

**Prove pratiche di Aggiornamento dell'addestramento
di "Sopravvivenza e Salvataggio" svolto presso i centri di addestramento**

Competenza: Sopravvivere in mare in caso di abbandono della nave	Pratica (ore)
<p align="center"><u>Dimostrazione pratica sull'abilità e competenza acquisita in merito a:</u></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Indossare un giubbotto di salvataggio; 2. Indossare ed usare una tuta d'immersione; 3. Saltare in sicurezza in acqua da una altezza non inferiore a 3 metri; 4. Raddrizzare una zattera capovolta indossando il giubbotto di salvataggio; 5. Nuotare indossando il giubbotto di salvataggio; 6. Mantenersi a galla senza l'aiuto del giubbotto di salvataggio; 7. Salire a bordo di un mezzo di salvataggio dalla nave e dall'acqua indossando il giubbotto di salvataggio; 8. Dotazioni, mezzi di sopravvivenza e loro utilizzo per innalzare le probabilità di sopravvivenza; 9. Uso dell'ancora galleggiante di un mezzo di salvataggio; 10. Utilizzo delle dotazioni di un mezzo di salvataggio; 11. Utilizzo dei dispositivi di localizzazione (SART, EPIRB) a scopo dimostrativo. 	
Totale	8

