

臺中市至善國中114學年度親師座談會

水域安全宣導

臺灣為四面環海，親水是生活的一部分，完整的水安知識、水域運動資源及親水體驗更顯得的重要，擁有水域安全知識及應變能力，才能在從事水域活動時更盡情享受親水活動的美好體驗。



除了「叫、叫、伸、拋、划」救溺5招，遇到溺水者即使情況再緊急，仍應牢記三原則：岸上救生優於下水救生、器材救生優於徒手救生、團隊救生優於個人救生。



不會游泳怎麼
水中自救
描描QR CODE

「防溺10招」

- 1.戲水地點需合法，要有救生設備與人員
- 2.避免做出危險行為，不要跳水
- 3.進入陌生水域，戲水游泳格外小心
- 4.別落單，隨時注意同伴狀況
- 5.下水前先暖身，千萬別穿牛仔褲
- 6.不可在水中嬉鬧惡作劇
- 7.身體疲累狀況差，先休息充電別下水
- 8.不要長時間浸泡，小心失溫
- 9.注意氣象報告，現場氣候不佳別戲水
- 10.加強游泳漂浮技巧，不幸落水保持冷靜放鬆

