



ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ В ГОРАХ ДЛЯ ТУРИСТОВ

Горы являются местом повышенной опасности для жизни и здоровья людей. Смена погоды происходит очень часто. Здесь бывают грозы, снегопады, сильные ветра, метель, низкие и высокие температуры. На человека влияет перепад высот, температур, повышенная ультрафиолетовая активность солнца и другие факторы. На маршрутах возможны проявления признаков «горной болезни», которая проявляется при подъеме в высокогорные районы с разреженным воздухом.

ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ В ГОРАХ ДЛЯ ТУРИСТОВ И АЛЬПИНИСТОВ:

1. Выбирать для передвижения наиболее безопасный маршрут.
2. Тщательно оценить возможные опасности, учитывая погодные условия, вероятность препятствий.
3. Быть готовым к неожиданностям и уметь распознавать приближающуюся опасность (ухудшение погоды, лавину, камнепад), и принять меры предосторожности.
4. Передвигаться только группой, строго соблюдая дисциплину, не допуская ее разделения.
5. Определять темп движения по слабейшему в группе.
6. Соблюдать режим нагрузок и отдыха.
7. Не сокращать путь за счет безопасности.
8. Покидая место привала, не забывать предметы снаряжения, экипировки.
9. Не совершать переходов при плохой видимости (метель, туман) или в темное время суток.
10. Преодолевать опасные участки, реки с быстрым течением, трещины и т.д., только обеспечив надежную страховку.
11. Лавиноопасные участки преодолевать лишь в случае крайней необходимости, поодиночке, с выставлением наблюдателей, строго соблюдая правила безопасности и страховки.
12. С появлением явных признаков усталости, особенно при падении температуры воздуха, сильном ветре, снегопаде, прекратить движение, подыскать укрытие и организовать бивуак.
13. Обязательно пользоваться очками-светофильтрами при сплошном снежном покрове, как в солнечную погоду, так и при облачном небе.
14. Избегать переходов по склонам и желобам со свободно лежащими камнями.

И ПОМНИТЕ, ЧТО ВАША БЕСПЕЧНОСТЬ МОЖЕТ СТОИТЬ ЖИЗНИ!

ПРИ ВОЗНИКНОВЕНИИ ЧРЕЗВЫЧАЙНЫХ СИТУАЦИЙ НЕОБХОДИМО ЗВОНИТЬ

ПО ЕДИНОМУ ТЕЛЕФОНАМ «112», «101»!