



PRINCESS CHARLENE OF MONACO FOUNDATION



A Chance for Children



ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ
ΓΕΝΙΚΗ ΓΡΑΜΜΑΤΕΙΑ
ΔΗΜΟΣΙΑΣ ΥΓΕΙΑΣ



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
Υπουργείο Παιδείας και Θρησκευμάτων,
Πολιτισμού και Αθλητισμού



ΕΘΝΙΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΑΣΦΑΛΕΙΑΣ ΣΤΟ ΝΕΡΟ

Ασφαλής Ελλάδα

Βεβαιώνεται ότι ο/η

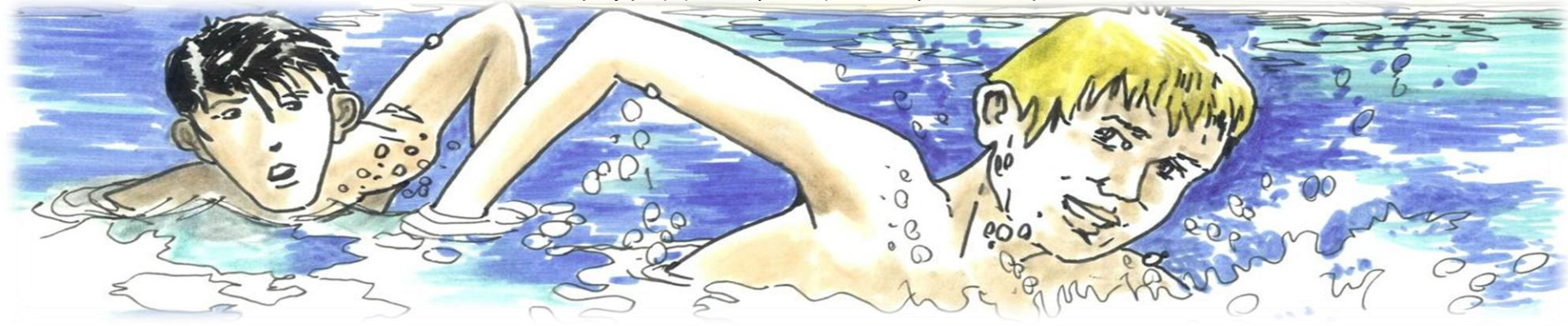
.....
παρακολούθησε ομιλία και συμμετείχε στη δημιουργική δράση ασφάλειας στο νερό και αθλητικής ναυαγοσωστικής.
Η δράση «Ασφαλής Ελλάδα» έχει την αρωγή και στήριξη των ανωτέρω οργανισμών.

Ο Εισηγητής

Στάθης Αβραμίδης, PhD

Επιστημονικός Υπεύθυνος
Εθνικού Προγράμματος Ασφάλειας στο Νερό

Ο Διευθυντής
του Φορέα Υλοποίησης

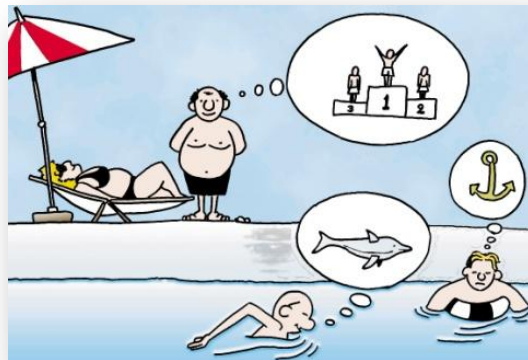


Ασφάλεια στο Νερό

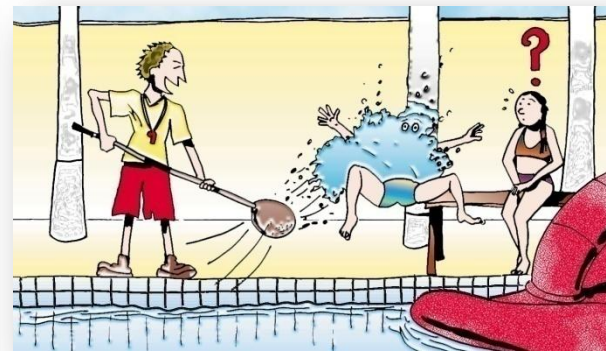
Αθλητική Ναυαγοσωστική



Κολυμπάμε 3 ώρες μετά το φαγητό για αποφυγή εμετού



Κολυμπάμε παράλληλα στη στεριά



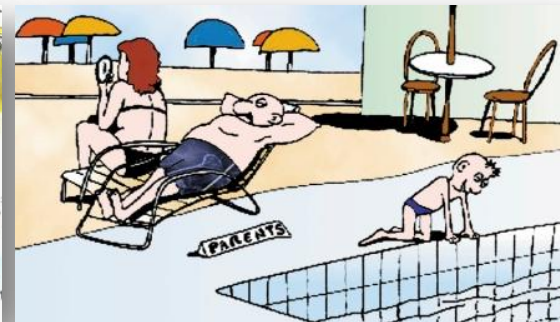
Δεν κάνουμε επικίνδυνα παιχνίδια



Κολυμπάμε σε περιοχές με ναυαγοσώστη



Ακούμε τον ναυαγοσώστη



Δεν κολυμπάμε μόνοι. Συνοδευόμαστε από ενήλικο.



Μαθαίνουμε πώς να σώζουμε μέσα από την αθλητική ναυαγοσωστική



Μεταφέρουμε το ανδρείκελο κρατώντας το κεφάλι του πάνω από την επιφάνεια του νερού

