

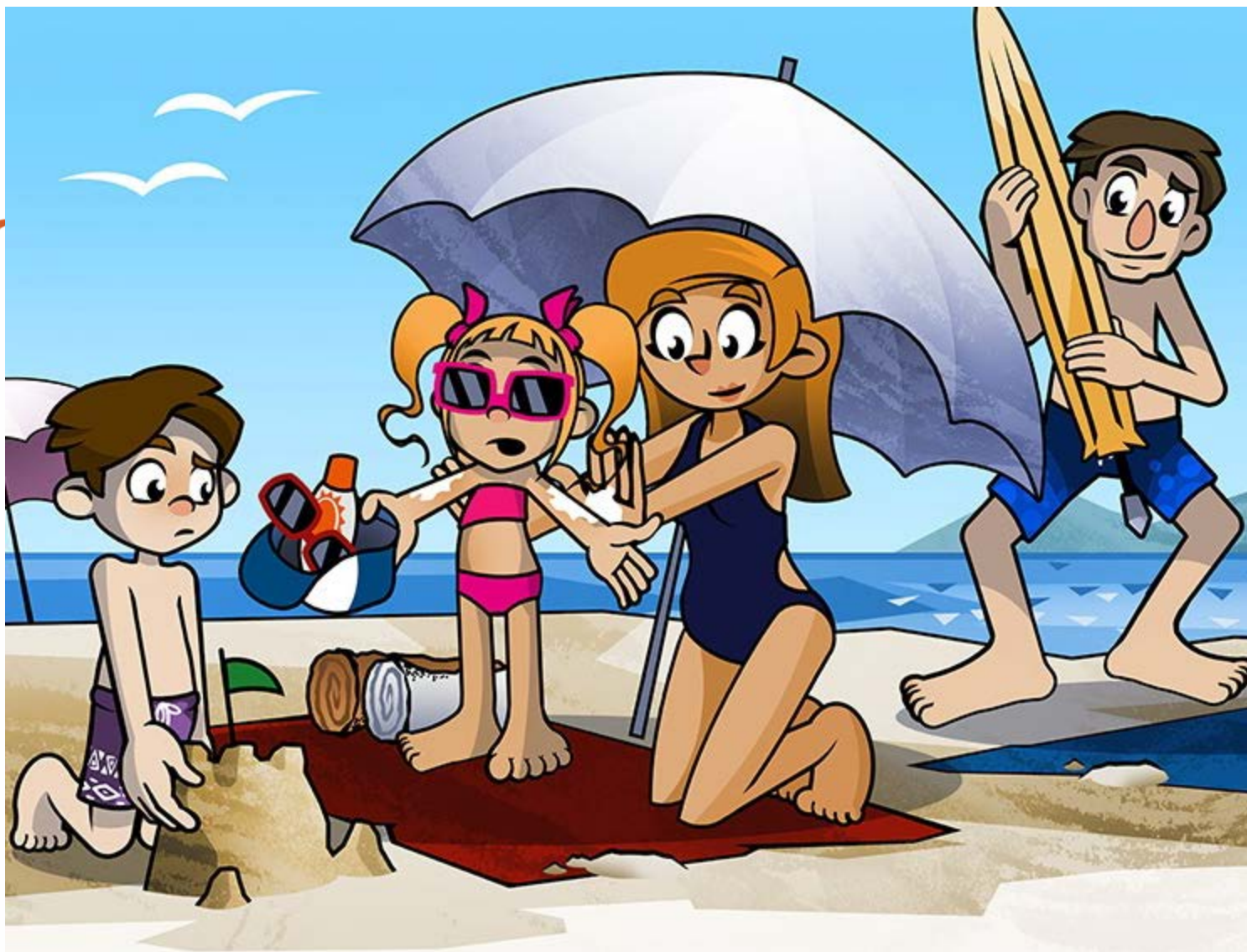


ΚΑΝΟΝΕΣ ΑΣΦΑΛΕΙΑΣ ΓΙΑ ΤΗ ΘΑΛΑΣΣΑ



Στην παραλία...

1



SAFE
WATER
SPORTS

... προστατεύομαι από τον ήλιο με γυαλιά ηλίου, αντηλιακό και καπέλο.

Στην παραλία...

2



... σέβομαι το περιβάλλον και δεν πετάω σκουπίδια.





Γνωρίζετε πόσα χρόνια χρειάζονται για να διαλυθούν στη θάλασσα;



γυάλινο μπουκάλι
1.000.000 χρόνια



πετονιά
600 χρόνια



πλαστικό μπουκάλι
450 χρόνια



κουτί αλουμινίου
80-200 χρόνια



κουτί κονσέρβας
50 χρόνια



πλαστένια σόλα
50-80 χρόνια



πλαστικό ποτήρι
50 χρόνια



πλαστική σακούλα
10-20 χρόνια



κόντρα πλακέ
Χρόνια



μάλλινο ρούχο
1-5 χρόνια



χάρτινη συσκευασία
γάλακτος
3 μήνες

χαρτοπετσέτα
2-4 εβδομάδες



φλούδα πορτοκαλιού
2-5 εβδομάδες



φίλτρο τσιγάρου
1-5 χρόνια



εφημερίδα
6 εβδομάδες

ΟΧΙ σκουπίδια σε θάλασσες & ακτές

Όλοι μαζί μπορούμε να προστατέψουμε το περιβάλλον!



•HELMEPA•

ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΕΝΩΣΗ ΠΡΟΣΤΑΣΙΑΣ
ΘΑΛΑΣΣΙΟΥ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝΤΟΣ
HELLENIC MARINE ENVIRONMENT
PROTECTION ASSOCIATION

Περγάμου 5, Ν. Σμύρνη 171 21 Αθήνα
5, Pergamou Street, N. Smyrni 171 21 Athens, Greece
tel.: (+30) 210 93.43.088, fax: (+30) 210 93.53.847
www.helmepa.gr, e-mail: helmepa@helmepa.gr

Μπαίνω στη θάλασσα μόνο αν...

3



... αισθάνομαι καλά.
Αν έχω ρίγη ή ζαλάδα δεν μπαίνω στη θάλασσα.

Μπαίνω στη θάλασσα μόνο αν...

4



SAFE
WATER
SPORTS

... έχουν περάσει 2-3 ώρες από το φαγητό.

Όταν κολυμπάω...

5



και δεν ξέρω καλά κολύμβηση...
φοράω τουβλάκια, μπρατσάκια ή κουλούρα.

Όταν κολυμπάω...

6



SAFE
WATER
SPORTS

... έχω πάντα παρέα και δεν απομακρύνομαι από την ακτή.
Αλήθεια, έχεις σκεφτεί ότι η επιστροφή είναι περισσότερο κουραστική;

Όταν κολυμπάω...

7



... δε σπρώχνω και δε βυθίζω τους άλλους στη θάλασσα. ↓

Όταν κολυμπάω...

8



... μένω μέσα στον χώρο που ορίζεται από τις σημαδούρες, αλλιώς μπορεί, αν δε με έχουν δει, να με χτυπήσουν βάρκες ή ταχύπλοα.

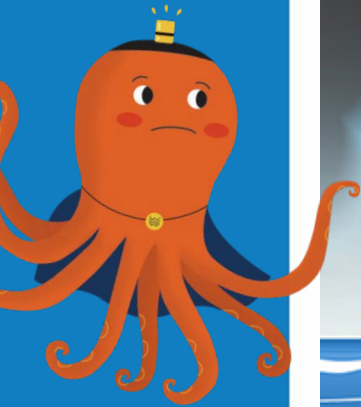
Δεν κολυμπάω...

9



Δεν κολυμπάω...

10



SAFE
WATER
SPORTS

... όταν οι καιρικές συνθήκες είναι κακές
και σε θάλασσα με μεγάλα κύματα ή ισχυρά ρεύματα.

Δεν κολυμπάω...

11



... προς τα βαθιά, προσπαθώντας να κυνηγήσω τα παιχνίδια (μπάλα, στρώμα κ.ά.) που τα έχει παρασύρει ο αέρας.

Δεν κολυμπάω και δεν παίζω...

12



... στον διάδρομο με τις πλωτές σημαδούρες που βρίσκεται μπροστά από μία επιχείρηση θαλάσσιων σπορ.

Δεν κάνω βουτιές αν...

13



SAFE
WATER
SPORTS

...δε γνωρίζω το βάθος ή τη διαμόρφωση του βυθού
και αν στην περιοχή υπάρχουν βράχια και πέτρες.

Μαθαίνω να φοράω σωσίβιο...

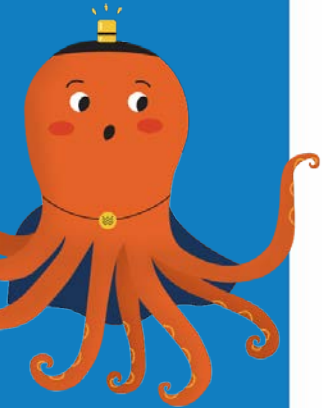
14



...όταν κάνω οποιαδήποτε θαλάσσια δραστηριότητα.

Νιώθεις ότι κινδυνεύεις;

15



SAFE
WATER
SPORTS

Μην πανικοβάλλεσαι! ↓

Νιώθεις ότι κινδυνεύεις;

16



Νιώθεις ότι κινδυνεύεις;

17



 SAFE
WATER
SPORTS

Προσπάθησε να μείνεις στην επιφάνεια και να βγεις από το νερό.
Αν έπαθες κράμπα, χαλάρωσε το μέρος του σώματος που πιάστηκε
και με αργές κινήσεις κολύμπησε προς την ακτή.

Νιώθεις ότι κινδυνεύεις;

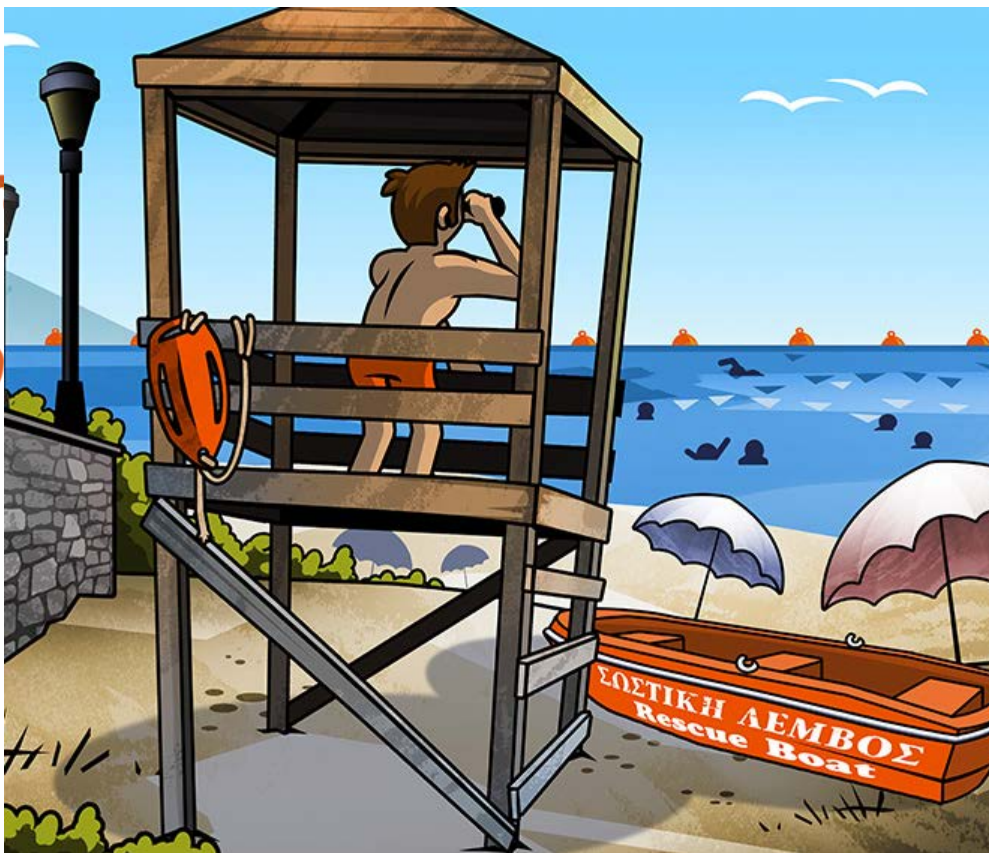
18



Σε μερικές παραλίες υπάρχει ναυαγοσώστης, ο οποίος βρίσκεται στην παραλία για να μας προστατεύει και να μας προφυλάσσει από κινδύνους.

Κινδυνεύουν άλλοι;

19



Ενημερώνω γρήγορα
το ναυαγοσώστη, όπου
υπάρχει, για οτιδήποτε
βλέπω ότι μπορεί
να θέσει
σε κίνδυνο
τη ζωή του
συνανθρώπου μας.

Αν δεν υπάρχει
ναυαγοσώστης,
απευθύνσου στους
δικούς σου ανθρώπους
για να προστρέξουν
αυτοί για βοήθεια.

Τα Καθήκοντα του ναυαγοσώστη

Βρίσκεται πάντα στη θέση του (πόστο) και παρακολουθεί τους λουόμενους.
Φοράει την ανάλογη ενδυμασία (στολή).
Μπορεί να περιπολεί με σωστική λέμβο.
Είναι σε ετοιμότητα για άμεση παροχή βοήθειας