

## Za lastno varnost lahko največ storimo sami!

- Ne hodimo v vodo, če se počutimo slabo, s polnim ali praznim želodcem in pod vplivom alkohola.
- Pred kopanjem preverimo temperaturo in globino vode. Premrzla voda lahko povzroči krč, skok v plitvo vodo pa je lahko usoden.
- Nikoli ne plavamo sami; od obale se ne oddaljimo več kot je dovoljeno.
- Ob nenadnem poslabšanju vremena gremo čim prej iz vode.
- Na urejenih kopališčih upoštevamo kopališki red in oznake z opozorili za kopalce.
- Ob obali otrok nikoli ne puščamo brez nadzora. Tudi če so v plitvi vodi, jih moramo neprestano opazovati.
- Ob brezskrbnem kopanju ne smemo pozabiti niti na osebno imetje, saj se na kopališčih lahko pojavijo priložnostni tatovi.

## Kako ukrepamo, če se znajdemo v težavah



Če se znajdemo v težavah, se odzovemo mirno, preudarno in razsodno.

Če opazimo, da se nekdo utaplja ali mu grozi neposredna nevarnost utopitve, mu pomagamo po svojih močeh in sposobnostih. Če je le

mogoče, utapljajočega rešujemo z obale ali pa si pomagamo z različnimi pripomočki. Utopljačemu vržemo vrv, palico ali kos obleke in ga poskušamo odvléči do obale. Če sami ne moremo pomagati, ne da bi pri tem ogrozili lastno varnost ali varnost drugih, takoj pokličemo pomoč in obvestimo Center za obveščanje na telefonsko številko 112 oziroma Policijo na telefonsko številko 113.



## Kaj pomeni Modra zastava



Modro zastavo podeljuje Društvo za okoljsko vzgojo Evrope v Sloveniji (DOVES) vsako leto tistim kopališčem in marinam, ki izpolnjujejo predpisana merila glede okoljske vzgoje, obveščanja, kakovosti kopalne vode, varnosti ter okoljskega menedžmenta. Pomembna naloga je tudi ozaveščanje gostov o nujnosti varovanja naravnega okolja. Vsako leto Modra zastava vihra na številnih naravnih kopališčih in v marinah.

V Sloveniji je bilo podeljeno tudi že več kot 130 individualnih Modrih zastav lastnikom plovil. To posebno priznanje prejme lastnik plovila ob podpisu kodeksa okoljskega obnašanja.

Agencija RS za okolje, Urad za hidrologijo in stanje okolja  
Urednica in slike: Mateja Poje  
Ilustracije: Marijan Močivnik, [www.studio-ajd.si](http://www.studio-ajd.si)  
Avtorji: Mateja Poje (Agencija RS za okolje Ministrstva za okolje in prostor), Darja Žličar (Uprava RS za zaščito in reševanje Ministrstva za obrambo), Alojz Sladič (Ministrstvo za notranje zadeve RS, Policija), Aleš Petrovič (Inštitut za varovanje zdravja RS), Boris Šušmak (Društvo Doves)

# Naj bo kopanje užitek!



Kopanje in plavanje krepi telo in duha, zato se številne slovenske reke, jezera, ribniki in gramoznice v vročih poletnih dneh spremenijo v priložnostna kopališča. Kopanje pa ni varno povsod. Tako imenovana »divja kopališča« so brez upravljalcev in reševalcev iz vode, ki skrbijo za varnost in nudijo prvo pomoč, zato se tam kopamo na lastno odgovornost, dvomljiva pa je tudi kakovost vode.

## Kopalne vode

V Sloveniji imamo na rekah, jezerih in morju 48 odsekov, kjer se kopalci že tradicionalno zbirajo v večjem številu. To so kopalne vode, ki so lahko naravno kopališče z upravljalcem ali pa kopalno območje. Kopalne vode označujejo informacijske table, kjer so navedeni podatki o mikrobiološki kakovosti kopalne vode. Ta se redno spremlja med kopalno sezono, ki ob morju traja od 1. junija do 15. septembra, na celinskih vodah pa od 15. junija do 31. avgusta.

## Varnost in urejenost

### Kopalna območja

Na Goriškem in Primorskem so določena kopalna območja na morju ter na rekah Idrijca, Soča in Nadiža, na Gorenjskem na Bohinjskem in Blejskem jezeru, na Dolenjskem in v Beli krajini pa na rekah Kolpa in Krka. Na teh območjih nadzor nad kakovostjo vode izvaja država. Lokalne skupnosti skrbijo za postavitve sanitarij in košev za smeti. Tu se kopamo na lastno odgovornost, saj za varnost posebej ni poskrbljeno. Kopalci se ne smejo preveč oddaljiti od obale; v morju le do 150 metrov, v jezerih do 100 metrov in v rekah do 30 metrov.



Kopalno območje Adlešiči na reki Kolpi

### Naravna kopališča

Naravna kopališča z upravljavcem najdemo na Blejskem jezeru, Šobčevem bajerju in morju. Za varnost kopalcev skrbijo usposobljeni reševalci iz vode. Območje kopališča je vidno označeno, vodne površine, namenjene kopanju, so ograjene. Urejeni so dostopi v vodo in iz nje, sanitarije, prostor za prvo pomoč in za reševalca iz vode.



Del plaže Grand Hotela Bernardin

## Kako do podatkov o kakovosti kopalne vode

Skladno z evropsko direktivo morajo vse države Evropske skupnosti izvajati monitoring kakovosti kopalnih voda. Rezultati dolgoletnega spremljanja kakovosti kopalnih voda v Sloveniji potrjujejo, da je kakovost naših kopalnih voda dobra in primerljiva s kakovostjo v drugih evropskih državah.

Sprotni podatki o ustreznosti kopalne vode so objavljeni na informacijskih tablah na naravnih kopališčih oziroma kopalnih območjih in na spletni strani Agencije Republike Slovenije za okolje ([www.arso.gov.si/vode](http://www.arso.gov.si/vode)). Na spletni aplikaciji Evropske okoljske agencije »Pogled na Zemljo« so zbrani podatki o stanju kopalnih voda v Evropi ([www.eyearth.eu](http://www.eyearth.eu)).

## Vpliv vode na zdravje



Rekreacija v vodi ugodno vpliva na zdravje in dobro počutje ljudi. Kopališča in voda pa lahko pomenijo tudi tveganja, ki so večinoma pre-

vidljiva in obvladljiva, če poznamo vzroke za nastanek težav in postopke pravilnega ukrepanja. Kopanje v onesnaženi vodi lahko povzroči okužbe prebavil, dihal in kože. Zavedati se moramo, da je ustrezna kopalna voda le eden od pogojev zdravega kopanja, kljub temu pa ta voda ni primerna za pitje in pranje sadja. Po kopanju se priporoča prhanje.

Nasvete za brezskrbne aktivnosti v času poletnih počitnic objavlja Inštitut za varovanje zdravja RS ([www.ivz.si](http://www.ivz.si)).

## Ne podcenjujmo moči vode



Prva in osnovna zahteva za varno kopanje je dobro znanje plavanja. Voda je lahko tudi izredno nevarna, zato nikakor ne smemo podcenjevati njene moči in precenjevati svojih sposobnosti. Pomembno je, da se zavedamo različnih nevarnosti, ki prežijo na nas. Zelo nevarni so vodni vrtinci, močni tokovi, brzice, nenadni zavoji in hitri prehodi na nepregledna in nevarna mesta. Zapuščene gramoznice in vodni zbiralniki prav tako niso primerna mesta za kopanje.

Previdnost ni odveč niti pri hoji ob vodi, še zlasti če so bregovi strmi, in pri izvajanju različnih adrenalinskih športnih dejavnosti.

Varstvo pred utopitvami je tudi ena od dejavnosti slovenske policije. Policija nadzoruje upravljavce plovil, organizatorje javnih prireditev na vodi, v njej in ob njej ter potapljanje.



Lastniki oziroma upravljavci plovil na vodah morajo zagotoviti varno plovbo ter varnost ljudi in premoženja na plovilu.