

NIEBEZPIECZEŃSTWA ZWIĄZANE Z KORZYSTANIEM Z TZW. "DZIKICH LODOWISK"

Na łyżwy najlepiej wybrać się na najbliższe lodowisko, o które dba klub sportowy, szkoła lub inny uprawniony do prowadzenia tego typu działalności podmiot. Mamy wówczas gwarancję, że o lód zawsze ktoś dba i że podczas jazdy jesteśmy w zupełności bezpieczni. Dzikie lodowisko stanowi zagrożenie dla nas oraz wszystkich osób, które w tym samym momencie znajdują się na lodzie!

„Dzikie lodowiska” - oznaczają zawsze niebezpieczną zabawę i ryzyko utraty zdrowia, a nawet życia.

Podstawowe zasady bezpiecznej zabawy na lodzie Pamiętaj !!!

1. Jeśli to możliwe zorganizujemy dzieciom zabawy na nadzorowanych lodowiskach i ślizgawkach, aby mieć pewność, że mają zapewnioną fachową opiekę osób dorosłych.
2. Należy przestrzec dzieci, aby bez opieki dorosłych nie wchodziły na zamrożone stawy, jeziora a tym bardziej rzeki!
3. Zalegający na pokrywie lodowej śnieg potrafi być bardzo zdradliwy. Pod warstwą śniegu trudno ocenić zagrożenie, ponieważ nie widać grubości lodu, przerębli i innych niebezpiecznych miejsc. Ponadto śnieg obciąża dodatkowo taflę lodu zmniejszając jego wytrzymałość.
4. Szczególnie niebezpieczne są miejsca w pobliżu ujścia rzek i kanałów, nurtów rzek, ujęć wody, mostów, pomostów i przy brzegach. Woda w ruchu trudniej zamarza i zwykle lód w tych miejscach jest cieńszy. Unikaj również miejsc zacienionych, gdzie przez pokrywą lodową widać płynącą wodę.
5. Jeśli z jakichś przyczyn znalazłeś/aś się na „dzikim lodowisku” i usłyszysz trzeszczenie lodu, nie zatrzymuj się, ale natychmiast zawróć w kierunku brzegu. Zwróć również uwagę pozostałym użytkownikom o potencjalnym niebezpieczeństwie.
6. Jeśli na lodzie zauważysz wystającą gałąź, krzaki **UWAŻAJ!** Może ktoś w ten sposób próbuje Ciebie ostrzec o niebezpieczeństwie (np. zrobionym przeręblu). Również jeśli Ty zauważysz nieoznakowany przerębel lub inne potencjalne niebezpieczeństwo w miarę możliwości postaraj się je oznakować np. kładąc w tym miejscu gałąź.

Co robić, jeśli pod kimś załame się lód?

1. W przypadku załamania lodu staraj się zachować spokój i spróbuj głośno wzywać pomoc. Najlepiej połóż się płasko na wodzie, rozkładając szeroko ręce i starając się wpełznąć na lód.
2. Oszczędzaj siły na wydostanie się z wody, ponieważ wydostanie bez niczyjej pomocy się o własnych siłach jest niezwykle trudne - ręce ślizgają się po mokrym lodzie - nie można znaleźć chwytu.
3. Jeśli to możliwe zdejmij buty, zrzucisz kilka zbędnych kilogramów, łatwiej będziesz mógł utrzymać się na powierzchni.
4. W kierunku brzegu poruszaj się w pozycji leżącej.
5. Kiedy zauważysz osobę tonącą, w pierwszej kolejności postaraj się zaalarmować służby ratunkowe tj. straż pożarną (tel. 998 lub 112) lub pogotowie ratunkowe (tel. 999 lub 112). Pamiętaj! Najważniejsze jest bezpieczeństwo ratownika. Jeśli lód załamał się pod osobą poszkodowaną, może załamać się również pod Tobą. Dlatego tak ważne jest wezwanie pomocy profesjonalistów. Ratownik bez odpowiedniego zabezpieczenia w zimnej wodzie może przebywać ok. 3 minut. Później z uwagi na wyziębienie organizmu może stać się osobą poszkodowaną.
6. Udzielając pomocy, nie biegnij w kierunku osoby poszkodowanej, ponieważ zwiększasz w ten sposób punktowy nacisk na lód, który może załamać się pod Tobą. Do tonącego najlepiej zbliżyć się czołgając.
7. Jeśli w zasięgu ręki masz do dyspozycji długi szalik, grubą gałąź, sanki spróbuj podczołgać się na odległość rzutu i podaj przedmiot poszkodowanemu.
8. Po wyciągnięciu osoby poszkodowanej z wody należy okryć ją czymś ciepłym (płaszczem, kurtką) i jak najszybciej przetransportować do zamkniętego, ciepłego pomieszczenia, aby zapobiec dalszej utracie ciepła. Pamiętaj, nie wolno poszkodowanego polewać ciepłą wodą, ponieważ może to spowodować u niej szok termiczny.
9. W miarę możliwości należy podać poszkodowanemu słodkie i ciepłe (ale nie gorące) płyny do picia. Osobę poszkodowaną powinien także obejrzeć lekarz.

Od stosowania się do powyższych rad może zależeć nasze zdrowie i życie oraz życie i zdrowie naszych bliskich, a wystarczy jedynie odrobina przezorności.