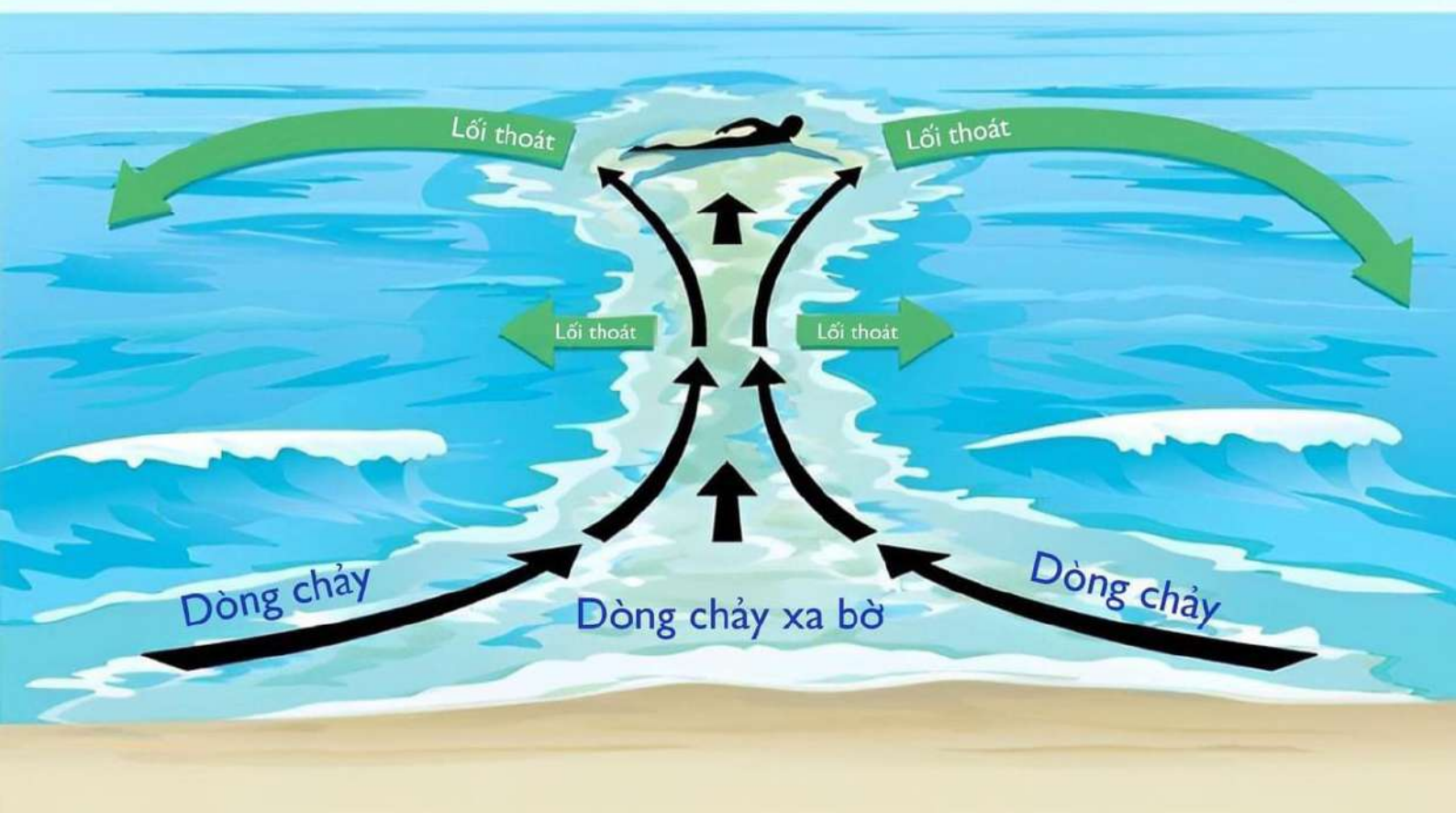


# CẢNH GIÁC VỚI DÒNG CHẢY XA BỜ KHI CHO TRẺ TẮM BIỂN MÙA HÈ



# 1. NHẬN BIẾT DÒNG CHẢY XA BỜ

Trước khi xuống biển, phụ huynh và trẻ nên dành 5 – 10 phút để quan sát chỗ định xuống tắm, bơi và xem có dòng chảy xa bờ hay không.

- Dòng chảy xa bờ có màu khác biệt so với vùng nước xung quanh, thường là sậm màu hơn và đục hơn tùy theo góc chiếu của ánh nắng mặt trời.



# 1. NHẬN BIẾT DÒNG CHẢY XA BỜ

- Đôi khi có thể thấy các mảnh vỡ của các vật thể nổi hay bọt nước nổi trên mặt dòng chảy cuốn ra xa bờ và trôi ra biển.
- Dòng chảy xa bờ có mặt nước phẳng lặng hơn và ít sóng hơn. Nếu di chuyển vào chỗ lặng sóng sẽ rơi vào dòng chảy xa bờ.



## 2. PHẢI LÀM GÌ KHI GẶP DÒNG CHẢY XA BỜ?

### GIỮ BÌNH TĨNH

Dòng chảy xa bờ sẽ không nhấn chìm chúng ta, vì vậy hoảng loạn và cố gắng để chống lại dòng chảy có thể dẫn đến nguy hiểm tính mạng. Trong trường hợp này cần bình tĩnh và thực hiện động tác thả nổi.

### GỌI GIÚP ĐỠ

Hãy giơ tay và kêu cứu để đội cứu hộ hoặc người trên bờ biển có thể giúp đỡ kịp thời.

### BƠI SONG SONG VỚI BỜ BIỂN

Nếu biết bơi, hãy bơi song song với bờ biển. Các con sóng ở hai bên sẽ giúp sức đẩy chúng ta vào bờ dễ dàng hơn.

