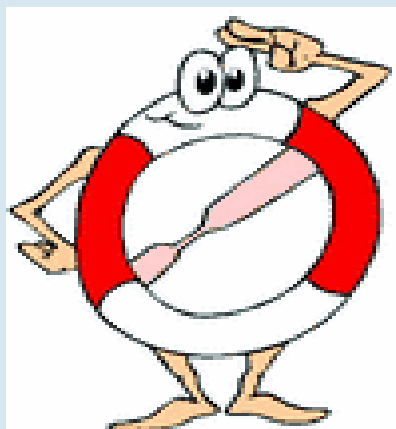


OSKA AIDATA...

1. Hätta sattunule viska päästerõngas või nõör, ulata käepikendus- kepp, kaigas, oks või mõni riitusesse.
2. Hüüa kõva häälega appil!
3. Helista numbril 112 ja teata selgelt oma nimi ning kus ja mis on juhtunud.



**Kas Sa tead?
Kuidas käituda...**

Pärnu Ujumisklubi Uca
+372 56452253
Pärnu Linna Spordikool
+372 44 31143
Tidmar Grupp OÜ
+372 56452253
marika@tidmar.ee

...UJULAS

1. Enne vette minekut pese ennast seebi ja svammiga.
2. Vali rada, mis on ette nähtud vastavalt suplemiseks või ujumiseks.
3. Hüppa ainult pukist ja selleks etteantud rajal.
4. Ära häiri teisi, ära tõukle, ära suru teisi vee alla!
5. Ära hüüa appi mõjuva põhjuseta!
6. Tunni lõppedes loputa või pese ennast, väana ujumisriided ja kuivata ennast dushiruumis.



...RANNAS JA VEEKOGUL

1. Teata alati, kuhu ja kellega sa lähed ning millal tagasi tuled.
2. Ära mine ujuma üksinda- kasuta naabrivalve meetodit!
3. Ära hüppa vette tundmatus kohas!
4. Uju piki randa või kalda poole.
5. Ära suru teisi vee alla!
6. Ära hüüa appi ilma põhjuseta!
7. Ära kasuta kaugemale ujumiseks täispuhutavaid abivahendeid!
8. Rannas kaitse pead mütsi või rätikuga.
9. Joo kindlasti vett, kui tunned, et sul on janu.

...PAADISILLAL JA PAADIS

1. Ära jookse, ära tõukle!
2. Pane selga enda suurusele vastav päästevest.
3. Kontrolli paadis päästerõnga ja kopsiku olemasolu.
4. Ära koorma paati üle!
5. Ära kalluta ennast üle paadi ääre!
6. Ära hüppa paadist vette, kui see koht on sulle tundmatu!

...TALVISEL VEEKOGUL

1. Teata alati, kuhu ja kellega sa lähed ning millal tagasi tuled.
2. Ära mine jääle üksinda!
3. Enne jääle minekut kontrolli selle paksust- minimaalselt 10cm.
4. Võta kaasa jäänaasklid või nuga, jääoda või suusakepid ning seljakott.
5. Liigu jääl paraja vahega teistest.
6. Ära käi sildade, jääpragude, laevateede läheduses, samuti kiirevoolulistel jõgedel ning pilliroo sees!
7. LÄBI JÄÄ VAJUDES- pööra ennast tulnud suunas, säilita rahu, aseta kepid risti jääaugu servale, löö nuga või jäänaasklid jäässe ja sikuta või veereta ennast jäälõhe servale. Seejärel rooma august eemale!

