

Caro sciatore, cara sciatrice,  
grazie per aver scelto la nostra località sciistica e le nostre bellissime  
montagne. Vogliamo fare in modo che tu possa trascorrere momenti  
indimenticabili all'insegna dello sport, del divertimento e delle emozioni  
più belle in tutta sicurezza.

Safe Ski Project è una iniziativa voluta dall'AMSI, con il sostegno di  
vari partner, per sensibilizzare le persone affinché diventino sciatori  
responsabili.

Ti invitiamo a leggere e commentare insieme alla tua famiglia e ai tuoi  
amici queste 12 regole di comportamento da seguire in pista e fuori pista.  
Ti ricordiamo che, per i minori di 14 anni, è obbligatorio indossare il casco  
ed è anche consigliato il guscio a protezione della colonna vertebrale.  
Ti suggeriamo, inoltre, di inserire all'interno della giacca o sul casco i  
recapiti telefonici delle persone da contattare in caso di necessità.

Diventa anche tu protagonista della sicurezza  
sulle piste da sci: insieme possiamo  
contribuire a diffondere un  
comportamento più rispettoso  
e consapevole per il bene  
di tutti gli sciatori, della  
montagna e dello sci.  
Buona sciata!

**Usa la testa!  
Metti il casco.**  
**Use your head!  
Wear a helmet!**



*Dear Skier,  
Thank you for choosing our ski resort and our beautiful mountains. We  
want to make sure you have an unforgettable time skiing, enjoying yourself  
and experiencing thrills in complete safety.*

*Safe Ski Project is an AMSI initiative sponsored by different partners to  
raise safety awareness to ensure that people become safe skiers.*

*Please take a few moments to read and discuss with your family and  
friends these 12 rules to follow on and off piste.  
Remember that the law requires children younger than 14 to wear helmets  
and that helmets and spine protectors are strongly recommended for  
everybody. You should also place an emergency contact number inside  
the jacket or on the helmet.*

*Become a promoter of safety on the ski slope: together, we can foster  
more respectful and alert behaviour that will benefit all skiers, the  
mountains and skiing.  
Have fun on the slopes!*

Con il patrocinio di



Regione  
Lombardia

ANEF SKI LOMBARDIA



Il Marchio e il Personaggio Leo Monthly sono proprietà di AMSI - Milano.  
The Leo Monthly Brand and Character are the property of AMSI - Milano.



[www.amsi.it](http://www.amsi.it)

[www.granpremiogiovanissimi.it](http://www.granpremiogiovanissimi.it)

[www.prenotailtuomaestro.it](http://www.prenotailtuomaestro.it)

**IO SCIO  
SICURO!**

*I'm a safe skier!*



**12 regole per sciare in sicurezza  
12 rules for safe skiing**



### 1 Rispetto per gli altri

Fai attenzione a non mettere in pericolo altre persone o provocare danno.

**Respect other people**

Do not put other people at risk or cause harm or damage.



### 5 Sorpasso

Puoi sorpassare un altro sciatore sia a monte che a valle, a destra o sinistra, ma tieni una distanza tale da non intralciarlo.

**Overtaking**

You can overtake another skier, whether they are above or below you, on your right or on your left, but maintain a safe distance so that you are not an obstacle for the other person.



### 9 Salita e discesa a piedi

In caso di necessità, sali e discendi a piedi camminando sempre a bordo pista, solo se c'è buona visibilità.

**Walking up and down the slope without skis**

If you have to walk up and down the slope keep to the edge of the slope and only do so if visibility is good.



### 2 Padronanza della velocità

Regola la tua velocità e il comportamento in base alle tue capacità, alle condizioni generali della pista e al meteo.

**Control your speed**

Match your speed and behaviour to your ability, general piste conditions and the weather.



### 6 Spazio di sorpasso a bordo pista

Quando stai curvando a bordo pista, lascia sempre uno spazio sufficiente per agevolare un eventuale sorpasso da parte di altri sciatori.

**Passing space on edge of slope**

When you are turning on the edge of the slope always leave enough room for other skiers to pass you easily and safely.



### 10 Segnaletica

Rispetta la segnaletica delle piste. Tutti gli sciatori devono farlo!

**Safety signs**

Obey the safety signs on the slopes. All users must obey them!



### 3 Scelta della direzione

Quando sei in posizione a monte e puoi scegliere il percorso, tieni una direzione che eviti il pericolo di collisione con gli sciatori a valle.

**Choose the safe way**

When you are uphill and can choose your route, take a direction that eliminates the danger of colliding with any skiers below you.



### 7 Attraversamento e incroci

Quando ti immetti in una pista, o riparti dopo una sosta, guarda a monte e a valle, poi assicurati di poter procedere senza pericolo per te o per gli altri.

**Entering or crossing**

Before you go onto a slope or start again after a break, look uphill and downhill to make sure you can proceed without danger to yourself or to others.



### 11 Incidenti

In caso d'incidente presta subito assistenza e chiama i soccorsi se necessario.

**Accidents**

If there is an accident, give first aid immediately and call the emergency services if necessary.



### 4 Traiettorie degli altri sciatori

Fai attenzione agli altri sciatori, alle loro traiettorie e considera il tipo di sci utilizzato: snowboard, telemark, carving.

**Other skiers and where they are headed**  
Watch out for other winter sports enthusiasts, where they are going and what they are using: snowboards, telemark skis or carving skis.



### 8 Sosta

Se devi fermarti, puoi farlo sul bordo pista o in luoghi con buona visibilità, mai nei passaggi obbligati. Se cadi, sgombrala pista al più presto.

**Stopping**

If you have to stop, stop on the edge of the slope or in places with good visibility, never at the obligatory crossing points. If you fall, move away from the ski slope as quickly as possible.



### 12 Identificazione

Tieni presente che chiunque è coinvolto in un incidente o ne è testimone deve dare le proprie generalità.

**Identification**

Remember that if you are involved in or are a witness to an accident you must provide your personal details.