



SICUREZZA SCL 22.2.2025

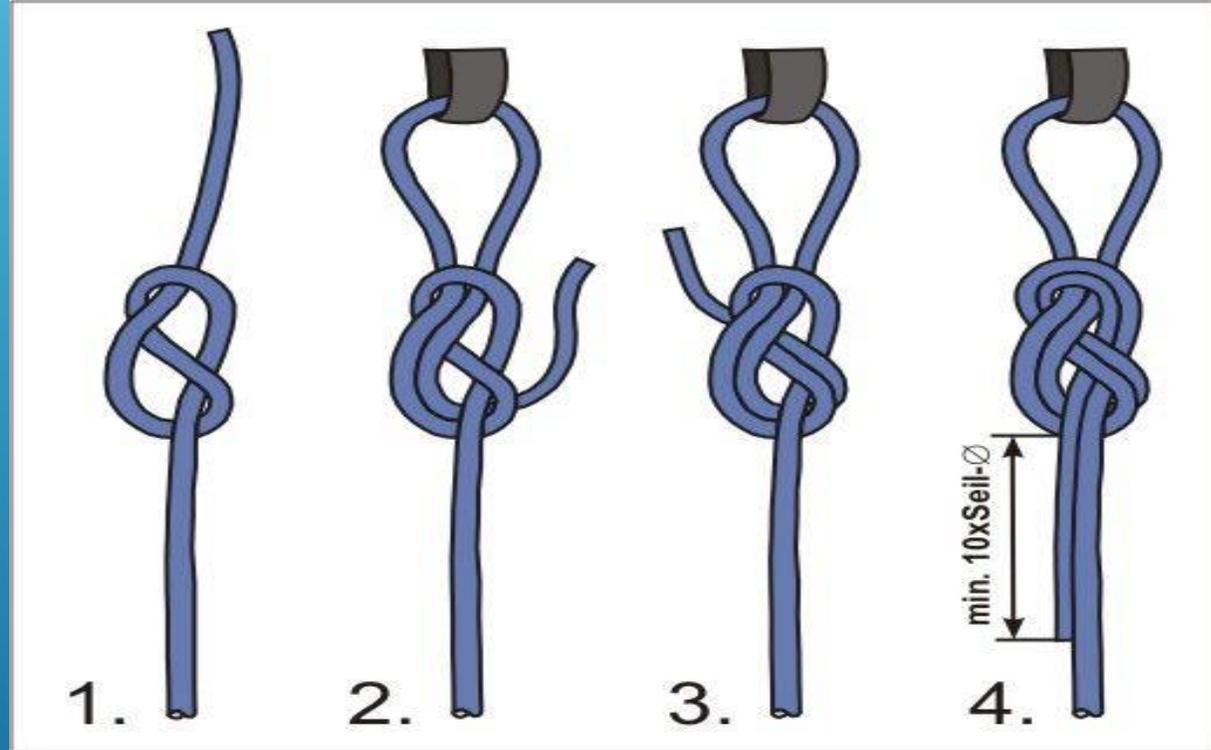
Daniel Loustalot

▶ <https://www.youtube.com/watch?v=X5URI0M3fOU>











**Atteggiamento
di base**

Esecuzione

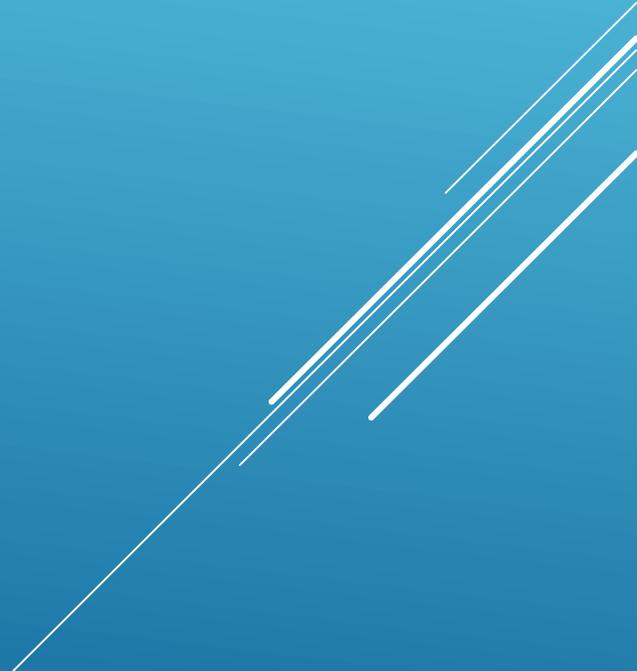
Ciclo

Orientamento

Pianificazione

USCITE:

CAMMINATA / BICI / AUTO / BARCA

- 1) La persona
 - 2) Tecnica / barca
 - 3) Ambiente
- 
- A decorative graphic consisting of several parallel white lines of varying lengths, slanted upwards from left to right, located in the bottom right corner of the slide.

PRINCIPI DI BASE:

Più esperienza = Più sicurezza

Ogni uscita deve essere fatta con SICUREZZA

Il «know-how» del rematore deve essere conforme alle circostanze

Occorre essere consapevoli delle proprie responsabilità e capacità.

Il Capovoga normalmente dirige le uscite e valuta con il team la situazione.

REMATORE SALUTE

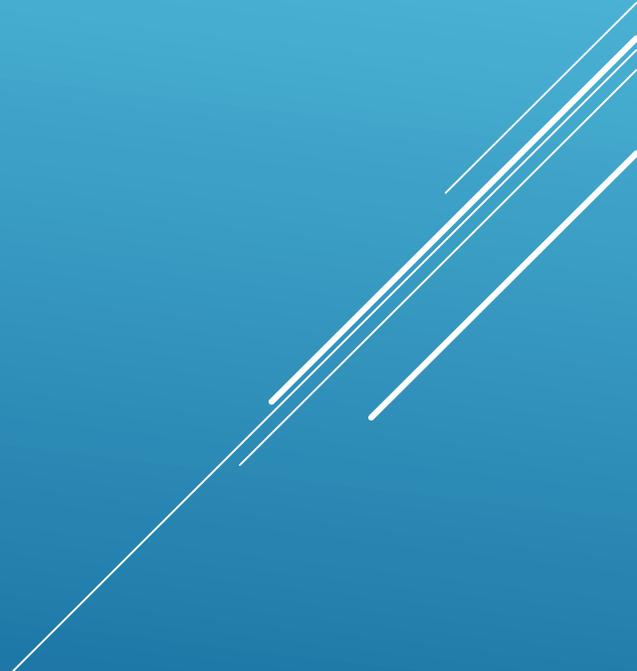
Salute

- 1) Metabolismo / Diabete mellito,
- 2) Pneumologia,
- 3) Apparato locomotorio,
- 4) Neurologia, Paralisi , Epilessia
- 5) Cardiologia
- 6) **Essere in grado di nuotare 300m nel acqua aperta!!**
- 7) **Nuotare nel acqua fredda!**



SICUREZZA

Praticare Praticare Praticare
Routine



COSA FACCIAMO DA SOLO ?

COSA FACCIAMO IN GRUPPO?

COSA MI SUCCEDEREBBE SE CADDO IN ACQUA
GELIDA?

Decorative white lines consisting of several parallel diagonal strokes in the bottom right corner of the slide.

REMATORE GRAVAMENTE AMALATTO

Persona gravemente malata. Salvataggio: tempo a sufficienza per i soccorsi:

- 1) Prestare soccorso, se possibile, sull'imbarcazione (siamo a 300 m di riva al massimo! Scegliere zone sicure Minusio↔Delta)**
- 2) Dirigersi verso l'infrastruttura più vicina (hangar, pontile)**
- 3) Inviare un segnale di allarme se necessario**

PERSONA IN RISCHIO DI VITA

**Emergenza!!! Persona in pericolo fisico. Salvataggio:
IMPOSSIBILITÀ di soccorso in barca**

- 1) Chiamare i soccorsi indicando il luogo esatto dell'incidente**
- 2) Dirigersi verso la riva e prodigare, se possibile, i primi soccorsi**

144

Several white diagonal lines of varying thicknesses are positioned on the right side of the slide, extending from the top right towards the bottom right, partially overlapping the number 144.

SEGNALI D'ALLARME – COME FARSI NOTARE?

- Inviare il segnale d'allarme il più presto possibile
 - *agitando un remo*
 - *fischando*
 - *salendo in piedi sulla barca, alzando e abbassando le braccia*
 - *agitando un indumento*
 - *di notte, agitando una torcia*

PERSONA IN ACQUA. SALVATAGGIO: MISURE IMMEDIATE (DEL GRUPPO)

- Mantenere il contatto visivo
- Lanciare in acqua un dispositivo di galleggiamento, se disponibile
- Lanciare una cima, se disponibile
- Inviare un segnale di allarme
- Estrarre la persona dall'acqua
- Accompagnare la persona sulla riva
- Riscaldare la persona per proteggerla dall'ipotermia
- Chiamare i servizi di salvataggio o di soccorso (numero d'emergenza 144)

IMBARCAZIONE PIENA D'ACQUA O CAPOVOLTA, EQUIPAGGIO IN ACQUA. SALVATAGGIO: LE MISURE D'URGENZA DEVONO ESSERE COORDINATE

- La persona con maggiore esperienza coordina il salvataggio
- Inviare un segnale d'allarme o attirare rapidamente l'attenzione
- L'equipaggio deve rimanere accanto alla barca
 - Aiutarsi e sorvegliarsi reciprocamente, utilizzare la barca come boa di salvataggio
- L'equipaggio deve rimanere unito
 - Il responsabile deve mantenere la visione d'insieme: l'equipaggio è al completo?
- Abbandonare l'imbarcazione soltanto tutti insieme. Separarsi soltanto in caso di pericolo immediato, ad es. battello della navigazione, diga o chiusa
- Nuotare verso la riva **SENZA L'IMBARCAZIONE** è l'ultima alternativa. Può essere la soluzione in caso di pericolo di morte, a condizione di disporre e di poter utilizzare un dispositivo di galleggiamento. **ATTENZIONE** allo sfinimento e all'ipotermia
- Tentare di nuotare verso la riva **CON L'IMBARCAZIONE**
- Se possibile togliere i remi dagli scalmi per utilizzarli come pagaie
- Non svestirsi per non disperdere il calore
- Se l'imbarcazione si è capovolta (barche strette / piccole imbarcazioni) e risulta impossibile risalire a bordo, voltarla, salire con il tronco sulla barca e raggiungere la riva spingendo con i piedi

SCELTA DELLA BARCA/MATERIALE

Con quale barca sono in grado di remare?

Come è la mia padronanza della barca con la quale voglio uscire?

Cosa ho bisogno come barca.

LIMITAZIONE FISICA ADATTARE LO SCAFO!!





**ACCERTATI CHE L'IMBARCAZIONE GALLEGGI IN MODO
CORRETTO E CHE SIA IN BUONO STATO**



Annota la tua uscita in barca nel giornale di bordo **PRIMA** di partire ed eventualmente informa altri membri del club se prevedi un'uscita prolungata

Se possibile, porta con te o indossa un dispositivo di galleggiamento, ad es. «Restube», per la tua sicurezza

PERSONA IN ACQUA. SALVATAGGIO: MISURE IMMEDIATE



MISURE SICUREZZA PERSONA / BARCHE

- 1) Giubbotti
 - 2) Tecnica – attrezzatura - barca
 - 3) Camere d'aria / galleggianti
- 
- A decorative graphic consisting of several parallel white lines of varying lengths, slanted upwards from left to right, located in the bottom right corner of the slide.



TIPO DI GIUBBOTTO



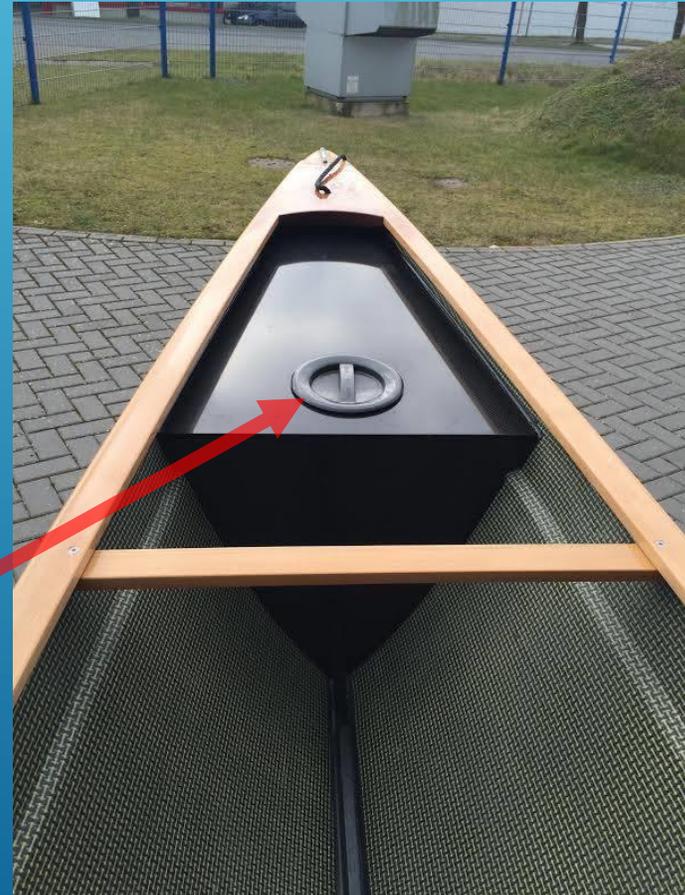
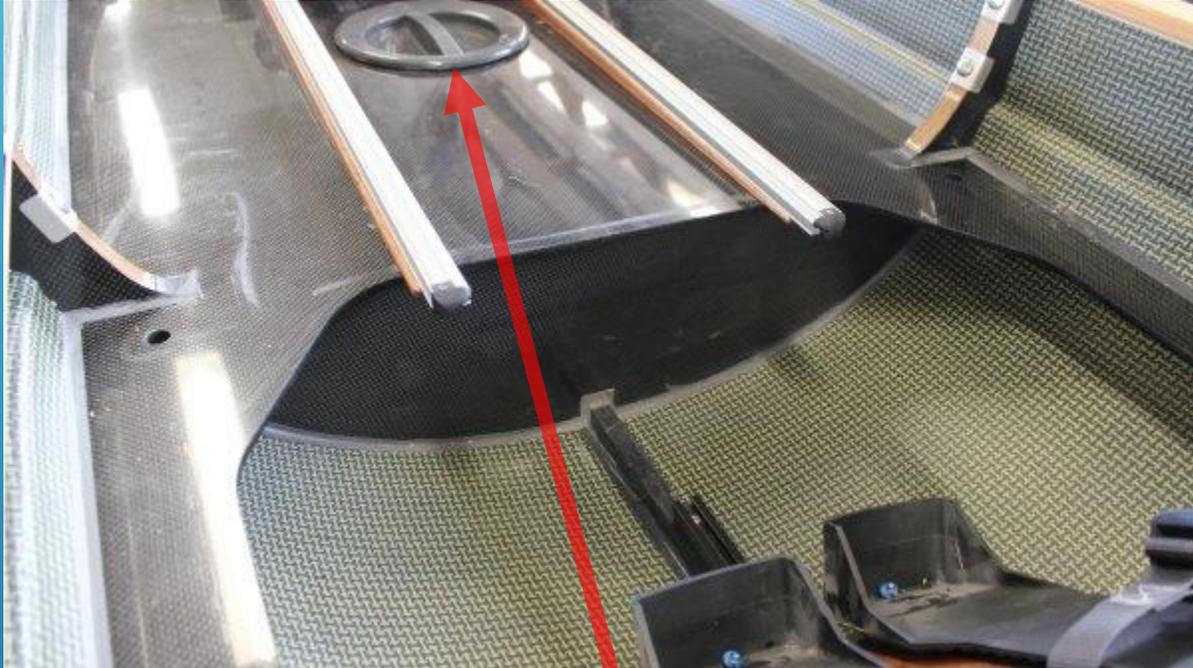
Porta con te o indossa un giubbotto di salvataggio per la tua sicurezza

CONTROLLI PRIMA DI USCIRE















VISIBILITA GIORNO /NOTTE



CONDIZIONI METEO



Non prendere alcun rischio in caso di condizioni meteorologiche incerte

CANOTTAGGIO IN SICUREZZA

Ipotermia

Definizione:

Qualsiasi calo non intenzionale della temperatura corporea centrale (TCC) al di sotto dei 35 gradi Celsius ($^{\circ}\text{C}$) è considerato come un'ipotermia generale

Riflessioni

La temperatura dell'acqua dei laghi e dei fiumi in Svizzera è **INFERIORE** ai 16°C per sette mesi l'anno. Durante cinque mesi, è persino inferiore a 8°C

WINDCHILL

Windgeschwindigkeit (km/h)	Temperatur in Grad Celsius										
	10	5	0	-5	-10	-15	-20	-25	-30	-35	
10	8	2	-3	-9	-14	-20	-25	-31	-37	-42	
20	3	-3	-10	-16	-22	-29	-35	-42	-48	-55	
30	1	-6	-13	-20	-27	-34	-41	-48	-55	-62	
40	-1	-8	-16	-23	-31	-38	-45	-53	-60	-68	
50	-2	-10	-18	-25	-33	-41	-48	-56	-64	-71	
60	-3	-11	-19	-27	-35	-42	-50	-58	-66	-74	
70	-4	-12	-20	-28	-35	-43	-51	-59	-67	-75	
80	-4	-12	-20	-28	-36	-44	-52	-60	-68	-76	
Höhere Geschwindigkeiten haben nur noch geringen Effekt	Keine oder nur geringe Gefahr.			Freiliegende Haut beginnt bei den meisten Menschen in Abhängigkeit vom Aktivitätsgrad und von der Sonnenenergie zu erfrieren.			Bedingungen für Aussenaktivitäten sind gefährlich. Ungeschützte Haut erfriert bei durchschnittlichen Personen in weniger als einer Minute.			Ungeschütztes Fleisch erfriert im Durchschnitt in rund 30 sec.	

Hypothermie-Tabelle

(Unterkühlung)

Wasser-Temperatur	Verlust der Handlungsfähigkeit	Erschöpfung oder Bewußlosigkeit	Erwartete Überlebenszeit	Empfohlene Paddelkleidung
0 °C	Unter 2 Min.	Unter 15 Min.	Unter 15 bis 45 Min.	Trockenanzug mit Fleece-Kleidung, Neoprenstiefel, Mütze, Handschuhe
0-5 °C	Unter 3 Min.	15-30 Min.	30-90 Min.	Trockenanzug mit Fleece-Kleidung, Neoprenstiefel, Mütze, Handschuhe
5-10 °C	Unter 5 Min.	30-60 Min.	1-3 Std.	Trockenanzug mit Fleece-Kleidung, Neoprenstiefel, Mütze, Handschuhe
10-16 °C	10-15 Min.	1-2 Std.	1-6 Std.	Trockenanzug mit Kunstfaser-Kleidung oder Neoprenanzug mit Paddeljacke, Neoprenstiefel, Mütze, Handschuhe
16-21 °C	30-40 Min.	2-7 Std.	2-40 Std.	Neopren mit Paddeljacke, Paddelschuhe, Hut
21-27 °C	1-2 Std.	2-12 Std.	3 Std. Bis undefiniert	Dünnere Neoprenanzug oder Shorty
Über 27 °C	2-12 Std.	undefiniert	undefiniert	Schwimmanzug

Diese Tabelle dient als grundlegende Anleitung für die Auswahl von Paddelbekleidung für verschiedene Wassertemperaturen. Wenn die Wasser- / Wetterbedingungen rau sind oder die Paddler unerfahren, sollte Kleidung mit einer oder zwei Schutzstufen höher in Betracht gezogen werden. Tragen Sie immer einen Schwimmweste!

Auf Basis einer Auflistung von Shawn Baker, ins Deutsche übersetzt von Martin Gesell

L'IPOTERMIA PUÒ ESSERE CAUSATA DALL'ACQUA E DAL VENTO, MA ANCHE DAGLI SPRUZZI E DALLA PIOGGIA

- Nell'acqua, il rischio di ipotermia è 25 volte più elevato che nell'aria
- La perdita di calore in acqua è quindi più elevata
- I movimenti (nuoto) conducono più rapidamente all'ipotermia
- Il processo di ipotermia dipende dalla costituzione fisica e dallo stato di salute dell'individuo
- Gli indumenti utilizzati per praticare il canottaggio offrono una certa protezione contro il freddo

IPOTERMIA, RIFLESSIONI (SEGUITO)

- Il 30% circa dei decessi avviene subito dopo la caduta in acqua
- Il 55% circa dei decessi avviene a meno di 3 metri dalla riva o dall'imbarcazione

Temperatura dell'acqua in °C = «Tempo utile» in minuti

Tempo utile = tempo di salvataggio

IN CASO DI IPOTERMIA:

- diminuzione della sensibilità tattile – a partire da +15°C
- riduzione della capacità prensile (afferrare gli oggetti) - a partire da +10°C
- intorpidimento, soprattutto nelle mani - a partire da +5°C

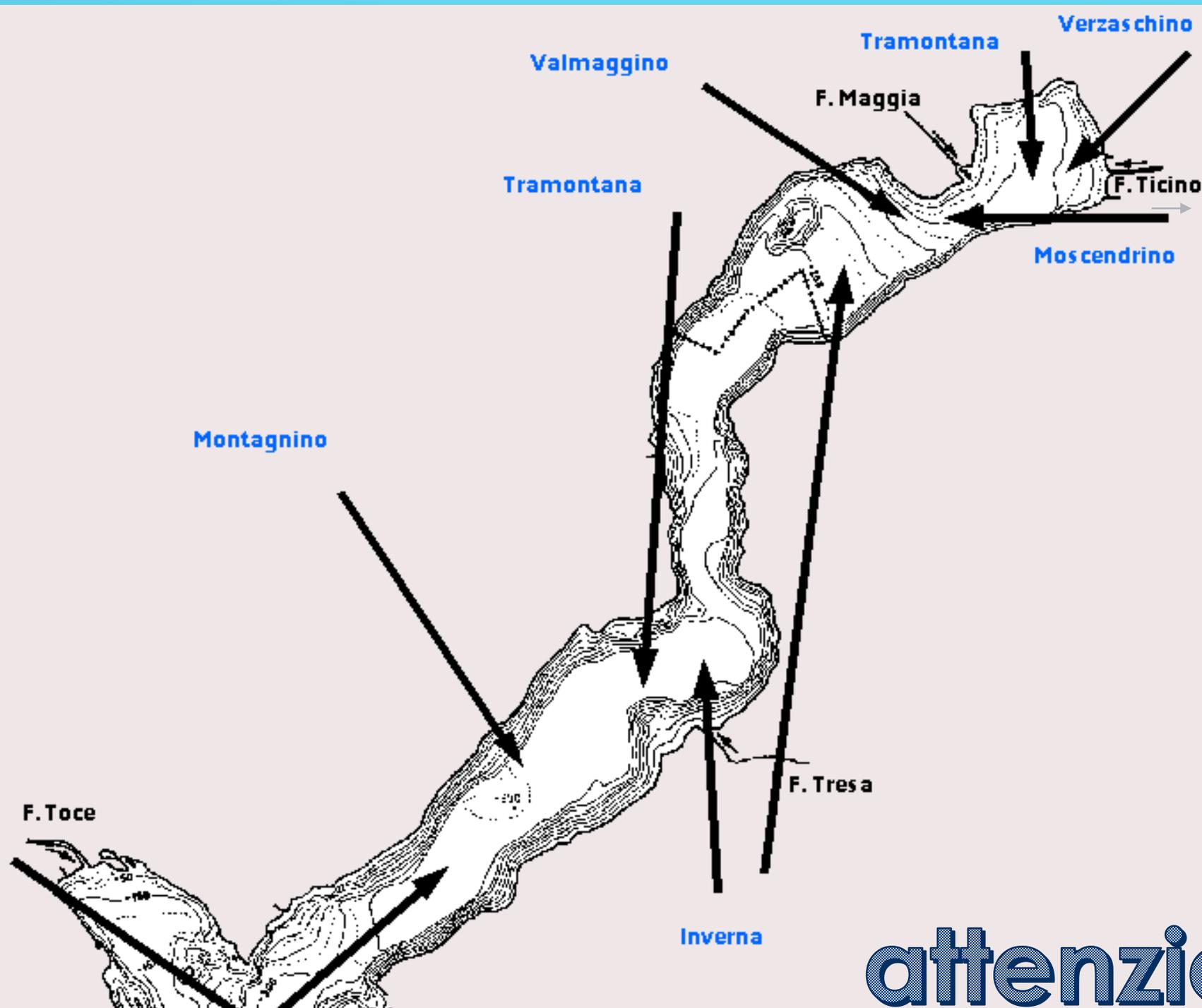
Le speranze di sopravvivenza aumentano (meno movimento) o diminuiscono (più movimento) in funzione del comportamento in acqua.

G r a z i e



WWW.SCLOCARNO.CH

Venti



Foehn

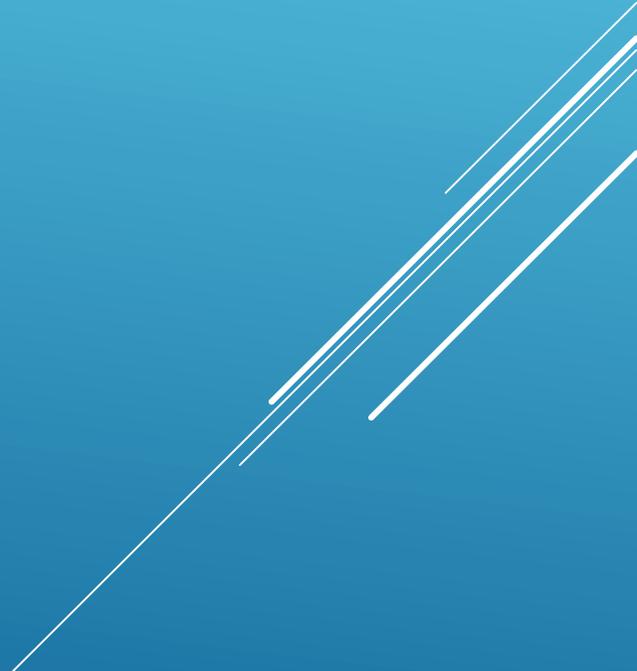
attenzione

SCALA BEAUFORT DEL VENTO

Grado	Nome del vento	Nodi	km/h	Effetti		Altezza onde (metri)
				Terra	Mare	
0	Calma	<1	<1	Il fumo si alza verticalmente	Mare piatto	-
1	Bava di vento	1-3	1-5	Il vento piega il fumo	Piccole increspature senza creste bianche di spuma.	0,1
2	Brezza leggera	4-6	6-11	Si avverte sul viso	Increspature corte ma più evidenti con creste che non si rompono.	0,2 - 0,3
3	Brezza tesa	7-10	12-19	Agita le foglie	Onde molto piccole; le creste cominciano a rompersi.	0,6 - 1
4	Moderato	11-16	20-28	Sollewa carte	Onde piccole che cominciano ad allungarsi; spuma più frequente e più evidente.	1 - 1,5
5	Teso	17-21	29-38	Agita i rami	Onde moderate che assumono una forma più allungata; possibilità di qualche spruzzo.	2 - 2,5
6	Fresco	22-27	39-49	Agita grossi rami	Onde più grandi; le creste di spuma bianca sono estese.	3 - 4
7	Forte	28-33	50-61	Ostacola il cammino	Il mare si gonfia; spuma bianca al rompersi delle onde	4 - 5,5
8	Burrasca	34-40	62-74	Agita grossi alberi	Onde di media altezza e maggiore lunghezza; le creste iniziano a rompersi in spruzzi.	5,5 - 7,5
9	Burrasca forte	41-47	75-88	Asporta camini e tegole	Onde alte; si formano compatte strisce di schiuma lungo la direzione del vento.	7 - 10
10	Tempesta	48-55	89-102	Sradica gli alberi	Onde alte con creste e mare biancastro; le onde precipitano in modo intenso; la visibilità è ridotta	9 - 12,5
11	Fortunale	56-63	103-117	Gravi devastazioni	Onde eccezionalmente alte (le navi di media stazza scompaiono per alcuni istanti); la visibilità è ridotta	11,5 - 16
12	Uragano	64 e più	118 e oltre	Gravissime catastrofi	L'aria è piena di schiuma; il mare è completamente bianco; la visibilità è fortemente ridotta	14 e oltre



USCITE

- 1) La persona
 - 2) Tecnica / barca
 - 3) Ambiente
- 
- A decorative graphic consisting of several parallel white lines of varying lengths, slanted upwards from left to right, located in the bottom right corner of the slide.

Ordinanza sulla navigazione nelle acque svizzere
(Ordinanza sulla navigazione interna, ONI)¹
dell'8 novembre 1978 (Stato 15 marzo 2016)

[HTTPS://WWW.ADMIN.CH/OPC/IT/CLASSIFIED-
COMPILATION/19780252/INDEX.HTML](https://www.admin.ch/opc/it/classified-compilation/19780252/index.html)

Art. 34 Segnali acustici

I seguenti segnali acustici devono essere emessi solo se la sicurezza della navigazione e di altri utenti della via navigabile lo esige:

a.

un suono prolungato: «attenzione» oppure «mantengo la rotta»

b.

un suono breve: «accosto a destra»

c.

due suoni brevi: «accosto a sinistra»

d.

tre suoni brevi: «faccio marcia indietro»

e.

quattro suoni brevi: «sono impossibilitato a manovrare»

f.

serie di suoni molto brevi: «pericolo di collisione»

Art. 44¹ Natanti tenuti ad allontanarsi

a.

tutti i natanti dai battelli con precedenza;

b.

tutti i natanti, ad eccezione dei battelli con precedenza, **dai battelli per il trasporto** di merci;

c.

tutti i natanti, ad eccezione dei battelli con precedenza e dei battelli per il trasporto di merci, dalle imbarcazioni dei **pescatori professionisti che portano i segnali previsti** dall'articolo 31;

d.

tutti i natanti, ad eccezione dei battelli con precedenza, dei battelli per il trasporto di merci e delle imbarcazioni dei pescatori professionisti che portano i segnali previsti dall'articolo 31, dai battelli a vela;

e.

tutti i battelli a motore, ad eccezione dei battelli con precedenza, dei battelli per il trasporto di merci e delle imbarcazioni dei pescatori professionisti che portano i segnali previsti dall'articolo 31, dai battelli a remi;

f.

le tavole a vela e i kite surf da tutti gli altri natanti.

² I convogli rimorchiati sono considerati come battelli con precedenza, i convogli spinti come battelli per il trasporto di merci.

³ **I battelli in servizio regolare godono sempre di precedenza rispetto ad altri battelli** con precedenza (art. 2 cpv. 1 lett. a n. 22).

Art. 44¹Ausweichpflichtige Schiffe

¹ Unter Vorbehalt von Artikel 43 weichen beim Begegnen und Überholen aus:

a.

den Vorrangschiffen alle anderen Schiffe;

b.

den Güterschiffen alle Schiffe, ausgenommen Vorrangschiffe;

c.

den Schiffen der Berufsfischer, die Zeichen nach Artikel 31 führen, alle Schiffe, ausgenommen Vorrangschiffe und Güterschiffe;

d.

den Segelschiffen alle Schiffe, ausgenommen Vorrangschiffe, Güterschiffe und Schiffe der Berufsfischer, die Zeichen nach Artikel 31 führen;

e.

den Ruderbooten alle Schiffe mit Maschinenantrieb, ausgenommen Vorrangschiffe, Güterschiffe und Schiffe der Berufsfischer, die Zeichen nach Artikel 31 führen;

f.

Segelbretter und Drachensegelbretter allen anderen Schiffen.

² Schleppverbände gelten als Vorrangschiffe, Schubverbände als Güterschiffe.

³ Kursschiffe haben gegenüber anderen Vorrangschiffen (Art. 2 Abs. 1 Bst. a Ziff. 22) immer den Vortritt.

Sturmwarndienst für den Bodensee



Vorsichtsmeldung

Aufleuchten von orangefarbigen Blinkscheinwerfern mit ca. 40 Intervallen in der Minute.

Die Vorsichtsmeldung ist eine Orientierung über das wahrscheinliche Aufkommen von jäh einsetzenden Sturmwinden ohne nähere Zeitangabe. Sie wird gegeben in der Absicht, die Teilnehmer am Wasserverkehr auf die eventuell auftretende Gefahr aufmerksam zu machen und sie zu veranlassen, die Wetterentwicklung selbst zu verfolgen. Auf die Vorsichtsmeldung folgt in der Regel keine Sturmwarnung.



Sturmwarnung

Aufleuchten von orangefarbigen Blinkscheinwerfern mit ca. 90 Intervallen in der Minute.

Die Sturmwarnung kündigt immer eine unmittelbare Sturmgefahr an. Alle Sportboote sollen Sicherheitsmaßnahmen treffen (Rettungsgeräte bereithalten usw.) und unverzüglich den nächsten Hafen oder das windgeschützte Ufer anlaufen.

STURMWARNDIENST
auf schweizerischen Gewässern

SERVIZIO D'AVVERTIMENTO
di tempesta per certi laghi svizzeri

SERVICE D'AVIS
de tempête sur les lacs suisses

STORM WARNING SERVICE
on Swiss lakes

VORSICHTSMELDUNG

Die Vorsichtsmeldung (orangefarbiges Blinklicht, das pro Minute ungefähr 40mal aufleuchtet) macht auf die Gefahr des Aufkommens von Sturmwinden ohne nähere Zeitangabe aufmerksam. Sie wird möglichst frühzeitig ausgegeben.



AVIS DE PRUDENCE

L'avis de prudence (feu orange scintillant à environ 40 apparitions de lumière par minute) attire l'attention sur le danger de l'arrivée de vents tempétueux; sans indication précise de l'heure. Il est émis aussitôt que possible.

AVVISO DI PRUDENZA

Il segnale di prudenza (luce arancione intermittente con circa 40 accensioni al minuto) viene emesso in caso di pericolo per l'avvicinarsi di venti di tempesta, senza precisare l'ora. Esso viene emesso il più presto possibile.

CAUTION SIGNAL

The caution signal (orange-coloured flash-light, about 40 flashes per minute) warns against rising gales without any time notice. The time will be given as soon as possible.

STURMWARNUNG

Die Sturmwarnung (orangefarbiges Blinklicht, das pro Minute ungefähr 90mal aufleuchtet) kündigt unmittelbare Sturmgefahr an.

AVIS DE TEMPÊTE

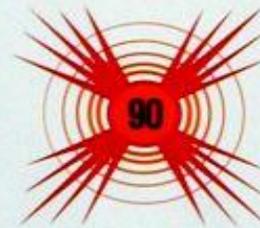
L'avis de tempête (feu orange scintillant à environ 90 apparitions de lumière par minute) annonce un danger imminent de tempête.

AVVISO DI TEMPESTA

L'avviso di tempesta (luce arancione intermittente con circa 90 accensioni al minuto) annuncia il pericolo di tempesta imminente.

STORM WARNING SIGNAL

The storm warning signal (orange-coloured flash-light, about 90 flashes per minute) gives notice of immediate storm danger.



FAVONIO

Il vento da nord (Verbano e Ceresio)

•Questo vento si alza dopo il passaggio di una perturbazione sopra la regione alpina, con la formazione di una depressione nell'area mediterranea e il rialzo della pressione sull'Europa centrale e la rotazione dei venti in altitudine al settore nord. Se le correnti in quota provengono da nordovest, spesso il vento da nord scende dalla Valle Maggia, se invece essi provengono da nordo nordest, la componente dalla Leventina e dalla Mesolcina è preponderante. Anche scendendo lungo la Valle del Vedeggio il vento da nord si rafforza notevolmente e la zona di Lugano verso Capolago viene particolarmente battuta. L'inizio è spesso improvviso e il vento dura generalmente più di una giornata. A volte si rinforza il pomeriggio. È un vento d'intensità irregolare e per questo pericoloso. Quando provoca un rialzo sensibile della temperatura è chiamato *favonio*.

[HTTP://WWW.METEOSVIZZERA.ADMIN.CH/HOME/ATTUALITA/METEOSVIZZERA-BLOG.SUBPAGE.HTML/IT/DATA/BLOGS/2015/4/I-VENTI-SUI-LAGHI.HTML](http://www.meteosvizzera.admin.ch/home/attualita/meteosvizzera-blog/subpage.html/it/data/blogs/2015/4/i-venti-sui-laghi.html)

Montecenerino “munscendrin” (Verbano)

- Vento generato da correnti da est o sudest che dal Monte Ceneri raggiungono il bacino superiore del lago con raffiche forti, producendo onde importanti.

Valmaggino (Verbano)

- Esso è provocato dal vento da nord oppure quando c'è cattivo tempo in Valle Maggia. In questi casi delle forti raffiche interessano tutto il lago a nord di Luino.

Verzaschino (Verbano)

- Vento da nord che raggiunge il bacino superiore del lago attraverso la Valle Verzasca.

Inverna (Verbano)

- Questo vento è apprezzato dai velisti. Essendo una brezza di lago si leva nel tardo mattino o all'inizio del pomeriggio e risale il lago. Il suo rinforzo o formazione inconsueta preludono a un cambiamento del tempo.

Invernone (Verbano)

- Corrente da est che attraverso la Valpadana raggiunge il Verbano, rinforzando l'inverna. È un ottimo indicatore di un cambiamento del tempo, verso un cielo nuvoloso, a volte anche precipitazioni.

TRAMONTANA (VERBANO E CERESIO)

- È una brezza di terra e di monte che soffia il mattino presto, scendendo dai pendii verso il lago.



Marenca (Verbano)

- Raro, solo poche volte all'anno. Aria proveniente dal mare che precede il brutto tempo, onde lunghe e alte sul Lago. A volte può scendere anche dal lago Delio. Eventualmente è un prolungamento del libeccio.

	10 km/h	20 km/h	30 km/h	40 km/h	50 km/h
10 °C	8 °C	3 °C	1 °C	-1 °C	-2 °C
5 °C	2 °C	-3 °C	-6 °C	-8 °C	-10 °C
0 °C	-3 °C	-10 °C	-13 °C	-16 °C	-18 °C
-5 °C	-9 °C	-16 °C	-20 °C	-23 °C	-25 °C
-10 °C	-14 °C	-22 °C	-27 °C	-31 °C	-33 °C

CADUTA IN ACQUA

- ▶ 1) Persona da sola
- ▶ 2) In un gruppo 1 o più rematori sono in Acqua

