



Warszawa, 21 grudnia 2012 roku

NIE STĄPAJMY PO KRUCHYM LODZIE

Mrozy, które nawiedziły w ostatnim czasie Europę, spowodowały zamrażanie zbiorników wodnych. Wiele osób przychodzi poślizgać się po tafli lodu, przyprowadzając również swoje dzieci a nawet wjeżdżając na lód samochodem. Wiele z nich nie zdaje sobie sprawy, że przemieszczanie się po lodowej powierzchni może prowadzić do chorób, kalectwa a nawet śmierci poprzez utonięcie czy wychłodzenie.

Aby wejść na lód bezpiecznie, ten musi mieć grubość minimum 20 cm. Problem w tym skąd mamy wiedzieć, ile naprawdę zamrzło wody, jak głęboko sięga tafla. **Wodne Ochotnicze Pogotowie Ratunkowe** ostrzega przed lekkomyślnością i lekceważeniem niebezpieczeństwa. Po wpadnięciu do wody nasze ubranie nasiąka, co powoduje, że próbując wydostać się na lód ważymy kilkanaście kilogramów więcej niż poprzednio. Nawet, jeżeli wcześniej lód nas utrzymywał bez problemu, to z dodatkowym ciężarem wody w ubraniu już nie da rady, dlatego wydostawanie się do brzegu będzie skutkowało łamaniem pod nami lodu, do tego momentu aż zdołamy dotrzeć w sposób „na lodołamacz” do lądu. Jeżeli wystarczy nam sił... Po 3-4 minutach takiej walki jesteśmy do tego stopnia wyczerpani i wychłodzeni, że trudno jest się poruszać!

Pamiętajmy więc o podstawowych zasadach bezpieczeństwa na lodzie:

1. Przed wyprawą zapoznaj się z prognozą pogody.
2. Zabierz telefon komórkowy.
3. Nie wchodź na zamrożoną rzekę.
4. Nie wchodź na lód w pobliżu ujścia rzeki, mostu, śluzy itp.
5. Zabierz ze sobą środek ratunkowy.
6. Przed wejściem sprawdź czy lód jest dostatecznie gruby.
7. Zapobiegaj przeciążeniu małego obszaru dużą liczbą osób.
8. Obserwuj zachowanie się innych osób.
9. Zejdź z trzeszczącego lodu – jest za cienki.
10. Uciekaj z pękającego lub załamującego się lodu.

ZASADY BEZPIECZEŃSTWA W PRZYPADKU ZAŁAMANIA SIĘ LODU

1. Nie panikuj, zachowaj spokój.
2. Działaj szybko i zdecydowanie.
3. Wzywaj pomoc.
4. Ratuj tonącego podając przedmioty (kij, gałąź, szalik itp.).
5. Uważaj, aby ratując nie stać się ofiarą.
6. Jesteś zagrożony – połóż się i szeroko rozłóż ręce.
7. Złap i trzymaj podany środek ratunkowy.
8. Wykonując nogami ruchy żabki wypełnij na twarde podłoże (ląd, gruby lód).
9. Stań na nogi na twardym podłożu.
10. Ogranicz ruchy w celu zmniejszenia utraty ciepła.

Przestrzeganie tych prostych zasad podniesie bezpieczeństwo podczas pobytu na zamrzniętych obszarach wodnych oraz pozwoli skutecznie udzielić pomocy osobie zagrożonej utratą życia lub zdrowia.

WOPR – Wodne Ochotnicze Pogotowie Ratunkowe jest specjalistycznym stowarzyszeniem, o zasięgu ogólnokrajowym, skupiających ponad 80. tysięcy ratowników wodnych, które w dniu 11 kwietnia 2012 roku obchodziło 50-tą rocznicę swego powstania. Celem WOPR jest organizowanie pomocy oraz ratowanie osób, które uległy wypadkowi lub narażone są na niebezpieczeństwo utraty życia lub zdrowia na obszarach wodnych.

Pamiętajmy widząc osobę tonącą pod lodem najpierw wykonajmy telefon alarmowy na numer **112** lub **601-100-100**, a dopiero później próbujmy zachowując wszelkie środki ostrożności pomóc osobie tonącej.

Więcej informacji udziela:

Karolina Kowalska
Rzecznik Prasowy WOPR
Mobile: +48 500 466 188
Mail: biuroprasowe@wopr.pl