



Circular Preventiva

12.03.2021

INVIERNO SEGURO – 2020/2021

Adjunto remitimos información destacable sobre previsión meteorológica/condiciones en las montañas andaluzas en los próximos días **para su máxima difusión:**

Sierra Nevada

GRANADA

- ✓ Os adjuntamos ficha de seguridad actualizada a **11 de marzo de 2021** del **Parque Natural y Nacional de Sierra Nevada** (Fuente: Parque Nacional de Sierra Nevada)
- ✓ Información estación meteorológica **Refugio Poqueira**:
<https://www.ugr.es/~herrero/nievesierranevada/>
(Fuente: Web Refugio Poqueira - Investigación de Javier Herrero sobre la nieve en Sierra Nevada)
- ✓ Información visual webcams **Refugio Poqueira**: [Web Refugio Poqueira](#)
(Fuente: Refugio Poqueira)

Previsión:

- Predicción **AEMET** Sierra Nevada:
<http://www.aemet.es/es/eltiempo/prediccion/montana?w=2&p=nev1>

Viernes 12

- Cielo poco nuboso o despejado.
- Temperaturas en ligero o moderado ascenso. Heladas débiles en cotas altas.
- Viento flojo o moderado de componentes norte y oeste, aumentando su intensidad al ganar altitud.

Sábado 13

- Intervalos nubosos con bancos de nubes bajas, intervalos de nubes altas y nubes de evolución diurna.
- Escasa probabilidad de algunos chubascos débiles en horas centrales.
- Temperaturas mínimas sin cambios o en ligero descenso, y máximas en moderado ascenso. Heladas débiles en cotas altas.
- Vientos al nivel de las cimas moderado del noroeste, y en el resto flojo de dirección variable.

Domingo 14

- Cielo poco nuboso o despejado.
- Temperaturas mínimas sin cambios o en ligero descenso, y máximas sin cambios o en ligero ascenso. Heladas débiles.



Circular Preventiva

12.03.2021

INVIERNO SEGURO – 2020/2021

.- A nivel de cimas intervalos de vientos de intensidad moderada del noroeste y norte, y en el resto flojo de dirección variable.

Lunes 15

- .- Cielo poco nuboso, con nubes altas.
- .- Temperaturas sin cambios o en ligero ascenso. Heladas débiles en cotas altas.
- .- Viento flojo de dirección variable.

- **TODAS LAS ZONAS**

- ✓ Nieve a partir de 1.800 metros de forma discontinua y con diferentes espesores según orientación o exposición. Persisten las condiciones difíciles en la Sierra.
- ✓ Continúa la presencia de mucho hielo en la Sierra.
- ✓ Imprescindible una óptima gestión del terreno y las condiciones.
- ✓ **¡¡ATENCIÓN!!: Imprescindible el uso de crampones y piolet y dominar su uso. Imprescindible disponer de material y equipo en óptimas condiciones.**
- ✓ **Rogamos extremar al máximo la precaución.**
- ✓ **Refugio Poqueira en Cierre temporal vigilado**
- ✓ **Refugio Postero Alto – Cerrado temporalmente, incluso la zona libre.**
- ✓ **Se recomienda NO utilizar los refugios al no poder garantizarse el cumplimiento de los requisitos sanitarios derivados del Covid 19**

Sin alertas por fenómenos meteorológicos adversos en Andalucía

- Predicción AEMET:

<http://www.aemet.es/es/el tiempo/prediccion/avisos?l=61&r=1>

Circular Preventiva

12.03.2021

INVIERNO SEGURO – 2020/2021

Todas las provincias

ANDALUCIA

- **Alerta Pandemia Covid - 19**
 - ✓ Riesgo de contagio por Covid-19
 - ✓ **¡¡ATENCIÓN!! Posibilidad de contagio Covid-19.**
 - ✓ **Rogamos extremar al máximo la precaución y adoptar con responsabilidad las medidas sanitarias de seguridad establecidas.**

ADVERTENCIA: Se recomienda no utilizar el refugio al no poder garantizar el cumplimiento de los requisitos sanitarios derivados del Covid 19.

MEDIDAS CONTRA COVID19 EN REFUGIOS

POR SU SEGURIDAD:
POUR VOTRE SÉCURITÉ:
FOR YOUR OWN SAFETY:

- **Utilice mascarilla en todo momento**
Porter un masque à tout moment
Wear a face mask at all time
- **Mantenga la distancia de seguridad**
Respectez les distances de sécurité
Keep the safety distance
- **Utilice gel desinfectante**
Utilisez du gel désinfectant
Use hand sanitizer
- **Evite compartir utensilios y enseres**
Évitez de partager utensiles et effets personnels
Avoid sharing your own belongings and equipment with others

RECUERDE que en alta montaña el virus sigue activo
N' OUBLIEZ PAS qu' en haut montagne le virus est toujours actif
KEEP IN MIND that the virus is still active in high mountain areas

112

CONSEJERÍA DE AGRICULTURA, GANADERÍA, PESCA Y DESARROLLO SOSTENIBLE
Junta de Andalucía

Logo of the Junta de Andalucía and other regional authorities.



Circular Preventiva

12.03.2021

INVIERNO SEGURO – 2020/2021

COLABORACIÓN CON RASEMON (Red Andaluza de Seguridad en Montaña) “INVIERNO SEGURO 2020/2021”

Con el fin de poder disponer de información verificada y actualizada para todos los deportistas a través de la **RASEMON**, lanzamos una invitación a todas aquellas personas que quieran colaborar con **RASEMON** realizando aportaciones de carácter semanal o esporádica, sobre condiciones y estado de las diferentes zonas de montaña andaluzas para la práctica del alpinismo, barranquismo, montañismo, escalada....

La forma y contenido de la información sería:

- Indicar zona con un breve comentario, fecha de la observación y si procede, alguna recomendación
- Mejor si se acompaña con alguna imagen del lugar/zona
- Opcionalmente, indicar el nombre y/o club, si queremos que aparezca en la **Circular Preventiva RASEMON** el nombre de la persona y/o club colaborador

El contenido de la observación puede enviarse a: seguridad@fedamon.com al objeto de gestionar su difusión entre todos los referentes de seguridad de la **RASEMON** y deportistas en general.

ACTUALIZACIÓN BASE DE DATOS

RASEMON (Red Andaluza de Seguridad en Montaña)

“INVIERNO SEGURO 2020/2021”

Desde el **Área de Prevención y Seguridad en Montaña FAM** se ha actualizado el formulario de acceso a la **RASEMON** con el fin de actualizar la base de datos existente, para lo cual se hace necesario que todos los **Referentes de Seguridad de los clubes de montaña**, así como todos los **Referentes de Seguridad Provinciales** (miembros responsables de seguridad de las Delegaciones Provinciales) cumplimenten este formulario.

Este formulario permanecerá abierto de forma indefinida. En caso de tener alguna duda, podéis contactar con nosotros en el correo: seguridad@fedamon.com

ENLACE FORMULARIO ACTUALIZACIÓN DATOS Y ACCESO RASEMON (A cumplimentar sólo por los Referentes de Seguridad Provinciales y Referentes de Seguridad de Clubes Deportivos):

<https://forms.gle/J2qALjfHyP3F7Azb6>

Circular Preventiva

12.03.2021

INVIERNO SEGURO – 2020/2021



FEDERACIÓN ANDALUZA
DE MONTAÑISMO

Comité de Seguridad

CONSEJOS DE SEGURIDAD

- **Consultar el parte meteorológico** de forma previa a la realización de la actividad, aplazar la actividad si las condiciones y/o la meteorología no son favorables.
- En actividades invernales: **llevar equipo y material adecuados** a la actividad a realizar
- **Evitar salir solos**, en caso de hacerlo, comunicar el recorrido a seguir y la hora prevista de regreso a otras personas (**Adjuntamos ficha modelo para su uso por “montañeros/as solitarios/as”**).
- **En alta montaña invernal, imprescindible dominar las técnicas de progresión y el uso del piolet y crampones. En actividades con manto nivoso:** llevar siempre ARVA, pala y sonda.
- **Recuerda que una buena formación es la base de la prevención**, fórmate, la Escuela Andaluza de Alta Montaña dispone de un gran número de cursos en los que aprender técnicas y adquirir conocimientos que te ayudarán a realizar las actividades de forma más segura minimizando los riesgos.
- **Si el tiempo cambia a condiciones desfavorables**, siempre es una buena opción el no continuar con la actividad.
- **Llevar siempre un móvil con batería completamente cargada** y aplicaciones de geolocalización instaladas (Alpify, Alertcorps, Whatsapp, Google Maps...)
- **Atención en zonas de la Estación de Esquí de Sierra Nevada:** Máquinas con cables trabajando en la Estación en temporada de esquí, respetar la señalización para evitar accidentes es fundamental.
- **Refugios-vivac:** Importante cerrar las bien las puertas al salir y no dejar basura.
- **Observa y valora el manto nivoso:** siempre ayuda a detectar posibles capas débiles y a elegir el terreno más adecuado para nuestra actividad.
- Recuerda los **teléfonos de emergencias:**

✓ Emergencias en general: **112**

✓ Guardia Civil: **062**

✓ Emergencias sanitarias: **061**



Circular Preventiva

12.03.2021

INVIERNO SEGURO – 2020/2021

CONSEJOS DE SEGURIDAD FORMACIÓN PREVENTIVA

Desde principios de febrero, incluimos un nuevo espacio en la **Circular Preventiva RASEMON**, enfocado a la difusión de aspectos de interés en el ámbito de la Seguridad en Montaña. Desde el Área de Prevención y Seguridad, os invitamos a participar enviando vuestras aportaciones para su publicación al correo: seguridad@fedamon.com (Extensión máxima aproximada ½ página).

Las 7 Variables del Terreno

El Terreno se presenta como un inestimable amigo de confianza, fiel y constante, frente a otros factores variables como son el manto nivoso, la meteorología y las personas...

Sin duda, si tenemos un buen conocimiento de los fundamentos de la gestión del terreno, es bastante probable que podamos disfrutar de las montañas con seguridad.

Por ello, muchos instructores en materia de terreno de aludes, se basan en 7 variables a tener en cuenta:

- 1.- Pendiente: inclinación de la ladera
- 2.- Anclajes versus obstáculos
- 3.- Orientación respecto al viento: cómo incide el viento en la pendiente.
- 4.- Orientación respecto al sol: cómo incide la insolación en la pendiente
- 5.- La altitud
- 6.- Consecuencias: ¿Qué pasaría si hubiera un desprendimiento?
- 7.- Complejidad: tamaño del terreno de aludes y nivel de compromiso.

Fuente: Bruce Tremper "Avalanchas, nociones imprescindibles"

INVIERNO SEGURO
2020/2021



¡MONTAÑAS
SIN ACCIDENTES!