

JAK SI UŽÍT

koupání

BEZ ZRANĚNÍ A NEHOD

- 01 V noci se nekoupejte** Ve tmě snadno ztratíte orientaci
- 02 Neskákejte tam, kde to neznáte** Nikdy nevíte, co se může skrývat pod hladinou
- 03 Nepřeceňujte své schopnosti** Počítejte s náhlou změnou počasí, podchlazením, se svalovou křečí. Neskákejte do vody přehřátí, hrozí vám nebezpečí srdečního selhání
- 04 Na březích buďte ostražití** Břehy bývají podmleté, hrozí uklouznutí, pád a zranění
- + Přivolejte pomoc** Když vidíte, že se někdo topí, okamžitě přivolejte pomoc profesionálů



HASIČSKÝ
ZÁCHRANNÝ SBOR
OLOMOUCKÉHO
KRAJE