

Kit di sopravvivenza, le mie riflessioni.

Disclaimer

Quanto riportato in questo documento è frutto di riflessioni ed esperienze personali. Questo particolare kit si è sviluppato nel tempo, valutando di volta in volta quanto di utile e quanto di superfluo avevo precedentemente. E' un'evoluzione di un kit iniziale, costruito in base alle indicazioni di alcuni manuali di sopravvivenza dell'esercito USA, disponibili qui: <http://www.housegate.net/woodvival/manualistica/manualistica.htm> e affinato negli anni. Prendete queste indicazioni come un'idea di massima, e in base alle vostre specifiche esigenze procedete a personalizzarlo.

Dopo la realizzazione dei video il kit è leggermente cambiato, proprio perché strumento in continua evoluzione. I video sono caricati su Youtube:

- parte prima: <http://it.youtube.com/watch?v=MaqjhZiMJZg>
- parte seconda: <http://it.youtube.com/watch?v=YISqgReR3co>

Qui riporto alcune idee e principi che a mio avviso vanno presi in considerazione e seguiti per creare uno strumento utile. In base ad essi ciascuno dovrà valutare quanto di indispensabile, di utile e di superfluo c'è. L'unica linea guida da tenere assolutamente in considerazione è, a mio avviso, quella delle priorità.

Vengono indicati strumenti che richiedono una certa confidenza. Un conto è avere un telo, un altro è saper costruire un riparo di fortuna, e soprattutto saper individuare il posto corretto in cui costruirlo, in base ai venti, al calore, alla protezione, alla presenza di pericoli come rocce che possono cadere o acqua che può arrivare improvvisamente... Questi sono strumenti, ma le tecniche per utilizzarli correttamente non sono descritte qui. Andranno imparate prima con una base teorica, e poi naturalmente provando. Non occorre essere dispersi per dormire una notte in un riparo di fortuna. Si può fare anche a fini didattici, ed è inoltre divertente.

Attenzione:

- Nei boschi vanno rispettate alcune regole. Non sempre è permesso accendere fuochi, o tagliare alberi verdi. Verifichiamo prima le regole stabilite dagli Enti competenti.
- La caccia è regolamentata. Uccidere animali a scopo didattico è un reato, oltre che inutile.
- Pensiamo sempre alla nostra sicurezza, ma anche e soprattutto a quella degli altri.
- La proprietà privata va rispettata. Se andiamo in boschi privati chiediamo al proprietario, prima, spiegando cosa vogliamo fare.

Questo documento è liberamente distribuibile, a condizione di non modificarne il contenuto e di indicarne la fonte. L'originale è scaricabile dal mio sito web all'indirizzo:

<http://www.housegate.net/woodvival/manualistica/manualistica.htm>

Per contattarmi potete scrivere a webmaster@housegate.net.

Scritto da Stefano Bellamoli
Verona, novembre 2008.

Introduzione

Un kit di sopravvivenza è un insieme di strumenti atti a garantire, in situazioni limite, almeno (ma secondo me non solo) alcuni standard minimi vitali. Al suo interno andranno messe quindi anche tutte quelle cose che riteniamo utili per affrontare situazioni che, normalmente, non si verificano. Ho scritto “anche” perché molte delle cose contenute si utilizzano abitualmente, come il poncho e la borraccia. Questo permetterà di avere uno strumento utile sia nella normalità che nell’eccezionalità, permettendoci, con un solo contenitore, di essere attrezzati sempre al meglio. Tale kit dovrà essere sempre con noi, sia durante escursioni di più giorni in zone isolate che nella tranquilla passeggiata domenicale nel boschetto vicino a casa. Questo implica necessariamente una buona trasportabilità del kit stesso, sia come dimensioni che come comodità. Non deve creare impacci, soprattutto se indossiamo anche uno zaino o un pesante parka, e non deve essere scomodo tanto da farci pensare di lasciarlo a casa.

Riflessioni iniziali

Cosa mettere nel kit dipende dalle situazioni che possiamo incontrare. Ogni kit dovrà essere adeguato al luogo e al clima tipico della zona in cui sarà utilizzato, non deve contenere strumenti inutili, e tanto meno non deve escludere niente di quanto ci potrebbe servire. Credo sia importante, quindi, prima di iniziare a raccogliere oggetti da inserire, valutare il dove, il come e il quando effettuiamo le nostre uscite, prestando particolare attenzione al clima e all’acqua. In questo documento si parlerà di escursioni in zone montuose delle Prealpi Venete, tra i 900 e i 2.300 metri s.l.m. , con poca o nulla presenza di acqua potabile, vegetazione che arriva a circa 1.500 metri, sopra i quali si trovano solo pascolo e roccia, clima sempre sotto i 25° C, con punte, in inverno, di -20°C e comunque, anche in agosto, con possibilità di temperature prossime allo 0, con violenti ed improvvisi temporali e grandinate, discreta presenza di vipere comuni, passaggi a volte impegnativi specialmente con pioggia o neve, discreta presenza di piccola selvaggina e volatili che però sono estremamente sospettosi.

Dimensioni e peso

Ci sono kit che stanno in un pacchetto di sigarette, e altri che occupano il cassone di un Land Rover. Prima di pensare al contenitore, bisogna predisporre tutto il contenuto. Quindi non mettiamoci a girare per casa in cerca di scatole, marsupi, tracolle, sacche... Questo si farà dopo, alla fine. Il contenuto deve prescindere dal contenitore, non prendiamo scatole troppo piccole lasciando fuori qualcosa, o troppo grandi mettendo dentro un sacco di porcherie inutili. Dimensioni e peso verranno da soli, e li aggiusteremo alla fine.

Valutazione delle priorità

Come procedere per preparare la nostra lista della spesa? A mio avviso si deve partire dalle priorità, la famosa regola dei 3. Questa regola dice che si può stare 3 minuti senza aria, 3 ore senza riparo, 3 giorni senza acqua e 3 settimane senza cibo. Anteporre il riparo all’acqua può sembrare stupido, in realtà avere un tetto che ci difenda dalla pioggia, dal vento, dal freddo e dagli animali e gli insetti è importantissimo, nella stragrande maggioranza dei casi più dell’acqua da bere. Per procurarci l’acqua possiamo aspettare il giorno successivo, ma la notte incipiente richiede estrema attenzione, senza perdere tempo in altro.

Oltre a queste priorità, riparo, acqua e cibo, vanno aggiunte la salute, l'orientamento e la segnalazione. Salute comprende sia quella fisica (cerotti, disinfettante...) che quella psicologica (radio, zucchero...). Orientamento per sapere dove mi trovo, e soprattutto dove si trova una via di fuga. Segnalazione per dar modo a chi mi sta cercando di individuarmi anche di notte, o in un fitto bosco, o in fondo a un canalone.

Regole di base

Alcune regole di base si possono individuare a priori. Il kit non dovrebbe contenere più oggetti che fungono allo stesso scopo, ma ci sono le eccezioni (per esempio è bene avere almeno due sistemi per accendere il fuoco e per segnalare la nostra presenza). Si dovrebbero sempre preferire, se possibile, oggetti che possono avere più usi. Il materiale dovrebbe essere di qualità, non pensiamo che essendo una cosa che forse non useremo mai non serve che sia buona, perché è proprio quando la useremo che avremo bisogno di assoluta affidabilità. Dobbiamo saper usare tutto il contenuto, non portiamo un kit per le suture se non sappiamo da che parte cominciare o se il sangue ci fa svenire.

Bene, partiamo dalla prima della priorità e vediamo di analizzarle tutte per bene, in modo da individuare gli strumenti che ci permetteranno di soddisfarle.

Riparo, la prima priorità.

Riparo vuol dire qualcosa che ci difenda dagli elementi e dagli animali. Nella mia situazione però gli animali non sono un problema, credo che essere attaccato da uno scoiattolo o una marmotta non sia un così grande e verificabile pericolo. Le vipere invece entrano in ogni caso, anche nelle tende, quindi non è con un riparo di fortuna che si tengono alla larga. Dunque, nel mio caso si tratta solo di riparo dagli elementi. Riparo adeguato vuol dire anche riposo adeguato. L'importanza del riposo, in situazioni di grande stress, non deve essere sottovalutata. Passare una notte relativamente confortevole, a temperature accettabili, riuscire a dormire (anche se in maniera non continuativa) almeno 5 ore ci daranno una carica per il giorno successivo, sia a livello fisico che psicologico.

In tutti i video e i manuali di sopravvivenza si mostra come costruire un riparo di fortuna semplice ma efficace: il Debris shelter, il riparo di detriti, che non richiede, in linea teorica, nessun attrezzo. Nessuno però dice quanto sia faticoso e impegnativo, divoratore di energie preziose, nonché dispendioso di tempo ed esigente in quanto a materiali e causa di sudore pericoloso costruirne uno che garantisca impermeabilità e isolamento. In un bel bosco con molti alberi, soffice muschio e fogliame secco, con 3 ore di sole, con possibilità di avere acqua, in buone condizioni fisiche, farne uno può essere anche un divertimento. Ma se sta per mettersi a piovere, c'è già poca luce, e magari sono spaventato e stanco morto per aver camminato tutto il giorno, allora non posso permettermi di perdere tempo. Mi serve qualcosa che mi ripari da acqua (o neve) e vento in fretta e in maniera efficace.

⇒ **Un telo impermeabile** è perfetto allo scopo, veloce da approntare ed efficace. Posso semplicemente tenderlo fra due alberi, o fra un albero e un legno lungo, sopra un cespuglio dentro il quale mi infilerò, fra due pietre, sopra lo zaino, o nel peggiore dei casi gettarmelo in testa, per essere riparato. Il telo deve essere grande abbastanza da coprimi anche se sdraiato, almeno 40 cm più lungo della mia altezza, e largo abbastanza da darmi spazio e protezione da vento e acqua anche ai lati, quindi almeno 120 cm totali di larghezza. Il materiale deve essere assolutamente impermeabile a vento e acqua, quindi meglio nylon. Lo

spessore deve essere tale da non renderlo troppo delicato (teniamo conto che siamo in un bosco, con rametti, spine, sassi...), ma non un telone per capannoni industriali da peso e ingombro notevoli. Un nylon che si trova in ferramenta a pochi centesimi al metro è perfetto: non fa passare acqua e vento, non pesa tanto pur essendo relativamente robusto, e si ripiega occupando poco spazio. Il telo può essere sostituito da sacchi della spazzatura grandi, quelli cosiddetti "per Comunità".

Attenzione:

- Un telo di nylon non fa passare l'aria, quindi ci sono rischi di soffocamento e di condensa, prevediamo una giusta ventilazione.
- Avvolgersi in un telo di nylon farà passare la notte al riparo dalla pioggia, ma al mattino ci si sveglierà comunque inzuppati, e gli abiti bagnati sono molto intimi con l'ipotermia!!!
- Il nylon brucia bene, non teniamo il fuoco troppo vicino!!!
- Il nylon non è indistruttibile, stiamo attenti a rametti, spine e quant'altro possa danneggiarlo.

⇒ Del **Dutch tape, o nastro americano**, è indispensabile per riparare in maniera veloce ed efficace eventuali piccoli fori o strappi nel telo. Si può avvolgerne qualche metro attorno a un accendino, o ad una matita. Serve inoltre come bendaggio per tagli, protezione contro le vesciche, e sicuramente si possono trovare altri usi. E' molto tenace e resistente, un ottimo aiuto.

⇒ Il telo deve essere fissato, altrimenti il vento se lo porterà via facilmente. Tornano quindi indispensabili dei **cordini sottili** ma robusti. Non servono corde dal diametro di 1 cm, un semplice cordino sintetico da 3 mm basterà per sorreggere il telo e fissarne i lati a terra o ad altri oggetti, come alberi o rocce. Quanto? Beh, almeno 2 m per angolo del telo, e 6 m per sostegno, quindi almeno 15 metri. Ne consiglio però di più: serve per trappole, per aggiustare lo zaino, per portare la legna... E non sempre si trovano alberi abbastanza vicini, o di diametro limitato. Direi che averne 30 metri è il minimo. Si può avvolgere alle cinghie del contenitore, al fodero del coltello, non occupa molto spazio ed è utilissimo. L'ideale è il Paracord 550. 15 metri offrono sia 15 metri di corda resistente, che regge 200 libbre, 90 chili, sia 7 cordini per 105 metri totali, che sopportano 50 libbre, 22 chili l'uno.

⇒ Un **Poncho** è uno strumento estremamente utile. Copre il corpo e lo zaino durante il cammino, e può essere usato come telo nelle soste o nella costruzione di un riparo. Si può decidere di eliminare il telo e portare solo il poncho, può essere una soluzione valida. Teniamo però presente che il telo può essere usato anche sotto il corpo, per difenderci per esempio da insetti e umidità, e il poncho sopra per proteggere da vento e acqua. Io porto entrambi. Verifichiamo sempre che il poncho, disteso, ci offra adeguata protezione, come lunghezza e come larghezza, e che sia robusto e perfettamente impermeabile. Verifichiamo inoltre che sia possibile chiudere il foro della testa in maniera stagna. Un telo con un foro al centro non è molto utile. Un poncho di colore sgargiante, giallo o arancione, ci permetterà di essere più visibili, e di segnalare la nostra posizione.

⇒ Un buon **coltello a lama fissa** è indispensabile. Per tagliare la legna per il riparo, per il fuoco, per scavare, togliere o piantare chiodi, costruire trappole... Qui ci sono troppi pareri diversi, quindi preferisco non dare indicazioni. Io uso un KaBar USMC, affidabile e robusto, come coltello principale, e un Virginia richiudibile come coltello di backup:

<http://www.housegate.net/woodvival/attrezzature/coltelli.htm>

Il coltello va tenuto affilato e oliato, naturalmente. Il fodero deve essere sicuro e robusto, per impedirne la perdita o il ferimento accidentale.

⇒ Assieme al coltello ho una **barretta diamantata** per affilarlo, perché un coltello che non taglia è inutile e pericoloso. Si possono usare sassi come affilatoi, naturalmente. La barretta la porto per velocità e comodità: non devo perdere tempo a cercare sassi adatti ed è rapida nel ripristinare il filo. In commercio se ne trovano di tutti i tipi, da quelle piatte a quelle a bastoncino, a prezzi modici. Deve comunque essere di qualità.

⇒ Un **multitool** ha mille usi: pinza, sega, coltello, cacciavite, forbice, taglia reticolati... Non è sicuramente indispensabile, ma per la versatilità enorme e l'ingombro limitato lo porto sempre con me. La qualità, al solito, deve essere buona. Quelli che si acquistano dai cinesi a 5 euro non sono affidabili.

⇒ Un **segaccio a serramanico** mi permette di tagliare legni abbastanza grossi per costruire un riparo robusto, e naturalmente per fare il fuoco. Può essere sostituito da un buon coltello, e non va bene per spezzare i ciocchi di legno per ridurli in listelli sottili. Valutate in base allo spazio, al peso e alla vostra esperienza. Io lo porto con me, ma non lo ritengo essenziale. Sono preferibili i modelli più semplici, senza parti delicate in movimento o molle che si possono rompere, e possibilmente con la lama che si può utilizzare anche in caso si rompa il manico. La lunghezza secondo me è almeno 15 cm di lama, possibilmente lame che tagliano in entrambe le direzioni. Si possono fissare a un legno, e usare per tagliare rami alti, fuori dalla nostra portata. Il seghetto del multitool può sostituirlo, per legni di diametri limitati.

⇒ Una **torcia elettrica** che possa lasciare libere entrambe le mani permette di costruire il nostro riparo anche se la notte è già arrivata. Valutiamo l'autonomia, maggiore è meglio è, verifichiamo regolarmente che le batterie siano cariche (e sostituiamole comunque ogni anno, anche se non l'abbiamo mai usata) e teniamo sempre delle batterie di ricambio nel kit. Non serve un faro tipo antiaerea, 10 lumen sono sufficienti e offrono, se a led, autonomie straordinarie. Una lampada frontale è perfetta, ma anche una normale torcia di piccole dimensioni, con una fascetta per fissarla alla fronte va bene, ed occupa generalmente meno spazio. Una torcia a bottone, con una clip per fissarla al berretto, o al maglione, può servire. Teniamo presente però che la luce sarà davvero poca. Naturalmente possono essere presenti anche più di una lampada. Io ho quella a bottone con clip, da usare anche come frontale, e quella a led con un diffusore, per fare da candela e per segnalare.

Riparo è anche calore. E' necessario poter accendere un fuoco, che scalda, asciuga i vestiti, fa compagnia, allontana gli animali, permette di potabilizzare l'acqua e di cuocere e rendere commestibile il cibo, fa luce, serve per segnalare la nostra posizione, ci aiuta psicologicamente... Mille cose, che fanno capire quanto importante sia il fuoco per la nostra sopravvivenza.

⇒ Un **accendino piezoelettrico** non deve mancare, nel nostro kit. Piezoelettrico perché funziona anche se bagnato. Quelli tradizionali con la pietrina e la rotellina, se sono umidi non vanno. Io ne tengo comunque due, di quelli piccolini, uno piezo e uno normale.

Attenzione:

- Anche se non usato, un accendino a poco a poco si scarica, specialmente quelli piezoelettrici. Usiamo quelli trasparenti per poter verificare il livello del gas.

⇒ Un **acciaino**, o firesteel, o ferrocerium o come si voglia chiamare offre migliaia di scintille, e non si rompe mai. Funziona sempre, anche se bagnato, e si può utilizzare anche con un pezzo di vetro. E' un bastoncino di ridotte dimensioni, lo spazio che occupa è ridicolo, quindi è bene portarne uno. <http://it.youtube.com/watch?v=v6AbyCuhXHI>

Attenzione:

- E' importante imparare ad usarlo e soprattutto saper trovare le giuste esche, quindi serve esercizio: prima di affidargli la vostra sopravvivenza siate sicuri di saperlo usare.

⇒ Delle **esche per il fuoco** possono sembrare inutili. Figurarsi se nel bosco non trovo dell'erba secca. Ma se piove da una settimana, o se è notte, se c'è neve, se ho poco tempo trovare esca secca e adatta non è semplice. E' vero che le esche si possono fare anche tagliando a listarelle sottili un legno, si può usare la resina, l'interno del fiore della Coda di Topo e altre cose che, anche se bagnate, funzionano. Ma valutiamo sempre che siamo in una situazione di emergenza, e il fuoco ci serve subito. Un'esca non deve essere solo un batuffolo di cotone. Il batuffolo si innesca con una leggera scintilla, ma brucia per pochi istanti. E' utile per accendere le scintille dell'acciaino, ma non sufficiente per fare un fuoco in situazioni limite. Serve qualcosa che ci garantisca qualche minuto di fiamma, per permetterci di accendere almeno dei legnetti sottili, magari umidi o bagnati, che poi faranno bruciare quelli più grandi. Io uso delle tavolette di Esbit. Una tavoletta di 4 grammi garantisce 5 minuti di fiamma. Servono come esca ma anche per scaldare dell'acqua per fare un the, o per sciogliere la neve, senza dover accendere un fuoco.

Attenzione:

- L'Esbit risente molto dell'umidità. Con il tempo si gonfia e si sbriciola. Teniamolo avvolto in pellicola da cucina, con dentro una bustina di silicagel, e verificiamone periodicamente lo stato.

Un'esca efficace ed economica, nonché estremamente resistente al clima e all'acqua, è un copertone tagliato a listarelle. Brucia a lungo, ma fa molto fumo nero. Funzionano egregiamente anche le tavolette di accendifuoco ecologiche della Diavolina, quelle fatte di legna e paraffina, spezzettate. E' molto efficace il gel di alcool che si usa nei fornellini da fonduta. Basta sbizzarrirsi con la fantasia, tenendo presenti sempre il peso e l'ingombro.

⇒ Sempre in relazione al calore, ricordiamo che una grossa parte del calore corporeo viene dissipata dalla testa e dal collo. Un **berretto caldo**, di lana o di pile, ci permetterà di ridurre questa dispersione, e di dormire più confortevolmente abbassando il rischio di ipotermia. Lo considero parte del riparo, in quanto mi permette di mantenere il calore corporeo più a lungo. E' utile anche in piena estate, soprattutto in alta montagna, dove in agosto le temperature possono comunque avvicinarsi pericolosamente allo 0.

⇒ Può succedere di dover costruire qualcosa con il legno, di spostare rocce, di scavare, di togliere rovi... Sono tutti lavori che mettono a rischio uno degli strumenti più importanti ma anche più delicati che abbiamo: le mani. Un paio di **guanti da lavoro in pelle**, che si comperano a pochi euro nelle ferramenta (guanti per edilizia) ci proteggono da abrasioni, tagli e vesciche, punture di insetti e, anche se in maniera abbastanza limitata, ci proteggono dal freddo.

Attenzione:

- Prima di acquistare i guanti, indossiamoli. Alcuni hanno le cuciture in punti molto brutti, e l'uso provocherebbe grosse vesciche. Verifichiamo bene che permettano di afferrare e usare gli oggetti agevolmente, senza parti spesse che fanno attrito.

⇒ Una **coperta isotermica** offre protezione dal vento, dall'acqua e, relativamente, dal freddo. Non occupa molto spazio ed è leggera, ma è molto fragile, e una volta aperta ripiegarla è una

tragedia. Può servire anche per altre cose, per esempio un pezzo di isoterma messo davanti al volto blocca il sole e il vento, e permette comunque di vedere fuori.

Seguendo le indicazioni riportate fin qui saremo in grado di costruirci, in maniera semplice e veloce, un ottimo riparo dagli elementi pericolosi: acqua, vento, freddo. Alcune cose sono ripetute. Telo, poncho e isoterma fanno tutte la stessa funzione, e una sola di esse potrebbe essere abbastanza. Sono valutazioni personali, in base al peso, allo spazio e alle condizioni del luogo.

La prima priorità è soddisfatta, passiamo quindi alla successiva.

Acqua, la seconda priorità.

L'acqua va trovata, e poi conservata e trasportata. Se di dubbia provenienza bisogna prima di consumarla filtrarla e potabilizzarla, pena feroci diarree e febbre nel migliore dei casi. E' molto importante per la nostra sopravvivenza, quindi il kit se ne dovrà necessariamente occupare.

Attenzione:

- L'acqua stagnante, quella di fiumi e torrenti, spesso anche quella delle sorgenti, la neve vecchia e il ghiaccio contengono sempre elementi di rischio: cisti, virus, batteri, spore, metalli... Filtrarla il più possibile e potabilizzarla è indispensabile.
- Meglio non bere che bere acqua inquinata: il vomito e la diarrea che ne seguiranno aumentano la nostra disidratazione peggiorando la situazione, affievoliscono le nostre energie, abbattano il nostro morale!!!

⇒ Una **borraccia** ci garantisce un litro di autonomia, e serve per riporre l'acqua trovata in zona. Non fa necessariamente parte del kit di sopravvivenza, ma dovendoci accompagnare sempre e comunque io la considero parte di esso. Una borraccia in alluminio (ma verificando che l'interno non sia rivestito da vetro, teflon o altri prodotti) può servire anche per bollire, ma conservare l'acqua nell'alluminio non è saggio, in quanto il metallo rilascia sostanze tossiche. Va bene anche per sciogliere la neve, tenendola magari nel sacco a pelo o sotto la giacca (evitando di abbassare troppo la temperatura corporea, però). E va bene come "borsa dell'acqua calda" per riscaldarci di notte, magari mettendola sotto i piedi piena di acqua calda (attenzione a non fonderla!!!).

⇒ Un **contenitore stagno** per conservare l'acqua raccolta è altrettanto importante. E' un peccato avere acqua piovana in abbondanza per una notte intera, e poterne mettere via solo un litro perché non abbiamo niente dentro cui conservarla. In emergenza un sacchetto dell'immondizia (attenzione che non è di plastica per alimenti), o un sacchetto da freezer possono andare bene. Un sacchetto da freezer con un tappo e il collo di una bottiglia di acqua minerale permettono di conservare in maniera comoda e sicura 3 litri di acqua, e occupano pochissimo spazio. Si costruiscono in casa:
<http://www.housegate.net/woodvival/attrezzature/bottigliaemergenza/bottigliaemergenza.htm>
 In commercio ci sono anche bottiglie in plastica ripiegabili, ma sono troppo ingombranti. Comunque la fantasia anche qui si può sbizzarrire.

⇒ Dei potabilizzatori sono altrettanto importanti. Il migliore è il fuoco, ma occorre un **contenitore metallico** dentro cui bollire l'acqua. In emergenza l'acqua si può bollire anche dentro una bottiglia di plastica, provare per credere!! Ma un pentolino metallico di almeno mezzo litro è il

massimo, e serve anche per scavare, per cuocere, per fare rumore. Io ho trovato i gavettini Crusader, che si adattano alla borraccia e quindi non occupano assolutamente spazio <http://www.housegate.net/woodvival/alimentazione/crusader/crusader.htm> , ma anche il contenitore del kit, se metallico, può andare bene.

⇒ Non sempre ci sono il tempo o i materiali per fare un fuoco, quindi anche dei **potabilizzatori chimici** sono importanti. Si va dalle costose e di bassissima conservabilità pastiglie commerciali, al Betadine, alla candeggina (non profumata e non addizionata di altri detergenti!!!). Io ho optato per un flaconcino di Betadine e uno di candeggina (il betadine serve principalmente come disinfettante, solo secondariamente come potabilizzante).

Attenzione:

- I potabilizzatori chimici devono sapersi usare correttamente. Qualunque soluzione adottiate, siate sicuri di conoscerne l'uso, anche in relazione alla torbidità e temperatura dell'acqua, che influiscono sensibilmente sui tempi e le dosi richieste!!! Un uso non corretto è pericoloso per la salute!!!
- L'acqua va filtrata, per eliminare al massimo le componenti solide che ritardano o rendono più difficile la sua potabilizzazione.
- Le due principali sostanze chimiche usate, lo Iodio e il Cloro, hanno tempi e modalità di utilizzo diversi, non confondiamole.

⇒ Molto importanti sono i classici **fazzoletti di carta**. Li metto qui perché la cosa più importante a cui possono servire è proprio quella di filtrare l'acqua. Hanno una trama molto sottile, e sono multistrato, quindi perfetti allo scopo. L'acqua fatta passare attraverso un paio di fazzoletti di carta esce molto pulita. Prima però è meglio prefiltrarla con una maglietta, una calza, qualcosa che tolga il grosso. Naturalmente servono anche come carta igienica, per pulire le ferite, come esca... Ne tengo 3 pacchetti, ritengo che sia una quantità più che adeguata.

Attenzione:

- Filtrare l'acqua la rende più pulita e in qualche modo ne migliora il sapore, ma non la rende assolutamente potabile. Non vedere niente dentro non significa che dentro non ci sia effettivamente niente!!! La filtratura fa parte del processo di potabilizzazione, non è il processo di potabilizzazione.

⇒ L'acqua scorre verso il basso, naturalmente. Quindi a volte capita di trovarla in spaccature dei sassi, nelle cavità dei tronchi, o in buche scavate nella terra. Per estrarla è spesso indispensabile un **tubetto flessibile**. Si possono usare quelli emostatici, o acquistare in ferramenta dei tubetti di plastica morbida. 60 cm sono sufficienti, 80 sono sicuramente meglio. I tubetti emostatici sono elastici, possono quindi servire ad altre cose, ad esempio fissare oggetti, fare una fionda, un rudimentale fucile da pesca, o per trappole per piccoli animali.

⇒ Per raccogliere l'acqua piovana ci sono già il poncho e il telo impermeabile, o si può usare un giaccone o il parka, ma eventualmente un **sacco della spazzatura grande** funziona egregiamente, ma è un di più che si deve valutare se mettere oppure no.

⇒ L'acqua raccolta dal suolo, o dalle pozze, ha spesso un sapore disgustoso. La neve e la pioggia invece sono insapore, ma senza molte sostanze preziose dentro. Quindi del **sale** e/o delle **pastiglie effervescenti** contenenti sali e vitamine sicuramente aiutano a migliorare il sapore e la qualità dell'acqua raccolta.

Nei manuali di sopravvivenza si vedono molti sistemi per estrarre l'acqua. In particolar modo colpiscono quelli a condensazione. Funzionano, ma hanno dei difetti notevoli, e richiedono la permanenza in uno stesso luogo per almeno una giornata, quindi non li prendo in considerazione. Mi bastano pioggia e acqua eventualmente presente nel suolo o nelle pozze. Questo in base alla considerazione che dove io rischio di perdermi non possono passare più di un paio di giorni senza che mi trovino. Naturalmente in caso di escursioni in luoghi vasti e deserti si dovranno prendere in considerazione tutti gli strumenti utili a reperire acqua, non solo alcuni.

Questo conclude il discorso acqua, come raccoglierla, come conservarla e come potabilizzarla. Passiamo alla priorità successiva.

Il cibo, terza priorità.

Questo argomento è difficile da inquadrare. Potendo rimanere parecchio tempo senza mangiare, non ho particolari problemi riguardo al restare a stomaco vuoto qualche giorno. Va detto però che non mangiare indebolisce, e rende il camminare difficile e meno sicuro, e un corpo ben nutrito resiste meglio al freddo. Inoltre il conforto psicologico di un pasto caldo è un fattore di primaria importanza. Una delle regole fondamentali della sopravvivenza è S.T.O.P. : Stop, Think, Orientate, Plan. Prepararsi un the caldo aiuta proprio a soddisfare il primo punto: Stop. Fermarsi, rilassarsi, ammettere di esserci persi, ma nello stesso tempo fare un gesto normale, che a casa si è ripetuto migliaia di volte, come prepararsi un the caldo e dolce aiuta a respingere il panico che inevitabilmente prende chi si trova in situazioni critiche, a prescindere dall'esperienza e dalla preparazione. Quindi ho previsto sia una quantità minima di nutrimento (fisico ma soprattutto psicologico) sia alcuni strumenti per procurarlo e renderlo consumabile.

⇒ Quindi ho inserito un **kit di conforto**, una scatolina con dentro bustine di zucchero, un paio di bustine di the (non indispensabili: un the di aghi di pino fornisce vitamine e un po' di zuccheri ed è buonissimo), alcuni dadi per brodo alla carne, un paio di bustine di caffè liofilizzato, delle pastiglie multivitaminiche e del sale comune, delle caramelle dure grandi. Vediamo perché questa scelta.

- Zucchero: fornisce energie immediatamente spendibili, e un the dolce e caldo è molto confortante. Ne ho messe il più possibile, fino a riempire la scatolina.
- The: per fare una bevanda calda. Contiene, anche se in quantità minima, eccitanti.
- Dadi: simulano un brodo caldo, e insaporiscono zuppe di fortuna, fatte per esempio con erbe raccolte tipo minestrone. Hanno valore nutritivo praticamente nullo, ma contengono anche sale.
- Caffè: sempre come bevanda calda, e per aiutare a stare svegli.
- Multivitaminici: apportano vitamine e sali (prendo le compresse effervescenti che hanno entrambi), e aiutano a togliere o almeno a nascondere il cattivo sapore e il brutto colore dell'acqua raccolta nelle pozze.
- Sale: aiuta a reintegrare uno dei sali persi con la sudorazione, e insaporisce cibi di fortuna.
- Caramelle: sono zuccheri, quindi energia che aiuta il corpo a produrre calore e a lavorare. Non sono un pasto, ma meglio di niente. E poi sono buone, anche psicologicamente.

Nelle nostre boscaglie ci sono sempre vegetali e frutti da mangiare, pensiamo all'onnipresente ortica. Occorre un minimo di conoscenza, limitata alle specie diffuse e facilmente reperibili. Con esclusione del topinambur, ricco di carboidrati, ci sono però solo

prodotti di scarso valore nutritivo, ma che comunque aiutano. Non servono strumenti per raccogliere. Vengono bollite, quindi igienicamente non creano rischi particolari.

Per quello che riguarda la carne, si tratta sempre di animali e uccelli di piccole dimensioni. Non ha senso mettersi a cacciare caprioli o cinghiali a mani nude. Questi animali, molto diffusi, si possono catturare con le trappole, che richiedono poco tempo e poca fatica, e sono molto efficaci. A questo scopo, ma solo per un di più in quanto non credo che sarò mai così

⇒ messo male da dover cercare cibo, ho del **filo di ottone**, per creare lacci resistenti ma flessibili. Inoltre sono utili il cordino e l'elastico emostatico, già citati sopra. Si può costruire una rudimentale ma efficace fionda con l'elastico emostatico già elencato più sopra. Chiodi da 10 cm sono utili per costruire trappole a caduta o a scatto estremamente efficienti anche se lunghe da approntare, ma non li includo perché possono causare ferite anche gravi alle persone, e scattano anche in caso di animali di grossa taglia e cani. Ricordiamoci sempre comunque di segnalare le nostre trappole, anche i semplici lacci.

Attenzione:

- Prendere animali con le trappole si chiama bracconaggio, ed è punito severamente. Va fatto solo in caso di vera necessità.
- Prendere animali in trappola può sembrare semplice. In realtà occorre un'ottima conoscenza del loro comportamento, pazienza, molti lacci e fortuna. Non si deve fare eccessivo affidamento su questa fonte di cibo.
- Una volta presi, gli animali e gli uccelli vanno puliti ed eviscerati. Imparate a farlo a casa, acquistando polli, conigli, pesce, quaglie e altro interi, con pelo o penne e viscere.

⇒ Un piccolo **kit da pesca**, con lenza, alcuni ami e dei piombi, dalle mie parti non serve. Ma si può usare anche per catturare uccelli, si deve valutare se vale la pena portarlo o no. Naturalmente occorre saper pescare, e conoscere abitudini e comportamenti dei pesci. Non è semplice, ma generalmente rende con i pesci più piccoli. Sono preferibili varie misure di lenza, come per esempio una molto sottile, n. 8, una media, n. 14 e una grossa, ad esempio un 28, anziché una sola. Credo non meno di 10 metri ciascuna. Gli ami dovrebbero essere di varie misure, tenendo presente che con un amo piccolo si prendono pesci piccoli e pesci grossi, con un amo grande solo pesci grossi. Io metterei ami n. 6, 12 e 18. Ami e lenza risentono di luce, calore e umidità. Occorre verificarli e cambiare ogni due anni le lenze.

Attenzione:

- Ami e lenza risentono di luce, calore e umidità. Occorre verificarli e cambiare ogni due anni le lenze.
- Anche la pesca è regolamentata. Mentre sul mare è libera, in acque interne occorre almeno l'apposita licenza.

Naturalmente per preparare il cibo occorre qualcosa in cui cuocerlo. Anche se uccelli o piccoli animali si possono arrostiti sul fuoco, questo tipo di cottura fa perdere grassi preziosi. La pelle dei volatili è ricca di grassi, meglio non toglierla. Quindi bollire la carne (o gli insetti, le larve, il pesce...) assieme a dei vegetali come le ortiche e il topinambur e berne anche il brodo è meglio. Per questo posso usare il gavettino Crusader, già elencato nella parte sull'acqua. Le tavolette di Esbit mi permettono di scaldare l'acqua anche senza accendere un fuoco, e anche quelle già sono state citate sopra.

Ok, le priorità sono state soddisfatte: riparo, acqua e cibo hanno i loro strumenti. Andiamo avanti con il resto.

Orientamento

Orientarsi vuol dire sapere dove ci si trova, ma soprattutto dove si trova la salvezza: una strada, una malga, un paese. Le tecniche sono molte, e spesso complesse. Qui considero solo gli strumenti del kit.

- ⇒ Chi ama la comodità e la precisione, sicuramente prevedrà un **GPS**. Uno strumento semplice e leggero, come il Garmin Etrex Vista H, affidabile e veloce, impermeabile, e naturalmente con batterie cariche e batterie di ricambio. Anche usato solo per avere la posizione è utilissimo.
- ⇒ La posizione da sola serve a poco, senza **carta topografica** della zona. Quella purtroppo si deve preparare di volta in volta, anche se io ho sempre l'IGM 1:25.000 delle mie zone con me. Non ho la carta intera, solo fotocopie ridotte della metà. La scala originale non mi interessa, mi è sufficiente sapere dove mi trovo e dove devo andare, anche in scala 2:1 rispetto all'originale si possono ricavare azimut altezze e distanze. E lo spazio occupato è minimo: su un foglio A4 stampato fronte e retro ci sta tutta una IGM (la carta, non i bordi, naturalmente), conservata in una busta plastica trasparente e impermeabile.
- ⇒ Naturalmente una **bussola** di qualità è molto importante, anche se trovare il nord non è così difficile come può sembrare.
- ⇒ **Carta e matita** servono per disegnare una mappa approssimativa della zona, nel caso non si posseda la cartografia ufficiale. Può essere utile indicare sentieri, rilievi e quant'altro ci possa permettere di orientarci man mano che camminiamo, soprattutto per tornare sui nostri passi in caso ci fossimo ulteriormente smarriti. Servono anche per lasciare indicazioni sulla nostra direzione di marcia e destinazione, condizioni di salute ed equipaggiamento nel caso ad esempio abbandonassimo l'auto o un rifugio: dobbiamo dire ai soccorritori dove stiamo andando e in che condizioni siamo.

Segnalazione

Se ci perdiamo dobbiamo fare in modo di essere trovati facilmente. Dobbiamo cioè segnalare in maniera più evidente possibile la nostra posizione. Ci sono vari modi per farlo. Ricordiamo che 3 è il segnale internazionale di pericolo: tre suoni, tre fuochi, tre lampi...

- ⇒ Il fumo è sicuramente, di giorno e in un bosco, il sistema più efficace per segnalare la nostra presenza. Aiuta anche gli elicotteri ad abbassarsi, perché indica la direzione del vento. Per fare un bel fuoco abbiamo già tutto. Oltre al fuoco, anche la luce di una torcia, di notte, è efficace. Anche questa l'abbiamo indicata precedentemente. Un **eliografo**, o specchio di segnalazione, possibilmente infrangibile, permette di renderci visibili a distanza di decine di chilometri, anche se ci vogliono il sole (o la luna piena) e contatto visivo con i soccorritori.

Attenzione:

- Usare un eliografo non è così semplice come sembra, specialmente sulle lunghe distanze. Occorre esercitarsi prima.
- Mai usare l'eliografo se non c'è necessità. Si potrebbero creare grossissimi disagi e anche pericolo. Si chiama procurato allarme, ed è un reato.

Nei boschi è anche comodo fare rumore, per farsi sentire. Si può battere con un legno, per esempio sul gavettino, ma il rumore non è così forte. Si può anche urlare, ma a lungo andare

⇒ si perde la voce. Un **fischietto di segnalazione** è ideale. In commercio ce ne sono di molto potenti, piatti in modo da non occupare spazio, e un fischietto funziona anche se abbiamo perso la voce urlando.

Ci sono altri sistemi per segnalare, come un telo sgargiante (l'abbiamo accennato sopra), fumogeni, razzi, la coperta isoterma, grossi petardi... Ognuno dovrebbe valutare quello che trova in commercio in base alle sue esigenze, e quindi decidere. L'eliografo lo considero comunque indispensabile.

Salute

Cercare di essere in condizioni fisiche ottimali, in emergenza è fondamentale. Salute implica quindi medicinali, ma anche strumenti d'igiene personale e di prevenzione. Anche potabilizzare l'acqua è strettamente connesso alla salute. E il bere a sufficienza ci evita ulteriori problemi di salute, che vengono accresciuti a causa dell'indebolimento dell'organismo disidratato. Anche qui il discorso è delicato. Ognuno dovrebbe decidere in base alle sue effettive necessità, magari parlandone con il medico curante.

⇒ Il mio **Kit medico** è una scatola stagna in alluminio. E' tarato per due persone, perché a volte esco con mio figlio o mia figlia, e quindi è un po' sovradimensionato se usato da una sola persona.

Attenzione:

- Il kit medico presentato qui è il mio, e lo uso solo io. Non sono un medico, quindi lo porto solo come esempio. Ognuno valuti personalmente, o con il consiglio di un medico, cosa mettere e cosa no.
- I farmaci vanno tenuti sotto controllo e sostituiti alla scadenza.
- E' necessario conoscere i dosaggi corretti per tutti i farmaci contenuti.

All'interno ho:

- Aghi, fissati al coperchio con nastro, per estrarre spine e forare vesciche.
- Bustine di gel antiscottature.
- Sapone disinfettante in polvere.
- Cerotti di varie dimensioni, per ferite piccole e per evitare vesciche ai piedi.
- Cerotti per vesciche.
- Suture adesive o steristrip.
- Tamponi di garza sterile.
- Rotolino di garza non sterile.
- Cerotto in nastro, un paio di metri.
- Una lente piccola e potente, per le spine e per controllare che le ferite siano pulite, sempre fissata al coperchio. E' utile anche per leggere le mappe ridotte.
- Una pinzetta, sempre per le spine, che se non estratte possono causare infezioni. Serve inoltre per togliere zecche e pungiglioni di insetti.
- Un flaconcino di Betadine, come disinfettante e per depurare l'acqua prima di usarla per lavare le ferite.
- Un flaconcino di amuchina, per disinfettare.
- Un flaconcino di ammoniaca, per le punture degli insetti, allieva il prurito.
- Compresse antidiarroiche.
- Compresse antivomito.
- Compresse antidolorifiche.
- Compresse orosolubili di tachipirina.

- Compresse sublinguali di cortisone.

⇒ Inoltre in estate porto un **kit antiofidico** commerciale.

Attenzione:

- Il kit antiofidico contiene una siringa per aspirare il veleno. Studi medici pubblicati sul Journal of Wilderness Medicine hanno dimostrato sia l'inefficacia che i possibili danni derivati dall'uso di tale strumento. Vi consiglio di verificare personalmente l'efficacia prima di procedere all'acquisto e all'uso.

⇒ Anche un piccolo tubetto di **crema solare** a protezione totale è utile, specialmente per chi è molto sensibile al sole come me.

Altri oggetti utili.

Ci sono altre cose utili da mettere dentro. Vediamole qui una a una.

- ⇒
- Una **radio AM-FM** con relative batterie di scorta. La gamma d'onda AM permette di ricevere segnali anche dove l'FM è molto disturbato. Serve per restare in contatto con il mondo, e psicologicamente è di enorme importanza. Poter ascoltare un giornale radio, o sentire, specialmente di notte, una voce umana che parla dà tranquillità e sostiene, aiuta a combattere la solitudine e il senso di smarrimento che necessariamente si accompagnano a situazioni di isolamento e di difficoltà.
 - Un **tagliaunghie** a pinzetta è per me un oggetto da portare.
 - Delle **fascette stringitubi**, per fare delle legature velocissime e molto resistenti.
 - Delle **graffette fermacarte** grandi, sempre per fissare oggetti.
 - Un piccolo **kit di cucito** con aghi grossi e filo di poliestere robusto, per aggiustare abiti o lo zaino, o attaccare bottoni.
 - Delle **spille da balia**.

Il contenitore.

Bene, questo è tutto. Ora si tratta di trovare un contenitore adatto. La mia scelta è caduta su un marsupio che si può portare anche come tracolla (ed è il modo in cui lo porto io). Ci sta tutto bene, compresa la borraccia, e avanza dello spazio per portafoglio, telefono e altre cosette. Si può indossare senza impaccio sia sopra una semplice T shirt sia sopra un pesante parka invernale, e non disturba con lo zaino. Si può spostare di fianco, davanti o di dietro a seconda delle necessità, ed è comunque di poco intralcio. In base a quante cose avete messo in fila sul tavolo ognuno prenderà un contenitore adeguato, ricordando che va portato con sé, e non lasciato in macchina, e quindi valutando bene l'ergonomia. Anche la disposizione all'interno ha una certa importanza. Le cose dovrebbero essere messe con logica, per esempio lasciando coltello e torcia subito a portata di mano, e magari il segaccio sotto.

Conclusioni.

Per concludere ricordo di nuovo che questo non è **il** kit di sopravvivenza, ma solo **il mio** kit di sopravvivenza. Va bene a me, perché è nato dalle mie esperienze, dal mio vissuto,

ma sicuramente non può andare bene per tutti. Prendetelo come una traccia, uno spunto su cui fare le vostre personali riflessioni e scelte.

Ma una cosa è importante: questo kit deve seguirci sempre, anche per la passeggiata pomeridiana in cerca di funghi. Perché non sappiamo quando ci potrà servire. Per questo io ho scelto di mettere dentro anche cose di uso comune: perché così sono sicuro di prenderlo sempre. Se ci fossero solo cose "da sopravvivenza" forse sarei portato a lasciarlo a casa, qualche volta.

Spero di esservi stato utile!

Stefano, Verona, novembre 2008.