



بلاغ صدر عن المديرية العامة لقوى الأمن الداخلي

'تسبح عخير'

بمناسبة بدء موسم السباحة بحيث ترتفع نسبة حالات الغرق التي يتعرض لها المواطنين والمقيمون ولا سيما الأطفال في أثناء السباحة أو في خلال تواجدهم في محيط مجاري الأنهار وبرك الري.

لذلك، تطلب المديرية العامة لقوى الامن الداخلي من المواطنين والمقيمين حفاظاً على سلامتهم وسلامة أولادهم، توخّي الحذر أثناء السباحة والعمل بالنصائح والإرشادات التالية:

- يجب أن يكون الأولاد دائماً برفقة أشخاص راشدين.
- عدم ترك الطفل يسبح أو يلعب بالمياه بمفرده ومن دون مراقبة.
- منع الاولاد من الركض حول أحواض السباحة والقفز في الجهة العميقة منها.
- عدم استعمال العوامات الهوائية من قبل الأطفال في مياه عميقة خوفاً من تعرّضهم للانجراف بالتيار.
- ارتداء السترة المخصصة للسباحة وبخاصة الذين لا يحسنونها.
- عدم النزول مباشرة إلى المياه بعد تناول الطعام.
- عدم تناول الكحول والنزول الى المياه للسباحة او لأي رياضة اخرى: غطس، ركوب الزوارق.
- اختر مكان السباحة حيث يتواجد رجال الإنقاذ وتأكد من أنك على مسافة تسمح لهم برؤيتك.
- عدم السباحة في برك الرّي.
- عدم السباحة منفرداً، ولا سيما اذا كنت تعاني من حالة مرضية مثل الصرع، الربو، السكري أو مرض القلب، فحاول ان تسبح برفقة صديق، أو أبلغ عامل الإنقاذ حتى يكون جاهزاً في حال حدوث طارئ.
- عدم السباحة ليلاً في البحر.
- تجنب ارتداء ملابس غير مناسبة للسباحة وذلك لأسباب السلامة والصحة العامة.
- عدم السباحة في اثناء وجود تيارات هوائية قوية.
- اذا صودف أن شاهدت شخصاً يعاني مشكلة، فاطلب المساعدة فوراً.

لمزيد من المعلومات أو للطوارئ اتصل على:

112 طوارئ الأمن الداخلي

125 الدفاع المدني