



SÄKERHET I FJÄLLEN

PÅ FJÄLLSÄKERHETS RÅDETS WEBBPLATS FINNS INFORMATION OCH CHECKLISTOR

På Fjällsäkerhetsrådets webbplats finns information om hur man kan förbereda sig för olika typer av fjällvistelser. Där kan man också få tips som är värdefulla om man skulle överraskas av dåligt väder eller någon annan besvärlig situation.

www.fjallsakerhetsradet.se

www.facebook.com/fjallsakerhetsradet

Den svenska fjällkedjan sträcker sig över 1 000 kilometer, från Tre riksröset i norr till Sälen i söder. Området, som till ytan är större än Alperna, är en av Europas sista kvarvarande vildmarker med mycket höga natur- och upplevelsevärden.

FJÄLLSÄKERHETS RÅDET består av representanter för myndigheter och organisationer med stor samlad kunskap om fjällsäkerhet. Vår uppgift är att förebygga olyckor i fjällen genom att dels informera och utbilda om fjällsäkerhet, dels stödja forskning och utveckling på området. Fjällsäkerhetsrådet arbetar under Naturvårdsverket.



Naturvårdsverket, 106 48 Stockholm
Tel: 010-698 10 00
E-post: registrator@naturvardsverket.se



6 tips för en trygg vinterfjälltur

www.fjallsakerhetsradet.se



Fjällen erbjuder många hisnande upplevelser. Med rätt förberedelser blir vistelsen mer njutbar och dessutom säkrare. Här följer sex praktiska tips för en trygg tur på vinterfjället.

1. VÄLJ RÄTT UTRUSTNING

Kläder och pjäxor ska tåla vind och väta. Kläderna bör kunna bäras i flera skikt för att enkelt anpassas efter väder och temperatur. Bra utrustning behöver inte vara dyr och en klokt packad ryggsäck bör inte vara för tung. På Fjällsäkerhetsrådets webbplats finns checklistor över lämplig utrustning för olika aktiviteter i olika typer av fjällmiljöer.

2. MEDDELA FÄRDVÄG OCH BERÄKNAD ÅTERKOMST

Det är viktigt att någon känner till er planerade färdväg och när ni räknar med att komma tillbaka. Berätta för en vän, en släkting eller någon annan som kan slå larm om ni inte skulle återvända som planerat.

3. ANPASSA FJÄLLTUREN EFTER FJÄLLVÄDRET

Vädret kan slå om hastigt i fjällen. Ta del av lokala och aktuella väderprognoser via radion eller webbplatsen smhi.se. Väder-tjänster erbjuds även som applikationer för mobiltelefoner. Respektera alltid utfärdade fjällvädervarningar.

4. FÖLJ MARKERADE LEDER

Det finns hundratals mil markerade leder i fjällen, med bland annat avståndsmarkeringar, övernattningsstugor och hjälp-telefoner. De flesta gör klokt i att följa lederna, det minskar risken för att hamna i lavinfarliga områden och är ett säkrare alternativ om ni av någon anledning skulle behöva hjälp.

5. TA MED KARTA OCH KOMPASS

Se till att ha med en karta som är aktuell. Kompass behövs framförallt utanför markerade leder. Användning av kompass kräver dock kunskaper – instruktioner finns på Fjällsäkerhetsrådets webbplats. Använd gärna GPS, men tänk på att batterier laddas ur snabbt när det är kallt.

6. RÅDFRÅGA ERFARNA MÄNNISKOR

Människor som ofta vistas i fjällen kan ge viktig information. Ta kontakt och ställ frågor om vägval, vattenstånd, broar och annat som underlättar er planering. Det finns lokala fjällsäkerhetskommittéer med stora kunskaper om fjällen i sina närområden. Kontaktuppgifter finns på Fjällsäkerhetsrådets webbplats.

Vid en nödsituation ring om möjligt 112, om det inte finns ett vindskydd eller en fjällstuga med hjälptelefon i närheten. Man bör dock vara medveten om att mobiltäckning saknas i stora delar av fjällkedjan.

