

Bezpečně o prázdninách

7.6.2024 - Libor Barták | Policie ČR

Rady, jak se bezpečně chovat v letních měsících.

Letní prázdniny již klepou na dveře a s nimi se otevírá spousta možností, jak si je pořádně užít. K dispozici bývá spousta volnočasových aktivit, které si ve velkém užívají děti, ale i dospělí. Ať už se jedná o čas strávený u vody nebo na vodě, různé sportovní aktivity jako je například cyklistika, pěší turistika nebo návštěvy zajímavých lokalit, vše nese svá rizika. Tímto bychom chtěli připomenout, jak se správně vybavit, čemu věnovat zvýšenou pozornost a co třeba raději vůbec nedělat.

Začneme u vody, která je největším lákadlem v horkých letních měsících. Jedním z největších rizik je skákání do neznámé vody. Ve vodě mohou být velké kameny, které nejsou na první pohled vidět, hladina může být příliš nízká nebo může dojít i ke zdravotním komplikacím, kdy je člověk rozpálený z letního horka a skočí do studené vody. Bohužel veškeré toto jednání může mít velmi vážné následky a je potřeba mít toto na paměti. V neposlední řadě upozorňujeme i zdatné plavce, aby nepřeceňovali své síly. Někdy i návrat ke břehu se může velmi zkomplikovat a následné vyčerpání může člověka ohrozit na životě. Dále nenechávejte malé děti bez dozoru, ale i ty větší poučte, aby vám hlásily, že jdou do vody a vy jste měli přehled, co dělají a kde se nachází. U začínajících plavců používejte vhodné a bezpečné pomůcky, ale nespolehejte na to, že se dítěti nemůže nic stát. Velmi nebezpečné je pro neplavce například nafukovací lehátko, na kterém se dostane do hluboké vody a následně z něj spadne.

A pokud vás voda omrzí nebo nejste vyloženě vodní typ, můžete se třeba věnovat cyklistice, která stále stoupá na popularitě. S přibývajícími cyklisty však bohužel stoupá i počet nehod a úrazů. Používání cyklistické přilby je pro děti do 18 let povinné, doporučujeme ji však používat všem věkovým kategoriím. Velký počet úrazů na kole se týká především hlavy a následky mnohdy bývají až fatální. Proto přilbu nepodceňujte. Důležité je ji mít i správně nastavenou a upevněnou, jinak neplní svou funkci. Dále nezapomínejte na reflexní prvky, případně světla a správně vybavené a seřízené kolo.

Dále dodržujte pravidla silničního provozu, respektujte dopravní značení, buďte obezřetní a ohleduplní ke svému okolí. Poučte i své děti, jak se jako chodci mají pohybovat na pozemních komunikacích. Velké riziko vzniká při přecházení silnice, proto dětem připomínejte správné rozhlížení, užívejte pro přecházení místa k tomu určená nebo jiná bezpečná místa, kde je dobrý výhled do obou stran. Dále by děti měly pamatovat na to, že silnice není hřiště.

V neposlední řadě se může stát, že se v přírodě během procházek setkáte s nálezem podezřelého předmětu připomínajícího munici. Jak postupovat v takovém případě? Především je nutné zachovat nejvyšší míru opatrnosti. Zásadně s věcí nijak nemanipulovat. Důležité je odstoupit do bezpečné vzdálenosti a přivolat policii přes bezplatnou linku 158. Policisté prostor zajistí a na místo se dostaví policejní pyrotechnik, který munici zajistí.

Nezapomínejte na základní pravidla bezpečného chování a užijte si léto bez úrazů a jiných stresových událostí.

S policisty z Krajského ředitelství policie Libereckého kraje se budete moci setkat i během léta na různých cyklostezkách, u vodních toků a koupališť, kde budou veřejnosti radit a upozorňovat na výše popsaná rizika.

<https://www.policie.cz/clanek/krajske-reditelstvi-policie-lbk-zpravodajstvi-bezpecne-o-prazdninach.aspx>