

Koupání v létě

MĚLNICKO - Od začátku července na Mělnicku při koupání utonuli již dva lidé.

Letní měsíce a teplé počasí nám zpříjemňují všední dny a lidé začínají jezdit na dovolené. Spousta z nás se vydává za krásami přírodní scenérie naší krásné vlasti.

Policisté upozorňují občany, aby při koupání dbali velké opatrnosti. V žádném případě se nechoďte koupat, pokud jste pod vlivem alkoholu. Alkohol zásadním způsobem ovlivňuje vaše schopnosti a i když můžete být dobrý plavec, pokud jste pod vlivem alkoholu, vystavujete se obrovskému riziku. Velmi nebezpečné je koupání v neznámých vodách, kde mohou být zrádné skoky do vody, při kterých hrozí nebezpečí vážných úrazů. V těchto horkých dnech je dobré se postupně osvěžit, neskákat hned do vody, aby nedošlo ke kolapsu organismu. V žádném případě nepřeceňujte své síly!

Pokud máte děti, nikdy je při koupání nenechávejte bez dohledu, stále kontrolujte jejich pohyb. Při jízdě na lodkách, šlapadlech nebo např. na paddleboardech dejte svým dětem plovací vestu, ideální je, pokud svým dětem půjdete příkladem a vezmete si ji i vy sami.

Koupání v přírodních vodních plochách se od začátku prázdnin stalo osudným již dvěma mužům. Jeden z nich, pětasedmdesátiletý, utonul při koupání v jezeře Křenek odpoledne dne 5. července, druhý, devětadvacetiletý, 9. července v podvečer v rybníku Harasov na Kokořínsku. U obou mužů policisté nařídili soudní pitvu, která osvětlí příčiny utonutí.

Jaká dodržovat pravidla při koupání? Za připomenutí určitě stojí desatero bezpečného pobytu u přírodních vodních ploch:

- 1) Nechoď se koupat sám, nepodceňuj nebezpečí vody.
- 2) Neplav a neskákej do vody v neznámých místech.
- 3) Nechoď do vody, jsi-li rozpálený nebo unavený, plav nejdříve hodinu po jídle.
- 4) Plav v určeném prostoru s dozorem plavčíka, zde máš větší záruku včasné pomoci a záchrany života.
- 5) Neplav daleko od břehu, máš-li tuto potřebu, zajisti si vhodný doprovod.
- 6) Neplav do blízkosti plavidel a plavební dráhy.
- 7) Na plavidla patří děti pouze s řádně oblečenou a upevněnou záchrannou vestou.
- 8) Nekoupej se v blízkosti přehrady či hráze!
- 9) Měj u sebe vždy nějakou záchrannou či plovoucí pomůcku.
- 10) Důvěřuj vodním záchranářům, plavčíkům, uposlechni jejich pokynů a nepřekáže jim v práci.

por. Mgr. Markéta Johnová