



# A rius, pantans i estanys, sigues prudent

CONSELLS  
D'ESTIU

@emergenciescat



/ Extrema les precaucions, hi ha poques zones amb servei de socorrisme. Assegura't que on ets està permès el bany.

/ No et banyis si et trobes malament o estàs cansat.

/ Vigila els infants i posa'ls una bombolleta o armilla si no saben nedar.

/ No et tiris de cap a l'aigua si no coneixes la profunditat o si hi ha roques.

/ Entra a l'aigua de manera gradual, perquè el cos es temperi.

/ Tingues molta cura a les zones sense visibilitat al fons.

/ Ves amb compte amb els remolins i els corrents d'aigua.

/ Evita allunyar-te massa de la vora.

➔ [interior.gencat.cat/banyinterior](https://interior.gencat.cat/banyinterior)



#ProteccióCivil

#BanySegur