



DECÁLOGO DE AUTOPROTECCIÓN Y SEGURIDAD PARA EL PARTICIPANTE

ESTE DECÁLOGO VA EN BENEFICIO DE TODOS, PUES CON ÉL, LAS ACTIVIDADES SE DESARROLLARÁN DE MANERA AGRADABLE Y SEGURA CON COMPLETO DISFRUTE DE LOS ESPACIOS NATURALES POR DONDE DISCURREN.

- 1.- Las personas participantes se informarán debidamente de la actividad a realizar, para tener la convicción de que esta es la que en realidad desea, y que es la adecuada a sus características personales.
- 2.- Los/as participantes llegarán a las actividades con antelación suficiente para solventar cualquier imprevisto o necesidad. Los retrasos inciden negativamente en la seguridad, armonía en el grupo y buen desarrollo de la actividad.
- 3.- Los/as participantes notificarán a los responsables del C.D.M. El Teso cualquier incidencia ocurrida durante el desplazamiento a la misma (física, psíquica o material), aunque pueda parecer insignificante, como mareos por el viaje, debilidad por un mal desayuno, etc. Y advertirán a la organización en caso de estar con medicación que pueda alterar sus aptitudes habituales.
- 4.- Las personas participantes prestarán atención a las indicaciones previas a la actividad que proporcione la organización. Muy especialmente a lo referente a normas y equipamiento de protección y seguridad. Los equipos para el desarrollo de las actividades harán que la actividad sea mucho más agradable y segura.
- 5.- Los/as participantes respetarán profundamente el Medio Natural donde se desarrolle la actividad, intensificando este cuidado en zonas de Especial Protección Ambiental y otros espacios protegidos. En el entorno natural no deben quedar huellas de su paso por él. Respetarán igualmente a otros grupos, personas o propiedades que estén en las zonas donde se desarrollen las actividades.
- 6.- Los/as participantes mantendrán en todo momento el equipamiento específico de la actividad, intensificando su atención y cuidados en el equipamiento de protección y seguridad tanto particular como colectivo, conservarán el material asignado para las actividades y comunicarán instantáneamente si se produce algún deterioro o pérdida durante la realización de las actividades.
- 7.- Las actividades se realizan en equipo, por lo que las personas participantes tendrán que colaborar y ayudar al resto de los miembros del grupo cuando así sea requerido, adaptándose al

nivel de los menos cualificados física o técnicamente. Los /as participantes, no asumirán en ningún caso labores o responsabilidades que no les correspondan, evitando comportamientos prepotentes o exhibicionistas que puedan generar mal ambiente entre los miembros del grupo.

8.- Los/as participantes prestarán y mantendrán durante el total desarrollo de la actividad la debida atención a las instrucciones que pueda dar la organización y tendrán una atención muy especial a los responsables de la actividad, siguiendo todas las indicaciones que le sean proporcionadas.

9.- Salvo exigencias puntuales de la actividad, los/as participantes no se situarán en sitios potencialmente peligrosos como grandes desniveles, precipicios, suelos inestables, corrientes de agua o placas de hielo, evitando riesgos innecesarios.

10.- Al finalizar la actividad los/as participantes entregarán todo el que le hubiera sido asignado y cuando lo deseen aportarán a la organización comentarios y opiniones constructivas, ya que con ellos se mejorará en la organización de actividades futuras.

11.- Los/as participantes tras leer atentamente todas las indicaciones contenidas en este Decálogo, rellenarán con carácter previo a la realización de las actividades la Ficha de Inscripción correspondiente y firmarán el Consentimiento Informado facilitado por la organización. Con ello aceptarán estar plenamente conformes con la gestión, dinámica y condiciones de la actividad.

LA NATURALEZA ES UN ELEMENTO MUY VIVO Y PODEROSO, SORPRELENTE Y MARAVILLOSO, QUE PUEDE SORPRENDERNOS A LA VEZ. PARA SENTIRLA CON PLENITUD, DEBEMOS ACERCARNOS A ELLA CON SERENIDAD, RESPETO Y HUMILDAD.