

Spoločnosť Irish Water Safety (Írska organizácia pre bezpečnosť vo vode) vypracovala nasledujúce odporúčania na ochranu vás a vašej rodiny pred utopením:

1. Plávajte v lokalitách zabezpečených plavčíkmi, ktoré sú uvedené na stránke <http://www.iws.ie/bathing-areas/map.372.html>;
2. Ak lokalita nie je zabezpečená plavčíkom, potom plávajte s ďalšími ľuďmi, nikdy však nie osamote, v uznaných tradične bezpečných miestach na kúpanie.
3. Plávajte v takej hĺbke, pri ktorej dočiahnete na dno, a to rovnobežne s pobrežím a blízko neho.
4. Deti majte neustále pod dohľadom, keďže k utopeniu môže dôjsť rýchlo a potichu; v priebehu desiatich rokov sa utopilo 30 detí.
5. Nikdy nepoužívajte nafukovacie hračky na otvorenej vode a nikdy neplávajte za ničím, čo je unášané na hladine.
6. Nikdy neplávajte v tme alebo neskoro v noci, ani neskáčte do vody z výšok.
7. Rieky môžu byť nebezpečné z dôvodu vodných prúdov, skrytých nebezpečenstiev a studenej vody pod hladinou, ktorá môže viesť k podchladeniu. K 62 % prípadov utopenia dochádza vo vnútrozemí, pričom k 80 % prípadov utopenia dochádza v blízkosti domova obetí.
8. Vopred sa pripravte sa na svoju vodnú aktivitu za pomoci informácií na stránke www.safetyzone.ie.
9. Alkohol narúša úsudok, rovnováhu a koordináciu – nevyhnutnosti pre plávanie, vozenie sa na člne a vyhýbanie sa nebezpečenstvám vo vode. Takmer 30 % ľudí, ktorí sa utopili, konzumovalo alkohol.
10. Noste záchrannú vestu, keď ste na vode, a uistite sa, že má správne pasujúci medzinožný popruh. Informácie o najlepšom type záchrannej vesty pre svoje potreby nájdete na stránke <http://www.iws.ie/boating/personal-flotation-devices.327.html>.
11. V prípade núdze na mori zavolajte na číslo 112 a pýtajte si pobrežnú stráž.