Komunikat prasowy

Bezpieczna jesień w górach

Chociaż wypadków jest mniej, to zagrożeń nie ubywa. Jesienne wędrówki po górach to m.in. ryzyko upadków, zejścia ze szlaku i maszerowania w mroku. Dlatego do każdego wyjścia należy się solidnie przygotować.

Z danych TOPR wynika, że szczytowy pod względem liczy wypadków w górach jest okres od lipca do września. Taka statystyka jest częściowo związana ze wzmożonym ruchem turystycznym latem, warto więc pamiętać, że rozsądek w górach należy zachować cały rok. Zdaniem ratowników to właśnie nieodpowiedzialność i brak przygotowania są głównymi przyczynami tragicznych zdarzeń na szlakach. Jeżeli dołożyć do tego trudne warunki pogodowe, takie jak deszcz, oblodzenie, silne wiatry i krótkie, pochmurne dni, to przepis na wypadek gotowy. O tym właśnie trzeba pamiętać, wybierając się jesienią w góry.

Co do plecaka?

Ryzyko można zminimalizować poprzez staranne i przemyślane przygotowanie do wyjścia. Doświadczeni górołazi wiedzą, że kluczowe jest poznanie szlaku nim jeszcze turysta postawi na nim nogę. Warto więc sięgnąć po mapę, przewodnik, poczytać o spodziewanych trudnościach. Rozsądne jest również śledzenie ostrzeżeń GOPR dla danego obszaru i zaznajomienie się z aktualnymi prognozami pogody. Wiedza dotycząca tego, czego można spodziewać się w trakcie wędrówki, pozwala odpowiednio dobrać niezbędny ekwipunek. Ten powinien zapewnić przede wszystkim bezpieczeństwo i komfort turysty. Jesienią niezbędna jest więc ciepła bluza, przeciwdeszczowa kurtka lub peleryna oraz buty z antypoślizgową podeszwą. Warto też zabrać termos z gorącym napojem, który okaże się sporą pomocą w momencie nagłego załamania pogody. Na szlaku niezbędny jest też naładowany telefon komórkowy, a nawet latarka. Najlepiej czołowa, która daje swobodę rękom i zapewnia dobrą widoczność po zmroku. - Czołówka pozwala lepiej widzieć ścieżkę, ale też sygnalizuje obecność turysty. Modele dedykowane wielbicielom gór posiadają dodatkowe, kolorowe diody sygnalizacyjne na koszyku z bateriami. To znak dla innych ludzi na szlaku oraz ratowników udzielających pomocy – mówi Cyprian Lemiech, ekspert ds. oświetlenia przenośnego w firmie Mactronic. – Podobną rolę mogą spełniać specjalne dyski sygnalizacyjne, te jednak nie poprawią komfortu widzenia nocą a jedynie pomogą w określeniu pozycji turysty. Oczywiście to, jaki sprzęt zabieramy jesienią w trasę, powinno być uzależnione od przewidywanego czasu podróży. Głównie z uwagi na szybko zapadające wieczory. Dlatego najlepszym wyborem będą lampki, ale też inne urządzenia elektroniczne, zasilane bateryjnie. – Powód jest prosty. Zapasowe baterie wystarczy włożyć do kieszeni i wymienić w dowolnym momencie. Akumulator ciężko naładować na szlaku, a nawet jeżeli dysponujemy bankiem energii, to taki proces trwa przez jakiś czas – wyjaśnia ekspert firmy Mactronic. Cyprian Lemiech dodaje, że należy pamiętać również o takiej ewentualności, jak brak energii w schronisku (oraz nocowaniu w namiocie, wtedy przydaje się tzw.

„kempingówka"), a źródła światła dobierać tak, by oferowały np. mocne światło białe do oświetlania drogi i dodatkowe w temperaturze barwowej ciepłej – ułatwia wykonywanie drobnych czynności i nie powoduje zjawiska powidoku. Chodząc po wyższych partiach gór warto też zabrać ze sobą raki, koc termiczny i rękawiczki. Długie wędrówki ułatwią popularne ostatnio kije trekkingowe.

Jak się zachować?

Oczywiście sam ekwipunek nie wystarczy, by po górach podróżować bezpiecznie. Ważne jest mierzenie sił na zamiary – wiele osób potrzebuje interwencji ratowniczej tylko dlatego, że zabrakło im sił na dalszą wędrówkę. Należy też dokładnie obserwować przebieg szlaku i nie wychodzić poza wytyczone ścieżki. Jesienią problemem może być mniejsza przejrzystość powietrza. W razie zgubienia najważniejszy jest spokój i opanowanie – poinformowanie odpowiednich służb oraz unikanie prób wędrówki w dowolnym kierunku.

Komisja Turystyki Górskiej Zarządu Głównego PTTK radzi:

- Przed wyruszeniem w góry oceń swoje doświadczenie i kondycję
- Przygotuj wcześniej plan wycieczki
- Weź pod uwagę zmiany pogody. Zabierz odzież chroniącą przed zimnem i wilgocią
- Informację o celu podróży i planowanym terminie powrotu pozostaw w domu, schronisku, u znajomych
- Tempo marszu dostosuj do możliwości najmniej sprawnego uczestnika wycieczki
- Nie zbaczaj ze szlaku
- Nie strącaj kamieni
- Jeżeli potrzebujesz, zawróć ze szlaku
- Szanuj przyrodę i porządek w górach
- W razie wypadku, zachowaj spokój