

# KOMENDA POWIATOWA POLICJI W BRZEZINACH

<http://brzeziny.policja.gov.pl/ebr/prewencja/bezpieczne-porady/bezpieczny-wypoczynek-n/3825,Bezpieczny-wypoczynek-nad-woda.html>

2023-06-10, 16:21

## BEZPIECZNY WYPOCZYNEK NAD WODĄ

**Wypadkom nad wodą sprzyja wysoka temperatura, brawura, alkohol i brak opieki nad dziećmi. Wypoczynek nie zmienia się w tragedię, jeśli będziemy przestrzegać kilku prostych zasad.**

1. Powinniśmy się kąpać tylko w miejscach strzeżonych i pod żadnym pozorem nie wolno wchodzić do wody w miejscach zabronionych.
  2. Dzieci powinny bawić się nad wodą tylko pod czujną opieką dorosłych.
  3. Gdy wchodzimy z dziećmi do wody zabezpieczmy je w specjalne dmuchane lub piankowe rękawki.
  4. Pod żadnym pozorem nie wolno wchodzić do wody po wypiciu alkoholu.
  5. Po dłuższym leżeniu na słońcu nie wchodzimy od razu do wody, najpierw stopniowo zmoczmy ciało (kark i klatkę piersiową). W ten sposób unikniemy tzw. „szoku termicznego”.
  6. Skaczymy "na główkę" tylko w wyznaczonych miejscach na basenach. Dno naturalnego zbiornika może się zmienić swój kształt i strukturę w ciągu kilku dni.
  7. Materace zostawmy na brzegu - nie wypływajmy na nich na środek jeziora.
  8. Zwracajmy uwagę jakie znaki ostrzegawcze umieszczone są na brzegu kąpieliska oraz jaki regulamin panuje na wyznaczonym kąpielisku. Tylko stosowanie się do tych zaleceń pozwoli uniknąć nieszczęścia.
- jeśli na maszcie powiewa czerwona flaga, natychmiast wyjdź z wody
  - jeśli na maszcie powiewa flaga biała, możesz korzystać z zbiornika wodnego, lecz nie zwalnia Cię to z ciągłej obserwacji masztu. Warunki nad wodą mogą się zmienić bardzo szybko i ważnym jest abyś tak samo szybko reagował.