

Consigli per sciatori e snowboarder

Sport invernali, certo – ma sicuri!

Molti di noi non vedono l'ora che nevichi: ben presto, gli appassionati degli sport invernali popoleranno di nuovo le piste innevate. Vogliamo contribuire alla prevenzione degli infortuni che si possono evitare rispettando le regole di sicurezza più elementari.

Neve polverosa fresca, temperature basse e il sole alto nel cielo: gli escursionisti, ma anche molti Freerider solcano felici l'incontaminato paesaggio innevato. Negli ultimi anni, il Freeriding ha conquistato terreno fino a diventare oggetto di preoccupazioni. Spesso, i soccorritori scrollano il capo quando vedono il comportamento troppo spensierato di certi appassionati. Un tempo erano soprattutto gli sportivi esperti ad avventurarsi fuori dalle piste segnate. Da tempo ormai, lo fanno un po' tutti, fidandosi ciecamente del loro equipaggiamento e contando sulla presenza di un «angelo custode».

Praticare lo sci e lo snowboarding fuori pista cela rischi enormi e, semmai richiede un'ottima preparazione. Il numero dei Freerider fra i circa venti morti ogni anno per cadute di valanghe è in costante aumento. Secondo l'Ufficio di prevenzione degli infortuni (upi) metà di questi morti sono proprio i Freerider. Molte di queste disgrazie sono dovute a ignoranza e mancanza di esperienza. I rischi principali per i Freerider sono le cadute mortali e le valanghe. Il upi rammenta qui i consigli principali.

- Prendere lezioni di Freeriding per imparare a conoscere e valutare i pericoli.
- Osservare i bollettini della neve e delle valanghe e la meteo; restare sulle piste segnate e aperte quando esiste un pericolo di valanghe «marcato».
- Rispettare la segnaletica e i richiami dei servizi di manutenzione piste e salvataggio. Segnali gialli luminosi sui campi di sci significano acuto pericolo di morte fuori dalle piste assicurate.
- Munirsi di un apparecchio di rilevamento acceso e portare una vanga.
- Non seguire tracce di ignoti che portano in una zona sconosciuta.
- Non partire mai soli e in cattive condizioni di visibilità.
- Evitare neve soffiata ammucchiata e pendii con forte pendenza.

La Rega consiglia vivamente di attenersi alle norme di sicurezza per sciatori e snowboarder, emanate dalla Commissione svizzera per la prevenzione di infortuni. Anche nella pratica degli sport invernali è necessario un alto grado di autoresponsabilizzazione e la conoscenza dei pericoli insiti. Con queste raccomandazioni, la Rega vi augura una felice stagione invernale senza infortuni.

Thomas Kenner



Altre preziose informazioni e qualche consiglio

- Il volantino «Valanghe, pericolo di morte!» è in Internet, pronto per essere scaricato: http://shop.bfu.ch/pdf/139_42.pdf*. Contiene i consigli più importanti per chi pratica sport fuori pista.
- Consigli importanti soprattutto per chi usa le piste (regole FIS ecc.) si trovano nel volantino SKUS «Norme per sciatori e snowboarder»*
- Altre informazioni circa la sicurezza negli sport invernali sono riassunti all'indirizzo www.bfu.ch/snowsafety*
- Il link per gli interessati www.whiterisk.ch* dà la possibilità di ordinare il CD interattivo, sviluppato dall'Istituto federale per lo studio della neve e delle valanghe insieme con la Suva.

* purtroppo solo in tedesco e francese