

BEZPIECZNE WAKACJE NAD WODĄ

W ostatnich dniach nauki szkolnej odwiedzili nas członkowie myślenickiego oddziału Ratownictwa Wodnego Rzeczypospolitej, aby pokazać, jak bezpiecznie spędzić czas nad wodą podczas wakacji. Jest to organizacja powstała w roku 2004, a od 2012 zajmuje się ratownictwem wodnym na podstawie decyzji Ministerstwa Spraw Wewnętrznych.

Najważniejszą zasadą bezpieczeństwa nad wodą jest kąpanie się tylko w miejscach strzeżonych przez ratowników. Pozostałe to:

- Przestrzegaj regulaminu kąpieliska.
- Stosuj się do zaleceń ratownika.
- Nigdy nie wchodź do wody po spożyciu alkoholu lub środków odurzających.
- Wchodź do wody powoli i ostrożnie. Nie wskakuj do wody bezpośrednio po opalaniu. Czemu? Twoje ciało jest wtedy nagrzane, a woda zimna. Nagła zmiana temperatur może być niebezpieczna dla twojego zdrowia.
- Nie pływaj bezpośrednio po obiedzie czy kolacji. Oczekaj 2 godziny po posiłku.
- Pamiętaj, że dno w jeziorze lub morzu może gwałtownie się zmienić. Wypływając daleko nie masz pewności, jaka jest tam głębokość.
- Nie skacz „na główkę” do wody.
- Zwróć uwagę na to, co dzieje się w twoim otoczeniu.
- Po pomostach chodź ostrożnie. Często są one mokre i łatwo można się poślizgnąć.
- Jeśli jesteś miłośnikiem sportów wodnych, załóż kamizelkę ratunkową. Dlaczego to tak ważne? Podczas wywrotki łodzi lub kajaku nie będzie czasu na założenie kamizelki ratunkowej.

Pamiętajmy o wszystkich tych zasadach, przebywając w czasie wakacji nad wodą.





