



ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΝΑΥΤΙΛΙΑΣ ΚΑΙ ΝΗΣΙΩΤΙΚΗΣ ΠΟΛΙΤΙΚΗΣ
ΑΡΧΗΓΕΙΟ ΛΙΜΕΝΙΚΟΥ ΣΩΜΑΤΟΣ - ΕΛΛΗΝΙΚΗΣ ΑΚΤΟΦΥΛΑΚΗΣ
ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ ΛΙΜΕΝΙΚΗΣ ΑΣΤΥΝΟΜΙΑΣ

ΠΡΟΣΕΧΩ ΜΑΘΑΙΝΩ ΝΟΙΑΖΟΜΑΙ



Ένα πρόγραμμα που υλοποιείται σε συνεργασία
με το Υπουργείο Παιδείας, Έρευνας και Θρησκευμάτων



ΚΑΝΟΝΕΣ ΑΣΦΑΛΕΙΑΣ ΓΙΑ ΤΗ ΘΑΛΑΣΣΑ



Στην παραλία...

1



... προστατεύομαι από τον ήλιο με γυαλιά ηλίου, αντηλιακό και καπέλο. ↓



SAFE
WATER
SPORTS

Στην παραλία...

2



... σέβομαι το περιβάλλον και δεν πετάω σκουπίδια. ↓





Γνωρίζετε πόσα χρόνια χρειάζονται για να διαλυθούν στη θάλασσα;



γυάλινο μπουκάλι
[] χρόνια



πετονιά
[] χρόνια



π्लाστικό μπουκάλι
[]



κουτί αλουμινίου
[]



κουτί κονσέρβας
[] χρόνια



πλαστικένια σόλα
[] χρόνια

μάλλινο ρούχο
[] χρόνια



π्लाστικό ποτήρι
[]



π्लाστική σακούλα
[]



κόντρα πηλακέ
[] χρόνια



φίλτρο τσιγάρου
[]



χάρτινη συσκευασία γάλακτος
[]

χαρτοπετσέτα
[]



φλούδα πορτοκαλιού
[]

εφημερίδα
[]



ΟΧΙ σκουπίδια σε θάλασσες & ακτές

Όλοι μαζί μπορούμε να προστατέψουμε το περιβάλλον!



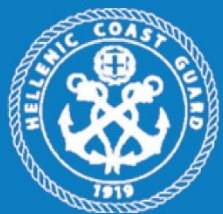
•HELMEPA•

ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΕΝΩΣΗ ΠΡΟΣΤΑΣΙΑΣ
ΘΑΛΑΣΣΙΟΥ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝΤΟΣ
HELLENIC MARINE ENVIRONMENT
PROTECTION ASSOCIATION

Περγάμου 5, Ν. Σμύρνη 171 21 Αθήνα
5, Pergamou Street, N. Smyrni 171 21 Athens, Greece
tel.: (+30) 210 93.43.088, fax: (+30) 210 93.53.847
www.helmeпа.gr, e-mail: helmeпа@helmeпа.gr

Μπαίνω στη θάλασσα μόνο αν...

3



... αισθάνομαι καλά.
Αν έχω ρίγη ή ζαλάδα δεν μπαίνω στη θάλασσα.

Μπαίνω στη θάλασσα μόνο αν...

4



... έχουν περάσει 2-3 ώρες από το φαγητό.



Όταν κολυμπάω...

5



και δεν ξέρω καλά κολύμβηση...
φοράω τουβλάκια, μπρατσάκια ή κουλούρα.



Όταν κολυμπάω...

6



... έχω πάντα παρέα και δεν απομακρύνομαι από την ακτή.



Όταν κολυμπάω...

7



... δε σπρώχνω και δε βυθίζω τους άλλους στη θάλασσα. ↓

Δεν κολυμπάω...

10



... όταν οι καιρικές συνθήκες είναι κακές
και σε θάλασσα με μεγάλα κύματα.



SAFE
WATER
SPORTS

Δεν κολυμπάω...

11



... προς τα βαθιά, προσπαθώντας να κινητήσω τα παιχνίδια (μπάλα, στρώμα κ.ά.) που τα έχει παρασύρει ο αέρας.



Δεν κάνω βουτιές αν...

12



...δε γνωρίζω το βάθος του βυθού
και αν στην περιοχή υπάρχουν βράχια και πέτρες.



Μαθαίνω να φοράω σωσίβιο...

13

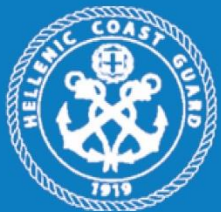


...όταν κάνω οποιαδήποτε θαλάσσια δραστηριότητα. ↓



Νιώθεις ότι κινδυνεύεις;

14



Μην πανικοβάλλεσαι!

Νιώθεις ότι κινδυνεύεις;

15



ΚΑΛΕΣΕ ΒΟΗΘΕΙΑ

Νιώθεις ότι κινδυνεύεις;

17



Σε μερικές παραλίες υπάρχει ναυαγοσώστης, ο οποίος βρίσκεται στην παραλία για να μας προστατεύει και να μας προφυλάσσει από κινδύνους.




ΒΡΕΙΤΕ ΤΟ ΛΑΘΟΣ

Οδηγίες για την
ασφάλεια στην θάλασσα






Στην παραλία προστατεύομαι
από τον ήλιο με γυαλιά ηλίου,
αντηλιακό και καπέλο.



Στην παραλία σέβομαι
το περιβάλλον και
δεν πετάω σκουπίδια.

A cartoon illustration of a young boy with brown hair, wearing blue swim trunks, standing waist-deep in the ocean. He is holding a large burger with both hands and taking a bite. The background shows a beach with a stone wall, several colorful umbrellas (pink, blue, purple), and a person's silhouette walking on the beach. The sky is blue with some clouds.

Μπαίνω στη θάλασσα
μόνο αν... έχουν περάσει
2-3 ώρες από το φαγητό.



Δεν κάνω βουτιές
αν δε γνωρίζω το βάθος
του βυθού
και αν στην περιοχή
υπάρχουν βράχια και πέτρες.



Δεν κολυμπάω προς τα βαθιά,
προσπαθώντας
να κυνηγήσω τα παιχνίδια
(μπάλα, στρώμα κ.ά.) που τα έχει
παρασύρει ο αέρας.



Δεν κολυμπάω όταν
οι καιρικές συνθήκες είναι κακές
και σε θάλασσα με μεγάλα κύματα
ή ισχυρά ρεύματα.



Μαθαίνω να φοράω σωσίβιο
όταν κάνω οποιαδήποτε
θαλάσσια δραστηριότητα

Video τραγουδιού «Το νερό είναι χαρά»

<https://www.youtube.com/watch?v=KWCxAoFxdCM>

Το νερό
είναι
χαρά



Στίχοι: Βαγγέλης Ηλιόπουλος
Μουσική: Δέσποινα Σουγιούη
Ενορχήστρωση: Λευτέρης Ξάνθης



ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΝΑΥΤΙΛΙΑΣ ΚΑΙ ΝΗΣΙΩΤΙΚΗΣ ΠΟΛΙΤΙΚΗΣ
ΑΡΧΗΓΕΙΟ ΛΙΜΕΝΙΚΟΥ ΣΩΜΑΤΟΣ - ΕΛΛΗΝΙΚΗΣ ΑΚΤΟΦΥΛΑΚΗΣ
ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ ΛΙΜΕΝΙΚΗΣ ΑΣΤΥΝΟΜΙΑΣ

ΠΡΟΣΕΧΩ ΜΑΘΑΙΝΩ ΝΟΙΑΖΟΜΑΙ



Ένα πρόγραμμα που υλοποιείται σε συνεργασία
με το Υπουργείο Παιδείας, Έρευνας και Θρησκευμάτων