



Slittare senza infortuni Divertimento senza infortuni

Giù per la montagna a rotta di collo. Slittare è divertente. Per evitare gli infortuni in slitta bisogna essere ben equipaggiati, usare la slitta giusta e comportarsi correttamente.

Tutti sanno slittare. Davvero? Le cifre parlano un linguaggio leggermente diverso. Ogni anno circa 6300 persone residenti in Svizzera si infortunano in slittino e necessitano di consultazioni mediche.

Per prevenire che accada, la prima cosa è avere l'equipaggiamento giusto. Indossa casco, paraschiena e scarpe alte e solide con un buon profilo e, se il pendio è ghiacciato, anche i ramponi (acquistabili nei negozi specializzati o online). Prediligi lo slittino: questa speciale slitta in legno è facilmente manovrabile anche su piste dure e ghiacciate.

In secondo luogo, è fondamentale dove slittare. Meglio scegliere un percorso ufficiale per slitte segnalato con un cartello lilla. Sono adatti anche pendii con un'ampia zona di arrivo.

Infine, comportati correttamente. Rispetto, regolare la velocità e tenere la giusta distanza in fase di sorpasso: l'UPI ha elaborato in collaborazione con Funivie svizzere e Swiss Sliding

I consigli più importanti

- Indossa **casco e paraschiena**
- Indossa **scarpe alte e solide con un buon profilo; se il pendio è ghiacciato anche i ramponi**
- Slitta solo su **piste appositamente demarcate, vie senza ostacoli o pendii con un'ampia zona di arrivo**
- Prediligi lo **slittino**
- Rispetta le **10 regole di condotta**

dieci regole comportamentali per un uso sicuro dello slittino. Trovi le regole e maggiori consigli per un uso sicuro dello slittino su upi.ch/slittare.

