

IFTGA (N.B.T.C)

دستورالعمل خود مراقبتی و ایمنی گردشگران



کمیته طبیعت گردی
کانون انجمن های صنفی راهنمایان گردشگری ایران

مقدمه:

سفر یک انتخاب هوشمندانه برای بهبود حال روحی انسان محسوب می شود. وجود تنش های فراوان در زندگی سخت دنیای ماشینی در عصر حاضر، سبب شده تا افراد به سفر به ویژه سفر های کوتاه طبیعت گردی به عنوان یکی از روش های بهبود وضعیت روحی نگاه کنند. اگرچه این موضوع شرایط خوبی را به لحاظ توسعه گردشگری ایجاد می کند اما می تواند همراه با مشکلات فراوانی باشد!

تخریب طبیعت و نابودی روز افزون توان های طبیعی، ایجاد تعارض های هنجاری گردشگران با جوامع محلی و... و در نهایت آسیب های جسمی مسافران و حتی مرگ آنها وقایع تلخی است که در سال های تکرار شده اند و نیازمند ایجاد راهکارهایی است تا شاهد کاهش اثرات منفی باشیم.

کانون انجمن های صنفی راهنمایان طبیعت گردی ایران به منظور کاهش آسیب های جسمی گردشگران و نیز جلوگیری از وقوع اتفاقات تلخ، در کمیته طبیعت گردی اقدام به تدوین دستورالعملی برای حفاظت و ایمنی گردشگران از بروز حوادث کرده است. اگرچه این دستورالعمل با همکاری و مشورت از نخبگان طبیعت گردی و بررسی منابع مختلف تهیه شده است اما به مرور زمان نیازمند بازنگری و تغییر و تکمیل می باشد.

دستورالعمل خود ایمنی و مراقبتی در قالب چندین بخش ارائه شده اند. دستورالعمل های پیش از سفر، حین سفر، دستورالعمل های ایمنی در اقامتگاه ها و نیز موارد مرتبط با سفرهای ریلی. در هر بخش دستورالعمل ها برای دو گروه مجریان سفر شامل مدیران دفاتر خدمات مسافرتی، راهنمایان گردشگری و... و نیز خود گردشگران تنظیم شده است. آگاهی گردشگران از دستورالعمل های ایمنی در سفر نه تنها سبب ایمنی افراد می شود بلکه سبب می شود تا گردشگران رعایت این دستورالعمل های ایمنی را از مجریان تور مطالبه کنند.

ممکن است انتخاب افراد سفرهای همراه با تور نباشد مانند سفرهای گروهی با خانواده و یا جمعی از دوستان و نیز سفرهای انفرادی، در هر صورت دستورالعمل های ارائه شده می تواند کمک زیادی برای حفظ سلامتی فرد و جلوگیری از ضرر و زیان شود.

نکته قابل توجه این است که دستورالعمل ها به خودی خود هیچ اثری نخواهند داشت مگر اینکه افراد خود را ملزم به رعایت آنها بدانند. بنابراین توجه هرچه بیشتر به دستورالعمل ها منجر به حفظ سلامتی خود و دیگران در سفر خواهد شد.

در پایان لازم است اعلام شود که کانون انجمن های صنفی راهنمایان گردشگری قدردان زحمات دوستانی است که در تکمیل این دستورالعمل ها همکاری داشته اند به ویژه از انجمن صنفی راهنمایان گردشگری استان مرکزی، انجمن صنفی راهنمایان گردشگری استان قم انجمن صنفی راهنمایان گردشگری استان تهران امید است با توسعه گردشگری مسئولانه و نیز کاهش اثرات منفی شاهد پایداری اقتصادی، اجتماعی-فرهنگی و اکولوژیکی در صنعت گردشگری کشور باشیم.

رضل علی اصل

مسئول کمیته طبیعت گردی

دستورالعمل ایمنی قبل سفر:

دستورالعمل های ویژه مجریان سفر:

انتخاب راهنمای مناسب و مسلط به مسیر و مقصد. در صورت تخصصی بودن سفر استفاده از راهنمایی که علاوه بر ویژگی های یاد شده دارای تخصص لازم نیز باشد! مانند کوهنوردی، غار نوردی، حیات وحش و...

انتخاب وسیله نقلیه مناسب سفر که با توجه به طول مسیر و مقصد، به لحاظ ایمنی در شرایط مورد قبولی قرار داشته باشد.

انتخاب راننده ای که به لحاظ روحی-روانی، مهارت، تسلط به مسیر و سلامت اخلاق در بهترین شرایط ممکنه باشد.

فراهم کردن بیمه مناسب برای مسافران که پوشش های آن در بر گیرنده اکثریت ریسک های آن سفر باشد. همچنین ارائه اطلاعات بیمه به مسافران پیش از سفر توسط مجری صورت بگیرد.

بررسی و تعیین وضعیت سختی مسیر و نیز مقصد و اعلام آن به مسافران.

با توجه به میزان درجه سختی و تخصصی بودن سفر، راهنما از تعداد مورد نیاز دستیار مسلط به نوع سفر بهر مند باشد، همچنین تعداد گردشگران شرکت کننده نیز متاثر از درجه سختی برنامه است

بررسی پیش بینی وضعیت آب و هوایی شامل بیشینه و کمینه دما، سرعت باد، ابری یا آفتابی بودن، مه، رطوبت، ریزش های جوی و در نظر گرفتن ملاحظات خاص هر شرایط و اعلام آن به مسافران.

بررسی وضعیت جسمی مسافران به لحاظ شرایط سلامت جسمی. در صورت وجود بیماری یا ملاحظات خاص برای حضور یا عدم حضور فرد در سفر بررسی های لازم شکل بگیرد.

شرایط گردشگر قبل از حضور در برنامه های تخصصی باید به تأیید راهنمای تخصصی آن برنامه برسد. مواردی از قبیل توانایی جسمانی، میزان دانش و مهارت فنی و...

ارائه تذکرات لازم در خصوص همراه نداشتن مواد مخدر و مشروبات الکلی.

دستورالعمل های ویژه گردشگران:

اعلام حداقل یک شماره تماس جهت تماس های اضطراری به سرپرست برنامه

توجه کامل به ارائه اطلاعات راهنما و آژانس

تحقیق در خصوص مقصد و آشنا شدن در خصوص ملاحظات خاص منطقه

درخواست مشاهده و بررسی اطلاعات سفر از مجری شامل مجوز، بیمه نامه، کارت راهنما

کسب اطلاعات با اهمیت از مسیر و مقصد از مجری سفر مانند شرایط جوی ملاحظات خاص منطقه و...

دستورالعمل ایمنی حین سفر:

دستورالعمل های ویژه مجریان سفر حین برنامه:

توجه ویژه به مسافران و رفتارهای آنها (بررسی تجهیزات آنها به لحاظ مناسب بودن برای سفر، بررسی تغذیه

همراه گردشگر و ارائه نکات لازمه، مراقبت از مسافران جهت پرهیز از انجام فعالیت های آسیب زا)

احترام به جوامع محلی بطور کامل و در نظر گرفتن ملاحظات فرهنگی و هنجارهای اجتماعی آنان در هر شرایطی و

ارائه تذکرات لازم به مسافران در خصوص ملاحظات خاص فرهنگی هر منطقه

احترام به محیط زیست و عدم تخریب طبیعت، و حمایت از طرح های حفاظتی زیست محیطی

استفاده از مسیر های ایمن برای پیمایش برنامه و عدم تغییر برنامه اولیه سفر مگر در شرایط خاص

اعلام مدت زمان اجرای برنامه های تخصصی و فنی نظیر کوهپیمایی، غار نوردی، دره نوردی و... به تیم پشتیبان یا

هلال احمر منطقه تا در صورت عدم آنتن دهی و بروز مشکل در برنامه، بصورت خودکار از طرف آنان پیگیری های

لازم انجام شود.

در صورت بروز حادثه حین سفر، در مورد جراحات های جدی و مصدومیت های حاد ، راهنما باید سریعاً پزشک و اورژانس را تلفنی خبر کند. تازمانیکه پزشک نرسیده است ، راهنما باید در کنار مسافر بیمار و مصدوم بماند ، بعد به پزشک سپرده شود و ادامه تور را بدهد.

دستورالعمل های ویژه گردشگر حین برنامه:

پیروی از نظرات راهنمای برنامه و پذیرای نظرات جمع و نیز پرهیز از هر گونه فعالیت هایی که نظم تور بر هم بریزد.

هدف، انگیزه و اسرار سفر خود را برای افراد ناشناس و بیگانه بازگو ننمایید.

پرهیز از ایجاد درگیری ها و شوخی های خطرناک و نیز رفتار هایی که می تواند ایجاد آسیب در سایر را به همراه داشته باشد

احترام به جوامع محلی بطور کامل و در نظر گرفتن ملاحظات فرهنگی و هنجارهای اجتماعی آنان در هر شرایطی احترام به محیط زیست و عدم تخریب طبیعت،

حفظ حریم حیوانات و پرهیز از هر گونه رفتار آسیب زا با حیوانات به ویژه جانوران گزنده و گوشتخواران

استفاده از تجهیزات و پوشاک مناسب جهت حضور در برنامه با توجه به شرایط محیط و فصل اجرا

دور نشدن از تیم و مجموعه و پرهیز از ترک کمپ بدون هماهنگی با سرپرست برنامه در هر شرایطی.

احترام به قوانین و ملاحظات هر منطقه به ویژه مناطق تحت حفاظت

همراه داشتن منابع آب کافی در برنامه های ترکیب به ویژه در پیمایش مناطق بیابانی و کویری

همراه داشتن دارو های شخصی و لوازم کمک های اولیه

استفاده از کفش و لوازم ایمنی مناسب در سفرهای طبیعت گردی به ویژه در پیمایش های چند روزه

دستورالعمل های ایمنی ویژه محیط های آبی

در سواحل فقط در محل های مجاز و در مناطق تحت نظارت منجیان غریق شنا کنید و در همه حال به تذکرات منجیان غریق توجه کنید.

توجه داشته باشید که هرگز در تاریکی برای شنا به دریا نروید.

رودخانه های خروشان و مناطق تالابی به ویژه محوطه های پشت سد، هرگز مکان مناسبی برای شنا نیستند. هرگز هنگامی که احساس خستگی، کسالت، سرما یا گرمای مفرط می کنید و نیز بلافاصله بعد از غذا و پر بودن معده و دهان شنا نکنید.

همیشه عمق آب را امتحان کنید تا اطمینان حاصل کنید که عمق آن برای شیرجه رفتن مناسب باشد. بدون آشنایی به فنون شنا و داشتن مهارت لازم و به امید وسایل بادی مانند جلیقه، تیوپ و ... وارد آب نشوید. در محدوده های مجاز شنا کنید و از شنا کردن در محل های ناشناس و جاهایی که مراقبت یا نجات غریق و امکانات نجات وجود ندارد بپرهیزید.

در صورت طوفانی بودن دریا جدا از ورود به آب بپرهیزید.

هرگز به تنهایی شنا نکنید و حتی نگذارید دیگران نیز به تنهایی شنا کنند.

از شوخی کردن در آب و انجام اعمال خطرناک هنگام شنا جدا خودداری کنید.

در کنار دریا همواره مراقب کودکان باشید و به آنها حتی اگر شنا کردن را خوب می دانند اجازه تنها شنا کردن در دریا را ندهید مگر با نظارت سرپرستان و بزرگترها.

در هنگام شنا کردن کودکان، آنها را در همه اوقات تحت نظر داشته باشید.

هرگز در دریا و اماکن آبی دچار ترس نشوید و خونسردی خود را حفظ کنید چرا که ترس در آب عواقب وخیمی دارد.

در هنگام باران، رعد و برق و طوفان به دریا و اماکن آبی طبیعی نروید و یا سریعاً خارج شوید.

حتماً شنای اصولی را یاد گرفته و سعی کنید چند حرکت ساده از فنون نجات و نحوه استفاده از وسایل مخصوص نجات را فرا بگیرید.

در محدوده ای که قایق های موتوری عبور می کنند شنا نکنید.

در مناطق مجاز و با استفاده از قایق های مطمئن و مناسب اقدام به قایق سواری کرده و از سوار شدن به قایق های تفریحی فاقد امکانات ایمنی و قایق های ناسالم اجتناب نمایید.

از ریختن زباله در سواحل، دریا و اماکن آبی طبیعی خودداری کنید و در حفظ و نگهداری از محیط زیست کوشا باشید.

به تابلوهای هشدار دهنده بخصوص تابلوی "منطقه ممنوعه شنا" و "شنا اکیداً ممنوع" توجه کنید و از شنا کردن در مناطقی که این تابلوها قرار دارد جداً خودداری کنید.

یکی از مهمترین عوامل غرق شدن افراد به خصوص نوجوانان و جوانان غرور کاذب است. لذا در انجام شنا هرگز تصمیمات عجولانه و غرور انگیز و خارج از توان خود نگیرید و به یاد داشته باشید که شنا در محدوده استخر با شنا کردن در دریا از جهاتی متفاوت است.

دستور العمل های حفاظت از خود در هتل ها و مسافر خانه ها

تمامی قوانین و مقررات اقامتگاه خود را کاملاً رعایت نمایید.

همواره از درب ورودی اصلی هتل وارد شوید.

بدون شناسایی افراد مراجعه کننده به اتاقان، به آنها پاسخ نداده و از باز کردن درب به روی افراد ناشناس جدا خودداری کنید.

اشیاء گرانبهای خود را به صندوق امانات هتل بسپارید.

از قرار دادن کلید اتاق به افراد ناشناس پرهیز کنید

از باز گذاشتن درب اتاق به ویژه در هنگام شب خودداری کنید.

از آوردن مواد محترقه به داخل اقامتگاه خود خودداری کنید.

دستورالعمل های حفاظت از خود در مسافرت های ریلی:

همواره در حفظ و نگهداری اموال و اشیاء به ویژه اسناد و مدارک شناسایی خود دقت لازم را به عمل آورید.

هرگز پول و اشیاء قیمتی خود را در معرض دید افراد مسافری نانشناس قرار ندهید.

در هنگام شب و در زمان استراحت، اموال قیمتی، کیف پول و مدارک خود را در جای مطمئن نگهداری کنید.

از سپردن چمدان و یا کوله خود به افراد نانشناس پرهیز کنید.

هنگام توقف قطار و یا ضرورت ترک کوپه، یکی از آشنایان را عهده دار مراقبت از وسایل و اموال خویش نمایید.

پرهیز از تردد یا ایستادن بی مورد در راهروهای قطار .

از پذیرفتن هر گونه خوراکی و آشامیدنی و استنشام عطریات و اسپری های خوشبو کننده از مسافری نانشناس

خودداری نمایید.

از پذیرفتن اشیاء یا هرگونه بسته ای به عنوان امانت از دیگر مسافری حتی برای مدت زمان کوتاه خودداری

نمایید.

به علت احتمال سنگ پرانی به قطار در حریم شهرها و روستاهای مسیر، حتی الامکان از قرار گرفتن مقابل پنجره ها

خودداری نمایید.

چنانچه در داخل قطار مورد مزاحمت دیگران قرار گرفتید، از درگیری با مزاحمین خودداری نموده و مراتب را سریعاً

به مأمورین پلیس اطلاع دهید.

در صورت مشاهده هرگونه مورد مشکوک، مأمورین انتظامی مستقر در قطار را مطلع نمایید.