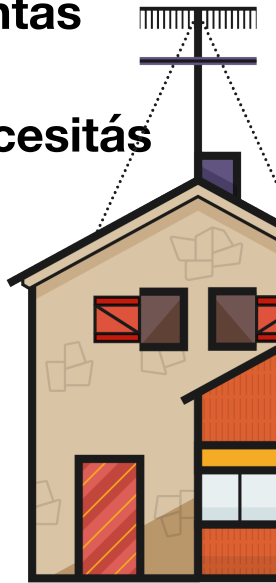


SI VAS A LA MONTAÑA

Regístrate en www.nahuelhuapi.gov.ar y avisá a alguien a dónde vas y cuando pensás volver (amigo, familiar, o al quioskero)



- **Salí temprano** (tenés más tiempo para disfrutar el camino).
- **Si cruzás de un refugio a otro consultá a los refugieros y avisales de tus intenciones, no te alejes de tus planes.**
- **Llevate un teléfono con carga y crédito. Entre tantas apps bajate una con gps** (modo avión para ahorrar energía)
- **Llevate nuestro número, llamanos solo si nos necesitás** (es de urgencias y no de información del menú de los refugios).
- **Andá acompañado** (por más transitado y simple que sea el sendero te podés doblar un tobillo)
- **Caminá con zapatillas cómodas** (el calzado nuevo te saca ampollas sí o sí).
- **Tené en cuenta que los niños se cansan más, se deshidratan más, tienen más calor y más frío, o sea: prestales atención que también son seres humanos.**
- **Si te cruzás con alguien desorientado o que no está bien ofrecele ayuda, en la montaña todos somos familia.**



- **Llevá protector solar y algo que cubra la cabeza** (gorro, pañuelo pirata, sombrero chino) **y campera de lluvia** (windguru puede fallar).
- **Una botella plástica con jugo y algo de comida nunca está de más.** Potabilizá el agua recogida, con una gota de lavandina por litro y esperá 30 minutos.
- **Si vas en grupo, tratá de que vaya adelante la persona con el ritmo más lento** (de nada sirve que agotes al resto).
- **No lles animales domésticos porque terminan espantando los autóctonos** (mejor dejá en casa al perro y también al bestia de tu hermano ;-)
- **En el Parque Nacional Nahuel Huapi, sólo se puede hacer fuego en lugares preparados para eso** (si querés algo caliente en el camino llevá calentador).
- **No tires, entierres, escondas o quemes basura, mejor traela de vuelta.** (sí, el papel higiénico y toallitas femeninas también).



A la montaña más que con los pies se sube con el corazón.
(Otto Meiling)



Club Andino Bariloche
Para más información:
www.clubandino.org/si-vas-a-la-montana/
4422266

Comisión de Auxilio
en caso de emergencia
54 294 4636960
105 ICE

