



CONSIGLI UTILI PER I BAGNANTI



è sempre meglio fare il bagno con un amico per non trovarsi da soli in caso di difficoltà



anche se sei un buon nuotatore, non sforzare il tuo fisico



non nuotare per lunghe distanze da soli per scongiurare situazioni di emergenza impreviste



non fare il bagno se non sei in perfette condizioni psicofisiche



non entrare in acqua quando è esposta la bandiera rossa



se non sai nuotare bagnati esclusivamente in acque molto basse



non allontanarti oltre i gavitelli che delimitano la zona di sicurezza per la balneazione



non allontanarti dalla spiaggia oltre cinquanta metri usando materassini, ciambelle, galleggianti o piccoli canotti gonfiabili in particolare quando il vento spira da terra



evita di tuffarti dagli scogli o in acque basse



Consulta le ordinanze locali di sicurezza emesse dalla Capitanerie di porto e le condizioni meteo previste nella zona di mare in cui ti trovi