

СЪВЕТИ ЗА БЕЗПАСНО ПОВЕДЕНИЕ В ПЛАНИНАТА СПОРЕД МЕТЕОРОЛОГИЧНИТЕ УСЛОВИЯ

Мъгла - създава се грешна представа за големината на предметите, за тяхното местонахождение и форми и съществува реална опасност от отклонения от правилния маршрут и загубване.

1. Ако сте в изходен пункт, препоръчително е да изчакате разсейването на мъглата.
2. Ако сте по пътя, увеличете вниманието, постоянно следете маркировката, картата или компаса.

Дъжд - понижава се видимостта и има опасност от изгубване, подхлъзвания и падания, които могат да доведат до травми. Понижава се тонуса и се увеличава вероятността от допускане на грешки. Има вероятност от гръмотевици!

Силен вятър - води до по-бързо охлаждане на организма. Опасен е при ходене по тесни била и скалисти местности – особено при внезапни пориви.

Слънчево греене - в планината слънцето пече по-силно отколкото на морето. Носете шапки с големи периферии или козирки и очила. Дългите дрехи или слънцезащитен лосион са препоръчителни!

Мълния - често явление особено през лятото. Ако по пътя ви застигне гръмотевична буря, следвайте следните съвети:

1. Ако се намирате по билото на планината, по възможно най-бързия начин слезте по-надолу, но не тичайте!
2. Отстранете на разстояние поне 10 метра всички метални предмети (щеките, мокри пръчки, чадърите, широките ланци и т.н.).
3. Не заставайте до единични дървета, маркировъчни стълбове, на брега на водни площи.
4. Избягвайте тичането. Стойте далеч от едри домашни животни – коне, крави, волове и т.н.
5. Разпръснете се, ако сте повече хора. Не заставайте в близост до места, на които има метални проводници.
6. Запомнете, че не всяко засягане от мълния е смъртоносно и своевременното оказване на първа помощ може да предотврати смъртта! Дори индиректният удар на мълния може да нанесе големи изгаряния, човека да получи гърчове, или да изпадне във временно безсъзнание. Наблюдават се и повръщане, диария, сърцебиене, белодробен оток, парализа на дихателните мускули и т.н. Трябва незабавно да се започне с изкуствено дишане, а при нужда – и сърдечен масаж.
7. Мобилните телефони трябва да се изключат веднага, защото радиовълните привличат мълниите!
8. Не подпирайте ръцете си на земята, за да не се превърнат в проводник.
9. Снижете се максимално ниско: Наближаващият удар на мълнията може да се усети по изтръпването на кожата и по усещането, че косата ви се изправя (стига да е суха, разбира се). В такъв случай паднете бързо на земята, като най-напред го направете на колене и длани. Светкавицата минава по най-краткия път към земята, така че ако ви удари в този момент, вероятността да спре сърдечната дейност или дишането се намалява. След това легнете плътно на земята.
10. Когато светкавицата блесне, започнете да отброявате секундите, докато чуете гърма. Приблизително 3 секунди са нужни той да измине 1 км., така че ако чуете преди да преброите до 10, то мълниите падат опасно близо до вас. Ако преброите повече от десет, това не означава, че със сигурност сте извън опасност.

ЗАСТРАХОВКАТА Е ЗАДЪЛЖИТЕЛНА! НЕ ЗАБРАВЯЙТЕ: Когато сте в група, създаването на паника, в каквато и да е ситуация, не е добър изход. Запазете спокойствие и винаги изпълнявайте съветите на водачите без да проявявате безотговорност или самоинициативи! Ако сте сигурни и можете да окажете помощ на някого, направете го!

От организаторите на Поклоннически път „Рилският чудотворец“