

## KWP: ZADBAJMY O BEZPIECZNY WYPOCZYNEK NAD WODĄ

Data publikacji 01.08.2017

**Za nami połowa wakacji. Sprzyjająca pogoda, wysokie temperatury i słońce sprawiają, że chętnie odpoczywamy nad wodą. Pamiętajmy jednak, że jezioro, czy rzeka to nie tylko relaks i odpoczynek ale także mnóstwo zagrożeń. To przede wszystkim tutaj liczy się pilna uwaga i przezorność wypoczywających. Przeniesienie własnych umiejętności podczas kąpieli i niedostateczna opieka nad dziećmi mogą być tragiczne w skutkach. Przy okazji letnich wycieczek i aktywnego wypoczynku - o tragedię nietrudno. Policja przypomina o podstawowych zasadach, które obowiązują podczas pobytu w rejonach zbiorników wodnych.**



Zasady bezpiecznej kąpieli:

1. Pamiętajmy o tym, że 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 wolno pływać też na odcinkach szlaków żeglugowych oraz w pobliżu urządzeń i budowli wodnych.
2. Przestrzegajmy regulaminu kąpieliska, na którym przebywamy. Stosujmy się do uwag i zaleceń ratownika.
3. Nie pływajmy w wodzie o temperaturze poniżej 14 stopni (optymalna temperatura to 22-25 stopni).
4. Nie pływajmy w czasie burzy, mgły (kiedy widoczność wynosi poniżej 50 metrów), gdy wieje porywisty wiatr.
5. Nie skaczmy rozgrzani do wody. Przed wejściem do wody ochlapmy nią klatkę piersiową, szyję, kark, krocze i nogi – unikniemy wstrząsu termicznego, którego nasz organizm bardzo nie lubi.
6. Nie pływajmy w miejscach, gdzie jest dużo wodorostów lub wiemy, że występują zawirowania wody lub zimne prądy.
7. Nie skaczmy 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.
8. Pamiętajmy, że materac dmuchany nie służy do wypływania na głęboką wodę, podobnie jak nadmuchiwane koło.
9. Nigdy nie wchodźmy do wody, nie pływajmy po spożyciu alkoholu.
10. Nie przystępujemy do pływania na czczo – wzmożona przemiana materii osłabia nasz organizm;

11. Nie pływajmy również bezpośrednio po posiłku – zimna woda może doprowadzić do bolesnego skurczu żołądka, co może ponieść za sobą bardzo poważne konsekwencje.

12. Nie przeceniajmy swoich umiejętności pływackich. Jeśli chcemy wybrać się na dłuższą trasę pływacką, płynmy 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.

13. Nie wypływajmy za daleko od brzegu po zapadnięciu zmroku. Pływanie po zachodzie słońca jest niebezpieczne.

14. 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.

15. Zażywając kąpeli słonecznych zwracajmy 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 zaalarmujmy natychmiast inne osoby.

16. Pływając żaglówkami, łódkami czy kajakami pamiętajmy o założeniu kapoka.

17. 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.

### **Przy tej okazji przypominamy!**

W tym roku podobnie jak w latach ubiegłych w Lublinie np. nad Zalewem Zemborzyckim funkcjonuje posterunek wodny. Policjanci będą nad lubelskim zbiornikiem do końca września br. Mundurowi pełnią tam służbę w godz. 8:00-20:30. Funkcjonariusze mają do dyspozycji łódkę, radiowóz, rowery oraz sprzęt ratowniczy. Dodatkowo ich działania nad zbiornikiem wodnym wspierają policyjne patrole rowerowe z Komendy Miejskiej Policji w Lublinie w godz. 10:00-18:00.

### **Statystyka**

W ubiegłym roku w ciągu dwóch wakacyjnych miesięcy w wodach województwa lubelskiego utonęło 9 osób. W lipcu bieżącego roku utonęło 4 osoby.

Ostatnie zdarzenie, do którego doszło w powiecie włodawskim miało miejsce w miniony weekend. 17-letni mieszkaniec pow. tomaszowskiego wraz z przyjaciółmi kąpał się w Jeziorze Białym w Okunince. Niestety żadna z osób nie potrafiła pływać. W pewnej chwili młodzieniec zaczął się topić. Pomimo podjętej akcji reanimacyjnej nie zdołano przywrócić mu funkcji życiowych. Prokurator zarządził sekcję zwłok.

R.L.R.