



.... TUTTI AL MARE IN CALABRIA

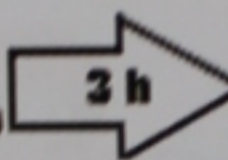


è consigliabile non stare sotto il sole troppo a lungo. La crema solare, il berrettino, la bandana, proteggono dai raggi solari



non allontanarti oltre 50 metri con materassini, salvagenti, piccoli canotti gonfiabili

è importante attendere almeno 3 ore dall'ultimo pasto, prima di fare il bagno



dopo l'esposizione al sole, è bene entrare in acqua progressivamente



è pericoloso tuffarsi senza conoscere la profondità del fondale



le onde e la bassa temperatura dell'acqua non vanno sottovalutate

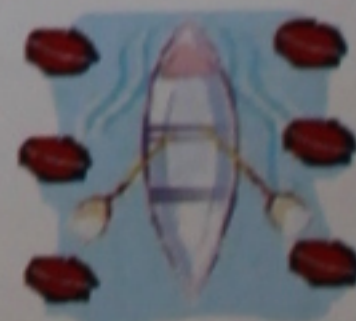


in immersione è necessario segnalarsi con l'apposito segnale



è consigliabile non fare il bagno al di fuori della zona riservata ai bagnanti

in caso di crampi bisogna restare calmi, distendersi sul dorso e chiamare qualcuno



non fare il bagno all'interno dei corridoi di lancio

**PER LE EMERGENZE IN MARE CHIAMA IL NUMERO BLU
1530**