

Gondolkozz!
Tájékozódj!
Nézz utána!
Készülj fel!



Központi segélyhívó:

112



Mezőtúri Katasztrófavédelmi Kirendeltség



Kedves Gyerekek!

Biztonságos sportolás, a jégen tartózkodás szabályai

Tartós hideg hatására kellően megvastagodnak az élővizek jégtakarói. A szabad vizek jégen tartózkodni csak akkor szabad, ha a jég kellő szilárdságú, nem olvad, illetve nem mozog. A szabad vizek jégen tartózkodni csak azokon a helyeken szabad, amelyek nem esnek tiltó rendelkezés alá.

TILOS a szabad vizek jégen tartózkodni:

Állóvizeken:

- éjszaka és korlátozott látási viszonyok között,
- járművel, a biztonságos munkavégzés kivételével,
- kikötők és veszteglőhelyek területén.

Folyóvizeken.

A jégen mindenki csak saját felelősségére tartózkodhat!

Hogyan válasszuk ki a korcsolyázás, fakutyázás helyét?

- A jégre lépés előtt vizsgáljátok meg annak minőségét! A legbiztonságosabb a jól átlátszó, homogén állapotú jég. Kevésbé biztonságos a hójég, amely nem átlátszó, a hóba esett eső vagy az olvadás során rétegesre fagy, kásásnak tűnik. A legbizonytalanabb az üreges jég, amely lehet ugyan átlátszó, de a jég belsejében jól látható légbuborékok képződtek. Ennek a legkisebb a teherbírása.
- A part közelében a jég rendszerint vékonyabb, néha üreges, ezért könnyebben törik.
- Beszűküléseknél áramlatok gyöngíthetik a jeget.
- Sűrű hótakaró alatt a jég vékonyabb, mint a hómentes helyeken.
- Legalább 8 cm-es jégtakaró szükséges a biztonságos téli jeges sportoláshoz, de 12 cm-es jégvastagság esetén már biztonságban érezhetjük magunkat.
- A jég a tavakon, nyílt vizeken soha nem egyforma vastag, ezért ne kíséreljünk meg rajta átkelni!

Fontos tanácsok

- Soha ne egyedül menjete a jégre kikapcsolódn! Legalább ketten, optimális esetben hárman együtt sportoljatok, így tudtok egymásra figyelni, illetve egymáson segíteni baj esetén.
- Fontos a ruházat helyes megválasztása. Testhez simuló több rétegű, lehetőleg kis nedvszívó tulajdonságú (termo, orkán, pamut) ruhákat válasszatok! Ezek lassan engedik át a vizet, így ha vízbe esünk nem nagy súllyal húznak és lassabban hűl ki a testünk.
- A jégen nyugodtan és egyenletesen lépkedjete, ha elesnéte, az fokozza a jég beszakadásának esélyét. Síbottal vagy bottal ellenőrizzété az előttetek lévő jég vastagságát, szilárdságát!

Mit teyünk, ha beszakad alattunk a jég?

A jég jól hallható recsegése, ropogása biztos előjele annak, hogy bármelyik pillanatban beszakadhat. Ha ilyet hallotok magatok alatt, azonnal feküdjetek minél nagyobb testfelülettel a jégre és próbáljátok meg a legközelebbi biztos pontot hason csúszva elérni!

Ha beszakad alattatok a jég, tártátok szét karjaitokat és ejséte magunkat előre. Próbáljátok megakadályozni, hogy a jégfelület alá csúsztatok, vagy lemerüljete a vízbe! Próbáljátok meg nyugodtak maradni és kimászni a jégfelületre, majd hason kúszni a part felé! Kerüljete a felesleges mozdulatokat, megőrizve így a ruházatban lévő szigetelő légréteget! Ha a jég újból és újból beszakad, vágjátok magunknak utat a part felé addig, amíg ki nem érte a partra, vagy teherbíró jégfelülethez nem érte!

Hogyan nyújthatunk segítséget másoknak?

Hason csúszva közelítséte meg a jég közé került személyt, de ne menjete egészen a beszakadásig! Az utolsó szakaszt hidaljátok át **segédeszközökkel** (hosszú ággal, bottal, kötéllel, nadrágszíjjal - esetleg többet összekötve - vagy ruhadarabokkal)!

Ha több segítőtárs van a helyszínen, **alkossatok láncot** úgy, hogy mindenki hason fekvé az előtte lévő lábát fogja! Az odanyújtott segédeszközökkel húzzátok ki a szerencsétlenül jártat a jégre, majd a partra.

A jeges vízből mentett embert azonnal ne vigyéte túlfűtött, meleg helyre. Miután a jeges ruházatától megszabadítottátok, dörzsöléssel próbáljátok a vérkeringését beindítani! Az ilyen személyt minden esetben orvosi elsősegélyben, orvosi ellátásban kell részesíteni!

Ha van mobiltelefonotok, azt mindig feltöltött állapotban vigyéte magunkkal, így azonnal tudtok segítséget hívni!

Érdemes figyelembe venni, hogy a mobiltelefon akkumulátora nagy hidegben hamarabb lemerülhet.

Baleset bejelentése

Bejelentéskor mondjátok el **neveteket, telefonszámotokat** valamint, hogy **hol** és **mi** történt!

Ha körültekintőek vagytok, a nyílt vizek lehetséges téli veszélyeit ismeritek és betartjátok, akkor a jeges sport egészséges kikapcsolódást és nem szomorúságot okoz.