



## POSTĘPOWANIE PODCZAS WYPADKU NA STOKU

Postępowanie uzależniamy od tego czy jesteśmy :

### W GRUPIE

jedna osoba obejmuje dowodzenie i wydaje polecenia

1. Zabezpieczyć miejsce wypadku –narty wbite w śnieg na krzyż, w pewnej odległości nad osobą poszkodowaną (można ustawić również drugą parę trochę poniżej w celu zabezpieczenia osoby również od boku) – tak, aby były dobrze widoczne.
2. Jeśli osoba poszkodowana nie może się podnieść stosujemy koc NRC (srebrną stroną folii do ciała dla ochrony przed utratą ciepła / złotą stroną folii do ciała w celu ochrony przed słońcem)- większość z nich posiada informację, która strona chroni przed wychłodzeniem. W rzeczywistości nawet jeśli nie pamięta się zasad stosowania koca należy go użyć – obojętnie którą stroną .
3. Wytypowane osoby z grupy jadą po pomoc – czyli w większości przypadków do stacji najbliższego wyciągu, w celu podania informacji gdzie znajduje się poszkodowany / telefon po pomoc GOPR i TOPR 601 100 300, nr 112.
4. Jeśli to możliwe usuń poszkodowanego z niebezpiecznego miejsca – uważaj na uszkodzone części ciała.
5. Powyższe czynności najlepiej wykonywać jednocześnie.
6. Nawiązujemy rozmowę z poszkodowanym, jeśli jest to możliwe jedna / dwie osoby pozostają z osobą poszkodowaną, aż do przyjazdu pomocy.

### W POJEDYNKE

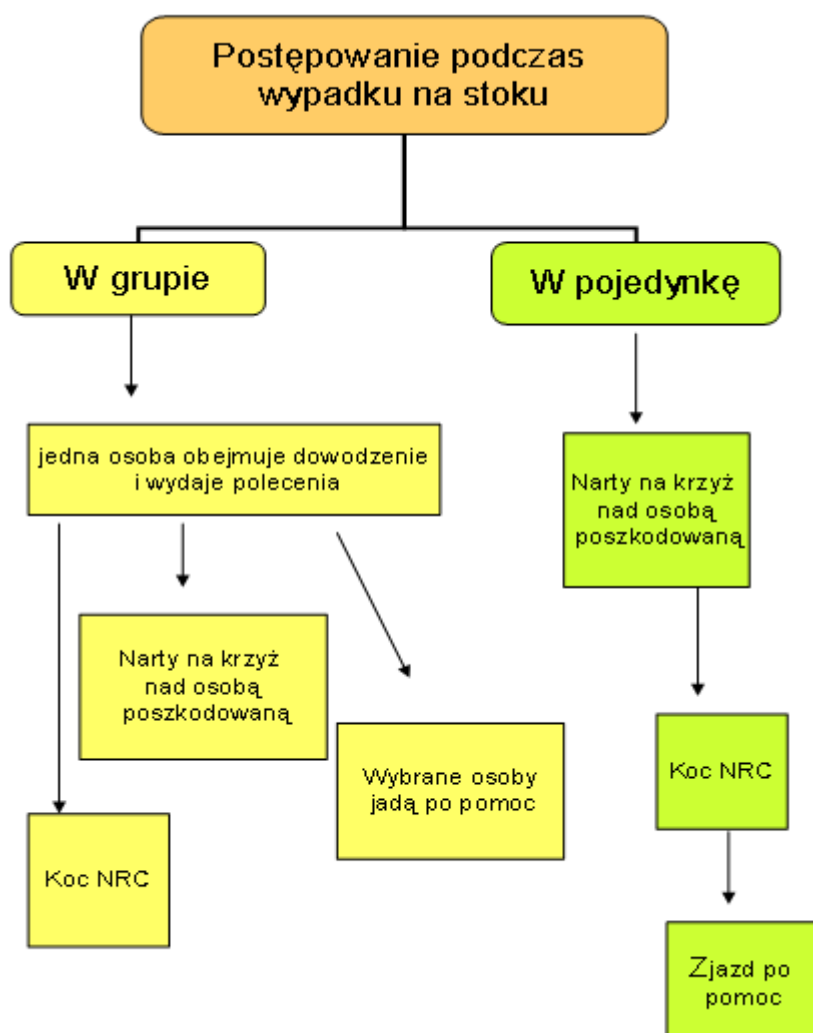
1. Zabezpieczamy miejsce wypadku.
2. Stosujemy koc NRC.
3. Telefon po pomoc GOPR / TOPR 601 100 300 lub 112
4. Prosimy o przekazanie informacji o wypadku innego użytkownika stoku – do najbliższej stacji wyciągu.
5. Jeśli numer alarmowy nie odpowiada i nikogo nie ma - zjeżdżamy po pomoc, nawet jeśli oznacza to pozostawienie poszkodowanego samego.





**Pozostawienie uszkodzonego samego jest ostatecznością**, jednak w sytuacji w której telefony alarmowe nie działają i faktycznie nie ma nikogo, kto mógłby przekazać informację o wypadku i wezwać pomoc może być to niezbędne.

Na polskich stokach sytuacja, w której nie ma żadnego innego amatora sportów zimowych na całym stoku zdarza się rzadko.



Telefony ratunkowe: GPR 601 100 300 ; lub po prostu wpisujemy w wyszukiwarkę **telefony alarmowe** GPR, TOPR

**Źródło:** Jarnicki T., Kosmala A., Matuszkowiak A., Tudek M., Zawadzka J., *Plan Gry – Interdyscyplinarny Program Nauczania*, Samodzielne Koło Terenowe nr 144 Społecznego Towarzystwa Oświatowego, Warszawa 2013.

