„Korzystaj z gór
i doświadczaj ich!”

TURYSTO, GOŚCIU, BEZPIECZNY POWRÓT Z WYCIECZKI 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 wędrówki.
- Pobierz aplikację RATUNEK i ZACHRANKA na telefon komórkowy – w razie problemów polscy i czescy ratownicy będą mogli Cię odszukać i udzielić pomocy.
- W razie problemów znajdź najbliższy punkt pierwszej pomocy, którego unikatowy kod pomoże szybko zlokalizować Cię w terenie. (tylko na terenie KRNAP).
- Zapisz w telefonie ważne numery telefonów podane na niniejszej ulotce.
- Zanim wyjdziesz 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 raźniej, można się wspierać w razie potrzeby wezwać pomoc.
- Sprawdź prognozę pogody, śledź alerty pogodowe.
- Pogoda w górach jest dynamiczna, może się szybko zmienić. Zabierz do plecaka ciepłe ubranie, kurtkę przeciwdeszczową, chroniącą przed wiatrem, rękawiczki, czapkę, apteczkę, mapę, latarkę czołową oraz prowiant.
- Na wycieczkę wyruszaj wcześnie rano – zmiana pogody przychodzi zazwyczaj wczesnym popołudniem. Zaplanuj krótszy wariant trasy na wypadek załamania pogody.
- Poruszaj się tylko po oznakowanych szlakach.
- 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 szybciej. 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 SŁUŻBA KARKONOSZE **+420 602 448 338**
- HORSKA SŁUŻBA GÓRY IZERSKIE **+420 483 380 073**
- GOPR (W POLSCE) TELEFON ALARMOWY **985** lub **+48 601 100 300**
- STRAŻ POŻARNA (PL) **998**
- POGOTOWIE RATUNKOWE (PL) **999**
- POLICJA (PL) **997**

Wydała Dyrekcja Karkonoskiego Parku Narodowego w 2022 roku
Fotografie: Kamila Antošová, Radek Drahný
Wydrukowano na papierze z recyklingu.

112	150	155	158
SOS	STRAŻ POŻARNA	LEKARZ	POLICJA

602 448 338 albo **1210**
(+48) 985 albo **601 100 300**
GOPR (CZ) / **GOPR** (PL)

BEZPIECZNIE W GÓRACH

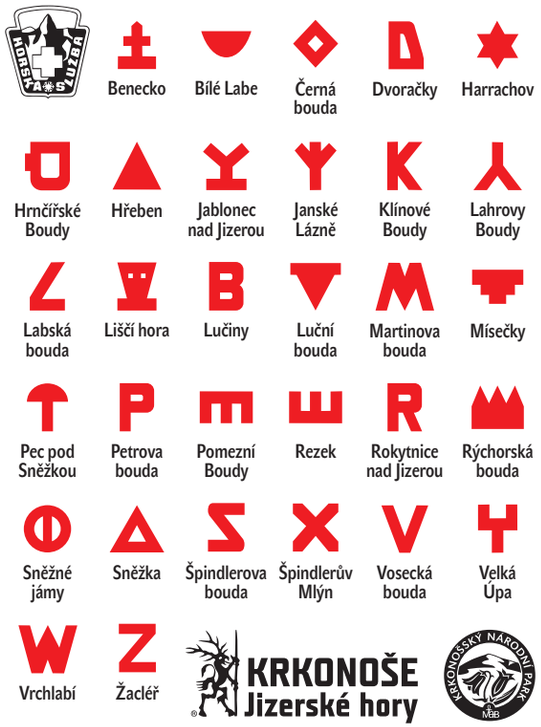
LATO

www.kpnmab.pl

PŘEKRAČUJEME HRANICE
PRZEKRACZAMY GRANICE
2014—2020

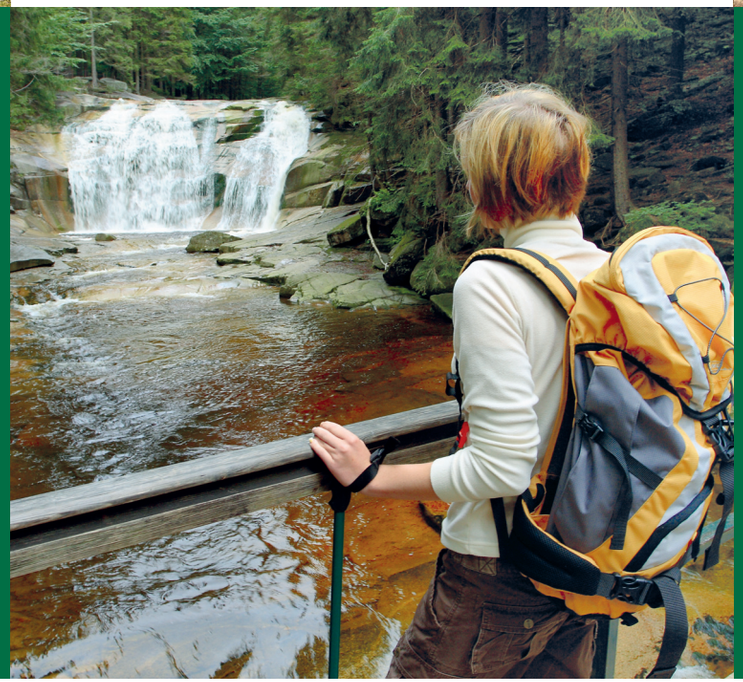
EVROPSKÁ UNIE / UNIA EUROPEJSKA
EVROPSKÝ FOND PRO REGIONÁLNÍ ROZVOJ
EUROPEJSKI FUNDUSZ ROZWOJU REGIONALNEGO

Nieme znaki czeskich 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. W razie potrzeby znajdź wyraźny punkt w terenie (np. grupę skał, drogowskaz lub tablicę), na skrzyżowaniu szlaków szukaj tabliczek z numerem punktu pierwszej pomocy i wezwij pomoc. Nie pozwól na rozdzielenie się grupy.



- **W RAZIE NAGŁEJ BURZY** jak najszybciej zejdź z grzbietu górskiego w kierunku doliny. Nie chowaj się pod skałami, samotnie stojącymi drzewami. Nie dotykaj metalowych umocnień na szlaku np. łańcuchów, barierek. Jeżeli burza Cię zaskoczyła i nie możesz uciec, przykucnij trzymając stopy blisko siebie – unikniesz porażenia poprzez tzw. napięcie krokowe. Jeżeli jesteście w grupie, zadbajcie o rozproszenie, nie stójcie blisko siebie!
- Jeżeli zauważysz pierwsze oznaki zmiany pogody **W PORĘ ZAWRÓĆ** np. do schroniska. Nie skracaj trasy idąc poza oznakowanymi 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).