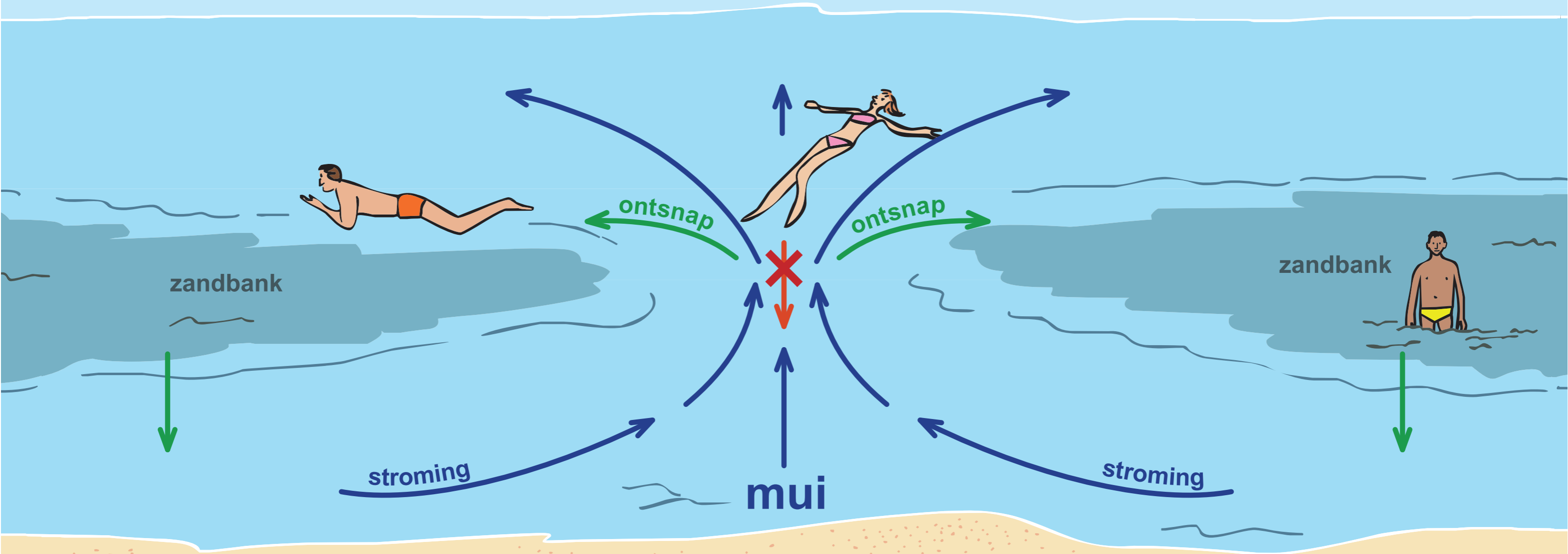


Een mui is levensgevaarlijk!

Jij kan uit een mui komen! Weet wat je moet doen!



Wat is een mui? Voor de kust liggen zandbanken. Tussen twee zandbanken bevindt zich een mui, waarbij water de zee in stroomt (bij laagwater, eb) of richting het strand (bij hoogwater, vloed).



Hoe herken je een mui? Dat is soms lastig. Lees erover op de website van Reddingsbrigade Nederland. Laat je ook ter plaatse informeren.



Ga je zwemmen in de zee? Zwem altijd op een locatie waar toezicht wordt gehouden door lifeguards. Weet waar muien zijn. Blijf uit de buurt van muien.



Kom je in een mui? Blijf rustig. Drijf op je rug (met de stroming mee) en steek een arm omhoog om de aandacht te trekken. Wacht op hulp.



Spaar je energie! Zwem nooit tegen de stroming van de mui in!



Kun je zwemmen? Probeer evenwijdig aan de kust uit de mui te zwemmen. Gebruik golven om terug op het strand te komen.

