



## APEL O ROZWAGĘ NAD WODĄ

Data publikacji 03.08.2015

**Trwają wakacje i sezon urlopowy, a aura sprawia, że chętniej wypoczywamy nad wodą. Apelujemy o rozwagę! Tylko w lipcu utonęło 126 osób! Tymczasem, by wypoczynek nie zmienił się w tragedię, wystarczy przestrzegać kilku prostych zasad i zabrać ze sobą nad wodę zdrowy rozsądek.**

Sprzyjająca pogoda, wysokie temperatury i słońce sprawiają, że właśnie nad wodą wypoczywamy najchętniej. Jednak jezioro czy morze to nie tylko relaks i odpoczynek, ale także mnóstwo zagrożeń. To przede wszystkim tutaj liczy się pilna uwaga i przezorność urlopowiczów. Przeniesienie własnych umiejętności podczas kąpeli 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 okolicach jezior.

1. Wybierając teren do wypoczynku nad wodą pamiętajmy o tym, by korzystać z miejsc do tego przeznaczonych (jeziora, stawy, zalewy, rzeki z wydzielonymi miejscami do kąpeli), najlepiej tam, gdzie nad bezpieczeństwem czuwają ratownicy wodni.
2. Przed kąpielą zapoznajmy się ze wszystkim znakami i instrukcjami dotyczącymi warunków przebywania w danym miejscu i zorientujemy się, gdzie znajduje się stanowisko ratownika oraz punkt pierwszej pomocy.
3. Dzieci powinny bawić się nad wodą tylko pod czujną opieką dorosłych. Gdy wchodzimy z dziećmi do wody zabezpieczmy je w specjalne rękawki bądź kamizelki - otoczmy je szczególną opieką!
4. Po dłuższym leżeniu na słońcu nie wchodzimy od razu do wody, najpierw stopniowo zmoczmy ciało. W ten sposób unikniemy szoku termicznego. Zadbajmy także o bezpieczeństwo „zdrowotne” - aby uniknąć tzw. wstrząsu termicznego w wodzie, zanurzajmy się stopniowo oraz nie kąpmy się bezpośrednio po dłuższym opalaniu.
5. Warto rozeznaczyć miejsce kąpeli i eksplorować je stopniowo - nie wolno wskakiwać do wody, której głębokości nie znamy lub gdy miejsce jest objęte zakazem skakania do wody. Nieznana głębokość i struktura dna może narazić nas na urazy, kalectwo a nawet śmierć - może zdarzyć się, że natrafimy na skaliste dno lub znaczną głębokość i skok do wody zakończy się urazem.
6. Materace zostawmy na brzegu - nie wypływajmy na nich na środek jeziora.
7. Pływając łódkami, kajakami i rowerami wodnymi pamiętajmy o założeniu kapoka.
8. Odpoczywając nad wodą pamiętajmy także o tym, że nie jesteśmy jedynymi użytkownikami kąpielisk. Niedopuszczalne jest popychanie czy wrzucanie osób stojących na kładkach lub pomostach do wody. Nie wolno również podtapiać innych pływających.
9. Nigdy nie wchodzimy do wody nawet po wypiciu najmniejszej ilości alkoholu.
10. Nie zapominajmy, że należy zadbać o porządek w miejscu, w którym odpoczywamy.
11. Pamiętajmy, że podczas naszego urlopu - złodzieje nie próżnują. Zwracajmy uwagę na rzeczy osobiste, które zabieramy ze sobą na plażę.

Działania Policji na rzecz bezpieczeństwa na wodach i terenach przywodnych realizowane są w partnerstwie międzyinstytucjonalnym, czego przykładem jest m.in. współpraca z organizacjami ratowniczymi, współpraca z Wodnym Ochotniczym Pogotowiem Ratunkowym realizowana na podstawie Porozumienia zawartego między Komendantem Głównym Policji a Prezesem Zarządu Głównego Wodnego Ochotniczego Pogotowia Ratunkowego w 2007 r.,

W ramach działań prewencyjnych na terenie całego kraju policjanci przeprowadzają kontrole miejsc wypoczynku. Policja na rzecz bezpieczeństwa na wodach i terenach przywodnych inicjuje i realizuje działania profilaktyczne, programy, akcje, kampanie.

Profilaktyka realizowana przez Policję na terenie całego kraju obejmuje działania edukacyjne, informacyjne i promocyjne w zakresie kształtowania pożądanych postaw dzieci i młodzieży, ale także dorosłych podczas przebywania na obszarach wodnych. Spotkania takie odbywają się zarówno w szkołach podczas lekcji, jak również podczas wydarzeń poprzedzających czas wakacji. Przykładowe akcje profilaktyczne realizowane przez Policję to m.in. :

„Bezpieczna woda” oraz „Bezpieczeństwo w turystyce” (KWP Kraków),

„Bezpieczne Wakacje 2015” (KWP Katowice),

„Plaża 2015” (KWP Białystok),

"Stop patologiom - Razem bezpieczniej" (KWP Rzeszów),

„Bezpieczny Akwen 2015” (KWP Bydgoszcz),

„Jestem bezpieczny” (KWP Lublin);

***Wypoczywając nad wodą dbajmy o bezpieczeństwo swoje i innych. W razie zagrożenia wezwijmy pomoc. Pamiętajmy o nr tel: 112 , 999, 997!!!***

(mw, ich)

Aby obejrzeć film włącz obsługę JavaScript w swojej przeglądarce.