

SICUREZZA IN MONTAGNA



LA SICUREZZA PRIMA DI TUTTO



Per godersi al meglio la montagna

La sicurezza non è un limite alla libertà, ma lo strumento che permette di godersi l'esperienza al massimo. Attraverso la conoscenza dei propri limiti e l'uso di attrezzature adeguate, il rischio si riduce, trasformando la paura in tranquillità e puro divertimento.



Per evitare sgradevoli imprevisti

Spesso la montagna può tirare brutti scherzi soprattutto se sottovalutata non solo a livelli di camminata elevata ma anche nei sentieri più semplici soprattutto se non si è esperti.



REGOLE PER LA SICUREZZA IN MONTAGNA

- Informarsi sulle condizioni della montagna e in base a queste scegliere l'itinerario
- Consultare i bollettini meteorologici
- Pianificare l'itinerario tenendo conto della lunghezza e del dislivello del percorso e adattarlo alle proprie condizioni fisiche e capacità tecniche
- Se non si è sicuri delle propria capacità rivolgersi ai professionisti della montagna
- Dotarsi di equipaggiamento in perfetto stato di utilizzo ed abbigliamento adeguato
- Preparare lo zaino in modo funzionale e adattarlo alla gita che si fa, non dimenticare un cellulare con batterie cariche, eventualmente un GPS
- Comunicare a qualcuno (rifugista, familiare, amico) la meta, l'itinerario scelto e l'ora prevista del rientro

COME CONTATTARE IL SOCCORSO ALPINO

In caso di emergenza in montagna, contatta il 112 (o il 118) comunicando con precisione la tua posizione tramite riferimenti geografici o coordinate GPS. Spiega all'operatore la dinamica dell'incidente, il numero di persone coinvolte, il loro stato di salute e le condizioni meteo attuali.

Dopo la chiamata, mantieni la linea libera per i soccorritori e resta fermo nel punto indicato. Se avvisti l'elicottero, segnala la tua posizione alzando entrambe le braccia a "Y" per confermare la richiesta di aiuto.



GRAZIE E BUONA GITA



