



Gore imajo jeseni svoje pasti

Jesen, ki je po mnenju številnih idealen čas za planinarjenje, marsikateri pohodnik izkoristi še za zadnje resne vzpone na vrhove. A ta letni čas ima tudi svoje pasti, na katere vsako leto opozarjajo v **Planinski zvezi Slovenije**.

MAŠA LIKOSAR

Kranjska Gora – Pri načrtovanju planinskega izleta je treba upoštevati, da so jesenski dnevni krajši, oktobrski dnevi so bili na primer kar za 4,5 ure krajši od julijskih. Večina visokogorskih koč je zato v tem času že zaprta, vrata sredogorskih pa bodo do pozne pomladi v dobršni meri odprta po zimskem režimu, torej ob koncu tedna in med prazniki.

Načrt poti je prvi korak k varnejšemu obisku gora, pri tem si lahko pomagate s planinskimi zemljevidi in tiskanim vodnikom. Turo prilagodite svojim psihofizičnim sposobnostim, preverite vremensko napoved, v gore pa se odpravite zgodaj zjutraj. Popoldan je namreč povečana možnost neviht, ki jih spremljajo strele, pred njimi pa ste varni le v **planinskih kočah**. Ko načrtujete izlet v gore, vselej nekomu v dolini povejte, kam se odpravljate, kakšni so vaši cilji in kdaj se nameravate vrniti. V **planinskih kočah** se vpisujete v vpisne knjige, saj te informacije koristijo gorskim reševalcem, če bi vas v primeru nesreče morali iskati.

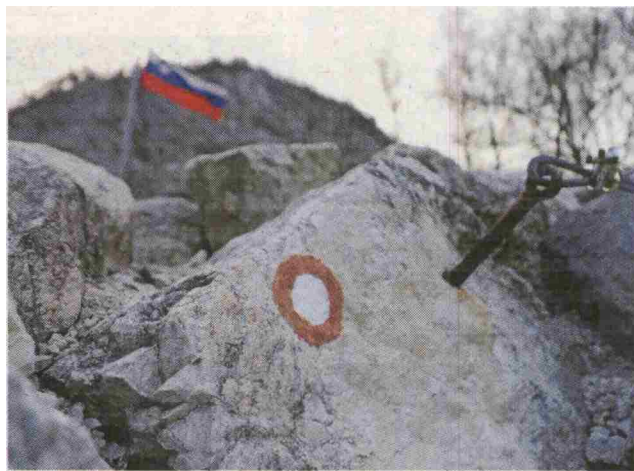
V nahrbtniku vsa oprema

V planinskem nahrbtniku naj bo vedno vsa potrebna oprema, ki jo morate znati tudi pravilno uporabljati – osebni komplet za prvo pomoč, čelna svetilka

ali rezervna baterija, alu folija ali velika črna vreča oziroma t. i. bivak vreča, ki bo služila kot toplotna zaščita v primeru nesreče ali nenadčrtovanega bivakiranja. Poleg tega morate imeti s seboj mobilni telefon s polno baterijo, planinski zemljevid in kompas, rezervno hrano in zadostno količino vode. V gore se odpravite le v planinskih čevljih, sandali, superge ali druga lažja obutev je lahko vzrok nesreče. »Naj ne bo odveč dodaten kos toplejšega oblačila, saj se sonce rado skrrije za oblake in hitro postane hladno. Če piha veter, je občutek mraza še večji. V tem času so sploh v nižjih predelih **planinske poti** skrite pod odejo jesenskega listja. Korak naj bo počasen in zanesljiv. Pod listjem se namreč skriva moka korenine in kamni, ki se ob obremenitvi prevrnejo in lahko staknemo neprijetno poškodbo noge. Svetujemo uporabo planinskih palic za boljše ravnotežje in tipanje terena pred seboj,« je opomnil strokovni sodelavec **Planinske zveze Slovenije (PZS)** Matjaž Šerkezi.

Držite se markiranih poti

Planinske poti v slovenskih gorah so označene s Knafelčevo markacijo, ki ji je treba slediti, saj sporoča, da ste na pravi poti. Pomembno je, da ne zahajate na brezpotja. Če se izgubite, pa se vrnite po isti poti in poiščete



Planinske poti v slovenskih gorah so označene s Knafelčevo markacijo, ki ji moramo slediti. / Foto: Tina Dokl

markacijo. Pot predhodno načrtujte s pomočjo planinskih zemljevidov novejša izdaja, saj se narava v gorskem svetu spreminja in pot, ki je nekoč obstajala, lahko poteka drugje ali pa je ni več. Stanje **planinskih poti** lahko vedno preverite na spletni strani **PZS**. Med samim izletom pa vam je lahko v pomoč aplikacija **maPZS** z vrisanimi **planinskimi potmi**, ki jih redno preverjate in posodabljate.

Določene vrhove je že pobelil sneg, na predelih okrog 1500 metrov in na severnih straneh so poledenele zaplate snega, nad 2000 metrov pa je sneg. »Še posebej bodite pozorni ob vrnitvi v dolino, saj se takrat zgodi največ nesreč. Visokogorje v tem času zahteva predvsem veliko izkušenj posameznika.

Naj vas ne zaslepi želja po lovu za 'instafotografijami', je dodal Šerkezi.

Če se zgodi nesreča

V primeru nesreče pokličite številko 112 ali na to številko pošljite kratko sporočilo s podatki, kdo kliče, kaj in kje se je zgodilo, kdaj se je zgodilo, koliko je ponesrečenec, kakšne so poškodbe in kakšno pomoč potrebujete. Pomembno je, da ohranite prisebnost in ostanete mirni. Zaščitite sebe in ponesrečenca pred neposrednimi nevarnostmi in nudite prvo pomoč v okviru svojega znanja in sposobnosti. Zavedajte se, da pomoč lahko pride šele čez nekaj ur, saj helikopter ne more vedno takoj poleteti, gorski reševalci pa gredo v tem primeru na pot peš s težko opremo.