

Pływamy bezpiecznie!

Trzy filary

Jacek Starzyński i Piotr Darkowski

Niezależnie od stopnia trudności akwenu, po którym pływamy musimy się liczyć z zagrożeniem nierozzerwalnie związanym z uprawianiem sportów wodnych. Doświadczenia przekonały nas, że źródłem wielu niebezpieczeństw jest brak znajomości fundamentalnych zasad bezpiecznego przeprowadzenia każdego spływu. Te zasady są bardzo proste i obowiązują w każdych warunkach, w każdej grupie kajakarzy:

- odpowiednie zaplanowanie spływu,
- jednoosobowe kierownictwo,
- wzajemna asekuracja.

Jeżeli będziemy ich przestrzegać, to nasze bezpieczeństwo na wodzie niepomiarowo wzrasta.

W dalszym ciągu rozważań będziemy posługiwali się przykładem spływu masowego organizowanego przez odpowiednio przeszkolone osoby, dla uczestników nie posiadających doświadczenia kajakowego. Nie chcemy jednak, aby Czytelnicy myśleli, że nasze rozważania dotyczą tylko takich spływów. Jest wręcz przeciwnie: można i należy je stosować przy organizacji wakacyjnej wędrowki po Czarnej Hańczy i Kanale Augustowskim, ale także przy organizacji klubowego wyjazdu na MSK nD czy „ekspedycji” kilku doświadczonych przyjaciół na alpejskie rzeki w Tyrolu.

Planowanie

Decyzje rozstrzygające o bezpieczeństwie na spływie podejmowane są bardzo często już podczas planowania. Nierzadko po napotkaniu trudności, lub prawidłowym rozpoznaniu warunków panujących na trasie trudno jest podjąć na przykład decyzję o przerwaniu płynięcia głównie dlatego, że taka możliwość nie została w ogóle wzięta pod uwagę przy planowaniu wycieczki. Przy każdym planowaniu trzeba postawić sobie pytanie – „a jeśli coś nie wyjdzie, to co?” – i rozpatrzyć różne okoliczności.

Trasa każdego spływu powinna być dopasowana do umiejętności, predyspozycji i możliwości fizycznych uczestników (często są to „potencjalni uczestnicy”, o których osoba planująca spływ niewiele wie!) i do sprzętu, którym dysponujemy. Idealna sytuacja, w której możemy dobrać sprzęt do planowanej trasy, zdarza się niestety bardzo rzadko.

Wybierając trasę spływu trzeba ustalić następujące okoliczności:

- miejsca niebezpieczne i inne zagrożenia: zwracamy uwagę na liczbę i położenie sztucznych progów, jazów i innych budowli hydrotechnicznych, natężenie żeglugi i spławu drewna, trudność i uciążliwość szlaku, topografię okolicy szlaku (bagna? las? góry?), przewidywaną pogodę;
- miejsca rozpoczęcia i zakończenia, także alternatywne: dostępność środków transportu, łączność (z domem, ze służbami medycznymi);
- ewentualny podział trasy na etapy, miejsca biwakowe: w razie dłuższej wycieczki należy zaplanować dni wypoczynku, określić miejsca biwakowe i punkty zaopatrzenia;
- dostępność opieki medycznej: najbliższe szpitale, apteki.

Do uczestników, trasy i sprzętu należy dopasować program imprezy. Pamiętajmy, że duży wpływ na bezpieczeństwo ma forma fizyczna i samopoczucie uczestników. One zaś zależą od takich czynników, jak zmęczenie, głód i pogoda. Planując spływ należy przewidzieć odpowiedni wypoczynek i wyżywienie oraz czas na przeszkolenie uczestników w zakresie techniki manewrowania kajakiem i zasad bezpieczeństwa. Planując program trzeba też przewidzieć skrajnie niekorzystną pogodę oraz skrajnie nieodpornych i słabych uczestników i zaplanować warianty trasy i programu uwzględniające te ograniczenia. W czasie przeprowadzania spływu znamy wtedy ograniczenia: wariant „maksimum” i wariant „minimum” (oraz ewentualnie możliwości pośrednie) i możemy elastycznie dopasować postępowanie do bieżącej sytuacji.

Przeprowadzenie spływu

Podstawą bezpieczeństwa jest przewidywanie i unikanie zagrożeń. Dlatego podstawowym zagadnieniem jest uświadomienie uczestnikom spływu ewentualnych zagrożeń – takie postępowanie zmniejsza istotnie prawdopodobieństwo bałaganu i paniki w krytycznej sytuacji. Podstawowym zadaniem osoby prowadzącej spływ jest więc bieżące szkolenie uczestników z zakresu zasad bezpieczeństwa na wodzie, techniki wiosłowania i manewrowania kajakiem, oraz upominanie na wodzie osób niestosujących się do zasad bezpieczeństwa.

Podstawowe zasady bezpieczeństwa można ująć w następujących punktach:

- Odpowiednie nastawienie uczestników: celem spływu powinna być przyjemność, zadowolenie i satysfakcja, a nie pokonanie „za wszelką cenę” jakiegoś dystansu, czy jakichś trudności. Robiąc cokolwiek „na siłę” możemy spodziewać się kłopotów.
- Informacja i instruktaż.
 - Spływ powinna prowadzić odpowiednio przeszkolona kadra.
 - Na początku spływu należy przeprowadzić szkolenie (z manewrowania kajakiem ale także z tak podstawowych umiejętności jak wsiadanie do łodzi, pakowanie bagażu, prawidłowa pozycja podczas wiosłowania) oraz ocenić umiejętności poszczególnych uczestników – ocenę tę wykorzystujemy przy doborze załóg i ustalaniu szyku. Szkolenie należy powtarzać i uzupełniać w miarę potrzeby w trakcie spływu.

- Kadra powinna znać należy znać znaki sygnalizacyjne stosowane przez jednostki pływające na szlakach żeglownych. Absolutne minimum to:
 - * znaki wzywania pomocy (patrz dodatek);
 - * sygnały zmiany kursu:
 - „Zmieniam kurs w prawo”: 1 krótki dźwięk
 - „Zmieniam kurs w lewo”: 2 krótkie dźwięki
 - „Moja maszyna pracuje wstecz”: 3 krótkie dźwięki
 - „Niebezpieczeństwo zderzenia”: seria krótkich dźwięków
 - „Zatrzymajcie natychmiast statek”: 1 krótki, 1 długi, 2 krótkie dźwięki
- Odprawa: każdy etap płynięcia powinien być poprzedzony odprawą, na której należy omówić planowaną trasę (**ze szczególnym uwzględnieniem zagrożeń**) i szlak płynięcia. W czasie odprawy kadra powinna skontrolować stan sprzętu, zwracając baczna uwagę na stan sprzętu asekuracyjnego.
- Prawidłowa organizacja płynięcia.
 - Każda grupa zawsze powinna płynąć w **szyku**, co znaczy, że wszystkie osady znajdują się między kajakiem prowadzącego, a kajakiem zamykającego. Osady prowadzącej nie można wyprzedzać. Ona reguluje tempo płynięcia i określa jego czas. **Za osadą zamykającą nikt nie może pozostawać** – osada ta wiezie reperaturkę i apteczkę. Na rzekach gdzie ze względu na przeszkody i liczbę zakrętów zdarza się, że osada nie widzi w pewnych okresach osady następnej, powinniśmy oprócz osady zamykającej wyznaczyć drugą osadę, która będzie poprzedzała osadę zamykającą. Jej zadanie polega na tym, aby w razie wywrotki lub awarii sprzętu osady zamykającej, osada ta nie pozostała sama.
 - W zależności od warunków na trasie, rodzaju imprezy i kwalifikacji uczestników można stosować szlak zwarty, ścisły i dowolny.
 - Szyk zwarty**, polegający na tym, że kajaki płyną jeden za drugim w ustalonej odległości (np. 3 do 5 długości kajaka), stosujemy w trudnych warunkach (duża fala, przeszkody na trasie grożące wywrotką, przenoski, możliwość zabłądzenia). Zaletą tego szyku, poza możliwością zmniejszenia niebezpieczeństwa, jest możliwość przekazywania umiejętności wyboru właściwej drogi płynięcia i prawidłowej techniki pokonywania przeszkód. Na szlakach żeglugowych o dużym ruchu płyniemy zawsze w szyku zwartym. Na jeziorach często stosujemy szlak **grupowy** tzn. osady płyną w szyku zwartym po dwie lub trzy obok siebie. Poprawia to zdecydowanie zwartość grupy, dyscyplinę płynięcia, ułatwia prowadzącemu czuwanie nad wszystkimi uczestnikami.
 - Szyk ścisły**: poszczególne osady płyną w ustalonej przez prowadzącego kolejności. Szyk ten stosujemy gdy występują braki w umiejętnościach uczestników lub gdy niektóre osoby dezorganizują przebieg płynięcia, stwarzając zagrożenie. Osadom takim wyznaczamy miejsce bezpośrednio za prowadzącym, który reguluje tempo i czas płynięcia – jest to element mobilizujący dla słabych załóg. W szyku ścisłym płyniemy

również wtedy, gdy warunki wymagają opieki wprawniejszych załóg nad nowicjuszami, względnie gdy zależy nam na tym, by pewne osoby lub wieziony przez nie bagaż znalazł się jak najszybciej na miejscu biwakowania (np. wachta, sprzęt kuchenny).

W szyku dowolnym osady płyną między prowadzącym a zamykającym w dowolnej kolejności. Przestrzegamy jednak podstawowej zasady, że prowadzący płynie pierwszy, a zamykający ostatni.

W praktyce stosuje się często szlaki o formach mieszanych, np. szlak ścisły dla trzech pierwszych osad, a dla pozostałych dowolny.

Raz jeszcze należy powtórzyć, że zawsze płyniemy w szyku, to znaczy, że nie może być tak, by uczestnicy wyprzedzali prowadzącego spływ lub zostawali za zamykającym. **Wymieniona reguła jest ważna dla każdego rodzaju i typu spływu.** Jedynie ściśle jej stosowanie może zapewnić bezpieczeństwo i współpracę całej grupy spływowej. Najbardziej niebezpieczne sytuacje powstają z powodu nadmiernego rozciągnięcia się płynącej grupy.

Rozpiętość szyku małej grupy powinna się mieścić w granicach do 20 minut, w zależności od trasy i czasu płynięcia. W spływach masowych, jeżeli nie stosuje się podziału na małe grupy płynących, to szlak będzie bardziej rozarty, czasem do kilku godzin. W spływach tego typu co jakiś czas (np. co godzinę) winny płynąć osady z reperaturką i apteczką, względnie punkty pomocy winny się znajdować na brzegach.

- Osady słabsze lub posiadające gorszy sprzęt należy rozmieszczać między osadami silniejszymi, z większym doświadczeniem.
- Należy udzielać pomocy osadom słabszym lub mniej doświadczonym, demonstrować i nadzorować pokonywanie przeszkód oraz asekurować trudniejsze i bardziej niebezpieczne miejsca.
- Trzeba dbać o odpowiedni dobór załóg, w miarę możliwości wyrównując ich poziom. Należy też zadbać o odpowiednie wykorzystanie sprzętu asekuracyjnego i ratunkowego.
- Zapewnienie odpowiedniego wypoczynku i wyżywienia: należy organizować dzień wypoczynku co 3–4 dni płynięcia, dbać o regularność i odpowiednią jakość (kaloryczność i wartość odżywczą) posiłków.
- Odpowiedni dobór czasu płynięcia, który powinien być dostosowany do różnej odporności psychofizycznej uczestników spływu. Ważne jest też, aby kończyć płynięcie przed zapadnięciem zmroku. Pływanie po ciemku jest zawsze niebezpieczne, gdyż każda akcja ratunkowa jest wtedy znacznie trudniejsza do przeprowadzenia, a wzajemna asekuracja osad – praktycznie niemożliwa.
- Absolutne przestrzeganie zasady niespożywania alkoholu w czasie płynięcia. Należy też pilnować aby uczestnicy nie pływali kajakiem i nie kąpali się po spożyciu alkoholu.
- Opieka nad apteczką, która powinna być zawsze gotowa do użycia.

Jednoosobowe kierownictwo

Nawet jeśli spływ jest organizowany przez troje dobrych znajomych, to już na samym początku imprezy należy wybrać osobę, która będzie nią kierowała.

Zasada jednoosobowego kierownictwa jest podstawą sprawnego, ale przede wszystkim bezpiecznego przeprowadzenia spływu.

Nie chodzi tu o poddawanie się nadmiernym rygorom, ale o przewidzenie sytuacji krytycznych. Sytuacją krytyczną może być spór o wybór miejsca na biwak, ale także konieczność ratowania kolegi, który wpadł w niebezpieczne miejsce. Szczególnie w tym drugim przypadku trudno wyobrazić sobie narady i demokratyczne ustalanie sposobu pomocy. Każda akcja musi być prowadzona szybko i zdecydowanie, a praktyka pokazuje, iż tylko jednoosobowe kierownictwo sprawdza się w takich sytuacjach.

Osoba podejmująca się kierowania grupą musi zdawać sobie sprawę z odpowiedzialności, jaka na niej spocznie. Najważniejszy aspekt tej odpowiedzialności, to wymóg zapewnienia bezpieczeństwa wszystkim uczestnikom spływu. Jest to zadanie bardzo poważne, którego prawidłowe wypełnienie wymaga posiadania pewnej wiedzy teoretycznej i pewnych umiejętności praktycznych, które można sobie przyswoić na odpowiednich kursach. Nie bez znaczenia są też predyspozycje psychiczne: osoba prowadząca spływ powinna być energiczna, zdolna do szybkiego podejmowania zdecydowanych decyzji – także w sytuacjach stresowych, ale z drugiej strony także opanowana. Powinna posiadać autorytet wśród uczestników spływu.

Problem doboru kadry prowadzącej spływ wiąże się ściśle z programem szkolenia instruktorów kajakowych. Jest to jednak zagadnienie tak obszerne, że wymaga oddzielnego opracowania..

Wzajemna asekuracja

Kilka lat temu obserwowaliśmy krótki, jednodniowy spływ, w którym brało udział czterech członków jednego z najlepszych w owym czasie klubów kajakowych. Mieli oni do przeptnięcia około 12 kilometrów rzeki Drzewiczki – niezbyt trudnej, ale dość uciążliwej pod koniec odcinka. W korycie rzeki leżało tam wiele zwalonych drzew, tworząc w gdzieniedzie miejsca dość niebezpieczne: wąskie, niskie przepusty na średnio silnym prądzie wody. Nie braliśmy udziału w tym spływie: ćwiczyliśmy tego dnia na torze kajakowym w Drzewicy, skąd rozpoczynał się spływ, a potem pojechaliśmy na koniec odcinka, skąd mieliśmy zabrać wszystkich do Warszawy.

Do dziś wspominamy ostupienie, jakie ogarnęło nas, gdy na mecie spływu pojawił się jeden z uczestników (najbardziej zaawansowany) i oświadczył, że nie wie, co dzieje się z jego kolegami. Przyzwyczajeni do pływania rzek górskich w grupie, nie rozumieliśmy, jak można płynąć zupełnie nie zwracając uwagi na kolegów, zwłaszcza, że byli oni mniej doświadczeni.

Po pewnym czasie pojawił się drugi kajakarz, potem trzeci, potem zapadł zmrok... Czekaliśmy i czekaliśmy mocno już zaniepokojeni, bo, jak oświadczyli zgodnie trzej koledzy, czwarty kajakarz był osobą niedoświadczoną: był to jego drugi, czy trzeci spływ. Nasze zdziwienie przerodziło się w zgorznięcie i już mieliśmy wyruszyć na poszukiwania, kiedy zjawił się ostatni uczestnik niefortunego spływu: przyszedł piechotą, gdyż w czasie jednej z wywrotek, już w

zapadających ciemnościach zgubił gdzieś wiosło.

Opisywany wypadek zakończył się szczęśliwie (poza stratą wiosła, którego nie znaleziono) ale jest on dobitnym przykładem jak **nie powinien** wyglądać spływ. Wydaje nam się, że dla osoby początkującej takie doświadczenie może spowodować trwale zniechęcenie do kajakarstwa (o ile konsekwencje nie będą poważniejsze). A przecież wystarczyło, aby jeden z kolegów zaopiekował się nią, pokazał metody pokonywania przeszkód, pomógł przy niektórych, asekurował przy innych.

Wiele osób uważa, że pływanie na jedynkach jest nudne, bo pływa się samotnie. Takie podejście wynika z powszechnej praktyki spływowej, gdzie każda osada płynie na własną rękę nie oczekując od nikogo pomocy, ale też nikomu tej pomocy nie udzielając. Można jednak pływać inaczej. Spływ nawet na jedynkach może i powinien być imprezą grupową, gdzie każdy stara się nie tylko pomagać innym, ale po prostu płynąć razem z nimi, wspólnie przeżywać piękno kajakarstwa.

Dodatek

Sygnały wzywania pomocy

Na szlaku żeglugowym stosuje się następujące sygnały wzywania pomocy:

1. Nieprzerwany dźwięk dowolnego mgłowego przyrządu sygnalizacyjnego lub powtarzane serie uderzeń w dzwon. Przyrząd mgłowy (róg mgłowy) jest to mosiężna tuba, w której sygnał dźwiękowy powstaje w wyniku wdmuchiwanie powietrza przez ustnik. Powinien on wchodzić w skład wyposażenia kajakarza pływającego po morzu.
2. Rakiety lub pociski wyrzucające czerwone gwiazdy, wystrzeliwane pojedynczo w krótkich odstępach czasu.
3. Sygnał SOS, składający się z grupy ···— — —··· (alfabet Morse'a), nadawany za pomocą dowolnego sposobu sygnalizacji, np. światłem lub gwizdkiem.
4. Sygnał, składający się z kwadratowej flagi i umieszczonej nad nią lub pod nią kuli lub przedmiotu podobnego do kuli.
5. Zataczanie kręgów flagą lub innym podobnym przedmiotem.
6. Płomień na statku, np. paląca się beczka smoły, oleju.
7. Rakiet spadochronowa lub pochodnia ręczna, paląca się czerwonym płomieniem.
8. Światła, którymi zatacza się kręgi.
9. Powolne i powtarzające się podnoszenie i opuszczanie obu ramion wyprostowanych w bok.
10. Sygnały dźwiękowe:
 - „Wzywam pomocy”: powtarzające się długie dźwięki
 - „Człowiek za burtą”: seria podwójnych dźwięków

Sygnały stosowane przez kajakarzy

Sygnały wzywania pomocy przez kajakarza

1. Szybkie, powtarzane podnoszenie i opuszczanie przedramion uniesionych nad głowę (rysunek — 1);
2. Powolne, powtarzane podnoszenie i opuszczanie obu ramion wyprostowanych w bok.
3. Sygnał dany wiosłem; powolne podnoszenie i opuszczanie wiosła trzymanego oburącz nad głową.
4. Sygnał dany czerwonym lub pomarańczowym materiałem, np.: swetrem, kurtką, kamizelką ratunkową.
5. Sygnał dźwiękowy, wzywanie pomocy głosem, gwizdkiem, itp.
6. Sygnał świetlny: do nadawania można wykorzystać lustro w dzień słoneczny lub latarkę w dzień pochmurny.
Pływanie turystyczne w nocy po wodach śródlądowych jest zabronione. Jednak w wypadku wzywania pomocy w nocy należy posługiwać się latarką, gwizdkiem lub głosem.
7. Sygnał przez zataczanie kół latarką trzymaną w ręku.
8. Sygnał SOS (· · · — — — · · ·) dawany latarką lub gwizdkiem.

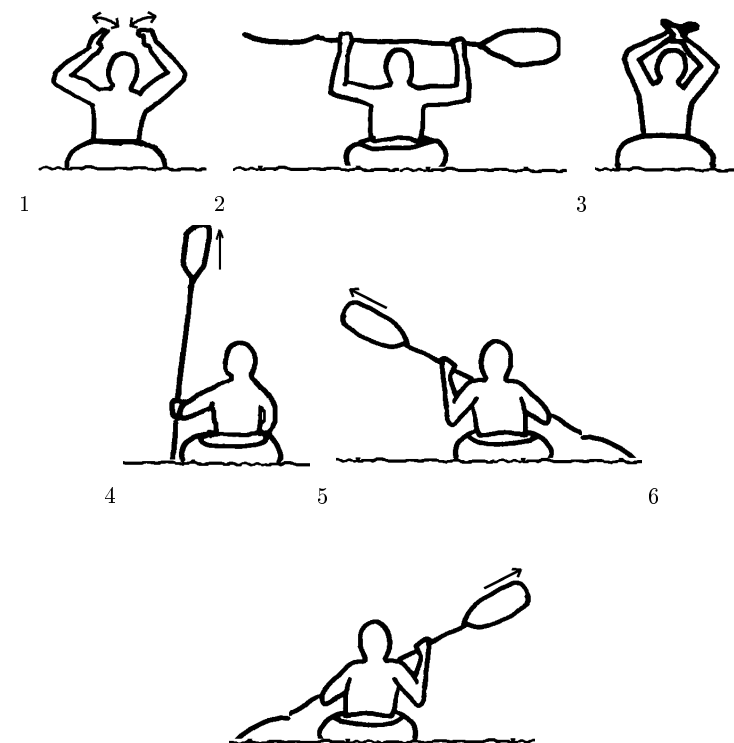


Figure 1: Sygnały stosowane na rzece: 1: pomocy! człowiek w niebezpieczeństwie, 2: stop, 3: uwaga! miejsce niespływalne, 4: płyniemy, 5: płynąć lewą stroną, 6: płynąć prawą stroną