

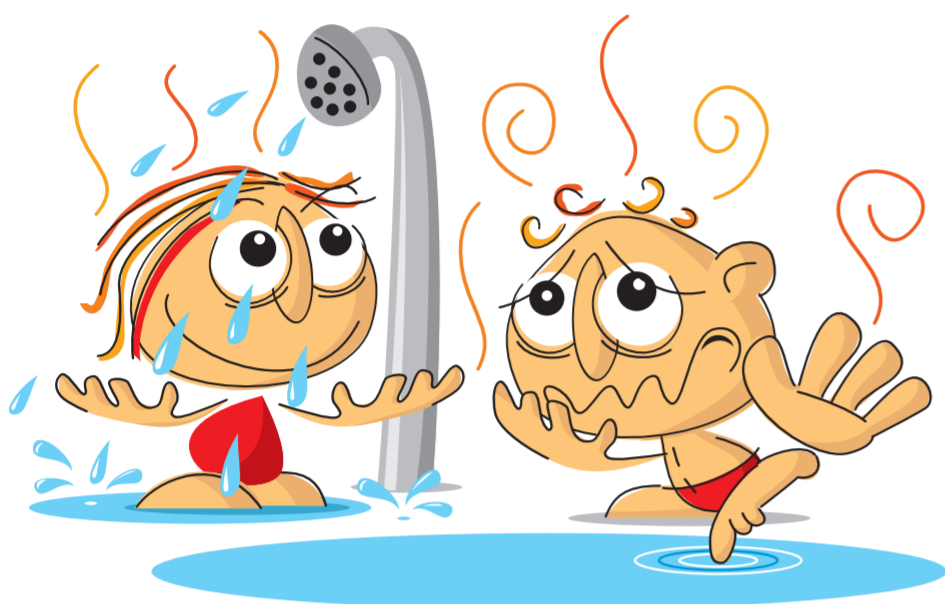
Voda!



Kaj storiti, da nesreče ne bo

Splošni napotki za varno kopanje

- Ne hodite v vodo, če se počutite slabo, s polnim ali praznim želodcem ter pod vplivom alkohola ali drugih psihotropnih snovi.
- Če je telo pregreto, se pred kopanjem primerno ohladite.
 - Preverite temperaturo vode.Premrzla voda lahko povzroči krč.



- Nikoli ne skačite v kalno ali preplitvo vodo.

- Ne precenjujte svojih sposobnosti in plavalnega znanja. Nikoli ne plavajte sami oziroma brez nadzora, zlasti če plavate daleč. Če vas zgrabi krč, iztegnite in sprostite mišico.



- Ob nevihti je kopanje nevarno – čimprej pojdite iz vode.

Če se znajdete v težavah

- Ne odzivajte se panično, ostanite mirni in razsodni. Mahajte z roko in kličite na pomoč.



Na bazenih in urejenih naravnih kopališčih

- Spoštujte kopališki red in navodila reševalcev iz vode. Upoštevajte oznake z opozorili za kopalce.



- Nikoli ne plavajte zunaj označenega kopališča.
- Kopanje v zelo valoviti vodi je lahko nevarno. Poiščite varno mesto izstopa.
- Pazite na čolne in druga plovila.

Na jezerih, rekah, ribnikih in drugih neurejenih kopališčih

- Pazite na spolzke bregove.
- Nikoli ne plavajte v vodnih zbiralnikih, zraven črpališč in drugih nevarnih mest (nenadni zavoji, hitri prehodi v nepregledna in nevarna mesta ipd.).



- Izogibajte se močnim tokovom ali vodnim vrtincem.

Pri čolnarjenju in ribolovu



- Vedno imejte pri sebi rešilni jopič in povejte, kam ste namenjeni. Pazite na spolzke skale z mahom.
- Izogibajte se nevarnih predelov (brzice, slapovi, morski tokovi itd.).
- Bodite pozorni na nenadne spremembe vremena in plimovanja.

Na zabavah v bližini vodnih površin

- Zavarujte in primerno označite vodne površine. Na nevarna mesta namestite reševalno opremo. Otroke, starejše in neplavalce opozorite na nevarnost padca v vodo.



- Otrok nikoli ne puščajte brez nadzora.

Na zaledenelih površinah

- Ne hodite po ledu, če ni dovolj trden. Če se led vdre, takoj razprite roke in pokličite na pomoč. Ponesrečencu se približajte leže in mu skušajte podati palico, kos obleke ipd., za kar se bo lahko prijel.



Načelo pomoči

Če opazite, da se nekdo utaplja, mu morate pomagati po svojih močeh in sposobnostih. Če sami ne morete pomagati, ne da bi s tem ogrozili lastno varnost in varnost drugih, ...

... takoj pokličite številko **112** in povejte:



- ▶ kdo kliče
- ▶ kaj se je zgodilo
- ▶ koliko je ponesrečencev
- ▶ kakšno pomoč potrebujete

Nikoli ne kličite pomoči, če je zares ne potrebujete, vendar pomagajte drugim, če so v težavah.