



**Fundacja im. Anny Pasek**

ul. Małobądzka 101, Będzin 42-500

tel. +48 32 761 53 80

fax +48 32 761 53 77

e-mail fundacja@annapasek.org

## **ZAŚWIADCZENIE**

Zaświadcza się, iż Pani **Natalia Tomasik**  
urodzona dnia 11 listopada 1986 roku w Krynicy Zdrój, była uczestniczką:

### **Kursu Lawinowego**

zorganizowanego w 2011 roku, w rejonie Hali Gąsienicowej.

#### **Program szkolenia obejmował m.in.:**

##### **Blok teoretyczny w trakcie, którego poruszano zagadnienia dot.:**

Bezpieczeństwa w górach, w warunkach zimowych.

Zasad bezpiecznego poruszania się w terenie zagrożonym.

Pomocy przedmedycznej.

Śniegu, jego przemian, czynników lawinotwórczych.

Analizy stabilności pokrywy śnieżnej.

Oceny lokalnego zagrożenia lawinowego.

##### **Zajęcia praktyczne obejmowały m.in.**

Analizę lokalnego zagrożenia lawinowego.

Wykonywanie testów lawinowych (m.in. test norweski, test KO, test bloku ślizgowego, trójkąt Muntera) w celu oceny stabilności pokrywy śnieżnej.

Naukę obsługi detektorów lawinowych.

Prowadzenie, w formie symulacji, akcji poszukiwawczej na lawinisku. Zapoznanie się z podstawowymi procedurami prowadzenia akcji poszukiwawczych.

Szkolenie obejmowało także podstawy pomocy przedmedycznej, z uwzględnieniem prowadzenia działań w rejonie zejścia lawiny, w celu zabezpieczenia ofiar/y wypadku do czasu dotarcia profesjonalnych służb ratowniczych.

Prezes Fundacji im. Anny Pasek

  
**Paweł Chrustek**

**Fundacja  
im. Anny Pasek**



**Fundacja im. Anny Pasek**

ul. Małobądzka 101, Będzin 42-500

tel. +48 32 761 53 80

fax +48 32 761 53 77

e-mail fundacja@annapasek.org

## **ZAŚWIADCZENIE**

Zaświadcza się, iż Pani **Natalia Tomasiak**  
urodzona dnia 11 listopada 1986 roku w Krynicy Zdrój, była uczestniczką:

### **Warsztatów turystyki alpejskiej**

przeprowadzonych w 2011 roku, w Alpach Kotyjskich, w rejonie Pragelato.

#### **Program warsztatów omawiał i obejmował w wymiarze praktycznym m.in.:**

Zimowe zagrożenia terenu górskiego, zasady bezpieczeństwa, niebezpieczeństwa gór lodowcowych.

Podstawowe informacje o sprzęcie turystycznym, potrzebnym do poruszania się w górach typu alpejskiego.

Zasady asekuracji, asekuracja lotna, zakładanie stanowisk w śniegu.

Poruszanie się w rakach, posługiwanie się czekaniem, hamowanie upadków na stromym stoku przy użyciu czekanu.

Zasady poruszania się w terenie lodowcowym, autoratownictwo.

Budowa jam śnieżnych.

Zagrożenie lawinowe.

Planowanie drogi.

Umiejętności radzenie sobie w trudnych sytuacjach.

Prezes Fundacji im. Anny Pasek

  
**Paweł Chrustek**