

# Beskidy piękne zimą i niebezpieczne! Zobacz, co zabrać na górską wycieczkę

Data publikacji: 15.11.2023 7:30

Jest coraz chłodniej w najwyższych partiach Beskidów pojawił się śnieg. Beskidzka Grupa Górskiego Ochotniczego Pogotowia Ratunkowego przypomina, by przed wycieczką dobrze przygotować się do górskiego wędrowania.

*Beskidy zimą są piękne, ale bywają także niebezpieczne fot. ARC*

**- Planując górską wycieczkę, szczególnie w zimowym okresie oceń swoją kondycję i zwróć uwagę, czy trasa jest odpowiednia dla wszystkich uczestników, sprawdź prognozę pogody, zadбай o odpowiednie obuwie, odzież i sprzęt dostosowany do aktualnych warunków panujących w górach, przebiegu trasy i pory roku, pamiętaj o dodatkowym źródle światła, przygotuj prowiant i picie** - radzą GOPR-wcy.

Co ważne warto także zadbać o naładowany telefon wraz z powerbankiem i zapisanym nr ratunkowym 985 / 601-100-300, a także pobraną wcześniej aplikacją Ratunek.

Goprowcy radzą także - **Skompletuj podstawową apteczkę, przed wyruszeniem na szlak poinformuj innych, gdzie się wybierasz. Koniecznie daj znać, gdy dotrzesz do celu lub gdy Twoje plany ulegną zmianie! Apelujemy o rozważę w górach** - dodają GOPR-owcy.

KOD