



GÓRSKI SURVIVAL – CZY DLA KAŻDEGO?

Jędrzej KRÓL
Katarzyna PIETRZAK

mgr inż. Jędrzej KRÓL

- Pilot szybowcowy i samolotowy
- Ponad 250h w powietrzu, 750 startów i lądowań
- 8 skoków spadochronowych
- 20 / 28 szczytów KGP
- W Sekcji Turystyki Kwalifikowanej od czerwca 2015



mgr Katarzyna Olga Pietrzak

- Doktorantka Politechniki Poznańskiej
- Srebrna odznaka turysty PZK (1 255 km kajakiem)
- 7 lat w ZHP (Hufiec Poznań Grunwald – przygoda zakończona w funkcji przyboczna)
- 20 / 28 szczytów KGP
- W Sekcji Turystyki Kwalifikowanej od 2018

SURVIVAL RACE CHALLENGE ACCEPTED



SURVIVAL RACE CHALLENGE ACCEPTED

SURVIVAL

BIEG
DAMI



Czym jest survival, a czym jest bushcraft?

- **Survival** (z ang. *survival* — przetrwanie) przeżycie, przetrwanie (wojny, katastrofy, nagłej samotności na odludziu, itd.) Takie znaczenie jest przypisane temu pojęciu w słowniku języka angielskiego. Dotyczy ono takich zachowań, które pozwalają człowiekowi przeżycie w ekstremalnych, czyli skrajnie uciążliwych warunkach. Najprostszą definicją jest określenie survivalu mianem samoratownictwa.

(www.survival.infocentrum.com)

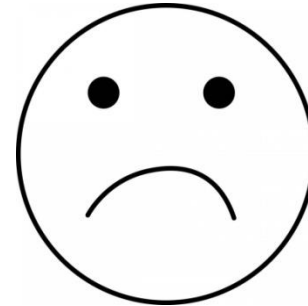
Czym jest survival, a czym jest bushcraft?

- **Bushcraft** (z ang. *bush* — krzaki, busz; *craft* — sztuka, rzemiosło) — umiejętności związane z przetrwaniem i życiem w dziczy przy użyciu jej naturalnych zasobów. Wśród nich można wyróżnić rozpalanie ognia, tropienie, polowanie, łowienie ryb, budowę schronień, nawigowanie, używanie podstawowych narzędzi, znajdowanie pożywienia, pozyskiwanie wody, rzeźbienie w drewnie, konstruowanie pojemników, wyplatanie lin oraz sznurów i wiele innych.

(www.combat.pl/blog/post/co-to-jest-bushcraft)

Survival vs Bushcraft

- Survival – jestem w lesie ale nie chcę w nim być
- Bushcraft – jestem w lesie bo chcę tu być

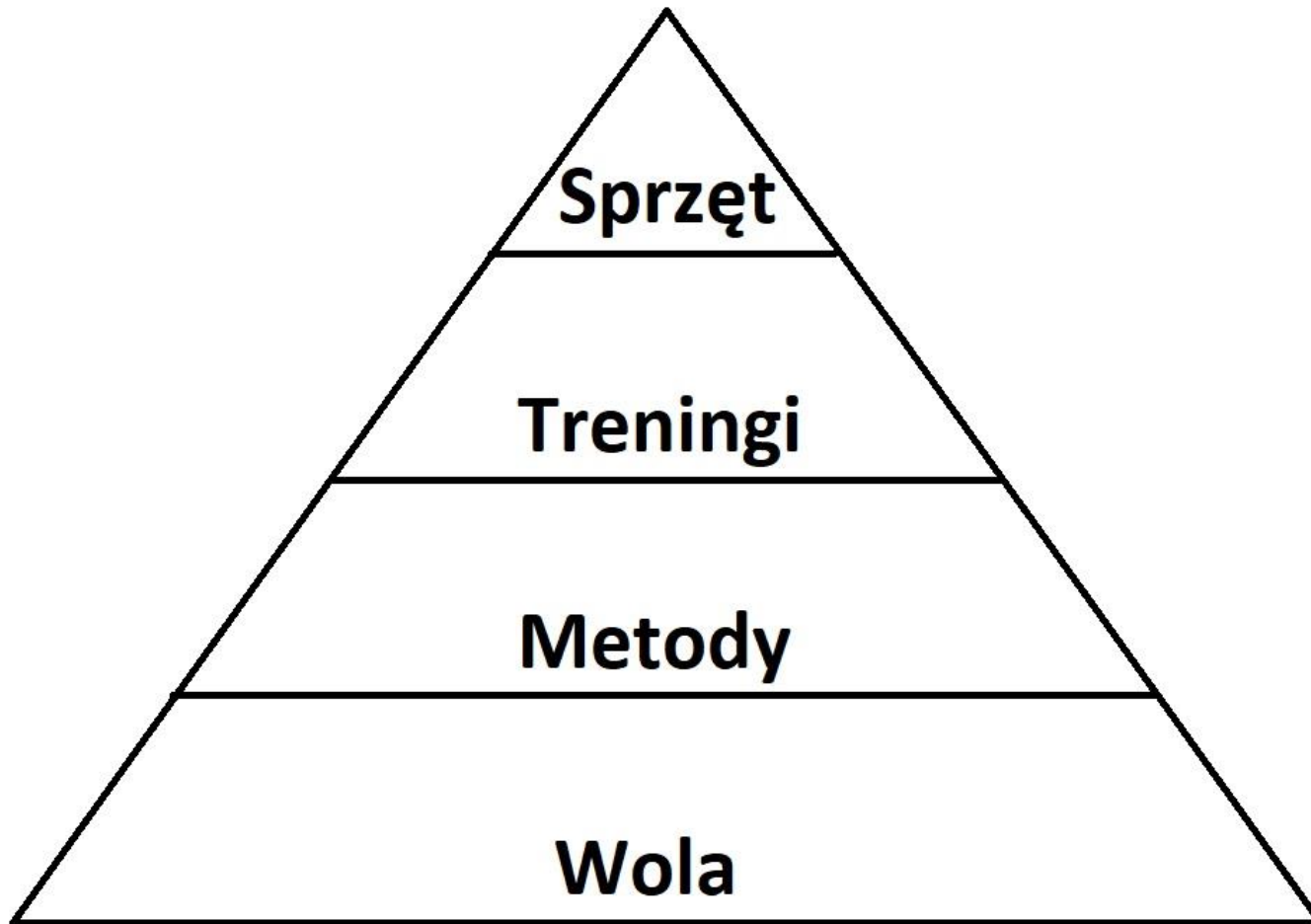


Zasada trójek

Zasada Trójek w uproszczeniu mówi, że człowiek może przeżyć:

- 3 minuty bez tlenu
- 3 godziny bez schronienia w skrajnych warunkach atmosferycznych
- 3 dni bez wody
- 3 tygodnie bez pożywienia

Piramida przetrwania



Wola

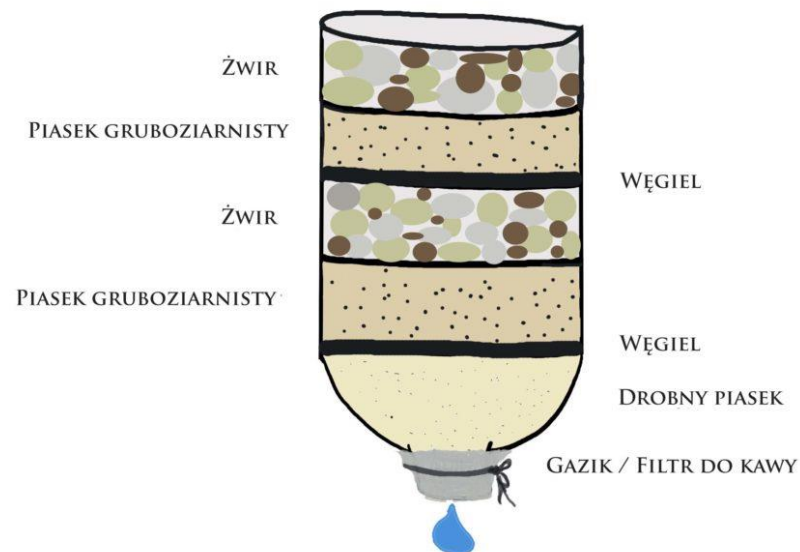


Metody

- Metody uzdatnia wody
- Metody pozyskiwania pożywienia
- Metody budowania schronienia
- Metody rozpalania ognia
- Metody nawigacji
- Metody udzielenia pierwszej pomocy
- I wiele, wiele innych

Metody uzdatniania wody

- Zabranie ze sobą wody
- Uzdatnienie wody dzięki tabletkom
- Przegotowanie i przefiltrowanie wody



Metody pozyskiwania pożywienia

- Zabranie ze sobą wystarczającej ilości pożywienia
- Wykorzystanie wstępnie przygotowanej żywności
- Polowanie / łowienie ryb



Metody budowania schronienia

- Zabranie ze sobą namiotu / spanie w schronisku
- Wykorzystanie tarpa
- Budowa schronienia z tego co znajdziemy



Metody rozpalania ognia

- Przy pomocy zapalniczki / zapalek
- Wykorzystanie krzesiwa
- Łuk ogniowy / krzesiwo kowalskie



Metody nawigacji

- Poruszanie się z nawigacją GPS
- Wykorzystanie mapy i kompasu
- Nawigowanie według gwiazd / drzew



Metody udzielenia pierwszej pomocy

- Posiadanie podstawowych leków i opatrunków
- Umiejętność udzielania pierwszej pomocy
- Operowanie samego siebie 😊



Leonid Rogozo w nocy z 30 kwietnia na 1 maja 1961 roku – przeprowadził sam na sobie operację usunięcia wyrostka robaczkowego.

Jak trenować bushcraft?

Art. 30. 1. W lasach zabrania się:

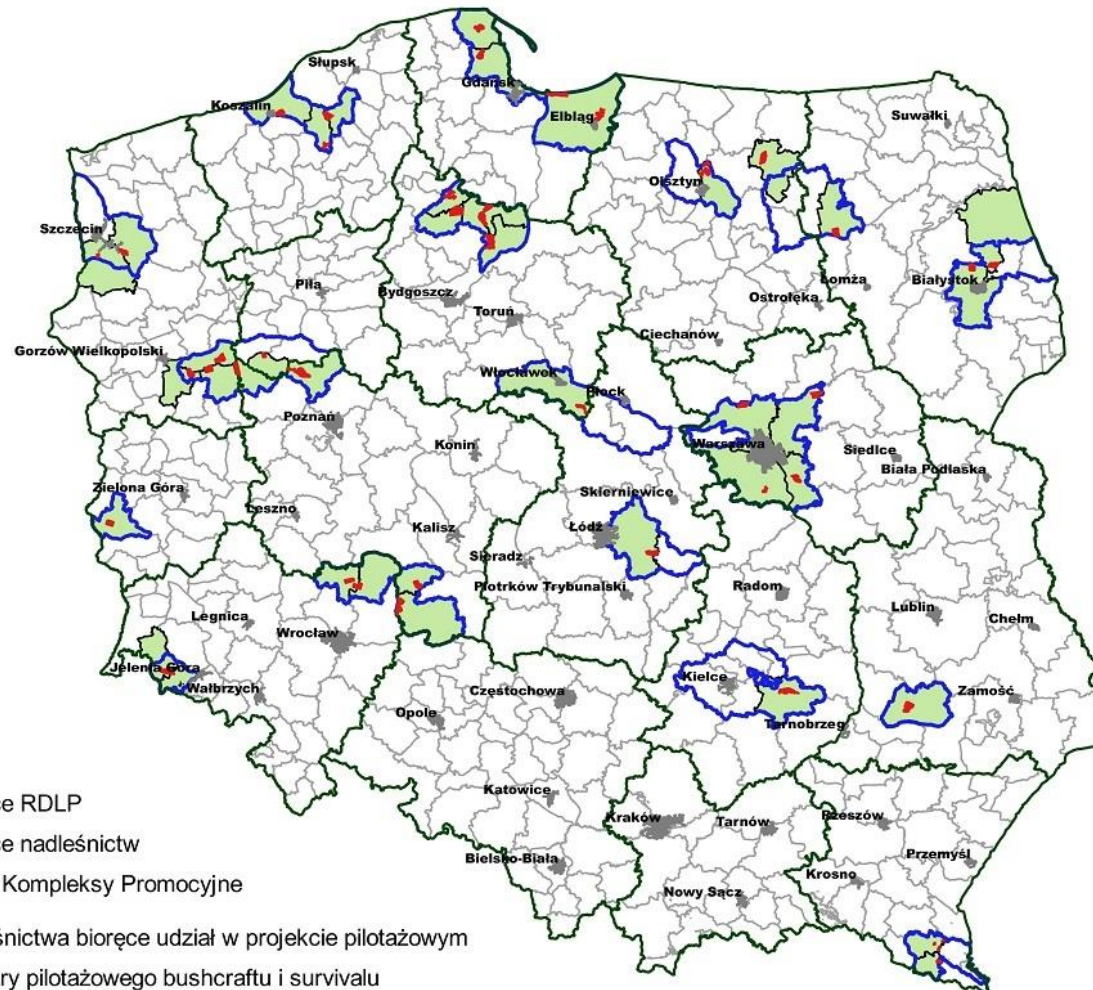
[...]

10) biwakowania poza miejscami wyznaczonymi przez właściciela lasu lub nadleśniczego;

(Ustawa z dnia 28 września 1991 r. o lasach, art. 30., pkt. 1., ust. 10.)



Program pilotażowy Lasów Państwowych



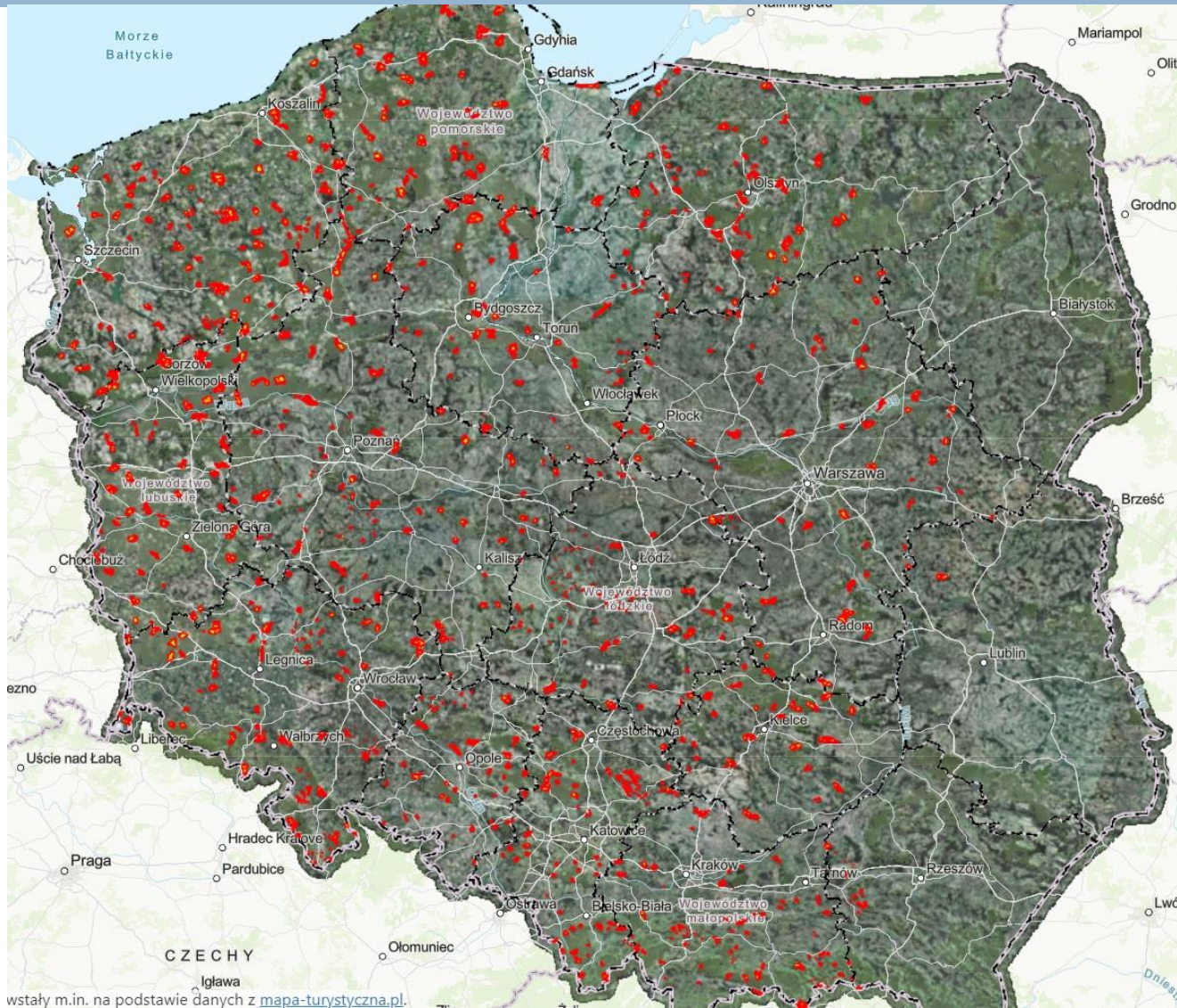
Ministerstwo Środowiska zamyka lasy państwowe i parki narodowe od 3 do 11 kwietnia 2020 roku.



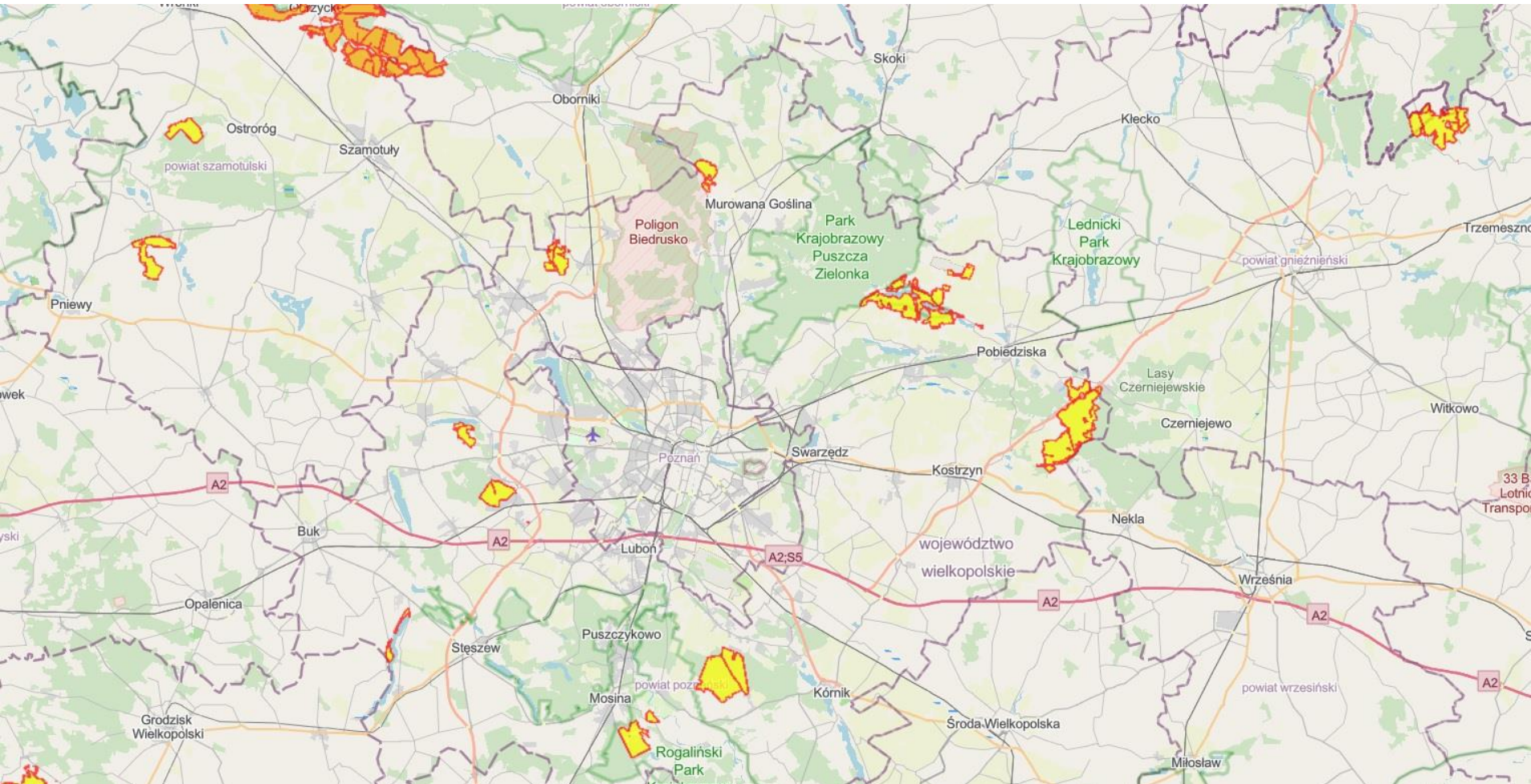
©Agencja Gazeta

Program „Zanocuj w lesie”

22



Poznań i okolice



Sprzęt



Zdrowie



Żywność



Światło



Higiena

Schronienie



Komunikacja



Ogień



Narzędzia





Zdrowie

- Apteczka pierwszej pomocy
- Tabletki przeciwbólowe
- Tabletki przeciw bieguncce
- Zestaw do usuwania kleszczy
- Środek na komary
- Krem z filtrem UV
- Okulary przeciwsłoneczne





Żywność

- Woda
- Tabletki do uzdatniania wody
- Filtr do uzdatniania wody
- Jedzenie na wędrownkę
- Batony energetyczne
- Liofilizaty





Światło

- Latarka czołowa
- Zapasowe baterie
- Światło sygnalizacyjne / chemiczne



Hybrid
CONCEPT



Higiena

- Chusteczki do odkażania
- Żel odkażający





Schronienie

- Namiot / Tarp / Ponczo
- Ogrzewacze jednorazowe / chemiczne
- NRC / Bivy











Komunikacja / Nawigacja

- Mapa
- Kompas / Busola
- Notes + ołówek
- Telefon komórkowy
- Powerbank
- Gwizdek





Ogień

- Zapalniczka
- Krzesiwo
- Rozpałka
- Kuchenka
- Paliwo do kuchenki





Narzędzia

- Nóż / Multitool
- Linka paracord
- 5-10 trytytek
- Taśma klejąca
- 3 x woreczki foliowe zamykane
- 1 x woreczek wodoszczelny
- Spork



EDC – Every Day Carry

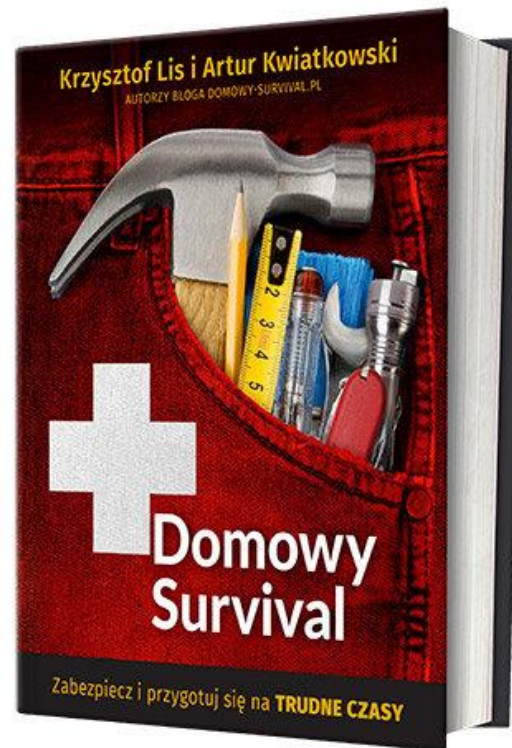
EDC (ang. **EveryDay Carry** — noszone codziennie) — zestaw przedmiotów noszonych na co dzień. Zazwyczaj mają na celu ułatwienie codziennych czynności, a w razie potrzeby pomagają także w przypadku zdarzeń losowych i kryzysowych. Głównym kryterium wyboru poszczególnych elementów EDC jest ich maksymalna funkcjonalność oraz niewielka waga i gabaryty



Plecak uciezkowy – BOB lub BiS

- Plecak uciezkowy możemy określać mianem BOB, czyli skrótu pochodzącego z języka angielskiego, którego rozwinięciem jest Bug Out Bag. „Bugging Out” oznacza tyle, że podejmujemy decyzję o ewakuowaniu się z naszego domu, ponieważ zmusiła nas do tego nieoczekiwana sytuacja awaryjna.
- Takie sytuacje ciężko przewidzieć, natomiast będąc ogólnie przygotowanym, dajemy sobie zdecydowanie większe szanse przetrwania wielu niekorzystnych wydarzeń. Przyjęło się wychodzić z założenia, iż naszym minimum powinny być 72 godziny, dlatego też spośród wielu określeń plecaka uciezkowego, możemy się doszukać także „72-hour kit”, czyli zestaw 72-godzinny. Oznacza to tyle, że nasz BOB powinien pozwolić na 3 dni oczekiwania na pomoc czy marszu, a w trakcie tego czasu będziemy samowystarczalni.

Polecane kanały i źródła





Dziękujemy za uwagę!