



RANGER SURVIVAL CLUB  
MATERIAŁY SZKOLENIOWE

## ZASADY PODSTAWOWE

Istnieją trzy czynniki, które zwiększają szanse niezależnie od sytuacji: umysł, ciało i przygotowanie.

Niewątpliwie najważniejsza jest psychika. Spokój, opanowanie i pewność siebie pozwolą prawidłowo ocenić zagrożenia, uwzględnić siły i środki jakimi dysponujemy oraz najlepiej je wykorzystać. Nie mniej ważna jest odporność na niepowodzenia i stres. Survival zaczyna się tam, gdzie coś poszło źle! Nieco mniej ważne jest przygotowanie fizyczne. Jednakże wytrzymałość, odporność i siła dają w sytuacji awaryjnej niespodziewane korzyści pozwalając wyjść z opresji łatwiej i - co ważniejsze - pomóc innym. Jeżeli chociaż trochę przygotujesz się na to, co może nastąpić, przejdiesz przez nieprzyjemną sytuację niemal bezboleśnie. I nie chodzi tu o noszenie przy sobie zawsze plecaka z pełnym wyposażeniem, włączając w to maczetę i ponton. Przygotowanie to także zabranie do kieszeni rękawiczek i czapki na górski spacer w wiosenny dzień. Przygotowaniem w szerokim zakresie jest także utrzymywanie odpowiedniej kondycji fizycznej i pozytywnego (kreatywnego) nastawienia psychicznego do otaczającej rzeczywistości. Na pewno nie zaszkodzi też znajomość technik survivalowych...

Niezależnie od sytuacji w której się znalazłeś, zawsze pamiętaj o poniższej wyliczance, która zawiera w sobie kolejność podstawowych działań w wypadku realnie zagrażającym życiu:

- S** **Sytuacja** - oceń sytuację, w jakiej się znalazłeś.  
Pamiętaj, aby nie dać ponieść się panice, niezależnie od tego, jak źle to wszystko wygląda; ta faza jest niezwykle ważna i w głównej mierze to od niej zależy powodzenie dalszych działań;
- U** **Ucieczka** - jeżeli twojemu życiu lub zdrowiu zagraża jakikolwiek czynnik niebezpieczny (np. ogień, możliwość eksplozji, podnoszenie się poziomu wody powodzi itp.) niezwłocznie przenieś się w bezpieczne miejsce; tak samo musisz ewakuować innych poszkodowanych;
- R** **Rany** - jeżeli ty lub inni poszkodowani są ranni, udziel pomocy medycznej;
- W** **Wyposażenie** - zgromadź wszystkie przedmioty, które mogą się przydać (przede wszystkim odzież, żywność i wodę, koce, itp.);
- I** **Informacja** - prawdopodobnie nikt nie wie, co ci się przytrafiło, i dlatego nikt nie może ci pomóc; musisz więc poinformować o swoim istnieniu; nieważne, czy pozostajesz na miejscu zdarzenia, czy wyruszasz po pomoc, zostaw najbardziej wyczerpujące i czytelne informacje, jak to tylko możliwe;
- W** **Wędrowka** - gdy szanse na odnalezienie cię w czasie pozwalającym przeżyć są niewielkie, należy udać się samemu po pomoc;
- A** **Adaptacja** - podstawowym czynnikiem pozwalającym przetrwać jest zdolność improwizacji i przystosowania się do zmieniających się warunków otoczenia;
- L** **Ludzie** - zawsze twoim celem powinien być kontakt z ludźmi; o ile przyjemnie jest wędrować samotnie, o tyle w sytuacji niebezpiecznej naturalnym i pożytecznym odruchem powinna być współpraca;

Pamiętaj też, że Survival oznacza tyle co **Przetrwanie** - **P** jak **Przewidywanie**, **P** jak **Przygotowanie**.

## ZESTAW SURVIVALOWY

Skoro ustaliliśmy, że przygotowanie jest takie ważne, warto zabrać ze sobą tzw. zestaw survivalowy (survival kit). W sprzedaży można spotkać kilka rodzajów gotowych zestawów. Jeśli jednak zastanawiasz się nad kupnem gotowego zestawu, zbadaj dokładnie jego zawartość. Najczęściej gotowe zestawy zawierają byle jaki noż składany, zwyczajne zapalniczki (dokładnie takie, jakie możesz dostać w charakterze reklamówki w lepszym klubie czy restauracji) kiepski zabawkowy kompas i komplet bajerków do łowienia ryb (tak naprawdę niemal całkowicie nieprzydatnych w przetrwaniu w warunkach środkowej Europy). Większość tych elementów możesz skompletować osobno, sprawdzając ich jakość i mając dzięki temu pewność, że nie zawiodą Cię, kiedy nadejdzie ich czas.

Samodzielne przygotowanie zestawu pozwoli także dokładnie przemyśleć użyteczność poszczególnych składników i skompletować je pod kątem przewidywanego środowiska w jakim zostaną użyte. Zupełnie inne zestawy przydadzą się w warunkach miejskich i w warunkach terenowych („w przyrodzie”). Wśród tych różne składniki potrzebne będą w zależności od rozmaitych warunków, do których chcemy się przygotować.

Jeśli zechcesz, możesz skorzystać z moich przemyśleń:

**ZESTAW MIEJSKI** powinien zawierać:

- opatrunek osobisty w wodoodpornym opakowaniu (np. ogólnowojskowy)
- środek przeciwbólowy
- zestaw plastrów do drobniejszych skaleczeń
- trzy prezerwatywy - mają wiele zastosowań, chociażby jako rękawiczki chirurgiczne
- kilka cukierków z kofeiną
- czekoladowy batonik - źródło energii w krytycznej sytuacji
- scyzoryk lub tzw. mini survival tool
- zapalniczkę - naprawdę nie ma potrzeby nosić sztormowych zapalek
- minilatarkę
- kilkanaście metrów żyłki
- worek na śmieci (zwinięty zabiera bardzo mało miejsca)

Całość pakujemy do zasobnika który możemy nosić przy pasku.

**ZESTAW POLOWY** w strefie umiarkowanej powinien zawierać:

- koc ratunkowy NRC
- opatrunek osobisty w wodoodpornym opakowaniu (np. ogólnowojskowy)
- zestaw plastrów do drobniejszych skaleczeń
- środek przeciwbólowy
- trzy prezerwatywy
- kilka cukierków z kofeiną
- czekoladowy batonik
- torebkę herbaty express i torebkę cukru
- kostkę rosołową
- scyzoryk lub tzw. mini survival tool
- mały kompas tzw. guzikowy
- zapalniczkę albo zapalniczki w wodoodpornym opakowaniu
- stałe paliwo turystyczne
- minilatarkę
- kilkanaście metrów żyłki
- worek na śmieci

Całość pakujemy do metalowej puszki, którą można w razie potrzeby wykorzystać do przyrządzenia gorącego napoju.

Aneks

Kiedy pisałem ten tekst wiele lat temu, byłem święcie przekonany o jego słuszności...

Czy jednak nie wydaje się Wam, że noszenie tego wszystkiego zawsze przy sobie to lekka przesada ? Wszystkie podręczniki survivalu zaczynają od rozdziału o zestawie survivalowym, ale warto by było zastanowić się czy to jest naprawdę potrzebne ? Kiedyś dumnie brałem taki zestaw zawsze do lasu i z godnością znosiłem docinki znajomych. Po pewnym czasie okazało się jednak, że nigdy - NIGDY - przez ponad 10 lat bo tyle zajmuję się survivaliem i szeroko pojętym outdoorem nie otwarłem takiego zestawu w terenie (nie liczę wymiany przeterminowanych składników). Do rozpalenia ognia używałem zapalniczki z kieszeni, jedzenie i picie zabierałem do plecaka lub oporządzenia, Leathermanna nosiłem w kieszeni spodni a latarkę w kurtce. Drobne skaleczenia opatrywałem najczęściej kawałkiem chusteczki higienicznej albo po prostu czekałem aż przestaną krwawić. No i po co mi taka puszka ? Przecież nie zgubię się na grzybach na tyle, żebym musiał walczyć o życie. A już zestaw miejski to naprawdę przesada. Dlatego proponuję nie budować zestawu (co do którego działa psychologiczny opór jego otwierania) ale zabierać potrzebne przedmioty ze sobą - to co potrzebne w konkretnej sytuacji. Więcej zabierzemy na całodzienną wyprawę na nartach bez szlaków przez Bieszczady a mniej na godzinny spacer po lesie w sierpniu. Jest jeden wyjątek - na prawdziwe wyprawy w dzikie rejony świata warto sobie taki zestaw przygotować