

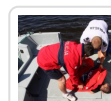
KPP AUGUSTÓW

<http://augustow.policja.gov.pl/po5/aktualnosci/481,By-wypoczynek-nad-woda-był-bezpieczny.html>
2019-10-18, 04:40

Strona znajduje się w archiwum.

BY WYPOCZYNEK NAD WODĄ BYŁ BEZPIECZNY

Zbliża się okres letniego wypoczynku. Ciepłe dni sprzyjają spędzaniu wolnego czasu nad wodą. By wpłynąć na zmniejszenie liczby nieszczęśliwych wypadków, augustowscy policjanci wzięli udział w ćwiczeniach i rozpoczęli kampanię informacyjną.



Podczas wakacji, w upalne dni wypoczywający często szukają ukojenia nad wodą. Niejednokrotnie zdarza się, że podczas letnich kąpiei zapominają o podstawowych zasadach bezpieczeństwa. Doświadczenia augustowskiej Policji w tym zakresie niestety pokazują, że mimo wielu porad i apeli, wśród kąpiących, są osoby nieodpowiedzialne, które ryzykują i kąpią się po spożyciu alkoholu. Funkcjonariusze pełniący służbę na akwenach, w ciągu sezonu letniego niemal każdego dnia podejmują także interwencje wobec osób przeceniających swoje możliwości pływackie. Dlatego już dziś na jeziorze Necko w Augustowie, policjanci pełniący służbę na akwenach doskonalili swoje umiejętności z zakresu ratownictwa wodnego i ćwiczyli podejmowanie osób tonących przy pomocy rzutki, koła ratunkowego i innych dostępnych środków ratowniczych. W zajęciach praktycznych wykorzystano także policyjną łódź motorową. W związku z rozpoczynającym się sezonem letnim mundurowi apelują o rozwagę podczas pobytu nad wodą i przypominają o podstawowych zasadach bezpieczeństwa:

Zasady bezpiecznej kąpiei:

1. Pływaj tylko w miejscach strzeżonych czyli tam gdzie jest ratownik WOPR.
2. Przestrzegaj regulaminu kąpieliska na którym przebywasz. Stosuj się do uwag i zaleceń ratownika.
3. Nie pływaj w wodzie o temperaturze poniżej 14 stopni (optymalna temperatura wynosi 22-25 stopni).
4. Nie skacz rozgrzany do wody. Przed wejściem do wody ochlap nią klatkę piersiową, szyję, krocze i nogi - unikniesz wstrząsu termicznego, którego nasz organizm bardzo nie lubi.
5. Nie skacz do wody w miejscach nieznanach. Może się to skończyć śmiercią lub kalectwem. Absolutnie zabronione są w takich miejscach skoki "na główkę".
6. Nie baw się w przytapianie innych osób korzystających z wody, spychanie do wody z pomostów, z materacy. Zabawy w wodzie powinny być dostosowane do Twoich umiejętności pływackich, wykluczające ryzyko i eskalację niebezpiecznych zachowań (brutalności, agresji, rywalizacji i wygłupów).
7. Pamiętaj, że materac dmuchany nie służy do wypływania na głęboką wodę, podobnie jak i nadmuchiwane koło.
8. Nigdy nie pływaj po spożyciu alkoholu.

9. Kąpiąc się na kąpieliskach zwracaj uwagę na osoby obok nas. Może się okazać, że ktoś będzie potrzebował Twojej pomocy. Jeżeli będziesz w stanie mu pomóc to uczyn to, ale w granicach swoich możliwości. Jeżeli nie będziesz się czuł na siłach to zawiadom inne osoby.

10. Nie pływaj również bezpośrednio po posiłku - zimna woda może doprowadzić do bolesnego skurczu żołądka, co może ponieść za sobą bardzo poważne konsekwencje.

Najczęstszymi przyczynami utonięć są:

1. Brawura i przecenianie swoich umiejętności pływackich.
2. Pływanie po spożyciu alkoholu, który powoduje zaburzenia zmysłu, równowagi i orientacji.
3. Pływanie w miejscach zabronionych.
4. Skoki "na główkę" do wody w nieznanym miejscu.
5. Pływanie obok statków, barek i łodzi motorowych, w pobliżu śluz i zapór wodnych.

***wykorzystując zawarte na stronie treści, zdjęcia lub filmy proszę powoływać się na źródło informacji - www.augustow.policja.gov.pl**

Ocena: 0/5 (0)

[Tweetnij](#)