
Fax: 416-929-3905
www.ldao.ca

Multiple Sclerosis Society of Canada - Toronto Chapter and Ontario Division
(Società Sclerosi Multipla dell'Ontario) - Sezione di Toronto e Divisione dell'Ontario
Tel: 416-922-6065
Numero verde gratuito: 1-866-922-6065
Fax: 416-922-7538
www.mssociety.ca

Ontario March of Dimes
Tel: 416-425-3463
Numero verde gratuito: 1-800-263-3463
Fax: 416-425-1920
www.dimes.on.ca

Ontario SPCA (Ontario Society for the Prevention of Cruelty to Animals)
(Società per la Prevenzione della Crudeltà sugli Animali)
Tel: 905-898-7122
Numero verde gratuito:
1-888-ONT-SPCA (668-7722)
Fax: 905-853-8643
Email: info@ospca.on.ca
www.ontariospca.ca

The Canadian Hearing Society
(Società Canadese per l'Udito)
Tel: 416-928-2500
Numero verde gratuito: 1-877-347-3427
TTY: 416-964-0023
TTY Numero Gratuito: 1-877-347-3429
Fax: 416-928-2523
www.chs.ca

Toronto Rehabilitation Institute
(Istituto di Riabilitazione di Toronto)
Tel: 416-597-3422
Fax: 416-597-1977
www.torontorehab.com

Iniziative di Accessibilità

Accessibility Directorate of Ontario
(Comitato direttivo Accessibilità dell'Ontario)
Tel: 416-326-0207
Numero verde gratuito: 1-888-520-5828
TTY: 416-326-0148
TTY numero gratuito: 1-888-335-6611
Fax: 416-326-9725
www.mcass.gov.on.ca

Ontario Seniors' Secretariat
(Segretariato degli Anziani dell'Ontario)
Tel: 416-326-7076 (Seniors' INFOline)
Numero verde gratuito: 1-888-910-1999
TTY Numero Gratuito: 1-800-387-5559
Fax: 416-326-7078
www.ontarioseniors.ca

Preparazione alle Emergenze

Emergency Management Ontario
(Gestione Emergenze Ontario)
Tel: 416-314-3723
Numero verde gratuito: 1-877-314-3723
Fax: 416-314-3758
www.ontario.ca/emo

Per informazione riguardante braccialetti o identificazione MedicAlert®

Canadian MedicAlert® Foundation
(Fondazione Canadese MedicAlert®)
Tel: 416-696-0142
Numero verde gratuito: 1-800-668-1507
Numero di Fax gratuito: 1-800-392-8422
www.medicalert.ca

Per consigli di viaggio e servizio di registrazione quando si viaggia all'estero

Foreign Affairs and International Trade Canada
(Affari Esteri e Commercio Internazionale del Canada)
Tel: 613-944-6788
TTY: 613-944-1310
In Canada e USA:
Numero verde gratuito: 1-800-267-6788
TTY numero gratuito: 1-800-394-3472
www.voyage.gc.ca

Contatto per la gestione delle emergenze locali:

Questa guida è un omaggio di:

© Queen's Printer for Ontario, 2007

ISBN 978-1-4249-4197-1

10M 01/07

Available in both English and French

Disponible en anglais et en français