Na ekranie wyświetla się niebieskie tło a na nim tytuł spotu profilaktycznego „ABC BEZPIECZEŃSTWA”. W prawym górnym rogu widnieje logo Policji oraz logo powiatu. W lewym górnym logo wyświetla się logo Ogólnopolskiej akcji informacyjno-edukacyjnej „Kręci mnie bezpieczeństwo nad wodą”.

Następnie na plaży głos zabiera dziecko przebrane w strój policyjny, które mówi „Pamiętaj! Nigdy nie wchodź do wody podczas burzy, mgły i gdy wieje silny wiatr.

Następnie głos zabiera kolejne dziecko „Pamiętaj! Stosuj się do regulaminu kąpieliska i do poleceń ratownika”

Następnie głos zabiera kolejne dziecko „Pamiętaj! Nigdy nie wypływaj za daleko od brzegu a zwłaszcza po zmroku. To niebezpieczne”

Następnie głos zabiera kolejne dziecko „Pamiętaj! Skakanie do wody i podtapianie innych nie jest zabawą. Kąp się rozsądnie”

Następnie głos zabiera kolejne dziecko „Pamiętaj! Nie skacz do wody w miejscach niedozwolonych”

Następnie głos zabiera kolejne dziecko „Pamiętaj, że na materacu lub kole nie wolno wypływać na głęboką wodę”

Następnie głos zabiera kolejne dziecko „Pamiętaj! Nie wchodź rozgrzany do wody, najpierw stopniowo ochłódź ciało”

Następnie głos zabiera kolejne dziecko „Pamiętaj! Podczas kąpieli zwracaj uwagę na osoby dookoła , może się okazać, że ktoś potrzebuje twojej pomocy „

Następnie głos zabiera kolejne dziecko „Pamiętaj! Nie pływaj zaraz po posiłku, odczekaj co najmniej 30 minut

Następnie głos zabiera kolejne dziecko „Pamiętaj!, Jeśli pływasz kajakiem lub rowerkiem pamiętaj o kapoku”

Następnie głos zabiera kolejne dziecko „Pamiętaj! Nie wchodź do wody bez opieki dorosłego”

Następnie głos zabiera kolejne dziecko „Pamiętaj! Nie zakłócaj wypoczynku i kąpieli innych osób”

Następnie głos zabiera kolejne dziecko „Pamiętaj ! drogi dorosły nigdy nie wchodź do wody po alkoholu ani innych środkach odurzających

Następnie głos zabiera kolejne dziecko „Pamiętaj! Korzystaj ze strzeżonych kąpielisk. Jest tam ratownik w razie niebezpieczeństwa on zareaguje”

Następnie pojawia się policjant który mówi : „Pamiętajmy o bezpieczeństwie nad wodą. Twoje życie i zdrowie zależy od Ciebie”

Na zakończenie wyświetla się niebieskie tło z podziękowaniami dla osób uczestniczących w spocie profilaktycznym.