



GUARDIA COSTIERA



SOS: sostenibilità e sicurezza in mare

Semplici regole per una subacquea sicura e sostenibile

Sostenibilità



Mantieni sempre un buon assetto anche quando fai foto o video, per ridurre i consumi e tutelare l'ambiente marino



Se hai una barca fai attenzione a non gettare l'ancora sulla *Posidonia oceanica*: è una pianta marina protetta



Fai attenzione a non buttare nessun tipo di rifiuto né in mare né in terra



Proteggi l'habitat marino. Non disperdere la plastica nell'ambiente



Là dove possibile raccogli i rifiuti



Smaltisci in modo corretto olio, batterie e pile



Se incontri cetacei in mare non disturbarli e segnala l'avvistamento su www.cetaceifaiattenzione.it



Partecipa a progetti di raccolta dati. Il tuo contributo può fare davvero la differenza*



Non toccare e non prelevare gli animali



Informati sulle specie, soprattutto quelle protette, presenti nella zona di immersione

*www.reefcheckmed.org

Sicurezza



Per l'emergenza in mare è attivo il numero blu 1530 gratuito su tutto il territorio nazionale e attivo tutti i giorni 24 ore su 24



Porta con te una boa segnasub e ricorda di rimanere entro un raggio di 50 mt



Ricordati di fare ogni anno una visita medico sportiva che certifichi il tuo stato di idoneità fisica



Mantieni una buona idratazione, non bere alcol e riposati nelle ore prima dell'immersione



Evita sforzi e salite in quota dopo l'immersione



Non lasciare che la tua disabilità ti impedisca di vivere il mare. Rivolgiti agli esperti



Ascolta con attenzione il briefing della guida prima dell'immersione e chiedi se qualcosa non è chiaro



Non fare immersioni, né apnea o snorkeling da solo ma sempre con un compagno



Effettua la tua immersione nel limite del tuo brevetto



Fai attenzione all'efficienza delle attrezzature subacquee tue e di quelle del tuo compagno di immersione e porta con te un kit di riparazione



Porta sempre un pedagno di segnalazione per le emergenze. Ricordati che è obbligatorio!