



## **Bezpiecznie nad wodą**

2023-06-28

**Podczas beztroskich zabaw w wodzie musimy pamiętać o podstawowych zasadach bezpieczeństwa. Ta główna brzmi: Piłeś alkohol? Nie wchodź do wody! - Po alkoholu włącza nam się brawura i przeceniamy swoje możliwości.**

Brak instynktu samozachowawczego może powodować, że błędnie oceniamy sytuację i odległość, zbyt długo siedzimy w wodzie. Powoduje to wychładzanie się organizmu, który z czasem odcina dopływ krwi do kończyn i nasze mięśnie mają problem, by pracować. To z kolei rozpoczyna cały proces tonięcia – wyjaśnia ratownik wodny Piotr Pyciński. Sugeruje także, aby nie kąpać się w miejscach niestrzeżonych. – Głównym zadaniem ratowników jest prewencja, czyli niedopuszczenie, by ktoś znalazł się w sytuacji zagrożenia. Jeżeli nie ma ratownika, to nikt nas nie ostrzeże np. przed zmieniającym się dnem akwenu – tłumaczy. Zwraca także uwagę, aby podczas korzystania ze sprzętów wodnych mieć na sobie kamizelkę asekuracyjną. – Wszystko jest dobrze, gdy jest piękna pogoda i świeci słońce. Nagle jednak może zerwać się wiatr, który wywoła panikę, a ta może doprowadzić nawet do wywrotki kajaka, łódki czy żaglówki – mówi ratownik.

W bezpośrednim sąsiedztwie kąpielisk nad bezpieczeństwem wypoczywających czuwają też strażnicy miejscy. – Patrole zwracają szczególną uwagę na wykroczenia związane głównie z nieprawidłowym parkowaniem pojazdów, spożywaniem alkoholu w miejscach zabronionych, zakłócaniem spokoju, wybrykami chuligańskimi oraz z innymi czynami zabronionymi – wylicza Marek Anioł ze Straży Miejskiej Miasta Krakowa. Najwięcej wykroczeń popełnianych jest przez osoby niestrzeżwe. – To właśnie one najczęściej nie stosują się do zapisów poszczególnych regulaminów. Grillują w miejscach niewyznaczonych, zakłócają innym spokój, zanieczyszczają i zaśmiecają tereny kąpielisk, spożywają alkohol w miejscach zabronionych i co najgorsze, wchodzą później do wody, nie myśląc o prawdopodobnych, tragicznych skutkach swojej bezmyślności – dodaje. Podkreślmy więc raz jeszcze: większość utonięć jest rezultatem lekkomyślności ludzi, będących często pod wpływem alkoholu, a także korzystania z kąpeli w miejscach niestrzeżonych i niedozwolonych. Pamiętajmy o tym, gdy będziemy wypoczywać nad wodą.

### **Przestrzegaj tych 5 zasad:**

1. Nie wchodź do wody po alkoholu.
2. Pływaj tylko w miejscach strzeżonych.
3. Podczas korzystania z jednostek pływających używaj kamizelek asekuracyjnych.
4. Stosuj się do regulaminu kąpieliska, poleceń ratowników i służb mundurowych.
5. Nie zakłócaj wypoczynku innym osobom.