



Sentinelle di speranza

La Luce della Pace
da Betlemme in Piemonte

• D I C E M B R E 2 0 2 0 •

BUONE PRATICHE E PRINCIPI DI SICUREZZA

- **CONSIDERAZIONI GENERALI**
- **ATTENZIONI SULLA STRADA**
- **LA LAMPADA A PETROLIO**
- **ATTENZIONI SANITARIE**

CONSIDERAZIONI GENERALI

1. PIANIFICARE IL PERCORSO
2. L'EQUIPAGGIAMENTO
3. DOSARE BENE SFORZO ED ENERGIE
4. GLI IMPREVISTI

PIANIFICAZIONE

- 
- Leggi i **bollettini meteo** della zona che ti interessa. Scarica il bollettino aggiornato dal sito ARPA Piemonte [LINK](#)
 - L'escursione va preparata per individuare le difficoltà tecniche, stimare i tempi di percorrenza e preparare l'attrezzatura.
 - **Calcolare dislivelli** del percorso (un gruppo non allenato difficilmente effettua 800 m di dislivello);
 - **Calcolare tempi di percorrenza** (meglio non più di 4-5 ore al giorno con zaino di 10/13 kg); indicativamente considerare 4km per ora o 300m di dislivello.
 - **Assicurarsi della presenza di acqua** lungo il percorso.
 - **Concordare i punti di incontro**
- 

EQUIPAGGIAMENTO PERSONALE

- 
- Utilizza sempre **calzature adeguate** con suola scolpita antiscivolo, meglio a protezione della caviglia (*pedule o scarponi*) Una calzatura inadatta può mettere in crisi anche il camminatore più allenato!. Ci sono scarponi realizzati con materiali idrorepellenti (Goretex) che garantiscono un buon livello di traspirazione; ma la cosa più importante è la "calzata": dev'essere tanto perfetta da non consentire strofinamenti interni del piede con la tomaia (vesciche) e nello stesso tempo deve risultare comoda e indolore nell'utilizzo prolungato.
 - Porta sempre con te l'**abbigliamento integrativo** per un eventuale cambiamento meteo. Camminando ci si scalda MA appena ci si ferma, o con il peggioramento della situazione meteo (temperatura, vento, precipitazioni) la temperatura percepita può variare drasticamente, E' quindi consigliato un **abbigliamento a strati** (i.e. Canotta, maglietta, camicia, maglione/pile, soft Shell/giacca leggera, giaccone, poncho o mantella) Non dimenticarti di porre **attenzione all'isolamento delle estremità**, munisciti di guanti, cappello/cuffia e calze di lana. Piuttosto che una sciarpa è consigliabile un indumento (giaccone o soft Shell) con il collo alto.
 - **Borraccia personale** almeno delle dimensioni di un litro, **caricata prima di partire**; vista la stagione può essere utile **integrarla** (non sostituirla!) **con un termos** contenente una bevanda calda zuccherata).
 - **Torcia frontale e Gilet ad alta visibilità**, per illuminare la via e rendersi visibili al buio o in condizioni meteo avverse
 - **A seconda della durata del percorso adeguate scorte alimentari**
 - **Cellulare carico ed eventuale powerbank**
 - **Mascherina (una indossata e una di scorta)**

EQUIPAGGIAMENTO GRUPPO

- **2 Lampade a petrolio, Combustibile, candela o "cerino" o stecco ca spiedini** per trasferire la fiamma e/o procedere alle operazioni di ricarica della lampada (vedere sezione apposita)

DOSARE BENE SFORZI ED ENERGIA



Prima di partire **assicuratevi di essere sufficientemente riposati** avendo alle spalle un adeguato numero di ore di sonno, e di essere adeguatamente rifocillati.

A seconda del percorso che avete precedentemente pianificato, **preventivate i punti di sosta e i tempi per l'incontro** con chi prenderà in carico la fiamma, tenete a disposizione i contatti telefonici delle persone con cui dovrete incontrarvi

GLI IMPREVISTI



Un cambio di programma può portare a vari imprevisti: **se non siete sicuri** di una scelta, **fatevi consigliare** da chi è sul posto o **dai contatti** della vostra agenda che avrete preparato prima di partire, tenete il cellulare carico. Un cambio essere necessario per il peggiorare del meteo, o della stanchezza del gruppo

A PIEDI, IN STRADA, IN SICUREZZA

Il Codice della Strada, norma i comportamenti **che ogni pedone deve osservare**.

Si tratta di leggi, non sono suggerimenti.

- 1) Dove presente camminare **SEMPRE** sui **MARCIAPIEDI** o negli spazi dedicati al passaggio dei pedoni: in assenza o in presenza di intralci **SUL MARGINE DELLA CARREGGIATA OPPOSTO AL SENSO DI MARCIA** (così vedi gli automezzi venirti in contro); quindi nelle strade a doppio senso sempre sul lato **SINISTRO**
- 2) **ATTRAVERSARE** sempre usando **STRISCE PEDONALI, SOTTO PASSAGGI o SOVRAPASSAGGI**, qualora non fossero presenti (a più di 100m di distanza) prestare la massima attenzione guardando da entrambi i lati prima di attraversare muovendosi con andatura regolare (no corsette o soste)
- 3) **NON ATTRAVERSARE DIAGONALMENTE** incroci, piazze rotonde, anche qualora strisce e passaggi pedonali siano oltre i 100m previsti dalla legge.
- 4) **NON AMMASSARSI**: sui marciapiedi o sui passaggi pedonali **OSTRUENDO IL TRANSITO** degli altri fruitori
- 5) **IL PEDONE NON HA SEMPRE RAGIONE** e nemmeno la precedenza, **dare sempre precedenza ai veicoli**, in caso di incidente **siete la parte che si farebbe più male**.
- 6) In caso di attraversamento **passare sempre DIETRO** ad autobus, camion, o altri mezzi in sosta (oltre che vietato, passando **DAVANTI** eventuali mezzi che sopraggiungono e intendessero sorpassare quello fermo **NON POTREBBERO VEDERTI** in tempo

SUGGERIMENTI:

- in caso di **VISIBILITÀ RIDOTTA (O DI NOTTE)** indossare abiti chiaramente distinguibili dallo sfondo o meglio ancora un **GILET ad alta VISIBILITÀ** (se stai portando uno zaino e sei l'ultimo della fila è più utile metterlo **SOPRA lo zaino** che non addosso coperto dallo stesso).



- **Di notte renditi sempre visibile con una buona pila frontale**, sarai visibile più da distante nelle strade buie ed eviterai antipatici "rasetti" all'ultimo secondo



- Se sei in compagnia avanzate **SEMPRE IN FILA INDIANA** e **MAI AFFIANCATI**



LAMPADE A PETROLIO (o Cherosene o Olio di Paraffina)



ACCORTEZZE:

- **Non usare combustibili diversi** (rischio di esplosione!) da:
 - Cherosene
 - Petrolio bianco lampante
 - Olio di paraffina
- **Caricare solo fino al livello** indicato nel serbatoio e non di più
- **Chiudere bene il tappo**
- **Non ricaricare** il serbatoio **a lampada accesa!**
N.B. sarà utile avere a disposizione un'altra lampada o candela in cui trasferire la fiamma per il tempo necessario al raffreddamento della stessa e alla ricarica)
- Una volta accesa **mantenere** sempre **la lampada in verticale**, appoggiarla solamente su superfici piane (non fare basculare eccessivamente, rischio di fuoriuscita del combustibile e conseguente incendio)
- **La lampada diventa molto calda** (vetro e estremità superiore) maneggiare con cura quando accesa, trasportarla tenendola solo per l'apposita maniglia
- **Lasciare raffreddare prima di riporre**
- **Non appendere a zaini** (rischio di rottura, fusione, incendio) trasportare tenendola saldamente in mano
- **Non trasportare mai accesa in macchina**, se spenta meglio a serbatoi vuoti e in posizione verticale
- **Non lasciare accesa in locali non sufficientemente aerati** (rischio di fumi e avvelenamento da monossido di carbonio)



Storia e Principi di Funzionamento

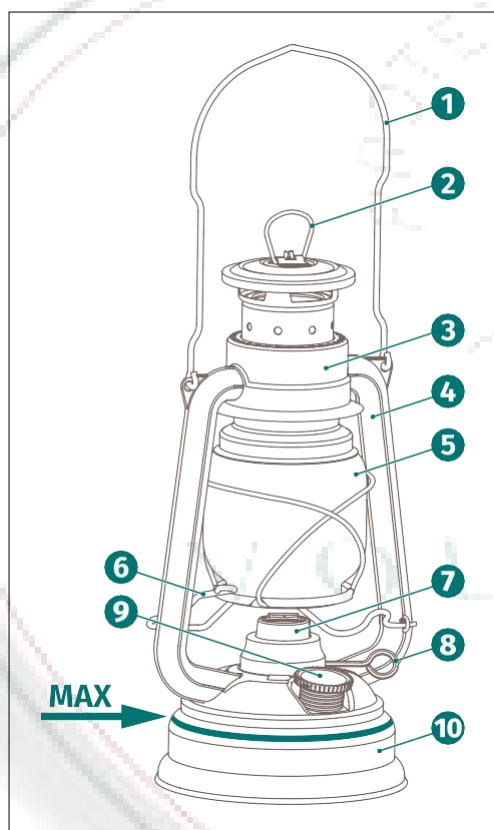
Anticamente le lampade a olio erano semplici recipienti privi di coperchio e dotati di un beccuccio sul bordo, che conteneva lo stoppino. Il rischio di ustione o incendio era notevole, per la mancanza di protezioni.

Le lampade a petrolio sono state modificate in questo senso, ma vista la natura altamente combustibile del petrolio è meglio attenersi ad alcune precauzioni.

Una delle evoluzioni è data dal vetro di protezione (per le cosiddette lampade da fienile o da uragano) che permette di tenere la fiamma isolata dall'ambiente circostante incurante di eventuale vento o pioggia.

Componenti

Anche se a prima vista non sembrerebbe, questa lampada ha una forma caratteristica studiata per massimizzarne l'efficienza. I suoi componenti sono:



1. Lungo manico in filo di ferro;
2. la copertura superiore, dotata di un camino centrale per la dispersione dell'aria calda e di fori laterali per l'ingresso di aria fredda; ha inoltre
3. un sistema a molla per mantenere in posizione il vetro;
4. due tubi laterali, che sembrano solo dei supporti, ma in realtà servono a creare un circolo di aria fredda che va dalla parte alta direttamente nel serbatoio e crea la giusta miscela di ossigeno e carburante per ottenere una fiamma molto luminosa (sistema *cold-blast*); da questi deriva l'altro nome di *lanterna tubolare*.
5. il bulbo di vetro temperato, trasparente e di forma allungata, leggermente più stretto nella parte alta;
6. meccanismo di sollevamento del bulbo per l'accensione e contenuto e moderatamente protetto da un intreccio largo di filo di ferro;
7. lo stoppino piatto, solitamente fatto di cotone;
8. la piccola manopola, che comanda i due ingranaggi dentati sotto il bruciatore, dentro i quali si incastra lo stoppino per alzarlo e abbassarlo;
9. apertura per il rabbocco munita di tappo a vite
10. Il serbatoio di combustibile nella parte bassa, la base d'appoggio, piatta e molto larga per evitare il ribaltamento accidentale

Il sistema di circolazione sopra descritto al punto 4 consente di interrompere il flusso d'aria al bruciatore e far spegnere entro pochi secondi la fiamma nel caso in cui la lampada si ribalti, ottenendo così un ottimo grado di sicurezza.

Combustibile

Il combustibile ideale è il **Petrolio Lampante** (Cherosene – petrolio bianco) reperibile in ferramenta o articoli da bricolage in alternativa si possono usare gli specifici olii di paraffina.



NB Non si devono mai mettere altri tipi di combustibile che bruciano a temperature più elevate, (no la benzina, l'alcool o il diluente per vernici, etc.... non adatti perché troppo volatili e quindi a rischio vampata o esplosione!



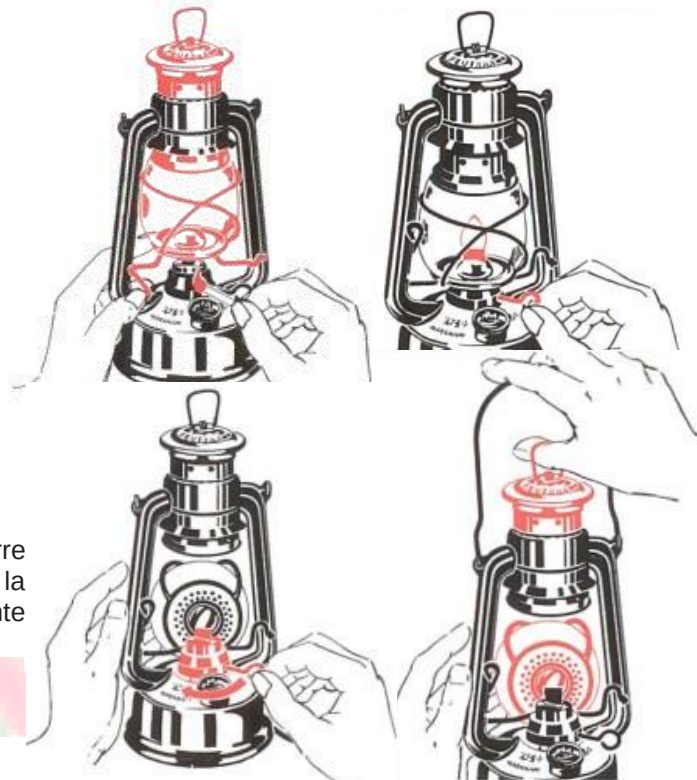
Accensione e spegnimento

Per accendere una lampada a cherosene è necessario innanzitutto:

1. abbassare la levetta che fa sollevare il vetro ed incastrarla nell'apposito incavo.
2. Si gira quindi la manopola per alzare lo stoppino, facendolo fuoriuscire dal serbatoio di qualche centimetro, e poi gli si avvicina una fiamma, ad esempio un fiammifero. Dopo che lo stoppino ha cominciato a bruciare, si può riabbassare il vetro e girare la manopola per avere più o meno luce.

Per spegnere la lampada:

1. si abbassa lo stoppino al minimo, facendo attenzione a non farlo scappare dagli ingranaggi e cadere dentro il serbatoio
2. si solleva il vetro e si soffia energicamente. Occorre poi guardare verso l'interno per verificare che la fiammella si sia spenta del tutto ed eventualmente soffiare ancora.

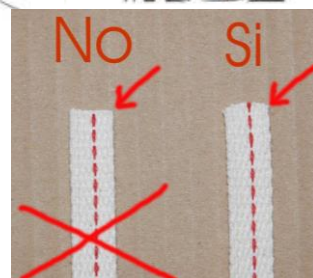


Uso e manutenzione

Quando si inserisce uno stoppino nuovo, è bene tagliare la parte superiore leggermente inclinata oppure dritta ma con gli angoli smussati, per avere una fiamma che illumina bene, diversamente si otterrà una fiammella "cornuta", cioè con due punte alle estremità e la zona centrale vuota.



NB: Prima di accendere è bene aspettare almeno un quarto d'ora, in modo che il petrolio venga assorbito per bene.



È buona norma non alzare troppo lo stoppino per cercare di ottenere tanta luce, altrimenti si producono fumo scuro e fuliggine, segni di una cattiva combustione. Nel caso in cui ciò dovesse accadere, è possibile che sulla superficie interna del vetro si depositi del nerofumo, rendendolo opaco. Per pulirlo è sufficiente estrarre il bulbo di vetro, tirando verso l'alto il gancetto superiore, e sciacquarlo sotto il rubinetto dell'acqua, **ovviamente dopo aver aspettato che si sia completamente raffreddato** (altrimenti oltre a ustionarsi, lo sbalzo termico potrebbe spaccare il vetro).

Se nonostante l'altezza giusta dello stoppino (l'ideale è a filo della fessura da cui esso fuoriesce) dovesse crearsi ugualmente del fumo oppure la fiamma fosse saltellante, si devono ripulire i fori del bruciatore e controllare se il livello del cherosene è troppo basso. Se invece la fiamma non è molto luminosa, probabilmente i tubolari sono sporchi o intasati da qualche insetto rimasto intrappolato. La pulizia si fa soffiandoci dentro dell'aria compressa o immergendo completamente la lampada in acqua calda, ovviamente dopo aver svuotato il serbatoio e tolto lo stoppino, e inserendo delicatamente del filo di ferro sottile.



Quando la fiamma è accesa, la lanterna si riscalda parecchio, perciò la si può toccare **solo nella parte bassa del serbatoio** o sollevandola e trasportandola per tramite dall'apposito manico in fil di ferro.

Bisogna infine avere l'accortezza di trasportarla sempre dritta, per non rischiare di far versare il carburante, evento questo piuttosto pericoloso perché fonte di incendio.

Attenzioni particolari al combustibile

PETROLIO BIANCO LAMPANTE CHEROSENE

IDENTIFICAZIONE DEI PERICOLI

PERICOLI FISICO-CHIMICI Miscela infiammabile

PERICOLI PER LA SALUTE La miscela ha effetti irritanti per la cute. Può causare danni ai polmoni in caso di ingestione. L'inalazione dei vapori può provocare sonnolenza e vertigini

PERICOLI PER L'AMBIENTE La miscela ha effetti tossici per gli organismi acquatici con effetti a lungo termine per l'ambiente acquatico

ELEMENTI DELL'ETICHETTA AI SENSI DEL REGOLAMENTO 1272/2008/UE:

PITTOGRAMMI:	GHS 02	GHS 08	GHS 09	GHS 07
				
• CONTIENE • AVVERTENZA • INDICAZIONI DI PERICOLO		PERICOLO H226 LIQUIDO E VAPORI INFIAMMABILI H304 PUÒ ESSERE LETALE IN CASO DI INGESTIONE E DI PENETRAZIONE NELLE VIE RESPIRATORIE H315 PROVOCA IRRITAZIONE CUTANEA H336 PUÒ PROVOCARE SONNOLENZA O VERTIGINI H411 TOSSICO PER GLI ORGANISMI ACQUATICI CON EFFETTI DI LUNGA DURATA		
• CONSIGLI DI PRUDENZA		P102 TENERE FUORI DALLA PORTATA DEI BAMBINI P210 TENERE LONTANO DA FONTI DI CALORE, SUPERFICI RISCALDATE, SCINTILLE, FIAMME E ALTRE FONTI DI INNESCO - NON FUMARE P273 NON DISPERDERE NELL'AMBIENTE P280 INDOSSARE GUANTI/INDUMENTI PROTETTIVI/PROTEGGERE GLI OCCHI/IL VISO P301+310 IN CASO DI INGESTIONE: CONTATTARE IMMEDIATAMENTE UN CENTRO ANTIVELENI O UN MEDICO P331 NON PROVOCARE IL VOMITO P501 SMALTIRE LA SOSTANZA/RECIPIENTE IN CONFORMITÀ AL D.Lgs. 152/06 E S.M.I		



PRINCIPALI SINTOMI ED EFFETTI, SIA ACUTI CHE RITARDATI

In caso di inalazione consultare un medico nel caso in cui la vittima si trovi Sintomi:

arrossamenti, irritazioni, leggera irritazione agli occhi.

L'inalazione dei vapori può provocare mal di testa, nausea, vomito e uno stato di coscienza alterato.

Ingestione: pochi o nessun sintomo previsto.

Eventualmente, possono presentarsi nausea e diarrea.

INDICAZIONE DELLA EVENTUALE NECESSITÀ DI CONSULTARE IMMEDIATAMENTE UN MEDICO E DI TRATTAMENTI

Inalazione:

In caso di inalazione consultare un medico nel caso in cui la vittima si trovi in uno stato di coscienza alterato, o se i sintomi non scompaiono.

Servizi di pronto soccorso:

Assicurarsi che la stazione per sciacquare gli occhi e le docce di sicurezza siano

MISURE ANTINCENDIO

vicine al posto dove il lavoro viene eseguito.



MEZZI DI ESTINZIONE

Incendi di piccole dimensioni: terra o sabbia, anidride carbonica, schiuma, polvere chimica secca.

Incendi di grandi dimensioni: schiuma, acqua nebulizzata, altri gas inerti (come permessi dalla normativa).

Nota: l'uso di acqua a getto frazionato (acqua nebulizzata) è riservato al personale appositamente addestrato.

Mezzi di estinzione non adatti: **non utilizzare getti d'acqua diretti sul prodotto che brucia, possono causare schizzi e diffondere l'incendio. Evitare l'utilizzo simultaneo di schiuma e acqua sulla stessa superficie poiché l'acqua distrugge la schiuma.**

PERICOLI SPECIALI DERIVANTI DALLA SOSTANZA O DALLA MISCELA

La combustione incompleta potrebbe generare una complessa miscela di particelle solide e liquidi aero disperse e di gas, incluso Co (monossido di carbonio), SO_x (ossidi di zolfo) o H₂SO₄ (acido solforico), composti organici e inorganici non identificati.

RACCOMANDAZIONI PER GLI ADDETTI ALL'ESTINZIONE DEGLI INCENDI

In caso di incendio di grandi dimensioni o in spazi confinati o scarsamente ventilati, indossare un indumento completo di protezione ignifugo e un respiratore autonomo dotato di maschera completa funzionante in pressione positiva.

MANIPOLAZIONE E IMMAGAZZINAMENTO

PRECAUZIONI PER LA MANIPOLAZIONE SICURA

MISURE PROTETTIVE

Rischio di miscela esplosiva di vapori e aria. Assicurarsi che tutte le disposizioni in materia di atmosfere esplosive e strutture di gestione e stoccaggio dei prodotti infiammabili siano correttamente rispettate.

Tenere lontano da fonti di calore, superfici riscaldate, scintille, fiamme e altre fonti di innesco. **Non fumare.**

Utilizzare e conservare esclusivamente all'esterno o in un luogo ben ventilato. Utilizzare appropriati dispositivi di protezione individuale, se necessario. Non utilizzare aria compressa durante le operazioni di riempimento, scarico o manipolazione.

Il vapore è più pesante dell'aria: prestare particolare attenzione all'accumulo nei pozzi e negli spazi confinati. Evitare il contatto con pelle e occhi.

Non ingerire. Evitare di respirare vapori. Prevenire il rischio di scivolamento. Non rilasciare nell'ambiente.

INDICAZIONI IN MATERIA DI IGIENE DEL LAVORO

Assicurarsi che siano adottate adeguate misure di pulizia (housekeeping).

Il materiale contaminato non deve accumularsi nei luoghi di lavoro e non deve mai essere conservato in tasca.

Tenere lontano da cibi e bevande. Non mangiare, bere o fumare durante l'utilizzo del prodotto.

Lavare accuratamente le mani dopo la manipolazione. Non riutilizzare gli indumenti contaminati.

CONDIZIONI PER L'IMMAGAZZINAMENTO SICURO, COMPRESE EVENTUALI INCOMPATIBILITÀ

Prima di accedere ai serbatoi di stoccaggio e avviare qualsiasi tipo di intervento in uno spazio confinato, effettuare un'adeguata bonifica, controllare l'atmosfera e verificare il contenuto di ossigeno e il grado di infiammabilità. Conservare separato dagli agenti ossidanti.

Materiali raccomandati: acciaio dolce o acciaio inossidabile per contenitori e rivestimenti. Alcuni materiali sintetici possono essere adatti ai contenitori o ai rivestimenti sulla base delle caratteristiche del materiale e degli usi previsti. Verificare la compatibilità dei materiali presso il produttore in relazione alle condizioni di utilizzo.

Se il prodotto è fornito in contenitori, conservare esclusivamente nei contenitori originali e in contenitori adatti al tipo di prodotto. Conservare i contenitori accuratamente chiusi e correttamente etichettati. I contenitori vuoti possono contenere residui infiammabili di prodotto, ciò può causare pericolo di incendi o esplosioni.

Aprire lentamente per tenere sotto controllo eventuali rilasci di pressione.

I contenitori vuoti possono contenere residui combustibili di prodotto. Non saldare, brasare, perforare, tagliare o incenerire i contenitori vuoti a meno che essi non siano stati adeguatamente bonificati.

PARAMETRI DI CONTROLLO

Controlli tecnici idonei:

Minimizzare l'esposizione a nebbie/vapori/aerosol. Prima di accedere ai serbatoi di stoccaggio e avviare qualsiasi tipo di intervento in uno spazio confinato, controllare l'atmosfera e verificare il contenuto di ossigeno e il grado di infiammabilità.



Misure di protezione individuale

Protezione per occhi/volto:

In assenza di sistemi di contenimento e in caso di rischio di contatto con occhi/volto, indossare una protezione per la testa e per il viso (visiera e/o occhiali di protezione EN 166).

Protezione delle mani:

In assenza di sistemi di contenimento e in caso di possibilità di contatto con la pelle, usare guanti con polsini alti resistenti agli idrocarburi, felpati internamente, se necessario, resistente al calore e isolato termicamente. Guanti di PVC (polivinilcloruro) con indice di protezione da agenti chimici almeno pari a 5 (tempo di permeazione > di 240 minuti) possono essere utilizzati per brevi periodi.

Il neoprene o la gomma naturali (lattice) non hanno caratteristiche adeguate di resistenza.

In caso di contaminazione degli indumenti sostituirli e pulirli immediatamente.

Protezione respiratoria:

In ambienti ventilati o all'aperto: nessuna.

Se non è possibile determinare o stimare con buona certezza i livelli di esposizione o se è possibile che si verifichi una carenza di ossigeno, utilizzare esclusivamente non respiratore autonomo.

ATTENZIONI SANITARIE

#COVID19

LE RACCOMANDAZIONI DA SEGUIRE



Lava spesso le mani con acqua e sapone o, in assenza, frizionale con un gel a base alcolica



Non toccarti occhi, naso e bocca con le mani. Se non puoi evitarlo, lavati comunque le mani prima e dopo il contatto



Quando starnutisci copri bocca e naso con fazzoletti monouso. Se non ne hai, usa la piega del gomito



Pulisci le superfici con disinfettanti a base di cloro o alcol



Copri mento, bocca e naso possibilmente con una mascherina in tutti i luoghi affollati e ad ogni contatto sociale con distanza minore di un metro



Utilizza guanti monouso per scegliere i prodotti sugli scaffali e i banchi degli esercizi commerciali



Evita abbracci e strette di mano



Evita sempre contatti ravvicinati mantenendo la distanza di almeno un metro



Non usare bottiglie e bicchieri toccati da altri

#RESTIAMOADISTANZA



Ministero della Salute



www.salute.gov.it/nuovocoronavirus