



CNSAS
CORPO NAZIONALE SOCCORSO ALPINO
E SPELEOLOGICO
Via Petrella, 11 - 20124 MILANO - 02.29530433

www.cnsas.it

Testo: Danilo Barbisotti - Elio Guastalli
Disegni: Carlo Carlini
Grafica: Bludeign

IN CASO DI INCIDENTE

1. Mantieni la calma e preoccupati della tua incolumità.
2. Analizza ciò che è accaduto e valuta i pericoli ambientali.
3. Assisti l'infortunato sistemandolo in posizione sicura.
4. Presta soccorso secondo le tue competenze badando a non peggiorare i danni.
5. Chiama il **Soccorso Alpino** attraverso il numero **118**.

RICORDA....

1. Comunica ciò che è successo, il luogo preciso dell'incidente, le condizioni meteo.
2. Rispondi in modo chiaro alle domande dell'operatore del **118**.
3. Attieniti scrupolosamente alle istruzioni che ti saranno date.
4. In caso d'intervento dell'elicottero: libera la zona, segnala la richiesta d'aiuto ed agevola le operazioni di soccorso.

SOCCORSO SANITARIO



PER EVITARE GUAI

Scegli escursioni e mete commisurate alla tua preparazione tecnica ed alla tua condizione psico-fisica; non sopravvalutare le tue capacità.

Prepara l'escursione, studia il percorso con carte topografiche e guide; in caso d'incertezza, affidati ad un Accompagnatore ed Istruttore del CAI, ad una Guida Alpina o ad un Accompagnatore di Media Montagna.

Controlla costantemente le condizioni del percorso; in caso d'imprevisti (difficoltà elevate, pericoli ambientali, maltempo ed altro) ricordati che una sana rinuncia non è mai disonorevole.

Controlla lo zaino: un ricambio asciutto, cibo ma soprattutto bevande. Vesti in modo appropriato con particolare attenzione alle calzature; attrezzati adeguatamente in relazione al percorso ed alla stagione.

Lascia detto ad amici e parenti l'itinerario e la meta, non variarla ed avvisa al rientro. Se ti trovi in seria difficoltà, non farti prendere dal panico: mettili al riparo ed attendi i soccorsi.

SICURE MONTAGNA info su: www.sicurinmontagna.it

Progetto del Corpo Nazionale Soccorso Alpino e Speleologico