



Министерство Российской Федерации по делам гражданской обороны,
чрезвычайным ситуациям и ликвидации последствий стихийных бедствий

Рекомендации туристским и альпинистским группам

Чтобы путешествие по туристским или альпинистским маршрутам не было омрачено неприятностями и принесло вам удовольствие, Главное управление МЧС России по Мурманской области рекомендует запомнить следующие простые правила поведения в горах:

- группа должна обязательно зарегистрироваться в поисково-спасательном отряде, обеспечивающем данный район, получить там консультацию по наличию и прохождению естественных препятствий, сведения о метеорологическом прогнозе на время путешествия, о путях подхода к ближайшим населенным пунктам от нитки маршрута, узнать расположение контрольно-спасательных отрядов, их адреса и телефоны. Группа обязана сообщить спасателям контрольные сроки возвращения и основные сведения о составе участников и намеченном маршруте;
- нельзя ходить в горы в одиночку, это очень опасно. Порой шанс выжить в горах одному в плохую погоду составляет 50 на 50;
- прежде чем отправиться по горным маршрутам с друзьями, необходимо убедиться, что ни у кого из спутников нет проблем с артериальным давлением и сердечными болезнями. Желательно всегда иметь при себе медицинскую аптечку;
- если у Вас есть огромное желание впервые пройти по горному маршруту, но нет возможности присоединиться к опытным туристам, найдите профессионального гида, который сможет безопасно провести Вас самыми интересными тропами и рассказать обо всем, что встретится на пути;
- если Вы берете с собой в горы детей, особенно ваших близких, необходимо помнить о своей ответственности не только перед совестью, но и перед их родителями;
- нельзя совмещать пикники, шашлыки и употребление спиртного с горами. Отложите это до возвращения назад;
- выясните прогноз погоды перед выходом на маршрут; при ухудшении погоды быстрее спускайтесь вниз, а не карабкайтесь вверх. Если Вы чувствуете приближение грозы, то быстрее уходите подальше в долину, и помните, что и одинокое мокрое дерево может "притянуть" к себе молнию;
- на горных маршрутах внимательно следите за дорогой и смотрите под ноги, особенно после дождя;
- в горах необходимо ходить по известным тропам, не искать приключений - встречи с дикими животными. Не пытайтесь идти в те места, куда редко ступала нога туриста, можно попасть в забытый браконьером капкан;

