

מטיילים בבטיחות – והוזרים הביתה בשלום!

בתקופה זו רבים יוצאים לטיול מהנה ומשחרר בטבע. לצערנו בכל שנה מטיילים רבים מוצאים את עצמם אבודים, פצועים או חלילה במצב של אסון. שמירה על כללי בטיחות בסיסיים תסייע לכם לטייל בבטחה ולחזור הביתה בשלום!

תכננו את הטיול מראש

- בחרו מסלול שמתאים למשתתפי הטיול** כולל דרגת הקושי של המסלול, אורכו ומשך ההליכה בו
- למדו את המסלול המתוכנן מראש** והכירו היטב את נקודות ציון הדרך ואתגרים שעשויים להיות במהלכו כגון טיפוס בסולמות, מעבר בנחלים וכדומה
- עקבו אחר תחזית מזג האוויר והתאימו את הטיול המתוכנן לתנאים אלו.** בימי שרב המנעו משהיה רבה בשמש והצטיידו במים ובביגוד מתאים, באפשרות לירידת גשם יש להמנע מהגעה לאזורים הנתונים לשטפונות, וכדומה
- קחו בחשבון את זמני הנסיעה ושעת רדת החשיכה.** וודאו שהנסיעה ומסלול ההליכה מאפשרים לכם זמן בשפע לחזור לרכב בבטחה בטרם רדת החשיכה

השאירו פרטי קשר

- עדכנו איש קשר בפרטי הטיול המתוכנן.** מומלץ להשאיר את פרטי הטיול כולל פרטי המשתתפים, המסלול ולוח הזמנים הצפוי אצל איש קשר אמין וזמין
 - השאירו דף ברכב עם פרטי המטיילים.** ביציאה למסלול בטבע כדאי להשאיר דף עם פרטים מזיהוי, מספר המטיילים, דרכי התקשרות ושעת החזרה המשוערת במקום בולט ברכב
- שימו לב:** ניתן להוריד דף פרטי מסלול ויצירת קשר לרכב ללא עלות באתר סייפטי ישראל

הצטיידו בכל הציוד הדרוש

- הצטיידו מראש במפת סימון שבילים מודפסת של האזור.** זכרו שאזורים רבים בטבע אין קליטה לטלפון הנייד ותוכנות הניווט עשויות שלא לפעול. הכירו את המסלול שלכם על המפה והיצמדו לסימוני השבילים ולהנחיות השלטים
- הצטיידו במים ומזון לפי מספר הנפשות –** במזג אוויר נוח לפחות שלושה ליטרים של מים לאדם, וודאו שהמזון עמיד לחום שלא יתקלקל במהלך הטיול

ציוד חיוני נוסף:

- טלפון
- תיק עזרה ראשונה
- קרם הגנה לשמש
- פנס
- דף הוראות לשעת חירום
- ביגוד נוסף כנדרש



לבשו ביגוד מתאים

- הקפידו על לבוש מתאים לעונה ולסביבת הטיול
- הקפידו על חבישת כובע במהלך הטיול להגנה מפני השמש, גם בימים שאינם חמים מאד
- נעלו נעלי הליכה סגורות ונוחות לטיול בטבע
- דאגו לביגוד להחלפה ולביגוד נוסף כנדרש בהתאם לשינויים במזג האוויר במהלך היום

היערכו למצב חירום

- הכינו תוכנית למצב חירום בטיול. הכינו מראש דף הוראות לשעת חירום כולל טלפונים של גורמי חילוץ והצלה וקבעו מראש כללי התנהגות למקרה שאחד או יותר מהקבוצה איבד קשר
 - הכירו את הדגשים לעזרה ראשונה במצבי חירום נפוצים בטיולים כגון התייבשות, עקיצות, הכשות, נפילה מגובה, שטפי דם, חשד לשבר, טביעה ועוד
- מומלץ מאד שמשתתף אחד לפחות יעבור קורס עזרה ראשונה בטרם היציאה לטיול

במהלך הטיול

- אל תסטו מן השבילים המסומנים.
- אל תפריעו לבעלי החיים בטבע. אל תגרו בבעלי חיים או זוחלים. בדקו היטב את הקרקע לפני ישיבה או שכיבה, זהירות יתרה באזורים עם בורות, אבנים וכדומה
- שמרו על בריאותכם ובטיחותכם במהלך הטיול. שתו מספיק מים, דאגו לעצירות מנוחה כנדרש, היו ערנים לסביבתכם

מטיילים בבטיחות ובהנאה -
וחוזרים הביתה בשלום!