

**Følg badevettreglene så  
unngår vi ulykker og uhell.**

**GOD SOMMER!**



## **BADEVETTREGLENE**

- 1.** Lær å svømme
- 2.** Før du går uti, forsikre deg om at du kan komme opp igjen
- 3.** Bad helst sammen med andre
- 4.** Stup bare der det er dypt
- 5.** Svøm langs land
- 6.** Svøm ikke under brygge eller foran stupebrett
- 7.** Dytt ikke andre ut i vannet og dukk aldri noen under vann
- 8.** Hold deg på land hvis du føler deg kald eller uvel
- 9.** Rop på hjelp bare hvis du er i fare – aldri ellers!

