



Wojewódzkie Wodne Ochotnicze Pogotowie Ratunkowe w Katowicach

40 - 161 Katowice, Al. W.Korfantego 66/6

tel./fax (032) 253 - 61 - 58 tel. 0500 5 - 4 - 3 - 2 - 1 - 0

e-mail: biuro@slaskiewopr.pl biuro@slaskiewopr.eu slaskie@wopr.pl

www.slaskiewopr.pl www.slaskiewopr.eu NIP: 634 - 17 - 91 - 767

AKCJA BEZPIECZNE WAKACJE

ZASADY BEZPIECZEŃSTWA KĄPIELI

1. Nigdy nie wolno skakać do nieznannej wody, ponieważ nie wiadomo czego możesz się spodziewać pod jej lustrem.
2. Nie wolno wchodzić celowo do wody w miejscach niebezpiecznych, tam gdzie według naszego rozeznania znajdują się na przykład: wiry, wodorosty, zimne prądy, itp.
3. Zainteresuj się zawsze bezpieczeństwem dzieci przebywających nad wodą i w jej pobliżu.
4. Nie wszczynaj nigdy fałszywych alarmów, nie popychaj nigdy do wody osób, które się tego nie spodziewają.
5. Nie biegaj nigdy po pomostach, możesz potrącić znajdujące się tam osoby, a sam narażasz się na uszkodzenia ciała przy upadku.
6. Dla zapewnienia maksimum bezpieczeństwa osobom korzystającym z kąpielii, szczególnie dzieciom, należy zabezpieczyć dostępne pomoce typu: skrzydełka pływackie, koła nadmuchiwane, itp. najlepiej w kolorze jaskrawym, np. pomarańczowym lub żółtym.

GDZIE PŁYWAĆ

1. W miejscach strzeżonych i przeznaczonych specjalnie do tego celu.
2. W wodzie tak głębokiej i takiej odległości od brzegu, która odpowiada naszym realnym możliwością pływackim.
3. Kąpać się w miejscach dobrze sobie znanych.
4. Nigdy nie wolno pływać w miejscach zakazanych, o czym informują odpowiednie tablice, a także na odcinkach szlaków żeglugowych w pobliżu urządzeń i budowli wodnych.
5. Zawsze stosować się do obowiązujących przepisów i regulaminów.

KIEDY PŁYWAĆ

1. W czasie sezonu letniego, gdy temperatura wody nie jest niższa od 18°C.
2. Pływać w pełni zdrowia i sprzyjającej temperaturze wody ok. 22 - 25°C.
3. Nie wchodzić do wody po spożyciu alkoholu, po rozgrzaniu na słońcu, bezpośrednio po posiłku i przy złym samopoczuciu.
4. Nie przebywać zbyt długo w wodzie, stosować odpowiednio dłuższe przerwy.