

Prevenzione degli infortuni e requisiti per la sicurezza nello sport di campo/trekking



Principio

Le monitrici e i monitori G+S che svolgono delle attività con bambini e/o giovani hanno nei loro confronti un obbligo di vigilanza e sono responsabili dell'integrità dei partecipanti durante tutta la durata del campo. Devono adottare tutte le misure necessarie e ragionevolmente esigibili per garantire la sicurezza. Le monitrici e i monitori G+S sono dei modelli e danno il buon esempio!

Queste disposizioni di sicurezza si applicano a tutte le offerte G+S Sport di campo/trekking e determinano il quadro all'interno del quale le monitrici e i monitori, a seconda della situazione, prendono le proprie decisioni.

Atteggiamento fondamentale per le attività di sport di campo/trekking

Lo sport di campo/trekking consente di praticare molte attività differenti che implicano requisiti di sicurezza diversi. Così ad esempio un'escursione di due giorni nelle Alpi deve soddisfare requisiti di sicurezza più elevati rispetto a un'escursione in pianura.

Attraverso tutta una serie di esperienze, bambini e giovani si abituano gradualmente ad assumere compiti più impegnativi. In tal modo sviluppano e approfondiscono le competenze per gestire i rischi e imparano a valutare correttamente i pericoli agendo in un ambiente a rischio controllato.

A conclusione della formazione di base, monitrici e monitori possono già svolgere attività semplici con un gruppo di partecipanti. Per le attività che richiedono invece maggiori requisiti di sicurezza, lo Sport di campo/trekking prevede gli ambiti di sicurezza «montagna», «inverno» e «acqua». Le monitrici e i monitori che propongono attività in uno di questi ambiti di sicurezza dispongono di una formazione approfondita al fine di poter valutare meglio i rischi.

Per garantire la sicurezza nelle attività, monitrici, monitori e capicampo analizzano tutte le attività ponendosi le seguenti domande:

- Quali formazioni, competenze ed esperienze possiedo?
- Considerate le circostanze, quali attività sono in grado di svolgere in sicurezza con il mio gruppo?

Tenendo conto delle proprie capacità, del livello dei partecipanti, della difficoltà dell'attività e delle condizioni generali, le monitrici e i monitori determinano la grandezza massima del gruppo rilevante per la sicurezza, il tipo di attività e la necessità di aiutanti con le relative conoscenze specifiche.

È più sicuro fare ciò che si sa fare piuttosto ciò che è consentito!



Supporto decisionale per lo svolgimento di attività con elevati requisiti di sicurezza

jsle.ch/iTCd

Aspetti generali rilevanti per la sicurezza

Le monitrici e i monitori G+S

- tengono conto del modello 3×3 Sport di campo/trekking per pianificare, svolgere e valutare accuratamente le attività e si basano su di esso per prendere le decisioni adeguate sul terreno.
- osservano la documentazione G+S in vigore per le attività offerte e le relative disposizioni di sicurezza.
- scelgono attività e forme di organizzazione adeguate alle capacità e al livello di sviluppo dei partecipanti.
- hanno elaborato un dispositivo di sicurezza basato sulla valutazione dei pericoli che definisce le misure da adottare per evitare incidenti e descrive la procedura nelle situazioni d'emergenza.
- concordano il programma con il coach G+S.
- fanno un sopralluogo del terreno nel quale si prevede di svolgere le attività.
- portano con sé una farmacia di gruppo, una coperta isotermica o un sacco da bivacco e sono in grado di dare l'allarme in una situazione d'emergenza.
- si accertano che l'equipaggiamento dei partecipanti, come pure delle monitrici e dei monitori, sia in buono stato e adeguato all'attività.
- incoraggiano i bambini e i giovani a gestire i rischi con consapevolezza.
- garantiscono un'assistenza adeguata, definiscono regole chiare e ne impongono il rispetto.

Attività nel traffico stradale

Le monitorici e i monitori G+S

- organizzano se possibile gli spostamenti con i mezzi pubblici.
- conoscono le norme generali sulla circolazione stradale e le rispettano.
- nel caso di spostamenti in automobile/furgoncino, devono assicurarsi che le conducenti o i conducenti abbiano le necessarie autorizzazioni (ad es. per il numero di sedili) e le capacità per guidare in sicurezza i veicoli.
- nel caso di spostamenti in automobile/furgoncino, controllano che i partecipanti abbiano allacciato le cinture e che i bagagli siano sistemati in modo sicuro. I bambini fino a 12 anni o di un'altezza inferiore a 150 cm (vale il criterio che si raggiunge prima) devono viaggiare in un dispositivo di sicurezza a misura di bambino e questo sia sui sedili anteriori che posteriori.
- adottano forme di organizzazione chiare quando si trovano nel traffico stradale. Determinano le persone che conducono e chiudono il gruppo.
- rampichino/bicicletta/mezzi simili come monopattini e pattini inline:
 - controllano che tutti indossino un casco che calza in modo adeguato e che i mezzi di locomozione siano in buono stato.
 - insegnano prima dell'attività la tecnica di guida e di frenata, controllano che la velocità sia adeguata e scelgono solamente aree e vie di traffico in cui è previsto l'utilizzo del mezzo in questione.
 - fanno in modo di essere ben visibili per gli altri utenti della strada (ad es. indossando capi d'abbigliamento con materiale catarifrangente).
 - al pari dei loro partecipanti, usano pattini inline con un dispositivo frenante e indossano delle protezioni supplementari per polsi, gomiti e ginocchia.
 - istruiscono preventivamente, se necessario, alle tecniche di caduta in uno spazio sicuro.

Requisiti specifici per le attività negli ambiti di sicurezza dello sport di campo/trekking

Per le attività nei tre ambiti di sicurezza, oltre ai requisiti generali di sicurezza, valgono le seguenti disposizioni:

- Le attività negli ambiti di sicurezza possono essere svolte solo con giovani dai 10 ai 20 anni, ma non con bambini di un'età inferiore a 10 anni.
- Le attività negli ambiti di sicurezza devono essere valutate e autorizzate da un'esperta o un esperto G+S Sport di campo/trekking che possiede il complemento a livello di esperta o esperto nel corrispondente ambito di sicurezza.
- Almeno una monitorice o un monitore G+S possiede il complemento nel corrispondente ambito di sicurezza. Altre monitorici o altri monitori possiedono questo complemento oppure hanno esperienza nel corrispondente ambito di sicurezza.
- Tutte le attività negli ambiti di sicurezza devono essere pianificate e preparate nel dettaglio, e comprendere un dispositivo di sicurezza.

Attività nell'ambito Sport di campo/trekking «montagna»

Requisiti generali di sicurezza per l'ambito Sport di campo/trekking «montagna»

Per tutte le escursioni è raccomandata una ricognizione prima del campo. Per le escursioni in zone alpine e prealpine, nel Giura e all'estero, la ricognizione è obbligatoria.

La pianificazione di tutte le escursioni (itinerario previsto e alternative) deve comprendere una tabella di marcia, una carta del percorso e un concetto di sicurezza che la direzione del campo deve inoltrare al coach G+S insieme al programma generale del campo.

In presenza dell'esperienza e delle conoscenze necessarie, è possibile effettuare escursioni con grado di difficoltà T1-T3.

Per le escursioni di grado T3, G+S raccomanda un completamento nell'ambito di sicurezza «montagna» o esperienza nelle escursioni di gruppo in montagna.

Le definizioni T1-T6 sono riprese dalla scala di difficoltà del Club Alpino Svizzero (CAS). Bisogna tuttavia tenere presente che in Svizzera non tutti i sentieri sono classificati secondo questa scala e che vi possono essere differenze tra le varie regioni. Le descrizioni dettagliate della scala di difficoltà possono aiutare a classificare a grandi linee i sentieri non valutati. In definitiva, spetta alla monitrice o al monitore decidere quale attività praticare con quale gruppo, a quali condizioni e su quale terreno.

Definizione di attività nell'ambito di sicurezza «montagna»

- Escursioni di diversi giorni con pernottamento in bivacco sopra il limite del bosco, fino al grado di difficoltà T3 compreso.
- Escursioni impegnative in montagna con numerosi e/o lunghi punti chiave con un grado di difficoltà T3.

Attività vietate con un riconoscimento Sport di campo/trekking

- Escursioni alpine e in montagna a partire dal grado di difficoltà T4.
- Escursioni che richiedono l'utilizzo di tecniche alpine (arrampicata con corda, discesa in corda doppia) per il superamento degli ostacoli.
- Escursioni su ghiacciai.
- Attraversamento di vie ferrate.



Attività nell'ambito Sport di campo/trekking «inverno»

Requisiti generali di sicurezza per l'ambito Sport di campo/trekking «inverno»

Nello sport di campo/trekking i gruppi si possono muovere solo su terreni e su pendii non esposti al pericolo di valanghe. Le monitrici e i monitori G+S non hanno la formazione necessaria per valutare il rischio valanghe.

Per tutte le attività vanno rispettate le seguenti 5 regole fondamentali:

1. non superare la pendenza massima di 30° (25° se la neve è bagnata) ed evitare di stazionare ai piedi di questi pendii.
2. Effettuare escursioni solo con pericolo di valanghe debole o moderato (grado 1 o 2).
3. Restare sotto i 1800 metri di altitudine.
4. Pianificare secondo il modello 3x3 Sport di campo/trekking.
5. Valutare la situazione con approccio difensivo.

Per attività invernali bisogna tener conto di rischi aggiuntivi quali: freddo, terreno bagnato, stanchezza, traffico sulle piste di slittino, passaggio su superfici ghiacciate, lame dei pattini da ghiaccio ecc.

Per le attività con slittino, le monitrici e i monitori G+S come pure i loro partecipanti indossano caschi e scarpe robuste e rispettano le dieci regole di condotta per lo slittino.

I campi invernali si svolgono in una casa con accesso garantito anche in inverno. I pernottamenti in bivacco (tenda o igloo) sono consentiti solo se la casa può essere raggiunta in modo rapido e sicuro in ogni momento, anche di notte e in caso di cattivo tempo.

Per semplici escursioni con le racchette da neve G+S raccomanda un complemento nell'ambito di sicurezza «inverno» o sufficiente esperienza nelle escursioni in gruppo con le racchette da neve.

Eccezione

È consentito derogare dalle regole fondamentali 1-3 se le attività vengono svolte in luoghi sicuri come villaggi, piste da slittino, strade oppure strade, sentieri invernali e sentieri per racchette da neve messi in sicurezza.

Definizione di attività nell'ambito di sicurezza «inverno»

- Campo svolto in una zona discosta, senza accesso garantito durante l'inverno.
- Pernottamenti in bivacco (tenda, igloo, ecc.), senza possibilità di accesso a una casa in tempi rapidi garantito anche in inverno.
- Escursioni con le racchette da neve impegnative e/o di più giorni.

Attività vietate con un riconoscimento Sport di campo/trekking

- Attività che presuppongono la conoscenza di tecniche alpine o l'impiego di apparecchi per ricerca in valanga (ARVA) (v. regole fondamentali 1-3).
- Attraversamento di ghiacciai.
- Escursioni con sci.



Attività nell'ambito Sport di campo/trekking «acqua»

Requisiti generali di sicurezza per l'ambito Sport di campo/trekking «acqua»

Le attività nei pressi dell'acqua, nell'acqua e sull'acqua comportano sempre un rischio accresciuto. Chi conduce un gruppo **NEI PRESSI** o **LUNGO** l'acqua non deve obbligatoriamente possedere una formazione specifica per l'acqua. Tuttavia, la monitrice o il monitore deve garantire che il gruppo entri in acqua solo nei punti adeguati, ad es. per rinfrescare i piedi oppure costruire un mulino ad acqua.

Per attività **NELL'**acqua o **SULL'**acqua le monitrici o i monitori devono possedere le competenze specialistiche per l'acqua e per la sorveglianza oppure ingaggiare una persona di sorveglianza¹ che possiede queste competenze:

- **Bacini con sorveglianza (piscine coperte o all'aperto, nei laghi o fiumi):** una persona che ha superato il modulo SC/T acqua o il modulo interdisciplinare «Sorvegliante acqua» o il brevetto SSS Base Pool o con riconoscimento G+S Canoismo, Canottaggio, Vela, Triathlon o Tavola a vela.
- **Piscina senza sorveglianza:** una persona che ha superato il modulo SC/T acqua o il modulo interdisciplinare «Sorvegliante acqua» o il brevetto SSS Plus Pool o con riconoscimento G+S Canoismo, Canottaggio, Vela, Triathlon o Tavola a vela.
- **Lago senza sorveglianza:** una persona che ha superato il modulo SC/T acqua o il modulo interdisciplinare «Sorvegliante acqua» o il brevetto SSS Laghi o con riconoscimento G+S Canoismo, Canottaggio, Vela, Triathlon o Tavola a vela.
- **Nuoto nei fiumi:** una persona che ha superato un modulo nell'ambito di sicurezza «acqua» o il modulo SSS Fiumi.

Ulteriori prescrizioni e raccomandazioni (lista non esaustiva):

- Disposizioni legali (ad. es. prescrizioni in merito a equipaggiamento, immatricolazione delle imbarcazioni, zone di protezione delle rive dei fiumi e dei laghi ecc.).
- Le sei regole per il bagnante e per i fiumi della SSS.
- Per tutte le attività che prevedono l'uso di imbarcazioni o zattere devono essere utilizzate imbarcazioni inaffondabili anche se sommerse (sit on top, imbarcazioni scoperte, gonfiabili) o zattere.

- Per navigare sui laghi con imbarcazioni tutti devono indossare il giubbotto di galleggiamento. Caso speciale: al di fuori delle zone rivierasche interne ed esterne (300m) tutte le attrezzature nautiche non idonee alla competizione (ad es. zattere) devono inoltre essere munite di giubbotti di salvataggio.
- Attività, assistenza ed equipaggiamento sono adeguati alle competenze natatorie individuali dei partecipanti come pure al corso d'acqua e alle condizioni sul posto.
- Le conoscenze e le competenze delle monitrici o dei monitori nel campo della prevenzione dell'annegamento e del salvataggio in acqua sono aggiornate.

Definizione di attività nell'ambito di sicurezza «acqua»

- Attività su corsi d'acqua con imbarcazioni aperte o zattere inaffondabili anche se sommerse (sit on top, imbarcazioni scoperte, gonfiabili come ad es. rafting) o zattere. Su attrezzature nautiche idonee alla competizione come canoe o SUP come pure per nuotare nei fiumi deve essere indossato un giubbotto di galleggiamento. Per tutte le altre imbarcazioni e zattere è invece obbligatorio un giubbotto di salvataggio con collo e con maggiore galleggiabilità.
- Attività particolarmente impegnative che richiedono elevati requisiti di sicurezza come:
 - trekking impegnativi su torrenti e fiumi (ad es. itinerario impervio, pochi punti di uscita, rocce che ostruiscono la corrente forte, resistenza dell'acqua);
 - nuoto nei fiumi in condizioni impegnative;
 - surf sui fiumi.
- Le attività nell'ambito di sicurezza «acqua» (incl. il rafting) nei fiumi sono consentite fino al grado di difficoltà Acque vive II compreso.

Attività vietate con un riconoscimento Sport di campo/trekking

- Tutte le attività a partire dal grado di difficoltà Acque vive III e oltre.
- Canyoning o trekking su fiumi che richiedono l'utilizzo di tecniche alpine (arrampicata/discesa con corda).
- Attività con imbarcazioni chiuse (ad es. kayak con paraspruzzi).
- Altre attività acquatiche impegnative (ad es. immersioni subacquee).

¹ Dal 2022, le monitrici e i monitori G+S possono acquisire delle competenze in materia di prevenzione degli annegamenti e di soccorso in acqua nell'ambito della formazione continua G+S, prolungando contemporaneamente il riconoscimento G+S. Dopo il modulo, le monitrici e i monitori G+S sono in grado di sorvegliare e di condurre con sicurezza ed efficacia un gruppo che conoscono in piscine coperte e all'aperto nonché al lago. Lo stesso vale per le monitrici e i monitori G+S delle discipline sportive Canottaggio, Canoismo, Vela, Triathlon o Tavola a vela nonché per le monitrici e i monitori G+S con il modulo «Acqua» nella disciplina Sport di campo/trekking. Oltre a ciò, le persone interessate che presentano alla Società svizzera di salvataggio (SSS) la conferma del superamento del modulo o del corso monitori G+S in una delle discipline sportive citate, possono richiedere il brevetto Basic Pool e il modulo «Laghi».

Discipline sportive soggette a particolari disposizioni di sicurezza

Le seguenti discipline sportive sono soggette a particolari disposizioni di sicurezza in G+S. Per poter svolgere queste attività sotto forma di blocchi supplementari di movimento in un corso o campo G+S, esse devono essere condotte da una persona qualificata in possesso del corrispondente riconoscimento G+S o che ha svolto una formazione adeguata all'attività prevista (vedi capitolo «Blocchi supplementari di movimento offerti da operatori commerciali») nel rispetto delle disposizioni di sicurezza specifiche della relativa disciplina sportiva.

- Sport sulla neve: biathlon, salto con gli sci, sci, snowboard
- Sport di montagna: arrampicata sportiva, alpinismo, sci escursionismo
- Sport di campo/trekking
- Sport natatori e acquatici: artistic swimming, canoismo, canottaggio, gara nautica, nuoto, nuoto di salvataggio, pallanuoto, tavola a vela, triathlon, tuffi, vela
- Sport equestri: equitazione, volteggio
- Tiro sportivo: balestra, carabina, pistola, tiro con l'arco

Le seguenti attività sono generalmente escluse da G+S (OPSpo, art. 6, cpv. 2)

- Sport motoristici e aeronautici
- Le discipline sportive che prevedono come scopo ultimo l'atterramento dell'avversario
- Canyoning
- River rafting e discese in acque vive a partire dal grado di difficoltà Acque vive III (eccezione OPSpo, art. 3, cpv. 3)
- Bungee jumping

Blocchi supplementari di movimento offerti da operatori commerciali

Se le monitrici e i monitori G+S consentono a degli operatori commerciali di svolgere dei blocchi supplementari di movimento (ad es. parchi avventura, river rafting, escursioni con SUP, slittovie, escursioni in monopattino), devono osservare i seguenti punti:

Le monitrici e i monitori G+S

- mantengono la supervisione e la responsabilità generale per il benessere dei partecipanti durante l'intera attività. Possono cedere a un operatore esterno la responsabilità per lo svolgimento a regola d'arte di attività soggette a particolari disposizioni di sicurezza, mantenendo tuttavia la responsabilità per la scelta accurata dell'operatore nonché per la sua istruzione e sorveglianza. Per la scelta, le monitrici e i monitori G+S si assicurano che l'operatore sia qualificato per svolgere l'attività a regola d'arte, ovvero che sia in possesso di un riconoscimento G+S valido nella relativa disciplina sportiva (vedi «Discipline sportive soggette a particolari disposizioni di sicurezza»), oppure che abbia una formazione adeguata all'attività riconosciuta da un'organizzazione professionale con comprovata esperienza e standard di sicurezza consolidati.

- devono pianificare ed accompagnare accuratamente l'attività per garantire che tutti i requisiti e gli standard di sicurezza siano rispettati. In caso di incertezza o in mancanza di informazioni, si raccomanda di ispezionare il luogo insieme all'operatore. Deve essere garantito che l'attività sia adeguata alle capacità del gruppo.
- devono garantire che prima dell'inizio dell'attività vengano fornite istruzioni di sicurezza dettagliate e adeguate all'età e che le istruzioni dell'operatore commerciale siano comprese e rispettate da tutti i partecipanti. Eventuali dubbi devono essere chiariti prima dell'inizio dell'attività.
- rinunciano allo svolgimento dell'attività in caso di incertezze in merito, ad esempio, all'idoneità dell'operatore o all'adeguatezza dell'attività per il gruppo. La sicurezza dei partecipanti e delle monitrici e dei monitori ha sempre la priorità.

Attività all'estero

Per le attività G+S che si svolgono all'estero valgono gli stessi principi e le stesse procedure di pianificazione delle attività in Svizzera. È indispensabile che le monitrici e i monitori G+S si informino per tempo sulle condizioni e sulle disposizioni locali, al fine di individuare eventuali requisiti aggiuntivi e rischi al fine di adottare misure mirate.

Esempio «Attività nei pressi del mare o in mare»

Nella pianificazione e nello svolgimento dell'attività occorre tenere conto delle particolari condizioni del mare, come ad es. le correnti o l'alta e la bassa marea, scegliendo, per quanto possibile, spiagge sorvegliate e rispettando le bandiere di segnalazione internazionali.

In Svizzera non è possibile frequentare un corso di formazione per il salvataggio in mare, ma è considerato come un requisito minimo un corso supplementare specifico per l'acqua, adeguato alle circostanze.