

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 podemleté, hrozí uklouznutí, pád a zranění

+ **Přivolejte pomoc**

Když vidíte, že se někdo topí, okamžitě přivolejte pomoc profesionálů



HASIČSKÝ
ZÁCHRANNÝ SBOR
OLOMOUCKÉHO
KRAJE