



ਬਾਹਰ ਕੁਦਰਤ ਵਿਚ ਆਪਣੀ ਸਰਗਰਮੀ ਲਈ ਯੋਜਨਾਵਾਂ ਅਤੇ ਸਾਜ਼ ਸਾਮਾਨ

ਬਾਹਰ ਕੁਦਰਤ ਵਿਚ ਕਿਸੇ ਸਰਗਰਮੀ ਉੱਤੇ ਜਾਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਇਹ ਫਾਰਮ ਭਰਕੇ ਕਿਸੇ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਦੇ ਜਾਵੋ। ਇਸ ਉੱਤੇ ਤੁਹਾਡੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਨਿਰਭਰ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ!

ਸ਼ੁਰੂ:
ਹਫਤੇ ਦਾ ਦਿਨ ਤਰੀਕ ਮਹੀਨਾ ਸਮਾਂ

ਨਿਸ਼ਚਿਤ ਵਾਪਸੀ:
ਹਫਤੇ ਦਾ ਦਿਨ ਤਰੀਕ ਮਹੀਨਾ ਸਮਾਂ

ਟਰਿੱਪ (ਫੇਰੀ) ਦਾ ਮਕਸਦ:

- ਪੂਰੇ ਦਿਨ ਦੀ ਹਾਈਕ ਅੱਧੇ ਦਿਨ ਦੀ ਹਾਈਕ
- ਹਾਈਕ ਦੌਰਾਨ ਬਾਹਰ ਰਾਤ ਕੱਟਣੀ ਪਹਾੜੀ ਉੱਤੇ ਚੜ੍ਹਨਾ
- ਮੱਛੀਆਂ ਫੜਨਾ ਸ਼ਿਕਾਰ
- ਸਕੀਇੰਗ ਸਨੋਮੋਬਾਈਲਿੰਗ
- ਕੈਨੂਇੰਗ/ਕੇਆਕਿੰਗ ਮਸ਼ਰੂਪ ਤੋੜਨਾ
- ਹੋਰ: _____

ਰਸਤੇ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਏ

ਖਾਸ ਏਰੀਆ: _____

ਅੰਦਰ ਜਾਣ ਦਾ ਰਸਤਾ (ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਠੀਕ ਦੱਸੋ): _____

ਬਾਹਰ ਆਉਣ ਦਾ ਰਸਤਾ (ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਠੀਕ ਦੱਸੋ) _____

ਮੰਜ਼ਿਲ: _____

ਬਦਲਵਾਂ ਰਸਤਾ - ਯੋਜਨਾ ਬੀ

ਖਾਸ ਏਰੀਆ: _____

ਅੰਦਰ ਜਾਣ ਦਾ ਰਸਤਾ (ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਠੀਕ ਦੱਸੋ): _____

ਬਾਹਰ ਆਉਣ ਦਾ ਰਸਤਾ (ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਠੀਕ ਦੱਸੋ): _____

ਮੰਜ਼ਿਲ: _____

ਸ਼ੁਰੂ ਵਾਲੀ ਥਾਂ ਤੱਕ ਜਾਣ ਆਉਣ ਲਈ ਆਵਾਜਾਈ ਦਾ ਸਾਧਨ:

ਗੱਡੀ ਦਾ ਲਾਇਸੈਂਸ ਨੰਬਰ: _____

ਮੋਕ/ਮਾਡਲ: _____ ਰੰਗ: _____

ਮਾਲਕ: _____

ਜਾਂ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਥਾਂ ਤੱਕ ਛੱਡਕੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਦਾ:

ਨਾਂ: _____ ਫੋਨ: _____

ਅੰਤ ਵਾਲੀ ਥਾਂ ਤੋਂ ਲਿਜਾਣ ਵਾਲੇ ਦਾ:

ਨਾਂ: _____ ਫੋਨ: _____

ਸਮਾਂ: _____ ਤਰੀਕ: _____

ਥਾਂ: _____

ਨਾਲ ਲਿਜਾਇਆ ਗਿਆ ਸਾਜ਼-ਸਾਮਾਨ:

<input type="checkbox"/> ਬੈਕਪੈਕ	<input type="checkbox"/> ਪਾਣੀ	<input type="checkbox"/> ਵਾਧੂ ਕੱਪੜੇ
<input type="checkbox"/> ਫਸਟ ਏਡ ਕਿੱਟ	<input type="checkbox"/> ਫਲੈਸ਼ ਲਾਇਟ	<input type="checkbox"/> ਐਵਾਲਾਂਚ ਬੀਕਨ
<input type="checkbox"/> ਸੀਟੀ	<input type="checkbox"/> ਬਰਫ ਵਿੱਚ ਪਾਉਣ ਵਾਲੀ ਜੁੱਤੀ	
<input type="checkbox"/> ਸਕੀਜ਼	<input type="checkbox"/> ਅੱਗ ਬਾਲਣ ਵਾਲੀ ਸਮੱਗਰੀ	
<input type="checkbox"/> ਸਟੋਵ	<input type="checkbox"/> ਧੁੱਪ ਤੋਂ ਬਚਾਅ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਸਾਮਾਨ	
<input type="checkbox"/> ਟੈਂਟ (ਰੰਗ): _____		
<input type="checkbox"/> ਖਾਣਾ (ਪ੍ਰਤੀ ਵਿਅਕਤੀ ਕਿੰਨੇ ਦਿਨ ਦਾ): _____		
<input type="checkbox"/> ਰੇਡੀਓ (ਫਰੀਕੁਇੰਸੀ/ਚੈਨਲ): _____		
<input type="checkbox"/> ਸਿਗਨਲ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਯੰਤਰ _____		
<input type="checkbox"/> ਪਰਸਨਲ ਲੋਕੇਟਰ ਬੀਕਨ (ਪੀ ਐਲ ਬੀ#): _____		
<input type="checkbox"/> ਸੈਲੂਲਰ ਫੋਨ ਨੰਬਰ: _____		
<input type="checkbox"/> ਫਾਇਰਆਰਮਜ਼: _____		
<input type="checkbox"/> ਆਰ ਵੀ, ਏ ਟੀ ਵੀ, ਬੋਟ, ਸਨੋਮੋਬਾਈਲ (ਵੇਰਵਾ): _____		

ਮੇਰੇ ਕੋਲ ਦਸ ਜ਼ਰੂਰੀ ਚੀਜ਼ਾਂ ਸਨ, ਇਸ ਲਈ ਮੈਂ ਬਚ ਗਿਆ!

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਗਵਾਚ ਜਾਵੋ ਤਾਂ ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਬਾਹਰ ਰਾਤ ਲੰਘਾਉਣ ਲਈ ਤਿਆਰ ਹੋ ਅਤੇ ਕੀ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਲੋੜੀਂਦਾ ਸਾਜ਼ ਸਾਮਾਨ ਹੈ?

ਬਾਹਰ ਕੁਦਰਤ ਵਿਚ ਸਰਗਰਮੀ ਦੌਰਾਨ ਮੰਦਭਾਗੀ ਘਟਨਾ ਦਾ ਸ਼ਿਕਾਰ ਹੋਣੇ ਬਹੁਤੇ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਦਾ ਕਹਿਣਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹਨਾਂ ਕੋਲ 10 ਜ਼ਰੂਰੀ ਚੀਜ਼ਾਂ ਦੇ ਹੋਣ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨੇ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਬਚਾਅ ਵਿਚ ਹਿੱਸਾ ਪਾਇਆ ਹੈ!

- ਫਲੈਸ਼ਲਾਇਟ, ਵਾਧੂ ਬੈਟਰੀਆਂ ਅਤੇ ਬਲਬ
- ਅੱਗ ਬਾਲਣ ਵਾਲੀ ਕਿੱਟ - ਵਾਟਰਪ੍ਰੂਫ ਮਾਚਸਾਂ/ਲਾਇਟਰ, ਅੱਗ ਬਾਲਣ ਵਿਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਸਾਮਾਨ/ਮੋਮਬੱਤੀਆਂ
- ਸਿਗਨਲ ਦੇਣ ਵਾਲਾ ਯੰਤਰ - ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਗਵਾਚ ਜਾਵੋ ਤਾਂ ਲੱਭਣ ਵਾਲਿਆਂ ਨੂੰ ਸਿਗਨਲ ਦੇਣ ਲਈ ਸੀਟੀ ਜਾਂ ਸ਼ੀਸ਼ਾ।
- ਵਾਧੂ ਖਾਣਾ ਅਤੇ ਪਾਣੀ - 1 ਲੀਟਰ/ਪ੍ਰਤੀ ਵਿਅਕਤੀ
- ਵਾਧੂ ਕੱਪੜੇ (ਮੀਂਹ, ਹਵਾ, ਪਾਣੀ ਤੋਂ ਬਚਾਅ ਵਾਲੇ ਕੱਪੜੇ ਅਤੇ ਟੋਪੀ)
- ਰਾਹ ਲੱਭਣ ਅਤੇ ਦੂਸਰਿਆਂ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਸਹਾਇਕ ਸਮੱਗਰੀ (ਨਕਸ਼ੇ, ਕੰਪਾਸ, ਜੀ ਪੀ ਐਸ, ਚਾਰਟ, ਸੈਲੂਲਰ ਫੋਨ, ਹੱਥ ਵਿਚ ਫੜਨ ਵਾਲਾ ਰੇਡੀਓ- ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਚਾਰਜ) ਅਤੇ ਇਹਨਾਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਵਰਤਣ ਦੀ ਜਾਚ।
- ਫਸਟ ਏਡ ਕਿੱਟ ਅਤੇ ਉਸਨੂੰ ਵਰਤਣ ਦੀ ਜਾਚ।
- ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਸ਼ੈਲਟਰ - ਸੰਤਰੀ ਤਰਪਾਲ ਜਾਂ ਸੰਤਰੀ ਰੰਗ ਦਾ ਵੱਡਾ ਗਾਰਬੇਜ ਬੈਗ। ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਸਿਗਨਲ ਦੇਣ ਲਈ ਵੀ ਵਰਤਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।
- ਜੇਬੀ ਚਾਕੂ
- ਧੁੱਪ ਤੋਂ ਬਚਾਅ ਕਰਨ ਵਾਲੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ (ਐਨਕਾਂ, ਸਨ-ਸਕਰੀਨ, ਟੋਪੀ)



ਬਾਹਰ ਕੁਦਰਤ ਵਿਚ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾਣ ਵਾਲੀਆਂ ਸਰਗਰਮੀਆਂ ਲਈ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਦੇ ਨਿਯਮ

ਬਾਹਰ ਕੁਦਰਤ ਦਾ ਆਨੰਦ ਮਾਣੋ - ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਢੰਗ ਨਾਲ ਇਹ ਤੁਹਾਡੀ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਹੈ।

ਬੀ ਸੀ ਵਿਚ ਹਰ ਸਾਲ ਬਾਹਰ ਕੁਦਰਤ ਵਿਚਲੇ ਸੈਰ ਸਪਾਟੇ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਤ 1000 ਦੇ ਲਗਭਗ ਘਟਨਾਵਾਂ ਵਾਪਰਦੀਆਂ ਹਨ ਜਿਹਨਾਂ ਵਿਚ ਸਰਚ ਐਂਡ ਰੈਸਕਿਊ (ਲੱਭਣ ਅਤੇ ਬਚਾਉਣ) ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੀ ਲੋੜ ਪੈਂਦੀ ਹੈ। ਇਹਨਾਂ ਘਟਨਾਵਾਂ ਦੇ ਨਤੀਜੇ ਵਜੋਂ ਹਰ ਸਾਲ 200 ਤੋਂ ਵੱਧ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਦੇ ਸੱਟਾਂ ਲੱਗਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ 80 ਤੋਂ ਵੱਧ ਮੌਤਾਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ।

ਪਬਲਿਕ ਸੇਫਟੀ ਲਾਇਫਲਾਈਨ ਵਲੰਟੀਅਰ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੇ ਹਿੱਸੇ ਵਜੋਂ ਪ੍ਰੋਵਿਜ਼ਿਅਲ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਦਾ ਸਮਰਥਨ ਪ੍ਰਾਪਤ ਗਰਾਉਂਡ ਸਰਚ ਐਂਡ ਰੈਸਕਿਊ ਦੀਆਂ 93 ਟੀਮਾਂ ਹਨ ਜਿਹਨਾਂ ਵਿਚ 4,700 ਵਲੰਟੀਅਰ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹਨ।

ਇਹਨਾਂ ਸਮਰਥਤ ਵਲੰਟੀਅਰਾਂ ਨੇ ਗਰਾਉਂਡ ਸਰਚ ਐਂਡ ਰੈਸਕਿਊ (ਜ਼ਮੀਨੀ ਭਾਲ ਅਤੇ ਬਚਾਉ) ਸਵਿਫਟ ਵਾਟਰ ਰੈਸਕਿਊ (ਤੇਜ਼ ਪਾਣੀ ਵਿਚ ਬਚਾਉ), ਰੋਪ ਰੈਸਕਿਊ (ਰੱਸਾ ਬਚਾਉ), ਟਰੈਕਿੰਗ, ਐਵਾਲਾਂਚ ਰੈਸਕਿਊ ਅਤੇ ਮਾਉਂਟੇਨ ਰੈਸਕਿਊ (ਪਹਾੜੀ ਬਚਾਉ) ਵਿਚ ਸਿਖਲਾਈ ਲਈ ਹੋਈ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹਨਾਂ ਵਿਚੋਂ ਕਿਸੇ ਇਕ ਟੀਮ ਦੀ ਮਦਦ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਇਲਾਕਾਈ ਪੁਲੀਸ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।

AdventureSmart



ਬਾਹਰ ਕੁਦਰਤ ਵਿਚ ਸੈਰ-ਸਪਾਟੇ ਸਮੇਂ ਮੌਤ ਅਤੇ ਸੱਟ ਪੇਟ ਲੱਗਣ ਤੋਂ ਬਚਾਅ ਕਰੋ।

ਬਹੁਤੀ ਵਾਰ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਇਸ ਗੱਲ ਦਾ ਚੇਰ ਬਾਅਦ ਅਹਿਸਾਸ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਬਾਹਰ ਕੁਦਰਤ ਵਿਚ ਜਿਸ ਸਰਗਰਮੀ ਵਿਚ ਉਹ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ, ਉਸ ਨਾਲ ਸੱਟ ਪੇਟ ਲੱਗ ਸਕਦੀ ਹੈ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਉਸ ਨਾਲ ਮੌਤ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਇਸ ਹਾਲਾਤ ਤੋਂ ਬਚਾਅ ਕਰੋ - ਅਜਿਹਾ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

- ਜਦੋਂ ਹਾਲਾਤ ਬਦਲਣ, ਉਹਨਾਂ ਮੁਤਾਬਕ ਆਪਣੀ ਯੋਜਨਾ ਵਿਚ ਤਬਦੀਲੀ ਕਰੋ।
 - ਜੇ ਮੌਸਮ ਵਿਚ ਤਬਦੀਲੀ ਆ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਉਸ ਲਈ ਤਿਆਰ ਹੋ?
 - ਜੇ ਹਨੇਰਾ ਹੋ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਕੀ ਕਰੋਗੇ?
 - ਜੇ ਤੁਹਾਡਾ ਸਾਥੀ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਗਰੁੱਪ ਦੇ ਹੋਰ ਮੈਂਬਰ ਬੀਮਾਰ ਜਾਂ ਜ਼ਖਮੀ ਹੋ ਜਾਣ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਕੀ ਕਰੋਗੇ?
- ਐਮਰਜੰਸੀਆਂ ਲਈ ਤਿਆਰੀ ਕਰੋ
- ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਕੁੱਝ ਵੀ ਵਾਪਰ ਜਾਣ ਦੀ ਹਾਲਾਤ ਵਿਚ ਨਿੱਘੇ ਅਤੇ ਸੁੱਕੇ ਰਹੋਗੇ?
 - ਕੀ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਦਸ (10) ਜ਼ਰੂਰੀ ਚੀਜ਼ਾਂ ਅਤੇ ਹੋਰ ਲੋੜੀਂਦਾ ਸਾਜ਼ ਸਮਾਨ ਠੀਕ ਕੰਮ ਕਰਨ ਦੀ ਹਾਲਤ ਵਿਚ ਹੈ?
 - ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਸਾਰੇ ਸਾਜ਼-ਸਾਮਾਨ ਨੂੰ ਵਰਤਣ ਦੀ ਪ੍ਰੈਕਟਿਸ ਕੀਤੀ ਹੈ?
- ਕੀ ਤੁਸੀਂ:
- ਮੌਸਮ ਚੈੱਕ ਕੀਤਾ ਹੈ?
 - ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਦੱਸਿਆ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕਿੱਥੇ ਜਾ ਰਹੇ ਹੋ?
- ਕੀ ਤੁਸੀਂ:
- ਜਾਣਦੇ ਹੋ ਕਿ ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਗਵਾਚ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਕੀ ਕਰਨਾ ਹੈ?

ਬਾਹਰ ਕੁਦਰਤ ਵਿਚ ਜਾਣ ਸੰਬੰਧੀ ਸੁਝਾਅ

ਸੱਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਕੀਤੀ ਜਾਣ ਵਾਲੀ ... ਆਮ ਗਲਤੀ ...

“ਇਹ ਮੇਰੇ ਨਾਲ ਨਹੀਂ ਵਾਪਰ ਸਕਦਾ”

- ਆਪਣੀ ਚੁਣੀ ਹੋਈ ਸਰਗਰਮੀ ਲਈ ਤਿਆਰੀ ਕਰੋ - ਸਫਰ ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਲਈ ਫਿਟ ਹੋਣ ਲਈ ਸਰੀਰਕ ਤਿਆਰੀ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਆਪਣਾ ਸਫਰ ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਦੇ ਸਮੇਂ ਦੇ ਪਾਬੰਦ ਰਹੋ। ਆਪਣੇ ਨਾਲ ਚੁਕਵਾਂ ਸਾਜ਼ ਸਾਮਾਨ ਲਵੋ, ਸਫਰ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਉ ਅਤੇ ਰੈਫਰੈਂਸ ਅਤੇ ਗਾਇਡ ਕਰਨ ਵਾਲੀਆਂ ਕਿਤਾਬਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ।
- ਸਦਾ ਹੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਚੀਜ਼ਾਂ ਆਪਣੇ ਨਾਲ ਰੱਖੋ - ਜੇ ਲੋੜ ਪਵੇ, ਤਾਂ ਬਾਹਰ ਰਾਤ ਰਹਿਣ ਲਈ ਤਿਆਰ ਰਹੋ।
- ਆਪਣੇ ਟਰਿੱਪ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਉ ਅਤੇ ਇਸਨੂੰ ਕਿਸੇ ਦੋਸਤ ਨੂੰ ਦੇ ਜਾਵੋ - ਟਰਿੱਪ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਮੰਜ਼ਿਲ, ਉੱਥੇ ਤੱਕ ਜਾਣ ਦਾ ਰਸਤਾ, ਗਰੁੱਪ ਵਿਚ ਸ਼ਾਮਲ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੀ ਵਾਪਸੀ ਦੇ ਸਮੇਂ ਬਾਰੇ ਦੱਸਦੀ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਮਿੱਥੇ ਸਮੇਂ ਉੱਤੇ ਵਾਪਸ ਨਾ ਆਵੋ, ਤਾਂ ਜਿਸ ਦੋਸਤ ਨੂੰ ਤੁਸੀਂ ਟਰਿੱਪ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਦੇ ਕੇ ਗਏ ਹੋ, ਉਹ ਤੁਹਾਡੀ ਭਾਲ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਲਈ ਉਹ ਯੋਜਨਾ ਪੁਲੀਸ ਨੂੰ ਦੇ ਸਕਦਾ ਹੈ।
- ਕਦੇ ਵੀ ਗਾਇਕ ਲਈ ਇਕੱਲੇ ਨਾ ਜਾਓ - ਗਰੁੱਪ ਦੇ ਨਾਲ ਗਾਇਕ ਕਰੋ ਅਤੇ ਇਕੱਠੇ ਰਹੋ। ਸੱਭ ਤੋਂ ਹੌਲੀ ਚੱਲਣ ਵਾਲੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਰਫਤਾਰ ਦੇ ਹਿਸਾਬ ਨਾਲ ਚੱਲੋ ਜੇ ਕੋਈ ਵਿਅਕਤੀ ਅੱਗੇ ਜਾ ਕੇ ਜਾਂ ਪਿੱਛੇ ਰਹਿ ਕੇ ਵੱਖਰਾ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਉਸਦੇ ਗਵਾਚਣ ਦੇ ਵੱਧ ਮੌਕੇ ਹਨ।
- ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਗਵਾਚ ਜਾਂਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਘਬਰਾਓ ਨਾ - ਆਸ਼ਾਵਾਦੀ ਰਹੋ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਤਿਆਰੀ ਕੀਤੀ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਗੁਆਚਣਾ ਖਤਰਨਾਕ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ।
- ਇਕ ਥਾਂ ਰਹੋ - ਜਿਹੜੇ ਲੋਕ ਗੁਆਚਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਤੁਰਦੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ, ਉਹ ਆਮ ਤੌਰ ਉੱਤੇ ਟਰੇਲ (ਡੰਡੀ) ਅਤੇ ਲੱਭਣ ਆਏ ਲੋਕਾਂ ਤੋਂ ਦੂਰ ਚਲੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਇਸਦੇ ਨਾਲ ਹੀ ਉਤਰਾਈ ਵੱਲ ਆਮ ਤੌਰ ਉੱਤੇ ਪਾਣੀ ਦਾ ਕੁਦਰਤੀ ਨਿਕਾਸ (ਡਰੇਨੇਜ) ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਆਮ ਤੌਰ ਉੱਤੇ ਤੰਗ ਘਾਟੀਆਂ ਵਿਚ ਸੰਘਣੀਆਂ ਝਾੜੀਆਂ, ਸਿਰਿਆਂ ਉੱਤੇ ਉੱਚੇ ਟਿੱਲੇ ਅਤੇ ਪਾਣੀ ਦੇ ਝਰਨੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਜਿਹਨਾਂ ਕਾਰਨ ਲੱਭਣ ਦਾ ਕੰਮ ਹੋਰ ਮੁਸ਼ਕਿਲ ਬਣ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।
- ਸਿਗਨਲ ਦੇਣ ਵਾਲੇ ਸਾਧਨਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ - ਸੀਟੀ ਬਜਾਉਣ, ਅੱਗ ਬਾਲਣ ਅਤੇ ਦਿਸਦੇ ਰਹਿਣ ਨਾਲ ਲੱਭਣ ਵਾਲਿਆਂ ਨੂੰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੱਭਣ ਵਿਚ ਸਹਾਇਤਾ ਮਿਲੇਗੀ। ਬੇਸ਼ੱਕ ਤੁਸੀਂ ਸ਼ਰਮਿੰਦੇ ਜਾਂ ਡਰੇ ਹੋਏ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹੋਵੋ, ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਲੱਭਣ ਵਿਚ ਲੱਭਣ ਵਾਲਿਆਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰੋ। ਯਾਦ ਰੱਖੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਸਿਗਨਲਾਂ (ਇਸ਼ਾਰਿਆਂ) ਵੱਲ ਜਾਨਵਰਾਂ ਦਾ ਧਿਆਨ ਨਹੀਂ ਜਾਵੇਗਾ। ਲੱਭਣ ਵਾਲੇ ਜਹਾਜ਼ਾਂ ਜਾਂ ਹੈਲੀਕੋਪਟਰਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ - ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਨਜ਼ਰ ਵਿਚ ਲਿਆਵੋ।
- ਓਟ ਲੈਣ ਲਈ ਕੋਈ ਥਾਂ ਬਣਾਉ ਜਾਂ ਲੱਭੋ - ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਮੀਂਹ, ਹਵਾ ਅਤੇ ਤੇਜ਼ ਧੁੱਪ ਤੋਂ ਬਚਾਉ। ਜਿੰਨਾ ਸੰਭਵ ਹੋ ਸਕੇ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਉਨਾ ਆਰਾਮਦੇਹ ਬਣਾਉ, ਪਰ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉ ਕਿ ਦਿਨ ਵੇਲੇ ਤੁਸੀਂ ਹੈਲੀਕੋਪਟਰਾਂ ਜਾਂ ਜਹਾਜ਼ਾਂ ਵਿਚ ਲੱਭਣ ਆਏ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਦਿਖਾਈ ਦਿੰਦੇ ਹੋਵੋ।
- ਸੱਭ ਤੋਂ ਆਮ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਗਲਤੀ - ਵਿਅਕਤੀ ਦਾ ਇਹ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਹੈ ਕਿ “ਇਹ ਮੇਰੇ ਨਾਲ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦਾ”। ਇਸ ਨੂੰ ਹਉਮੈਂ (ਈਗੋ) ਦੇ ਤੌਰ ਉੱਤੇ ਵੀ ਦੇਖਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਤਿਆਰੀ ਕਰਕੇ, ਤੁਸੀਂ ਬਾਹਰ ਕੁਦਰਤ ਵਿਚਲੇ ਆਪਣੇ ਟਰਿੱਪ ਦਾ ਆਨੰਦ ਮਾਣ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਬੇਸ਼ੱਕ ਕੁਦਰਤ ਤੁਹਾਡਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਿਸੇ ਵੀ ਚੀਜ਼ ਨਾਲ ਕਰਵਾਵੇ!

ਇਸ ਅੱਧੇ ਹਿੱਸੇ ਨੂੰ ਪਾੜ ਕੇ ਆਪਣੇ ਨਾਲ ਲੈ ਕੇ ਜਾਓ।

ਇਸ ਟਰਿੱਪ ਦੇ ਮੈਂਬਰਾਂ ਦਾ ਵੇਰਵਾ

	ਵਿਅਕਤੀ 1	ਵਿਅਕਤੀ 2	ਵਿਅਕਤੀ 3	ਵਿਅਕਤੀ 4
ਗੋਤ				
ਪਹਿਲਾ ਨਾਂ				
ਜਨਮ ਤਰੀਕ				
ਕੱਦ				
ਭਾਰ				
ਵਾਲ ਅਤੇ ਚਮੜੀ				
ਫੈਮਲੀ ਡਾਕਟਰ				
ਟੋਪੀ ਦਾ ਰੰਗ				
ਕੋਟ ਦਾ ਰੰਗ				
ਕਮੀਜ਼/ਸਵੈਟਰ ਦਾ ਰੰਗ				
ਪਿੱਠੂ (ਪੈਕ) ਦਾ ਰੰਗ				
ਪੈਂਟ ਦਾ ਰੰਗ				
ਜੁੱਤੀਆਂ ਦੀ ਕਿਸਮ ਅਤੇ ਸਾਇਜ਼				
ਅਲਰਜੀਆਂ				
ਦਵਾਈਆਂ				
ਐਮਰਜੰਸੀ ਸੰਪਰਕ				
ਨਕਸ਼ਾ				
ਟਰਾਂਸੀਵਰਜ਼				
ਸ਼ਾਵਲ				
ਔਜ਼ਾਰ				
ਸੰਚਾਰ ਸਾਧਨ				
ਨੈਵੀਗੇਸ਼ਨ (ਰਾਹ ਦਰਸਾਉ ਸਾਧਨ)				
ਸਰਵਾਇਵਲ ਟ੍ਰੇਨਿੰਗ				
ਫਸਟ ਏਡ/ਸਰਟੀਫਿਕੇਸ਼ਨ				
ਯੋਗਤਾ ਦੀ ਪੱਧਰ ਮੁਢਲੀ/ਸਿਖਾਂਦਰੂ/ਮਾਹਰ				

ਜੇ ਮੈਂ/ਅਸੀਂ ਆਪਣੀ ਮੰਜ਼ਿਲ ਵਿਚ ਬਦਲੀ ਕੀਤੀ ਤਾਂ ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਸੂਚਿਤ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ:

ਨਾਂ: ਪਤਾ:

ਘਰ ਦਾ ਫੋਨ: ਕੰਮ ਦਾ ਫੋਨ:

ਜੇ ਮੈਂ/ਅਸੀਂ ਅੱਗੇ ਦੱਸੇ ਸਮੇਂ ਉੱਤੇ ਵਾਪਸ ਨਾ ਆਏ ਤਾਂ ਮਿਹਰਬਾਨੀ ਕਰਕੇ ਪੁਲੀਸ ਨੂੰ ਸੂਚਿਤ ਕਰੋ:

ਤਰੀਕ: ਸਮਾਂ:

ਦਸਖਤ: ਤਰੀਕ:

ਇਸਨੂੰ ਪਾੜ ਕੇ ਦੋਸਤ ਨੂੰ ਦਿਓ