

SEGURIDAD Y PLAN DE EMERGENCIAS *(Ejemplo)*

Salida invernal: _____

PELIGROS	FACTORES QUE AFECTAN AL GRADO DE RIESGO	SITUACIONES DE RIESGO QUE SE PUEDEN DAR	MEDIDAS A ADOPTAR	OBSERVACIONES
Terreno irregular, nevado o hielo.	Dureza de la nieve	Resbalones, caídas	Atención. Uso de crampones, bastones y/o piolet. Uso del casco.	El casco se utilizará desde el momento en que se empiece a andar.
Viento fuerte	Temperatura baja, equipamiento deficiente.	Hipotermia, caídas.	Utilizar la vestimenta adecuada. Hidratarse, comer. Refugiarse.	Conocer la situación del refugio de emergencia.
Tormentas	Temperatura baja, equipamiento deficiente.	Empaparse, con lo que aumenta el riesgo de hipotermia. Rayo.	Utilizar la vestimenta adecuada. Buscar inmediatamente refugio.	Abandonar si es necesario elementos metálicos, bastones...
Pérdida	Visibilidad, número de miembros perdidos.	Vivaquear en refugio o a la intemperie.	Llevar el teléfono móvil con batería suficiente. Llevar equipo necesario así como alimento y agua.	Conocer la situación del refugio de emergencia. Conocer el teléfono del resto de miembros, 112 y del albergue.
Avalanchas	Tipo de avalancha, espesor, velocidad... Nivel de riesgo.	Quedar total o parcialmente sepultado o dañado.	Seguir atentamente las indicaciones del responsable. Seguir el protocolo de progresión. ARVA, llevarlo en emisión y bajo la ropa.	La actividad puede ser cancelada por riesgo de avalanchas.
Caída de piedras	Personas o animales situados por encima. Cambios de temperatura.	Caída de piedras.	Uso de casco. Evitar andar en la vertical de otros cuando haya riesgo de caída de piedras. Seguir las instrucciones del responsable.	

Plan de emergencias:

Lugar de la actividad:.....

Coordenadas Punto salida:..... Punto llegada: Refugios: Otros:

Refugio abierto de emergencia (_____ m): Coordenadas: _____

Medios de enlace: Teléfono móvil responsable (_____) Emergencias: 112 / Refugio:_____ Walki talkies?

Rutas de evacuación:

Protocolo: Avisar antes de marchar en el refugio, de nuestra hora de vuelta aproximada. Comprobar que todos llevan los teléfonos apagados y el equipo necesario. Cuando se vuelva, avisar de nuevo en el refugio.

Botiquín: En la mochila del responsable habrá siempre un botiquín de emergencia. ¿Otros?

Otros elementos de seguridad: ARVA, pala, sonda, GPS, teléfonos, walki talkies, altímetros, mantas térmicas, fundas de vivac, frontales...

Situación	Actuación
Lesión leve	Se tratará en el propio medio.
Accidente grave	<p><i>(Este es sólo un ejemplo, concretar en el club qué medidas se adoptarían)</i></p> <p>Proteger al herido y al grupo. Llamar al 112 aportando los datos necesarios. Socorrer en la medida de las posibilidades. En caso de no poder/saber socorrer, abrigar y esperar al grupo de rescate. Mantener la calma y seguir las instrucciones del 112 y en su caso, prepararse para la evacuación. En caso de no poder comunicar por teléfono valorará mandar a parte del grupo en busca de ayuda (siempre con enlace) Una vez evacuado y en lugar seguro, avisar al seguro de accidentes</p> <p><u>Grupo:</u></p>
Pérdida de un miembro	<p><i>(Este es sólo un ejemplo, concretar en el club qué medidas se adoptarían)</i></p> <p><u>La persona que se pierde:</u> deberá volver al último lugar conocido si tiene la seguridad de poder hacerlo. Si no es así y siempre que haya niebla u oscuridad, deberá detenerse, abrigarse y utilizar el teléfono para avisar al responsables. Si no fuera posible la comunicación, llamar directamente al 112. En caso de no contar con teléfono, utilizar silbato y/o señales luminosas. Abrigarse, protegerse y esperar.</p> <p><u>Grupo:</u> El responsable decidirá en función de las condiciones si el resto del grupo espera en el lugar en que se encuentra, en el refugio de emergencia o vuelve hasta el parking.</p>

Datos Seguro

Tel: _____ mail: _____