


















Deutsche Lebens-Rettungs-Gesellschaft e.V.

Regulamin dla pływających

	Zapoznaj się z regułami samozachowania w wodzie w nieoczekiwanych sytuacjach!		Jeśli nie umiesz pływać, wejdź do wody tylko do wysokości klatki piersiowej!
	Pływanie i kąpiel w morzu jest połączone ze szczególnym niebezpieczeństwem!		Nie wołaj o pomoc, kiedy nie jesteś w niebezpieczeństwie, ale pomóż innym, kiedy o nią wołają!
	Przed wejściem do wody – ochłodź się i wyjdź z wody kiedy czujesz, że marzniesz!		Drogi wodne, ślasy, filary mostowe i tamy – nie są miejscami do pływania i kąpieli!
	Skacz do wody tylko wtedy, gdy woda pod Tobą jest dostatecznie głęboka!		Nie przelicz się ze swoimi siłami i możliwościami w wodzie!
	Nieznany grund może być niebezpieczny!		Nie kąp się nigdy jeśli jesteś głodny lub bezpośrednio po jedzeniu! Unikaj intensywnej kąpieli słonecznych!
	Unikaj bagnistych i porośniętych wodorostami zbiorników wodnych!		Nie zanieczyszczaj wody i zachowaj czystość!
	Po wyjściu z wody zmień strój kąpielowy i wysusz się!		Zwróć uwagę na inne kąpiące się osoby, szczególnie na dzieci!
	Materace dmuchane, detki samochodowe oraz dmuchane, plastikowe pomoce do pływania są w wodzie niebezpiecznymi zabawkami!		W czasie burzy kąpiel jest zagrożeniem dla życia!

Polnische Übersetzung: Beate Langier