

„Korzystaj z gór
i doświadczaj ich!”

TURYSTO, GOŚCIU, BEZPIECZNY POWRÓT Z WYCIEZKI GÓRSKIEJ ZALEŻY OD TEGO, CZY BĘDZIESZ PRZESTRZEGAĆ NASTĘPUJĄCYCH ZASAD:

- Zaplanuj i zapoznaj się z trasą wycieczki przy pomocy mapy. Dostosuj jej trudność i długość do możliwości wszystkich uczestników wędrowki.
- Pobierz aplikację RATUNEK i ZACHRANKA na telefon komórkowy – w razie problemów polscy i czescy ratownicy będą mogli Cię odszukać i udzielić pomocy.
- Znajdź najbliższy punkt pierwszej pomocy, którego unikatowy kod pokaże ratownikom twoją pozycję (tylko na terenie KRNAP).
- Zapisz w telefonie ważne numery telefonów podane na niniejszej ulotce.
- Zanim wyjdiesz w góry upewnij się, że Twój telefon komórkowy jest naładowany. Rozładowaną komórką nie wezwiesz pomocy.
- W miejscu noclegu (np. schronisku) lub u znajomych zostaw informację o planowanej trasie i godzinie powrotu.
- Nie wędruj sam. W grupie wędruje się różnie, można się wspierać w razie potrzeby wezwać pomoc.
- Sprawdź prognozę pogody, śledź alerty pogodowe. Zapoznaj się z warunkami śniegowymi na szlakach i zagrożeniem lawinowym.
- Pogoda w górach jest dynamiczna, może się szybko zmienić. Załóż odpowiednie obuwie i rączki, zabierz do plecaka ciepłe ubranie, kurtkę przeciwdeszczową i chroniącą przed wiatrem, rękawiczki, czapkę, apteczkę oraz folię NRC, mapę, latarkę czołową oraz prowiant, w tym termos z ciepłym napojem. Zabierz ze sobą kije trekkingowe.
- Na wycieczkę wyruszaj wcześniej rano – załamanie pogody może nastąpić nagle. Zaplanuj krótszy wariant trasy na wypadek pogorszenia się pogody.
- Poruszaj się tylko po oznakowanych i otwartych szlakach. Powyżej górnej granicy lasu wędruj tylko po szlakach oznakowanych tyczkami.
- Poznaj znaczenie niemych znaków (Mutticha) mogą one uratować Ci życie. Poszukaj ich na mapie, mogą ci pomóc w orientacji w terenie w trakcie wycieczki.
- Nie zawsze będziesz mógł wezwać pomoc za pomocą telefonu – w górach nie wszędzie jest zasięg, a bateria w telefonie w trakcie gorszej pogody może rozładować się szybko. Zabierz ze sobą powerbank. Bądź przygotowany do samodzielnego udzielenia pierwszej pomocy i dłuższe oczekiwanie na ratowników.



„Nie lekceważ gór.
Nie ryzykuj niepotrzebnie!”

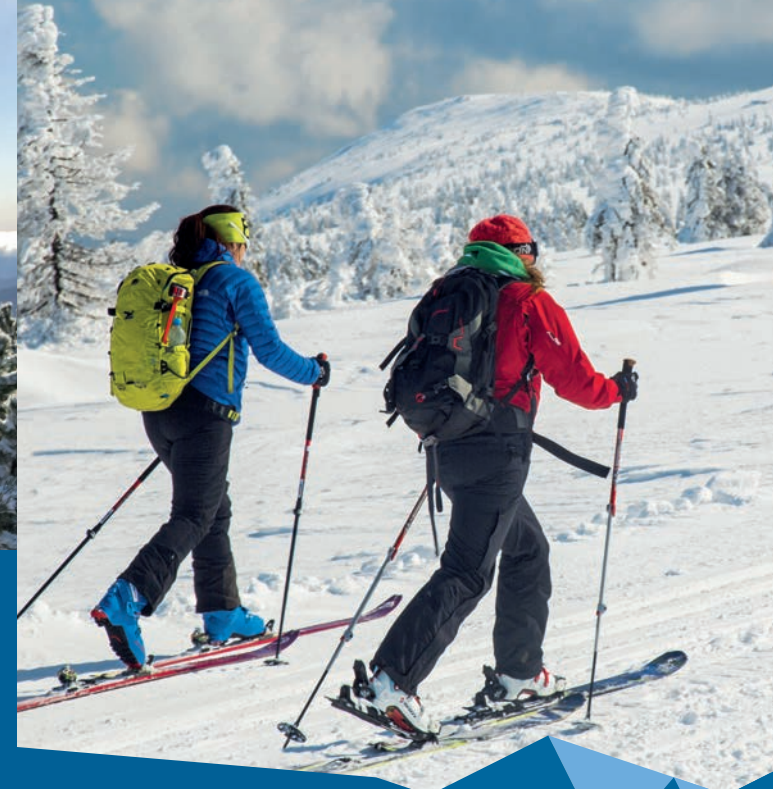
ZAPAMIĘTAJ NUMERY TELEFONÓW ALARMOWYCH:

- MIĘDZYNARODOWY NUMER ALARMOWY **112**
- NUMER ALARMOWY POGOTOWIA GÓRSKIEGO (CZ) **1210**
- HORSKA SŁUŽBA KARKONOSZE **+420 602 448 338**
- HORSKA SŁUŽBA GÓRY IZERSKIE **+420 483 380 073**
- GOPR (W POLSCE) TELEFON ALARMOWY **985**
lub **+48 601 100 300**
- STRAŹ POŹARNA (PL) **998**
- POGOTOWIE RATUNKOWE (PL) **999**
- POLICJA (PL) **997**



Wydała Dyrekcja Karkonoskiego Parku Narodowego w 2022 roku

Fotografie: Kamila Antořová, Radek Drahný
Wydrukowano na papierze z recyklingu.



BEZPIECZNIE W GÓRACH

ZIMA



www.kpnmap.pl

112



SOS

150



STRAŹ
POŹARNA

155



LEKARZ

158



POLICJA



602 448 338 albo **1210**



(+48) 985 albo **601 100 300**

GOPR (CZ) / GOPR (PL)



PRZEKRAČAJEME HRANICE
PRZEKRAČAJEMY GRANICE
2014—2020



EVROPSKÁ UNIE / UNIA EUROPEJSKA
EVROPSKÝ FOND PRO REGIONÁLNÍ ROZVOJ
EUROPEJSKI FUNDUSZ ROZWOJU REGIONALNEGO



Nieme znaki českých Karkonoszy



W sytuacji zagrożenia zachowaj spokój i postępuj według następujących zaleceń

- **JEŻELI ZGUBIŁEŚ DROGĘ, ZNAJDUJESZ SIĘ POZA SZLAKIEM TURYSTYCZNYM** wróć tam, gdzie ostatni raz widziałeś oznakowanie szlaku np. tyczki. W razie potrzeby znajdź wyraźny punkt w terenie (np. grupę skał, drogowaskaz lub tablicę), na skrzyżowaniu szlaków szukaj tabliczek z numerem punktu pierwszej pomocy i wezwij pomoc. Nie pozwól na rozdzielenie się grupy.



- **W RAZIE NAGŁEJ ŚNIEŻYCY** postaraj się jak najszybciej dotrzeć do najbliższego schroniska lub schronu. Pamiętaj, aby wędrować po szlaku turystycznym, wzdłuż tyczek, nie wchodź na szlaki zamknięte lub zagrożone zejściem lawin. Zabezpiecz się przed wychłodzeniem. Śnieżyca może spowodować znaczne utrudnienie orientacji w terenie. Gęsta mgła i opady mogą rozpraszać fale akustyczne, co znacznie utrudnia nawoływanie pomocy i zlokalizowanie poszukiwanych osób. Gdy długo przebywasz na intensywnym mrozie i wietrze wzrasta ryzyko odmrożeń i hipotermii. Dobierz ubrania tak, by nie doprowadzić do wychłodzenia, a także przegrzania organizmu, które spowoduje szybką utratę sił i w efekcie również doprowadzić do wychłodzenia.
- Jeżeli zauważysz pierwsze oznaki zmiany pogody **W PORĘ ZAWRÓĆ** np. do schroniska. Nie skracaj trasy idąc poza oznakowanymi lub zamkniętymi szlakami turystycznymi.
- **JEŻELI JESTEŚ ŚWIADKIEM POWAŻNEGO WYPADKU** zapewnij bezpieczeństwo poszkodowanej osobie, udziel jej pierwszej pomocy – jeżeli potrafisz to zrobić. Wezwij GOPR (PL) lub Horską Służbę (CZ).