Akcja informacyjno-edukacyjna

www.gov.pl/sport





BEZPIECZNA WODA

Zasady bezpiecznego zachowania nad wodą, w wodzie i na wodzie

Egzemplarz BEZPŁATNY

Ministerstwo Sportu i Turystyki

Ministerstwo Edukacji i Nauki

Ministerstwo Spraw Wewnętrznych i Administracji

POLICJA

POLSKA ORGANIZACJA TURYSTYCZNA

Ministerstwo Zdrowia

PTTW

Wodne Ochotnicze Pogotowie Ratunkowe


BEZPIECZNA
WODA
Pamiętaj!
Wchodząc na zamarznięty
zbiornik wodny
zawsze ryzykujesz!
Tylko dobrze zorganizowane i nadzorowane
lodowisko gwarantuje bezpieczną zabawę

Gdy lód się pod tobą załamie

PAMIĘTAJ

- zachowaj spokój
- unikaj gwałtownych ruchów
- za wszelką cenę staraj się nie wpłynąć pod lód – to szczególnie ważnie w przypadku zamarzniętych wód płynących: rzek i kanałów o silnym nurcie
- rozłóż szeroko ręce, zwiększając kontakt z pokrywą lodową
- staraj się wydostać z wody, ostrożnie podciągając się na rękach
- w lodowatej wodzie możesz przebywać jedynie kilka minut – dłuższa kąpiel grozi nadmiernym wychłodzeniem organizmu
- gdy wydostaniesz się na powierzchnię lodu, poruszaj się w kierunku brzegu w pozycji leżącej tak, aby zmniejszyć nacisk na lód
- cały czas staraj się wzywać pomoc



NUMERY TELEFONÓW ALARMOWYCH

EUROPEJSKI numer alarmowy

112



Pogotowie Ratunkowe	999
Straż Pożarna	998
Policja	997

ZASADY WZYWANIA POMOCY

- przedstaw się
- podaj numer telefonu, z którego dzwonisz
- podaj adres miejsca w którym się znajdujesz oraz punkty charakterystyczne
- opisz przebieg wypadku
- opisz stan i liczbę ofiar wypadku
- poczekaj aż dyżurny zada Ci wszystkie niezbędne pytania i zakończy rozmowę



BEZPIECZNA WODA

Akcja informacyjno-edukacyjna

- **Ministerstwo Sportu i Turystyki**
  www.gov.pl/sport
- **Ministerstwo Edukacji i Nauki**
  www.wypoczynek.men.gov.pl
- **Ministerstwo Zdrowia**
  www.mz.gov.pl
- **Ministerstwo Spraw Wewnętrznych i Administracji**
  www.mswia.gov.pl
- **Komenda Główna Policji**
  www.policja.pl
- **Centrum Turystyki Wodnej Polskiego Towarzystwa Turystyczno-Krajoznawczego**
  www.polskieszlakiwodne.pl



realizacja
DJ PRESS
www.djpress.pl