

ELBIR



ELEKTRONIKUS LAKOSSÁGI BŰNMEGELŐZÉSI INFORMÁCIÓS RENDSZER OKTATÁSI HÍRLEVÉL 2012. DECEMBER

A TÉLI SPORTOK VESZÉLYEI

A jégen tartózkodás szabályai

Beköszöntött a tartósan hideg fagyos idő, így a téli sportok szerelmesei télen is vágynak a természet alkotta jégpályákra.

Ahogy a nyári fürdési idénynek megvannak az áldozatai, sajnos az előírások nem ismeretéből vagy be nem tartásából eredően a befagyott tavak is szedik áldozataikat.

A jégen való tartózkodás és közlekedés legalapvetőbb szabálya, hogy a szabad vizek jegén tartózkodni csak akkor szabad, ha az kellő szilárdságú, nem olvad, illetve nem mozog.

A gyakorlati tapasztalatok alapján az állóvizek jege akkor tekinthető kellő szilárdságúnak, ha vastagsága eléri, vagy meghaladja a 12 cm-t.

TILOS a szabad vizek jegén tartózkodni

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

A jég teherbírását csökkentő tényezők:

- a tó-fenékről előtörő kisebb- nagyobb források,
- csatorna bekötések,
- áradás, apadás által kialakított jégmozgás,
- a felmelegedés a jégreteget elvékonyítja, ami a jégen tartózkodók számára rendkívül veszélyes lehet.

Folyóvizeken jellemző a befagyás folyamatában, hogy a már beállt jégmezőre újabb és újabb táblák torlódnak, rakódnak, ezek nem biztonságosak, a rajtuk való közlekedés életveszélyes és tilos!

A folyóvizek jég alatti vízszintváltozásai jégmozgást idéznek elő, apadás következtében a látszólag még szilárd jég állapota megváltozik, beroppanása várható. Több napos melegebb idő hatására a felület mosódik, a jég vastagsága csökken, szilárdsága romlik, ezért a rajta való közlekedés, sportolás, tartózkodás veszélyes. Nagyobb jégfelületen különös veszélyeket rejthet a friss havazás, mert a jég tényleges állapotát nem lehet időben felismerni. Ezeken a területeken az éjszakai tartózkodás különösen veszélyes.

Ajánlatos azokon a területeken, ahol felnőttek vagy gyermekek tömeges megjelenése várható, pl.: szabad strandok jegén, átkelési helyeknél, a jégből való mentéshez felúszó, nagyfelületű tárgyakat, pl.: falétrát, pallót és megfelelő erősségű és karbantartott kötélzetet tartani készenlétben!

Télen is hatályban vannak a szabad vízben való tartózkodás alapvető szabályai!

A jégen tartózkodás szabályait, a jégbeszakadások miatt bekövetkezett balesetek megelőzése érdekében a rendőrök fokozottan ellenőrzik!

Téli sportok



Amint beköszönt a tél, a „hideg sportok” szerelmesei síelni, szánkózni, korcsolyázni vágnak. A csípős hideg levegőn frissnek, energikusnak érzik magukat és végre kedvükre csúszkálhatnak, mozoghatnak. Az időjárás zordra fordulásával azonban a körülmények egyre több baleseti forrást rejtenek magukban.

Sajnos a téli időszakban rendkívül gyakori elcsúszásos balesetekhez nem kell a sí- és korcsolyapályákig menni, a baj már az első utcasarkon utolérhet bennünket.

Ilyenkor nemcsak az idősebb emberek közül, hanem minden korosztályból akad, aki az utcára lépve elveszíti az egyensúlyát és összezúzza magát. A havas, csúszós járdán elszenvedett balesetek szerencsés esetben tipikus téli balesettel (húzózással, ficammal, rándulással) megúszhatók, de sok ilyenkor a töréssel járó komolyabb esés is. Jeges útviszonyok esetén járjunk a fűvön, földes talajon, vagy más nem teljesen sima felületen, lehetőség szerint a járda mellett!

Korcsolyázás

Csak biztonságos jégen szabad elindulni, a természetes vizeknél különösen fontos ellenőrizni, a helyi hivatalos tájékoztatásból informálódni, hogy megfelelő vastagságú-e.

A jégpályákon leginkább az elesés, az egymásnak ütközés, illetve az elesett egyén kezén való átsiklás fordul elő. Természetes vizeink közül sportolási célra csak és kizárólag az állóvizek alkalmasak. Ne menjünk a jégre folyóvizeken, korlátozott látási viszonyok esetén vagy éjszaka. A vastag hóréteg borította terület veszélyes lehet. A befagyott tárgyak, illetve lék vágása szintén balesetveszélyes. Beszakadás esetén azonnal hívjunk segítséget. Kötélbiztosíték nélkül ne kezdjünk a kimentésbe. Széles alátámasztással hason kúszva mentünk, pl. létra, deszka, bot segítségével. A jeges vízben a kihülés veszélye igen nagy. A jégből kimentett sérültet szabadítsuk meg a vizes ruházatától majd fokozatosan melegítsük fel a testét. Ne vigyük azonnal jól fűtött helységbe!



A befagyott terület mindig kemény, ezért a térd és könyökvédő, főként kicsiknél a bukósisak jó szolgálatot tehet. Eleséskor megtörténhet, hogy átcsúsznak a kezünkön. A kesztyű sajnos ez ellen nem jó, de a vastagnál mégis nagyobb az esély, hogy egyszerűen megússzuk ezt a balesetet, ezért célszerű kesztyűben csúszkálni, mert csökkenti a sérülés súlyosságát. Minden mesterséges pálya mellett van elsősegély állomás.

Fontos:

- Mindig viseljünk védősisakot korcsolyázás közben. A kemény jég nagy sérüléseket okozhat.
- Legyen megfelelő a korcsolya, jó bokatartással.
- Amikor csak lehet nyilvános fedett, vagy szabadtéri jégpályán korcsolyázzunk.
- Ne járjunk soha olyan jégen, amely folyóvíz közelében van, vagy amelynek nem ismerjük a jégvastagságát.

Szánkózás

Nemcsak a legkisebbek tudnak belefeledkezni a szánkózás örömeibe, a felnőttek is gyerekké válnak, a "lejtő tetején felejtik a veszélyérzetüket". A gyerekeket nem szabad egyedül hagyni a terepen, amit előzőleg be kell járni, ellenőrizni kell, nem fut-e rá betonútra, nincs-e rajta kerülendő farönk, kő, jeges folt. Nem szabad szánkózni sípályán, snowboard-pályán, mert a különböző sportok üzöi nem feltétlenül tudják kiszámítani egymás mozgását. Olyan lejtőn sem szabad lecsúszni, aminek az alját nem ismerjük, vagy nem biztonságosan lankás lefutású, ahol meg lehet állni. Lassabban kell menni tömött pályán, és

mindig be kell tartani a biztonságos, legalább 20 méteres követési távolságot. A gyerekeknek is meg kell tanítani ezt, ha más nem, két fa távolságán szemléltetve.

A lejtőn való lesiklás legnagyobb veszélye a bukás és az ütközés. Legjellemzőbb sérülések a törések és agyrázkódások. Tekintettel arra, hogy a szánkóval való lesiklás közben is igen nagy sebességet lehet elérni, a hatalmas ütközési energia miatt még a megfelelő védőeszközök használata esetén is életveszélyes sérülések következhetnek be. A szánkó legyen irányítható. Ne hasaljon vagy fekdjön, hanem üljön rajta. Ne szánkózzon erdős, fás részen és utak közelében, illetőleg éjjel vagy rossz látási viszonyok között. Kisgyermeket ne engedjünk egyedül lesiklani. Amennyiben háttámla van felszerelve az lesikláskor a gerincsérülés veszélyét rejti magában.



SOHA ne kössük a szánkót autó után, mert nagyon balesetveszélyes, pld. fékezésnél könnyen az autó alá kerülhet, utasaival együtt !!!!

Fontos:

- Az 5 év alatti gyerekek nem mehetnek egyedül a lejtőn felnőtt kíséret nélkül.
- Mindig viseljünk sí, vagy jégkorong sisakot miközben szánkózzunk.
- Soha ne használjunk éles éllel ellátott szánt, amivel elvágthatjuk magunkat.
- Kapaszkodó mindig kell, hogy legyen a szánkón.
- Olyan szánkót használjunk, amelyet tudunk irányítani és megfelel a biztonsági előírásoknak.
- Mindig ülünk a szánkón, ne legyünk ráhasalva, vagy ráfekve.
- Soha ne szánkózzunk az utak közelében, keressünk sekély lejtőket, amelyek fáktól, és egyéb akadályoktól mentesek.
- Kerülendő a zsúfolt lejtőkön való szánkózás.
- Csak nappal szánkózhatunk, mert éjjel a lejtő megváltozhat, jeges vagy akadályokkal nehezített lehet.

Mindezekre való tekintettel legyünk tisztában az általános szabályokkal:

- Lehetőleg csak kifogástalan állapotú sporteszközökkel menjünk kirándulni!
- Legyünk körültekintőek és elővigyázatosak, csak a helyszín pontos, óvatos felmérése és a megfelelő bemelegítés után induljunk neki a korcsolya vagy szánkópályának!
- Csak tiszta látási viszonyok között keressük fel a pályát!
- Kerüljük el a túlszűfolt helyeket!
- Ittasan, fáradtan ne kezdjük el szánkózni, korcsolyázni, mert nem tudunk rendesen koncentrálni magunkra és a többi sportolóra sem!
- Iktassunk be rövidebb pihenőket, ha pedig ez sem használ, folytassuk a csúszkálást másnap!
- A magas hegyekben, a hófedte lankák közt hasonlóan erős lehet a napsütés, mint nyáron. Ezért a szabadon levő arcot speciális fényvédő arckrémmel kell bekenni. Az erős fény a hóról visszaverődve nem csak a felnőttek, de a velük sportoló gyermekek szemét is zavarhatja, érdemes megfelelő napszemüveget, vagy sí szemüveget beszerezni!

TÉLEN IS VIGYÁZZUNK MAGUNKRA ÉS EGYMÁSRA!



BORSOD-ABAÚJ-ZEMPLÉN MEGYEI RENDŐR-FŐKAPITÁNYSÁG
BŰNÜGYI IGAZGATÓSÁG
BŰNMEGELŐZÉSI OSZTÁLY

☒ 3501 Miskolc, Zsolcai kapu 32. Pf.:161
 ☎ (46) 514-500/23-27, fax: 27-37
www.bunmegelozes.eu

