



## LA SICUREZZA NON E' UN'OPINIONE... E NEPPURE UN'OPTION

Ciao a tutti,

come noto stiamo assistendo ad una crescita elevata sia del numero dei partecipanti alle nostre uscite del giovedì, sia delle “facce nuove” ovvero dei neo iscritti al CAI o comunque dei nuovi partecipanti al Gruppo Seniores.

Questi due fattori messi insieme stanno ovviamente ponendo seri problemi organizzativi e di gestione, ma soprattutto ci impongono di essere sempre più attenti alle tematiche di **sicurezza del singolo e del gruppo**.

Purtroppo, visto che non andiamo a scalare montagne, **il fattore sicurezza tende spesso ad essere sottovalutato** e quindi affidato solo al “buon senso” del capogita e del partecipante.

Non può bastare: se è vero che la sicurezza assoluta non esiste, la massima sicurezza date le circostanze si ottiene con **precise misure di attenzione e prevenzione**, va programmata, condivisa, perseguita puntualmente e **deve essere sempre al primo posto nelle nostre priorità**, anche perché l'assicurazione CAI copre i danni solo a patto che siano state osservate le relative regole.

In sostanza: la sicurezza non è qualcosa di astratto che arriva dall'alto ma è **frutto della fattiva collaborazione fra i responsabili delle uscite e i partecipanti**.

Parliamo quindi di un tema assai vasto che non pretendiamo certo di esaurire con questa comunicazione, ma, come si dice, chi incomincia è già a metà dell'opera.

Nelle pagine seguenti trovate **una serie di regole e di buone pratiche** che, messe insieme, possono sicuramente aiutarci ad evitare i problemi più comuni.

Siete quindi pregati di leggerle attentamente e di cominciare già dalla prossima escursione a metterle in pratica.

**Prescrizioni elementari ma essenziali alla sicurezza  
per chi sceglie di aderire alle nostre uscite.**

**1. Leggere sempre attentamente le locandine.**

Le locandine costano tempo e fatica agli organizzatori, ma sappiamo che spesso **vengono lette superficialmente** o addirittura non lette del tutto. Le indicazioni e le raccomandazioni che vi si trovano sono invece importanti e contengono **gli elementi essenziali per valutare se e come aderire alla gita.**

**2. Scegliere l'escursione che fa per noi *oggi*.**

A tanti piacciono le mete "ardite", le alte cime, le "imprese da raccontare", ma bisogna **fare i conti con le proprie attuali capacità reali**, e con il proprio stato di salute. Scegliere "con la pancia" o con il ricordo dei bei tempi andati anziché con la valutazione delle nostre capacità reali significa **mettere se stessi e il gruppo in difficoltà anche gravi.**

**3. Abbigliamento, attrezzatura, provviste.**

Spesso basterebbe attenersi a quanto indicato nelle locandine, ma vogliamo qui ricordare che:

3.1 La calzatura è essenziale per evitare scivolamenti, distorsioni, cadute etc.

Si può scivolare/inciampare e farsi male anche in percorsi apparentemente facili: il 95% degli interventi di Soccorso Alpino è provocato da cadute.

**La scarpa bassa (anche se definita "da montagna") salvo diversa indicazione non è ammessa** nelle nostre uscite. La suola deve essere ben scolpita e preferibilmente di tipo "Vibram". Il capogita ha il diritto/dovere di estromettere dall'escursione chi non segue questa regola.

3.2 L'abbigliamento deve essere adeguato al tipo di uscita e alle condizioni meteo. In montagna, ma anche a quote modeste, il tempo cambia facilmente e quindi **bisogna essere sempre preparati anche a pioggia/vento/freddo.**

3.3 Ramponcini, ciaspole o altro: se richiedi, prima della partenza dal punto di raduno (Attiraglio, Gavagnin etc) **bisogna verificare di averli e che siano in buone condizioni** onde evitare di creare problemi o di essere estromessi dall'escursione.

3.4 I bastoncini sono sempre consigliati, a volte obbligatori. Opportunamente usati, servono e molto: sia a favorire la stabilità sia a limitare l'affaticamento.

3.5 Acqua e generi di conforto. Anche se si sceglie il pranzo in trattoria/rifugio, è sempre richiesto di avere **una dotazione sufficiente di acqua o liquidi e di viveri di emergenza** (frutta fresca e secca, biscotti, barrette energetiche etc) per far fronte ad imprevisti e comunque per alimentarsi/idratarsi durante il cammino. E' risaputo che alla nostra età **bisogna bere anche quando non se ne avverte la necessità**, soprattutto sotto sforzo e con temperature oltre i 20° per prevenire possibili (e talora gravi) problemi.

#### 4. Comportamento durante l'escursione.

Ci sarebbe molto da dire su questo, ma qui ci limitiamo al fattore sicurezza.

4.1 Si deve sempre rimanere all'interno del gruppo: né davanti al capogita né dietro all'accompagnatore (scopa).

**L'andatura e le soste sono determinate dal capogita** che dovrà tener conto della situazione in coda, dell'affaticamento del gruppo e dei tempi previsti.

**Non sono ammesse deroghe** se non esplicitamente autorizzate e motivate.

4.2 In caso di attraversamenti o di tratte percorse su strade carrozzabili, vanno seguite puntualmente le indicazioni degli accompagnatori e la marcia va fatta **sempre e rigorosamente in fila indiana** e (di regola) sul lato sinistro della strada. Non è certamente piacevole ma bisogna ricordare che la sottovalutazione di quanto sopra può comportare rischi di incidente con esiti potenzialmente gravi.

#### 5. Numero partecipanti.

Come ricordavamo all'inizio, abbiamo avuto una impennata progressiva nel numero di partecipanti alle uscite, particolarmente quelle di tipo tradizionale (ma non solo) **arrivando ormai frequentemente a superare le 80/90 unità**.

Chiaramente ciò ha un impatto sulla gestione, operatività e qualità dell'escursione e soprattutto sul controllo e sulla sicurezza del gruppo; abbiamo anche visto che la suddivisione fra sottogruppi (qualora praticabile) può essere di qualche utilità, ma di fatto non risolve il problema.

##### **Che fare allora?**

Su questo tema "caldo" la discussione è aperta e le idee e proposte sono tante ma è certo che, finché non si trovano soluzioni realisticamente praticabili che **consentano a tutti di partecipare alle uscite ma in regime di sicurezza**, prossimamente ci troveremo costretti a fissare un numero limite all'iscrizione a determinate uscite.

Da parte nostra, per limitare il problema, siamo riusciti a **programmare 3 gite settimanali già a partire dal mese di marzo**, in modo da consentire di ripartire meglio i partecipanti fra le varie uscite.

## **6. Formazione.**

E' noto che, in tutti gli ambiti, il fattore più rilevante e che produce maggiore sicurezza è la formazione delle persone coinvolte nelle situazioni di possibile pericolo. Per questa ragione anche noi lavoriamo per **far crescere la cultura della sicurezza, soprattutto tra i molti nuovi soci**, iniziando già nel mese di aprile con una specifica iniziativa di formazione all'escursione: su questo riceverete a breve indicazioni più precise.

Ci fermiamo qui per il momento, sperando di essere stati chiari e di avervi trasmesso le nozioni e le informazioni basilari che aiutino **voi a fare le giuste scelte e a tenere i corretti comportamenti** e noi a portare avanti il lavoro di organizzazione delle escursioni del giovedì curandone la massima sicurezza e fruibilità.

Buone camminate a tutti!

**Il Responsabile Gruppo Seniores**

Aldo Piccoli

**Il Direttivo Gruppo Seniores**