

POLICJA POMORSKA

<http://pomorska.policja.gov.pl/pom/informacje/wiadomosci/90993,Kreci-mnie-bezpieczenstwo-nad-woda-2020.html>
2020-09-26, 23:50

„KRECI MNIE BEZPIECZEŃSTWO NAD WODĄ 2020”

Data publikacji 25.06.2020

Przed nami ciepłe dni i początek wakacji. Upalna pogoda sprawia, że wiele osób wolny czas będzie spędzać nad wodą. Apelujemy o ostrożność i przestrzeganie zasad bezpieczeństwa nad akwenami wodnymi! Nie zapominajmy również o ograniczeniach wynikających z epidemii.

W związku z początkiem wakacji ruszyła akcja informacyjno-edukacyjna "Kręci mnie bezpieczeństwo nad wodą", która poświęcona jest bezpieczeństwu osób przebywających w wodzie lub nad wodą. Ze względu na szczególny czas wystąpienia pandemii większa część społeczeństwa zdecyduje się na zaplanowanie wypoczynku na terenie naszego kraju. Dlatego tegoroczna, czwarta edycja, akcji została poszerzona w zakresie działań profilaktycznych o bezpieczeństwo w górach.

Zasady bezpiecznej kąpieli:

Pływaj tylko w miejscach strzeżonych, czyli tam, gdzie jest ratownik. Bardzo lekkomyślne jest pływanie w miejscach, gdzie kąpiel jest zakazana. Informują o tym znaki i tablice. Nie wolno też pływać na odcinkach szlaków żeglugowych oraz w pobliżu urządzeń i budowli wodnych. W przypadku wejścia do niestrzeżonych zbiorników każdorazowo należy sprawdzić głębokość i strukturę dna.

Przestrzegaj regulamin kąpieliska na którym przebywasz. Stosuj się do uwag i zaleceń ratownika.

Nie pływaj w wodzie o temperaturze poniżej 14 stopni (optymalna temperatura 22-25 stopni).

Nie pływaj w czasie burzy, mgły (kiedy widoczność jest poniżej 50m), gdy wieje porywisty wiatr.

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.

Nie pływaj w miejscach, gdzie jest dużo wodorostów lub wiesz, że występują zawirowania wody lub zimne prądy. Pływaj w miejscach dobrze Ci znanych.

Nie skacz do wody w miejscach nieznanach. Może się to skończyć śmiercią lub kalectwem. Absolutnie zabronione są w takich miejscach skoki "na główkę".

Nie baw się w przytapienie 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).

W ramach akcji został również ogłoszony konkurs plastyczno-filmowy pn. "Artystyczny przeWODNIK", promujący bezpieczne przebywanie w wodzie i nad wodą oraz zdrowy tryb życia, który trwa od 01 lipca 2020 do 30 września 2020 r.

