

Szkocja obfituje w piękną naturę i dzikie tereny do chodzenia, a także góry, które przyciągają sympatyków pieszych wędrówek. Najwyższa góra w Szkocji to Ben Nevis koło miasteczka Fort William, która sięga 1345 metrów. Pomimo że góry wydają się dość niskie, należy zachować szczególną ostrożność i być przygotowanym na wiele niebezpiecznych czynników pojawiających się podczas pieszego zwiedzania. Odpowiednia wiedza i przygotowanie w wielu przypadkach może uratować życie.

### **Trasa**

Przed wyjściem z miejsca zakwaterowania, w którym się znajdujemy, zawsze należy zapoznać się z mapą, trasą i terenem, po którym będzie odbywać się wycieczka. Należy pamiętać, że w Szkockich górach nie ma oznaczeń tras na większości szlaków, także najlepiej posiadać nawigację w telefonie, na zegarku bądź też urządzenie GPS. Znajomość używania map i kompasu jest wskazana, ponieważ należy zawsze pamiętać, że urządzenia mogą zawieść w różnych okolicznościach. Mapy można kupić w każdym sklepie ze sprzętem górskim, a także w sklepach z pamiątkami i wielu miejscach zakwaterowania w recepcji. Wychodząc na szlak najlepiej jest zostawić komuś informacje, gdzie się idzie, z kim, ile to zajmie, a także planowana godzinę powrotu. Może to być recepcja w punkcie zakwaterowania czy nawet poinformowanie rodziny lub przyjaciół w Polsce. Bezpieczniej jest zawsze wychodzić w góry w grupie, tak aby przy nieszczęśliwym wypadku ktoś mógł wezwać pomoc.

### **Przygotowanie**

Zawsze należy posiadać naładowany telefon lub też urządzenie GPS przed wyjściem w drogę. Wiele osób używa map na telefonie, należy pamiętać, że niskie temperatury i wiatr rozładują baterie o wiele szybciej. Zawsze należy mieć ze sobą co najmniej półtora litra wody i dużo przekąsek. Należy zabrać ze sobą także parę warstw ubrań, ponieważ pogoda jest w stanie zmienić się bardzo szybko, przynosząc chłodne powietrze lub deszcz i wiatr, który wychładza ciało najszybciej. Należy pamiętać, że w zimie dni są bardzo krótkie i bardzo szybko robi się ciemno, dlatego dłuższe trasy najlepiej planować jest na letnie miesiące.

### **Pogoda**

Pogoda w Szkocji jest niezwykle zmienna, należy mieć to zawsze na uwadze planując wycieczki górskie. Deszcz jest zjawiskiem bardzo częstym utrudniającym wędrówkę, ponieważ należy pamiętać, że wiele gór szkockich jest zbudowanych ze skał, które stają się niezwykle śliskie pod wpływem deszczu, powodując niebezpieczeństwo poślizgnięcia się nawet w najlepszym obuwiu górskim. Deszcz, a tym bardziej mgła blokują możliwość rozeznania w terenie, które może skończyć się zagubieniem i tragicznymi skutkami. Mgła uniemożliwia wizualną orientację w terenie. Bardzo często powyżej pewnego pułapu wysokościowego, formują się mgły i chmury, blokując całkowicie widoczność. Nie zaleca się podróżować, gdy są przewidywane mgły, ponieważ może to zakłócić dokładne działanie urządzenia nawigującego, którego używamy. Podczas pięknego dnia, kiedy nadejdzie chmura a szlak nie jest dobrze widoczny, należy usiąść w miejscu i czekać, dopóki chmura odejdzie, aby odzyskać dobrą widoczność.

Należy zwrócić szczególną uwagę na prognozę pogody mówiącą o sile i podmuchach wiatru, ponieważ są one bardzo silne i uniemożliwiają bezpieczne podróżowanie w górach. Wiatr powoduje bardzo szybkie wychłodzenie ciała, dlatego jak zatrzymujemy się nawet na chwilę, przy delikatnym wietrze, należy ubrać na siebie dodatkowe warstwy ubrań, aby nie zmarznąć.

Pogoda w górach zmienia się także zależnie od wysokości, na którą wchodzimy. Należy zachować szczególną ostrożność, ponieważ różnica temperatur może być drastyczna jak np. z 10 stopni u podnóża góry, można doświadczyć minusowych temperatur na samej górze, a przy wietrze temperatury minusowe są odczuwalne jeszcze mocniej.

Wbrew pozorom słońce w Szkocji w słoneczne dni na wiosnę i w lecie jest bardzo mocne, należy zaopatrzyć się na wszelki wypadek w krem z filtrem, jak planuje się dłuższe wędrówki w słoneczne dni.

Zawsze trzeba spojrzeć na parę serwisów pogodowych i aplikacji w naszym telefonie, aby potwierdzić pogodę. Jednak zawsze należy liczyć się ze zmianą pogody. Podstawowe serwisy pogodowe górskie i ogólne w Szkocji:

<https://www.mountain-forecast.com/>

<https://www.mwis.org.uk/forecasts/scottish>

<https://www.bbc.co.uk/weather>

### **Nagle wypadki**

Szkockie Górskie Pogotowie Ratunkowe (Scottish Mountain Rescue) nie pobiera opłat za przeprowadzenie akcji ratowniczej; zalecamy jednak wykupienie dodatkowego ubezpieczenia, które w razie konieczności pokryje koszty hospitalizacji. Aby wezwać pomoc w warunkach, które umożliwiają używanie telefonu należy dzwonić na 999 i poprosić o połączenie z policją, a następnie poprosić o połączenie z Mountain Rescue. W momencie, gdy nie wiemy, gdzie jesteśmy i jak określić swoją pozycję bardzo przydatne są aplikacje typu what3words (<https://what3words.com/products/what3words-app>), które bez problemu są w stanie określić pozycję co do metra.

Bardzo przydatnym elementem jest posiadanie gwizdka, co w przypadku w słabej widoczności może pomóc w poszukiwaniach. 3 gwizdnięcia przez gwizdek są w międzynarodowym kodzie rozpoznawane jako wzywanie pomocy.

### **Bog - moczary**

Podczas podróżowania po górach warto się zapoznać z tzw "bog factor", czyli ze zjawiskiem moczarów na wielu pieszych trasach. Wiele serwisów internetowych pokazuje, jaki jest współczynnik moczarów jak np. Walk In Highlands <https://www.walkhighlands.co.uk/>, gdzie można ten współczynnik odczytać przy wybranej trasie, którą chcemy się udać. Należy zachować szczególną ostrożność ponieważ w niektórych przypadkach to, co wydaje się małą kałużą czy podmokłym mchem może okazać się dziura w którą wpadniemy do pasa.

### **Ubrania**

Należy zawsze pamiętać, że Szkocka pogoda zmienia się bardzo szybko, a także zależnie od wysokości, na której się znajdujemy. Zawsze trzeba posiadać ze sobą parę warstw ubrań. Bezwzględnie należy zaopatrzyć się w wodoodporne buty i przeciwwiatrową, wodoodporną kurtkę przy klimacie Szkockim. Dobrze nosić widoczne kolory, takie jak pomarańczowy, czerwony czy żółty, aby w sytuacjach nagłych wypadków być dobrze widocznym dla grup ratujących. Chodzenie po górach w zimie jest dużo bardziej wymagające niż w lecie i wymaga zupełnie innej wiedzy, umiejętności i przygotowania. Przed wyjściem w góry należy sprawdzić, czy w wyższych partiach gór nie ma śniegu i przygotować się odpowiednio. Śnieg w wyższych partiach gór Szkocji może pojawić się tak wcześnie, jak w październiku i zostać tam do początku maja. Należy o tym pamiętać planując wyjścia.

## **Drogi jednopasmowe**

Prowadząc auto należy pamiętać, że w UK obowiązuje ruch lewostronny. Wiele dróg, zwłaszcza jadąc na północ Szkocji w bardziej dzikie tereny czy na Szkockie wyspy zamienia się w jeden pas. Należy zachować szczególną ostrożność, a także być świadomym nadjeżdżających pojazdów. Na takich drogach występują tzw. „Passing Places”, czyli wysepki, na które mamy obowiązek zjechać (jeśli są po naszej stronie drogi, czyli lewej), gdy nadjeżdża pojazd z naprzeciwka. Na takich drogach wymagane są wysokie umiejętności kierowcy pojazdu. Jednym z najcięższych manewrów będzie cofanie pojazdu na bardzo wąskich drogach. Należy liczyć się z tym, że mieszkańcy lokalni jeżdżą tymi drogami bardzo szybko. Ograniczenie na takich drogach jest to 60 mil (97 km) na godzinę.

## **Zwierzęta**

Szkocja zamieszkiwana jest przez wiele różnych rodzajów zwierząt. Jedne z najbardziej popularnych, które można spotkać na szlakach to jelenie. Nie boją się one ludzi jednak jest zakazane dokarmianie ich i zbliżanie się do nich, ponieważ mogą stanowić zagrożenie. Należy pamiętać, że są to zwierzęta dzikie.

W okresie od maja do września w Szkocji pojawia się bardzo dużo meszek, które skutecznie uniemożliwiają długie przesiadywanie na zewnątrz. Najlepiej zakupić na nie odpowiednie środki odstraszające, które można dostać w niemalże każdym sklepie. Najbardziej polecanym z nich jest produkt firmy Avon - Skin So Soft Original Dry Oil Spray.

Innym zagrożeniem, o którym należy pamiętać, są kleszcze. Stanowią one głównie zagrożenie w miesiącach od marca do października. Zazwyczaj siedzą w paprociach i wysokich trawach. Najlepiej zabezpieczyć się przed kleszczami środkami odstraszającymi, które można zakupić w prawie każdym sklepie w Szkocji. Także nie należy ubierać luźnych rzeczy na spacer i trzeba trzymać się wyznaczonych szlaków jak to możliwe.

W Szkocji obowiązuje wolne prawo do przejścia każdego zagrodzonego obszaru czy własności farmera. Są tam specjalne przejścia w płotach umożliwiające kontynuację spaceru po szlaku. Na polach znajduje się bardzo często dużo zwierząt hodowlanych, takich jak owce czy krowy. Gdy spaceruje się z psem, psa na takich terenach należy trzymać na smyczy bądź też jak jest dobrze wyszkolony blisko nogi, ponieważ prawo Szkockie nie zabrania strzelania do psów, które gonią owce czy krowy, zwłaszcza w okresie lęgowym.

W Szkocji także występują żmije, które są dość płochliwe i raczej unikają ludzi, jednakże przy przypadkowym spotkaniu należy zachować ostrożność i najlepiej spokojnie oddalić się na bezpieczną odległość. W słoneczne wiosenne i letnie dni, żmije wychodzą na miejsca, gdzie mogą się nagrzać, głównie na skały czy suche i płaskie miejsca pomiędzy trawami.

MSZ apeluje o zgłaszanie podróży w systemie [Odyseusz](#).