

# Come comportarsi in e attorno all'acqua



Controlla la temperatura dell'acqua.



Non tuffarti accaldato in acqua. Rinfrescati prima.



Non fare il bagno a stomaco pieno.



In caso di tempesta, schiuma di mare o temporale, esci dall'acqua.



In caso di emergenza chiama in tempo aiuto a voce alta

**Aiuto!**



Rimani lontano da navi e altre imbarcazioni.



Se non sai nuotare non affidarti mai solo ad oggetti gonfiabili per nuotare.



Evita piante acquatiche.



Non andare in acqua se sei assonnato.



Non andare in acqua sotto l'effetto di alcol, medicinali o droghe.



FATTI accompagnare da una barca.

Non nuotare lunghe distanze da solo.



Rispetta avvertenze, limiti, barriere e boe.



Non immergerti se hai i timpani danneggiati o sei raffreddato.



Fai attenzione ai particolari pericoli dentro e fuori dall'acqua.



Evita sbarramenti e vortici.



Non correre sul bordo della piscina.



Mai spingere gli altri in acqua.



Non tuffarti in acque sconosciute o torbide.



Non nuotare o tuffarti nell'area del trampolino.



Esci dall'acqua se hai freddo. Asciugati bene.