

Policja apeluje o rozsądek podczas przebywania nad wodą

Piękna pogoda, wysokie temperatury oraz kilka dni czasu wolnego sprawiają, że bardzo chętnie odpoczywamy nad wodą. Policjanci w trosce o bezpieczeństwo przypominają o zachowaniu szczególnej ostrożności w rejonach rzek, stawów, basenów i kąpielisk. Pamiętajmy, że woda to żywioł, który może stanowić olbrzymie zagrożenie dla naszego życia i zdrowia.

Od początku roku na terenie całej Polski utonęło już 105 osób. Większości z tych wypadków można było uniknąć. Policja apeluje o rozwagę podczas wypoczynku i rekreacji nad wodą.

Jak pokazują dane statystyczne najczęstszą przyczyną utonięć nadal jest wchodzenie do wody pod wpływem alkoholu, który powoduje zaburzenia zmysłu, równowagi i orientacji. Nawet jedno wypite piwo może okazać się przyczyną ogromnej tragedii. Inne przyczyny utonięć, to brawura, brak rozwagi, niewłaściwa ocena własnych umiejętności, bądź po prostu ich brak, a także korzystanie z kąpielisk niestrzeżonych.

Pamiętajmy, że to my sami, w pierwszej kolejności, odpowiedzialni jesteśmy za swoje bezpieczeństwo i w największej mierze zależy ono od stosowania się do podstawowych zasad:

- ◆ pływaj tylko w miejscach strzeżonych, czyli tam, gdzie jest ratownik wodny, bardzo lekkomyślne jest pływanie w miejscach, gdzie kąpiel jest zakazana, informują o nich znaki i tablice ostrzegawcze, nie wolno też pływać na odcinkach szlaków żeglugowych oraz w pobliżu urządzeń i budowli wodnych;
- ◆ zapoznaj się i zawsze przestrzegaj regulaminu kąpieliska, na którym przebywasz oraz stosuj się do uwag i zaleceń ratownika;
- ◆ na kąpieliskach określone zostały strefy dla umiejących i nieumiejących pływać oraz brodziki w miejscach wykorzystywanych do kąpieli:
 - wydzielony brodzik dla dzieci, o głębokości wody do 40 cm – bojami (pławami) w kolorze białym,
 - strefy dla nieumiejących pływać, o głębokości wody nie większej niż 120 cm – bojami (pławami) w kolorze czerwonym,
 - strefy dla umiejących pływać, o głębokości wody do 4 m – bojami (pławami) w kolorze żółtym;
- ◆ nie skacz do wody w miejscach niewyznaczonych, gdyż może się to skończyć śmiercią lub kalectwem;
- ◆ nigdy nie pływaj po spożyciu alkoholu, nie wolno również łączyć alkoholu z uprawianiem sportów wodnych;
- ◆ kąpiąc się na kąpieliskach zwracaj uwagę na osoby obok nas, jeżeli ktoś będzie potrzebował pomocy, zawiadom właściwe służby oraz inne osoby;
- ◆ nie przeceniaj swoich umiejętności pływackich;
- ◆ nie wypływaj za daleko od brzegu po zapadnięciu zmroku, łatwo wtedy stracić orientację;
- ◆ należy szybko wyjść z wody, gdy odczuwasz zmęczenie lub doznałeś skurczu mięśni;
- ◆ PAMIĘTAJ! NIGDY NIE ZOSTAWIAJ DZIECI BEZ OPIEKI — będąc nad wodą z dziećmi, nie można pozostawiać ich bez nadzoru osób dorosłych, nawet jeśli jest to niewielki zbiornik wodny na własnej posesji;
- ◆ korzystając ze sprzętu pływającego np. roweru wodnego, kajaku pływają zawsze w zapiętej/zasznurowanej kamizelce asekuracyjnej (kapoku).

Zwiększymy także swoje bezpieczeństwo poprzez śledzenie aktualnych prognoz pogody, obserwowanie warunków w wodzie podczas żeglowania oraz poprzez stosowanie środków ratunkowych i asekuracyjnych np. kapoków.

Pamiętajmy o numerach alarmowych:

Ogólnoeuropejski numer alarmowy: **112**

WOPR – Wodne Ochotnicze Pogotowie Ratunkowe:

dla telefonów komórkowych: **601 100 100**

Planując wypoczynek w Polsce, zarówno nad wodą, jak i w górach zainstaluj bezpłatną aplikację „RATUNEK”. Jest to jedyna aplikacja zaaprobowana przez ochotnicze służby ratunkowe GOPR, TOPR, MOPR, WOPR i dołączona do oficjalnego systemu powiadamiana o zgłoszeniu wypadku.

Funkcje aplikacji Ratunek:

WEZWANIE POMOCY — łączy Cię ze zintegrowanym z aplikacją numerem ratunkowym w górach (TOPR, GOPR) lub nad wodą (WOPR, MOPR);

AUTOMATYCZNA LOKALIZACJA POTRZEBUJĄCEGO POMOCY — już w trakcie rozmowy z ratownikiem (w systemie Android) lub bezpośrednio po niej (w systemie Windows, iOS), służby ratunkowe otrzymują SMS z informacją o Twojej lokalizacji. Ratownicy wiedzą więc z dokładnością do 3 metrów, gdzie Ciebie szukać, nawet wtedy, gdy Ty sam nie wiesz, gdzie się znajdujesz;

KSIĄŻECZKA MEDYCZNA — przekazuje ratownikom wpisane przez Ciebie ważne informacje o stanie Twojego zdrowia, przydatne w sytuacji ratunkowej oraz kontakt do osoby, którą chcesz by powiadomili o wypadku.

Co dzięki aplikacji Ratunek zyskują ratownicy?

- ◆ szybko poznają lokalizację osoby wzywającej pomoc. Po wezwaniu mogą też sprawdzić, czy i jak poszkodowany się przemieszcza;
- ◆ informacje o stanie baterii w telefonie osoby wzywającej pomoc;
- ◆ możliwość zadzwonienia lub wysłania SMS-a do poszkodowanego;
- ◆ na żądanie dostęp do danych o stanie zdrowia poszkodowanego, zawartych w Książeczce Medycznej.

Woda to wspaniałe miejsce wypoczynku i rekreacji, z którego należy korzystać z zachowaniem podstawowych zasad bezpieczeństwa i rozsądkiem!

Inf. BP KGP