

Zasady bezpiecznego korzystania z kąpielisk!

Zbliża się okres letnich wakacji, dlatego wyjeżdżając z dziećmi nad wodę pamiętajmy, o tym że należy przestrzegać podstawowych zasad bezpieczeństwa. Chwila nieuwagi może zakończyć się tragedią, dlatego tak ważne jest zachowanie zdrowego rozsądku. Umiejętność pływania jest podstawą bezpieczeństwa w wodzie. Niestety większość utonięć jest rezultatem lekkomyślności ludzi, korzystających z kąpeli w miejscach niestrzeżonych.

Spędzenie czasu nad wodą zgodnie z zasadami bezpieczeństwa pomoże uniknąć niepotrzebnych wypadków:

- do kąpeli wybieraj zawsze miejsca bezpieczne, na plażach strzeżonych przez ratownika;
- do wody wchodź powoli, aby przez nagłą różnicę temperatur nie doprowadzić do skurczu serca;
- zwracaj szczególną uwagę na to co robią dzieci i Twój podopieczni;
- nie skacz do wody, gdy nie znasz głębokości i nie wiesz co się w niej znajduje;
- nie lekceważ tablic informacyjnych o stanie wody i kąpieliska.

Nie należy wchodzić do wody, gdy:

- jesteś bezpośrednio po jedzeniu (odczekaj przynajmniej pół godziny);
- jesteś zmęczony i głodny;
- jesteś pod wpływem alkoholu.

Gdy zauważysz, że ktoś tonie:

- wezwij pomoc,
- rzuć tonącemu przedmiot umożliwiający utrzymanie się na wodzie,
- jeśli potrafisz, idź tonącemu na ratunek zabierając ze sobą przedmiot ułatwiający utrzymywanie się na wodzie,
- pamiętaj, żeby pod pływać do tonącego od tyłu uniemożliwiając mu chwyt, które mogłyby ograniczyć twoje ruchy,
- nieprzytomnemu udziel pierwszej pomocy,
- jeśli nie potrafisz ratować tonącej osoby zapamiętaj miejsce, w którym zniknęła pod powierzchnią wody, by wskazać to miejsce ratownikom.

KP PSP Wągrowiec