

PREVENÇÃO DE

# AFOGAMENTOS

PRINCIPAIS CUIDADOS A TER



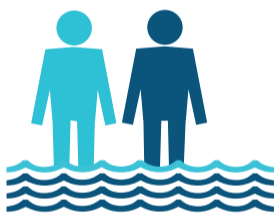
## ENSINAR

às crianças competências básicas de natação, segurança na água e salvamento



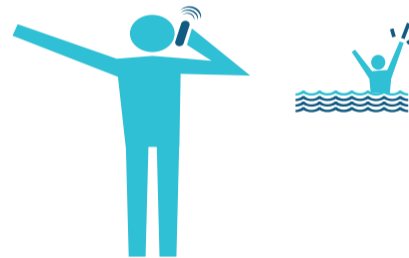
## PROCURAR

sempre que possível zonas balneares vigiadas



## ACAUTELAR

sempre a presença de outras pessoas na água



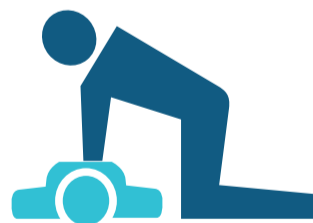
## MANTER

o telemóvel por perto e ligar 112 caso necessário



## PRECAVER

a gestão de risco de inundação a nível local e nacional



## TREINAR

os interessados em manobras de salvamento e reanimação