

KOMENDA POWIATOWA POLICJI W ZDUŃSKIEJ WOLI

Źródło: <http://zdunska-wola.policja.gov.pl/?serwis=ezd&dzial=informacje&id=16502&drukuj=html>

Wygenerowano: Niedziela, 20 sierpnia 2017, 17:07

PRZED NAMI DŁUGI WEEKEND SIERPNIOWY - POLICJA APELUJE O OSTROŻNOŚĆ I ROZSADEK

Przed nami długi weekend sierpniowy podczas którego zapowiadane są przez meteorologów upalne dni. Wielu z nas wybiera się na wypoczynek nad wodą, jednakże często ignoruje zasady bezpieczeństwa, których nieprzestrzeganie może prowadzić do tragedii. Od początku wakacji, czyli od 24 czerwca br., w całej Polsce utonąło aż 135 osób. Policjanci po raz kolejny apelują o rozsądek, ostrożność i przestrzeganie zasad bezpieczeństwa nad wodą. Apelują również do wszystkich pozostawiających w samochodzie dzieci lub zwierzęta. Nawet jeśli wydaje się nam, że załatwienie jakiejś sprawy zajmie niewiele czasu, podczas upałów nawet na chwilę nie pozostawiamy swoich podopiecznych samych w pojazdach. Przez brak rozważności może dojść do narażenia ludzkiego życia. Taka troska powinna dotyczyć także zwierząt.

Ciepłe dni sprzyjają wypoczynkowi nad wodą. Często korzystamy z kąpeli, czy też sprzętu pływającego. Aby jednak ten wypoczynek był bezpieczny, musimy pamiętać, że bezpieczeństwo nasze i naszych dzieci w tych miejscach zależy w dużej mierze od nas samych. Przestrzegajmy więc podstawowych zasad, które powinny obowiązywać podczas wypoczynku nad wodą.

Pamiętajmy:

- Bezpieczna kąpiel, to kąpiel w miejscu do tego przeznaczonym, które jest odpowiednio oznakowane i w którym nad bezpieczeństwem czuwa ratownik. „Dzikie kąpieliska” zawsze mają nieznane dno i głębokość, a woda w nich może być skażona. Nie wolno pływać też na odcinkach szlaków żeglugowych oraz w pobliżu urządzeń i budowli wodnych.
- Przestrzegajmy regulaminu kąpieliska, na którym przebywamy. Stosujmy się do uwag i zaleceń ratownika.
- Nie pływajmy w wodzie o temperaturze poniżej 14 stopni (optymalna temperatura to 22-25 stopni).
- Nie pływajmy w czasie burzy, mgły (kiedy widoczność wynosi poniżej 50 metrów), gdy wieje porywisty wiatr.
- Nie skaczymy rozgrzani do wody. Przed wejściem do wody zmożmy nią klatkę piersiową, szyję, kark, krocze i nogi - unikniemy wstrząsu termicznego.
- Nie pływajmy w miejscach, gdzie jest dużo wodorostów lub wiemy, że występują zawirowania wody lub zimne prądy.
- Nie skaczymy do wody w miejscach nieznanach. Może to się skończyć poważnym urazem, kalectwem, a nawet śmiercią. Absolutnie zabronione są w takich miejscach skoki „na główkę”, dno naturalnego zbiornika może się zmienić w ciągu kilku dni.
- Pamiętajmy, że materac dmuchany nie służy do wypływania na głęboką wodę, podobnie jak nadmuchiwane koło.
- Nigdy nie wchodzimy do wody i nie pływajmy po spożyciu alkoholu.
- Nie przystępujemy do pływania na czczo - wzmożona przemiana materii osłabia nasz organizm.
- Nie pływajmy również bezpośrednio po posiłku - zimna woda może doprowadzić do bolesnego skurczu żołądka, co może nieść za sobą bardzo poważne konsekwencje.
- Nie przeceniajmy swoich umiejętności pływackich. Jeśli chcemy wybrać się na dłuższą trasę pływacką, pływamy asekurowani przez łódź lub przynajmniej w towarzystwie jeszcze jednej osoby. Na głowie powinniśmy mieć założony czepek aby być widocznym dla innych w wodzie. Można do tego celu użyć bojki na szelkach.
- Nie wypływajmy za daleko od brzegu po zapadnięciu zmroku. Pływanie po zachodzie słońca jest niebezpieczne.
- Dzieci powinny bawić się w wodzie tylko pod opieką dorosłych, dobrze żeby miały złożone na sobie dmuchane rękawki, które pomogą dziecku utrzymać się na wodzie.

- Zażywając kąpiele słonecznych zwracamy uwagę na osoby obok nas. Może się okazać, że ktoś będzie potrzebował naszej pomocy. Jeśli będziemy w stanie mu pomóc, to zrobimy to, ale w granicach swoich możliwości. Jeśli nie będziemy czuli się na siłach, to zaalarmujemy natychmiast inne osoby.
- Pływając żaglówkami, łódkami czy kajakami pamiętajmy o założeniu kapoka.
- Nie pływajmy żaglówkami, łódkami, czy kajakami będąc pod wpływem alkoholu, czy innych środków działających podobnie do alkoholu – za naruszenie tego zakazu grozi nam kara grzywny, a ponadto jest to niebezpieczne zarówno dla nas samych, jak i dla innych amatorów wodnych uroków.
- Wypływając na dłuższy rejs pamiętajmy, żeby wcześniej sprawdzić prognozę pogody.
- Przed wypłynięciem poinformujmy najbliższych lub znajomych dokąd, z kim i jakim sprzętem wypływamy oraz o przewidywanej porze powrotu.

Najczęstszymi przyczynami utonięć są:

- Brak umiejętności pływania.
- Brawura, przecenianie swoich sił i umiejętności pływackich.
- Pływanie w stanie nietrzeźwym. Alkohol powoduje zaburzenia zmysłu, równowagi i orientacji!
- Niedocenianie niebezpieczeństwa w wodzie.
- Pływanie w miejscach zabronionych.
- Skoki "na główkę" do wody w nieznanym miejscu.
- Pływanie obok statków, barek i łodzi motorowych, w pobliżu śluz i zapór wodnych.
- Siadanie na rufie kajaku lub na burcie łodzi.
- Nieumiejętność postępowania w przypadku wywrócenia się kajaka lub łodzi.
- Lekomyślna zabawa polegająca na wrzucaniu innych do wody oraz zanurzaniu osób pływających.

Nie zapominajmy, że należy zadbać o porządek w miejscu, w którym odpoczywamy. Pamiętajmy, że podczas naszego urlopu złodzieje nie próżnują. Zwracamy uwagę na rzeczy osobiste, które zabieramy ze sobą na plażę.

Tylko przestrzegając tych podstawowych zasad możemy sprawić, aby nasz wypoczynek nad wodą był bezpieczny i zakończył się szczęśliwie. Pamiętajmy, że bezpieczna kąpiel zależy w głównej mierze od nas samych!

Wysokie temperatury w połączeniu z brakiem rozsądku i wyobraźni są bardzo niebezpieczne. Apelujemy, aby nie zostawiać w samochodzie, nawet na chwilę, dzieci i zwierząt. Przy upałach we wnętrzu pojazdu robi się swego rodzaju szklarnia, w której temperatura jest znacznie wyższa od tej na zewnątrz. Nie doprowadzajmy do takich niebezpiecznych sytuacji. Przez brak rozważności może dojść do narażenia życia.

Nie bądźmy obojętni. Gdy zauważymy, że jakaś osoba czy zwierzę znajduje się w sytuacji zagrażającej życiu lub zdrowiu, poinformujmy o wszystkim policję dzwoniąc pod numer tel. alarmowego 997 lub 112. Policjanci zwracają szczególną uwagę na takie sytuacje. Pamiętajmy też o tym, że jeśli funkcjonariusze stwierdzą, że dłuższe pozostawienie dziecka lub psa w aucie zagraża życiu, mają prawo użyć wszelkich środków umożliwiających podjęcie działań ratunkowych – włącznie z wybiciem szyby.

Wyjeżdżając w upalne dni na wypoczynek powinniśmy szczególnie zadbać o bezpieczeństwo w podróży. Poruszając się własnym środkiem transportu pamiętajmy o sprawdzeniu stanu technicznego pojazdu i usunięciu nawet najdrobniejszych usterek. W przypadku zagranicznych wojaży należy zadbać o wyposażenie wymagane w poszczególnych krajach (apteczki, kamizelki, zapasowe żarówki). Za kierownicę siadamy trzeźwi i wypoczęci. Podczas jazdy samochodem w długie trasy róbmy więcej przerw na regenerację niż zwykle.

Ocena: 0/5 (0)

[Tweetnij](#)