

Badvett

- Bada aldrig ensam
- Simma längs med stranden
- Hoppa/dyk inte på okänt vatten
- Ropa på hjälp bara om du är i nöd
- Lek inte med livräddningsmaterial
- Knuffa aldrig i eller håll fast någon under vattnet
- Ha alltid något mellan dig och den nödställda, "den förlängda armen"



Båtvett

- Använd alltid flytväst
- Sitt ner i båten – byt plats en i taget om absolut nödvändigt
- Stanna vid båten om du faller i vattnet
- Om du behöver hjälp – vifta långsamt med armarna över huvudet och åt sidorna
- Ta upp en nödställd i aktern på båten