

Strona znajduje się w archiwum.

WAKACJE 2011 - BEZPIECZEŃSTWO NAD WODĄ

Okres wakacyjny oraz wysokie temperatury sprzyjają wypoczynkowi nad wodą. Jeżeli zachowujemy podstawowe zasady bezpieczeństwa ustrzeżemy siebie i innych przed niebezpieczeństwem.



Każdy zbiornik wodny, nawet ten z pozoru spokojny kryje w sobie wiele pułapek, zanim do niego wejdziemy pomyślmy nad bezpieczeństwem swoim i innych.

Korzystajmy z kąpielisk strzeżonych, odpowiednio oznakowanych i zabezpieczonych przez służby WOPR – Wodne Ochotnicze Pogotowie Ratunkowe.

Na kąpielisku strzeżonym osoby początkujące w pływaniu powinny przebywać w strefie kąpieliska oznaczonej żółtymi bojami. Czerwone boje wyznaczają miejsce do pływania dla osób dobrze pływających

W trakcie zabaw w wodzie zwróćmy uwagę na osoby kąpiące się obok, gdyż mogą potrzebować pomocy. Jeżeli zauważymy taką osobę, natychmiast głośno krzycz, wezwij na pomoc ratownika bądź osobę dorosłą.

Większość utonień i podtopień wynika z tego, lekceważymy przepisy dot. bezpiecznej kąpeli, a przede wszystkim kąpiemy się w miejscach niestrzeżonych i niebezpiecznych.

Zasady, które mogą nam pomóc w bezpiecznym spędzeniu czasu nad wodą:

- Kąp się tylko w miejscach wyznaczonych do tego i w obecności ratownika.
- Czytaj wszystkie instrukcje dotyczące kąpania się i korzystania ze sprzętu znajdującego się na kąpielisku.
- Sprawdzaj czy sprzęt wody jest w pełni sprawny. Zawsze używaj kamizelek ratunkowych.
- Biała flaga wywieszona na kąpielisku oznacza – można się kąpać.
- Czerwona flaga wywieszona na kąpielisku oznacza – zakaz kąpeli.
- Nie wchodź do wody zaraz po opalaniu się, to może grozić szokiem termicznym lub utratą przytomności.
- Wchodź do wody stopniowo, najpierw schładzając okolice serca, szyi, karku i twarzy.
- Jeżeli nie znasz głębokości wody nie skacz na główkę, taki skok może spowodować uraz kręgosłupa i stałe kalectwo, w najgorszym razie śmierć.

- Nie wchodzić do wody będąc pod wpływem alkoholu lub innych środków odurzających. Najczęściej toną osoby nietrzeźwe.
- Wchodzić do wody zawsze w towarzystwie innych osób. Nie kąpać się sam.
- Nie utrudniać kąpeli innym, nie popychać i nie podtapiać dla żartu. Bezpieczeństwo kąpiących się zależy również od Ciebie.
- Nie wypływajmy na otwartą wodę.
- Nie wchodzimy do wody od razu po jedzeniu.
- Rodzice zawsze powinni czuwać nad kąpiącym się dzieckiem.
- Nie podnosić fałszywych alarmów.

Woda to jeden z żywiołów natury, korzystając z jej dobrodziejstwa należy zachować ostrożność i zdrowy rozsądek. Zadbajmy sami o swoje bezpieczeństwo.

Ocena: 0/5 (0)

[Tweetnij](#)