

O tragedię nie jest trudno

Data publikacji: 2.07.2015 17:00

Długo wyczekiwana letnia aura nadeszła. Wielu z nas wybierze się nad wodę, by się ochłodzić. Podczas pobytu nad wodą uważajmy jednak - w tym roku w okresie od maja do 2 czerwca utonęły już 32 osoby.

□

Kiedy skwar, chętnie szukamy ochłody nad wodą, nie ważne, czy nad jeziorem, rzeką czy morzem lub basenem. Relaksując się powinniśmy pamiętać o podstawowych zasadach bezpieczeństwa: **- *Przecenienie własnych umiejętności podczas kąpieli i niedostateczna opieka nad dziećmi mogą być tragiczne w skutkach. Przy okazji letnich wycieczek i aktywnego wypoczynku - o tragedię nietrudno*** - przestrzegają policjanci.

O czym powinniśmy pamiętać?

- Kąpmy się tylko w miejscach strzeżonych i pod żadnym pozorem nie wchodzimy do wody w miejscach zabronionych.
- Dzieci powinny bawić się nad wodą tylko pod czujną opieką dorosłych.
- Gdy wchodzimy z dziećmi do wody zabezpieczmy je w specjalne rękawki bądź kamizelki.
- Po dłuższym leżeniu na słońcu nie wchodzimy od razu do wody, najpierw stopniowo zmoczmy ciało. W ten sposób unikniemy szoku termicznego.
- Nie skaczmy "na główkę". Dno naturalnego zbiornika może się zmienić w ciągu kilku dni. Gdy jednak w czasie kąpieli dojdzie już do urazu kręgosłupa, najważniejsze jest, aby ostrożnie przetransportować poszkodowanego na brzeg i koniecznie sprawdzić drożność dróg oddechowych. Natychmiast wezwijmy także pogotowie ratunkowe. Od naszej reakcji może zależeć czyjeś życie.
- Materace zostawmy na brzegu - nie wypływajmy na nich na środek jeziora czy rzeki.
- Nigdy nie wchodzimy do wody nawet po wypiciu najmniejszej ilości alkoholu.
- Nie zapominajmy, że należy zadbać o porządek w miejscu, w którym odpoczywamy. Pamiętajmy, że podczas naszego urlopu - złodzieje nie próżnują. Zwracajmy uwagę na rzeczy osobiste, które zabieramy ze sobą na plażę.