

Protezione civile in Alto Adige

**Cosa devo fare?
Cosa posso fare?**



Autoprotezione

Le organizzazioni di soccorso della provincia di Bolzano operano sempre con efficienza e tempestività e la popolazione può contare su di esse. Si deve tuttavia anche tenere presente che i servizi di pronto intervento non sono in grado di intervenire subito ovunque. In gravi situazioni di emergenza essi devono decidere dove il loro intervento sia richiesto con maggiore urgenza. Di conseguenza qualche volta il singolo cittadino deve attendere un po' più a lungo i soccorsi.

Per questo motivo l'autoprotezione assume importanza fondamentale. Chi dispone delle conoscenze necessarie e si comporta correttamente, in caso di necessità sarà in grado di cavarsela da solo almeno fino a quando non saranno giunte le squadre di soccorso.

Ovviamente non vi è una protezione assoluta da tutti i possibili tipi di incidente, anche se la maggior parte dei rischi si può prevenire e – con un po' di buon senso – se ne possono limitare le conseguenze. Porte tagliafuoco, materiali edili ignifughi, rivelatori di fumo ed estintori portatili possono ad esempio concorrere in misura non indifferente alla prevenzione del rischio incendi.

Autoprotezione significa anche essere preparati ad eventuali situazioni di emergenza che si verificano tra le mura domestiche. Ricordiamo qui alcune delle principali misure da adottare:

- **Tenere pronta una riserva d'acqua**
- **Predisporre delle scorte alimentari**
- **Tenere a portata di mano medicinali e documenti importanti**
- **Disporre di estintori e/o una coperta antifiama**
- **Dare correttamente l'allarme**
(chi chiama, cosa è successo, dove è successo, come è la situazione)

L'autoprotezione non interessa soltanto singoli individui, ma coinvolge l'intera collettività. Il primo requisito per metterla in atto è la buona volontà, che però da sola non basta. Occorre prima di tutto imparare a comportarsi correttamente in caso di emergenza.

Primo soccorso

Il primo soccorso è uno degli elementi cardine dell'autoprotezione. Ogni cittadino dovrebbe essere in grado di aiutare sé e gli altri sino all'arrivo dei soccorsi: questi primi minuti possono essere decisivi per la sopravvivenza delle persone. Prima di iniziare ogni azione di soccorso è fondamentale valutare attentamente la situazione, riconoscere eventuali rischi, evitando di mettersi a propria volta in pericolo. Riportiamo qui di seguito alcuni degli esempi più importanti.

Che cosa fare nei seguenti casi:

– Persona in stato di incoscienza

Se respira, metterla distesa su un fianco in posizione di sicurezza.

– Persona con difficoltà respiratorie

Aiutarla ad assumere la posizione a lei più comoda.

– Arresto respiratorio

In presenza di segni di vita (tosse, deglutizione, movimenti), praticare la respirazione artificiale. In assenza di respiro e di segni di vita procedere immediatamente alla rianimazione cardiopolmonare.

– Ustioni

Tenere sotto l'acqua fredda le parti ustionate per 15-20 minuti.
Non toccare mai con le dita le lesioni!

– Emorragia esterna

Premere sulla ferita per arrestare l'emorragia e quindi applicare un bendaggio compressivo.

Importante: L'Associazione provinciale di Soccorso Croce Bianca e la Croce Rossa offrono corsi di addestramento pratico di primo soccorso.

Incendio

Le misure antincendio e le moderne tecniche edilizie hanno notevolmente contribuito ad accrescere la sicurezza. Ciononostante, il rischio di incendio resta uno dei pericoli più gravi. In genere, però, un incendio si sviluppa lentamente, per cui spesso è possibile spegnerlo da soli, con l'ausilio di vari sistemi di spegnimento, ancora nei primi minuti.

Mantenere la calma – evitare il panico

In casi di emergenza è assolutamente indispensabile mantenere la calma. Riesce tuttavia a restare calmo solo chi era preparato a quest'evenienza. Che fare – prima di ogni altra cosa – in una situazione di emergenza? Dove si trovano gli estintori? Dove sono ubicate le vie di fuga e le uscite di sicurezza? Ed infine: se coinvolto, come e quando devo intervenire, senza espormi a pericoli?

Dare l'allarme

In tutti i casi in cui si tratta di domare un incendio, di salvare delle vite o di prestare immediato soccorso, sono sempre i Vigili del Fuoco ad accorrere sul posto. Il loro intervento è gratuito. Non si deve esitare quindi a chiamare i Vigili del Fuoco, anche se si ha solo un semplice sospetto di incendio. Anche in questo caso vale il principio: prevenire è meglio che curare.

Soccorrere, fuggire, aiutare

Se le persone sono informate sanno meglio come comportarsi. Ad esempio, anche i non addetti ai lavori dovrebbero sapere che, durante un incendio, il pericolo maggiore non sono le fiamme, bensì il fumo, che ha effetti corrosivi, tossici, asfissianti, limita la visuale, rendendo talvolta impossibile la fuga. Le persone ferite o non autosufficienti devono essere soccorse e portate al sicuro.

Spegnere

In linea di massima, nei primi minuti in cui scoppia un incendio è possibile spegnere le fiamme con un estintore portatile. Attenzione! In caso di fiamme generate da olio bollente non va assolutamente utilizzata l'acqua per spegnere l'incendio. In questi casi coprire la fiamma con un coperchio o una coperta antifiama se disponibile. Si raccomanda tuttavia di tentare di spegnere le fiamme solo se ciò non mette in pericolo la propria incolumità.

Importante: La scuola provinciale antincendi di Vilpiano offre regolarmente corsi di antincendio per privati e personale aziendale.

Che cosa fare?



Mantenere la calma - evitare il panico

Restate calmi, perché solo con la mente lucida potete prendere le decisioni giuste. All'arrivo dei Vigili del Fuoco, potrete fornire loro preziose informazioni. Ad esempio: ci sono persone **ferite** o **imprigionate**? Dove si trova il focolaio dell'incendio? Vi è pericolo per la presenza di bombole di gas o di sostanze chimiche? Dove si trovano i **rubinetti del gas** ed i **quadri elettrici**?



Dare l'allarme

Se chiedete aiuto tramite un **allarme antincendio**, rompete il vetro con una scarpa e premete brevemente il pulsante. Se volete invece dare l'allarme per telefono, componete il 115 e fornite le seguenti indicazioni: **chi** chiama, **cosa** è successo, **dove** è successo, **come** è la situazione. Fate segnalazioni ai Vigili del Fuoco che stanno giungendo sul posto ed informateli poi sull'incendio!



Soccorrere, fuggire, aiutare

Abbandonate l'edificio in modo ordinato e razionale. Avvisate le altre persone. **Chiudete le porte dietro di voi, aprite le finestre lungo le vie di fuga.** Non usate gli ascensori. Uscite dagli ambienti pieni di fumo stando **chinati o carponi**. Portate al sicuro le persone ferite o non autosufficienti. Servirsi a tale scopo della **presa soccorso** (afferrare da dietro con entrambe le mani un braccio, tenuto ripiegato sull'addome, della persona soccorsa).



Spegnere

Spegnete apparecchi elettrici e condizionatori. Chiudete i **rubinetti del gas**. Aprite con prudenza la porta del locale in cui c'è l'incendio, rivolgete l'estintore o un getto d'acqua sulle fiamme, **entrate** strisciando a terra per proteggervi da calore e fumo. È meglio agire col vento alle spalle. Spalancate porte e finestre nel giroscalo e nelle vicinanze del locale in cui si è sviluppato l'incendio per disperdere i **gas ed il fumo**.

Inondazioni

Le inondazioni sono calamità naturali che, negli ultimi anni, si stanno verificando con frequenza sempre maggiore. A causa della crescente antropizzazione dell'ambiente, a cui si aggiungono precipitazioni spesso straordinariamente intense, le masse d'acqua non hanno più un deflusso naturale o non riescono più ad essere assorbite dal terreno. Ne derivano allagamenti dagli effetti devastanti. Se una zona abitata è minacciata da un'inondazione, è importante osservare una serie di importanti misure di autoprotezione.

Chiudere porte e finestre

La prima e più importante misura da adottare in caso di inondazione è quella di chiudere con la massima cura tutte le aperture della casa per proteggerla dal rischio di infiltrazioni d'acqua. Se l'acqua penetra in casa, i danni sono inevitabili.

Staccare la corrente e chiudere il gas

In caso di inondazione vi è un grosso rischio di esplosioni e di incendi. Se l'acqua entra in contatto con la corrente, gli effetti sono imprevedibili.

Assicurare le cisterne di combustibile

In caso di inondazione le cisterne dell'olio combustibile possono provocare un disastro ambientale. Dato che esse possono staccarsi dalla loro base di appoggio e galleggiare, si possono verificare perdite di olio incontrollate che inquinano ampie zone di terreno.

Sostanze pericolose

Verificate se da qualche parte in casa o nell'appartamento sono riposte sostanze pericolose come vernici, insetticidi, bombolette spray o prodotti simili. Spostate questi prodotti in un luogo sicuro in modo tale che siano al riparo dall'acqua.

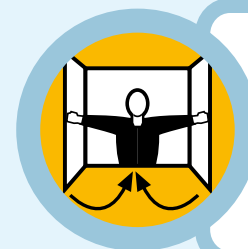
Mettere al riparo gli oggetti di valore

In caso di inondazione è bene osservare la regola seguente: più in alto si ripongono le cose, meglio è. Pertanto, gli oggetti di valore e quelli che si possono rovinare al contatto con l'acqua non devono assolutamente essere lasciati al piano terra e tanto meno in cantina.

Accendere la radio e la TV

In caso di emergenza ricordatevi di accendere la radio e la TV! Attraverso il Sistema per l'Informazione della Popolazione via radio (SIP) dell'Alto Adige le autorità della protezione civile forniscono informazioni e consigli sulle principali misure da adottare.

Che cosa fare?



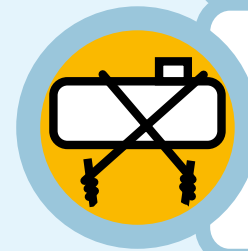
Chiudere porte e finestre

Chiudere tutte le porte e finestre! **Barricate** le porte e le finestre che possono essere colpite dalla massa d'acqua.



Staccare la corrente e chiudere il gas

Ancor prima che l'acqua possa penetrare nell'edificio, staccare assolutamente la corrente e chiudere il gas.



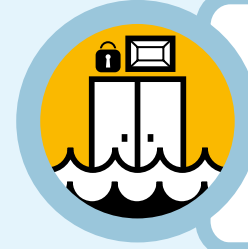
Assicurare le cisterne di olio combustibile

Assicurare subito le cisterne di combustibile vecchie (se possibile con travi di legno) per evitare che le tubazioni dell'olio si rompano e si possano verificare perdite di combustibile.



Sostanze pericolose

Portare immediatamente fuori dall'area di pericolo le **sostanze inquinanti e pericolose** per l'ambiente (insetticidi, detersivi, oli, acidi e sostanze alcaline, contenitori di sostanze chimiche)!



Mettere al riparo gli oggetti di valore

Portare ai piani più alti oggetti di valore, generi alimentari, elettrodomestici, indumenti e biancheria.



Accendere la radio e la TV

Accendere la radio e la TV! Le principali **emittenti locali** trasmettono informazioni aggiornate sulla situazione e forniscono indicazioni sulle principali norme di comportamento da adottare.

Terremoti

I terremoti sono eventi che si possono verificare all'improvviso e comportare ingenti danni. Anche se nella nostra provincia fortunatamente è poco probabile un forte terremoto distruttivo, è comunque bene conoscere alcune misure da adottare nel caso in cui si verifichi una scossa sismica.

Regole di comportamento da osservare in casa

In casa il pericolo maggiore è rappresentato dai soffitti che crollano, da oggetti che cadono e da mobili che si ribaltano. Ciononostante, tali rischi si possono in parte prevenire.

Non precipitarsi fuori

Durante un terremoto, se si è all'aperto il rischio di ferirsi è ovviamente molto minore. Attenzione, però, perché il tentativo di fuggire all'esterno potrebbe rivelarsi fatale per la caduta di oggetti!

Corrente e gas

Classiche cause di incendio sono la corrente elettrica e il gas. In caso di terremoto bisogna prestare particolare attenzione a questi due fattori di rischio.

Dopo il terremoto

Anche se può sembrare molto rischioso, si raccomanda di restare in casa fino alla fine del terremoto. Vista la situazione, è la cosa migliore che si possa fare.

Comportamento da osservare all'esterno

Se si è all'esterno, cercare uno spazio aperto. Mantenersi ad una certa distanza dalle case. Non pensare che gli edifici possano offrire riparo.

Lasciare libere le vie di accesso

In caso di calamità un soccorso tempestivo può salvare vite umane. Pertanto, le squadre di soccorso devono poter raggiungere senza ostacoli il luogo dell'evento.

Che cosa fare?



Restare in casa

Cercare riparo nei posti più sicuri della casa, ossia vicino a muri portanti, nel vano di una porta, in un angolo, in garage, sotto un tavolo o un letto. Non restare al centro della stanza!



Non precipitarsi fuori

Evitare scale e ascensori, che sono le parti più deboli di un edificio in caso di terremoto. All'esterno c'è invece il rischio di essere colpiti da oggetti che cadono.



Staccare la corrente e chiudere il gas

Staccare subito la corrente, chiudere il gas e spegnere anche eventuali fiamme accese, in modo da prevenire il rischio di incendio.



Dopo il terremoto

Uscire dall'edificio. Indossare sempre le scarpe per evitare di ferirsi con schegge e calcinacci presenti per terra. Non restare assolutamente nelle vicinanze di costruzioni e linee elettriche!



Lasciare libere le vie di accesso

Lasciare libere le vie di accesso per non intralciare i soccorsi. Usare la propria auto solo in caso di assoluta necessità.



Accendere la radio e la TV

Accendere la radio e la TV! Le principali **emittenti locali** trasmettono informazioni aggiornate sulla situazione e forniscono indicazioni sulle principali norme di comportamento da adottare.

Tunnel

Un comportamento corretto in galleria può salvare la vita. I nuovi tunnel realizzati in provincia di Bolzano sono dotati dei più moderni dispositivi di sicurezza. Tuttavia, è importante sottolineare innanzitutto che i progressi della tecnica non possono sostituirsi al senso di responsabilità degli utenti della strada; in secondo luogo occorre ricordare che in Alto Adige esistono ancora vecchie gallerie, che non sono state ancora adeguate agli standard tecnologici più avanzati.

Comportamento in galleria

Se dovesse accadere un incidente in galleria, è assolutamente necessario mantenere la calma e la mente lucida. Il disastro più grave che possa accadere in galleria è l'incendio. In tal caso è particolarmente importante osservare le seguenti norme di comportamento.

Incendio in galleria

Se scoppia un incendio in galleria, è assolutamente indispensabile comportarsi in modo corretto. Il principio da seguire è quello di chiedere soccorso e di mettersi al sicuro. Se ci si trova di fronte ad un principio di incendio, si può anche fare un tentativo di spegnimento. Tuttavia, se l'incendio non dovesse spegnersi subito, è meglio lasciare perdere e chiedere aiuto.

Guasto o incidente

Sia in caso di auto in panne che di incidente è necessario mettere in sicurezza il punto dove si è verificato l'evento. Segnalare il pericolo agli automezzi che viaggiano in senso contrario, ma soprattutto a quelli che seguono sulla stessa corsia di marcia.

Coda in galleria

Una coda in galleria, per quanto spiacevole sia, non è un motivo sufficiente per farsi prendere dal panico. In casi simili la cosa migliore è restare in macchina e attendere sino a quando non ci si potrà rimettere in marcia.

In situazioni normali

Per gli utenti della strada niente è più importante della prudenza. Un comportamento prudente aiuta a prevenire i rischi e contribuisce in notevole misura ad evitare situazioni di emergenza. Basta osservare un paio di semplici norme di comportamento.

Che cosa fare?



Incendio in galleria

Azionare le frecce di emergenza, spegnere il motore, chiudere i finestrini. Correre alla nicchia di sicurezza per avvisare i soccorsi e cercare un estintore (solo per un breve tentativo di spegnimento!). In presenza di fumo intenso, abbandonare immediatamente l'automezzo lasciando inserita la chiave, e imboccare la via di fuga più breve.



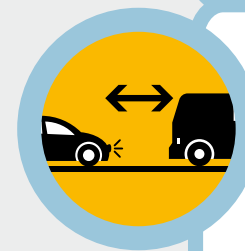
Guasto o incidente

Fermare l'automezzo ai margini della carreggiata o portarlo sino alla prima piazzola di emergenza. Posizionare immediatamente il triangolo di segnalazione. Una persona deve portarsi rapidamente alla colonnina SOS per avvisare i soccorsi.



Coda in galleria

Azionare le frecce di emergenza, spegnere il motore, chiudere i finestrini. Restare seduti nel proprio automezzo.



In situazioni normali

Accendere i fari – procedere con prudenza – mantenere la distanza di sicurezza – non sorpassare.

Incidenti chimici e biologici

Nella moderna società industriale si ha molto spesso a che fare con sostanze pericolose. Basti pensare alle aziende che producono o utilizzano tali sostanze, ai trasporti di merci pericolose, ai serbatoi di gas liquido ad uso domestico, ai fertilizzanti e fitofarmaci, per arrivare sino agli impianti per la produzione del freddo e di clorazione presenti nei centri sportivi. Infine, non si deve dimenticare che le sostanze chimiche e biologiche possono essere anche adoperate per compiere attentati.

Restare in casa

In caso di incidente chimico il riparo migliore è offerto dagli ambienti chiusi, fatta eccezione per i casi gravi, in cui si rende necessaria un'evacuazione. Si tratta però di un'eccezione.

Chiudere porte e finestre

I gas si diffondono come l'aria. In casi gravi si deve fare in modo di impedire qualsiasi infiltrazione di gas in casa o nell'appartamento.

Via dalla strada

È probabile che le persone che si trovano all'esterno non siano al corrente del pericolo ed è quindi necessario informarle.

Recarsi ai piani superiori

Molti gas sono più pesanti dell'aria, e perciò si raccomanda di recarsi ai piani più alti, che sono generalmente più sicuri.

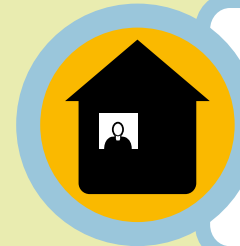
Panni bagnati

I rischi maggiori che si corrono in caso di emissione di sostanze chimiche sono quelli di asfissia e di avvelenamento. Per ridurre tali rischi, tenere davanti alla bocca e al naso dei panni bagnati.

Rischio biologico

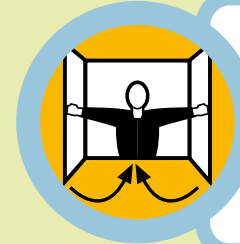
I pericoli derivanti da sostanze biologiche (batteri, virus, spore) sono estremamente vari. Si raccomanda quindi in caso di incidente biologico o epidemia di attenersi scrupolosamente alle disposizioni specifiche comunicate dalle autorità, sia per salvaguardare la propria salute ma soprattutto per non mettere in pericolo quella degli altri.

Che cosa fare?



Restare in casa

Restare in casa e **chiudere tutte le aperture verso l'esterno**. Uscire di casa solo su espressa indicazione delle autorità.



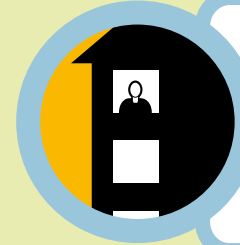
Chiudere porte e finestre

Chiudere subito finestre, porte e prese d'aria. **Spegnere il condizionatore**. In tal modo i gas, che altrimenti penetrano in casa senza difficoltà, restano all'esterno.



Via dalla strada

Chiamare subito in casa **bambini e passanti che si trovano in strada!** È assolutamente necessario informarsi e aiutarsi reciprocamente.



Recarsi ai piani superiori

Recarsi ai **piani più alti**. Molti gas sono più pesanti dell'aria e quindi rimangono al suolo o si spostano solo lentamente verso l'alto.



Panni bagnati

Tenere a portata di mano dei panni bagnati! **Usarli per coprire naso e bocca**. In tal modo si possono limitare i danni alle vie respiratorie.



Accendere la radio e la TV

Accendere la radio e la TV! Le principali **emittenti locali** trasmettono informazioni aggiornate sulla situazione e forniscono indicazioni sulle principali norme di comportamento da adottare.

Radioattività

Nella nostra società industrializzata, la radioattività rappresenta in assoluto uno dei rischi più gravi per gli esseri umani e l'ambiente. Le radiazioni ionizzanti sono presenti anche in natura, seppure in misura minima, tale da non costituire pericolo. Da temere sono invece le radiazioni prodotte artificialmente, ad esempio a causa di incidenti a reattori nucleari o in seguito all'utilizzo di armi atomiche. Se superano determinati valori limite, le radiazioni ionizzanti possono causare gravi lesioni ai tessuti o disfunzioni all'apparato riproduttivo delle persone.

Restare in casa

In caso di radioattività le possibilità di proteggersi sono ridotte. Una misura da osservare assolutamente è comunque quella di restare in casa! Qui siete relativamente al riparo da radiazioni pericolose.

Chiudere porte e finestre

Se l'organismo assorbe radiazioni di una certa entità, è probabile che riporti lesioni acute, che possono variare da un'alterazione della composizione del sangue sino a danni al sistema nervoso centrale. È meglio quindi starsene al riparo in casa.

Alimenti contaminati da radiazioni

Molte persone non sanno che generi alimentari, frutta e verdura contaminati da radiazioni ionizzanti sono estremamente pericolosi. Soggetti particolarmente a rischio sono i bambini piccoli e le gestanti.

L'agricoltura: un possibile focolaio di contaminazione

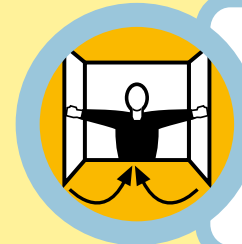
La nostra fonte alimentare quotidiana può diventare un'autentica bomba ad orologeria. In caso di incidente con cosiddetta pioggia o fall out radioattivo vengono dunque adottate speciali misure preventive per il settore agricolo.

Che cosa fare?



Non restare all'aperto

In caso di fall out radioattivo c'è una sola cosa da fare: **non rimanere assolutamente all'aperto**. Ciò vale soprattutto in caso di pioggia.



Chiudere porte e finestre

Chiudere tutte le porte, le finestre e qualsiasi apertura verso l'esterno. Spegnerne il condizionatore.



Ambienti con poche aperture verso l'esterno

Recarsi in **ambienti con poche finestre e aperture** verso l'esterno. In tal modo si riesce a minimizzare il rischio di esposizione alle radiazioni.



Non consumare frutta, ortaggi e latte

Non consumare **frutta e verdura** dell'orto. Evitare soprattutto il consumo di latte fresco di mucche al pascolo.



Per l'agricoltore

Ricondurre subito il bestiame nella stalla e **non farlo assolutamente uscire al pascolo**. Coprire abbeveratoi, mangiatoie e piante coltivate con film o teli di plastica. Non utilizzare acqua piovana per l'irrigazione. **Non raccogliere assolutamente verdura a foglia larga!**



Accendere la radio e la TV

Accendere la radio e la TV! Le principali **emittenti locali** trasmettono informazioni aggiornate sulla situazione e forniscono indicazioni sulle principali norme di comportamento da adottare.

Allertamento / Informazione

Sistema di Allertamento per la Popolazione (SAP)

Chi viene avvertito di un pericolo ha la possibilità di prepararsi al meglio per affrontarlo. Più il pericolo è grande e più persone possono essere coinvolte, e più diventa importante poter allertare tempestivamente tutti gli interessati. Per consentire un rapido allertamento acustico e richiamare l'attenzione della popolazione, con un apposito "effetto sveglia", in Alto Adige viene utilizzata la fitta rete di sirene dei vigili del fuoco.

In caso di pericolo per la popolazione queste sirene emettono **un suono ululante della durata di un minuto**, detto di "**ALLARME**".

Questo sistema è denominato "Sistema di Allertamento per la Popolazione (SAP)".

Il Sistema di Informazione per la Popolazione (SIP)

Il solo suono di sirena non permette né di identificare la fonte del pericolo né di conoscere le corrette misure da adottare: ulteriori informazioni vengono quindi trasmesse da emittenti radiofoniche e televisive che collaborano con la protezione civile provinciale sulla base di specifici accordi.

Attraverso queste emittenti la protezione civile può, se necessario, comunicare alla popolazione informazioni di pubblica utilità anche senza un precedente suono di sirena.

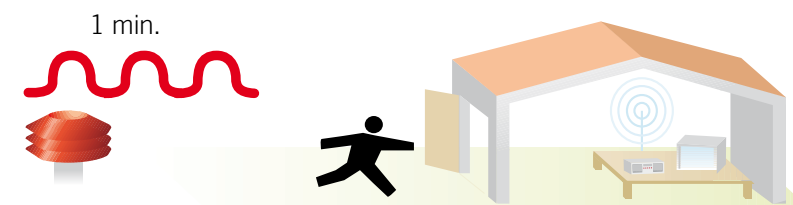
L'elenco delle emittenti radiofoniche e televisive è disponibile in questo opuscolo. Questo sistema è denominato "Sistema di Informazione per la Popolazione (SIP)".

Segnale di sirena di protezione civile

Allarme di protezione civile

Allarme – Pericolo! Trovare un rifugio al chiuso, seguire le indicazioni fornite attraverso la radio o la TV.

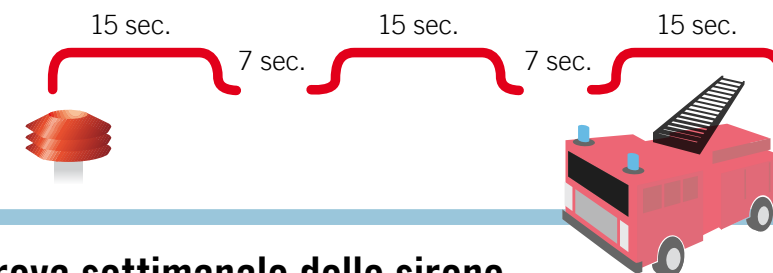
Un minuto di suono ululante.



Altri suoni di sirena

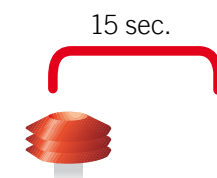
Allarme per i vigili del fuoco

Intervento. Tre suoni continui di 15 secondi intervallati da due pause di 7 secondi ciascuna.



Prova settimanale delle sirene

Ogni **sabato** alle ore 12.00 circa. Suono continuo di 15 secondi.



Questo segnale viene utilizzato anche per dare l'**allarme gelo** agli agricoltori.

Sistema per l'informazione della popolazione (SIP)

Elenco attuale delle stazioni radio e televisive con trasmissione SIP



La mia frequenza:



Stazioni radio:

Die Antenne

Ö1, Ö2, Ö3 (RAS)

Radio 2000

Radio 2000 Edelweiss

Radio ERF Südtirol

Radio Gherdeina

Radio Gherdeina 2

Radio Grüne Welle

Radio Holiday

Radio NBC

Radio Nord

Radio Sacra Famiglia

Radio Sonnenschein

Radio Südtirol

Radio Tirol

RAI Bolzano

Stadtradio Meran

Südtirol 1

Tele Radio Vinschgau



Stazioni televisive:

RAS: ORF1, ORF2, ARD, ZDF, SF1, SF2, BR, Kika