

## Γιάννης Πετρομιανός / 2015

### ΜΕΘΟΔΟΣ 3x3

(για την αποφυγή και αντιμετώπιση των κινδύνων στην ορειβασία)

3 κριτήρια 3 φίλτρα	Συνθήκες: Καιρός και Χιόνι	Πεδίο	Ανθρώπινοι παράγοντες
<b>1. Σχεδιασμός διαδρομής</b> (πριν την εξόρμηση). Διαδρομή με εναλλακτικές, «Ποια διαδρομή είναι δυνατή;» Σχέδιο διαφυγής και διάσωσης: «Πως θα επιστρέψω σε ασφαλές περιβάλλον σε περίπτωση έκτακτης ανάγκης;».	<ul style="list-style-type: none"><li>- Δελτίο καιρού</li><li>- Πρόσθετες πληροφορίες (από τον καταφυγιάρχη κ.λπ.)</li><li>- Δελτίο χιονοστιβάδων (προηγμένες χώρες του εξωτερικού)</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Προσανατολισμός (πίνακας πορείας)</li><li>- Χάρτης (1:25.000)</li><li>- Βιβλίο-οδηγός</li><li>- Google-Earth, φωτογραφίες.</li><li>- Περάσματα κλειδιά</li><li>- Υπολογισμός κλίσης</li><li>- Εναλλακτικές, διαφυγή</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Ποιος θα συμμετέχει;</li><li>- Μέγεθος ομάδας</li><li>- Τεχνική και φυσική κατάσταση</li><li>- Εξοπλισμός</li><li>- Υπευθυνότητα</li></ul>
<b>2. Εκτίμηση του τοπικού κινδύνου</b> (στο βουνό) Επιλογή διαδρομής και εναλλακτικές «Υπάρχει κάτι απρόσμενο;»	<ul style="list-style-type: none"><li>- Ορατότητα</li><li>- Σύννεφα</li><li>- Τάση του καιρού</li><li>- Σήματα κινδύνου (δελτίο χιονοστιβάδων)</li><li>- Ταχύτητα χιονόπτωσης, ύψος νέου χιονιού</li><li>- Άνεμος, χιόνι που παρασύρει ο αέρας</li><li>- Θερμοκρασία αέρα</li><li>- Συνθήκες χιονοκάλυψης</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Προσανατολισμός (πίνακας πορείας-χάρτης-πραγματικό περιβάλλον)</li><li>- Κλίση</li><li>- Τοπογραφία/ ανάγλυφο</li><li>- Τι υπάρχει επάνω και κάτω;</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Ποιος είναι στην ομάδα μου;</li><li>- Έλεγχος εξοπλισμού</li><li>- Τακτικός έλεγχος της φυσικής κατάστασης των μελών και του χρονοδιαγράμματος</li><li>- Ποιος άλλος είναι στην ίδια διαδρομή;</li></ul>
<b>3. Εκτιμώντας συγκεκριμένες πλαγιές, περάσματα-κλειδιά</b> Επιλογή διαδρομής Μέτρα ασφαλείας, υποχώρηση «Να πάμε ή να μην πάμε;»	<ul style="list-style-type: none"><li>- Ορατότητα</li><li>- Άνεμος</li><li>- Ύψος νέου χιονιού</li><li>- Ποιότητα χιονιού</li><li>- Πρόσφατες σρωτεύσεις χιονιού που έχει παρασύρει ο αέρας</li><li>- Ακτινοβολία, θερμοκρασία</li><li>- Συχνότητα και έκταση προηγούμενης δραστηριότητας ορειβατών</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Προσανατολισμός (σωστή πορεία)</li><li>- Δυσκολία περάσματος-ασφάλιση.</li><li>- Κλίση, σχήμα πλαγιάς</li><li>- Κίνδυνος να πέσει και να θαφτεί κανείς στο χιόνι</li><li>- Δυνατότητες παράκαμψης</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Σωματική και διανοητική/ ψυχολογική κατάσταση</li><li>- Τεχνικές ικανότητες</li><li>- Μέγεθος ομάδας</li><li>- Πειθαρχία</li><li>- Αρχηγία</li></ul>

**Με τα 2/3 των κριτηρίων θετικά εξορμούμε, με τα 2/3 αρνητικά επιστρέφουμε.**