

BEZPIECZNA WODA

Zbliża się okres wakacyjny, a z nim wypoczynek nad wodą. Jak co roku monieccy policjanci będą czuwali w tym okresie nad bezpieczeństwem osób wypoczywających nad wodą. Funkcjonariusze apelują o rozagę i ostrożność podczas spędzania wolnego czasu nad wodą. Pamiętajmy, że alkohol, brawura i brak wyobraźni - to najczęstsze przyczyny tragedii.

Aby zapobiec wypadkom nad wodą pamiętajmy o zachowaniu podstawowych zasad bezpieczeństwa w czasie wypoczynku. **bezpieczna** kąpiel, to kąpiel w miejscu do tego przeznaczonym, które jest odpowiednio oznakowane i w którym nad bezpieczeństwem czuwa ratownik. "Dziki kąpieliska" zawsze mają nieznane dno i głębokość, a **woda** w nich może być skażona. Nie zapominajmy również o tym, aby:

- staraj się nie pływać sam - możesz poprosić kogoś, aby Cię obserwował w trakcie pływania,
- nie wchodź do wody wbrew zakazowi ratownika oraz w czasie, w którym wywieszona jest **flaga czerwona**,
- nie wchodzić do wody po spożyciu alkoholu - najczęściej toną osoby pijane;
- nie kąpać się zaraz po jedzeniu - powinno się odczekać przynajmniej godzinę;
- nie wchodzić do wody zaraz po opalaniu się na słońcu - może to grozić szokiem termicznym lub utratą przytomności;
- po wejściu do wody wpięrow schłodzić okolice serca, karku oraz twarzy;
- nad bezpieczeństwem kąpiących się dzieci zawsze czuwał ktoś dorosły;
- nie próbować przepływać jeziora czy wypływać na otwarty akwen bez asekuracji;
- nie skakać do wody z dużej wysokości - takie skoki są niebezpieczne i mogą grozić urazem głowy oraz kręgosłupa;
- dzieci i osoby dorosłe, które korzystają ze sprzętów pływających miały na sobie założony kapok;
- podczas skurczu mięśni nie wpadać w panikę. Kiedy coś takiego nam się przydarzy starajmy się wezwać pomoc, jeśli jest ktoś w pobliżu. Jeśli nie ma nikogo takiego, należy położyć się na plecach, spokojnie oddychać, zgiąć stopę w stawie skokowym i mocno przyciągając ją do siebie wyprostować nogę w kolanie i starać się dopłynąć powoli do brzegu.
- podczas korzystania z różnego rodzaju sprzętów wodnych: łódek, kajaków, rowerów wodnych itp. pamiętajcie, że każdy powinien mieć na sobie kamizelkę ratunkową. W razie wpadnięcia do wody pomoże ona utrzymać się na powierzchni. To dotyczy także dorosłych, niech nie będą tacy odważni. Kamizelki są dla wszystkich, ponieważ z wodą nie ma żartów! (**WAŻNE!!! Ilość środków ratunkowych np. kapoków musi równać się ilości osób znajdujących się na jednostce pływającej**).

PAMIĘTAJ! NIGDY NIE ZOSTAWIAJ DZIECI BEZ OPIEKI,

- bezpieczeństwo kąpiących, zwłaszcza dzieci, zwiększą dostępne pomoce typu: skrzydełka pływackie, koła nadmuchiwane itp.
- w trakcie kąpieli nie krzycz, nie wzywaj pomocy, jeśli faktycznie nie jest Ci ona potrzebna,
- nie biegaj po pomostach - możesz potrącić znajdujące się tam osoby,
- nie wrzucaj do wody śmieci, szkła,
- nie niszczyć urządzeń i sprzętu kąpieliska, a zwłaszcza sprzętu ratunkowego oraz znaków ostrzegających o niebezpieczeństwie,
- **zwracaj uwagę na innych kąpiących się - ktoś może potrzebować Twojej pomocy.**
- **jeśli zauważysz przypadek tonięcia lub wypadek nad wodą natychmiast wezwij pomoc - powiadom Ratownika WOPR,**
- stale doskonal swoje umiejętności pływackie.

- najlepsze do pływania, kąpeli są miejsca odpowiednio zorganizowane i oznakowane – kąpieliska strzeżone przez służby ratownicze Wodnego Ochotniczego Pogotowia Ratunkowego,
- zapoznaj się i przestrzegaj zasad regulaminu kąpieliska, na którym się znajdujesz,
- zawsze stosuj się do zaleceń ratowników WOPR, którzy pełnią dyżur na kąpielisku,
- pływając nie oddalaj się od wyznaczonego, strzeżonego miejsca na kąpielisku: jeżeli jesteś początkującym pływakiem – pływaj tylko w strefie kąpieliska ograniczonej **żółtymi bojami**. **Czerwone boje** wyznaczają strefę kąpieliska, z której mogą korzystać dobrzy pływacy,
- pływając o obrębie kąpieliska, wzdłuż brzegu, jesteś stale obserwowany i zawsze możesz liczyć na pomoc ratownika,

Tylko przestrzegając tych podstawowych zasad możemy sprawić aby nasz wypoczynek nad wodą był bezpieczny i zakończył się szczęśliwie.

INFORMACJA DLA ŻEGLARZY I WĘDKARZY

PAMIĘTAJcie, że na łodzi przeznaczonej do uprawiania sportu i rekreacji (czyli także wędkarskiej), która ma długość powyżej 3,5 m, oprócz kapoków i rzutki ratunkowej (lub koła ratunkowego), powinny znajdować się również odboje, bosak i apteczka, a jeżeli łódź napędzana jest silnikiem spalinowym - to bez względu na jej długość, także 2-kilogramowa gaśnica proszkowa. Mówi o tym rozporządzenie Ministra Infrastruktury z 5 listopada 2010 r. (Dz. U. nr 216 poz. 1423) w sprawie wymagań technicznych i wyposażenia statków żeglugi śródlądowej oraz upoważniania podmiotów do wykonywania przeglądów technicznych statków. Za nieprzestrzeganie niniejszych wymogów monieccy funkcjonariusze będą stosować sankcje karne.



Ocena: 0/5 (0)

[Tweetnij](#)