

1. ΚΟΛΥΜΠΑΤΕ ΑΝΑΜΕΣΑ ΣΤΙΣ ΚΟΚΚΙΝΕΣ ΚΑΙ ΚΙΤΡΙΝΕΣ ΣΗΜΑΙΟΥΛΕΣ

Σημαδεύουν την έκταση που επιβλέπεται από τους φρουρούς κυματοθραυστών και ναυαγοσώστες.

2. ΥΨΩΣΤΕ ΤΑ ΧΕΡΙΑ ΣΑΣ

Εάν χρειάζεστε βοήθεια μέσα στο νερό σηκώστε τα χέρια και φωνάξτε για βοήθεια.

Παραμείνετε ψύχραιμοι, επιπλέετε στην επιφάνεια και περιμένετε βοήθεια.

3. ΣΗΜΕΙΑ ΑΣΦΑΛΕΙΑΣ

Ψάξτε για τα σημεία ασφάλειας καθώς αυτά σας πληροφορούν για τους κινδύνους στην παραλία.

4. ΡΩΤΗΣΤΕ ΕΝΑ ΝΑΥΑΓΟΣΩΣΤΗ

Ρωτήστε ένα ναυαγοσώστη για την ασφάλεια στην παραλία ή που μπορείτε να κολυπήσετε.

5. ΚΟΛΥΜΠΑΤΕ ΜΕ ΕΝΑ ΦΙΛΟ

Επιβλέπετε πάντοτε τα παιδιά σας όταν είναι μέσα στο νερό.

- Εάν βρεθείτε σε κάποια δυσκολία ή δείτε κάποιον να δυσκολεύεται μέσα στο νερό, τότε καλέστε έναν φρουρό / ναυαγοσώστη ή τηλεφωνήστε το 000.

ΑΛΛΑ ΠΡΑΓΜΑΤΑ ΠΟΥ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΘΥΜΑΣΤΕ

1. Να είστε πάντα σίγουροι ότι μπορείτε να στέκεστε και να αγγίζετε τον πάτο όταν είστε μέσα στο νερό.
2. Μην κολυμπάτε αμέσως μετά το φαγητό σας.
3. Κολυμπάτε μόνον κατά τη διάρκεια της ημέρας και σε αμμουδιές που περιπολούνται από φρουρούς/ναυαγοσώστες.
4. Μην κολυμπάτε αμέσως μετά την κατανάλωση αλκοόλ.
5. Ποτέ να μην πηδάτε ή να βουτάτε μέσα στο νερό.

**ΔΕΝ ΥΠΑΡΧΟΥΝ ΣΗΜΑΙΕΣ – ΔΕΝ ΚΟΛΥΜΠΑΜΕ
ΕΑΝ ΔΕΝ ΜΠΟΡΟΥΜΕ ΝΑ ΣΑΣ ΔΟΥΜΕ –
ΔΕΝ ΜΠΟΡΟΥΜΕ ΝΑ ΣΑΣ ΣΩΣΟΥΜΕ**