

Informacja

Strona znajduje się w archiwum.



## APEL O ROZWAGĘ NAD WODĄ

Data publikacji 18.06.2014

**W poniedziałek, 16 czerwca, w woj. kujawsko-pomorskim utonęło dwóch 14-latków. Wraz z kolegami wybrali się nad zbiornik wodny na terenie żwirowni. Troje z nich było na brzegu, gdy pozostała dwójka zaczęła się topić. Nastolatków nie udało się uratować. Policjanci alarmują: tylko od kwietnia utonęło aż 138 osób. Tymczasem, by wypoczynek nad wodą nie zmienił się w tragedię, wystarczy przestrzegać kilku prostych zasad i zabrać ze sobą nad wodę również zdrowy rozsądek.**

To nie pierwszy przypadek utonięcia w tym roku. Statystyki są zatrważające. Od 1 kwietnia do 26 czerwca utopiło się już 138 osób - w kwietniu woda pochłonęła 27 osób, w maju 55, a w czerwcu (od 1 do 26) utonęło już 56 osób. Policjanci apelują o rozwagę.

Do tragicznego w skutkach zdarzenia doszło niedawno w Bydgoszczy. Jak wynika z ustaleń policjantów, grupa pięciu młodych osób przebywała w okolicach rzeki Brdy w pobliżu hali sportowo-widowiskowej. W pewnym momencie jeden z młodych ludzi - 25-latek - postanowił się wykapać i został porwany przez nurt wody. Koledzy początkowo na własną rękę próbowali mu pomóc, jednak bezskutecznie. Na miejsce wezwano służby ratunkowe. Nad ranem strażacy wyłowili ciało 25-latka w pobliżu hotelu po drugiej stronie rzeki. Jak wynika ze wstępnych ustaleń, mężczyzna mógł wcześniej spożywać alkohol. Szczegółowe okoliczności tego zdarzenia, pod nadzorem prokuratora, wyjaśniają policjanci z komisariatu Bydgoszcz - Szwederowo.

Tej i podobnych tragedii można byłoby prawdopodobnie uniknąć, gdyby ludzie pamiętali o zachowaniu podstawowych zasad bezpieczeństwa w czasie wypoczynku nad wodą. Niestety, nie wszyscy zdają sobie sprawę, jak powinien on wyglądać. Wypadkom nad wodą sprzyja wysoka temperatura, a większość utonięć, do jakich dochodzi, jest wynikiem braku wyobraźni, lekkomyślności, brawury, lekceważenia obowiązujących przepisów, a przede wszystkim kąpiel w miejscach niestrzeżonych, nierzadko pod wpływem alkoholu. W grę wchodzi też brak odpowiedniego nadzoru osób dorosłych nad dziećmi.

### Zasady bezpiecznej kąpeli:

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 skaczymy 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 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.
8. Pamiętajmy, że materac dmuchany nie służy do wypływania na głęboką wodę, podobnie jak nadmuchiwane koło.
9. Nigdy nie wchodzimy 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 nieść 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 bawmy się w przytapianie innych osób korzystających z wody, spychanie do wody z pomostów czy z materacy. Zabawy w wodzie powinny być dostosowane do naszych umiejętności pływackich, wykluczające ryzyko i eskalację niebezpiecznych zachowań.
14. Nie wypływajmy za daleko od brzegu po zapadnięciu zmroku. Pływanie po zachodzie słońca jest niebezpieczne.
15. 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.
16. 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 zaalarmujemy natychmiast inne osoby.
17. Pływając żagłówkami, łódkami czy kajakami pamiętajmy o założeniu kapoka.
18. Wypływając na dłuższy rejs pamiętajmy, żeby wcześniej sprawdzić prognozę pogody.
19. Przed wypłynięciem poinformujmy najbliższych lub znajomych dokąd, z kim i jakim sprzętem wypływamy oraz o przewidywanej porze powrotu.

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

Magdalena Mocydlarz-Wicha

Zobacz również:

- [Statystyka utonięć >>](#)
- [MSW apeluje o rozwagę nad wodą >>](#)
- [Bądź niezatapiałny. Wpłyn na wyobraźnię. Rozstrzygnięcie konkursu >>](#)
- [Poznań: Akcje ratunkowe na jeziorze Kierskim >>](#)
- [Łódź: Bezpieczny wypoczynek nad wodą >>](#)