

ಎಂಥ ಬಟ್ಟೆ ಧರಿಸಿದರೆ ಸೂಕ್ತ?

- ಚಾರಣಕ್ಕೆ ಹೋಗುವವರು, ಜಲಪಾತದಲ್ಲಿ ಇಳಿಯಬೇಕು ಎಂದು ಇರುವವರು ಹಗುರ, ಬೇಗನೇ ಒಣಗುವ ಬಟ್ಟೆಗಳನ್ನು ಧರಿಸಿ. ನೈಲಾನ್, ಪಾಲಿಸ್ಟರ್ ಅಥವಾ ಅವರೆಡರ ಮಿಶ್ರಣದಂತಿರುವ ಬಟ್ಟೆಗಳು ಆಯ್ಕೆಯಲ್ಲಿರಲಿ. ಹತ್ತಿ ಬಟ್ಟೆಗಳನ್ನು ತೊಡಬೇಡಿ. ಹತ್ತಿಬಟ್ಟೆಗಳು ನೆನದರೆ ಭಾರವೆನಿಸುತ್ತವೆ.
- ಈಜಾಡುವವರು ಸ್ವಿಮ್‌ಸೂಟ್ ತೆಗೆದುಕೊಂಡು ಹೋಗಿ. ಶಾರ್ಟ್, ಟೀ ಶರ್ಟ್ ಆರಾಮದಾಯಕವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಚಾರಣದ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಸುಲಭವಾಗಿ ನಡೆಯಲು ಸಹಾಯವಾಗುತ್ತದೆ.
- ಪಾದರಕ್ಷೆಗಳಿಗೆ ಮಹತ್ವ ನೀಡಿ. ಪಾದಗಳಿಗೆ ಹೊಂದುವ, ತೇವ ಹಾಗೂ ಜಾರು ಮೇಲ್ಮೈಗಳಲ್ಲಿ ಜಾರಿ ಬೀಳದಂತೆ ತಡೆಯಲು ಉತ್ತಮ ಹಿಡಿತವಿರುವ ಗಟ್ಟಿಮುಟ್ಟಾದ ಚಪ್ಪಲಿಗಳನ್ನು ಧರಿಸಿ. ಟೋ-ಬೂಟುಗಳಿದ್ದರೆ ಉತ್ತಮ.
- ಟವೆಲ್ ಮತ್ತು ಸನ್‌ಸ್ಟ್ರೀನ್‌ಗಳಿಗೆ ಆದ್ಯತೆ ನೀಡಿ. ನೀರಿನಲ್ಲಿ ತುಂಬಾ ಹೊತ್ತು ಇದ್ದರೆ ಅಲರ್ಜಿಯಾಗುವಂತಿದ್ದರೆ, ಅದಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಕ್ರೀಂಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಂಡು ಹೋಗಿ.
- ಕೂದಲನ್ನು ಎತ್ತಿಕಟ್ಟಿ ಪೋನಿಟೇಲ್ ಹಾಕಬಹುದು ಅಥವಾ ಚಂದಗೆ ಗಂಟು ಹಾಕಿಕೊಳ್ಳಿ. ಬೆಲೆಬಾಳುವ ಆಭರಣಗಳನ್ನು ಧರಿಸಬೇಡಿ. ನಿರಾಭರಣರಾಗಿದ್ದಷ್ಟು ಚಾರಣ ಮತ್ತು ಜಲಪಾತದ ಪ್ರವಾಸ ಚಿಂತೆಮುಕ್ತವಾಗಿರುತ್ತದೆ.

ಸೂಚನಾಫಲಕವೊಂದು ಇರುತ್ತದೆ. ಅದನ್ನು ನಿರ್ಲಕ್ಷ್ಯ ಮಾಡಬೇಡಿ. ಅಲ್ಲಿ ಸುರಕ್ಷತೆ ಹಾಗೂ ಎಚ್ಚರಿಕೆಯ ಚಿಹ್ನೆಗಳನ್ನು ಹಾಕಿರುತ್ತಾರೆ. ಕೆಲವು ಪ್ರದೇಶಗಳನ್ನು ನಿರ್ಬಂಧಿಸಲಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಅತಿ ಉತ್ತಾಹದಲ್ಲಿ ಯಾರು ಕೇಳುತ್ತಾರೆ? ಯಾರು ನೋಡುತ್ತಾರೆ? ಎಂದುಕೊಂಡು ಹುಬ ಧೈರ್ಯದಲ್ಲಿ ಮುನ್ನುಗ್ಗಬೇಡಿ. ನಿಯಮಗಳನ್ನು ಗೌರವಿಸಿ. ಈ ನಿಯಮಗಳಿರುವುದು ಪ್ರವಾಸಿಗರ ಒಳಿತಿಗಾಗಿಯೇ ಎಂಬುದನ್ನು ಮರೆಯಬೇಡಿ.

ಏಕಾಂಗಿಯಾಗಿ ಹೊರಡಬೇಡಿ

ಕಾಡಿನ ನಡುವೆ ಏಕಾಂಗಿಯಾಗಿ ಪಯಣ ಮಾಡಲು ದೊಡ್ಡ ಮಟ್ಟದ ಸಿದ್ಧತೆಯ ಜತೆಗೆ ದಟ್ಟ ಅನುಭವ ಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಕಾಡು-ತೊರೆಯ ಊರಿನವರಾಗಿದ್ದರೆ ಏಕಾಂಗಿಯಾಗಿ ಹೊರಡುವುದಕ್ಕೆ ಅಡ್ಡಿಯಿಲ್ಲ. ಆದರೆ, ಅಪರಿಚಿತ ಕಾಡಿನಲ್ಲಿ ಏಕಾಂಗಿಯಾಗಿ ಚಾರಣ ಮಾಡುವುದು ಅಪಾಯವನ್ನು ಆಹ್ವಾನಿಸಿದಂತೆ. ಸಾಧ್ಯವಾದಷ್ಟು ಸ್ನೇಹಿತರು, ಪರಿಚಿತರು, ಕುಟುಂಬದ ಸದಸ್ಯರ ಜತೆಗೆ ಗುಂಪಾಗಿ ಚಾರಣ ಮಾಡಿ. ಇದು ಯಾವಾಗಲೂ ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ನಿಮ್ಮ ಯೋಜನೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಆಪ್ತವಲಯಕ್ಕೊಂದು ಮಾಹಿತಿ ಇರಲಿ. ಯಾವಾಗ ಹೊರಡುತ್ತೀರಾ? ಮತ್ತು ಯಾವಾಗ ಹಿಂತಿರುಗುತ್ತೀರಾ ಎಂಬುದರ ಸ್ಪಷ್ಟ ಯೋಜನೆಯನ್ನು ತಿಳಿಸಿ. ಒಂದೊಮ್ಮೆ ಕಾಡಿನಲ್ಲಿ ದಾರಿ ತಪ್ಪಿದರೂ ಈ ಮಾಹಿತಿಯಿಂದ ಹುಡುಕುವ ಕಾರ್ಯಕ್ಕೆ ಸಹಾಯ ಆಗಬಹುದು.

ವನ್ಯಜೀವಿಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಜಾಗರೂಕರಾಗಿರಿ

ಕಾಡಿಗೆ ನೀವು ಅತಿಥಿಯಷ್ಟೆ. ಅಲ್ಲಿ ಸಾಕಷ್ಟು ವನ್ಯಜೀವಿಗಳು ವಾಸ ಮಾಡುತ್ತಿರುತ್ತವೆ. ಅವುಗಳ ಆವಾಸಸ್ಥಾನಗಳಿಗೆ ಧಕ್ಕೆಯಾದರೆ ಅವು ಕೆರಳಬಹುದು. ನೀವು ಅವುಗಳ ಇರುವಿಕೆಯನ್ನು ಅಷ್ಟು ಸರಳವಾಗಿ ಪತ್ತೆ ಹಚ್ಚಲು ಆಗುವುದಿಲ್ಲ. ಯಾವ ಕ್ಷಣದಲ್ಲಿ ಬೇಕಾದರೂ ದಾಳಿ ಮಾಡಬಹುದು. ಹಾಗಾಗಿ ಕಾಡಿನಲ್ಲಿ ಶಾಂತತೆಯನ್ನು ಕಾಪಾಡಿ. ಅವುಗಳ

ಬದುಕಿಗೆ ಭಂಗವಾಗದಂತೆ ವರ್ತಿಸಿ. ದಾರಿಯಲ್ಲಿಯೂ ಎಲ್ಲೆಂದರಲ್ಲಿ ಆಹಾರವನ್ನು ಎಸೆಯಬೇಡಿ ಅಥವಾ ಅವುಗಳಿಗೆ ಆಹಾರ ಒದಗಿಸುವುದನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಿ. ಇದು ಕೂಡ ಅಪಾಯಕಾರಿಯಾಗಬಲ್ಲದು.

ಅಗತ್ಯ ವಸ್ತುಗಳು ಜತೆಗಿರಲಿ

ಲೋ ಬಿಪಿ ಹೊಂದಿದ್ದರೆ, ಆಸ್ತಮಾ ರೋಗಿಗಳಾಗಿದ್ದರೆ ಡಾರ್ಕ್ ಚಾಕೋಲೇಟ್, ಇನ್ಸೈಲರ್‌ನಂಥ ಅವಶ್ಯಕ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಇಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಿ. ಮಧುಮೇಹಿಗಳಾಗಿದ್ದರೆ ಆಗಾಗ್ಗೆ ಸೇವಿಸಲು ಹಣ್ಣು ತರಕಾರಿಗಳಿರುವ ಸಲಾಡ್ ಪ್ಯಾಕೆಟ್‌ಗಳನ್ನು ಇಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಿ. ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಕರೆದುಕೊಂಡು ಹೋಗುವಂತಿದ್ದರೆ, ಅವರಿಗೆ ಅಗತ್ಯವಿರುವ ಔಷಧಗಳನ್ನು ಕೊಂಡೊಯ್ಯಿರಿ. ಜತೆಗೆ ಕುಡಿಯಲು ಅಗತ್ಯವಿರುವಷ್ಟು ನೀರು, ಸ್ನಾಕ್ಸ್‌ಗಳು, ಚರ್ಮದ ಆರೈಕೆಗೆ ಸನ್‌ಸ್ಟ್ರೀನ್, ಪ್ರಥಮ ಚಿಕಿತ್ಸಾ ಕಿಟ್‌ಗಳನ್ನು ತಪ್ಪದೇ ಇಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಿ.

ಪರಿಸರ ಕಾಳಜಿ ಇರಲಿ

ಪ್ಲಾಸ್ಟಿಕ್, ಪೊಟ್ಟಣ, ನೀರಿನ ಬಾಟಲಿ, ಮದ್ಯದ ಬಾಟಲಿಗಳನ್ನು ಎಲ್ಲೆಂದರಲ್ಲಿ ಎಸೆಯಬೇಡಿ. ಉಳಿಯುವ ತ್ಯಾಜ್ಯವನ್ನು ಶೇಖರಿಸುವ ಸಲುವಾಗಿ ಪ್ರತ್ಯೇಕವಾಗಿ ಒಂದು ಚೀಲವನ್ನು ಇಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಿ. ಮರ, ಬಳ್ಳಿ, ಎಲೆ ಯಾವುದನ್ನು ಸುಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಕತ್ತರಿಸಿ, ಹಾನಿ ಮಾಡಬೇಡಿ. ಸಂಜೆಯಾಗುತ್ತಿದ್ದಂತೆ ಕಾಡಿನಿಂದ ತಪ್ಪದೇ ವಾಪಸ್ ಆಗಿ. 'ಫೈರ್ ಕ್ಯಾಂಪ್' ಹಾಕಿ, ಕೂಗುವ, ಕಿರುಚುವ ನಡವಳಿಕೆಯನ್ನು ತೋರಿಸಬೇಡಿ. ವನ್ಯಜೀವಿಗಳಲ್ಲಿ ನಮ್ಮ ನಡವಳಿಕೆಯಿಂದಾಗಿ ಗಾಬರಿಯಾಗಲಿ, ವ್ಯಗ್ರತೆಯನ್ನಾಗಲಿ ಹುಟ್ಟಿಸಬಾರದು.

ಫೋಟೊ ಹುಚ್ಚಿಗೆ ಕಡಿವಾಣ ಹಾಕಿ

ಜಲಪಾತಕ್ಕೆ ಹೋಗುವುದೇ ಪ್ರಕೃತಿಯ ಸೌಂದರ್ಯವನ್ನು ಆಸ್ವಾದಿಸಲು. ಕಾಡಿನ ಯಾವ ಭಾಗದಲ್ಲಿ ಅಪಾಯವಿದೆ ಎಂಬುದು ಗೊತ್ತಿಲ್ಲದ ಕಾರಣ ಸಿಕ್ಕ ಸಿಕ್ಕಲ್ಲಿ ಫೋಟೊ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಲು ಹೋಗಬೇಡಿ. ಹೋಗಿದ್ದರೆ ನೆನಪಿಗೆ ಒಂದೆರಡು ಫೋಟೋಗಳಿರಲಿ. ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಕರೆದುಕೊಂಡು ಹೋಗುವುದಿದ್ದರೆ ಜಾಗ್ರತೆವಹಿಸಿ. ಹೇಳಿದ ಮಾತನ್ನು ಕೇಳುವ ಮಕ್ಕಳಾದರೆ ಮಾತ್ರ ಇಂಥ ಪ್ರವಾಸಕ್ಕೆ ಪರಿಗಣಿಸಿ. ತುಂಟಾಟ ಆಡುವ ಮಕ್ಕಳು, ಚಿಕ್ಕಮಕ್ಕಳನ್ನು ಹೊತ್ತುಕೊಂಡು ಚಾರಣ ಮಾಡುವುದು ತುಸು ಕಷ್ಟವಾಗಬಹುದು. ■

ಚಿತ್ರ: ಫಕ್ರುದ್ದೀನ್ ಎಚ್