

Da sempre le vacanze rappresentano quel periodo che da solo può ritemperare da un anno di fatiche e di stress!

Nella mentalità della maggior parte delle persone – mentalità generata dal mito della vacanza di massa – quei 15-20 giorni di ferie, oltre a rappresentare il meritato riposo, costituiscono un vero e proprio momento di evasione da ogni tipo di obbligo e preoccupazione.

Relax e divertimento sì, dunque, ma sempre all'insegna della sicurezza e della legalità, come ci spiega il colonnello Antonio Carideo, Capo Ufficio Logistico presso la Legione Carabinieri Campania di Napoli, che suggerisce ai lettori gli opportuni accorgimenti da adottare prima della partenza, i consigli per viaggiare in sicurezza a seconda del mezzo di trasporto utilizzato e le regole da rispettare qualunque sia la meta turistica prescelta.



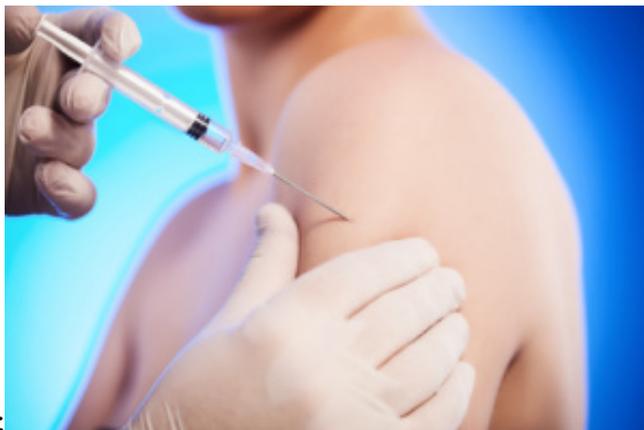
Col. Antonio Carideo - Capo Ufficio Logistico presso la Legione Carabinieri Campania di Napoli

Colonnello Carideo, quali sono gli accorgimenti da adottare prima di partire per le vacanze?

La stagione estiva consente a tanti lettori di poter concedere a se stessi e alla propria famiglia la possibilità di trascorrere un periodo di ferie e di riposo in Italia o all'Estero. In generale, è opportuno fornire qualche suggerimento prima di partire per un viaggio:

- organizzate in tempo la protezione della vostra casa;

- prima di intraprendere il viaggio, soprattutto per certi Stati extraeuropei, programmate un itinerario preciso, cercando di non adottare variazioni rilevanti senza rivolgervi a personale esperto (es. agenzie di viaggio);
- rivolgetevi ad una agenzia di viaggio o tour operator regolarmente iscritti negli elenchi regionali. Mostrate una certa cautela nella valutazione di proposte di viaggio eccessivamente convenienti e richiedete la copia del contratto che sottoscrivete;
- verificate la documentazione necessaria per l'ingresso (eventuale necessità di un visto) ed il soggiorno negli Stati di destinazione;
- effettuate le prenotazioni per il viaggio con congruo anticipo, in modo da poter beneficiare delle eventuali riduzioni tariffarie e prendete nota dei servizi inclusi nei "pacchetti" resi disponibili dalle agenzie;
- reperite, sul Web o su pubblicazioni cartacee, tutte le informazioni utili sul Paese dove volete trascorrere le vacanze. Munitevi di cartine del luogo e di tutta la documentazione necessaria;
- prendete nota degli indirizzi delle Ambasciate e dei Consolati d'Italia, ovvero dei Consolati onorari. Possono diventare un riferimento sicuro anche nei casi di emergenza;
- assumete presso la vostra banca le informazioni circa le modalità di uso all'estero del vostro bancomat o della vostra carta di credito, nonché sulla possibile fruizione di servizi bancari eventualmente utili. Si raccomanda l'uso di carte di credito o *travellers' cheques*, limitando il



contante;

- portate al seguito un piccolo kit di pronto soccorso e la tessera sanitaria con l'indicazione del gruppo sanguigno;
- adottate le eventuali misure di sicurezza sanitaria necessarie per una prevenzione adeguata (vaccinazioni: quali? dove? quanto tempo prima?) e per sapere se l'acqua locale è potabile;
- curate l'equipaggiamento se intendete visitare e dimorare in località climatiche particolari, per evitare di dover sopperire all'ultimo momento a spese straordinarie;
- ricordate che l'uso di stupefacenti (incluse le droghe leggere) in alcuni Paesi viene punito severamente;
- circolate con le fotocopie dei documenti di riconoscimento e lasciate gli originali in albergo o in altro luogo sicuro. A titolo precauzionale, annotate numero, data e luogo di emissione dei documenti e dei titoli di viaggio;
- attenetevi scrupolosamente alle normative vigenti nello Stato ospite. Il sistema giuridico può differire notevolmente dagli standards dei Paesi europei e punire condotte non sanzionate nel nostro Paese;
- informatevi riguardo la franchigia delle merci (qualità e quantità) che si possono acquistare all'estero ed importate in Italia senza il pagamento di tasse aggiuntive;

- evitate di trasportare pacchi, regali o simili per conto di sconosciuti o di persone conosciute superficialmente.

A seconda del mezzo di trasporto utilizzato, quali suggerimenti può fornire ai nostri lettori per viaggiare in sicurezza?

Se si viaggia **in automobile**:

- effettuate la verifica dell'autovettura mediante un controllo manutentivo straordinario;
- per avere la copertura assicurativa anche all'estero, munitevi della carta verde che potete richiedere alla vostra compagnia;
- informatevi sull'eventuale necessità di stipulare una assicurazione internazionale di protezione giuridica;
- se è necessario, procuratevi la patente di guida internazionale o eventuali documenti doganali per il veicolo;
- aggiornatevi sull'eventuale esistenza di norme particolari in materia di circolazione stradale (guida a sinistra, limite massimo di velocità, limite massimo di tasso alcolico, etc.).

Se si viaggia con i **mezzi di trasporto pubblico**:

- quando viaggiate in treno o in autobus, non addormentatevi lasciando borse, borselli, giacche alla portata di chiunque. Comunque di notte custodite il denaro ed eventuali oggetti di valore in posti non facilmente accessibili;
- se utilizzate il vagone letto, chiudete bene lo scompartimento;
- in nave è bene riporre gli oggetti di valore in cassaforte;
- non prestatevi a portare bagagli od oggetti di occasionali compagni di viaggio, specialmente al passaggio dei controlli doganali;
- non tenete i biglietti di andata e ritorno nello stesso posto.

Colonnello Carideo, qualunque sia la meta turistica prescelta per le proprie vacanze, quali sono le regole da seguire per una civile convivenza, nel pieno rispetto di sé e degli altri?



In spiaggia

Il mare e la spiaggia costituiscono senza dubbio una meta privilegiata da molti, soprattutto d'estate. Tuttavia, le vacanze al mare molte volte rischiano di diventare una ulteriore fonte di stress a causa del mancato rispetto delle regole di civile convivenza e di rappresentare una fonte di rischio per incidenti di varia natura.

Annualmente, per garantire una vacanza sicura, l'Arma dei Carabinieri, nelle località costiere, mette in campo numerose pattuglie, a piedi o automontate, nonché motovedette di vario tipo con personale specializzato con il compito di svolgere attività preventiva e/o repressiva nel settore della balneazione e della navigazione.

L'esperienza maturata consente di proporre alcuni suggerimenti che, all'insegna del rispetto reciproco, consentono di vivere la vacanza in pieno relax e di prevenire i rischi da comportamenti imprudenti.

- in spiaggia rispettate le disposizioni delle Capitanerie di Porto che regolamentano alcune attività ludiche come per esempio giocare a pallone, a racchettoni o ad altri giochi;
- prestate attenzione all'utilizzo di radio e di ogni altro mezzo ad alto volume che potrebbe disturbare gli altri bagnanti;
- non gettate rifiuti in mare e non abbandonateli sulla spiaggia, ma utilizzate gli appositi contenitori;
- in caso di mare mosso, prima di fare il bagno prestate attenzione alle bandiere presenti sulla spiaggia: la bandiera rossa indica sempre una condizione di pericolo per i bagnanti. Comunque evitate di fare il bagno se non siete in perfette condizioni fisiche e regolatevi sulle vostre reali capacità di nuoto;
- non lavate animali, utensili o biancheria in acqua;
- in caso di emergenza, è bene tenere a portata di mano il numero blu 1530 messo a disposizione dalle Capitanerie di Porto per la salvaguardia della vita umana in mare, la sicurezza ed il tranquillo svolgimento delle attività turistico-balneari sulle coste italiane.

Una ulteriore raccomandazione riguarda i tuffi. Purtroppo d'estate si verificano incidenti, anche mortali, provocati da tuffi pericolosi, compiuti da scogli ad altezze elevate. Considerate che le piscine attrezzate sono gli unici luoghi in cui è possibile fare tuffi in sicurezza.

In ogni caso, se desiderate tuffarvi dagli scogli, comportatevi con prudenza e, prima del tuffo, controllate che:

- l'altezza sia al massimo di 2-3 metri;
- i fondali siano adeguati e sufficientemente profondi
- gli scogli presentino uno strapiombo sufficiente.



Al lago

Talvolta incidenti, anche mortali, mettono in primo piano la questione sicurezza quando si fa il bagno o si va in barca sul lago. Cambiamenti improvvisi di corrente o del moto ondoso, infatti, possono prendere alla sprovvista chi sta facendo il bagno o si sta muovendo con un'imbarcazione e non ha sufficiente esperienza.

Qualche suggerimento per una vacanza al lago in sicurezza:

- evitate di fare il bagno se siete soli, soprattutto se non siete degli esperti nuotatori, altrimenti, in caso di difficoltà, rischiate che non ci sia nessuno che vi presta soccorso;
- prima di uscire con una barca o in canoa informatevi delle condizioni meteo e uscite solo quando il lago è calmo;
- anche se sapete nuotare, quando uscite in canoa o in barca, indossate il giubbotto salvagente;
- prestate attenzione alle altre imbarcazioni e rendetevi ben visibili, utilizzando colori sgargianti e mezzi di segnalazione;
- rispettate i regolamenti e le ordinanze locali sulla navigazione.

In montagna

L'Arma dei Carabinieri, attraverso la capillare presenza sul territorio, dispone presso i Comandi Stazione dislocati al di sopra di 1.000 m. s.l.m. di personale specializzato nel soccorso in montagna. Le località montane offrono dei panorami di straordinaria bellezza e la possibilità di rilassarsi e divertirsi facendo sport ed escursioni, ma talvolta possono diventare dei luoghi di pericolo soprattutto a causa di comportamenti imprudenti da parte dell'escursionista.



Di seguito, quindi, vi propongo alcuni consigli generali di comportamento per evitare che le vostre escursioni in montagna si trasformino in un “giorno da dimenticare”:

- prima di affrontare una escursione alpina è importante alimentarsi correttamente, per non andare incontro ad uno stato di sfinimento durante l’attività fisica, e dosare lo sforzo in base al proprio allenamento;
- informatevi sulle condizioni meteorologiche, tenendo presente che in montagna il tempo cambia repentinamente;
- per ogni evenienza lasciate detto in albergo o nel rifugio di partenza la meta da voi scelta, l’ora del ritorno e l’itinerario che intendete seguire;
- portate nello zaino tutto l’occorrente necessario: è meglio avere un chilo in più di materiale che non userete che trovarvi senza niente in caso di necessità;
- attrezzatevi con un equipaggiamento adatto alle circostanze e indossate un abbigliamento con più capi sovrapposti che potete aggiungere o togliere facilmente a seconda della temperatura;
- ricordate che le escursioni sui ghiacciai, quelle alpine o sciistiche ad un certo livello di difficoltà devono essere organizzate in collaborazione con una esperta guida alpina. Sarà meno costoso del pur minimo incidente;
- soprattutto se siete in cordata, prestate attenzione ai movimenti, evitando di far cadere sassi o compiere azioni che potrebbero risultare pericolose per gli altri escursionisti;
- seguite attentamente le indicazioni e la segnaletica, nel dubbio chiedete agli altri escursionisti;
- non avventuratevi mai da soli in escursioni alpine o sciistiche;
- seguite i sentieri senza prendere scorciatoie non conosciute;
- allenatevi per gradi alla fatica e all’altitudine perché la rarefazione dell’aria rende la salita più faticosa.

In campeggio

Anche qui alcuni semplici suggerimenti per contribuire a preservare l’integrità dell’ambiente rendendo minimi gli impatti derivanti dalla normale attività di campeggio e sosta temporanea.

- evitate di sprecare l’acqua, bene prezioso soprattutto d’estate, monitorandone l’erogazione

attraverso contatori elettronici nelle colonnine di distribuzione dei servizi in piazzola;

- non versate nei lavandini, nei lavelli e nei lavabi sostanze come le vernici e altri solventi chimici, anche se in quantità minime, evitando tra l'altro di utilizzare quantità eccessive di detersivi;
- svuotate i WC chimici negli appositi scarichi, così da facilitarne la depurazione attraverso la rete reflua;
- mantenete l'abitudine della raccolta differenziata anche in vacanza;
- evitate di attaccare fili agli alberi per non rovinarne la corteccia, di scavare buche e fosse per non danneggiare le radici, di versare sul terreno liquidi bollenti, salati o di rifiuto per non danneggiare le piante;
- se fumate non buttate le cicche per terra, ma utilizzate gli appositi contenitori;
- ricordate che, chiunque abbandona o deposita rifiuti, ovvero li immette nelle acque superficiali o sotterranee, è punito con una sanzione amministrativa pecuniaria.

In conclusione ricordo che risulta fondamentale ove ci si trovi in pericolo o in difficoltà di qualunque genere chiamare immediatamente il numero di Pronto Intervento **112**.