



Fuoripista/Freeride

Si scia e si va in snow a proprio rischio

- Osservare l'attuale bollettino delle valanghe e meteorologico nonché le avvertenze dei servizi delle piste e di soccorso.
- Portare su di sé un apparecchio per ricerca in valanga (ARVA) e posizionarlo su «emissione». Equipaggiarsi di pala e una sonda da valanga.
- Mai sciare o andare in snow da soli e soltanto se la visibilità è buona.
- Non seguire nessuna traccia di altri sciatori o snowboarder che conducono in terreno sconosciuto.
- Evitare gli accumuli recenti di neve portata dal vento e i pendii più ripidi.
- Non percorrere i pendii ripidi estremi in gruppo, tenersi d'occhio reciprocamente.
- Badare ai segnali premonitori (valanghe di neve a lastroni recenti, cre-

pe nel manto nevoso, rumori sordi tipo «wumm»).

- In caso di dubbio rinunciare al fuoripista e al freeride.

ARVA, airbag nonché trasponder (riflettori) non offrono alcuna protezione dalle valanghe! In situazioni favorevoli possono però limitare i danni.

Formazione

La valutazione del pericolo di valanghe richiede molta attenzione ed esperienza. Unitevi perciò a un gruppo guidato e frequentate un corso per il freeride. Il Club Alpino Svizzero, le guide alpine, le scuole di alpinismo, gli Amici della Natura, Swiss-Ski, Gioventù e Sport (per giovani tra i 10 e i 20 anni) e altri organizzano corsi su nivologia e valanghe.

Incidente da valanga

Ogni appassionato della neve testimone di un incidente da valanga può, con un comportamento adeguato, contribuire a salvare la vita di un travolto da valanga. La possibilità di salvezza di un disperso diminuisce drasticamente in un breve lasso di tempo: dopo 45 minuti soltanto ancora un travolto da valanga su tre viene trovato in vita.

- Farsi un'idea della situazione
Osservare la dinamica dell'incidente. Valutare la propria sicurezza, evitare ulteriori incidenti. Riflettere – decidere – agire.
- Soccorrere e allarmare
Se la radiotrasmittente o il cellulare prendono e se non si perde tempo: allarmare tempestivamente, altrimenti procedere subito con una ricerca.

Ricerca

Se a disposizione, avviare immediatamente la ricerca con l'apparecchio per ricerca in valanga (spegnere gli ARVA non impiegati!). Contemporaneamente ricerca acustica e visiva nella zona di deposito della valanga al di sotto del punto di scomparsa dei dispersi. Liberare testa, torace e vie respiratorie della persona ritrovata, iniziare respirazione bocca-naso, in caso di arresto circolatorio effettuare massaggio cardiaco. Proteggere la vittima dall'assideramento.



Allarmare

Allarmare tempestivamente la Guardia Aerea Svizzera di Salvataggio Rega (tel. 1414) o la polizia cantonale (tel. 117). Oppure segnalare l'incidente all'impianto di risalita più vicino. Tenere acceso il cellulare e non fare chiamate inutili.

Comunicazione di un incidente

- Chi chiama da dove (nome, numero telefonico, luogo)?
- Cosa è successo?
- Dove e quando si è verificato l'incidente?
- Quante persone sono state travolte o ferite?
- Quali misure sono state prese sul luogo dell'incidente?
- Come può atterrare un elicottero (meteo, punto di atterraggio, ostacoli)?

Ib9524/11.2004.6

Ulteriori pubblicazioni dell'upi

Sport

- Ib0001 Tornei di calcio a 6
- Ib0011 Sci e snow
- Ib0104 Non solo acqua
- Ib0105 In forma anche dopo i 50
- Ib0124 Direttive per sciatori e snowboarder
- Ib0303 Escursionismo
- Ib9909 Benessere in palestra

In collaborazione con:

- Istituto Federale per lo Studio della Neve e delle Valanghe SNV, Davos
- Associazione Svizzera delle Guide Alpine (ASGA)
- Associazione Svizzera delle Scuole di Alpinismo (ASSA)
- Associazione svizzera per l'insegnamento di snowboard (SSBS)
- Centro di competenza servizio in montagna dell'Esercito (Cen comp S mont Es)
- Club Alpino Svizzero CAS
- Commissione svizzera per la prevenzione degli infortuni su discese da sport sulla neve SKUS
- Esercito svizzero (Forze aeree)
- Federazione Svizzera degli Amici della Natura (FSAN)
- Federazione svizzera di sci (Swiss-Ski)
- Fondazione svizzera per ricerche alpine (FSRA)
- Funivie svizzere (FUS)
- Guardia Aerea Svizzera di Soccorso (Rega)
- MeteoSvizzera
- Mountain Surf Club (MSC)
- SWISS SNOWSPORTS
- Ufficio federale dello sport Macolin (UFSP)

upi

Ufficio svizzero per la prevenzione degli infortuni
Laupenstrasse 11, CH-3008 Berna
Telefono 031 390 22 22, fax 031 390 22 30
info@upi.ch, www.upi.ch

© upi. Riproduzione gradita con indicazione della fonte.
Foto Freeride © Red Bull/Greg Epstein



Valanghe. Pericolo di morte!

Casa e tempo libero
Sport
Circolazione stradale



Pericolo di valanghe significa pericolo di morte. Mediamente, in Svizzera si registrano 25 morti da valanga l'anno. La stragrande maggioranza muore per soffocamento; ma molti periscono anche in seguito alle ferite riportate. Pertanto, esiste un solo modo sicuro per scampare alla morte: evitare di essere travolti da una valanga!

Formazione del pericolo valanghe

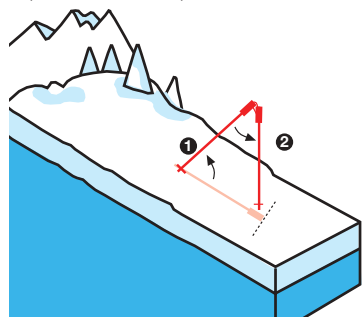
Il pericolo di valanghe è determinato dall'azione reciproca di più fattori naturali quali il terreno, la quantità di neve fresca, il vento, la struttura del manto nevoso e la temperatura. Gli appassionati della neve dovrebbero conoscere il significato di tali fattori, poiché il 90% delle persone travolte provoca personalmente il distacco della valanga.

Terreno

Il pericolo di valanghe aumenta proporzionalmente alla pendenza del terreno. Una valanga può staccarsi già da pendii di 30 gradi di inclinazione.

I pendii ombreggiati sono spesso più pericolosi di quelli esposti al sole.

Misurare il pendio con i bastoncini: triangolo equilatero, metodo pendolo

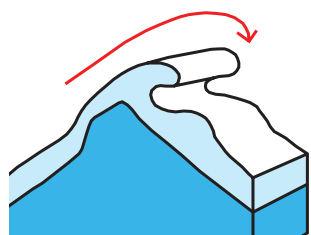


- 1 Posare sulla neve il bastoncino con l'impugnatura verso valle e fare un segno all'estremità dell'impugnatura. Alzare l'impugnatura e lasciare la rotella nella neve.
- 2 Usare il secondo bastoncino come pendolo, tenendolo vicino all'impugnatura del primo bastoncino. Abbassare contemporaneamente le due impugnature, fin quando la punta del secondo bastoncino tocca la neve.

Se il bastoncino pendente tocca la neve sotto il segno, allora il pendio è più ripido di 30°, altrimenti meno. Più è lontano dal segno, più è ripido: 10cm corrispondono a ca. 3°.

Neve fresca e vento

Più neve fresca è caduta, più aumenta il pericolo di valanghe. Particolarmente critico è il primo giorno di bel tempo dopo un periodo di maltempo. Il vento può depositare altra neve sui pendii sottovento. Le cornici di neve sulle creste delle montagne indicano spesso la presenza di simili accumuli. Già 10-20 cm di neve fresca possono – con condizioni sfavorevoli – accrescere marcatamente il pericolo di valanghe.



Temperatura

Le basse temperature dopo una nevicata possono rallentare il consolidamento del manto nevoso e mantenere per lungo tempo invariato il pericolo di valanghe.

Un rialzo della temperatura dapprima riduce le resistenze del manto nevoso provocando a breve termine un aumento del pericolo di valanghe; esso ne favorisce però l'assettamento comportando di regola, a lungo termine, una diminuzione del pericolo di valanghe.

Il tipico pendio a rischio di valanghe è ripido, esposto all'ombra, in prossimità della cresta e coperto di accumuli di neve fresca portata dal vento.

In primavera, la maggiore insolazione e il conseguente riscaldamento nel corso della giornata aumentano il pericolo di valanghe.

Manto nevoso

Il peso della neve genera all'interno del manto nevoso grandi forze di taglio. In un pendio a rischio è solitamente sufficiente un piccolo sovraccarico, come quello provocato dal passaggio di una persona, per rompere l'equilibrio e provocare il distacco di una valanga.

Un manto nevoso di spessore modesto e pietre sporgenti non implicano un minor pericolo di valanghe, al contrario!

Il pericolo maggiore è rappresentato dalle cosiddette valanghe di neve a lastroni perché entro pochi secondi un'intera lastra di neve si mette in movimento. Le vittime ne vengono rapidamente travolte e spesso seppellite completamente.



Valanghe di neve a lastroni recenti, crepe nel manto nevoso o sordi rumori («wumm») riscontrati su un pendio sono inconfondibili segnali d'allarme.

Segnalazione del pericolo valanghe

Il bollettino valanghe non può tener conto delle situazioni locali. I responsabili delle piste o dei servizi di soccorso osservano costantemente l'evoluzione del pericolo di valanghe e mettono in guardia tramite tavole d'avvertimento dall'avventurarsi nella zona non controllata per gli sport sulla neve, oppure sbarrano piste, itinerari e sentieri per gli sport sulla neve.

Le aree al di fuori delle piste e degli itinerari sono considerate zone non controllate per gli sport sulla neve e non sono né demarcate né assicurate dal pericolo di valanghe.

In caso di dubbio, il cartello sottostante informa l'utente se la discesa è demarcata e assicurata o se fa parte della zona non controllata.

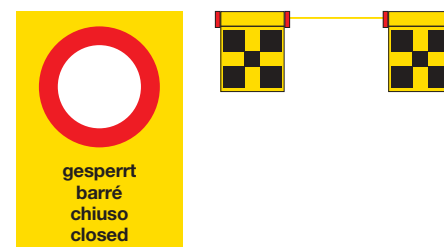


A partire dal grado di pericolo «marcato», il cartello d'avvertimento, accompagnato in molte località dal segnale luminoso lampeggiante, mettono in guardia dal pericolo valanghe.



A partire dal grado di pericolo «marcato», restare sulle discese demarcate e aperte.

Piste, itinerari e sentieri a rischio vengono chiusi:
■ nell'area con tavole di sbarramento accompagnati da corde delimitative e bandierine



■ sulle tavole d'orientamento con tavole rosse o luci di segnalazione rosse

CHIUSO

Non usare in nessun caso piste, itinerari e sentieri chiusi!

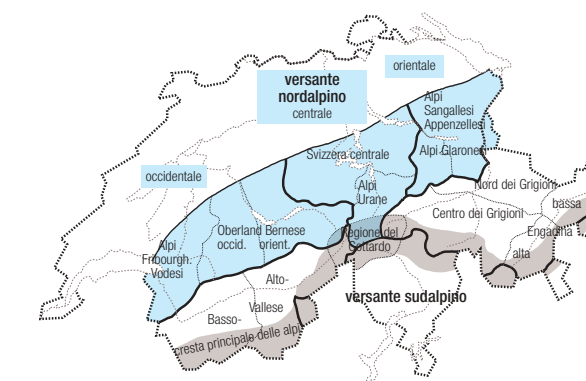
Scala del pericolo di valanghe

Scala del pericolo	Indicazioni e raccomandazioni per la zona non controllata per gli sport sulla neve
1 debole	Condizioni generali favorevoli. Non percorrere i pendii ripidi estremi in gruppo! Sui pendii ripidi più estremi, evitare i freschi accumuli di neve portati dal vento! Attenzione al pericolo di caduta!
2 moderato	Condizioni in buona parte favorevoli. Evitare tutti i pendii ripidi estremi di esposizione e quota indicate nel bollettino nonché gli accumuli di neve portata dal vento! Percorre prudentemente e non in gruppo i pendii molto ripidi!
3 marcato	Condizioni in parte sfavorevoli. È necessaria esperienza nel giudicare la situazione sul fronte delle valanghe! Le persone inesperte non devono abbandonare le piste o unirsi a un gruppo sotto guida professionale! Evitare i pendii molto ripidi!
4 forte	Condizioni sfavorevoli. Limitarsi a zone moderatamente ripide, evitare i pendii ripidi! Attenzione alle zone di deposito delle valanghe (distacchi a distanza, valanghe spontanee)! Si consiglia di restare sulle piste.
5 molto forte	Condizioni molto sfavorevoli. Rinuncia raccomandata. Restare assolutamente sulle discese demarcate e aperte!

I 5 gradi indicano in modo unitario il rischio per tutti i Paesi dell'arco alpino. Pendii ripidi >30°, pendii molto ripidi >35°, pendii ripidi estremi >40°.

Suddivisione regionale

Informazioni sulle valanghe nei Paesi limitrofi:
www.avalanches.org



Attenzione: le condizioni meteo possono cambiare rapidamente la situazione valanghe!

Bollettino valanghe

Bollettino nazionale

In inverno e in primavera, il bollettino nazionale dell'Istituto Federale per lo Studio della Neve e delle Valanghe SNV, Davos viene pubblicato in tedesco, francese e italiano. Il bollettino copre tutte le regioni delle Alpi svizzere ed è strutturato in quattro parti: situazione generale, evoluzione a breve termine, previsione del pericolo di valanghe per il giorno successivo (gradi di pericolo), tendenza per i prossimi giorni. Il bollettino valanghe viene aggiornato quotidianamente e può essere consultato a partire dalle ore 18.30:

- Telefono 187
- Fax 0900 59 20 23
- Internet www.slf.ch
- Teletext TSI pagina 782
- WAP: wap.slf.ch

Bollettini valanghe regionali

Per la maggior parte delle regioni vengono pubblicati quotidianamente dei bollettini valanghe che possono essere consultati a partire dalle ore 8 via fax 0900 59 20 20 oppure al sito www.slf.ch.



Bollettino attuale meteorologico

- Telefono 162
- www.meteosvizzera.ch