



Ambasada
Rzeczypospolitej Polskiej
w Hadze

Najważniejsze wskazówki dot. bezpieczeństwa nad wodą:

1. Pływaj jedynie w miejscach, gdzie jest to dozwolone i gdzie prowadzony jest nadzór ratowniczy przez wykwalifikowanych ratowników.

Jeżeli nie wiesz, gdzie jest takie kąpielisko – zapytaj o to w swojej gminie.

2. Jeżeli nie potrafisz pływać, lub pływasz słabo – nie wchodź do wody głębiej niż do kolan.

W otwartych akwenach dno jest nierówne i mogą występować zagłębienia i uskoki, przez co można stracić kontakt z gruntem.

3. Alkohol i pływanie nie idą w parze. Wchodzenie do wody po spożyciu alkoholu grozi śmiercią.

Alkohol redukuje umiejętności pływackie i zwiększa ryzyko kłopotów zdrowotnych.

4. Jeżeli wywieszona jest czerwona flaga – obowiązuje zakaz kąpieli i pływania.

Czerwona flaga sygnalizuje niebezpieczne warunki pływackie – na przykład silne prądy, wiry lub zanieczyszczenia.

5. Słuchaj poleceń ratowników z jednostek Reddingsbrigade/Lifeguards

Ratownicy są dla Twojego bezpieczeństwa i nie wydają poleceń bez powodu. W każdej chwili możesz zapytać ich o to, gdzie i jak najbezpieczniej korzystać z wody.

6. Jeżeli jesteś nad wodą z małymi dziećmi, nie spuszczaaj ich z oka. W wodzie nie pozwalaj im się oddalić od siebie dalej niż na odległość ręki.

Dzieci w mgnieniu oka potrafią zniknąć a w wodzie są od Ciebie całkowicie zależne. Nie wiesz gdzie jest Twoje dziecko? Natychmiast powiadom ratowników z Reddingsbrigade lub zadzwoń pod 112 po pomoc. Powiedz, gdzie widziałeś swojej dziecko po raz ostatni.

Aby uzyskać więcej informacji możesz skontaktować się z:

Reddingsbrigade Nederland (KNBRD)

Tel. 0255 – 545858

www.reddingsbrigade.nl

Ambasada Rzeczypospolitej Polskiej w Królestwie Niderlandów

Tel. 070 – 7990100

<http://www.haga.msz.gov.pl/>