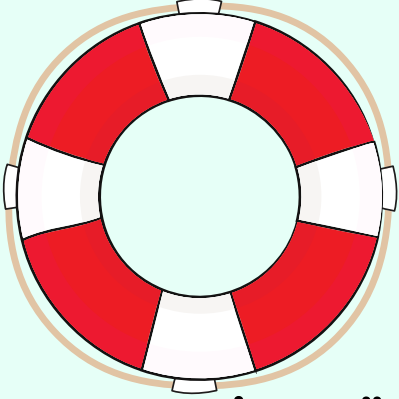


✗ Bu Hataları Yapmayın!

- Alkol aldıktan sonra kesinlikle yüzmeyin!
- Yüzme bilmiyorsanız denize açılmayın, şişme botlara güvenmeyin.
- Uyarı bayraklarını dikkate almamak hayatınıza mal olabilir!



👶 Çocuklar İçin Özel Önlemler

- Çocuklar asla gözetimsiz bırakılmamalı!
- Kolluk, can yeleği gibi yüzme yardımcıları kullanılmalı.
- Deniz kenarında kumla oynayan çocuklar bile sürekli izlenmeli.
- Çocuklar kısa sürede derinleşen denizlerde daha çok risk altındadır.

🌊 Deniz Keyfi Felakete Dönüşmesin!

Boğulmaları Önlemek İçin Alınması Gereken Önlemler



⚠️ Boğulmalar Yaz Aylarında Artıyor

Her yıl yüzlerce insan denizde veya havuzda boğulma nedeniyle hayatını kaybediyor.

☂️ Güvenli Yüzme İçin Altın Kurallar

- Can kurtaran olan plajları tercih edin.
- Denize yalnız girmeyin; yanınızda biri olsun.
- Deniz şartlarını (dalga, akıntı, rüzgar) kontrol edin.
- Açık denize doğru yüzmeyin. Sığ bölgede kalın.



☀️ Güneş, Yorgunluk ve Kas Krampları

- Uzun süre güneşte kalmak, vücut direncini düşürür.
- Aç, yorgun veya uykusuzken denize girmeyin.
- Soğuk suya aniden girmek krampa ve bayılmaya yol açabilir.