

WYPOCZYNEK NAD WODĄ



Kiedy wybierasz się aby powędkować, pamiętaj aby poinformować swoich bliskich w które miejsce się udajesz i o której zamierzasz wrócić. Jeśli wędkujesz z łódki nie zapomnij o kapoku !!! Zabierz ze sobą telefon komórkowy aby w razie potrzeby można było wezwać pomoc.



Na rybach

Maska, płetwy, fajka - to wystarczy aby zacząć podziwiać podwodny świat. Nie zapominaj jednak iż nurkowanie niesie za sobą wiele niebezpieczeństw. Nigdy nie nurkuj sam, nie używaj sprzętu który jest niesprawdzony. Jeśli spodobało ci się nurkowanie zdobądź uprawnienia - w taki sposób unikniesz wielu zagrożeń. Skorzystaj z pomocy i doświadczenia płetwonurków lub Centrów Nurkowych.



Nurkując

Nigdy nie łącz wypoczynku nad wodą z alkoholem. Co roku setki osób traci życie lub zdrowie doznając poważnych obrażeń próbując pod wpływem alkoholu zmierzyć się z żywiołem jakim jest woda. Niestety takie próby często kończą się smutno. Nigdy nie pływaj po spożyciu alkoholu !!!



Alkohol i woda

Słońce, plaża, pomost, piękne widoki - no i przychodzi czas na pokaz naszych umiejętności pływackich. Skok do wody w nieznanym, niesprawdzonym miejscu często kończy się urazem kręgosłupa, dlatego zanim skoczysz pomyśl czy naprawdę warto. Nigdy nie skacz w miejscach niedozwolonych, niesprawdzonych. Pamiętaj wszyscy mamy tylko jedno życie !!!



Skoki do wody

Kiedy zamierzasz wybrać się na wypoczynek na wodzie korzystając z łódki, kajaku czy pontony zapamiętaj o kilku zasadach: a) nie pływaj po alkoholu, b) wszystkie osoby na łodzi powinny mieć założone kapoki, c) jeśli używasz silnika elektrycznego lub spalinowego zachowaj bezpieczny odstęp od innych kąpiących, d) nie pozwalaj dzieciom korzystać ze sprzętu pływającego bez nadzoru.



Na kajaku, łódce

Nikt z nas nie wyobraża sobie wypoczynku bez odrobiny smakołyków. Co raz częściej wyprawa nad jezioro to wielki rodzinny piknik podczas którego korzystamy z grilla, rozpalamy ogniska. Pamiętajmy aby swoim zachowaniem nie przeszkadzać innym odpoczywającym. Zanim rozpaliłś ognisko czy grilla zapytaj ratownika lub właściciela ośrodka czy jest to możliwe. Pamiętaj również o przestrzeganiu zasad bezpieczeństwa pożarowego. Po zakończonym ucztowaniu nie zapomnij posprzątać po sobie śmieci - być może jutro będziesz chciał przyjąć ponownie i chciałbyś żeby było czysto!!!



Grilowanie



Stosuj