



# Pozimi v gore le z znanjem in spoštovanjem

Zimski obisk gora zaznamujejo nižje temperature, krajši dan, zaprte **planinske koč** in specifične snežne razmere, zato odhod v gore pozimi zahteva natančno načrtovanje, ustrezno opremo in znanje njene uporabe

Zvezdana Bercko

**Z**ačetek je bil kot v zimski pravljici. Sonce, zasnežen gozd, sneg je po dobro uhojeni gazi škripal pod nogami. A ko smo stopili iz gozda na planino, se je v trenutku vse spremenilo. Močan veter je popolnoma prekril gaz, da nismo več vedeli, kam, dvigoval je sneg, ki nas je bičal po obrazih, da smo komaj še kaj videli. Nebo je postalo svinčeno sivo, očitno je bilo, da je sneženje, ki so ga napovedovali meteorologi, že res blizu. Potem se je spustila še gosta megla... Scenarij, ki bi lahko neustrezno pripravljene in opremljene planince peljal v katastrofo.

Pri **Planinski zvezi Slovenije** res ne bi mogli izbrati boljšega dne za prikaz nevarnosti, ki pozimi prežijo v gorah. Res so pozimi še bolj čarobne kot sicer, a ta lepota je lahko varljiva. En korak v napačno smer, en piš vetra, ena zamujena ura so hitro preveč. Obiskovanje gora pozimi zato terja dobro poznavanje vremenskih razmer, veliko izkušenj in znanje o pravilni rabi zimske gorniške opreme. To velja tudi za obiskovanje sredogorja in nižjih hribov, tudi tu sta potrebni posebna previdnost ter pametna izbira oblačil in opreme. Zasnežene gore zahtevajo izurjenega, opremljenega in spoštljivega obiskovalca.

"Obisk gora pozimi je za izkušene posameznike. Žal pa še vedno vidimo, kako se nekateri vzpenjajo v visokogorje v derezicah oziroma verigah. Takšni posamezniki se niti ne zavedajo, da so v nevarnosti in da s 'poučnimi' objavami na družbenih omrežjih v nevarnost spravljajo še druge. Zasnežene gore zahtevajo kompleksno osebnost, ki obvlada tehnične pripomočke, ima znanje iz nevarnosti v gorah, vremenoslovja,

orientacije, gibanja ... Predvsem pa ima veliko mero spoštovanja do gora in se zaveda, da bo gora počakala, in se zna obrniti dva koraka pred vrhom," je povedal gorski reševalec Matjaž Šerkezi, strokovni sodelavec **Planinske zveze Slovenije**.

Zimska gorniška tura se začne - doma. S temeljito pripravo. "V primerjavi s poletjem, ko nas po gorah vodijo bolj ali manj široke dobro vidne poti, smerokazi in markacije, je pozimi drugače. Markacij večinoma ne vidimo, gazi lahko v nekaj minutah zamete sneg, gaz nas lahko tudi zavede, saj ne vemo, kam je bil tisti, ki jo je utrl, sploh namenjen. Zato se je treba na pot dobro pripraviti, s pomočjo planinske karte, vodnika ali aplikacije," je poudaril inštruktor planinske vzgoje Martin Šolar, podpredsednik **PZS**. Dodatno tveganje pozimi predstavljajo plazovi. "Tudi če že vidimo naš cilj, ne smemo kar naravnost čez pobočje, čeprav nas pot ali aplikacija vodita tako. Mogoče je pobočje nevarno, treba je preveriti oceno tveganja zaradi plazov."

Poleg tehnične opreme za hojo v gore pozimi potrebujemo vso opremo kot za gore v kopnih razmerah, dodatno pa še dobre zimske planinske čevlje, gamaše za zaščito pred vdorom snega v čevlje, kakovostna oblačila, ki ščitijo pred vetrom, mrazom in vlago ter imajo dobre izolacijske lastnosti. Najboljša so oblačila iz kombinacije sintetičnih in naravnih vlaken, zlasti merino volne, ki greje tudi, ko je mokra, poleg tega se oblačila iz merino volne ne usmradijo tako kmalu. Oblečemo se v več plasteh, ki jih po potrebi slačimo in tako reguliramo temperaturo. Ne pozabimo na kapo in rokavice, vrhnje oblačilo naj ima kapuco, saj preko glave izgubljammo največ toplote.

Ne pozabimo niti na rezervna oblačila (tudi rezervno kapo in rokavice) in na dejstvo, da je pozimi dan krajši in da je večina **planinskih koč** zaprta, zaradi česar potrebujemo več tople tekočine in hrane v nahrbtniku. "Med obvezno opremo, ki mora biti vedno v nahrbtniku, sodijo osebni komplet prve pomoči, mobilni telefon s polno baterijo, čelna svetilka in rezervne baterije, planinska karta in kompas, astrofolija oziroma bivak vreča. Tako kot zaradi nižjih temperatur energijo hitreje porablja naše telo, se hitreje izprazni tudi baterija v telefonu. Zato vzemimo s sabo tudi tako imenovani powerbank oziroma prenosni polnilnik. Telefon, ki ga nastavimo na način za letenje, kar spet varčuje z baterijo, je dobro nositi tesno ob telesu, kjer je temperatura višja kot pa v zunanjih žepih vetrovke ali v nahrbtniku," je naštel izkušeni reševalec.

## Derezice so smrtno nevarne

Najpomembnejši del opreme za hojo v hribe pozimi je dobra zimska planinska obutev. "Dober zimski čevljev se morda zdi na prvi pogled okoren, saj je profiliran podplat trši, čevlji so praviloma višji in narejeni tako, da so toplejši in da ne prepuščajo vlage," je razložil Šolar. Pohodne palice nam pozimi nudijo dodatno oporo na snežni podlagi, v veliko pomoč so nam pri hoji v globokem snegu, pa tudi na zmrazjenem snegu, ko na nogah nimamo derez, pomembno pa je tudi, da so pozimi opremljene s širokimi krpljicami in čim daljšo kovinsko konico. Za pozimi so boljše enodelne palice, če pa se že odločimo za zložljive, naj bodo raje dvo- in ne tridelne. "Čim manj je sestav-

nih delov, manj je možnosti, da kateri zataji," je pojasnil inštruktor planinske vzgoje. Palice seveda uporabljamo le, če na nogah nimamo derez, kombinacija palic in derez je smrtno nevarna, saj se ob padcu nimamo s čim ustaviti.

Smrtno nevarne so lahko tudi priljubljene derezice ali verige in druge gumijaste izpeljanke, ki so pravi modni hit. "Ampak uporabne so le na polede-nelih ulicah v mestu in na položnih terenih, saj nimajo prvih zob in niso primerne oziroma so lahko zelo nevarne za resnejše gorniške ture. Na strmini se lahko snamejo s čevljev, kar povzroči zdrs," je opozoril Šolar.

"Za obisk visokogorja so edina pravilna izbira 12-zobe gorniške dereze in klasični cepin, z njima pa tudi čelada. Opremo je seveda treba znati uporabljati, saj nam zgolj to, da jo imamo, ne zagotavlja varnejše hoje, kvečjemu smo lahko sami sebi nevarni," pa je izpostavil strokovni sodelavec PZS in inštruktor planinske vzgoje Matej Ogorevc. "Hoja s derezami je specifična - korak mora biti nekoliko širši, stopala obrnjena navzven. Stopamo čim bolj pravokotno glede na podlago, da lahko vsi zobje odigrajo svojo vlogo. Najbolj kritični so obrati med hojo, ko je treba biti še bolj previden, da se z derezo ne zatakamo v hlačnice in pademo. Med hojo moramo biti ves čas zbrani in vedno pripravljeni na padec. Padec lahko zaustavimo le s cepinom, odre-agirati pa moramo hipoma in se začeti zaustavljati takoj po padcu. Že po nekaj sekundah so hitrosti tako velike, da se ne bomo mogli več ustaviti. Zato tudi tukaj velja - vaja dela mojstra. Mojstri-mo se lahko na vsaki turi, potrebujemo le nekaj metrov strmine z varnim iztekom in ustrezno opremo."

## Naenkrat počí in potegne celo pobočje

Prav tako je obvezen del tehnične opreme vsakega gornika plazovni trojček: žolna, sonda in lopata. "Plazovna žolna je namenjena grobem in plazovna sonda finemu določanju lege pones-rečenja, plazovna lopata pa hitremu in učinkovitemu izkopavanju, saj je možnost za preživetje v snežnem plazu največja v prvih 15 minutah po zas-

tju, potem pa se zelo strmo znižuje." V zadnjih letih se je razširila uporaba plazovnih nahrbtnikov, iz katerih se sproži zračna blazina, podobna tisti v avtomobilih. Vendar pa strokovnjaki opozarjajo, da nahrbtnik ne varuje pred proženjem plazu, lahko le izboljša možnost preživetja. Seveda le, če je z nami kdo, ki obvlada iskanje zasutega. Zato se v gore pozimi vedno odpravimo v družbi. Z nobeno opremo, še tako moderno, se namreč iz plazu ne bomo mogli izkupati sami."

Po obilnem sneženju ali otoplitvah še vsaj tri dni ali štiri ne hodimo v gore. Počakajmo, da se snežna odeja stabilizira, da so na glavnih poteh utrte gazi. Še bolje pa je, da se pozimi v gore odpravimo v spremstvu izkušenega vodnika.

Največjo nevarnost v naših gorah predstavljajo tako imenovani kložasti plazovi, ki so tudi drugod v Alpah najpogostejši vzrok za nesreče in smrt v gorah. Šerkezi za lažjo predstavo kložo opiše tako: "Predstavljajte si, da imate dve leseni plošči, med katerima so nasuti kamenčki, in to vse skupaj nagnete za 30 stopinj. Spodnja plošča predstavlja podlago, zgornja plošča zbito snežno odejo, kamenčki pa kristale snega, najpogosteje globinskega sreža ali pa suho travo. Zaradi robatosti kamenčkov bo zgornja plošča nekaj časa pri miru. Dajala bo občutek varnosti, stabilnosti, ko boste stopili nanjo, se ne bo predirala in bo odlična za hojo z derezami. Bo pa oddajala zamolkel zvok. In po nekaj korakih bodo sile na podlago tako velike, da bodo kamenčki (kristali) preprosto popustili in zgornja plošča bo zdrsnila. Slišali boste samo še poku podoben zvok in v trenutku boste z veliko hitrostjo drveli navzdol."

Klože so največja skrb tudi najizkušenejših planincev, celo vodnikov, inštruktorjev in gorskih reševalcev, saj jih je težko predvideti oziroma oceniti. Na prikazu nevarnosti v zimskih gorah, ki ga je Planinska zveza Slovenije pripravila za novinarje, je plaz presenetil tudi Matjaža Šerkezija, ko je hotel prikazati delovanje plazovnega nahrbtnika. Pa ga je moral sprožiti zares. "Smo v varnem okolju, v vrtači nekje na Mali planini. Nedolžna vrtača, v kateri bi se lahko igrali otroci. Pobo-

čje se dviga le kakih 30 metrov. Gazim sneg proti robu, da bom skočil čezenj in aktiviral nahrbtnik. Naenkrat počí in potegne celo pobočje v vrtači. Kloža, debela 30 centimetrov. Instinktivno potegnem prožilo, nahrbtnik se napihne in me obdrži na vrhu, zaščiti glavo. S kložo sem v trenutku na dnu vrtače. Dobra demonstracija, ni kaj. Le da je bilo tokrat zares," je sam opisal dogodek. Mi pa smo se še enkrat prepričali, kako resne so razmere pozimi v gorah, tudi v okoliščinah, ki se sicer zdijo varne.

Baterija telefona se v  
mrazu hitro izprazni.  
Zato telefon nosimo  
tesno ob telesu

## VARNEJE V GORE

- V gore se podajajte primerno opremljeni, opremo se naučite uporabljati.
- Pred začetkom sezone vadite hojo z derezami, pravilno uporabo cepina in zaustavljanje s cepinom na pobočju z varnim iztekom.
- Izbirajte poti, primerne svojim psihofizičnim sposobnostim.
- Pri načrtovanju ture upoštevajte, da je dan pozimi kratek.
- Preverite odprtost **planinskih koč** (večina koč je pozimi zaprta).
- Že več dni pred turo spremljajte vremenske razmere in napoved za območje, kamor se odpravljate.
- Upoštevajte podatke o snežnih razmerah - o višini in stanju snežne odeje ter stopnji nevarnosti proženja snežnih plazov.
- Po obilnem sneženju ali otoplitvah še vsaj tri dni ne zahajajte v gore zaradi povečane nevarnosti proženja snežnih plazov.
- O svojih poteh in načrtih obvestite domače.



Ko zima v hribih pokaže zobe ...

Foto: Andrej Petelinšek



Tule je pa šlo zares ...  
Foto: Andrej Petelinšek



Derezice so lahko smrtno nevarne. Na strmini se snamejo s čevlja, kar povzroči zdrs. Foto: Andrej Petelinšek



Nikar brez kape in rokavic!  
Foto: Andrej Petelinšek

Kaj vse mora biti v nahrbtniku, ko se odpravljamo na zimске ture.  
Foto: Andrej Petelinšek



Pozimi markacij večinoma ne vidimo, gazi lahko v nekaj minutah zamete sneg. Foto: Andrej Petelinšek