

Z roku na rok polskie góry cieszą się coraz większym zainteresowaniem turystów. Tatrzańskimi szlakami podczas ubiegłorocznych wakacji wędrowało blisko 1,7 mln osób – wynika z danych Tatrzańskiego Parku Narodowego. Branża turystyczna spodziewa się, że w wakacje 2020 padnie nowy rekord. Do pieszych wycieczek po górach należy się jednak odpowiednio przygotować.

*– Aby bezpiecznie chodzić po górach, musimy zaplanować wędrówkę odpowiednio do naszych umiejętności i możliwości. Powinniśmy zaopatrzyć się w wodoodporne obuwie z antypoślizgową podeszwą. Najlepiej postawić na odzież termoaktywną, która w porównaniu z bawełną skuteczniej odprowadza wilgoć. W każdym plecaku powinny znaleźć się kurtka chroniąca przed wiatrem i deszczem, mapa i oczywiście prowiant. Zaopatrzymy się w wodę, by podczas wędrówek uzupełniać płyny. Pamiętajmy również o przygotowaniu merytorycznym. Przed wyprawą warto zapoznać się z informacjami na temat szlaku, jego stopnia trudności, długości i czasu potrzebnego na jego pokonanie –* podpowiada Joanna Stępińska, wysokogórski przewodnik tatrzański SWPT i ambasadorka kampanii edukacyjnej Trzeźwo Myśle.

Z analiz prowadzonych przez Tatrzański Park Narodowy wynika, że Tatry z roku na rok cieszą się coraz większym zainteresowaniem turystów. Tylko w lipcu i sierpniu 2019 roku granice parku przekroczyło ponad 1,7 mln osób. Duże zainteresowanie góorskimi szlakami przekłada się także na liczbę interwencji. Ze wstępnych danych TOPR wynika, że rok 2019 w Tatrach był pod tym względem rekordowy. Ratownicy pomogli ponad tysiącowi turystów. Dla porównania – w 2018 roku przeprowadzono 691 interwencji.

Po dwumiesięcznym okresie zamknięcia szlaków turystycznych z powodu pandemii koronawirusa parki narodowe otworzyły się na piesze wycieczki po górach. Tuż po udostępnieniu szlaku na Morskie Oko tylko jednego dnia skorzystało z niego ponad 3 tys. turystów. W pierwszy weekend po otwarciu szlaków na terenie Tatrzańskiego Parku Narodowego zameldowało się blisko 18 tys. osób. Powyższe statystyki pozwalają prognozować, że w tym roku chętnych na wakacje w górach z pewnością nie zabraknie. Wiele osób obawia się powrotu restrykcji i zamknięcia granic, dlatego wybierze urlop w Polsce. Udając się w góry, należy pamiętać o podstawowych zasadach.

*– Jeżeli planujemy dłuższą wycieczkę, niezależnie od pory roku, w naszym plecaku powinny znaleźć się również rękawiczki i czapka. Oczywiście zdarzają się upalne dni w górach, ale w przypadku gwałtownej zmiany pogody może się okazać, że dodatkowe ubranie w plecaku, często uważane za zbędne, poprawi nasz komfort, pozwoli zadbać o zdrowie i szczęśliwy powrót w doliny, a tym samym o nasze bezpieczeństwo w górach. O czym dodatkowo warto pamiętać? Latem największym zagrożeniem w górach są burze. Największe ich prawdopodobieństwo występuje w godz. 12–16. W związku z tym ważne jest, żeby ruszyć na szlak odpowiednio wcześnie. Ósma czy dziewiąta rano mogą okazać się zbyt późne na wyjście z bazy. Lepsza będzie godzina piąta lub szósta rano. Można też zacząć wędrówkę już o czwartej wraz ze wschodem słońca. To fantastyczny czas, na szlakach jest pusto, śpiewają ptaki, można poczuć góry –* przekonuje ambasadorka kampanii Trzeźwo Myśle.

Łączna długość szlaków turystycznych w Tatrach po ich polskiej stronie wynosi 275 km, co bez wątpienia przyciąga turystów. Jak podkreśla taterniczka, podczas wędrówek nie należy zbacać ze szlaku. Na nieznanych terenach łatwo jest się zgubić, a poza szlakami można natknąć się na dzikie zwierzęta czy niestabilny grunt.

*– Media społecznościowe często wywierają na nas presję. Podczas wędrówki towarzyszy nam myśl, że*

*powinniśmy zrobić sobie zdjęcie na jakimś pięknym tle. Chęć fotograficznego uwiecznienia wyprawy często jednak przysłania czujność i rozsądek. Przestajemy zwracać uwagę na niebezpieczeństwo. Pamiętajmy, że środek potoku, wielka wana, czyli skała, nie są odpowiednimi miejscami na sesje – zaznacza Joanna Stepińska.*

Ambasadorka kampanii Trzeźwo Myśle zwraca także uwagę na zdrowy rozsądek w konsumowaniu alkoholu w górach. Wskazuje, że nietrzeźwość turystów jest częstą przyczyną wypadków na szlakach. Alkohol przyczynia się do zaburzeń koncentracji, człowiek staje się mniej uważny i może nie zauważyć zmian pogodowych, nadchodzącego zmroku czy pogarszającego się samopoczucia współtowarzyszy. Podczas górskiej wyprawy należy być czujnym, ostrożnym i bacznie przyglądać się wskazówkom na trasie.

*– Alkohol sprawia, że jesteśmy odważniejsi i nie zauważymy niepokojących symptomów, takich jak zmiany pogody czy osunięcia terenu. Pod jego wpływem przestajemy również zwracać uwagę na osoby, które znajdują się wokół nas. Nie widzimy, kiedy gorzej się czują i zostają w tyle – mówi.*

*– Dlatego podczas wypraw najważniejsze jest, by trzeźwo myśleć. Należy kierować się rozsądkiem i spokojem. Nie powinniśmy bagatelizować pojawiających się zagrożeń i popisywać się na szlaku, a jednocześnie widząc zagrożenie, nie wpadamy w panikę, tylko trzeźwo ocenimy sytuację i możliwości poradzenia sobie z nią – przestrzega przewodniczka tatrzańska.*

*Źródło: Newseria*