

BEZPIECZEŃSTWO

WIESZ, REAGUJESZ, RATUJESZ

Bezpieczeństwo na lodzie

Zimą chętnie spędzamy czas na świeżym powietrzu, jednak warto pamiętać, że naturalne zbiorniki wodne mogą być niebezpieczne, nawet gdy wyglądają na zamrożone. Szczególnie niebezpieczne jest wchodzenie na lód bez odpowiedniego przygotowania i nadzoru dorosłych.

Najbezpieczniej jest korzystać ze sztucznych lodowisk. Jeśli przebywasz na naturalnym akwenu, **pamiętaj o podstawowych zasadach bezpieczeństwa:**

- Dzieci nie powinny wchodzić na lód bez opieki dorosłych, zwłaszcza na rzeki.
- Zawsze informuj bliskich, gdzie się wybierasz i kiedy planujesz powrót.
- Sprawdzaj prognozę pogody – dodatnia temperatura znacząco osłabia lód.
- Bezpieczna grubość lodu to ok. 10 cm; na rzekach, w pobliżu mostów, pomostów, ujść rzek i kanałów oraz przy brzegu lód jest znacznie cieńszy.
- Śnieg na lodzie utrudnia ocenę zagrożenia i dodatkowo obciąża taflę.
- Na lód nie wchodź w pojedynkę (co najmniej w dwie osoby), zachowuj odstęp, ale bądź w zasięgu wzroku drugiej osoby.
- Miej przy sobie gwizdek oraz – jeśli to możliwe – kolce lodowe.
- Gdy usłyszysz trzaski lodu, natychmiast zawróć w stronę brzegu.

Jeśli lód się pod Tobą załamie: zachowaj spokój, głośno wołaj o pomoc, staraj się położyć płasko na wodzie i oszczędzaj siły. W miarę możliwości zdejmij buty i poruszaj się w kierunku brzegu w pozycji leżącej.

Gdy zauważysz osobę tonącą:

- natychmiast wezwij pomoc (112),
- zadbaj o własne bezpieczeństwo – nie biegnij po lodzie, zbliżaj się, czołgając,
- użyj dostępnych przedmiotów (szalik, gałąź, sanki),
- po wyciągnięciu poszkodowanego ogrzej go i monitoruj do czasu przyjazdu służb.

Pamiętaj – wchodząc na lód, zawsze ryzykujesz życiem!