

## Sicurezza: Balneazione

Le temperature si alzano, è giunto il momento di programmare giornate in piscina, al lago o al fiume! L'importante è di scegliere sempre le zone sorvegliate per nuotare o divertirsi in acqua e rispettare alcune regole di prudenza.



Nelle acque svizzere, ogni anno si verificano circa 15 000 incidenti e 24 decessi dovuti principalmente a pericoli sottovalutati, sventatezza e spavalderia. Ma anche il freddo, il vento o un brusco cambiamento del tempo possono essere fatali. Il requisito fondamentale per qualsiasi attività acquatica è: saper nuotare bene. Rispetta le regole della Società Svizzera di Salvataggio (SSS) e i consigli dell'upi per rimanere sempre a galla.

### Opuscolo balneazione

Fonte: [upi – ufficio per la prevenzione degli infortuni](#)



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO