



euskalmendizalefederazioa

FEDERACION VASCA DE MONTAÑA  
BASQUE MOUNTAINEERING FEDERATION

# I JORNADA DE SEGURIDAD EN MONTAÑA

## EMF&DERSU

Ubide-Albergue Olalde (Gorbeialdea) – 26 de noviembre de 2022

### 1. Lugar

UBIDE

Albergue Olalde (Gorbea)

Localización: [Olalde](#)

902540999

<https://bmf-fvm.org/normas-de-la-escuela-de-formacion-olalde/>

### 2. Asistentes

Responsables de actividades de clubs.

### 3. Precio

Gratuito

### 4. Actividades, descripción general

09:00 - 09:30

#### **BIENVENIDA Y PRESENTACIÓN (ALBERGUE OLALDE)**

- Organización de grupos ( talleres A,B,C rotativos)

A cargo de: Técnicos del comité de seguridad de la EMF

09:30 - 11:00

#### **SEIBURU. Seis claves fundamentales a tener en cuenta en montaña**

#### **PLANIFICACIÓN DE ACTIVIDADES DE MONTAÑA, 3X3**

- Niveles
- Planificación

A cargo de: Técnicos del comité de seguridad de la EMF y Técnicos de DERSU



11:00 - 12:30

## **TALLER ORIENTACIÓN DIGITAL DERSU/GARMIN**

### **DERSU**

- ¿Qué es?, ¿Cómo se utiliza?
  - Introducción
  - Niveles / perfil
  - Relación niveles y rutas
  - Planificación
- Uso y práctica en ruta

### **AYUDAS DIGITALES EN MONTAÑA**

- Teléfono, relojes GPS y dispositivos de conexión vía satélite.
- Características y recomendaciones de uso.
- Funciones principales y recomendadas por dispositivo

A cargo de: Técnicos de DERSU

12:30 - 13:15

## **PROCEDIMIENTOS DE SEGURIDAD CON EL HELICÓPTERO**

### **LA UNIDAD UVR (ERTZANTZA)Y FUNCIONES PRINCIPALES.**

A cargo de: Técnicos de la UVR (Ertzaintza)

13:15 - 14:15

### **Comida (picnic)**

14:15 - 15:45

## **PRIMEROS AUXILIOS BASICOS**

- Introducción
- Botiquín
- Primeros auxilios
- RCP
- Manta Térmica
- Inmovilizaciones
- Protocolo de actuación en caso de accidente

A cargo de: Médicos de la Asesoría Médica de la EMF y de IMMED

## 5. Recursos

A cargo de los asistentes:

- App Dersu descargada, con perfil creado y aceptada la invitación a la salida.
- Calzado de montaña, Buff, chaqueta impermeable, crema solar y protector labial, gafas de sol, gorra, guantes, ropa de abrigo, pantalón técnico, camiseta técnica.
- Mochila de día (15-22l).
- Botiquín personal, frontal, silbato, teléfono móvil.
- Picnic.

## 6. Inscripciones

- Inscripción en formularios para la jornada  
<https://emf.eus/>

La inscripción de participantes estará limitada, con lo que daremos la prioridad, a la mayor cantidad de clubs diferentes, siendo recomendable no inscribir a más de tres personas por club.

