

# ŻYJ BEZPIECZNIE

<http://www.zyjbezpiecznie.policja.pl/zb/dzieci-i-mlodziez/47364,Bezpieczny-wypoczynek-nad-woda.html>  
2019-02-23, 23:15

## BEZPIECZNY WYPOCZYNEK NAD WODĄ

**Wypadkom nad wodą sprzyja wysoka temperatura, brawura, alkohol i brak opieki nad dziećmi. Wypoczynek nie zmieni się w tragedię, jeśli będziemy przestrzegać kilku prostych zasad.**

1. Powinniśmy się kąpać tylko w miejscach strzeżonych i pod żadnym pozorem nie wolno wchodzić do wody w miejscach zabronionych.
2. Dzieci powinny bawić się nad wodą tylko pod czujną opieką dorosłych.
3. Gdy wchodzimy z dziećmi do wody zabezpieczmy je w specjalne rękawki.
4. Pod żadnym pozorem nie wolno wchodzić do wody po wypiciu alkoholu.
5. Po dłuższym leżeniu na słońcu nie wchodzimy od razu do wody, najpierw stopniowo zmoczmy ciało. W ten sposób unikniemy szoku termicznego.
6. Skaczmy "na główkę" tylko na basenach. Dno naturalnego zbiornika może się zmienić w ciągu kilku dni.
7. Materace zostawmy na brzegu - nie wypływajmy na nich na środek jeziora.

Ocena: 3.6/5 (8)

[Tweetnij](#)

[dzieci](#) [wypoczynek nad wodą](#) [wakacje](#)