

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.

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.



Če se znajdete v težavah

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



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, ...

...
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.