

桃園市107年水域自救觀摩與活動



樂游You&Me 10招玩不溺

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

湖泊溪流落差變化大，
戲水游泳格外小心



4

不要落單，隨時注意
同伴狀況位置



5

下水前先暖身，
不可穿著牛仔褲戲水



6

不可在水中
嬉鬧惡作劇



7

身體疲累狀況不佳，
不要戲水游泳



8

30分!
不要長時間浸泡
在水中，小心失溫



9

注意氣象報告，
氣候不佳不要戲水



10

加強游泳漂浮技巧，
不幸落水保持冷靜放鬆



生命無價!

教育部體育署再次呼籲，多一份關心，多一點叮嚀，切勿輕忽任何可能發生的危險，避免溺水事件悲劇再次發生，讓我們共同守護學生生命安全!

主辦單位：桃園市政府

指導單位：教育部體育署

承辦單位：桃園市全民運動發展協會



教育部體育署



運動臺灣

廣告