

Regole per il frequentatore di rifugi

Dalla sezione

Inviato da : CAIAlmese

Inviato il : 18/05/20



Le raccomandazioni del Club Alpino Italiano per la ripresa delle attività in montagna

Rispetta le disposizioni

Rispetta puntualmente le disposizioni adottate a livello nazionale e territoriale (regione e comune), con particolare riferimento alle limitazioni imposte e alla adozione di comportamenti come le distanze e l'utilizzo di dispositivi di protezione individuale, a tutela tua e degli altri.



Valuta le tue capacità

Valuta correttamente le tue capacità e condizioni fisiche, oltre a quelle dei familiari che vengono con te, considerando gli effetti del lungo periodo di forzata inattività e scegliendo itinerari adeguati, preferibilmente al di sotto del tuo livello abituale; assumi diligentemente ogni più opportuna informazione sul percorso, sulle previsioni meteorologiche e sulla presenza di strutture di accoglienza aperte ed eventuale riparo.



Privilegia i luoghi vicini

Considera le limitazioni territoriali ai trasferimenti come l'occasione per andare alla scoperta delle valli e dei borghi più vicini, uscendo dalla spirale abitudinaria di privilegiare in molti la stessa località, scoprendo così bellezze inaspettate e sempre rispettando la natura, evitando concentrazioni pericolose di persone e limitando gli spostamenti.



Sostieni i rifugi

Scegli un rifugio come meta, ma non per trovare in quota ricercatezze di pianura, quanto piuttosto una cortese accoglienza, consigli competenti e la sobria qualità di una ristorazione che esprima i sapori tradizionali di quella particolare zona di montagna; ricorda che il rifugista presidia un territorio prezioso e assicura i contatti per i soccorsi: collabora con lui e attieniti alle sue indicazioni per assicurare distanziamento e igiene; è importante la prenotazione.



Sii paziente

Evita le attività più impegnative e che richiedono l'uso di attrezzature alpinistiche in comune e distanze ravvicinate con altri: la pazienza di oggi renderà ancora più gratificanti queste attività in un futuro non lontano.



Sii prudente

Percorri con lentezza e prudenza l'itinerario che hai scelto, segui i sentieri segnalati e quando incontri altre persone mantieni la distanza e usa la mascherina.



Rispetta le Terre Alte

Considera sempre che i luoghi che per te sono occasione di svago e benessere, rappresentano la "casa" delle popolazioni che in quelle montagne vivono, contribuendo a mantenerle ospitali, e che il tuo comportamento influisce sulle loro condizioni di vita e di salute.



Mantieni alta l'attenzione

Ricorda che in caso di incidente l'eventuale soccorso, già impegnativo per i luoghi, è reso ulteriormente critico dalla necessità di proteggere chi viene soccorso e quanti soccorrono, dal pericolo di contagio da coronavirus: per questo mantieni alta e costante la tua attenzione, risveglia i sensi assopiti. Attiva la funzione "seguimi" della app GeoResQ dello smartphone, tenendolo silenzioso e utilizzandolo solo per necessità.





COVID-19

PIANO RIFUGIO SICURO

LE 10 REGOLE PER IL FREQUENTATORE



PRENOTA IL PERNOTTAMENTO IN RIFUGIO, **QUEST'ANNO È OBBLIGATORIO!**



PRIMA DI INIZIARE L'ESCURSIONE, **ASSICURATI DI ESSERE IN BUONA SALUTE!**



ATTENDI ALL'ESTERNO DEL RIFUGIO LE INDICAZIONI DEL **GESTORE!**



CONSUMA - METEO PERMETTENDO - BEVANDE, CAFFÈ, TORTE E PASTI VELOCI **ALL'ESTERNO DEL RIFUGIO!**



LASCIA IL TUO ZAINO E LA TUA ATTREZZATURA TECNICA **DOVE APPOSITAMENTE PREDISPOSTO DAL GESTORE!**



ASSICURATI DI **AVERE CON TE MASCHERINA, GUANTI E IGIENIZZANTE A BASE ALCOLICA**; UTILIZZALI **QUANDO ENTRI NEL RIFUGIO** E COMUNQUE SEMPRE QUANDO **NON PUOI RISPETTARE LA DISTANZA DI SICUREZZA!**



PORTA CON TE IL TUO SACCO LENZUOLO O IL TUO **SACCO A PELO PER PERNOTTARE AL RIFUGIO!**



LAVATI SPESSO LE MANI ED UTILIZZA I TUOI **ASCIUGAMANI PERSONALI!**



RICORDA CHE **IL GESTORE PUÒ SOTTOPORTI AL CONTROLLO DELLA TEMPERATURA** E CHE, SE SUPERIORE A 37,5°C, **PUÒ VIETARTI L'INGRESSO AL RIFUGIO!**



RIPORTA I TUOI **DISPOSITIVI INDIVIDUALI DI PROTEZIONE USATI** ED I TUOI RIFIUTI **A VALLE!**