

GUÍA DE BUENAS PRÁCTICAS

entorno al
Camino Oliba



El camí
OLIBA
MONTSERRAT • PIRINEUS



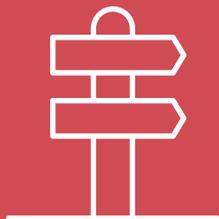
SÉ RESPETUOSO CON LA NATURALEZA.

Disfruta de la naturaleza, aprende a observarla y escucharla; sólo de esta forma aprenderás a vivirla.



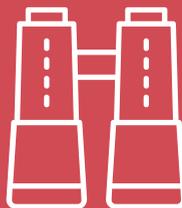
SÉ OBSERVADOR.

Camina tranquilamente, contempla el paisaje y disfrútalo sin prisa.



SÉ UN BUEN PRESCRIPTOR.

Si durante el recorrido te cruzas con personas que no respetan el entorno natural, dales un toque de atención.



SÉ NUESTROS OJOS.

Si a lo largo del recorrido ves alguna señalización o acceso en mal estado, háznoslo saber a través del mail camioliba@gmail.com



SÉ SOSTENIBLE.

En la medida de lo posible utiliza envases reciclables.



PONEN VALOR LA ECONOMÍA LOCAL

Te animamos a disfrutar de los servicios que vas a encontrar a lo largo de la ruta: alójate, come y compra en los pequeños establecimientos próximos al Camino Oliba.. Contrata servicios de guiaje y traslado en el mismo territorio, que acrediten el buen conocimiento por parte de estas empresas.

CONSEJOS PARA REALIZAR LA RUTA

PLANIFICA LA RUTA

Consulta los tracks y guías de ruta que encontrarás en la web del [Camí Olíba](#).

1.



Consulta la predicción meteorológica.

*Es recomendable tener un carné federativo de la FEEC para tener cobertura en caso de accidente.

2.

LLEVA EL MATERIAL NECESARIO.

Es importante llevar una mochila con agua, comida (prevista según la duración de la excursión), ropa de recambio, ropa de abrigo e impermeable en los meses más fríos, frontal, crema solar y gorra y un botiquín básico. Lleva un buen calzado.



3.

RESPECTA LA NATURALEZA.

Llévate la basura en la mochila.

Evita hacer ruidos innecesarios, ya que convives con otros seres vivos.



Utiliza el sendero e intenta evitar caminar "campo a través" para no dañar la montaña.

Respetar las normativas que se indican en los espacios naturales.

En caso de pasear con el perro, llévalo atado para que no asuste al ganado ni a otros animales libres.

4.

RESPETA LA PROPIEDAD PRIVADA.

Sé consciente de que muchos espacios por donde pasarás son de propiedad privada.

Sigue el camino y no te adentres en los espacios privados (masías, cobertizos...)

Cierra puertas y rejas una vez hayas pasado.



ACTÚA CON PRUDENCIA EN CASO DE INCENDIO O ACCIDENTE.

Si detectas humo o fuego en el bosque o la montaña llama al teléfono de emergencias (112) y cuenta dónde estás y qué ves.

5.

6.

ACTÚA CON PRUDENCIA EN CASO DE TORMENTA.

Si te sorprende una tormenta de truenos y relámpagos abandona las crestas y los espacios abiertos y nunca te protejas bajo un árbol.



7.

GUIDA TU SALUD

Ten en cuenta tus limitaciones físicas.

En ascensos y descensos de gran nivel, haz cuñas para reducir el desgaste físico.

Durante la excursión mantén un ritmo natural, sin forzarlo.