

A téli szünetre kellemes pihenést és balesetmentes sportolást kívánunk!

Bács-Kiskun Megyei Rendőr-főkapitányság
Bűnmegelőzési Osztály
Balesetmegelőzési Bizottság



1. Jégen tartózkodás szabályai

Természetes vizeink közül sportolási célra csak és kizárólag az álló vizek alkalmasak, befagyott folyóvizekre, bányatavakra, csatornákra rámenni mindig komoly veszélyt jelent, mivel a jégréteg alatti vízmozgás kiszámíthatatlan.

A jégbeszakadásoknak gyakran halálos kimenetelű végkifejlete van. A hirtelen hőmérsékletváltozások, illetve a tartósan enyhe időjárás nagymértékben megváltoztathatja a jégtakaró tulajdonságait, ezáltal az veszélyessé, kiismerhetetlenné válhat.

A fagyásban lévő jég terhelhetősége:

- kb. 12 cm vastagságnál * szánkózás, fakutyázás a part közelében lehetséges
- kb. 18 cm vastagságnál * már csoportok is a jégen tartózkodhatnak.

A biztonságosnak ítélt jégre is TILOS rámenni éjszaka, korlátozott látási viszonyok között, járművel - a biztonságos munkavégzés kivételével -, kikötők és veszteglőhelyek területén valamint a folyókon.



A horgászat, illetve szellőztetés céljából történő lékvágás esetén a jégmentessé vált területet legalább 50 méter távolságból felismerhető módon meg kell jelölni. Aki a jégen jégkitermelést folytat, vagy a halak oxigén ellátását biztosító, 1 négyzetméternél nagyobb léket vág, köteles a jégmentessé vált területet 1 méteres magasságban elhelyezett, legalább 10-10 cm széles, piros-fehér csíkozású korláttal ellátni.

Néhány jó tanács:

- Soha ne menjen senki egyedül a jégre, ne álljanak szorosan egymás mellé nagy csoportban és lehetőleg folyamatosan mozogjanak, ne egy helyben ácsorogjanak!
- A jégen tartózkodás során, gyanús ropogás, recsegés esetén, azonnal hasra kell feküdni a jégre, hogy a terhelés minél nagyobb felületen legyen elosztva, és meg kell próbálni a legközelebbi biztos pontot (partot, stéget) hason csúszva elérni.
- Beszakadás esetén igyekezni kell a jég szélében megkapaszkodni, és lábbal a legközelebbi biztos pont felé lökni magunkat, közben segítséget kell kérni. A part felé igyekvés során kerülni kell a felesleges mozdulatokat. Partot érés után azonnal meleg helyre kell menni.
- Senki ne kezdjen felelőtlenül mások mentésébe, ezzel a saját életét kockáztathatja, illetve további beszakadások keletkezhetnek. Hívjon segítséget! A mentést végzőt kötelekkel, illetve társakkal kell biztosítani. Ha más eszköz nincs, egy hosszú, de erős ágat, ruhadarabot nyújtson a jégbeszakadtnak, ha többen vannak, egymás lábát fogva - mint egy hason fekvő lánc - lehet segíteni. A mentést követően hívja a 112-es segélyszámot.

2. Sí, szánkó, hódeszka használata

Tekintettel arra, hogy mind síléccel, mind szánkóval elképesztő sebességet lehet elérni, a hatalmas ütközési energia miatt még a megfelelő védőeszközök használata mellett is az életet jelentősen veszélyeztető sérülések következhetnek be, esetenként a balesetek halálos kimenetelűek is lehetnek. Veszélyhelyzetben hívjuk a 112-es segélyszámot.



- Lehetőleg csak kifogástalan állapotú sporteszközökkel menjen kirándulni.
- Legyenek körültekintőek és elővigyázatosak, csak a helyszín pontos, óvatos felmérése és a megfelelő bemelegítés után induljanak neki a sí- vagy szánkópályának.
- Csak tiszta látási viszonyok között keressék fel a sportolásra kijelölt pályát.
- Kerüljék el a túlszűfolt helyeket, tömegben fokozottabb a balesetveszély.

- Ittasan, fáradtan ne kezdjen el síelni, korcsolyázni, mert nem lesz képes koncentrálni önmagára és a többi sportolóra sem. Iktasson be rövidebb pihenőket, ha pedig ez sem használ, folytassa a csúszkálást másnap, pihenten.

3. Drogok nélküli ünnepeket!

A drogfogyasztás számtalan gond és baj forrása lehet. Hatása időleges, amikor elmúlik, a drogos visszacsúszik abba a világba, ahonnan menekülni vágyott. A túl gyakran vagy túl nagy adagban fogyasztott élvezeti szerek előbb-utóbb súlyos szellemi és egészségkárosodást okoznak.

Az alkohol a gátlásokat is oldja, és vakmerő viselkedésre ösztönöz. Megeshet, hogy az ittas ember összeverekedik valakivel, vagy ittasága miatt autóbalesetet okoz, veszélyeztetve a maga és mások testi épségét. A magatehetetlen, önkívületi állapotában lévő személy a hányadékától megfulladhat.



A drog fogyasztása szenvedéllyé válhat, amelyhez vezet. Aki drogfüggővé vált, annak r

ődő drogfogyasztás függőséghez hozzá kell jutnia szenvedélynek

tárgyához, különben testi-lelki gyötrelmeket él át.

Ha a függőségben szenvedő nem jut hozzá a drogjához, fizikai elvonási tünetek lépnek föl nála. Ezek a remegéstől és verejtékezéstől a görcsökön és fájdalmakon át a hallucinációig, az eszméletvesztésig vagy akár a végzetes kimenetelű görcsrohamokig terjedhetnek.



A drogok bevitelének módja is nagy károsíthatja az orrot és a légutakat. A c

it rejt magában. A szippantás

itt kézzől kézre járó, többszörös használt injekcióstűk olyan súlyos betegségek vírusát terjesztik, mint a májgyulladás (hepatitis B és C) vagy az AIDS.

A halálos boldogság veszélyei:

- A szer megszerzéséhez szükséges anyagi fedezet folyamatos biztosítása egyre nagyobb és nagyobb terhet ró a fogyasztóra és a környezetére is. Nagyon sok fiatal azonban nemcsak a pénzével, hanem az életével is fizethet érte.
- Bizonyos szerek mellékhatása, hogy a fogyasztó agressziója fokozódik és ezt saját magát vagy a környezetén vezeti le.
- A kábítószeres tartása, fogyasztása, előállítása, termesztése, az ezzel kapcsolatos terjesztői magatartások (pl. kínálás, kereskedés) **bűncselekménynek**

számítanak. A kábítószeres használata azon túl, hogy veszélyes és ártalmas a szervezetre, rombolóan hat a lélekre is, komoly függőséget alakíthat ki.

Ha te, vagy a környezetemben valaki drogproblémákkal küzd, hívd a Drog Stop telefonszámát (06-80-505-678) vagy a Droginformációs zöld számot (13-770), valamint szükség szerint, életveszélyben a 112-es segélyhívószámot.

Balesetmegelőzés télen is!

Fontos a környezeti adottságok figyelembevétele.

Sokan indulnak el úgy otthonról, hogy először akkor szembesülnek az időjárás viszontagságaival, amikor fenékre huppannak a ház előtt, egy lépcsőn vagy a járdán.

A balesetek elkerülésének legegyszerűbb módja az, ha:

Indulás előtt ellenőrizzük az útviszonyokat, és ha szükséges, csúszásmentessé tesszük otthonunk környékét.

A csúszásbiztos talppal rendelkező csizmák és bakancsok védelmet nyújtanak a városi és a vidéki közlekedés kihívásaival szemben.

Ha autóval megyünk a családdal kirándulni, Karácsonykor a nagyszülőket, rokonokat meglátogatni, hajlamosabbak vagyunk figyelmen kívül hagyni az időjárást, és csupán egy könnyű kabátot viszünk magunkkal, kiegészítőt pedig szinte egyáltalán nem. A hirtelen időjárásváltozás, a hóvihar és hóátfúvás járhatatlanná teheti az utat akár percek alatt is, és az autóban csak addig van meleg, amíg ki nem fogy az üzemanyag.

Vészhelyzet esetén akár életet is menthet az alaposan felkészített gépjármű:

A gépjármű felkészítése nemcsak a téli gumi és a hólánc beszerzését jelenti, bár nyilvánvalóan rendkívül fontosak és nélkülözhetetlenek, de azt is, hogy legyen nálunk:

-megfelelő téli ruházat, meleg kabát, csizma és kiegészítők,

-víz, esetlegesen termoszban meleg tea

-meleg takarók

-ha hosszabb útra indulunk, nem árt, ha egy pár szendvicset, és egy teli kanna üzemanyagot is bekészítünk az útra.

Könnyű az időjárást hibáztatni a tipikus téli balesetek miatt, és valóban előfordulhat, hogy minden elővigyázatosságunk ellenére megtörténik a baj. Az, hogy biztonságban tudjuk magunkat, elsősorban a saját felelősségünk! Bűnbakok keresése helyett fordítsunk inkább több figyelmet a megelőzésre és a felkészülésre.

Te is tegyél a közlekedés biztonságáért!