

Kde se nejraději koupete?



Děti dnes už zpravidla navštěvují kurzy plavání od školky, ale dospělých neplavců je stále dost. Ti by si všechny klady plavání měli uvědomit a přihlásit se do některého ze speciálních kurzů, které existují. Vždyť plavání je tak fajn!

Koupání v řece

Až do první poloviny 20. století bylo koupání v řekách zcela samozřejmé. Ve městech pak byly provozovány **plovárny**, které plavání v řece usnadňovaly a bývaly zároveň společenskými středisky.

Pak se však na kvalitě vody podepsal intenzivní průmyslový rozvoj a voda v řekách byla znečištěná natolik, že koupání neumožňovala. V posledních letech se situace mění k lepšímu. Obce a průmyslové podniky budují čističky odpadních vod, přísná nařízení se týkají i domů, zvláště novostaveb. Že je jejich majitelé ne vždy dodržují, je bohužel také pravda.

Každopádně voda v řekách se zlepšuje, navíc tam kvůli rychlejšímu průtoku vody tolik nehrozí výskyt sinic. V řekách proto opět vidíme milovníky plavání v tekoucí vodě. Například na Berounce se dá bez problémů koupat nad jezy v Karlštejně nebo v Dobřichovicích. Pěkná pláž je také na ostrově v Zadní Třebani nebo v Mokropsech. Už před pár lety se objevil plán tří architektů na kruhovou plovárnu v Praze na Vltavě o průměru 50 metrů, s bazénem dlouhým 25 metrů, s přístupem po pontonové lávce nebo lodičkou. Koupalo by se v říční vodě filtrované speciální membránou.

Pravidla pro koupání v řece:

- Nikdy **nevstupujeme do říčního koryta, které neznáme, a už vůbec do něj neskáčeme**. Někde jsou na dně kameny, někde písek, jinde nánosy splavené půdy s kořeny, mohli bychom si tedy způsobit i dosti vážný úraz.
- Dbáme na to, aby přístup do vody byl stejně snadný jako výstup z vody.
- **Věnujeme pozornost síle proudu, aby nás nestrhl s sebou**. Raději neplavme napříč.
- **Velmi obezřetní musíme být pod jezem**. V takzvaném vývařišti, kam spadá voda, se tvoří vodní válec, který je velmi nebezpečný. Může koupajícího stáhnout pod vodu a je jen velmi obtížné se z něho dostat ven.
- Zvláště bedlivě **musíme hlídat děti!**

Koupání v přírodní nádrži

Naše země také oplývá spoustou rybníků, které vybudovali naši předci a jsou nyní využívány vodomily. Ne všechny jsou ovšem pro koupání vhodné, protože některé jsou určeny pro chov vodní drůbeže a jiné jsou velmi zanedbané, na dně se může skrývat i několikametrová vrstva bahna.

Pořád jich však k rekreaci zbývá hodně. Největší je Rožmberk, s téměř 5 km² velkou plochou, vybudovaný na Lužnici koncem šestnáctého století. Nejznámější je Máchovo jezero. To ovšem jezerem není, založil ho král Karel IV. roku 1366 pod názvem Velký rybník. Přibližně v té době vznikl v okolí Plzně Velký Bolevecký rybník, který je spolu s celou rybníční soustavou oblíbeným rekreačním cílem nejen Plzeňanů.

Řada obcí si vybudovala přírodní koupaliště, která mají přirozený přítok vody. Starají se o čistotu vody i okolí, často nabízí brouzdaliště pro děti, hygienické zázemí, hřiště a občerstvení.

Nádherné jsou zatopené lomy po těžbě kamene, ale řada z nich je pro veřejnost nepřístupná. Oblíbené jsou například lomy u Trhové Kamenice, které vyhledávají potápěči, lom Konětopy, kde je voda tak čistá, že zde žijí malé sladkovodní medúzy, v lomu Šífr je viditelnost do 20 metrů hloubky.

V posledních letech vznikají na Sokolovsku a Mostecku **obří jezera na místech bývalých hnědouhelných dolů**. Budou fungovat jako zásobárna vody, ale zároveň k rekreaci.

A konečně jsou tu přehrady, na jejichž březích je vybudována řada rekreačních středisek, s písčnými plážemi, pozvolným vstupem do vody a zázemím. Musíme však mít na paměti, že mimo vyhrazená místa se může dno svažovat prudce dolů. To je nebezpečné zvláště pro děti.

Nepřítel číslo 1: sinice

Potěšení z koupání bohužel v posledních letech na mnoha místech se stojatou vodou kazí sinice, které **produkují silné jedy**. Na pokožce se jejich působení projevuje **vyrážkou**, pokud se takové vody napijeme, objevují se **žaludeční a střevní potíže, bolesti hlavy, poškození zraku, dokonce i vážnější jaterní problémy**. Známý jsou případy úhynu zvířat, která se vody napila, ale i úmrtí lidí.

O výskytu sinic na vybraných vodních nádržích informují v letních měsících hygienici, a pokud je kvalita vody výrazně zhoršená, koupání nedoporučují. Vyplatí se je poslechnout.

Ve vodě, která není kontrolovaná, je žádoucí si udělat jednoduchý test: Láhev naplníme vodou a necháme alespoň 20 minut stát v klidu na světle. Pokud se u hladiny vytvoří zelený kroužek a voda přitom zůstane čirá, jedná se o sinice.

Co (ne)dělat při koupání?

- **Neměli bychom se chodit koupat sami a na neznámé místo**, nevyplatí se přeceňovat své síly. **Do vody je životu nebezpečné vstupovat za bouřky.**
- **Nedoporučuje se plavat, když jsme rozpálení, unavení anebo bezprostředně po jídle.** Není rovněž zdraví prospěšné zůstat dlouho ve studené vodě.
- Budme ohleduplní k ostatním jak ve vodě, tak na souši. **Nedělejme nepořádek.** Odpadky patří do koše, pokud na břehu není, odnesme je.
- Pokud je ve vodě vyznačený prostor na plavání, respektujme ho.
- Pokud je na vodní ploše povolen pohyb plavidel, nepřibližujme se k nim.
- **Potápět se smí jen zdraví jedinci.**
- **I dobrý plavec by neměl plavat daleko od břehu.** Pokud ano, tak s doprovodem loďky.
- Každé hlídané koupaliště a pláž mívají svá pravidla. Měli bychom je dodržovat.