

...: Ufficio/Servizio TECNICO :...

PLAYAS SEGURAS

FRANCO DANIELI

MANUAL
para unas
VACACIONES FELICES**NEL GARDA TRENTINO****PRESENTACIÓN**

Queridos chicos y chicas,

La zona del Alto Garda e Ledro ofrece múltiples posibilidades de practicar una variedad de actividades físicas como natación, vela, canoa, mountain bike, escalada, parapente, excursiones en montaña y muchas otras más. La belleza de nuestro lago y de nuestras montañas es un patrimonio de todos y como tal debe ser respetado, conservado y experimentado.

La idea de una reedición del "Manual para unas vacaciones felices" ha sido inspirada en el deseo de tener a todos vosotros jóvenes, como asistentes en la tarea de informar a familiares, amigos y turistas sobre algunas normas de comportamiento que debemos guardar por el respeto y la seguridad propia y de los demás. Espero que la lectura de esta "HISTORIETA" pueda ser divertida y, al mismo tiempo, instructiva, y que sirva para tener unos pequeños "guardabosques" en defensa de nuestro territorio y para salvaguardia de la salud.

Un cálido "gracias" y adiós a todos.

El presidente
del Compensorio Alto Garda e Ledro
Oliari Vito

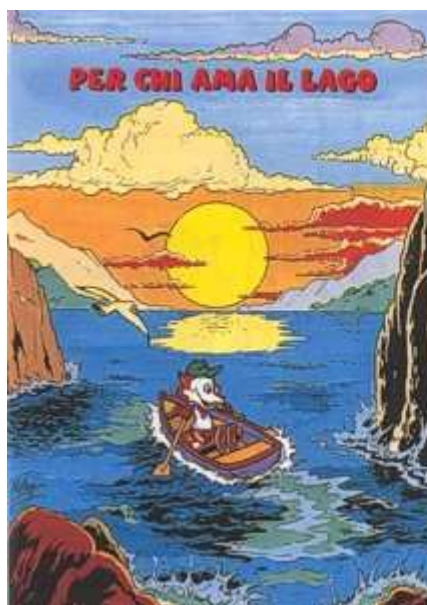
**BICKY®****UN MUNDO MEJOR**

El gran amor de [Cartiere del Garda](#) por el ambiente ha llevado a la empresa en estos años ha comprometerse por el respeto y la tutela del territorio.

Esta atención se ha concretado en la amistad con el Parque Adamello Brenta; la empresa, en efecto, ha sustentado y participado en diferentes proyectos, entre los cuales la reciente adopción de la última osa que ha nacido: KIARA.

Con los años Cartiere del Garda ha aprendido a defender a cualquier costo el agua, el aire y la tierra... por "Un mundo mejor".

SERVICIO "PLAYAS SEGURAS" EN EL GARDA TRENTINO



Para ofrecer a los huéspedes del Garda Trentino unas vacaciones tranquilas y seguras incluso mientras practican sus deportes acuáticos preferidos, las autoridades locales han establecido un servicio de vigilancia organizado con la colaboración de la Guardia Civil, la Policía y los Bomberos.

Durante todo el año ellos patrullan con embarcaciones las aguas tridentinas del lago, para garantizar el auxilio a quien se encuentre en dificultades.

De junio a septiembre, en el período de mayor flujo turístico, el servicio es incrementado con la vigilancia terrestre de los encargados del Proyecto "Playas Seguras", también dotados de lanchas neumáticas apropiadas.

El asistente de bañistas del servicio "Playas seguras" tiene el deber de:

- garantizar en las playas la vigilancia de las zonas de baño a intervalos de 160 mt. aproximadamente.
- proveer al turista de conocimientos sobre el ambiente, el paisaje e información turística en general.

El servicio "PLAYAS SEGURAS" funciona ininterrumpidamente desde el 1º de julio hasta el 31 de agosto, de 10:30 a 17:30 horas, todos los días de la semana.

El personal encargado del servicio Playas Seguras es reconocible por su uniforme rojo.

PARA SURF Y EMBARCACIONES EN GENERAL



- El Lago de Garda es famoso por sus vientos que permiten practicar los deportes de windsurf y vela. En condiciones particulares se pueden verificar borrascas imprevistas y peligrosas.
- La bandera roja es la señal internacional de peligro, y es alzada para indicar una situación de peligro colectivo.
- Es muy importante controlar, en las cercanías de la torre de avistamiento, que no esté izada la bandera roja.



En el caso de borrascas imprevistas, además de la exposición de la bandera roja en tierra, algunas embarcaciones igualmente dotadas de la bandera roja cruzan el lago y con señales sonoras avisan a los surfistas del inminente peligro.

Estas señales obligan a quien ya está en el agua a regresar a tierra firme sin demora y quien está en tierra debe abstenerse de entrar al agua.

LA TRANSGRESIÓN CONSTITUYE LA PROPIA RESPONSABILIDAD OBJETIVA.

¡OBLIGATORIO EN TODOS LOS LAGOS!



Cada surfista debe llevar el chaleco salvavidas; este accesorio, además de ser esencial para la seguridad personal, es obligatorio en todos los lagos del Trentino. Es útil también un silbato, para utilizar en caso de tener que señalar situaciones de peligro. Es muy importante llevar siempre una muda completa, que ayudará al surfista a protegerse del riesgo de congelación, sobre todo entre los meses de septiembre y junio.



Quien fuera sorprendido en el agua por el mal tiempo debe tratar de agruparse con otros surfistas en las mismas condiciones, de manera de poder ayudarse mutuamente y llamar la atención de los medios de socorro más rápidamente.



BUENOS MODALES DEL LAGO

¿Perdone que la moleste, pero puedo salvarle el pellejo?

¡SPUT/GLUB/PUAH!

Cuando se advierten personas en dificultad, la urbanidad del lago impone el ofrecimiento de ayuda: ¡cualquiera podría necesitarla y cualquiera debería prestarla!

No son necesarios conocimientos especiales para pedir ayuda (118), para arrojar un flotador, para ofrecer un ramo...

No acercarse demasiado, ya que se corre el riesgo morir ahogado junto a la persona que se intenta salvar.

¡No arriesgarse con maniobras de primeros auxilios improvisadas, podrían ser causa de graves lesiones!



¡BLUB! ¡Creo que estoy en dificultades!

Quien se encuentre en dificultades en una embarcación o en una tabla de surf, tiene que alzar un brazo en modo de llamar la atención. Si se encontrara en una grave dificultad es necesario hacer la señal internacional de S.O.S, que consiste en cruzar rítmicamente ambos brazos extendidos sobre la cabeza.



¡Permiso por favor, estoy "AMURAS A BABOR"!

Entre dos windsurf, o barcos de vela, la prioridad es siempre del que navega «amuras a babor». Un barco está «amurado a babor» cuando el viento golpea la vela por el lado derecho de la embarcación.



¡WONDERFUL!
PASEO TURISTICO
¡SGRUNT!

Recuerda que los barcos de vela tienen siempre la prioridad respecto a los de motor (a menos que éstos tengan problemas de maniobras) y que, en la Provincia de Trento, las embarcaciones a motor que se encuentran de servicio tienen siempre la prioridad.

Éstos son los ámbitos en los que está prohibido el uso de la tabla a vela:

- en las rutas de las unidades de servicio público de línea;
- en los puertos y en las proximidades de sus accesos;
- en las áreas reservadas a los bañistas;
- en las zonas de cañaverales.



¡UY! ¡PERDÓN!
¡URGH! / ¡TUMP! / ¡BONK! / ¡IIIIK!

No olvidar que el equipo de surf es voluminoso, por lo tanto, evitar molestar a la gente en la playa y el agua. No hay que maniobrar demasiado cerca de la playa, ya que se vuelve peligroso para los bañistas, así como también es desaconsejable realizar competiciones de velocidad con otras embarcaciones, incluso atravesar su rumbo de proa.

PARA QUIENES PRACTICAN LA APNEA Y EL BUCEO SUBMARINO



Sumergirse siempre con un compañero planificando la inmersión y tratando de no modificar los acuerdos tomados.



¡GLO GLUB GLUB!
PROCEDIMIENTOS Y SEÑALES DE SEGURIDAD

Es esencial asegurarse de que el compañero conozca los procedimientos y las señales de seguridad.



No sumergirse si se siente inseguro o indisposto, es mejor postergar que arriesgar.



Respetar los tiempos de inmersión y las paradas de seguridad, no ser impacientes. No sumergirse a más de 40 metros de profundidad, se correría el peligro de la llamada "ebriedad de las profundidades"



Llevar siempre el chaleco hidrostático y los instrumentos de seguridad (reloj computarizado, manómetro, tablas de seguridad, etc.)



Llevar siempre en el punto de inmersión la boya de señalización de buceo y la segunda válvula de distribución.
Recordar que en el Garda es obligatorio el barco de apoyo.

Elegir siempre las zonas de baño custodiadas.
Entrar al agua solamente si han pasado al menos tres horas desde la última comida: los alimentos grasos necesitan mayor tiempo de digestión, incluso hasta cinco horas!



Durante el periodo de estancia en el lago, la comida del mediodía debe ser ligera y no hay que consumir embutidos o fritos (alimentos lentos de digerir).



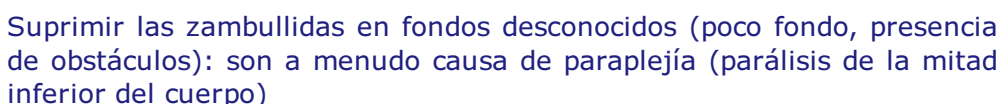
iHIC HIC BURP!

Para disfrutar plenamente del lago suprimir la ingesta de alcohol y de cualquier droga: el alcohol es un vasodilatador y expone a conmoción térmica y, al igual que las drogas, altera las "alarmas" del organismo.



iBURP! (EXCUSE ME)

Exponer el cuerpo al sol y al viento acentúa la deshidratación: para no sufrir trastornos se recomienda beber abundante agua, aunque no parezca necesario.



Tras una larga exposición al sol, hay que entrar al agua gradualmente (mojar primero la nuca, el abdomen y las extremidades): la conmoción térmica puede provocar la pérdida de conocimiento.



Cada uno es el mejor médico de sí mismo: a la más mínima señal de alteración del estado físico, no exigir al propio organismo de realizar esfuerzos y verificar con personas capacitadas la causa del malestar.



AUXI... / ¡BONK! / ¡AY!
BROMAS

No gritar «Auxilio», «Me ahogo» y otras frases por el estilo solo por broma.



¡ESTOY TRANQUILO, ES MÁS, TRANQUILÍSIMO!!
SPLASH SPLASH SPLASH

Si se sufre un calambre se aconseja no inquietarse; el miedo es el peor enemigo de la vida.

Colocarse "de espaldas" para favorecer la respiración; los pulmones, que son un salvavidas natural, favorecerán la flotación.

No pensar en el dolor y no moverse; gritar «Auxilio» para llamar la atención de los socorristas.



Dejar libre el sector de playa que va desde la casilla del bañero hasta el agua.

Aprender a interpretar y respetar las indicaciones de las banderas expuestas en la casilla:

- BANDERA ROJA = baño prohibido por condiciones de peligro o por servicio no activo.
- BANDERA AMARILLA = baño no aconsejado por condiciones adversas; vigilancia activa.
- BANDERA BLANCA = óptimas condiciones de baño y vigilancia activa.



SALVAMENTO

Bajo ningún concepto se podrá ocupar el hidropedal ni cualquier otro instrumento del equipo asignado al Bañero; no dejar jugar a los niños en los alrededores de las instalaciones: en caso de intervenciones puede ser peligroso para los niños y estorba las operaciones de rescate.



Nunca entrar al agua solos: es fundamental tener siempre un compañero en el agua o en la playa que pueda prestar o pedir auxilio en caso de necesidad.



ZONA LÍMITE
FIN ZONA VIGILADA

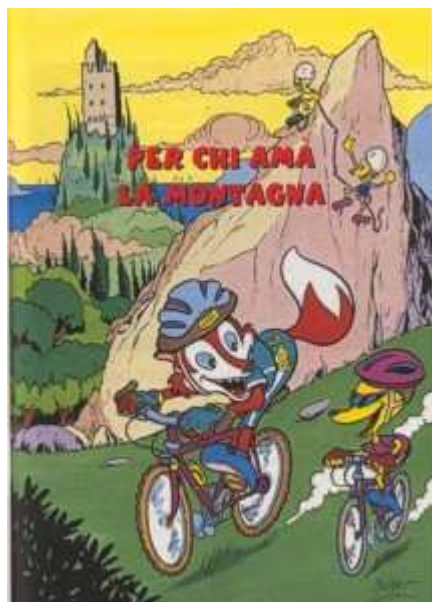
Para no poner en peligro la propia vida, no hay que nadar fuera de las zonas de baño vigiladas.



¡SNIF!

UNA ÚLTIMA ACLARACIÓN: EL 60 % DE LAS PERSONAS QUE SE AHOGAN SABEN NADAR BIEN... PERO NO RESPETAN LAS NORMAS BÁSICAS DE SEGURIDAD ANTES DESCRITAS.

LAS MONTAÑAS EN EL GARDA TRENTINO



El Garda Trentino ofrece, junto a las atracciones del lago, también las de la montaña.

Las montañas del Garda Trentino están dotadas de una red articulada de senderos bien señalizados y de varios refugios alpinos para paseos y excursiones a pie o en bicicleta.

Las rutas equipadas y los caminos en la roca, para los expertos, son los más famosos de Europa. Todos los datos relativos a los recorridos están incluidos en las numerosas publicaciones de la APT.

En el lugar desempeña sus servicios un grupo muy organizado de Socorro Alpino, que está siempre a disposición para intervenciones o para recibir sugerencias y consejos.

PARA QUIEN PRACTICA EL MOUNTAIN BIKE



¡UFF UFF PANT!

¡CASCO SIEMPRE BIEN AJUSTADO!

Antes de partir: verificar siempre la eficacia de los frenos, la presión de los neumáticos y engrasar los mecanismos sujetos a movimientos.

Contar con un equipamiento idóneo (cámara de aire, gabardina, brújula, mapa topográfico, antorcha, etc.) para poder afrontar con tranquilidad cualquier imprevisto. El casco no es un accesorio sino un elemento fundamental para la seguridad; no hay que llevarlo desabrochado. Llevar junto las luces y las placas reflectantes para la mountain bike. Es importante tener un compañero de excursión, para prestarse ayuda recíproca en caso de necesidad.



¡RECUERDA QUE TIENES TODAVÍA EL REGRESO!

Informarse bien sobre la duración del recorrido, tratando de no excederse. Recordar que además de la ida está también el regreso y podría darse el caso de tener que volver a pie. Seguir siempre los senderos señalados en los «mapas» publicados por la A.P.T.: será difícil perderse. Avisar siempre a alguien de la salida, el recorrido, la meta y la hora estimada del regreso. Esto hará más fácil las búsquedas en caso de necesidad. ¡Afrontar a pie un tramo difícil no es de cobardes, sino de sabios! Además de alimentos energéticos de fácil digestión, llevar también una cantimplora de reserva, ya que no siempre se encuentra agua en el camino. No exponerse al peligro: encender las luces antes de entrar a los túneles.



No transitar a campo traviesa, así evitaréis arruinar la flora y alterar el hábitat de los animales. En la montaña los excursionistas a pie tienen la prioridad, por lo tanto, tratar de superarlos con la debida cautela.

PARA QUIEN PRACTICA LA ESCALADA DEPORTIVA O EL ALPINISMO



CUERDA DOBLE NUDO EN EL EXTREMO DE LA CUERDA

Preparación psicológica y atlética; no arriesgarse: no pidas a tu físico más de lo que puede dar. Llevar un equipamiento idóneo (indumentaria, cuerdas homologadas por la UIAA, calzado, mosquetones, etc.). El casco no es un accesorio sino un elemento fundamental de seguridad.



En las escaladas es importante ir atados y conocer bien los nudos y el manejo de cuerdas. Lograr adherencia siempre sobre tres presas, es de tontos desafiar a la suerte. Las paradas deben ser ante todo seguras, por lo tanto, aferrarse en al menos dos puntos sólidos y bien unidos. En los descensos con cuerda doble es importante controlar el anclaje, el nudo de unión de las cuerdas, el punto de llegada y hacerse el amarre de seguridad.



Informarse detalladamente sobre la travesía que se quiere emprender. Avisar siempre a alguien de la salida, del itinerario, de la meta y de la hora estimada del regreso. Para emprender caminos difíciles es conveniente ir acompañados por Guías Alpinas. No dejar envases de bebidas, bolsas y residuos en general.



TE SALVO YO...

Contar con conocimientos de señales de socorro y nociones de primeros auxilios.

RECORDAR SIEMPRE QUE QUIEN SOCORRE PONE EN PELIGRO SU PROPIA VIDA, TRATAR POR ELLO DE NO CAUSAR SU INTERVENCIÓN CON COMPORTAMIENTOS IRRESPONSABLES.



Se agradece por la colaboración brindada:



1997-2005 © BICKY e ALLEGRI CHIHUAHUA TM by Fulvio Bernardini-Fulber
Derechos reservados

Proyecto editorial y textos © Franco Danieli
Prohibida la reproducción incluso parcial sin la autorización del autor.

Bicky © Ingarda Trentino

Publicado por el Compensorio/Comunità Alto Garda e Ledro
Tipografía e impresión: Grafica 5 - Arco (TN)
Traducido por Traduzioni STR - Trento (TN)

Las imágenes contenidas en el "Manual para unas vacaciones felices" están protegidas por las leyes internacionales de propiedad intelectual (copyright) y de marcas (trademark) y han sido cedidas en exclusiva solo para esta obra editorial. Queda terminantemente prohibido cualquier otro uso sin el consentimiento escrito del autor Fulvio Bernardini.

Date: 12/06/2013 - h: 13.42.22 - P.IVA 02190130225
© Comunità Alto Garda e Ledro - Via Rosmini, 5/b - Riva del Garda (TN) - ITALIA
Tel: 0464.571711 - Fax: 0464.553254 - HomePage: <http://www.compensorioc9.tn.it>