

SAUGI VASARA PRIE VANDENS



Kai saulėtą vasaros dieną išsiruošiame prie vandens telkinių, tikrai nepagalvojame apie ten mūsų tykančius pavojus. Geriausias būdas išvengti nelaimingų atsitikimų – per daug neatsipalaiduoti, laikytis saugumo taisyklių, su savimi turėti pirmosios pagalbos priemonių. Kad šiltos vasaros dienos prie vandens telkinių būtų ne tik smagios, bet ir saugios, svarbu žinoti, kaip reikia elgtis būnant prie vandens. Užtenka vieno neapgalvoto žingsnio ir laikas, praleistas prie jūros, ežero, upės, tvenkinio, gali tapti labai skaudžia pamoka visam gyvenimui.

Kaip elgtis prie vandens telkinių?

- ❖ Neplaukite už plūdurių, nors ir mokate gerai plaukti.
- ❖ Vasaros pramogoms nesirinkite vietų, kuriose galite netikėtai įkristi į vandenį.
- ❖ Nebūkite ant stataus kranto, prieplaukos krašto.
- ❖ Stenkitės maudytis ne vienas, o mažamečiai vaikai gali maudytis tik suaugusiųjų prižiūrimi.
- ❖ Nepalikite vaikų be priežiūros net ir nedideliuose baseinėliuose.
- ❖ Nešokinėkite į vandenį nežinomoje vietoje, jūs galite susižaloti atsitrenkę į dugne esančius daiktus.
- ❖ Jeigu perkaitote saulėje, nešokite staiga į vandenį, prieš tai juo apsišlakstykite.
- ❖ Neplaukiokite ant pripučiamų čiužinių, savadarbių plaustų ar kitų priemonių.

Linkiu saugios ir gražios vasaros !

Visuomenės sveikatos priežiūros specialistė Audra Bertašienė