

SICUREZZA IN MONTAGNA

Andare in montagna senza conoscerla e senza essere preparati vuol dire esporsi a gravi pericoli e procedere a occhi bendati rinunciando alla possibilità di scoprire gioie e segreti affascinanti.

Le statistiche parlano chiaro: la maggior parte degli incidenti di montagna avvengono su percorsi non difficili e sono causati dall'imprudenza e dall'impreparazione.

Quindi non creare inconsiamente un'avventura temeraria.

Ricordati queste regole fondamentali:

1. Preparati fisicamente per poter sostenere gli sforzi che l'alpinismo comporta.
2. Preparati moralmente con quella carica di energia interiore che consente di far fronte a qualsiasi evenienza.
3. Preparati tecnicamente aggiornando le tue conoscenze sull'equipaggiamento e sul suo impiego in modo di poter procedere su qualsiasi tipo di terreno.
4. Conosci la montagna e i suoi pericoli (scariche di pietre, valanghe, crepacci, maltempo) in modo da poterli evitare.
Informati sulle previsioni meteorologiche.
5. Conosci i limiti delle tue forze e conserva sempre un adeguato margine di energie.
6. Scegli le imprese adatte alle tue possibilità e studia preventivamente il percorso.
7. Scegli bene i compagni per poter fare pieno affidamento anche nelle emergenze.
8. Non lasciarti trascinare dall'ambizione o da un malinteso spirito di emulazione in imprese superiori alle tue possibilità.
9. Stai costantemente all'erta soprattutto là dove la stanchezza anebbia i tuoi riflessi.
10. Sappi rinunciare ... non c'è da vergognarsi!
Le montagne ci attendono sempre.

Per informazioni nivometeo: www.aineva.it

Numero telefonico unico per ascolto bollettino meteo valanghe dell'arco Alpino Italiano
0461/230030.