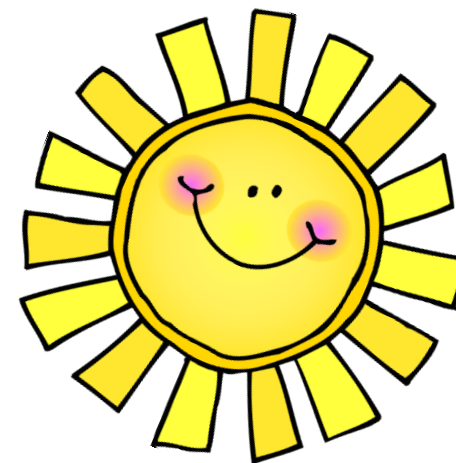


Jei nemokate
plaukti, nebriskite į
vandenį giliau kaip
iki krūtinės



Nešokite stačia
galvą į vandenį, jei
neiškus tos vietos
gylis ir dugnas

Maudynių metu nieko
nekramtykite ir
nevalgykite (galite
užspringti)



Nesimaudykite
tamsiu paros
metu



Perkaitę saulėje,
nešokite staiga į
vandenį (galite sukelti
raumenų mėšlungį
arba širdies paralyžių)

VASARA - MAUDYNIŲ METAS. ELKIMĖS ATSAKINGAI!

Nesimaudykite
audros metu ir
žaibuojant

Nesimaudykite
apsvaigę nuo
alkoholio ar kitų
svaigių medžiagų

Atsitikus
nelaimei,
skambinkite **112**



Neplaukite už
maudymosi vietos
pažymėtų ribų

*Parengė visuomenės sveikatos priežiūros specialistė Raminta
Mateliūnaitė pagal sveikatos biuro informaciją.*

Mob. 867684778

el. paštas: raminta.mateliunaite@sveikatos-biuras.lt