

Gdzie i jak toniemy?



Autor: fot. Dariusz

Ossowski

W upalne dni szukamy ochłody nad wodą. To przyjemna forma spędzania czasu, ale niepozbawiona zagrożeń. Podpowiadamy, jak bezpiecznie wypoczywać, korzystając z mazowieckich jezior czy kąpielisk.

– Szukając ochłody nad wodą, często wybieramy bardziej ustronne miejsca. Dzikie kąpieliska czy wyrobiska mogą wydawać się atrakcyjne, jednak są bardzo zdradliwe – tłumaczy ratownik **Damian Kopczyński** z WOPR w Płocku.

Toniemy zbyt często?

Z danych Komendy Wojewódzkiej Policji z siedzibą w Radomiu wynika, że na terenie garnizonu mazowieckiego w ub.r. utonęło 46 osób (dla porównania w 2021 r. – 25).

– Polacy wciąż pozostają nacją, która zasady bezpieczeństwa traktuje jako balast, zaburzający wypoczynek – mówi ratownik i wiceprezes Płockiego Rejonowego WOPR **Piotr Lisocki**. Toną nie tylko w kraju. Świadczy o tym ponura statystyka blisko 90% utonięć Polaków w Holandii. – Kilka lat temu, przed rozpoczęciem sezonu letniego, Ambasada Polska w Hadze w Holandii zwróciła się do Rejonowego Płockiego WOPR z prośbą o przeprowadzenie w skupiskach Polaków na terenie Holandii serii spotkań edukacyjnych dotyczących bezpiecznych zachowań nad wodą. Powodem tego był fakt, że na łączną liczbę 11 utonięć w Holandii w 2015 r. aż 9 stanowili Polacy – podkreśla ratownik.

Nikt nie usłyszy!

Często widzimy na filmach, jak osoby tonące machają rękami i głośno krzyczą, prosząc o pomoc. Potem zwykle jest spektakularny ratunek, kilka sztucznych wdechów i powrót ofiary do życia. Rzeczywistość jest zupełnie inna.

– Tonący nie ma siły, by wezwać pomoc. Całą energię kieruje na to, by złapać oddech i utrzymać głowę nad powierzchnią wody – podkreśla ratownik Damian Kopczyński. – W sytuacji, w której osoba topiąca się zachłynie się wodą i straci przytomność, na uratowanie jej życia mamy tzw. złote cztery minuty. Jeśli w porę nie nadejdzie pomoc, tonący w ciszy

Lekkomyślność i brawura

Większości wypadków można by uniknąć, gdyby zostały zachowane podstawowe zasady bezpieczeństwa nad wodą. – Wybierajmy kąpieliska strzeżone – zachęca płocki ratownik. Podkreśla, że są one odpowiednio przygotowane, tzn. że została przeprowadzona penetracja dna, wyznaczono odpowiednie strefy dla osób, które umieją pływać i dla tych, które nie mają tej umiejętności, a także wydzielono brodzik dla dzieci.

– Poza tym na takich kąpieliskach jest ratownik, który zawsze nam pomoże – przekonuje. Przypomina też, by amatorzy sportów wodnych zakładali kamizelkę asekuracyjną, niezależnie od tego, czy potrafią pływać. Może ona uratować życie.

Widzisz te znaki? Nie ignoruj!

Przed niebezpiecznymi miejscami ostrzegają czarno-żółte tablice.

– Czarne punkty powstają w miejscach, gdzie mierzymy się z tragicznymi statystykami utonięć. Widząc taki znak, powinniśmy zrezygnować z kąpiel w danym zbiorniku, nawet kiedy umiemy pływać. Obserwując taflę wody, nie możemy wiedzieć, co kryje się głębiej – mówi **mł. asp. Malwina Wlazło** z Komendy Wojewódzkiej Policji z siedzibą w Radomiu.

Akcję oznaczania niebezpiecznych kąpielisk tzw. czarnymi punktami wodnymi prowadzi (od 2009 r.) samorząd Mazowsza wraz z mazowiecką policją. W identyfikację miejsc szczególnie niebezpiecznych nad wodami i w regionie w tym roku po raz pierwszy zaangażowane zostały podmioty uprawnione do wykonywania ratownictwa wodnego. Dzięki współpracy powstał aktualny wykaz czarnych punktów wodnych na ten rok. Na Mazowszu jest ich 123.

Ratownicza wodna Sylwia Kopczyńska przestrzega przed wchodzeniem do wody przy wywieszonej czerwonej fladze.

– Pojawia się ona, kiedy temperatura wody jest niższa niż 14 stopni lub jest skażona np. przez sinice, a także przy wyładowaniach atmosferycznych oraz podczas trwania akcji ratunkowej – wylicza. Mówi też o innych zagrożeniach. – Rodzice bardzo często pozwalają swoim pociechom wchodzić do wody bez opieki, co bardzo często wiąże się z ich zaginięciem.

Pięś? Nie pływaj!

Ze statystyk policyjnych wynika, że zgubne – zwłaszcza w przypadku starszych amatorów wodnych atrakcji – mogą być brawura, lekkomyślność oraz alkohol. Ratownik Damian Kopczyński mówi ze swojego doświadczenia, że za 4 z 10 utonięć stoją napoje procentowe albo środki psychoaktywne.

– To ciągle jeden z większych problemów – wskazuje.

Co robić, gdy widzimy tonącego?

Jeśli przebywamy blisko ratowników, jak najszybciej poinformujmy ich o zagrożeniu. Są oni szkoleni w działaniu z osobami topiącymi się i wiedzą, jak szybko i bezpiecznie przeprowadzić akcję. Bywa jednak, że sami decydujemy się pomóc.

– To bardzo ważne i szlachetne, ale najpierw oceńmy nasze możliwości – fizyczne i sprzętowe. W przypadku dużych rzek, jak Wisła, nie możemy biec na pomoc bez sprzętu, bo sami możemy ucierpieć – przypomina Damian Kopczyński.

Jeśli nie znajdujemy się nad kąpieliskiem strzeżonym, w pierwszej kolejności powinniśmy powiadomić odpowiednie służby. Widząc tonącego, najpierw dzwonimy pod nr tel. 112. Gdy jest większa grupa osób i mamy np. linę czy nawet zwinięty ręcznik, możemy próbować ratować tonącego. Najpierw odpowiednio zabezpieczamy się liną i przy asekuracji innych stojących na brzegu wchodzimy do wody. Mamy wtedy pewność, że ktoś nas ściągnie do brzegu.

Potrzebna pomoc dla WOPR i OSP

O właściwe wyposażenie służb ratunkowych od lat dba samorząd województwa. Od 2016 r. współpracuje z organizacjami pozarządowymi w ramach otwartego konkursu ofert w obszarze „Ratownictwo i ochrona ludności”. W tym roku wsparcie trafiło do **13 organizacji** (WOPR-y oraz jedna jednostka OSP), które otrzymały łącznie **1,4 mln zł**.

Na przestrzeni ostatnich 7 lat pomoc wyniosła 3,5 mln zł. Środki te pomagają w zakupie m.in. sprzętu ratowniczego, ale też organizacji szkoleń i dyżurów ratowników na kąpieliskach. Z takich dotacji z sukcesem skorzystało Rejonowe Płockie WOPR.

– Dzięki ogromnemu wsparciu samorządu Mazowsza, tylko w 2022 r., na wyposażenie naszej jednostki trafił nowy podręczny sprzęt ratowniczy, m.in. kamizelki asekuracyjne, ubrania dla ratowników, rzutki, boje, koła ratunkowe, kołowrót ratowniczy i silnik zaburtowy o mocy 6 KM, niezbędne wyposażenie toreb medycznych R1 oraz radiotelefony – wylicza wiceprezes WOPR Płock **Piotr Lisocki**.

Przeprowadzono również 312 godzin patroli zespołów ratowniczych. Zwiększyło to poziom bezpieczeństwa osób wypoczywających i przebywających nad obszarami wodnymi, w szczególności na Jeziorze Urszulewskim w Szczutowie oraz nad rzeką Wisłą. Dotacja wyniosła 42 tys. zł.

Relaks z wędką?

Ratownicy WOPR dbają też o bezpieczeństwo wędkarzy, bo i amatorów tej formy spędzania wolnego czasu nie brakuje.

– Tu spotykają się Bug i Narew, tworząc Jezioro Zegrzyńskie – doskonałe siedlisko suma i sandacza. W razie zagrożenia wędkarze mogą tu liczyć na wsparcie WOPR – mówi **Roman Pierzchanowski**, wiceprezes ds. promocji Okręgu Mazowieckiego Polskiego Związku Wędkarskiego w Warszawie. – Dalej rzeki wpadają do Wisły, przedłużając atrakcyjne tereny wędkarskie Okręgu Mazowieckiego Polskiego Związku Wędkarskiego aż do zapory we Włocławku. Narew od Serocka za Pułtusk jest świetnym rewirem szczupaka, a brzegi rzeki są oblegane latem przez wędkarzy łowiących z brzegu głównie leszcze – wylicza.

Aby z wędkowania wrócić spokojnie do domu, pamiętajmy o kilku zasadach. Wybierając się samotnie na wyprawę, poinformujmy bliską osobę, w jakiej okolicy planujemy łowić. Jeśli wypływamy łodzią, nie zapominajmy o kamizelce asekuracyjnej albo kombinezonie pływającym. W upalny dzień zadbajmy o nakrycie głowy i odpowiednie nawodnienie organizmu. Nie wędkujmy podczas burzy i w pobliżu przewodów elektrycznych. Zabezpieczmy także sprzęt.

Warto też wpisać do telefonu numer ratunkowy nad wodą – **601 100 100**.

Bezpieczna kąpiel

Sylwia Kopczyńska zwraca uwagę, że plażowicze z roku na rok zachowują się rozważniej nad wodą, dzięki m.in. akcjom edukacyjnym prowadzonym przez szkoły, policję, osp i samorządy.

Jedną z form promujących bezpieczny wypoczynek nad wodą są pokazy instruktażowe „Bezpieczna kąpiel” organizowane przez Wydział Prewencji Komendy Wojewódzkiej Policji z siedzibą w Radomiu. Projekt edukacyjny „Bezpiecznie nad Wisłą” realizuje też Muzeum Sportu i Turystyki w Warszawie przy współpracy z Warszawskim Komisariatem Policji Rzeczej, Wodnym Ochotniczym Pogotowiem Ratunkowym oraz samorządem Mazowsza. Od jego uruchomienia w 2022 r. z zajęć edukacyjnych skorzystało ponad 2,5 tys. dzieci.

– Nowością tegorocznej edycji będą spotkania w 10 szkołach podstawowych na terenie województwa mazowieckiego, w których planujemy udział 1,5 tys. dzieci z klas 1–8 – mówi **Sławomir Majcher**, dyrektor Muzeum Sportu i Turystyki w Warszawie (placówka samorządu Mazowsza).

O tym, jak zadbać o swoje bezpieczeństwo nad wodą, opowiadać będą wykwalifikowani ratownicy i policjanci.

– Przygotowaliśmy komiks zawierający możliwe scenariusze niebezpiecznych sytuacji nad wodą oraz najlepsze sposoby działania w sytuacji zagrożenia – dodaje Sławomir Majcher.

Projekt finansuje samorząd Mazowsza. Akcja potrwa do końca roku.

Wypoczynek w zasięgu ręki!

Miejsc do wypoczynku na Mazowszu nie brakuje. Lokalizacja sprawia, że popularnością wśród warszawiaków cieszy się Jezioro Zegrzyńskie – raj dla pasjonatów żeglarsstwa, ale też doskonałe miejsce dla lubiących kajaki, rowery wodne i wiosłowe łódki. Na dwóch Jeziorach Bielawskich, niedaleko Konstancina-Jeziorny, swoich sił mogą spróbować amatorzy wakeboardu. Alejki spacerowe, plac zabaw dla dzieci, tereny zielone i drewniane moło to atuty dzikiej plaży w Nieporęcie. Działają także szkoły windsurfingowe i żeglarskie oraz wypożyczalnie łodzi.

W jaki sposób możemy uchronić się przed niebezpieczeństwem nad wodą?

- Przestrzegaj regulaminu kąpieliska, nad którym wypoczywasz.
- Orientuj się w oznaczeniach obowiązujących na kąpielisku: biała flaga – kąpiel dozwolona, czerwona flaga – kąpiel zabroniona, brak flagi – nie ma dyżuru ratowników.
- Nie kąp się w stawach, gliniankach oraz na żwirowiskach – mogą być zanieczyszczone, zarośnięte i głębokie; w razie zagrożenia nikt nie usłyszy twojego wołania o pomoc.
- Korzystaj z kąpielisk odpowiednio zorganizowanych i oznakowanych, będących pod nadzorem ratowników.
- Będąc nad jeziorem, nie kąp się przy zniszczonych pomostach oraz budynkach.
- Podczas wypoczynku z dziećmi miej stały nadzór nad miejscem ich pobytu, nawet jeśli umieją pływać.

Pierwsza pomoc w kilku krokach

Poszkodowanego kładziemy na wznak na twardym podłożu i sprawdzamy czy jest przytomny i reaguje, np. na głos. Jeśli nie, należy:

- udrożnić drogi oddechowe;
sprawdzić czy oddycha, kładąc jedną rękę na czole, a drugą pod brodą i odchylić głowę;
- jeśli nie oddycha – zrobić 5 wdechów i rozpocząć uciskanie klatki piersiowej, wykonując 30 mocnych uciśnień (spłecione dłonie na środku klatki piersiowej) na głębokość 5–6 cm, wykonać 2 wdechy i powtórzyć 30 uciśnień klatki piersiowej – powtarzamy do skutku lub przyjazdu karetki.

Utonięcia na Mazowszu

źródło: Komenda Wojewódzka Policji z siedzibą w Radomiu. 1

- W 2021 r. w rzekach i stawach utonęło łącznie 16 osób, w jeziorach i zalewach – 4, w innych – 5.
 - W 2022 r. w rzekach utonęło 16 osób, w jeziorach i zalewach – 6, w stawach – 11, w rowach – 4, w innych – 9.
-

Anna Brzezińska, radna województwa mazowieckiego (klub radnych KO)

Bezpieczeństwo mieszkańców Mazowsza, w tym także wypoczywających nad wodą, to obszar dla mnie szczególnie ważny. W tegorocznym budżecie znalazła się moja poprawka do programu wsparcia dla WOPR. Jestem zadowolona, że udało się znaleźć 1 mln zł, który trafi tam, gdzie jest potrzebny. Dzięki decyzji sejmiku, WOPR-y na Mazowszu mogą kupić nowoczesny sprzęt ratowniczy, by służby wodne mogły reagować szybciej i skuteczniej.

– Bezpieczeństwo nad wodą to wciąż istotny problem w całej Polsce, także na Mazowszu. Oprócz akcji edukacyjnych i prewencyjnych, przekazujemy też wsparcie finansowe jednostkom WOPR z całego regionu. Łączna kwota dofinansowania z budżetu województwa to ponad 1,4 mln zł. Środki pomogą m.in. w zakupie sprzętu ratowniczego – podkreśla marszałek Adam Struzik (klub radnych PSL).



fot. UMWM

Letni czas kojarzy się nam z wolnością i beztroską. Jednak korzystając z uroków lata, często zapominamy o podstawowych zasadach bezpieczeństwa.



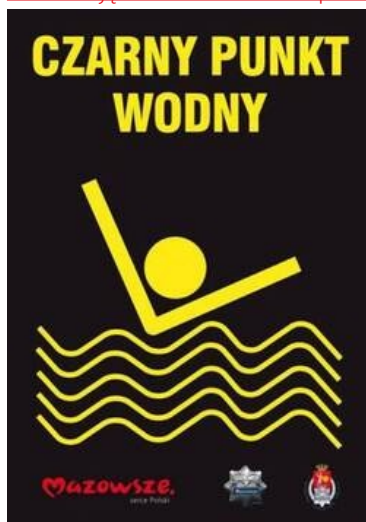
fot. Dariusz Ossowski

Co robić, gdy widzimy tonącego? Jeśli przebywamy blisko ratowników, jak najszybciej poinformujemy ich o zagrożeniu. Są oni szkoleni w działaniu z osobami topiącymi się i wiedzą, jak szybko i bezpiecznie przeprowadzić akcję.



fot. UMWM

Samorząd Mazowsza, mazowiecka policja i ratownicy wodni przypominają o zasadach bezpiecznego wypoczynku nad wodą, prowadząc m.in. akcję oznaczania niebezpiecznych akwenów tzw. czarnymi punktami. Na Mazowszu jest ich 123.



fot. UMWM

UWAGA

Informacje opublikowane przed 1 stycznia 2021 r. dostępne są na stronie archiwum.mazovia.pl