

Oficina de Reciclagem de Guias



Abrigo Rebouças



Pedra da Macela



Abrigo Água Branca

CURTA A NATUREZA PRATICANDO MONTANHISMO

IMPRESSO

Grupo Excursionista Agulhas Negras – GEAN

Fundado em 20 de outubro de 1962

Reconhecido como de Utilidade Pública

Filiado a FEMERJ

Praça Esperanto, 26 sala 01
Campos Eliseos – Resende – RJ
CEP 27542-200

www.grupogean.com
grupogean@yahoo.com.br

Este boletim é uma publicação destinada aos associados do GEAN e a todo o excursionismo brasileiro. As matérias aqui publicadas não representam necessariamente a posição oficial desta entidade. O GEAN não se responsabiliza pela má interpretação dos artigos aqui contidos, nem pelo uso deles. O GEAN não se responsabiliza por acidentes ocorridos durante as excursões. O boletim é um espaço aberto a todos que queiram contribuir. A reprodução do conteúdo deste boletim pode ser feita, desde que mencionado o nome do GEAN, o mês e autor.

Pagamento de Mensalidades

Nosso clube sobrevive, principalmente, com a sua mensalidade, sendo importante para o GEAN que o sócio a mantenha em dia.

Na etiqueta do boletim consta a sua situação: C(número) = crédito e D(número) = débito. Lembre-se com seis mensalidades em atraso o associado será desligado do quadro social. Nas excursões, ao sócio em atraso será cobrada a taxa correspondente ao valor de uma mensalidade.

Mensalidade – R\$ 15,00

Matricula – R\$ 20,00

Excursão para não sócios – R\$ 25,00

Vencimento da mensalidade – dia 10

O pagamento de 12 mensalidades antecipadas dá o direito a uma de cortesia

Diretoria

Presidente: Agenor M. de Siqueira

Vice-Presidente: Moisés Sulam

Diretor Técnico: Fábio Gandra

Diretor Assuntos Gerais: Sérgio Pizaneschi

Diretor de Patrimônio: Evandro Azevedo

Tesoureiro: Alberto Guimarães

Secretária: Grace Carvalho

Fotos da Capa

Fotos referentes as atividades do grupo.

EDITORIAL

O último bimestre foi muito proveitoso para o GEAN, as reuniões gerais do clube teve um bom número de participantes e em duas oportunidades tivemos a palestra sobre eletrostática apresentada pelo geanista Ladário e a apresentação de slides da excursão do Marcus D'Angelo quando ele esteve no Himalaia na década de 90.

Apesar da grande quantidade de chuvas no começo do ano, conseguimos realizar a maioria das atividades contidas na nossa programação. Entre as excursões, vale destacar os pernoites nos Abrigos Água Branca e Rebouças; o primeiro por ser um atividade oficial do clube no local depois de muitos anos e o segundo, pelo grande número de participantes (um pouco mais de 20 pessoas). Tivemos a Oficina de Reciclagem do Quadro de Guias com 04 aulas (02 teóricas e 02 práticas) organizada pelo nosso Departamento Técnico.

Para os meses de março e abril esperamos muitas atividades, dando prosseguimento as nossas palestras teremos duas excelentes: **História do PNI** a cargo do geanista e ex-presidente Edson F. Santiago e **Responsabilidade Penal de um Guia de Montanha** a ser apresentada pelo promotor Fábio Vieira dos Santos.

A nossa programação está muito boa, destaque para a trilha da Pedra da Boca do Sapo no Vale do Rio Preto (próximo a região de Visconde de Mauá) pois é a primeira vez que o GEAN organiza uma excursão oficial a esta bela formação rochosa. Não podemos esquecer que no dia 28/04 temos a tradicional **Abertura de Temporada de Montanhismo – ATM 2013**, com certeza estaremos lá com o nosso stand.

Para finalizar durante o mês de abril e início de maio teremos o **Curso de Primeiros Socorros** em nossa sede (para realizá-lo as 20 vagas devem ser preenchidas).

Agenor Maia de Siqueira
Presidente

Parabéns aos Aniversariantes !!!**MARÇO**

06 – Rogério Veiga da Costa Junior
 07 – Cledir Francisco Fitipaldi
 14 – Vitor José Corrêa e Ferreira
 17 – Maria José da Silva
 17 – Cristiane Valeria da Silva Barcelo
 21 – Afonso Kreling
 21 – Cláudia Cesar de Paula
 22 – Rafaela Rodrigues da Silva
 22 – Carlos Batista Delamare Amabile
 24 – Raimo Hélio Saarela

ABRIL

01 – Luciana Pires Guimarães
 03 – Mika Bertel Peltola
 08 – Gil Antônio de Britto Duque
 10 – Alberto da Silva Guimarães
 23 – Miriam Martins de Castro
 25 – Fábio Claudino dos Santos
 27 – Franz Hermann H. Bauermeister
 28 – Marcus Garcia D'Angelo
 30 – Paulo André da Silva Martins

AGRADECIMENTOS

Os nossos sinceros agradecimentos à Fábio Gandra pela doação de um par de rádio intercomunicadores marca Motorola modelo Talkabout T5620 com respectivo carregador; à Henrique Barcelo Gandra pela doação de uma bolsa para montagem de kit de primeiros socorros; à Hericson Fernandes Brito pela doação do livro Montanha Sombria e à Igor Spanner / Júlio Spanner pela doação do livro Guia da Região de Itatiaia de autoria dos mesmos.

PET BORDADO

O PET bordado do GEAN foi um tremendo sucesso, atingimos um total de 45 encomendas sendo que a maioria já foram entregues. Quem ainda não retirou o seu, procure o Alberto na sede nas terças-feiras ou nas reuniões gerais do clube.

ATM 2013

No dia 05 de março foi realizada na sede do CERJ no Rio de Janeiro a reunião referente a ATM 2013. Além do GEAN participaram a FEMERJ e os seguintes clubes: CERJ, CEG, CEC e CEB. Entre os diversos assuntos discutidos foi definida a logo do evento. A vencedora é de autoria de Denilson Santana de Salvador (BA).

ABERTURA DA TEMPORADA**PRÓXIMAS ATIVIDADES**

| Data | Atividade | Tipo | Guia / Responsável |
|------------|--|-----------------------|-----------------------|
| 15/03 | Reunião Geral | - | Agenor |
| 17/03 | Aquatrekking no Rio das Pedras – Penedo | Caminhada pelo rio | Agenor |
| 22/03 | Reunião Geral Palestra "História do PNI" Palestrante Santiago | - | Alberto |
| 24/03 | Pedra da Boca do Sapo – Visconde de Mauá (Via Pedra do Sabão) | Caminhada Média | Agenor |
| 28/03 | Reunião Geral | - | Moises |
| 29 a 31/03 | Trilha do Ouro | Caminhada Pesada | Rodrigo |
| 03/04 | Reunião de Diretoria | - | - |
| 05/04 | Reunião Geral | - | Evandro |
| 07/04 | Pico do Pão de Açúcar – Paraty | Caminhada Semi-pesada | Moises |
| 19/04 | Reunião Geral Palestra "Responsabilidade Penal de um Guia de Montanha" Palestrante Dr. Fábio Vieira dos Santos | - | Fábio Gandra |
| 21/04 | Pedra Grande – PNI | Caminhada e escalada | Santiago e Rogério |
| 28/04 | ATM 2013 Abertura da Temporada de Montanhismo | - | Agenor e Fábio Gandra |
| 08/05 | Reunião de Diretoria | - | - |

Maiores informações sobre as excursões podem ser obtidas pelo e-mail grupogean@yahoo.com.br

Telefones para contato: Agenor - (24) 9905-8161, Grace - (24) 9941-7873, Alberto – (24) 9999-3782, Evandro – (24) 9997-1121, Fábio Gandra – (24) 9258-0802 e Moises – (24) 3360-2756.

Qualquer excursão programada pode ser cancelada ou adiada devido às condições climáticas, cabendo tal decisão ao(s) guia(s), que poderá emití-la com antecedência ou no mesmo dia da atividade.

Importante: A presença nas excursões deve ser confirmada segundo as orientações contidas no e-mail de divulgação da atividade, cujo principal objetivo é viabilizar a contratação do transporte. O GEAN se reserva ao direito de, quando julgar necessário, solicitar o adiantamento do valor do rateio do transporte. Nas excursões, o associado deve conduzir a carteira do clube e o comprovante de pagamento da mensalidade

CIÊNCIA E MONTANHISMO

Apresentamos o segundo texto de nossa seção. Escrito por José Ricardo Maia de Siqueira, formado em administração, professor universitário e, antes de tudo, Geanista, esse belo texto é um convite à reflexão. Mais uma vez boa aula aos leitores.

ADMINISTRAÇÃO E MONTANHISMO

Segundo o artigo 2º de seu estatuto, o GEAN tem como objetivos praticar, desenvolver e estimular o excursionismo e promover, colaborar e participar de atividades relativas à preservação do meio ambiente. Esta pequena amostra de seus objetivos nos dá uma pálida ideia do perfil de nossos associados. As pessoas nos buscam por uma conjunção de razões. Alguns desejam fazer caminhadas, buscando um maior contato com nosso meio ambiente; outros desejam fazer escaladas de alto grau de dificuldade, atingindo pontos inacessíveis para a maioria das pessoas; outros mais desejam estabelecer laços de amizade com pessoas que amam a natureza que nos cerca; outros indivíduos querem participar de uma ONG ambientalista atuante que aja contra a agressão desmedida contra o ambiente natural. A lista é muito extensa. Cada sócio do GEAN pode apresentar uma mescla diferente destes e/ou outros motivos que o levou a ingressar em nossos quadros. Apesar de ter o amor e o respeito à natureza como núcleo, podemos dizer que as pessoas nos buscam por interesses difusos, o que sinaliza para o grande desafio que é liderar uma entidade ligada ao montanhismo.

A liderança é um dos campos de estudo da Administração e vem sendo estudada já há muitos anos. Um dos primeiros esforços neste campo foi a abordagem de identificação dos traços pessoais dos líderes. Neste esforço de pesquisa se buscou, principalmente, comparar as características dos indivíduos que eram líderes com aqueles que não eram. A maioria das pesquisas falhou em identificar claramente características que distinguíssem os líderes dos liderados.

Uma linha que gerou mais frutos foi a dos estilos de liderança, dentro da abordagem comportamental. As pesquisas de Tannenbaum e Schmidt seguem esta linha, identificando dois estilos de liderança: um focado na tarefa – mais autoritário – e outro focado no membro do grupo – mais democrático. Segundo esses pesquisadores não existiriam apenas esses dois estilos puros, mas um mix com diferentes gradações dos dois estilos, gerando um continuum de liderança, onde em cada extremo estariam as chamadas categorias puras – liderança autocrática ou democrática.

Mas qual dos dois estilos é mais eficaz? Este questionamento abriu espaço para a abordagem contingencial, que trabalhou com a percepção de que nenhum estilo de liderança era universalmente eficaz, mas que ele pode variar conforme a circunstância. A teoria da liderança situacional de Hersey e Blanchard segue esta abordagem, que afirma que o estilo de liderança mais eficaz vai depender da maturidade dos membros do grupo. Dentro desse contexto, maturidade é entendida como a vontade de realizar algo, a inclinação para aceitar responsabilidades e a capacidade ligada à execução das tarefas. Logo, quanto maior a maturidade dos membros maior a eficácia de um estilo menos autocrático.

Mas qual o estilo de liderança mais adequado a uma entidade ligada à prática do montanhismo? Infelizmente não há uma resposta simples a este questionamento, até porque não há consenso dentro das chamadas ciências sociais, da qual a administração faz parte – ela é categorizada como uma ciência social aplicada. Entretanto, podemos nos valer das ideias inseridas na abordagem contingencial para a construção de uma hipótese – que é uma resposta temporária, que pode ser rechaçada, ou não, por pesquisas a serem desenvolvidas.

O GEAN, bem como as demais agremiações de montanhismo do Brasil, passou por períodos de bonança e de crise. Lembro-me das animadas reuniões no conservatório de música, quando ingressei na década de 1980, com um grupo bem coeso que envolvia Lamartine, Bosco, seu Franz, Jobson, Júlio, Lúcia, Raimo e outros. Lembro-me também do esvaziamento de nosso amado grupo em anos posteriores, quando esteve a ponto de fechar as portas. Tendo este pano de fundo podemos construir nossa resposta provisória declarando que em momentos de crise precisamos de um líder com um estilo mais autoritário, alguém que detecte os problemas mais urgentes e os resolva ou aponte alguém para resolvê-lo. Nos momentos de bonança, com um apoio de um grupo mais maduro, instaura-se um estilo mais participativo, com espaços para os indivíduos crescerem dentro do grupo e se desenvolverem.

Se em sua opinião esta não é a resposta mais adequada, tudo bem, construa sua própria hipótese. Mas lembre-se, mais importante que isso é dar sua contribuição para o engrandecimento do GEAN, para que ele possa continuar a proporcionar bons momentos não só a você, mas também a seus filhos e netos. O GEAN não é um patrimônio só de Resende, mas também do Estado do Rio de Janeiro e do Brasil e queremos que continue assim por muitos anos.

José Ricardo Maia de Siqueira

COLUNA TÉCNICA

SOCORRO EM MONTANHA

O socorro em montanha é um tema complexo e com múltiplas variantes, desde ajudar um acidentado leve em um lugar de fácil acesso, até complicados resgates em lugares remotos com acidentados graves. No primeiro caso pode se socorrer com poucos meios e com um transporte improvisado simples, mas quando o acidente ocorre em uma parede ou outro lugar de difícil saída ou acesso, o assunto é mais complicado, já que a evacuação inicial até o solo ou lugar seguro requer uma intervenção técnica que necessita de um mínimo de material e de conhecimento.

Vamos conhecer um pouco sobre a *reação ante aos acidentados*, tema que faz parte do estudo de toda a problemática do socorro improvisado em montanha, que inclui também os conhecimentos de *busca e manobras de evacuação e transporte*.

O resgate improvisado com os meios limitados que dispõe uma cordada ou um grupo, requer uma grande capacidade de improvisação, 'sangue frio' e um bom conhecimento de nosso material, assim como, as manobras e atenções elementares de salvamento. Isto não é de longe a solução a todos os problemas, mas com uma preparação adequada quicá poderemos converter em susto o que poderia ser tragédia. Um auto-resgate desse tipo deve proceder com as melhores garantias de segurança. Sendo assim, antes de iniciar qualquer operação de salvamento improvisada e complexa há que se ter em conta a possível intervenção aérea e de grupos de resgate profissionais. Nem sempre é recomendável iniciar um resgate improvisado, lento e fatigoso quando um helicóptero pode solucionar em questão de pouco tempo.

Em todo o Brasil o telefone dos bombeiros é 193. O acionamento aéreo no estado do Rio de Janeiro é feito pela unidade local do evento. Os municípios de Resende, Itatiaia e Porto Real, na região sul do Estado, são cobertos pelo 23º Grupamento de Bombeiro Militar, em Resende (SsCom 23º GBM 24 3354 5987, SsCom GOA 21 2333 4425). Mas nem sempre é possível avistar um lugar adequado para por em marcha a operação de resgate, e o helicóptero tem suas limitações, nestes casos a atuação dos montanhistas 'in situ' é decisiva. As pessoas e cordadas próximas podem ser de grande valia, já que quanto mais meios humanos e materiais disponhamos, mais simples e rápida pode resultar a operação (ainda que mais difícil de coordenar).

As operações de salvamento devem respeitar três normas básicas: que não suponha risco nem agravamento evidente das lesões para o acidentado; que tão pouco suponha risco evidente para os resgatistas; que se possa garantir a evacuação de todos os participantes, uma vez concluída a operação.

Ante nossa possível intervenção em um salvamento não podemos esquecer que ainda existe o dever moral e legal da prestação de auxílio, nossa atuação há que ser conseqüente a nossos conhecimentos, e não temos que assumir funções para as quais não estamos capacitados ou realizaremos ações incertas de que não estamos seguros. Se por intervenção precipitada ou por má manipulação se agravam as lesões de um acidentado, além de nossa responsabilidade moral, podemos nos ver envolvidos em processos judiciais. Em conseqüência, diante a dúvida é melhor não realizar nenhuma manipulação do acidentado.

Os problemas e situações que podem surgir são infinitos e seria impossível fazer uma relação de todos para oferecer a solução mais prática, não obstante, tendo recursos e conhecendo as manobras necessárias, se pode sair da maioria das situações, com a paciência e a serenidade suficientes. Mesmo com suficientes recursos, faz falta bom senso para decidir que ação ou que manobra ou sistema empregar em cada caso, nem tudo vale para tudo, a solução passa com freqüência por combinar diferentes sistemas ou improvisar variantes sobre a caminhada em função do terreno e nossos meios.

Todo montanhista deveria estar preparado para socorrer a outro em caso de acidente. Se não temos os conhecimentos e a experiência prática necessária, a boa vontade não serve de nada. A prática periódica das técnicas de socorro é uma garantia para qualquer montanhista, que chegada a hora, saberá reagir com rapidez e segurança.

ACIDENTES

Causas:

Os acidentes são com freqüência, uma acumulação sistemática de erros, que separados não tem importância, mas que juntos podem levar a um desenlace trágico. Nossos próprios erros, a fatalidade ou a variável natureza das montanhas, podem ser a causa de um acidente, e uma vez ocorrido de nada vale se lamentar ou reportar os erros aos demais, o prioritário é buscar soluções para a nossa situação. A solução adotada, mesmo sendo satisfatória, é geralmente traumática, complexa e com possíveis riscos adicionais. Grande parte dos acidentes ocorre em itinerários relativamente fáceis durante excursões, ascensões clássicas e durante as descidas, quando cansaço e a perda da atenção nos tornam mais vulneráveis. As causas fundamentais que provocam acidentes são:

Ignorância. A escassez ou nenhum aprendizado leva a erros facilmente evitáveis e de conseqüências de pequena gravidade. Os cursos de formação ou a contratação de um guia deveria ser o passo lógico para se iniciar no montanhismo;

Inconsciência e super-estimação. Ser conscientes dos perigos a que estamos expostos em cada momento é a melhor forma de poder evitá-los, assim como o conhecimento de nossas próprias limitações e dos nossos companheiros, para não chegar a forçar limites técnicos nem físicos. Há que se ter sempre presente que um grupo é tão forte quanto o membro mais fraco do mesmo.

Como evitá-los:

Como analisamos no principio, os perigos latentes na montanha são na maioria dos casos, controláveis com uma atuação de acordo as condições do terreno em que nos movemos. Esta atuação é conseqüência de uma boa formação e experiência, que serão mais importantes, quanto mais difícil e perigoso for o meio.

Profundo **conhecimento do meio e aprendizagem das técnicas** precisas, esta receita é a forma de evitar a maioria dos acidentes, unido à experiência de cada dia na montanha e sempre ao seu bom senso para não se confundir e avaliar cada situação com prudência. O **treinamento** aumenta o rendimento e, portanto a própria confiança e nos leva a uma boa condição física e psicológica.

Um **equipamento adequado** também pode evitar ou atenuar as conseqüências de um acidente, por exemplo: um extravio durante uma nevasca pode ser mortal em alta montanha, mas um bom equipo unido a uma reserva física suficiente e uma **atitude serena** podem fazer passar o sinistro.

Um **bom estado de animo**, junto com boas doses de **prudência** e resolução são indispensáveis para o êxito das rotas mais difíceis e perigosas. Estes dois últimos termos, dificuldade e perigo, não têm que estar associados e isto é de suma importância na hora de escolher a rota adequada. A **sensatez** do individuo é definitivamente o melhor remédio: prudência e covardia, valor e temeridade são atitudes que há que se saber distinguir.

De tudo isso, chegamos à conclusão de que a prevenção de acidentes passa por um rigoroso autocontrole de nossos conhecimentos, material, experiência e treinamento.

ATUAÇÃO DIANTE DE UM ACIDENTADO

Alem de adotar as medidas de prevenção mencionadas até agora, tem que se estar preparado para se nos vemos envolvidos em um acidente. A formação no que diz respeito a primeiros socorros e auto-resgate deveria ser uma inquietação de todo montanhista e mais naqueles que se aventuram em países e lugares onde a ajuda externa é difícil de conseguir.

A melhor forma de **poder pensar** e acertar os passos a seguir depois de um acidente é **manter a calma**, tratando de **analisar a situação friamente**. A precipitação só conduz a erros que podem a gravar nossa situação ou as lesões do acidentado. O principio básico do socorrismo segue as três fases a seguir:

Proteger. Como primeira medida, uma vez junto ao acidentado, tem que evitar que prossiga exposto a novos perigos ou que se agravem suas lesões.

Avisar. Se conta com pessoas suficientes, e é fácil a estabilização, daremos o aviso aos grupos de socorro. **Socorrer.** Aplicaremos os primeiros socorros com uma **atitude sossegada e segura**, tentando **tranquilizar o afetado, desdramatizando a situação e transmitindo confiança**; nas próximas horas pode ser que você precise de toda sua moral e capacidade de sofrimento. Evacuaremos se for necessário ou nos prepararemos para esperar ajuda.

Essa ordem de atuação às vezes é de difícil aplicação na montanha por suas condições de isolamento, muitas vezes dar o aviso pode esperar se, não se conta com pessoas suficientes para poder proteger e socorrer o acidentado, outras vezes não fará falta avisar, se o acidente por suas características tem uma fácil solução com os meios que dispõem os presentes, e no pior dos casos, quando não existe possibilidade de pedir ajuda e só dependemos de nós mesmos. Socorrer e evacuar pode ser possível com nossos meios limitados, mas atenção, a movimentação de um ferido grave é um tema altamente perigoso se não se dispõe dos meios necessários para imobiliza-lo adequadamente. Diante da suspeita mínima de lesão cervical ou medular, não mover o ferido até que não se disponha dos meios adequados!

BUSCAR AJUDA

Se decidir solicitar ajuda externa a grupos de resgate organizados, esta se deve pedir enquanto se pode prescindir de alguma pessoa, idealmente duas. As pessoas que partem em busca de ajuda devem levar

equipamento suficiente para garantir sua segurança, conhecer o terreno, e obviamente ter conhecimento técnico adequado ao terreno. Marcarão se for necessário, o caminho até o local do acidente. Mais importante que a rapidez é chegar para dar o aviso, por isso os mensageiros aumentarão as precauções em seu decorrer.

Uma vez solicitada a ajuda, os mensageiros devem se assegurar de que são compreendidos com exatidão e ter certeza que o socorro partiu, sendo possível contatando diretamente o grupo de resgate que intervenha, ou quem ministre toda informação, vital para o bom andamento da operação. Em caso necessário, a última função do mensageiro é guiar o grupo de resgate até o lugar exato do acidente. Os dados que devemos fornecer para facilitar um trabalho de resgate são:

- Quem solicita o socorro?
- O que ocorreu? Descrição do acidente; quantos feridos há? Gravidade e tipo das lesões;
- Como ocorreu o acidente?
- Quando?
- Onde? As máximas referências topográficas;
- Quantas pessoas estão no lugar do acidente aptas a prestar ajuda e de que meios dispõem?
- Que tempo faz no lugar do acidente?
- Que condições de acesso existem até o lugar do acidente?

Um acidente numa cordada de duas pessoas pode forçar a necessidade de deixar o acidentado sozinho para buscar ajuda, não é uma decisão fácil, inclusive para um montanhista experiente, mas há que se analisar friamente valorizando nossa situação e nossa capacidade, tendo em conta diversos fatores:

- Podemos deixar o ferido sozinho tendo em conta suas lesões?
- Em quanto tempo poderíamos voltar com ajuda?
- Que tempo pode fazer nas próximas horas?
- Temos material, capacidade técnica e física suficiente para encarar sozinho o retorno?
- Conhecemos o terreno o suficiente para garantir que chegaremos a pedir ajuda?
- Que possibilidades temos de que alguém nos veja ou escute em um período razoável?

Ainda sim a decisão de deixar o acidentado tem se que tomar com as devidas precauções:

- Deixa-lo a salvo de perigos objetivos;
- Bem preso, mas de forma que não possa se soltar em momento de crise;
- Com os curativos possíveis e necessários realizados antes de partir;
- O mais abrigado e visível de longe que se possa;
- Deixando ao seu alcance todas as provisões e roupas disponíveis.

Se estivermos próximo ao cume, talvez tenhamos que seguir escalando, por ser isso mais rápido, que um longo regresso descendo a parede, neste caso, precisará conhecer as técnicas de escalada em solitário.

Se for impossível mandar alguém ou partir em busca de ajuda, faremos esforços para ser vistos ou ouvidos nos arredores mediante sinais visuais ou sonoros.

Sinais de socorro

Os sinais internacionalmente conhecidos são sinalizador vermelho e um quadrado vermelho com círculo branco, mas a realidade é que em nosso país quase ninguém os usa. O sinal mais prático de dia pode ser agitar uma peça de roupa de cor viva. Os sinais visuais ou sonoros como lanternas, assovios, apitos, espelhos e gritos, devem ter a frequência adequada:

seis sinais espaçados regularmente no transcurso de um minuto, com um minuto de pausa antes de repetir; os grupos de resgate responderão com três sinais por minuto, também com um minuto de pausa. Se estivermos bem visíveis o sinal mais simples de pedido de socorro é de pé com os braços levantados e abertos formando um 'Y', igualmente, mas com um só braço significa o contrário, 'não necessitamos de nada'.

Texto extraído do capítulo IV do livro de Máximo Murcia "Prevención, Seguridad y Autorrescate", 1996. Tradução e adaptação de Fabio Gandra e Cristiane Barcelo, 15.02.2013.

RELATO DAS ATIVIDADES

ABRIGO DE ÁGUA BRANCA – 02 E 03/02/2013



No sábado dia 2 de fevereiro foi realizada mais uma atividade do GEAN, agora com destino ao Abrigo Água Branca, recém liberado para uso dos montanhistas e amantes da natureza. O grupo se reuniu na portaria de entrada da parte baixa do PNI às 8:00h, após o preenchimento da "papelada" e pagamento das taxas fomos em busca do nosso destino. O Abrigo se encontra a aproximadamente a 1700mts de altitude e fica no meio do trajeto da já conhecida trilha da Travessia Rui Braga.

Para fazer esta atividade optamos em alcançar o abrigo pelo caminho contrário, partindo da parte baixa do PNI, pois assim a caminhada seria mais curta. O Início da trilha se encontra ao lado da piscina do Maromba.

Apesar de ter chovido bastante durante a semana, no fim de semana fomos agraciados com tempo bom durante quase todo o dia, o que tornou a caminhada bem mais agradável, mas não menos cansativa, pois a trilha ainda se encontrava bem molhada, com vários pontos de "atolamento" e muitas árvores tombadas no caminho.

Mas pra compensar subimos toda a trilha agraciados pelos sons dos diversos pássaros que encontramos na fauna de nosso lindo PNI. A caminhada durou aproximadamente 4h15m, chegando ao abrigo encontramos tudo em perfeita ordem, sendo o abrigo composto de três cômodos, cozinha e banheiro. Conta ainda com duas beliches e vários colchões.

Subimos para laje do abrigo onde podemos contemplar grande parte do Vale do Paraíba, suas cidades, o rio Paraíba do Sul, a represa do Funil, a Serra do Mar, a Serra Fina, os Três Picos, o Gigante Adormecido e as Prateleiras.

Após a contemplação dessa beleza exuberante uma pausa para lanchar e repor as energias, pois uma parte do grupo ia voltar no mesmo dia e outra parte iria dormir no abrigo e descer somente no domingo.

Por volta das três horas da tarde tivemos uma demonstração da exuberância que é a natureza, enquanto ali no abrigo estávamos com sol, mais a frente bem no meio do Vale do Paraíba, caía uma intensa chuva, mas só em uma parte do vale, pra ser mais preciso em nenhuma cidade, só no leito do rio.

Mas a nossa alegria não durou muito, pois percebemos que a chuva aos poucos veio avançando em nossa direção. Visto isto o grupo que não ia pernoitar no abrigo tratou de se preparar e partiram para a volta, mas segundo relato dos próprios, eles não escaparam da chuva no meio do caminho. Enquanto isso, os que ficaram no abrigo (Daniel Serozini, Edgar Soares, Evandro Azevedo, Ladário e Ricardo Grijó) desfrutavam de um belo jogo de baralho ao som da chuva que caía, jogo este que foi até de madrugada.

No domingo após a contemplação do nascer do sol (que só vi em fotos pois estava dormindo) fizemos nosso lanche, limpamos e arrumamos o abrigo (trouxemos todo nosso lixo de volta) e nos preparamos para descer, aproveitando que no domingo o sol nos agraciou novamente, facilitando o nosso retorno.

Na volta pudemos observar que a chuva tinha feito alguns estragos na trilha, visto o grande numero de árvores que tombaram no caminho, mas nada que atrapalhasse a aventura, e como já dizia aquele velho deitado: "pra descer todo santo ajuda", o passeio de volta fizemos em 3h30m.

Pra resumir: o passeio foi demais, quem fez gostou, quem não fez aguarde a próxima oportunidade e não perca, vale muito a pena. Um abraço a todos e um SALVE pra Natureza !!!!!

Edgar Soares de Aguiar

DE VOLTA À PEDRA DA MACELA – 17/02/2013



Minha primeira guiada pelo GEAN foi um fracasso total. Além de mim, apenas mais quatro participantes tentando subir a Pedra da Macela em Cunha/SP sob uma tempestade. Pouca gente, muita chuva.... desistimos !

Anos depois, me vejo guiando um novo grupo em direção à mesma pedra, porém tudo é diferente. Apesar de algumas nuvens, não há chuva e não faltam pessoas ! Ao todo, 21 participantes entre guia, geanistas e amigos do GEAN. Junto comigo na van estavam: os Geanistas, Dimi, Alberto, Cleusa, Eduardo,

Fabio Gandra e seu "filhote" Henrique, Ladário, Lourença, Luciana, Graça e Tatiane e os amigos do GEAN, Edson, Mônica e Rosana. Dois carros seguiam a van: Luis Gustavo e Luciano em um carro e em outro Machado com mais três amigos do GEAN, Selma, Sebastião e Maíra.

O trajeto dentro da van foi percorrido em total tranquilidade e chegamos ao início da trilha da Pedra da Macela animados. O local foi assim batizado em razão da grande quantidade da erva chamada Macela encontrada na trilha. Essa erva, que é declarada por lei a planta-símbolo do Rio Grande do Sul, também é conhecida como Marcela, Macelinha do Campo, Macela de Traveseiro, Carrapichinho de Agulha, Camomila nacional etc.

Em várias cidades, principalmente na região sul do país, há a bela tradição da colheita da Macela antes do nascer do sol na Sexta-Feira Santa. Segundo alguns, o chá de Macela preparado nesse dia possui maior poder medicinal.

O percurso até o cume da pedra tem cerca de 2 km's, não apresentando dificuldades técnicas por haver pavimentação em grande parte de sua extensão. Como bem observou o Dimi, essa pavimentação é idêntica a encontrada na estrada de acesso ao Morro do Couto no PNI, inclusive seu sistema para escoamento de água. Logo nos primeiros metros, o Machado encontrou um filhote de cobra que nos rendeu boas fotos. Em seguida um grupo de jumentos surgiu na trilha. Uma fêmea bem mansinha se aproximou e pude mostrar a cruz formada por pêlos mais escuros no dorso do animal. Muitos não conheciam a lenda de que durante sua fuga, o Menino Jesus, ao ser carregado por um jumento, teria feito xixi e que este ao escorrer teria formado a cruz característica desse animal.

Pouco a pouco o grupo foi chegando ao cume da Pedra da Macela e ficando admirado com a espetacular vista da Baía da Ilha Grande. Para nossa sorte, o tempo estava aberto, o que permitiu uma boa visibilidade de vários locais como a cidade de Paraty, a Pedra do Frade, inúmeras ilhas, entre outros.

Para mim foi prazeroso observar a reação de cada um. Ladário buscando localizar a usina nuclear em Angra dos Reis. Dimi analisando as possíveis vias de escalas que poderiam ser criadas nas rochas que encontram-se a frente de onde estávamos. O pequeno Henrique contente vendo o mar. Edson e Alberto buscando os melhores ângulos para suas fotos.

Quanto a mim, por instantes, fiquei em silêncio admirando a extensão do mar e concluí: "A montanha é a nossa praia" !!!!!

Moises Sulam

CURSO DE PRIMEIROS SOCORROS NO GEAN

O GEAN oferece a seus associados e amigos o **curso de primeiros socorros** a ser ministrado pela Cruz Vermelha de Volta Redonda em nossa sede. As aulas serão nos dias 06, 13, 20 e 27 de abril e 04 de maio, das 08:30 as 17 horas.

Período de inscrição: 25/02 a 15/03

Número de vagas: 20

Valor: R\$ 210,00 para associado e R\$ 250,00 não associado.

podendo ser pago em duas vezes sendo a primeira parcela no ato da inscrição (R\$ 110,00 e R\$ 150,00) e a segunda a ser paga até o dia 15/04. As inscrições serão feitas com o tesoureiro Alberto. **Não deixe de fazer este excelente curso.**

PARA REFLETIR

O PAPEL QUE VOCÊ EXERCE

Abro a gaveta da escrivaninha para separar os papéis que serão destinados à reciclagem. Dentre eles encontro um antigo boletim bimestral do GEAN que me foi enviado pelos correios quando ainda não tinha optado por receber apenas sua versão eletrônico. Folheio-o e o coloco sobre o notebook fechado junto com os papéis separados.

Esse simples gesto faz surgir instantaneamente um pensamento: encontra-se arquivado nesse notebook, além de centenas de fotos pessoais, da discografia completa do Nirvana e dos dois volumes do livro “Os conquistadores do Inútil”, esse próprio boletim do GEAN.

Numa velocidade surpreendente surge em minha mente um rol de vantagens da versão eletrônica do boletim.

- 1) O boletim eletrônico não utiliza papel, e um grupo que tem como lema “Curta a natureza praticando o montanhismo” tem a obrigação de buscar meios para redução de seu uso;
- 2) O boletim eletrônico não pode ser molhado, rasgado ou amassado, como muitas vezes acontece com o boletim de papel entregue pelos correios
- 3) O boletim eletrônico chega quase que instantaneamente ao seu destino final e não sofre extravio;
- 4) As pessoas que gostam de ter o boletim em papel podem imprimi-lo em suas próprias casas;
- 5) As fotos que compõem o boletim são bem melhores visualizadas no boletim eletrônico;
- 6) A confecção e o envio pelos correios dos boletins em papel custaram em 2012, aproximadamente, **R\$ 1.731,36.**
- 7) Existe no GEAN um arquivo dos boletins em papel para consulta permanente;
- 8) O boletim em papel deixa como resíduos cartuchos de tinta comum e/ou recipientes de toners que uma dia irão virar (mais) lixo;
- 9) O boletim eletrônico pode ser mais extenso, tendo em seu conteúdo mais textos e mais fotos, por não haver limitação de páginas;
- 10) O tempo gasto com a impressão (mais de um dia), grampeação e separação dos boletins de papel poderia ser empregado em outro projeto.

Eu, um amante dos livros, me sinto por instantes fazendo o papel de advogado do diabo. Então passo a me esforçar para buscar argumentos em defesa do boletim de papel. Tão rapidamente quanto surge, descarto os argumentos do comodismo e a simples aversão a mudanças. Isso não combina com um grupo de montanhistas. O único argumento que se mantém é o de manutenção de uma tradição. Ainda que inicialmente respeitável, esse argumento se enfraquece se analisarmos que uma hipotética mudança do boletim seria apenas na forma, não em sua existência e/ou conteúdo.

Ironicamente, é a própria Literatura que surge para me socorrer nesse instante.

No inesquecível “As Aventuras de Tom Sawyer”, Mark Twain escreveu: “Quanto menos justificável uma tradição, mais difícil livrar-se dela”.

Moises Sulam