



Ministero delle Infrastrutture e dei Trasporti

Capitaneria di Porto - Guardia Costiera di BARI

CONSIGLI RIVOLTI AI BAGNANTI

Si rammenta che la fascia di mare riservata alla balneazione è quella compresa tra la battigia ed i 200 metri dalla spiaggia e/o coste basse ed i 100 metri dalle coste a picco; tale fascia di mare è interdetta alla navigazione alle unità da diporto e/o a vela, compresi i "natanti da spiaggia" (piccoli natanti comunemente denominati pedalò, jole, pattini, sandolini), tranne che nei corridoi di lancio/atterraggio appositamente posizionati e segnalati.

IN SPIAGGIA RICORDA DI

- avvisare sempre la Capitaneria di Porto (direttamente o anche tramite l'assistente bagnanti) nel caso si verificano situazioni di pericolo, ricordando che i concessionari degli stabilimenti balneari e gli operatori della spiaggia in genere hanno l'obbligo di segnalare tempestivamente all'Autorità Marittima e/o alle Forze di polizia gli incidenti verificatisi sul demanio marittimo e negli specchi acquei antistanti;
- non entrare mai in acqua da soli (anche il più banale incidente potrebbe avere gravi conseguenze);
- evitare un'eccessiva esposizione al sole e proteggersi nelle ore di maggior caldo con cappellino e occhiali scuri;
- indossare indumenti chiari, non aderenti, di fibre naturali; evitare fibre sintetiche che impediscono la traspirazione e/o possono provocare arrossamenti, pruriti e irritazioni;
- se si è stati troppo tempo esposti al sole, entrare in acqua gradatamente, bagnandosi adeguatamente con le mani (evitare assolutamente di fare il bagno se si è preso un colpo di sole o se si riscontrano quei sintomi come leggero mal di testa, vertigini, sensazione di freddo, eccessivo fastidio alla luce, che precedono l'insolazione);
- fare pasti leggeri ed assumere molta acqua, evitando di bere alcolici ad alta gradazione;
- evitare i farmaci che alterano lo stato di coscienza o che inducono sonnolenza;
- se non si sa nuotare, bagnarsi esclusivamente in acque molto basse e sotto il controllo diretto del personale addetto alla sicurezza (occorre tener presente che sui fondali sabbiosi che degradano lentamente le onde e le correnti possono creare insidiosissime buche che si spostano col mutare delle condizioni ambientali, rendendo da un giorno all'altro pericoloso un tratto di mare che fino al giorno precedente non lo era affatto);
- se non si è in grado di nuotare per lunghe distanze, non lasciarsi convincere da un amico a nuotare fino alla boa o allo scoglio distante da riva;
- quando si fa il bagno non allontanarsi mai troppo dai compagni, da riva, dal natante appoggio, dalla visibilità del bagnino;
- non allontanarsi mai troppo dalla costa usando materassini, ciambelle, piccoli canotti gonfiabili;
- non tuffarsi mai se non si è provetti tuffatori e, comunque, non tuffarsi se prima non si è ispezionato il fondale;
- non forzare mai le proprie prestazioni, anche se si è nuotatori provetti;
- non abbandonare rifiuti sulla spiaggia;
- se si è colti da crampi non agitarsi, distendersi sul dorso e chiedere aiuto;
- non toccare oggetti non meglio identificati;
- in caso di rinvenimento di tali oggetti avvisare immediatamente la Capitaneria di Porto ed attendere le disposizioni che verranno impartite dal personale militare;
- non disturbare le creature marine e segnalare alla Capitaneria di Porto eventuali specie protette ferite o spiaggiate.

NON FARE IL BAGNO:

- prima che siano trascorse almeno tre ore dall'ultimo pasto;
- se sul pennone della postazione di salvataggio è stata issata la bandiera rossa;
- quando il mare è mosso, se spirano forti venti e se vi sono forti correnti;
- se non si è in perfette condizioni psicofisiche (ricordarsi che non basta la visita medico-sportiva per garantire da possibili incidenti: ogni volta che si entra in acqua fare un rapido check-up sulle proprie condizioni in quel preciso momento);
- se l'acqua è molto fredda (o se la temperatura dell'acqua è di molto inferiore alla temperatura ambiente);
- in acque inquinate o che hanno probabilità di esserlo, nelle zone di mare in cui è vietata la balneazione, nei porti, nei porti-canalì, nei corridoi di entrata/uscita di imbarcazioni.

CONSIGLI RIVOLTI AI SUBACQUEI

APNEA

- Effettuare un corso di immersione in apnea presso una scuola qualificata (erroneamente l'apnea è ritenuta meno pericolosa dell'"ARA *in pratica sistemi di respirazione autonomi o vincolati ad aria*");
- effettuare il controllo medico specialistico periodico (almeno una volta all'anno);
- non immergersi se non si è in perfette condizioni psico-fisiche;
- non immergersi se non sono passate almeno quattro ore dall'ultimo pasto;
- prima di ogni immersione controllare accuratamente le attrezzature;
- non effettuare l'iperventilazione ma immergersi dopo una o due profonde ventilazioni;
- immergersi sempre mediante l'ausilio di una sagola (cima) collegata alla boa segna sub;
- immergersi almeno in due ed effettuare le apnee alternativamente in modo che il subacqueo in superficie controlli a vista il compagno in immersione;
- immergersi in equilibrio idrostatico leggermente positivo;
- non prolungare mai molto l'apnea ed iniziare subito la risalita al più tardi alla prima contrazione diaframmatica;
- far passare almeno tre minuti tra un'apnea e l'altra per compensare il debito di ossigeno acquisito aumentando l'intervallo con l'aumento complessivo dell'immersione;
- verificare continuamente la propria preparazione sulle principali nozioni di tecnica dell'immersione, di salvamento e rianimazione.

ARA

- Effettuare un corso di immersione con autorespiratore presso una scuola qualificata;
- effettuare il controllo medico specialistico periodico (almeno una volta all'anno);
- dopo lunghi periodi di inattività raggiungere gradualmente le profondità che si era soliti raggiungere la stagione precedente;
- programmare sempre la propria immersione e controllare accuratamente le attrezzature e la pressione delle bombole prima di ogni immersione;
- indossare sempre il profondimetro, l'orologio, il regolo di decompressione, il coltello, il giubbotto idrostatico (se lo si sa usare bene);
- immergersi sempre con un compagno (fare attenzione a non perdersi di vista) assistiti da un mezzo appoggio con barcaiolo in superficie;
- ricordarsi di adottare in immersione le corrette tecniche di respirazione (pausa inspiratoria durante l'immersione, sospensione della pausa in risalita);
- risalire alla velocità di 10 metri al minuto, rispettare le soste di decompressione indicate dalle tabelle, adottando comunque l'abitudine di effettuare una ulteriore decompressione di qualche minuto a metri 3 (anche se l'immersione effettuata non

prevede alcuna sosta di decompressione);

- non superare i 40 metri di profondità;

- evitare di effettuare una seconda immersione prima che siano trascorse 12 ore dalla precedente;

- prima di ogni immersione documentarsi sull'ubicazione e sul funzionamento del più vicino centro iperbarico (mettendosi subito in contatto con esso in caso di incidente per ricevere istruzioni e per organizzare il trasporto dell'infortunato);

- verificare continuamente la propria preparazione sulle principali nozioni di tecnica dell'immersione, di salvamento e rianimazione.

CONSIGLI RIVOLTI AI POSSESSORI DI IMBARCAZIONI E/O NATANTI DA DIPORTO

- Controllare sempre, se l'imbarcazione è a motore, che ci sia carburante a sufficienza per andata e ritorno;

- controllare le attrezzature di bordo: remi, dotazioni e dispositivi di sicurezza di bordo, tappo - se questo è autosvuotante - cinture di salvataggio per ogni persona, ancora, candele di scorta con chiave e cartavetrata, se la barca è a motore;

- non trasportare mai un numero di persone superiore a quello per cui l'imbarcazione è omologata;

- distribuire bene il carico a bordo;

- la navigazione a motore o a vela, durante la stagione balneare è consentita solo a distanza superiore ai 500 metri dalla costa; per avvicinarsi alle spiagge utilizzare gli appositi corridoi di lancio;

- le unità navali a motore che navigano nella fascia di mare compresa tra i 500 e i 1000 metri dalla costa, devono tenere una velocità non superiore a 10 nodi e, comunque, devono navigare con, lo scafo in dislocazione;

- prima di uscire in mare chiedere sempre consiglio ad un esperto del posto, che conosca bene la zona; chiedere se ci sono secche o scogli non segnalati e affioranti, e se ci sono al largo correnti costanti molto forti che potrebbero pregiudicare la stabilità di navigazione o addirittura il rientro a terra;

- informarsi sulle condizioni di mutabilità meteorologica del mare;

- informare sempre i familiari, i conoscenti od i responsabili dei sodalizi nautici presso le cui strutture staziona l'imbarcazione in merito alla navigazione da effettuare e sull'ora prevista di rientro;

- controllare l'efficienza del radiotelefono di bordo, ovvero portare sempre con se un telefono cellulare, preoccupandosi di avere una batteria di riserva;

- non gettare rifiuti in mare;

- in caso di rinvenimento di oggetti non meglio identificati, avvisare immediatamente la Capitaneria di Porto ed attendere le disposizioni che verranno dal personale militare;

- prestare soccorso, nei limiti della propria sicurezza, ad eventuali imbarcazioni in difficoltà, avvisando immediatamente la Sala Operativa della Capitaneria di Porto;

- osservare le disposizioni in materia di sicurezza della navigazione e salvaguardia della vita umana in mare;

- se il mare tende a ingrossare fare indossare a tutte le persone a bordo le cinture di salvataggio;

- in caso di incendio a bordo contattare subito la Capitaneria di Porto, spegnere il motore e far mettere tutte le persone a bordo con il vento alle spalle;

- in caso di falla contattare subito la Capitaneria di Porto, dirigere subito verso terra, tentare di otturare la falla con qualsiasi tipo di materiale a disposizione, se la falla è vicina al livello dell'acqua spostare i pesi dalla parte opposta per tenere la falla fuori dall'acqua, far indossare a tutte le persone a bordo le cinture di salvataggio; qualora l'affondamento fosse inevitabile sganciare tutto il materiale galleggiante presente a bordo (parabordi, ecc...) e prepararsi a lasciare l'unità approntando le dotazioni di sicurezza (atolli e/o zattere) e provvedendo a prendere un mezzo di comunicazione (radio portatile o telefono cellulare), acqua, eventuali razzi di segnalazione e boette fumogene e indossare indumenti caldi per aumentare i tempi di sopravvivenza in acqua e annotare l'ultima posizione nota;

- ricorda sempre che la zattera di salvataggio a bordo va tenuta in un punto di facile accesso (non chiusa nei gavoni o conservata sotto coperta).

CONSIGLI PER CHI USA TAVOLE A VELA (WINDSURF)

Chi pratica windsurf:

- deve aver compiuto almeno 14 anni di età o 8 anni se assistito da istruttori federali di scuole vela;
- deve indossare sempre il mezzo ausiliario di galleggiamento approvato ai sensi della normativa vigente (cinture di salvataggio, trapezio galleggiante, muta galleggiante) indipendentemente dalla distanza dalla costa cui la navigazione è svolta;
- non può navigare entro 500 mt. dalle spiagge; per raggiungere il largo servirsi degli appositi corridoi di lancio;
- non deve allontanarsi troppo dalla costa (il limite massimo è 1 miglio dalla costa);
- non deve navigare per troppo tempo col vento in poppa o nella stessa direzione se non si conoscono tutte le andature, se non si riesce a rientrare disarmare l'albero arrotolandogli la vela attorno e posandolo sulla tavola e remare usando il boma come pagaia;
- in assenza di corridoi di lancio/atterraggio, per navigare nella fascia di mare fino a 500 mt dalla costa, ha l'obbligo di procedere a vele ammainate;
- deve ricordare che è vietato praticare windsurf in porto e lungo la rotta di accesso allo stesso.

CONSIGLI PER CHI PRATICA KITE SURF

- L'età minima per chi pratica kite surf è fissata a 16 anni;
- è fatto obbligo a chi pratica kite surf di indossare permanentemente oltre a un mezzo di salvataggio individuale un casco protettivo di tipo ciclistico;
- nelle zone vietate alla navigazione (entro i 500 mt dalla battigia) la partenza e l'atterraggio dei kite surf deve avvenire attraverso appositi corridoi di lancio/atterraggio aventi caratteristiche adatte (ricorda che il corridoio per il kite ha caratteristiche diverse dai corridoi utilizzati per tutte le altre unità);
- non lasciare incustodito il kite surf senza avere scollegato almeno un lato dell'ala e riavvolto completamente il boma.
- collegare le cime (cd. Linee) solo quando si decolla ed assicurarsi altresì di scollegarle quando si atterra;
- non allontanarsi troppo dalla costa (il limite massimo è 1 miglio dalla costa);
- Ricorda che è vietato praticare kitesurf in porto e lungo la rotta di accesso allo stesso.

CONSIGLI PER L'UTILIZZO DI MOTO D'ACQUA

Per andare in acquascooter occorre:

- essere in possesso della patente nautica;
- indossare sempre una cintura di Nonché un casco protettivo di ciclistico o di quelli prescritti dalla Federazione Italiana Motonautica (questa regola vale sia per il conduttore della moto d'acqua che per le persone imbarcate);
- durante la stagione balneare usare gli appositi corridoi di lancio per la partenza e l'atterraggio, procedendo a lento moto e tenendo il tubo di scarico sotto al pelo dell'acqua con velocità non superiore ai 3 nodi;
- è consentita la navigazione solo in ore diurne e con condizioni meteo-marine assicurate;
- è consentita la navigazione nella fascia di mare compresa tra 500 metri e 1000 metri dalla costa ad una velocità non superiore ai 10 nodi.

Le moto d'acqua dovranno obbligatoriamente essere provviste di acceleratore a ritorno automatico nonché di un dispositivo sul circuito di accensione assicurante l'arresto del motore in caso di caduta del conduttore (sono esenti le unità dotate di *self-circling*).

BALNEAZIONE E PESCA

Ricorda inoltre che non puoi fare il bagno:

- . in porto;
- . nel raggio di 150 mt. da ostruzioni e/o moli dell'imboccatura dei porti;
- . all'interno dei corridoi di atterraggio;
- . entro 100 mt dalle scogliere in costruzione o in corso di sistemazione;
- . nelle foci, nei canali e corsi d'acqua demaniali marittimi comunicanti con il mare;

Durante la stagione balneare nella fascia riservata alla balneazione (fino 200 metri dalla spiaggia e/o coste basse ed i 100 metri dalle coste a picco) è vietato l'esercizio di qualunque tipo di pesca.

RICORDA SEMPRE CHE:

La Sala Operativa della Capitaneria di Porto di Bari opera 24 ore al giorno e può essere contattata:

- A) attraverso il "Numero Blu" telefonico 1530;
- B) Via telefono al numero 080.5281511 - (fax 080.5211726);
- C) Via VHF sul canale 16;
- D) via e-mail all'indirizzo: cpbari@mit.gov.it.

Nei casi di emergenza, si invitano gli eventuali utenti a fornire quante più notizie utili alla risoluzione dell'emergenza, attenendosi scrupolosamente alle indicazioni che verranno fornite dal personale militare della stessa Autorità Marittima.

Anche con i consigli rivolti, si raccomanda, sempre e comunque, buon senso, prudenza, rispetto ed amore per il mare, al fine di trascorrere una serena e tranquilla estate.

