



# Bezpieczna zima z WOPR Płock

Projekt dofinansowany ze środków Powiatu  
Sierpeckiego na realizację zadania  
publicznego „*Organizowanie akcji  
informacyjnej i profilaktycznej w zakresie  
bezpieczeństwa na terenie akwenów  
wodnych na rok 2021*”





Co robimy ?

Kim jesteśmy?





# Ratujemy zdrowie i życie ludzkie





# Szkolimy na stopnie ratownicze WOPR





# Doszkalamy ratowników







# Zabezpieczamy imprezy na i przy wodzie







# PROMUJEMY BEZPIECZEŃSTWO NAD WODĄ



*Dziś opowiemy Wam o :*

*Ratownictwie lodowym  
i  
samoratownictwie*



ŁYŻWY



14/JAN/2012

# NARTY BIEGOWE



# INNE ATRAKCJE







© Tygodnik Plocki www.tp.com.pl







# HELIKOPTER





# PODUSZKOWIEC





# TRAP RATOWNICZY



# KATAMARAN WODNO - LĄDOWY





# *SANIE LODOWE*





# ŁÓDŹ PŁASKODENNA





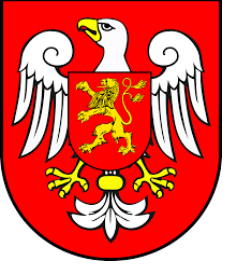
# DRABINA





# *WYPOSAŻENIE OSOBISTE RATOWNIKA*





# KASK



# KAMIZELKA ASEKURACYJNA



# *KOMBINEZON OCHRONNY*





# RZUTKA RĘKAWOWA





# ***KOLCE LODOWE***



# KOMPLET





***Za pomocą omówionego sprzętu, ratownicy mogą przeprowadzić sprawną akcję ratunkową. Jednak czas potrzebny na zawiadomienie odpowiednich służb oraz ich przyjazd, może okazać się zbyt długi aby uratować ludzkie życie. Dlatego pragniemy Wam pokazać jak można we własnym zakresie zabezpieczyć się przed skutkami załamania lodu.***

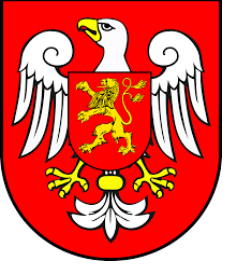


# CZY ZDAŻĄ?



# CZAS !!!





# JEŚLI TAK





# LEPIEJ NIE POTRZEBOWAĆ TAKIEJ POMOCY





***MINIMALNE ZABEZPIECZENIE  
POZWOLI CI URATOWAĆ SIĘ  
SAMEMU !***

# MINIMALNE ZABEZPIECZENIE:



## PLECAK Z UBRANIEM NA ZMIANĘ :

- buty, czapka, rękawiczki, bielizna, spodnie, bluza lub sweter, kurtka,
- gwizdek,
- termos z gorącą herbatą,



## KOLCE LODOWE LUB ŚRUBOKRĘTY,

## RZUTKA RĘKAWOWA LUB LINA





# SAMORATOWNICTWO



# PRZYGOTUJ SIĘ ODPOWIEDNIO ZANIM WEJDZIESZ NA LÓD

1. Poinformuj kogoś o tym, że wybierasz się na lód,
2. Nie idź sam,
3. Ubierz się odpowiednio – „na cebulkę”
4. Zabierz sprzęt asekuracyjny :
  - a) kolce lodowe lub śrubokręty,
  - b) Plecak z ubraniami na zmianę i ciepłą herbatą,
  - c) Linę (rzutkę rękawową) i gwizdek,
5. Sprawdzaj lód – przed wejściem oraz w trakcie przebywania na jego powierzchni,

**PAMIĘTAJ !!!**

**NA LODZIE UNIKAJ PRZEBYWANIA W POBLIŻU BUDOWLI WODNYCH : POMOSTY, OCZYSZCZALNIE ŚCIEKÓW, PRZEPOMPOWNIE WODY, ŚLUZY, MOSTY, itp.**





# Czy lód jest bezpieczny?



## UWA GA!

- podane wartości dotyczą lodu świeżego, czarnego, na wodach stojących
- lód nie wszędzie jest tej samej grubości
- wytrzymałość lodu zależy od temperatury
- **Pamiętaj wchodząc na lód ZAWSZE ryzykujesz!**



# ***JEŚLI LÓD SIĘ ZAŁAMIE POD TOBĄ :***

- 1. Nie panikuj – nie wykonuj gwałtownych ruchów**
- 2. Wzywaj pomocy – użyj gwizdka lub krzycz**
- 3. Użyj kolców lodowych – wydostań się z lodu w kierunku z którego przyszedłeś**
- 4. Po wydostaniu się z przerębla nie wstawaj – odczołgaj (odtoocz) się kilka metrów na „gruby lód”**
- 5. W miejscu bezpiecznym jak najszybciej przebierz się w suche rzeczy – uprzednio przygotowane w plecaku**
- 6. Wypij gorącą herbatę**
- 7. Udaj się do domu**
- 8. Jeśli to konieczne skontaktuj się z lekarzem**



# WIDZISZ ŻE POD KIMŚ ZAŁAMAŁ SIĘ LÓD

1. Nie panikuj – wezwij specjalistyczną pomoc – tel. 998, 112, 601-100-100
2. Oceń sytuację – czy jesteś w stanie udzielić bezpośrednio pomocy poszkodowanemu
3. Użyj podręcznego sprzętu ratunkowego – sanki, lina, szalik, drabina, kijek narciarski, itp. – „przedłuż swoją rękę”
4. Nie idź po lodzie – CZOŁGAJ się do poszkodowanego
5. W odległości kilku metrów od poszkodowanego podaj mu podręczny sprzęt ratunkowy i pomóż mu wydostać się z przerębla
6. Zapewnij poszkodowanemu komfort termiczny lub jeśli to możliwe to pomóż mu przebrać się w suche rzeczy,
7. Przekaż poszkodowanego specjalistycznym służbom



***ZWIĘKSZ SWOJE SZANSE***

**-**

***SZANUJ SWOJE ŻYCIE !!!***

Projekt dofinansowany ze środków Powiatu  
Sierpeckiego na realizację zadania  
publicznego *„Organizowanie akcji  
informacyjnej i profilaktycznej w zakresie  
bezpieczeństwa na terenie akwenów  
wodnych na rok 2021”*

