

Transkrypcja do plakatu:

na zdjęciu o biały i szarym tle znajduje się napis czerwono-granatowy: myśl trzeźwo nad wodą. Aby wypoczynek nie zmienił się w tragedię, wystarczy zabrać ze sobą nad wodę zdrowy rozsądek, obserwować zmiany pogody i przestrzegać kilku zasad bezpieczeństwa:

Nie wchodź do wody po spożyciu alkoholu,

Wybieraj kąpieliska strzeżone, na których są ratownicy,

Przestrzegaj znaków zakazu i ostrzegawczych,

Naucz się pływać, doskonal tę umiejętność,

Na otwarte wody wypływaj tylko z asekuracją,

Pamiętaj, że dno morskie i rzeczne może się zmieniać,

Nie skacz szczególnie na głowę do nieznannej wody,

Do wody wchodź powoli, stopniowo przyzwyczajaj ciało do niższej temperatury,

Nie pływaj bezpośrednio po posiłku,

Podczas burzy nie przebywaj w wodzie, ani na wodzie,

Pilnuj kąpiących się małych dzieci,

Nie uprawiaj sportów na obszarach wodnych po spożyciu alkoholu.

NUMER ALARMOWY – 112

NUMER RATUNKOWY NAD WODĄ – 601 100 100

DZIECIĘCY TELEFON ZAUFANIA RZECZNIKA PRAW DZIECKA - 800 12 12 12

TELEFON ZAUFANIA DLA DZIECI I MŁODZIEŻY FDOS – 116 111

Akcja Komendy Wojewódzkiej Policji z siedzibą w Radomiu oraz Mazowieckiego Centrum Polityki Społecznej. Zrealizowano w ramach Wojewódzkiego Programu Profilaktyki i Rozwiązywania Problemów Alkoholowych oraz Przeciwdziałania Narkomanii Województwa Mazowieckiego.