

**Zeitschrift:** Macolin : mensile della Scuola federale dello sport di Macolin e di Gioventù + Sport

**Herausgeber:** Scuola federale dello sport di Macolin

**Band:** 46 (1989)

**Heft:** 12

**Rubrik:** Mosaico elvetico

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 16.01.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**



## Più sicurezza nello sci



Avete già cominciato a prepararvi alla stagione sciistica? In forma e ben attrezzati scierete meglio e più sicuri. Un buon allenamento ed anche un'adeguata scelta e manutenzione dell'attrezzatura richiedono però molto tempo: per questo è opportuno cominciare presto ad occuparsene. Questo è il primo e più importante dei consigli contenuti in «Sciare sicuri», un opuscolo di 64 pagine - facili da leggere ed arricchite da illustrazioni a colori - pubblicato dalla Fondazione della Winterthur-Assicurazioni per la prevenzione dei sinistri.

Realizzato con il contributo di esperti di chiara fama, «Sciare sicuri» fornisce un'analisi dei rischi dello sci ed una guida alla prevenzione degli infortuni ad essi connessi. Una particolare attenzione è dedicata agli sciatori più giovani, cioè a coloro che a causa della loro costituzione fisica e della loro spensieratezza sono esposti ai pericoli di gran lunga più gravi. Dopo aver analizzato nei particolari forza e debolezza delle parti del corpo impiegate nello sci, si indicano in modo particolare le lesioni più frequenti fra gli sciatori ed i modi in cui essi si verificano. Scopo di quest'opuscolo è stimolare un comportamento corretto

sulle piste ed inoltre indicare agli sciatori un invitante programma di allenamento, con alcuni consigli utili per l'acquisto e la manutenzione dell'attrezzatura sciistica.

«Sciare sicuri» può essere ordinato

gratuitamente (fino ad esaurimento degli esemplari disponibili) al seguente indirizzo: Winterthur-Assicurazioni, Dipartimento Svizzero, Servizio Informazioni e Comunicazioni, Casella postale, 8401 Winterthur.

## Sostenitore 2000

Si susseguono a ritmo incalzante le iniziative del dinamico ufficio della Svizzera italiana della Fondazione Aiuto Sport Svizzero. Beneficiari di questa ventata di novità saranno giovani sportivi d'élite e speranze di discipline sportive non professionistiche del Cantone e della Svizzera.

Dopo il grande successo del Super-Toto, il lancio dell'azione Forza Ticino - che prenderà il via in gennaio grazie al sostegno di alcune delle principali ditte del cantone vicine allo sport ed alla gioventù - è ora la volta di «Sostenitore 2000».

Con «Sostenitore 2000» viene offerta la possibilità di entrate a far parte della cerchia dei sostenitori dello sport - e di beneficiare dei relativi vantaggi - a personalità, medie e piccole aziende come pure a liberi professionisti e privati.

Con contributi relativamente modesti che variano da fr. 500.— a fr.

2000.— è possibile ricevere il testimone-diploma e far parte di questa staffetta del futuro che accompagnerà i nostri talenti sportivi fino alle prossime Olimpiadi.

«Uniti vogliamo raggiungere un'ambizioso traguardo» è lo slogan di questa azione. Molti sono infatti i giovani talenti di discipline cosiddette «povere» che abbisognano di sostegno. Con aiuti relativamente modesti si potrà contribuire in maniera mirata all'acquisto di materiale, a spese per campi d'allenamento e per aiuti agli studi.

La Fondazione Aiuto Sport Svizzero ed i due rappresentanti per il Ticino Fabio Corti e Roberto Schneider si augurano che molte persone e società vorranno associarsi e contribuire ai successi dei nostri sportivi alle prossime Olimpiadi. Per questi giovani la staffetta è già cominciata a tre anni dal traguardo!



Fabio Corti, la madrina dell'azione Isabella Bernardi - campionessa nazionale di nuoto - e Roberto Schneider presentano il testimone-diploma che verrà consegnato a tutti i sostenitori.

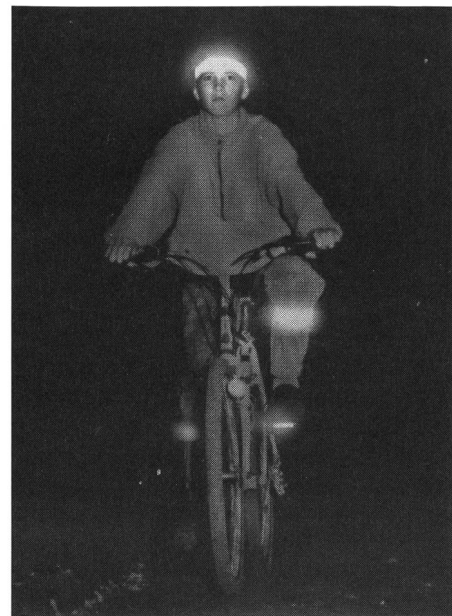
## Vedere ed essere visti, poiché: Essere visti è di importanza vitale

*L'anno scorso 3 459 pedoni sono rimasti feriti nella circolazione, 194 dei quali hanno perso la vita. In tre casi su quattro si è trattato di scontri; in due casi su quattro gli incidenti si sono verificati al buio. Di notte si sono inoltre infortunati più di 572 ciclisti. Se gli utenti della strada facessero un uso coerente di accessori riflettenti, il numero degli incidenti potrebbe essere sensibilmente ridotto.*

Le cifre sopraindicate relative agli incidenti si ripetono da anni con spaventosa regolarità; basterebbero provvedimenti semplici per abbassarle. Citiamo tra essi il comportamento rispettoso reciproco, un po' di tolleranza e la capacità di mettersi nella situazione degli altri utenti della strada. In inverno, le molte ore di oscurità, la nebbia e le precipitazioni limitano fortemente la capacità visiva e di reazione dei conducenti. Il pericolo di incidenti aumenta in modo corrispondente per quanto riguarda gli utenti della strada senza luce o con una luce debole - pedoni, ciclisti e ciclomotoristi. L'utente della strada coscienzioso si rende conto che con semplici misure

ed accorgimenti può diminuire il rischio di incidenti: il conducente adatta perciò il comportamento di guida alle condizioni atmosferiche e della strada; il pedone e chi guida un veicolo a due ruote provvede per tempo a rendersi ben visibile agli automobilisti. Il gruppo di lavoro «Sicurezza grazie alla visibilità SGV» e l'Ufficio svizzero per la prevenzione degli infortuni upi raccomandano quali provvedimenti di sicurezza l'uso di indumenti impermeabili chiari o in tinte vivaci, o meglio ancora un equipaggiamento riflettente. Il pedone o il ciclista che porta accessori riflettenti, quali le fasce per la testa, le braccia o le gambe, è visibile già alla distanza di circa 140

metri dai fari di un'automobile. Una persona che indossa un mantello chiaro è visibile da circa 40 metri. Un pedone con abiti scuri viene scorto, di notte, a circa 30 metri dal conducente di un'auto con le luci anabbaglianti accese. Va tenuto presente che lo spazio di frenata di un'automobile, su strada asciutta, è di 55 metri alla velocità di 80 km/h e di 30 metri a 50 km/h.



novità **compeed** novità

• e avanti subito senza problemi

**- la ricetta magica degli sportivi contro fiacche e sfregamenti**

In vendita presso i negozi specializzati in articoli sportivi

Rappresentanza generale:

# OCHSNER

Articoli per hockey su ghiaccio Kloten

Marktgasse 14, CH-8302 Kloten, Telefon 01/813 15 43, Telex 825 520, Telefax 01/813 07 12

Praticare  
sport,  
  
ma sicuro!

Queste cifre dicono da sole perché l'uso di un equipaggiamento riflettente è cosa ovvia, per esempio, per gli agenti della polizia stradale, i pompieri e gli specialisti della manutenzione stradale in servizio. Accessori riflettenti di forme moderne e destinati a tutti sportivi (pedoni, bambini, anziani e ciclisti) sono in vendita nelle farmacie, nelle drogherie e nei negozi specializzati. □

**NEU! NOUVEAU!**  
Büro- und Lagerhaus-  
Adresse: Industriestrasse 22  
8424 Embrach  
Tel. Nr. 01 876 02 02 Fax 01 876 01 22

Wir beraten Sie fachmännisch! Nos spécialistes vous conseillent au mieux!

**OCHSNER**  
Eishockeyartikel Kloten  
Marktgasse 15 · CH-8302 Kloten

Verlangen Sie gratis den grossen Farbkatalog! Demandez gratuitement notre catalogue en couleurs!

Diese Weltmarken führen wir für Sie! Nous vous offrons les marques mondiales suivantes: