

# **Odpoczynek nad wodą - Hajnowska policja apeluje o rozsądek.**

**Wysokie temperatury, które panują w naszym rejonie, sprzyjają spędzaniu wolnego czasu nad wodą. Pamiętajmy jednak, że bezpieczeństwo nasze i naszych dzieci zależy od nas.**

**Majowy weekend powitał nas piękną, słoneczną pogodą, która trwa nieustannie do dziś. W związku z tym wielu z nas swój wolny czas postanowiło spędzić nad wodą. W tym miejscu hajnowska policja przypomina i apeluje o rozagę. Wybierając się nad zbiorniki wodne, wybierajmy te miejsca, które są bezpieczne. Nie tylko nasze bezpieczeństwo zależy od tego, ale i innych osób, które ze sobą zabieramy. Oto kilka zasad, którymi należy się kierować, planując taki wypoczynek:**

- \* korzystamy z miejsc do tego przeznaczonych (jeziora, stawy, zalewy, rzeki z wydzielonymi miejscami do kąpielii), najlepiej tam, gdzie nad bezpieczeństwem czuwają ratownicy WOPR-u;
- \* należy zapoznać z regulaminem kąpieliska oraz ze wszystkim znakami i instrukcjami dotyczącymi warunków przebywania w danym miejscu;
- \* nie wskakujemy do wody, której głębokości nie znamy lub gdy miejsce jest objęte zakazem skakania do wody;
- \* nie wchodzimy do wody będąc pod wpływem alkoholu;
- \* aby uniknąć tzw. wstrząsu termicznego w wodzie, zanurzamy się stopniowo oraz nie kąpiemy się bezpośrednio po dłuższym opalaniu.
- \* Pływając łódkami, kajakami i rowerami wodnymi pamiętajmy o założeniu kapoka, oraz o tym iż obok nas mogą znajdować się inni korzystający z kąpieliska;

**Szczególną opieką otaczamy dzieci.** Nie pozostawiamy ich bez opieki, stale kontrolując miejsce ich przebywania, tak, aby nie doszło do ich niekontrolowanego oddalenia się od brzegu. Pamiętajmy o zaopatrzeniu ich w sprzęt umożliwiający bezpieczne korzystanie z wody.

**Gdy potrzebna pomoc - jeżeli** zauważymy, że ktoś tonie, nie stójmy beczynn timer. Niezwłocznie udzielmy pomocy. Jeśli jest to możliwe sami podejmijmy działania ratunkowe, a jeśli nie czujemy się na siłach należy niezwłocznie zawiadomić wykwalifikowane służby.

**Policjanci przypominają:**

**Wypoczywając nad wodą dbamy o bezpieczeństwo swoje i innych. W razie zagrożenia wzywamy pomoc.**

za: <http://hajnowka.policja.gov.pl>