

## MAGDALENA OSIPOWICZ

**TYTUŁ PRELEKCJI: „W góry”**

**PROWADZĄCY: dr Mateusz Rogowski-** przewodnik sudecki

**GOŚCIE: Piotr Brzoska-** ratownik GOPR, **Wojciech „Kanion” Grzesiok-** alpinista, **Sławomir Szlągowski-** przewodnik wysokogórski IVBV

21 marca 2022 roku o godz. 16.00 w formie online brałam udział w bardzo ciekawym panelu, poświęconemu górom i temu, jak należy się przygotować do wyprawy w góry.

Pierwszy z gości opowiedział, jak zaczęła się jego przygoda z górami. Zaczęło się od wspólnych wyjazdów z rodzicami. Będąc w szkole średniej, zrobił kurs przewodników i oprócz tego zaczął się wspinać.

Kolejny z gości zaczął swoje wspinanie od Karkonoszy, potem Tatry, Alpy. Prowadzi szkolenia wspinaczkowe, ale zrobił również kurs przewodników. Trzeci z gości zaczął swoją przygodę z górami od drużyny harcerskiej, gdzie jako młody chłopak prężnie działał. Następnie poszło już lawinowo- coraz więcej wędrowek, wspinaczek, szkolenia, kursy, aż wreszcie trafił do GOPR-u.

Po tym wstępie, prelegenci opowiedzieli, o czym trzeba pamiętać, decydując się na wędrowki po górach. W obecnych czasach jest o wiele łatwiej. Można pracować zdalnie, siedząc sobie w górach. Jednak ważną rzeczą jest to, aby mieć dobrą, sprawdzoną ekipę, z którą chodzi się po górach. Warto „inwestować” w zgraną ekipę, która jest dla nas swoistą polisą ubezpieczeniową. Wyjazd i wędrowkę po górach trzeba bardzo dobrze zaplanować- dlaczego tam?, z kim?, czy jestem na to gotowy?

Co jest istotne?

- umiejętność odpuszczania, gdy już widzimy, że nie damy rady

-planując wędrowkę należy wziąć pod uwagę aspekty pogodowe, aby do nich dobrać odpowiedni sprzęt, adekwatny do naszego przygotowania i doświadczeń

- przede wszystkim wykupić ubezpieczenie, a oprócz tego zabrać ze sobą apteczkę, 1 lub 2 czołówki, kompas, naładowany telefon

W czasie spotkania zadawano różne pytania np. czy zdarzył się jakiś wypadek z ich udziałem, czy pamiętają śmieszne momenty, czy kiedy ma się lęk wysokości to można chodzić po górach, jakie są podstawowe nawyki w górach.

Na wszystkie te i inne pytania goście udzielili wyczerpujących i ciekawych odpowiedzi.

Na koniec spotkania powiedziano bardzo ciekawe motto:

**„SZCZĘŚCIE SPRZYJA DOBRZE PRZYGOTOWANYM”**

Cała prelekcja bardzo mi się podobała i to głównie dlatego, że uwielbiam wraz z moją rodziną chodzić po górach. Mamy taką rodzinną zasadę, że zanim zobaczymy coś poza granicami kraju, to najpierw musimy zwiedzić Polskę, która jest przepiękna. Mamy już niemal w całości zaliczone Góry Izerskie, ale za każdym razem, gdy tylko jest wolny czas, to coś nas tam ciągnie ponownie.

Te dzisiejsze ciekawe historie i dobre rady, opowiedziane interesująco przez gości panelu, zapewne bardzo przydadzą się nam w przyszłości a mnie osobiście zachęciły jeszcze bardziej do chodzenia po górach.





