

BRINCAR NA ÁGUA EM SEGURANÇA

O afogamento de uma criança é um acontecimento rápido e silencioso.

- Perto de água não perca as crianças de vista nem por um segundo. Redobre a vigilância com as crianças mais novas ou com necessidades especiais e nos dias de festa.
- Nunca deixe uma criança com menos de 3 anos sozinha na banheira durante o banho.
- Despeje toda a água de baldes, alguidares e banheiras, logo após a utilização.
- Dificulte o acesso das crianças aos locais com água: vede as piscinas e tanques e cubra os poços.
- Escolha praias e piscinas vigiadas e cumpra a sinalização.
- Coloque sempre braçadeiras às crianças que ainda não sabem nadar bem.
- Em atividades aquáticas coloque sempre um colete salva-vidas às crianças.
- Aprenda a fazer reanimação cardiorrespiratória. Esse gesto pode salvar uma vida.
- Em caso de afogamento, ligue 112.
- Ensine as crianças a nadar, mas mantenha uma vigilância próxima.
- Ensine a criança a não mergulhar em pontões ou em zonas que não conhece a profundidade da água ou se existem rochas submersas ou desníveis.
- Ensine as crianças a nunca irem nadar sozinhas e a manterem-se perto das margens.



apsi

associação
para a promoção
da segurança infantil

