



Prevenzione degli infortuni nello sci e nello snowboard

Aspetti generali rilevanti per la sicurezza

I monitori G+S

- illustrano le regole FIS e SKUS e provvedono a farle rispettare.
- conoscono le procedure da adottare in caso di infortunio come pure le misure di pronto soccorso.
- tengono sempre a disposizione una coperta isotermica, compresse e un cellulare.
- per l'allenamento sulla neve si attengono al promemoria della corrispondente disciplina e rispettano le disposizioni di sicurezza.
- hanno superato il test sulla sicurezza nell'ambito della formazione di monitore sci o snowboard.

Da tenere presente nello sport per i bambini

I monitori G+S

- hanno cura che i bambini che non raggiungono un'altezza di 1,25 m siano sempre accompagnati da adulti quando usano impianti di risalita.

Equipaggiamento personale di protezione

I monitori G+S

- verificano insieme ai partecipanti l'attrezzatura e l'equipaggiamento.
- provvedono a far indossare correttamente il casco.
- raccomandano di portare il paraschiena negli snowpark.
- raccomandano un paraginocchi duro per la pratica del telemark.
- raccomandano ai principianti di snowboard di indossare dei parapolsi.

Misure di prevenzione nell'attività sportiva

I monitori G+S

- adeguano la lezione alle condizioni prevalenti (meteo, tracciato, fattore umano) sia in allenamento che in competizione.
- usano piste, discese e impianti speciali.
- improntano terreni naturali autorizzati dai servizi locali di manutenzione e di pronto intervento.
- allestiscono impianti d'allenamento e di competizione d'intesa con i servizi locali di manutenzione e di pronto intervento.
- provvedono ad adeguare l'intensità dell'allenamento e delle competizioni, in particolare per bambini e giovani che rientrano dopo una pausa dovuta a infortunio.
- provvedono a un numero sufficiente di pause con approvvigionamento di liquidi e di energia.
- in caso di temperature basse e/o vento forte fanno attenzione ai sintomi di ipotermia.