



بیانیه UIAA

درباره کوهپیمایی، صعود و کوهنوردی

فدراسیون کوهنوردی و صعودهای ورزشی

جمهوری اسلامی ایران

منبع: [UIAA Declaration - UIAA](#)

برگردان: کمیته تحقیق و پژوهش فدراسیون کوهنوردی و صعودهای ورزشی

بیانیه اتحادیه جهانی کوهنوردی درباره کوه‌پیمایی، صعود و کوه‌نوردی

اتحادیه جهانی کوه‌نوردی معتقد است که اصول مطرح‌شده در این بیانیه، هنجارهای اساسی هستند که همه‌ی کوه‌پیمایان، صعودکنندگان و کوه‌نوردان باید از آن‌ها پیروی کنند. این اصول نه‌تنها رعایت اخلاق ورزشی را ترویج می‌دهند، بلکه مسئولیت‌پذیری فردی و جمعی را نیز تقویت می‌کنند.

اخلاق و سبک در کوه‌نوردی

صداقت در گزارش صعود: ما سبک و روش صعود خود را با صداقت و شفافیت گزارش می‌دهیم.

پذیرش تنوع سبک‌ها: ما تفاوت‌های سبک صعود دیگران را می‌پذیریم و به آن‌ها احترام می‌گذاریم، حتی اگر با روش‌های ما متفاوت باشند.

احترام به تجربه‌ی دیگران: ما هنگام کوه‌پیمایی یا صعود، تجربه و آرامش دیگران را مختل نمی‌کنیم و سعی می‌کنیم با احترام به حضور آن‌ها، محیطی مناسب برای همه ایجاد کنیم.

تعادل میان ریسک، موفقیت و شکست

توجه به تاثیر تصمیمات خود بر دیگران: پیش از پذیرش یک ریسک، ما تاثیر احتمالی آن را بر دیگران در نظر می‌گیریم و سعی می‌کنیم به شیوه‌ای مسئولانه عمل کنیم.

ارزش‌گذاری کمک به دیگران: ما در شرایط اضطراری، حتی به قیمت از دست دادن اهداف و برنامه‌های شخصی خود، به دیگران کمک می‌کنیم، زیرا مسئولیت انسانی و همبستگی در اولویت قرار دارد.

حقوق و مسئولیت‌های کوه‌نوردان

احترام به طبیعت و اکوسیستم‌های کوهستانی: ما به محیط زیست، حیات وحش و اکوسیستم‌های طبیعی در مناطق کوهستانی و مسیرهای صعود احترام می‌گذاریم و برای حفاظت از آن‌ها تلاش می‌کنیم.

¹ UIAA - Union Internationale des Associations d'Alpinisme

شناخت تغییرات اقلیمی و کاهش اثرات زیست محیطی: ما تاثیر تغییرات اقلیمی را به رسمیت می شناسیم و متعهدیم که اثر مخرب فعالیت های خود را بر محیط زیست کاهش دهیم.

رعایت قوانین محلی و احترام به جوامع بومی: ما از قوانین و مقررات محلی پیروی کرده و به فرهنگ ها، سنت ها و جوامع محلی در مناطق کوهستانی احترام می گذاریم.

حمایت از حق دسترسی مسئولانه به طبیعت: ما از حق دسترسی آزاد به طبیعت و محیط های وحشی دفاع می کنیم، اما این دسترسی را با احساس مسئولیت و رعایت اصول حفاظت از محیط زیست همراه می سازیم.

توضیح:

اتحادیه جهانی کوهنوردی ، سازمان بین المللی پیشرو در زمینه ی کوهنوردی، صعود و فعالیت های مرتبط با آن است.

این بیانیه ی اصولی، چارچوبی اخلاقی و مسئولانه را برای همه ی کسانی که در فعالیت های کوهستانی شرکت می کنند، تعیین می کند. محورهای این بیانیه شامل رعایت اصول اخلاقی در صعود، مسئولیت پذیری نسبت به محیط زیست و دیگر کوهنوردان، پذیرش ریسک های آگاهانه و حفظ روحیه ی جوانمردی در ورزش کوهنوردی است.

با رعایت این اصول، ما می توانیم کوهستان را به مکانی ایمن تر، پاک تر و منصفانه تر برای همه تبدیل کنیم.

فدراسیون کوهنوردی و صعودهای ورزشی
جمهوری اسلامی ایران

بیانیه UIAA درباره کوهپیمایی، صعود و کوه‌نوردی

هدف این بیانیه

این بیانیه دو هدف اصلی را دنبال می‌کند:

- تبیین هنجارهای پذیرفته‌شده عمومی برای رفتار مطلوب از دیدگاه اتحادیه جهانی کوه‌نوردی. این شامل اخلاق و سبک صعود و همچنین ملاحظات زیست‌محیطی و اجتماعی است که همه‌ی کوه‌نوردان و صعودکنندگان باید نسبت به آن‌ها آگاه باشند.
- ارائه بهترین شیوه‌ها در کوه‌نوردی و صعود، به‌ویژه در صعودهای دیواره‌ای و صعودهای آلی، با هدف تعیین استانداردهای مناسب برای این فعالیت‌ها.

این بیانیه مجموعه‌ای از توصیه‌ها و هنجارها را ارائه می‌دهد، نه قوانینی الزام‌آور؛ اما امید می‌رود که در میان سنگ‌نوردان و کوه‌نوردان سراسر جهان مورد پذیرش و رعایت قرار گیرد.

لزوم بازنگری در اصول پیشین

بیانیه تیروول ۲۰۰۲، در دو دهه‌ی گذشته، سندی مهم و کارآمد برای UIAA و جامعه‌ی کوه‌نوردی بوده است. بسیاری از اصول آن همچنان مرتبط و قابل اجرا هستند. اما در این سال‌ها، جهان دستخوش تحولات چشمگیری شده و در پی آن، صعود و کوه‌نوردی نیز تغییر کرده است. برخی از این تغییرات عبارت‌اند از:

- ظهور صعودهای ورزشی و مسابقات داخل سالن‌های سرپوشیده
- گسترش شرکت‌های تجاری راهنمای مشتریان در صعود به قله‌های مرتفع
- رشد چشمگیر فناوری اطلاعات، اینترنت، اپلیکیشن‌ها و رسانه‌های اجتماعی که دسترسی به اطلاعات را متحول کرده و روندهای صعود و کوه‌نوردی را تحت تاثیر قرار داده است.

این تغییرات، تاثیرات جهانی گسترده‌ای داشته‌اند و مستلزم به‌روزرسانی اصول راهنمای فعالیت‌های کوه‌نوردی هستند.

تغییرات اقلیمی و توسعه پایدار

یکی از مهم‌ترین تحولات اخیر، تغییرات آب و هوایی است که اثرات قابل‌توجهی بر مناطق کوهستانی و اکوسیستم‌های آنها داشته است.

در UIAA، ما به توسعه‌ی پایدار متعهدیم. این توسعه تنها به حفاظت از اکوسیستم‌های کوهستانی محدود نمی‌شود، بلکه شامل:

- حمایت از رفاه جوامع محلی
 - پشتیبانی از معیشت کسانی که به صعود و کوه‌نوردی وابسته هستند
 - به حداکثر رساندن اثرات مثبت زیست‌محیطی، اجتماعی و اقتصادی مرتبط با کوه‌نوردی
- هدف ما این است که این ورزش همچنان پایدار بماند و نسل‌های آینده نیز بتوانند از آن بهره‌مند شوند.

تنوع روش‌های کوه‌نوردی و تاثیرات مثبت آن

شیوه‌های کوه‌نوردی و صعود در کشورهای مختلف و فرهنگ‌های گوناگون، متفاوت است. این تفاوت‌ها درست یا غلط نیستند، بلکه بیانگر تنوع و غنای فرهنگی این ورزش هستند. صعود و کوه‌نوردی می‌تواند تاثیرات مثبتی بر جوامع محلی و جامعه جهانی داشته باشد، از جمله:

- ترویج صلح، سلامت و رفاه
- افزایش آگاهی و درک میان فرهنگی
- حفظ و تقویت سنت‌های فرهنگی و میراث کوه‌نوردی
- ایجاد فرصت‌های شغلی محلی و جلوگیری از مهاجرت‌های ناخواسته
- افزایش قدردانی از ارزش‌های طبیعی، فرهنگی و تاریخی مناطق کوهستانی

امید می‌رود که این بنایه مبنایی مشترک برای کوه‌نوردان سراسر جهان فراهم آورد و باعث اتحاد، مسئولیت‌پذیری و رعایت اصول اخلاقی در فعالیت‌های کوه‌نوردی و صعود شود.

با پایبندی به این اصول، می‌توانیم کوه‌ها را به محیطی ایمن‌تر، پایدارتر و الهام‌بخش‌تر برای همه تبدیل کنیم.

اخلاق و سبک

فصل ۱

"ما سبک صعود خود را با صداقت گزارش می‌دهیم"

"سبک" در کوه‌نوردی به منزله‌ی "قوانین بازی" است. تمامی صعودها در چارچوب قوانینی انجام می‌شوند که کوه‌نوردان به‌صورت داوطلبانه می‌پذیرند. در غیر این صورت، هیچ مانعی برای صعود با بالگرد تا قله یا نصب مسیرهای ویا فراتا آبر روی سخت‌ترین دیواره‌های صخره‌ای وجود نداشت و در نهایت، کوه‌نوردی به عنوان یک رشته مستقل از بین می‌رفت. سبک کوه‌نوردی را قوانین آن تعریف می‌کنند و این قوانین، همگام با تکامل کوه‌نوردی دستخوش تغییر شده‌اند. انتخاب مجموعه‌ای از قوانین برای پیروی، بر عهده‌ی خود کوه‌نورد و وجدان اوست. کوه‌نوردان باید آزادی انتخاب سبک صعود موردنظر خود را داشته باشند، مشروط بر اینکه این انتخاب آسیبی به محیط طبیعی وارد نکند و تجربه‌ی دیگران را مختل نسازد.

اگرچه انتخاب قوانین صعود شخصی است، اما اصولی بنیادین بر همه‌ی سبک‌های کوه‌نوردی حاکم‌اند. نخستین اصل، شفافیت در سبک انتخابی است؛ هر کوه‌نورد موظف است قوانین و اصولی را که در صعود خود رعایت کرده، به‌درستی و صادقانه اعلام کند. عدم صداقت در این زمینه می‌تواند به اتهامات تقلب منجر شود که متأسفانه در دنیای کوه‌نوردی نیز پدیده نادر نیست.

فدراسیون کوه‌نوردی و صعودهای ورزشی
دو اصل مسلم دیگر در کوه‌نوردی عبارتند از:

۱. محافظت از محیط طبیعی و اجتناب از هرگونه آسیبی که ممکن است به آن وارد شود.
۲. حفظ تجربه‌ی دیگران و جلوگیری از هرگونه تاثیر منفی بر فعالیت کوه‌نوردان دیگر.

این سه اصل اساسی، مبنای کوه‌نوردی را تشکیل داده و دامنه‌ی آزادی‌های کوه‌نوردان را در ارتباط با محیط طبیعی و سایر هم‌نوردان مشخص می‌کنند.

² Via Ferratas

مسیرهای آماده شده با سیم بکسل و کابل که سنگ‌نوردان و گردشگران تنها با دراختیار داشتن هارنس (صندلی صعود) و خودحمایت از آنها عبور می‌کنند.

ما اذعان داریم که تمامی کوهنوردان، چه در مسیرهای ماجراجویانه و چه در صعودهای ورزشی، حق دارند سبکی متناسب با توانایی‌ها و خواسته‌های خود انتخاب کنند. در عین حال، صداقت در ارائه‌ی گزارش فعالیت‌ها از اهمیت بالایی برخوردار است. یک گزارش دقیق نه تنها اعتبار کوهنورد را افزایش می‌دهد، بلکه به اعتبار عمومی این ورزش نیز کمک می‌کند. در کوهنوردی، صداقت عاملی کلیدی در ارزیابی دستاوردهاست. استفاده از عکس‌های دیجیتالی تغییر یافته یا تحریف‌شده، واقعیت صعود را مخدوش می‌کند و باید از آن اجتناب شود. کوهنوردی نباید تنها به گرفتن عکس یا فیلم از قله صرفاً برای "افتخار کردن" تقلیل یابد، بلکه تمام ابعاد تجربه، از برنامه‌ریزی گرفته تا رفاقت، ارزشمند بوده و باید در گزارش‌ها منعکس شود.

- مسیرهای ماجراجویانه باید تا حد امکان طبیعی باقی بمانند. در صورت امکان، از ابزارهای حمایت قابل جابه‌جایی استفاده شود و تنها در مواقع ضروری، با رعایت عرف محلی، از رول کوبی بهره گرفته شود.
- جرات شکست خوردن را داشته باشید. در کوهنوردی، هیچ نتیجه‌ای از پیش تضمین شده نیست. پذیرش احتمال بالای شکست در کوهستان، فرصتی برای کسب عمیق‌ترین و غنی‌ترین تجربه‌ها فراهم می‌آورد.
- ما متعهدیم که از رسانه‌های اجتماعی به گونه‌ای مسئولانه استفاده کنیم تا ارزش‌های کوهنوردی و محیط‌های کوهستانی حفظ شده و از تخریب آن‌ها جلوگیری شود.

فدراسیون کوهنوردی و صعودهای ورزشی
جمهوری اسلامی ایران

اخلاق و سبک

فصل ۲

"ما سبک‌های متفاوت دیگران را زمانی می‌پذیریم که با سبک خودمان فرق داشته باشند".

کوه‌نوردی مدرن طیف گسترده‌ای از فعالیت‌ها را در بر می‌گیرد؛ از پیاده‌روی و بولدرینگ گرفته تا صعود از صخره‌ها و کوه‌نوردی در ارتفاعات بالا. این حوزه شامل آنچه عموماً به عنوان کوه‌نوردی "آلپاین" شناخته می‌شود و همچنین صعودهای دشوار در ارتفاعات بلند و اکسپدیشن‌های بزرگ در رشته‌کوه‌هایی همچون آند و هیمالیا است.

بحث پیرامون سبک‌های کوه‌نوردی بازتابی از این واقعیت است که، دست‌کم در قله‌های ۸۰۰۰ متری، ما در عصر تجاری‌سازی آشکار این ورزش قرار داریم. در نتیجه، نوعی تنش میان پذیرش حق هر کوه‌نورد برای انتخاب سبک صعود موردنظر خود و این واقعیت که ممکن است روش‌های بهتری برای انجام این صعودها وجود داشته باشد، به چشم می‌خورد. اگرچه تمامی کوه‌نوردان از حقوق یکسانی برخوردارند، اما در جامعه کوه‌نوردی، تمامی سبک‌ها از احترام برابر بهره‌مند نیستند. این تفاوت تا حدی، دست‌کم، ریشه در تمایزات فرهنگی دارد.

ما بر این باوریم که کوه‌نوردی به سبک سبک‌باراً تأثیر فعالیت‌های ما بر محیط‌های طبیعی و انسانی را به حداقل می‌رساند. همچنین اذعان داریم که تمامی اشکال کوه‌نوردی، از جمله کوه‌پیمایی و سایر انواع گردشگری کوهستان، از این رویکرد منتفع می‌شوند.

ما به کوه‌نوردی سبک آلپاین و سبک‌بار علاقه‌مندیم، اما در عین حال، با احترام، انتخاب کسانی را که صعودهای کاملاً هدایت‌شده را در قله‌های ۸۰۰۰ متری ترجیح می‌دهند، می‌پذیریم.

اخلاق و سبک

فصل ۳

"ما به تجربه دیگران آسیب نخواهیم رساند".

اینکه نباید تجربه دیگران را تحت تاثیر منفی قرار دهیم، یک اخلاق انسانی بنیادین و بدیهی است. در کوهستان و هنگام صعود، این امر مستلزم احترام به سبک محلی صعود است. نمونه‌های عینی از آسیب به جامعه محلی، ایجاد مسیرهای ورزشی در مناطقی است که روش‌های "ابزارگذاری"^۴ در آنها هنجار است، استفاده از میانی‌های ثابت (مانند رول کوبی) در جایی که فقط حمایت نرم مرسوم است، یا ایجاد زیرساخت‌ها در مناطق بکر که به طور سنتی وحشی نگه داشته شده‌اند.

تجربه مستقیم انسانی کمتر ملموس اما به همان اندازه مهم است. برای مثال، مسیرهای محبوب، که اغلب می‌توانند شلوغ باشند، از آداب ساده‌ای مانند اجازه عبور به گروه‌های سریع‌تر در کوهستان، حفظ سکوت مناطق آرام در صخره‌ها و جمع‌آوری به موقع تجهیزات از صعودها بهره‌مند خواهند شد و به این ترتیب به افراد بیشتری امکان مشارکت در این فعالیت را می‌دهند. به طور خلاصه، ما به عنوان کوه‌نورد و صخره‌نورد، محدودیت‌های آزادی خود را در رابطه با دیگران تشخیص می‌دهیم.

- ما با صعودهای دیگران با احترام رفتار می‌کنیم و از اظهار نظرهای منفی خودداری می‌کنیم.
- ما بیش از حد لازم مانع یا مزاحم دیگران نمی‌شویم.
- ما اجازه می‌دهیم گروه‌های سریع‌تر، عبور کنند.
- کوه‌نوردان صعودکننده، در صورت ایمن بودن، باید حق تقدم بر افراد فرود رونده داشته باشند.
- جوامع محلی کوه‌نوردی باید در نحوه برخورد با صعودها، اولویت داشته باشند. ما با تراشیدن یا افزودن گیره، سنگ را خراب نخواهیم کرد.
- هنگام پیشنهاد نام برای یک مسیر، یک قله یا سایر بخش‌های کوه، ملاحظه‌کار هستیم: با جوامع محلی مشورت می‌کنیم و به آداب و رسوم محلی و قوانین موجود احترام می‌گذاریم تا اطمینان حاصل کنیم که نام پیشنهادی توهین‌آمیز نیست.

^۴ ترد

توازن بین ریسک، موفقیت و شکست

فصل ۴

"ما قبل از پذیرش ریسک، تاثیر آن بر دیگران را در نظر می‌گیریم."

ریسک، جزء جدایی‌ناپذیر هر فعالیت در فضای باز است و ما ضرورت تامل در این موضوع را درک می‌کنیم. این امر نه تنها برای حفظ ایمنی خود، بلکه به منظور محافظت از سایر افرادی که ممکن است تحت تاثیر اقدامات ما در دامنه‌ها و کوه‌ها قرار گیرند، ضروری است.

ما باید برای ریسک‌های قابل پیش‌بینی آماده باشیم و پیش از عزیمت به کوهستان، احتمال وقوع آن‌ها را ارزیابی کنیم. اگرچه انجام ارزیابی رسمی ریسک مطابق با دستورالعمل‌های ملی یا بین‌المللی در هر بار صعود، عملی نیست، اما می‌توان اصول ارزیابی ریسک را به صورت غیررسمی به کار گرفت. این ارزیابی شامل شناسایی خطرات، پیامدهای احتمالی، افراد در معرض خطر، میزان احتمال وقوع، پیامدهای ناشی از آن، اقدامات ایمنی یا کنترلی و در نهایت، راهکارهای کاهش این عوامل است. همچنین باید نسبت به تاثیر اقدامات خود بر دیگران در ابعاد گسترده‌تر آگاه باشیم؛ چه این افراد هم‌طناب ما باشند، چه دیگر کوه‌نوردان در مجاورت، نیروهای امداد و نجات و مهم‌تر از همه، اعضای خانواده و دوستانمان.

ما می‌پذیریم که هنگام صعود و حضور در کوهستان، خطر همواره وجود دارد و در برخی شرایط، احتمال آسیب یا حتی مرگ غیرقابل انکار است.

پیش از صعود و در حین حضور در کوهستان، هم خطرات ذهنی و هم خطرات عینی را ارزیابی می‌کنیم.

ما متعهدیم که تا حد امکان، از به خطر انداختن دیگران خودداری کرده و آنان را از مخاطرات احتمالی آگاه سازیم.

توازن بین ریسک، موفقیت و شکست

فصل ۵

"ما به دیگران در مواقع نیاز کمک می‌کنیم، حتی به قیمت اهداف خودمان".

در یک دنیای ایده‌آل، کوهنوردان تا جایی که شرایط ایمن باشد، به افرادی که در کوهستان یا سایر محیط‌های صعود دچار مشکل یا آسیب شده‌اند، کمک می‌کنند.

همچنین لازم است سناریوهای مختلفی را که ممکن است با افراد نیازمند کمک در کوهستان مواجه شویم، از پیش در نظر بگیریم. در چنین شرایطی، اولویت اصلی ارائه هرگونه کمک ممکن است و اهداف شخصی ما در درجه‌ای پایین‌تر از کمک‌رسانی قرار می‌گیرد.

باید برای تمامی احتمالات آماده باشیم:

- همواره تلاش می‌کنیم در صورت مشاهده افراد در شرایط اضطراری، به آن‌ها کمک کنیم.
- در هر حادثه کوهستانی، ابتدا ایمنی خود را تضمین کرده و سپس برای کمک به آسیب‌دیدگان اقدام می‌کنیم. همچنین اطمینان حاصل می‌کنیم که افراد آسیب‌دیده از خطرات عینی در امان باشند.
- در صورت نیاز، به سرعت نیروهای امداد و نجات را مطلع می‌کنیم.
- برخورد با چنین رویدادهایی نباید با هیجان‌زدگی همراه باشد، بلکه باید با احترام و در چارچوب هنجارهای فرهنگی به آن‌ها پرداخته شود. رویارویی با پیکر فردی که جان باخته است، می‌تواند بسیار ناراحت‌کننده باشد. از این رو، باید با حساسیت و عقلانیت به این موقعیت‌ها واکنش نشان داد.
- در صورت نیاز، هرگونه کمک ممکن را به ساکنان محلی ارائه می‌دهیم. در بسیاری از موارد، پزشک اکسپدیشن در جایگاهی قرار دارد که می‌تواند اقداماتی حیاتی برای نجات فردی که به شدت بیمار است، انجام دهد.

حقوق و مسئولیت‌ها

فصل ۶

"ما به محیط کوهستانی طبیعی و انسانی احترام می‌گذاریم".

زیستگاه‌های مرتفع نه تنها ماوای گونه‌های گیاهی، قارچی و جانوری بومی هستند، بلکه نقش حیاتی به عنوان پناهگاهی برای گونه‌های ساکن ارتفاعات پایین‌تر که در اثر تغییرات اقلیمی و فشارهای انسانی در معرض تهدید قرار دارند، ایفا می‌کنند. کوه‌ها و مناطق صخره‌نوردی همچنین میزبان پدیده‌ای هستند که امروزه به‌طور فزاینده‌ای به‌عنوان "تنوع جغرافیایی" شناخته می‌شود؛ مفهومی که شامل تنوع غنی سنگ‌ها، مواد معدنی، فسیل‌ها، اشکال زمین؛ رسوبات، خاک‌ها و فرآیندهای طبیعی مؤثر در تشکیل آن‌ها است.

صعود و کوه‌نوردی می‌تواند تأثیرات قابل‌توجهی بر تنوع زیستی و تنوع جغرافیایی داشته باشد. این تأثیرات شامل تغییر در پوشش گیاهی طبیعی، کاهش تنوع و دامنه گونه‌های جانوری، فرسایش خاک و کاهش کیفیت و استحکام سنگ‌ها و در نهایت تأثیر بر جذابیت بصری و ارزش اکولوژیکی مناظر کوهستانی است. این مسائل نه تنها موجب کاهش زیبایی و ارزش فرهنگی کوهستان می‌شود، بلکه عملکرد اساسی اکوسیستم‌های کوهستانی را نیز به خطر می‌اندازد.

نمونه‌هایی از تأثیرات منفی فعالیت‌های صعود و کوه‌نوردی بر طبیعت (تنوع زیستی و تنوع جغرافیایی) عبارتند از:

- استفاده بیش از حد از مناطق حساس
- تغییر، تخریب یا ایجاد خراش بر روی صخره‌ها و دیواره‌های سنگی از طریق رول کوبی، استفاده از میانی‌های ثابت و پودر سنگ‌نوردی
- ایجاد زیرساخت‌هایی برای تسهیل دسترسی و صعود، مانند ویا فراتا، نردبان یا رکاب‌های ثابت
- زیاده‌های انسانی و آلودگی، به‌ویژه در صعودهای اکسپدیشن و کوه‌نوردی در مناطق دورافتاده و مرتفع

سفر و کمپینگ

- هنگام پیاده‌روی یا کمپینگ، تلاش می‌کنیم که مناظر، مسیرها و محیط‌های طبیعی را دست‌نخورده و بکر حفظ کنیم.
- از سوزاندن چوب برای پخت‌وپز و گرمایش خودداری کرده و برای باربران در اکسپدیشن‌ها سوخت مناسب فراهم می‌کنیم. تامین غذا برای افراد بیشتر، به کاهش انتشار کربن کمک می‌کند.
- از برپایی کمپ در نزدیکی لانه‌های حیوانات خودداری کرده و حداقل ۳۰ متر از منابع آبی فاصله می‌گیریم. در صورت اقامت طولانی‌مدت، کمپ را هر چند روز یک‌بار جابه‌جا می‌کنیم.
- تا حد امکان سکوت را رعایت کرده و از ایجاد سروصدا، مانند پخش موسیقی یا فریاد زدن، پرهیز می‌کنیم، زیرا این موارد موجب اختلال در زیست طبیعی حیات وحش می‌شود.

مدیریت پسماند

- همواره تلاش می‌کنیم تولید زباله را به حداقل برسانیم و در صورت امکان، زباله‌های خود (از جمله فضولات انسانی) را برای دفع مناسب به مکان‌های تعیین‌شده بازگردانیم.
- با اجتناب از بسته‌بندی‌های غیرضروری، میزان زباله را کاهش می‌دهیم.
- تمامی زباله‌ها، حتی مواد آلی که می‌توانند مناظر طبیعی را آلوده کرده و برای حیات وحش مضر باشند را، از بین می‌بریم.

حفاظت از منابع آب

- از هرگونه آلودگی منابع آبی پرهیز کرده و از شست‌وشو یا شنا در دریاچه‌ها، برکه‌ها یا رودخانه‌های حساس خودداری می‌کنیم.
- زباله‌های یافت‌شده در نزدیکی منابع آبی، به‌ویژه زباله‌های خطرناک مانند باتری‌ها را، جمع‌آوری و به‌طور مناسب دفع می‌کنیم.

گیاهان، قارچ‌ها و جانوران

- ما به حیات وحش و زیستگاه‌های طبیعی آن احترام گذاشته و از تماس مستقیم با آنها خودداری می‌کنیم.
- از غذا دادن یا لمس کردن حیوانات وحشی پرهیز می‌کنیم، زیرا این کار می‌تواند رفتار طبیعی و رژیم غذایی آنها را تغییر دهد.

- تنها در صورتی اقدام به برداشت میوه یا دانه می‌کنیم که این کار موجب اختلال در زنجیره غذایی یا اکوسیستم محلی نشود.
- باید به این نکته توجه داشته باشیم که حیوانات خانگی جزو حیات وحش محسوب نمی‌شوند و ممکن است با انتقال بیماری‌ها یا ایجاد مزاحمت، حیات وحش را تهدید کنند.
- هنگام بازدید از یک منطقه صخره‌نوردی، پیش از پاک‌سازی مسیر (از جمله حذف گل‌سنگ، خزه، گیاهان یا بوته‌ها)، با جوامع محلی مشورت می‌کنیم، زیرا آنها معمولاً نسبت به وجود گونه‌های بومی یا نادر آگاهی دارند. در صورت لزوم، تنها به میزان ضروری برای ایجاد مسیر، پوشش گیاهی را حذف می‌کنیم.
- در هنگام صعود، میزان استفاده از پودر سنگ‌نوردی را به حداقل می‌رسانیم، زیرا پودر اضافی می‌تواند تعادل pH و ترکیب مواد مغذی سنگ‌ها را تغییر داده و بر جانوران و گیاهان تاثیر منفی بگذارد.

مقررات زیست‌محیطی محلی

- نظارت بر مسائل زیست‌محیطی در مناطق دورافتاده دشوار است، از این رو، ما از پروژه‌های زیست‌محیطی محلی حمایت کرده و در حفظ این محیط‌های طبیعی آسیب‌پذیر نقش ایفا می‌کنیم.
- هنگام سفر به این مناطق، با گزارش مشکلات زیست‌محیطی به مقامات مسئول، در جلوگیری از تخریب طبیعت سهیم می‌شویم.

فدراسیون کوه‌نوردی و صعودهای ورزشی
جمهوری اسلامی ایران

"ما تغییرات آب و هوایی را تشخیص می‌دهیم و به دنبال کاهش تاثیر خود هستیم".

تاثیر تغییرات آب و هوایی بر کوهستان‌ها

افزایش دما یکی از عوامل کلیدی تغییرات سریع آب‌وهوایی است. این روند موجب افزایش سطح انجماد در کوهستان‌ها شده و پدیده‌هایی همچون ذوب یخچال‌های طبیعی، ذوب شدن پرمافروست⁶، کاهش پوشش برف و تغییر در مدت زمان فصل‌های سال را به دنبال دارد. در نتیجه، مسیرهای صعود نیز به دلیل این تغییرات سریع و افزایش دما دچار دگرگونی می‌شوند.

تاثیرات این پدیده شامل افزایش خطر رانش زمین، وقوع بهمن و تغییر الگوهای آب‌وهوایی است. افزون بر این، تغییرات آب‌وهوایی تاثیرات عمیقی بر اکوسیستم‌ها، سبک زندگی جوامع محلی، هویت‌های فرهنگی، ارزش‌ها و میراث طبیعی و انسانی دارد.

عوامل تاثیرگذار بر تغییرات آب‌وهوایی ناشی از کوه‌نوردی

فعالیت‌های مرتبط با صعود و کوه‌نوردی عمدتاً از طریق انتشار گازهای گلخانه‌ای، به‌ویژه در بخش حمل‌ونقل (مانند سفر به مقاصد کوهستانی) بر تغییرات آب‌وهوایی تاثیر می‌گذارند. علاوه بر این، استفاده از انرژی مبتنی بر سوخت‌های فسیلی در تولید و حمل‌ونقل تجهیزات و پوشاک فنی کوه‌نوردی نیز ارتباط غیرمستقیمی با این مسئله دارد.

اقدامات ما برای کاهش اثرات زیست‌محیطی

در هنگام سفر به مناطق کوهستانی یا صعود، کم‌ترین گزینه‌ها را انتخاب می‌کنیم. استفاده از حمل‌ونقل عمومی، اشتراک خودرو، رانندگی با وسایل نقلیه الکتریکی و اجتناب از سفر هوایی در صورت امکان، از جمله روش‌های کاهش انتشار گازهای گلخانه‌ای است.

- در صورت لزوم، انتشار گازهای گلخانه‌ای خود را از طریق طرح‌های معتبر جبران می‌کنیم.

⁶ Permafrost

- تجهیزات و پوشاک خود را تا حد امکان بازیافت کرده و از کالاهای پایدار و تولیدشده با استانداردهای زیست‌محیطی حمایت می‌کنیم.
- از مصرف ظروف پلاستیکی و بسته‌بندی‌های یک‌بارمصرف پرهیز کرده و به‌جای آن از فیلترها یا تصفیه‌کننده‌های آب استفاده می‌کنیم.
- در ابتکارات محلی که با هدف کاهش انتشار گازهای گلخانه‌ای اجرا می‌شوند، مشارکت می‌کنیم.
- از پروژه‌های محلی مرتبط با حفاظت از گیاهان، جانوران و جنگل‌کاری مجدد حمایت می‌کنیم.
- به‌عنوان کوه‌نورد، می‌توانیم با ارائه اطلاعات علمی و تجربی، از تحقیقات مرتبط با تغییرات آب‌وهوایی حمایت کنیم و تاثیر این تغییرات بر عملکرد خود هنگام صعود یا پیاده‌روی را مستندسازی کنیم.
- آگاهی‌بخشی درباره این مسائل و تشویق به اقدامات سریع برای مقابله با تغییرات آب‌وهوایی را در اولویت قرار می‌دهیم.
- همواره اطلاعات خود را به‌روز نگه داشته و از طرح‌های مرتبط با احیا و ترمیم اکوسیستم‌های کوهستانی در سطح شخصی، باشگاهی یا از طریق فدراسیون‌های کوه‌نوردی حمایت می‌کنیم.

فدراسیون کوه‌نوردی و صعودهای ورزشی
جمهوری اسلامی ایران

ما از مقررات محلی پیروی می‌کنیم و به جوامع و فرهنگ‌های محلی احترام می‌گذاریم.

رعایت قوانین و مقررات کشور یا منطقه‌ای که به آن سفر می‌کنیم، چه قوانین مکتوب و چه قوانین عرفی، از اهمیت بالایی برخوردار است. هرگونه تخلف نه تنها می‌تواند بر تجربه شخصی ما تاثیر منفی بگذارد، بلکه می‌تواند بر آینده بازدیدهای سایر کوه‌نوردان و روابط بین کشورها و سازمان‌های مرتبط نیز اثرگذار باشد. به‌عنوان مهمان در فرهنگ‌های مختلف، همواره باید با ادب، احترام و خویشتن‌داری با میزبانان خود رفتار کنیم.

- ما به تمامی مقررات صعود که از سوی کشور یا منطقه میزبان وضع شده‌اند، پایبند هستیم و قوانین محلی را، حتی اگر برای ما غیرمنطقی به نظر برسند، رعایت می‌کنیم.
- ما به کوه‌های مقدس و سایر اماکن مذهبی یا فرهنگی حساس احترام می‌گذاریم و از هرگونه اقدام یا رفتاری که ممکن است موجب توهین به احساسات فرهنگی و مذهبی میزبانان شود، پرهیز می‌کنیم.
- ما تلاش می‌کنیم به توسعه اقتصاد و حمایت از جوامع محلی کمک کنیم. در همین راستا، در صورت امکان از محصولات منطقه‌ای خرید کرده و از خدمات محلی بهره می‌بریم.
- ما از رفتار و شرایط کاری منصفانه برای نیروهای کار محلی که معیشتشان ممکن است به صعود و کوه‌نوردی وابسته باشد، حمایت می‌کنیم.
- ما با مردم کشور میزبان با مهربانی و احترام رفتار می‌کنیم و متقابلاً همین رفتار را نسبت به بازدیدکنندگانی که به کشور یا منطقه ما سفر می‌کنند، به کار می‌بندیم.
- ما به آداب و رسوم محلی، حقوق فرهنگی و قانونی مالکان زمین احترام می‌گذاریم و همچنین نسبت به سایر بازدیدکنندگانی که علایق متفاوتی از کوه‌نوردی و صعود دارند، توجه و احترام نشان می‌دهیم.
- ما به سنت‌ها و شیوه‌های اقتصادی، فرهنگی و مذهبی جوامع محلی که به کوه‌ها وابسته هستند، از جمله دامداری، کشاورزی و سایر فعالیت‌های معیشتی، احترام می‌گذاریم.

ما از حق دسترسی به طبیعت وحشی با مسئولیت‌پذیری حمایت می‌کنیم.

اتحادیه بین‌المللی انجمن‌های کوه‌نوردی UIAA متعهد است که فدراسیون‌های ملی را به حمایت از حقوق کوه‌نوردان و صخره‌نوردان در راستای حفظ و بهبود دسترسی به مناطق کوهستانی و بکر تشویق کند.

تجربه صعود و بهره‌گیری از محیط‌های طبیعی برای تقویت روح انسان ضروری است. دسترسی آزاد به مناطق کوهستانی وحشی یکی از بزرگ‌ترین لذت‌های زندگی است. بیشتر موانع در این مسیر فیزیکی و جغرافیایی هستند، اما در برخی موارد، موانع سیاسی نیز وجود دارند.

در برخی کشورها، "حق تردد" به صورت قانونی تضمین شده و کوه‌نوردان از امکان دسترسی آزاد به مناطق کوهستانی برخوردارند. با این حال، حتی در مناطقی که سنت دیرینه‌ای از کوه‌نوردی وجود دارد، منافع کوه‌نوردان ممکن است با منافع مالکان زمین، سازمان‌های حفاظت از محیط زیست، پارک‌های ملی، صنایع و گاهی دولت‌ها در تضاد باشد. برخی از مناطق محبوب کوه‌نوردی و صخره‌نوردی نیز نیاز به دریافت مجوز و اجازه دارند.

- ما بر این باوریم که آزادی دسترسی مسئولانه و پایدار به کوه‌ها و صخره‌ها یک حق اساسی است.
- ما به محدودیت‌ها و مقررات دسترسی که با همکاری سازمان‌های حفاظت از طبیعت و سایر نهادهای ذی‌ربط تعیین شده‌اند، احترام می‌گذاریم. در این راستا، انعطاف‌پذیری، گفتگو و همکاری میان ذی‌نفعان امری ضروری است. باید برای یافتن راه‌حلی که رضایت همه طرف‌ها را در بر داشته باشد، مذاکره کنیم.
- ما با دقت پیامدهای گسترده‌تر افزایش محبوبیت مناطق کوه‌نوردی را بررسی می‌کنیم، زیرا افزایش تعداد بازدیدکنندگان می‌تواند منجر به مشکلات دسترسی و تخریب محیط زیست شود.
- ما با انتشار و اشتراک‌گذاری مقررات مرتبط، به اجرای صحیح آن‌ها کمک می‌کنیم.

منبع: بیانیه UIAA [سند کامل بیانیه UIAA](#) [صفحه وب سایت](#)

برگردان: کمیته تحقیق و پژوهش فدراسیون کوه‌نوردی و صعودهای ورزشی