

No Piscina...



Toma um duche antes de entrares na água.



Não tragas objectos de vidro para junto da piscina.



Não Cuspas.



Usa a casa de banho, não a piscina.



Não empurres.



Não corras porque podes escorregar.



Se não souberes nadar fica por zonas onde tiveres pé.



Não mergulhes perto dos outros.



Não mergulhes nas partes baixas da piscina.



Se não souberes nadar, deves usar sempre braçadeiras, coletes ou outros equipamentos seguros para flutuar, bem ajustados ao corpo.



Deverás estar sempre acompanhado e vigiado por um adulto que te possa socorrer (se te atrapalhares), e que, em caso de emergência, ligue o 112.



Segue as indicações do nadador salvador, do teu professor ou do adulto responsável pela tua segurança.

IMPORTANTE:

As braçadeiras ou outros equipamentos insufláveis podem esvaziar-se, não sendo, por isso completamente seguros.

Junto à piscina deverá existir um telefone para casos de emergência.

Equipe a sua piscina com um dos seguintes dispositivos de protecção: vedação; abrigo; cobertura de segurança; ou alarme, e no caso deste, nunca se esqueça de o voltar a colocar na piscina depois do banho.