

Regulamin Górskiego Pogotowia Ratunkowego

Zgodnie z §11 ust. 2 lit. A) ustawy 544/2002 Dz. U. o Górskim Pogotowiu Ratunkowym w celu zapewnienia bezpieczeństwa osób w rejonach górskich, Górskie Pogotowie Ratunkowe (dalej już tylko „pogotowie górskie”) stanowi, że:

Art. 1

- (1) Każda osoba znajdująca się w terenie górskim (oprócz osób znajdujących się w osadach, na drogach publicznych, trasach zjazdowych lub biegowych) ma obowiązek:
- a) stosować się do wytycznych pogotowia górskiego,
 - b) postępować zgodnie z ostrzeżeniami, informacjami oraz innymi wytycznymi związanymi z bezpieczeństwem w rejonach górskich,
 - c) zasięgać informacji w pogotowiu górskim lub innych dostępnych źródłach, na temat stanu tras, zagrożeń lawinowych oraz innych zagadnień dotyczących bezpieczeństwa,
 - d) zasięgać informacji o stanie pogody w Słowackim Instytucie Meteorologii i Gospodarki Wodnej (SHMÚ) lub pogotowiu górskim,
 - e) zachowywać się w taki sposób, by nie doprowadzać do ryzyka zagrożenia własnego życia, zdrowia lub majątku, oraz do zagrożenia życia, zdrowia lub majątku osób trzecich,
 - f) dostosować strój i wyposażenie do stopnia trudności trasy, wycieczki lub wspinaczki (dalej tylko „trasa”) oraz warunków pogodowych,
 - g) posiadać w trakcie wycieczki apteczkę ze środkami służącymi udzieleniu pierwszej pomocy,
 - h) posiadać wystarczającą ilość jedzenia i picia,
 - i) dostosować wybór trasy do własnego stanu zdrowia i kondycji,
 - j) nie wychodzić w góry w momencie ogłoszenia 4 i 5 stopnia zagrożenia lawinowego,
 - k) zrezygnować z kontynuacji wyjścia i wrócić w przypadku pogorszenia się pogody,
 - l) nie poruszać się tuż przy skraju ścieżki, z powodu ryzyka osunięcia,
 - m) nie blokować poręczy, szczególnie w miejscach uczęszczanych i nie siadać na nich,
 - n) nie obciążać mostków dużymi grupami i nie zatrzymywać się na nich bez potrzeby,
 - o) pola śniegowe pokonywać z rozwagą, nie ślizgać się na nich,
 - p) zadbać o bezpieczeństwo w trakcie fotografowania lub filmowania w wyższych partiach gór,
 - q) nie rzucać kamieniami ani innymi przedmiotami,
 - r) nie poruszać się na skrótach,
 - s) nie wyprzedzać podczas poruszania się na odcinkach z zabezpieczeniami technicznymi oraz poruszać się tak, by między dwoma elementami zabezpieczającymi znajdowała się tylko jedna osoba,

- t) w przypadku poruszania się na nartach lub rowerze ustąpić pierwszeństwa pieszym,
 - u) poruszać się tylko po trasach wyznaczonych dla pieszych, zaś nad górną granicą lasu tylko po oznaczonych szlakach.
- (2) Na wyprawę należy zabrać ze sobą telefon komórkowy, szczególnie w przypadku samotnych wyjść.
- (3) Poruszać się poza oznaczonymi szlakami lub po trasach wspinaczkowych do I stopnia trudności UIAA włącznie (skala UIAA stanowi załącznik nr 1 do regulaminu) może jedynie:
- a) przewodnik UIMLA,
 - b) osoba towarzysząca przewodnikowi UIMLA,
 - c) osoba wykonująca inną czynność, podczas której niezbędne jest zejście ze szlaku (np. loty sportowe, rafting, kanoing, nurkowanie, wędkarstwo, polowanie...),
 - d) inna uprawniona do tego osoba (np. straż ochrony przyrody, członek straży leśnej, właściciel nieruchomości, leśniczy, geodeta, policjant, strażak...).
- (4) Poruszać się poza oznaczonymi szlakami lub terenie wspinaczkowym do II stopnia trudności UIAA włącznie może:
- a) instruktor turystyki wysokogórskiej,
 - b) osoba przeszkolona z turystyki wysokogórskiej w towarzystwie instruktora turystyki wysokogórskiej.
- (5) Poruszać się poza oznaczonymi szlakami oraz po terenie wspinaczkowym może tylko:
- a) członek górskiego pogotowia,
 - b) inna osoba (stowarzyszenie, osoba prawna lub fizyczna), która współpracuje z pogotowiem górskim podczas pełnienia ich zadań zgodnie z ustawą 544/2002 Dz. U. lub członek organizacji będącej częścią organizacji IKAR-CISA,
 - c) przewodnik górski (UIAGM/IFMGA),
 - d) osoba towarzysząca przewodnikowi górskiemu (UIAGM/IFMGA),
 - e) wspinacz, skialpinista,
 - f) osoba podczas szkolenia skialpinistycznego lub wspinaczkowego znajdująca się pod opieką instruktora,
 - g) osoba lub organizacja podczas wypełniania specjalnych zadań po uprzednim uzgodnieniu tego z pogotowiem górskim oraz spełnieniu warunków dotyczących bezpiecznego poruszania się.
- (6) Po terenie jaskiń (poza powszechnie dostępnymi) włącznie z drogą od szlaku turystycznego do wejścia do jaskini, poruszać się może jedynie:
- a) członek stowarzyszenia speleologicznego,
 - b) osoba podczas szkolenia będąca w towarzystwie członka towarzystwa speleologicznego,

- c) osoba lub organizacja podczas wypełniania zadań specjalnych po uzgodnieniu tego z pogotowiem górskim oraz po spełnieniu warunków bezpiecznego poruszania się,
- d) członek pogotowia górskiego,
- e) inna osoba (stowarzyszenie, osoba prawna lub fizyczna), która współpracuje z pogotowiem górskim podczas pełnienia jego zadań zgodnie z ustawą 544/2002 Dz. U.

Art. 2

Księga wyjść w góry

- (1) Przed rozpoczęciem trasy, wyjścia lub wspinaczki każdy ma obowiązek zapisać się w księdze wyjść w góry; nie obowiązuje to w przypadku poruszania się po osadach lub drogach między nimi.
- (2) W księdze wyjść w góry należy wpisać
 - a) imię i nazwisko,
 - b) cel,
 - c) trasę,
 - d) czas wyjścia oraz zakładany czas powrotu,
 - e) inne niezbędne dane, np. numer telefonu.
- (3) Jeśli nie ma możliwości zapisania się do księgi wyjść w góry, należy informacje wymienione w punkcie (2) zgłosić pogotowiu górskiemu lub bliskiej osobie, która w przypadku zaginięcia zawiadomi pogotowie górskie.
- (4) Należy zachować ustanowiony cel, trasę oraz zakładany czas powrotu.
- (5) Jeśli dana osoba nie powróci do czasu wskazanego w księdze wyjść w góry, obowiązkiem osób fizycznych lub prawnych oferujących usługi zakwaterowania lub żywienia lub osoby bliskiej jest powiadomić o tym fakcie pogotowie górskie.
- (6) Nieobecność dłuższą niż 6 godzin uważa się wystarczający fakt do podjęcia interwencji przez pogotowie górskie.
- (7) Po powrocie z trasy należy wpisać ten fakt w księdze wyjść w góry, ewentualnie zgłosić to pogotowiu górskiemu lub bliskiej osobie.

Art. 3

Wypadek w górach

- (1) Jeśli dojdzie do wypadku w rejonie górskim, należy postępować według wskazówek:
 - A) *Zaginięcie*
Jeśli osoba nie wróci z trasy na czas, po upływie średniego czasu oczekiwania należy zgłosić jej zaginięcie do dyspozytorni pogotowia górskiego; zgłoszenie jest czynnością niezwykle pilną szczególnie w złych warunkach pogodowych.
 - B) *Zabłądzenie lub uwięzienie w trudnym terenie*

W przypadku zabłądzenia lub utknięcia w trudnym terenie należy jak najbardziej szczegółowo wskazać miejsce i poinformować o tym pogotowie górskie; jeśli jest to możliwe pozostać z osobą na linii w kontakcie aż do momentu przybycia ratowników. Istotne jest by osoby, które zabłądzą nie kontynuowały trasy, szczególnie jeśli znajdują się w wysokich partiach gór.

C) Lekkie zranienia lub zmęczenie

Ofiarę ułożyć w bezpiecznym miejscu, udzielić jej pierwszej pomocy zaś po odpoczynku pomóc jej dotrzeć do najbliższej stacji kolejki linowej, schroniska lub osady; albo uraz zgłosić pogotowiu górskiemu.

D) Poważne zranienia, niezdolność do poruszania się

Ofiarę ułożyć w bezpiecznej pozycji, udzielić jej pierwszej pomocy oraz chronić ją przed chłodem; jak najszybciej zawiadomić pogotowie górskie o wypadku i skonsultować z nim kolejność postępowania; ранego nie pozostawiać samego nawet podczas złej pogody.

E) Lawina

Natychmiast rozpocząć poszukiwania w miejscu lawiny i okolicy, biorąc pod uwagę możliwość kolejnego nadejścia lawiny; jeśli brak efektów poszukiwań rozpocząć je z wykorzystaniem narzędzi do poszukiwania lub zacząć improwizowane sondowanie a zdarzenie niezwłocznie zgłosić pogotowiu górskiemu.

F) Śmierć

Wypadek śmiertelny lub znalezienie martwego ciała należy niezwłocznie zgłosić pogotowiu górskiemu lub na najbliższym posterunku policji.

Art. 4 **Zgłoszenie wypadku**

- (1) Każdy wypadek należy zgłosić osobiście lub telefonicznie pod:
- a) działającym NON STOP numerem dyspozytorni pogotowia górskiego – 18300
 - b) dzwoniąc pod numer alarmowy 112.

Art. 5 **Informacje o wypadku**

- (1) W przypadku zgłaszania wypadku należy podać następujące informacje:
- a) wskazać miejsce, w którym potrzebna jest pomoc
 - b) podać informacje o dzwoniącym
 1. imię i nazwisko,
 2. adres zameldowania,
 3. miejsce zakwaterowania w górach,
 4. miejsce skąd dana osoba dzwoni,

- c) informacje o ofierze
 - 1. imię i nazwisko,
 - 2. wiek,
 - 3. narodowość,
 - 4. adres zameldowania,
 - 5. miejsce zakwaterowania w górach,
- d) informacje związane z wezwaniem o udzielenie pomocy
 - 1. aktualny stan ofiary,
 - 2. rodzaj zranienia,
 - 3. mechanizm urazu,
 - 4. dokładne określenie i opis miejsca,
- e) inne informacje
 - 1. aktualna pogoda,
 - 2. dokładny opis terenu,
 - 3. możliwość transport
 - 4. możliwość ratowania siebie.

Art. 6

Instrukcje dla uprawiających turystykę pieszą

- (1) Z przebiegiem trasy należy wcześniej zapoznać się na mapie lub w przewodniku turystycznym.
- (2) W przypadku potrzeby należy skorzystać z usług przewodnika górskiego.
- (3) Na trasę należy wybierać się wcześniej rano i ukończyć ją przed zmierzchem.
- (4) Podczas schodzenia należy liczyć się z czasem wynoszącym 70% czasu wstąpienia.
- (5) Podczas poruszania się po terenie górskim marsz ułatwi posługiwanie się turystycznymi kijkami.
- (6) Na każdą trasę należy ubrać się odpowiednio do pory roku, trudności trasy oraz jej długości. Konieczne jest obuwie z podeszwą wibramową oraz płaszcz przeciwdeszczowy lub kurtka. W chłodniejszą pogodę lub podczas wspinaczki na przełęcz lub szczyt niezbędny jest sweter, czapka oraz rękawiczki. Zimą polecane są raki, czekan lub składane kijki. Należy również pamiętać o jedzeniu oraz wystarczającej ilości płynów.
- (7) Dla orientacji należy wykorzystać mapę turystyczną (letnią i zimową), na której naniesione są wszelkie istotne informacje. Z letniej mapy nigdy nie należy korzystać zimą i odwrotnie. Należy korzystać zawsze z ostatniego, poprawionego wydania mapy, co uchroni przed zabłądzeniem w terenie.

Art. 7

Instrukcje dla uprawiających wspinaczkę

- (1) Zachowanie wspinacza musi być zgodne z instrukcją metodyczną akredytowanego ośrodka kształcenia w zakresie „wspinaczki” oraz międzynarodowej organizacji UIAA.
- (2) Na terenie wspinaczkowym należy być wyposażonym w uprząż wspinaczkową pełną lub łączoną (biodrową i piersiową), kask, linę wspinaczkową, ekwipunek pomocniczy oraz środki do wykonania improwizowanej akcji ratunkowej.
- (3) Podczas uprawiania wspinaczki w celu zabezpieczenia się od upadku należy korzystać ze sprzętu posiadającego certyfikat CE lub UIAA.
- (4) Na dłuższe trasy niezbędną częścią ekwipunku jest sprzęt biwakowy.
- (5) Jeżeli charakter i stopień trudności wejścia na to pozwalają, zawsze należy planować początek wspinaczki tak, by powrót mógł mieć miejsce przed zmierzchem.
- (6) Wspinaczki nie należy uprawiać przy obniżonej sprawności wywołanej alkoholem, środkami odurzającymi, lekami, zmęczeniem, nudnościami, urazem, złym stanem zdrowia lub chorobą.
- (7) Wspinaczkę w środowisku górskim należy planować stosownie do własnych możliwości, o stopień niżej niż wskazują to granice wyznaczone na skałach ćwiczeniowych.
- (8) Przebieg wspinaczki i możliwości zejścia należy sprawdzić w przewodniku; przy trudnym wejściu lub trudnym do rozpoznania terenie należy obejrzeć ścianę z przeciwległego stoku. W przypadku orientacyjnie trudnego terenu należy przygotować sobie plan na wypadek pogorszenia widoczności.
- (9) Nie należy ufać już istniejącym punktom asekuracyjnym.

Art. 8

Instrukcje dla uprawiających skialpinizm

- (1) Uprawianie skialpinizmu musi być zgodne z metodycznymi wytycznymi akredytowanego ośrodka szkoleniowego w kategorii „wspinaczka” lub „skialpinizm” oraz międzynarodowej organizacji UIAA i ISMF.
- (2) Strój i ekwipunek należy dobrać odpowiednio do warunków śniegowych, pogody, trudności i charakteru planowanej trasy.
- (3) Należy posiadać detektor lawinowy lub inny sprzęt służący ochronie przed lawinami; częścią ekwipunku musi być sonda lawinowa i łopata.
- (4) Na terenie wspinaczkowym należy być wyposażonym w uprząż wspinaczkową pełną lub łączoną (biodrową i piersiową), kask, linę wspinaczkową, ekwipunek pomocniczy oraz środki do wykonania improwizowanej akcji ratunkowej.
- (5) Podczas uprawiania skialpinizmu w celu zabezpieczenia przeciw upadkowi oraz dla zabezpieczenia wspinaczki należy korzystać z certyfikowanego sprzętu oznaczonego symbolami CE lub UIAA.
- (6) Na dłuższe trasy niezbędną częścią ekwipunku jest sprzęt biwakowy.
- (7) Jeżeli charakter i stopień trudności wejścia na to pozwalają, zawsze należy planować początek wspinaczki tak, by powrót mógł mieć miejsce przed zmierzchem.

- (8) Skialpinizmu nie należy uprawiać przy obniżonej sprawności wywołanej alkoholem, środkami odurzającymi, lekami, zmęczeniem, nudnościami, urazem, złym stanem zdrowia lub chorobą.
- (9) Przebieg wspinaczki i możliwości zejścia należy sprawdzić w przewodniku; przy trudnym wejściu lub trudnym do rozpoznania terenie należy obejrzeć ścianę z przeciwległego stoku. W przypadku orientacyjnie trudnego terenu należy sporządzić sobie plan na wypadek pogorszenia widoczności.

Art. 9

Wskazówki dla rowerzystów

- (1) Rowerzysta podczas jazdy na rowerze musi mieć nad nim pełną kontrolę.
- (2) Pieszy ma pierwszeństwo przed rowerem, rowerzysta nie ma prawa zagrażać lub ograniczać swoją jazdą innych osób.
- (3) Należy korzystać z kasku; w terenie otwartym również z ochraniaczy na inne części ciała.
- (4) Nie należy wsiadać na rower przy obniżonej sprawności wywołanej głównie alkoholem, środkami odurzającymi, lekami, zmęczeniem, nudnościami, urazem, złym stanem zdrowia lub chorobą.

Art. 10

Wytyczne dla uprawiających sporty lotnicze

- (1) Sprzętem do uprawiania sportów lotniczych jest paralotnia, szybowiec, paralotnia motorowa, szybowiec motorowy.
- (2) Pilot jest odpowiedzialny za przebieg lotu zgodnie z zasadami latania, z wyjątkiem przypadku, gdy okoliczności wymuszają na nim zastosowanie wyjątku od tej reguły z uwagi na bezpieczeństwo lotu.
- (3) Pilot musi mieć podczas wykonywania lotu aktualną licencję pilota lub dokument ucznia pilota oraz świadectwo zdatności sprzętu do lotu (zdatność techniczna). Obywatel innego kraju musi posiadać dokument równoznaczny licencji pilota, ucznia na pilota, dokument potwierdzający zdatność sprzętu do lotu, dokument potwierdzający ubezpieczenie od odpowiedzialności za szkody powstałe wskutek korzystania ze sprzętu lotniczego oraz dokument o ubezpieczeniu na wypadek nieszczęśliwego wypadku.
- (4) Lot na sprzęcie sportowym można wykonać zgodnie z zasadami lotu w warunkach dobrej widoczności, w czasie od wschodu słońca do jego zachodu w dobrych warunkach widoczności. W wyjątkowych przypadkach lot może mieć miejsce 30 minut przed wschodem słońca lub 15 minut po jego zachodzie (zgodnie miejscowym południkiem).

- (5) Pilotowi i członkowi załogi nie wolno rozpocząć lotu przy obniżonej sprawności wywołanej alkoholem, środkami odurzającymi, lekami, zmęczeniem, nudnościami, urazem, złym stanem zdrowia lub chorobą. Przed lotem i podczas niego pilotowi i członkom załogi nie wolno spożywać napojów alkoholowych, środków odurzających lub leków obniżających zdolność koncentracji.
- (6) W przypadku lotu na wysokości ponad 150 metrów nad ziemią sprzęt musi posiadać system ratunkowy i wysokościomierz.
- (7) Podczas lotu nie wolno przelatywać nad autostradami, drogami 1-3 klasy oraz torami kolejowymi na wysokości mniejszej niż 150 m.
- (8) Podczas lotu nie wolno wykonywać gwałtownych obrotów, ostrych zmian kierunku (ponad 60°) w pobliżu ziemi lub zbliżać się do innego sprzętu na odległość mniejszą niż 30 m.
- (9) Każda osoba wykonująca czynność związaną z obsługą sprzętu musi zapewnić sobie ochronę zdrowia za pomocą odpowiednich środków ochronnych. Obowiązkowymi środkami ochrony są kask i ochrona oczu. Polecanymi środkami ochrony są odpowiedni strój, odpowiednie obuwie i inne środki ochrony.

Art. 11

Instrukcje dla uprawiających speleologię

- (1) Działania grotolaza muszą być zgodne z wytycznymi towarzystwa speleologicznego.
- (2) Do jaskini należy wchodzić przynajmniej w dwie osoby, posiadając wiedzę na temat zasad bezpiecznego poruszania się po jaskiniach; do przepaści – znając techniki wspinaczki na linie, ratowania siebie oraz udzielania pierwszej pomocy. W żadnym przypadku nie należy wchodzić do jaskini w pojedynkę.
- (3) W czasie uprawiania speleologii w celu zabezpieczenia się przed upadkiem oraz zabezpieczenia asekuracyjnego należy używać materiałów certyfikowanych oznaczonych znakiem CE lub UIAA.
- (4) Do jaskini można wejść po uprzednim zapoznaniu się z dotyczącymi jej dostępnymi materiałami, z odpowiednim sprzętem, z działającym zapasowym – niezależnym źródłem światła, zapasowym suchym ubraniem oraz w ochronnym kasku.
- (5) Do jaskini należy zabrać ze sobą apteczkę, folię termiczną, jedzenie i picie w ilości przynajmniej na jeden dzień dłużej niż zakładany pobyt.
- (6) W jaskini zakazane jest rozpalanie ognia.

Art. 12

Korzystanie ze specjalnych środków transportu

- (1) Korzystanie ze skuterów śnieżnych, kładów i innych specjalnych sprzętów w celu innym niż służbowy (zaopatrzenie, utrzymanie porządku na trasach, uprzątnięcie drzew, prace budowlane itp.) poza drogami publicznymi jest dozwolone jedynie na terenie wyznaczonym i zabezpieczonym tak, by nie zagrażało to bezpieczeństwu innych osób znajdujących się w rejonie górskim.
- (2) Kierowca otwartego środka transportu musi być wyposażony w kask ochronny lub inne środki ochrony zgodne z zaleceniami producenta.

Art. 13

Niniejszy regulamin wchodzi w życie z dniem 1 lipca 2014 r.

płk. inż. Jozef Janiga

Dyrektor Górskiego Pogotowia Ratunkowego

Załącznik nr 1 – skala trudności dróg wspinaczkowych UIAA

Stopień		Opis
I	Łatwe	Najprostsza forma wspinaczki, jednak to już nie teren pieszej wędrowki; do zapewnienia równowagi służą ręce
	Drobne trudności	Początkujący muszą zabezpieczać się liną; nie mogą cierpieć na zawroty głowy
II	Trudniejsze	Tu się zaczyna prawdziwa wspinaczka, podczas której wymagane jest stosowanie zasady trzech punktów podparcia
	Niewielkie trudności	Na odsłoniętym obszarze należy zabezpieczyć się liną
III	Średnio trudne	Miejsca prostopadłe lub nawisy z dobrymi uchwytami wymagają już od wspinacza siły fizycznej
	Średnie trudności	Na otwartym terenie zalecane są punkty asekuracyjne; wytrenowani i doświadczeni wspinacze mogą pokonać te odcinki jeszcze bez wykorzystania liny
IV	Trudne	Na tym stopniu rozpoczyna się prawdziwa wspinaczka; doświadczenie wspinaczkowe jest nieodzowne
	Duże trudności	Odcinki wspinaczkowe w większości przypadków wymagają dodatkowych punktów asekuracyjnych; asekuracja liną dotyczy nawet doświadczonych i wytrenowanych wspinaczy

V	Bardzo trudne	Wspinaczka w tych warunkach wymaga dobrej kondycji fizycznej, techniki oraz doświadczenia; w Alpach długie odcinki o tej klasyfikacji uważane są za wielkie wyprawy
	Bardzo duże trudności	Zwiększa się ilość punktów asekuracyjnych
VI	Niezwykle trudne	Wspinaczka wymaga niezwykłych umiejętności oraz doskonałego treningu; teren otwarty łączy się tu bardzo często z małą powierzchnią stanowiska
	Niezmiernie duże trudności	Punkty asekuracyjne są oczywistością
VII	Wyjątkowo trudne	Możliwe do przejścia jedynie w przypadku doskonałego treningu oraz z pomocą specjalnego ekwipunku; nawet wytrawni wspinacze potrzebują specjalnego przygotowania dla konkretnych rodzajów skał, by przejść odcinki o tym stopniu trudności, nie spadając
	Wyjątkowe trudności	Doskonała technika asekuracji jest niezbędna
VIII-IX	Stopniowanie poprzednich trudności	Bardzo duże wymagania w kwestii specjalistycznego przygotowania i ekwipunku, występy i odcinki skrajnych stopni można często przejść jedynie po uprzednich ćwiczeniach i uzyskaniu odruchowych nawyków; wyłącznie dla najlepszych wspinaczy
X - XI	Aktualna granica wspinaczkowych możliwości	Wcześniejsze ćwiczenie jest obowiązkowe, nawet najlepsi wspinacze nie są w stanie odcinków o tym stopniu powtarzać zbyt często, do ich pokonania niezbędne są idealne warunki (zewnętrzne i psychiczne) oraz idealna koncentracja; jak dotąd ten stopień pokonuje się z wykorzystaniem górnej asekuracji lub z pomocą wcześniej osadzonych punktów asekuracyjnych