



Declaración de intenciones de montañeros solitarios

TU seguridad es TU responsabilidad

Rellenar este formulario permitirá a la persona a quien se lo entregas poder dar información a tus familiares o a los grupos de rescate, en caso de que no regreses de tu actividad en el tiempo en el que lo tenías previsto. Sé responsable con lo que aquí indicas, y asegúrate de cerrar el aviso en cuanto regreses, pues de otra manera generarías una falsa alerta. La persona a quien entregas este formulario no es responsable de tu seguridad, pero sí se compromete a estar atento a tu regreso. También puedes enviar esta hoja a un amigo, haciéndole una foto y compartiéndola con tu teléfono.

1. DATOS PERSONALES

Nombre y Apellidos	DNI	Teléfono

2. CUÁLES SON MIS PLANES

Fecha de comienzo (DD/MM/AA)		Fecha prevista regreso (DD/MM/AA)	
Hora de comienzo: AM/PM		Hora prevista regreso: AM/PM	
Actividad		Lugar	
Itinerario/refugios previstos/posibles alternativas	Es muy importante que al rellenar este apartado, y durante tu actividad, tengas presente que con esta información es con la que trabajarán los grupos de rescate en caso necesario.		

3. A QUIÉN AVISAR EN CASO DE EMERGENCIA

Nombre	Relación	Dirección	Teléfono

5. QUÉ EQUIPO LLEVO PARA UN CASO DE EMERGENCIA

Por favor marca con una "X" sólo el equipo que vayas a llevar

<input type="checkbox"/>	Teléfono móvil con batería	<input type="checkbox"/>	Ropa de abrigo
<input type="checkbox"/>	Plano	<input type="checkbox"/>	Frontal con baterías
<input type="checkbox"/>	Localizador Satélite SPOT	<input type="checkbox"/>	Kit de Primeros Auxilios
<input type="checkbox"/>	ARVA con baterías	<input type="checkbox"/>	Comida extra
<input type="checkbox"/>	GPS	<input type="checkbox"/>	Kit de supervivencia
<input type="checkbox"/>	Silbato	<input type="checkbox"/>	Material para pernoctar
<input type="checkbox"/>	Ropa impermeable	<input type="checkbox"/>	Otro:

6. ¿CÓMO VOY A IR?

Matrícula		Color	
Marca y modelo			
Aparcado en			

7. ¿DÓNDE TENGO PREVISTO IR AL TERMINAR LA ACTIVIDAD?

--

La próxima vez que vayas al monte en solitario, te recomendamos que antes de salir planifiques y compartas tu actividad utilizando MAPA: <http://mapa.montanasegura.com>.