

Druhno drużynowa! Druhu drużynowy!

Oddaję w Twoje ręce krótki poradnik, dotyczący zagadnień, związanych z bezpieczeństwem podczas wycieczek pieszych.

Jest to podręczny zbiór zasad, obowiązujących podczas poruszania się po drogach oraz praktycznych rad, podpowiadających, jak należy zachować się w sytuacji zagrożenia.

Poradnik może być wykorzystany do przygotowania zbiórek harcerskich na temat bezpieczeństwa lub zebrań informacyjnych, organizowanych przed wyjazdem na obozy\kolonie.

Mam nadzieję, że przedstawione w prosty i obrazowy sposób przepisy ruchu drogowego staną się bardziej przejrzyste i łatwiejsze do zrozumienia ☺

pwd. Michał Bryś

BEZPIECZEŃSTWO W CZASIE WYCIECZEK PIESZYCH

ZASADY PORUSZANIA SIĘ PO DROGACH

- Podczas wycieczki jeden opiekun przypada na 15 uczestników, a przy turystyce kwalifikowanej (np. górskiej) jeden opiekun na 10 osób.
- W czasie wycieczki jej uczestnicy podporządkowują się zaleceniom prowadzącego, wyznaczonego przez kierownika wycieczki (kolonii).
- Bez zgody prowadzącego nikt z uczestników nie może odłączyć się od maszerującej kolumny.

SZYK KOLUMNY

- Uczestnicy mogą iść maksymalnie czwórkami pod warunkiem, że kolumna nie zajmuje więcej niż połowę jezdni.
- Uczestnicy w wieku do 10 lat mogą iść w kolumnie tylko dwójkami, pod nadzorem co najmniej 1 osoby pełnoletniej.
- Na przedzie grupy zawsze idzie prowadzący wycieczkę, następnie najstarsi i najmłodsi uczestnicy, którzy nadają tempo marszu. Kolumnę zamykają najstarsi uczestnicy wraz z wychowawcą.
- Długość kolumny pieszych nie może przekraczać 50m, odległość między kolumnami nie może być mniejsza niż 100m.

PORUSZANIE SIĘ KOLUMNY

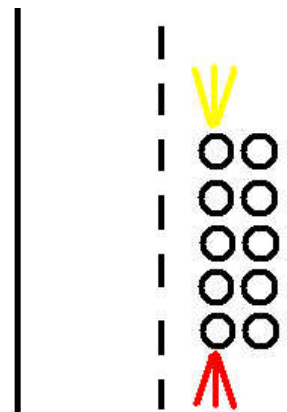
- Kolumna pieszych, z wyjątkiem pieszych w wieku do 10 lat może poruszać się tylko **prawą stroną drogi**.
- Kolumna pieszych w wieku do 10 lat powinna poruszać się chodnikiem lub drogą dla pieszych, a w razie ich braku - poboczem. Jeżeli nie ma pobocza kolumna może poruszać się jezdnią, zajmując miejsce jak najbliżej jej krawędzi i ustępując miejsca nadjeżdżającym pojazdom.

Kolumna pieszych w wieku do 10 lat może poruszać się tylko **lewą stroną drogi**.

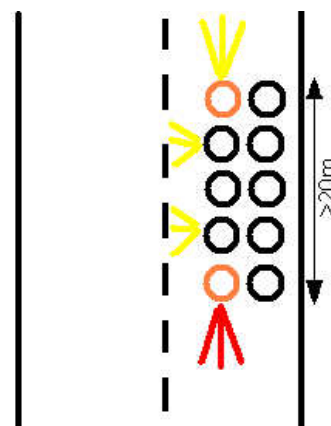
- W miastach należy poruszać się zwartą grupą po chodnikach. Jezdnię przekraczamy w miejscach wyznaczonych (pasy), lub w innych miejscach zgodnie z przepisami.
- Nie wolno zatrzymywać się w miejscach o utrudnionej widoczności (na zakrętach, za i przed wzniesieniem).

PORUSZANIE SIĘ KOLUMNY W WARUNKACH NIEDOSTATECZNEJ WIDOCZNOŚCI (NOC, DESZCZ)

- Pierwsza i ostatnia osoba z lewej strony zobowiązana jest nieść latarkę:
pierwsza - ze światłem białym skierowanym do przodu,
ostatnia - ze światłem czerwonym skierowanym do tyłu.



- Jeżeli kolumna jest dłuższa niż 20m idący po lewej stronie z przodu i z tyłu zobowiązani są dodatkowo używać elementów odblaskowych.
Idący po lewej stronie zobowiązani są używać latarek ze światłem białym tak, aby odległość między nimi nie przekraczała 10m.



- Światło używanych latarek powinno być widoczne z odległości co najmniej 150m.
- Zabronione jest:
 - poruszanie się kolumny pieszych w czasie mgły,
 - poruszanie się kolumny pieszych w wieku do 10 lat w warunkach niedostatecznej widoczności,
 - prowadzenie po jezdni kolumny pieszych przez osobę poniżej 18 roku życia.

WYCIECZKI GÓRSKIE

Zasady bezpieczeństwa na wycieczkach górskich można znaleźć w internetowym szkoleniu GOPR, dotyczącym bezpieczeństwa w górach: www.gopr.com.pl

Najważniejsze zasady (poza zasadami bezpieczeństwa w czasie zwykłych wycieczek pieszych) to:

- odpowiedni ubiór (obuwie, ubranie odpowiednie do szybkich zmian pogody), rzeczy osobiste zabieramy w plecaku,
- grupa porusza się wyłącznie po znakowanych szlakach turystycznych,
- na terenach powyżej 1000 m.n.p.m. wycieczkę prowadzi przewodnik górski, a na terenie Tatrzańskiego Parku Narodowego wyłącznie upoważnieni przewodnicy tatrzańscy.

MAKSYMALNE DZIENNE DŁUGOŚCI TRASY I WAGI OBCIĄŻENIA UCZESTNIKÓW

(na podstawie: Sosnowski S., *Vademecum turysty pieszego*, Warszawa 1984r.)

Wiek	Obciążenie	Długość trasy
11-12 lat	Do 4 kg	10-12 km
13-14 lat	Do 5 kg	12-15 km
15-16 lat	Do 5 kg	15-18 km
16-18 lat	Do 8 kg	18-20 km

Normy te powinny być traktowane jako orientacyjne i maksymalne. Należy pamiętać o takich czynnikach jak sprawność, wytrzymałość oraz różnica płci.

ZACHOWANIE W CZASIE BURZY

Aby zmniejszyć ryzyko porażenia piorunem należy:

- nie chronić się pod samotnymi drzewami,
- unikać szybkiego poruszania się na odkrytej powierzchni,
- na bezleśnym stoku kłaść się płasko na ziemi,
- zakryć odsłonięte metalowe części ekwipunku,
- chroniąc się pod ściany budynków posiadających instalację piorunochronową nie należy stawać blisko tej instalacji, gdyż grozi to porażeniem w wypadku uderzenia pioruna,
- jeśli jesteśmy w posiadaniu metalowych przedmiotów należy rozrzucić je w dużej odległości od siebie.

PRAKTYCZNE PORADY DLA DRUŻYNOWYCH\KIEROWNIKÓW WYCIECZEK

- w dni upalne i przy silnym nasłonecznieniu unikaj wędrówki w godzinach popołudniowych,
- pamiętaj o przerwach na odpoczynek w czasie marszu,
- dbaj o odpowiedni do warunków pogodowych ubiór uczestników wycieczki,
- powinnaś/powinieneś znać teren i posiadać jego mapę,
- na terenie parków narodowych i krajobrazowych poruszaj się po wyznaczonych szlakach turystycznych lub ścieżkach przyrodniczych,
- idących na początku i na końcu kolumny warto zaopatrzyć w kamizelki odblaskowe, najlepiej jaskrawożółte i używać ich niezależnie od warunków widoczności,
- powinnaś/powinieneś posiadać apteczkę i umieć udzielić pierwszej pomocy,
- pamiętaj o ubezpieczeniu uczestników wycieczki,
- dbaj o to, aby nikt nie odłączał się od grupy bez Twojej zgody,
- pamiętaj o odpowiednim szyku kolumny, zasadach poruszania się po drogach oraz przepisach ruchu drogowego,
- nie zatrzymuj kolumny na zakręcie, za i przed wzniesieniem oraz w innych miejscach, w których utrudniona jest widoczność,
- w miastach prowadź grupę chodnikiem,

- prowadząc kolumnę w nocy lub w czasie deszczu pamiętaj o latarkach i kamizelkach odblaskowych,
- nie wychodź z grupą w czasie mgły, a z uczestnikami w wieku poniżej 10 lat także w nocy i w czasie deszczu,
- aby móc prowadzić kolumnę pieszych musisz być pełnoletni,
- pamiętaj o dostosowaniu długości trasy i wagi obciążenia do wieku i płci uczestników wycieczki,
- powinnaś\powinieneś wiedzieć, jak zachować się w czasie burzy.