

Zwemmen gaat niet vanzelf. Pas op voor verdrinking !

Nederland heeft veel water. In de zomer is het heerlijk om een duik te nemen. Voordat u in het water gaat is het belangrijk dat u kunt zwemmen. En dan nog kent het water een aantal gevaren:

De bodem loopt niet gelijk en kan ineens diep zijn.

Daardoor kunt u niet meer staan.



Door koud water kunt u kramp krijgen



Sterke stromingen kunnen u meesleuren.

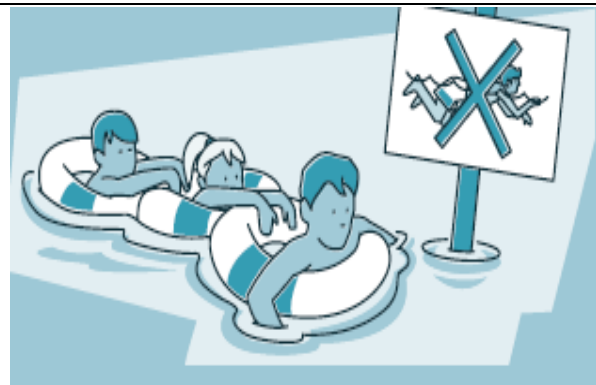


In Nederland zijn kinderen jaren bezig met het behalen van de zwemdiploma's. Maar ook geofefende zwemmers kunnen in problemen komen. U kunt verdinken. Wees daarom altijd alert tijdens het zwemmen:

Ga niet zwemmen, als u niet kunt zwemmen



Zwem nooit alleen en zwem niet op plaatsen waar dat verboden is



Houdt uw kinderen altijd goed in de gaten.

