

Sommerzeit bedeutet Spass im Nass

Baden, Schwimmen und Schlauchbootfahren gehören zu warmen Tagen wie eine erfrischende Glacé. Baden Sie in offenen Gewässern nach Möglichkeit innerhalb des beaufsichtigten Bereichs – so gelangen Sie mit Sicherheit auch wieder ins Trockene.

Befolgen Sie diese Tipps, damit die Sicherheit nicht baden geht:

- Gut schwimmen können allein genügt nicht – im Wasser sollten auch Energiereserve, Gesundheit und Motivation im grünen Bereich liegen. Schätzen Sie deshalb Ihre Fähigkeiten richtig ein, insbesondere beim Baden und Schwimmen in unbeaufsichtigten Gewässern.
- Schwimmen Sie nur in offenen Gewässern, wenn Sie ein geübter Schwimmer sind und sich fit und gesund fühlen. Schwimmen Sie nicht allein oder nehmen Sie eine Schwimmhilfe mit oder tragen Sie eine Schwimmweste. Ein Neoprenanzug schützt vor Unterkühlung und gibt Auftrieb.
- Überwachen Sie kleine Kinder im, am oder auf dem Wasser in Griffnähe. Bereits bei geringer Wassertiefe kann ein Kleinkind in weniger als 20 Sekunden ertrinken. Deshalb brauchen Kinder die volle Aufmerksamkeit der Eltern oder anderer Begleitpersonen. Auch mit «Flügeli» und anderen aufblasbaren Schwimmhilfen oder Spielsachen gehören Kinder nicht ins tiefe Wasser. Diese sind lediglich eine Schwimmhilfe und bieten keine ausreichende Sicherheit.
- Kinder sollten zudem über Kompetenzen zur Selbstrettung verfügen. Dazu gibt es den Wasser-Sicherheits-Check WSC. Er hat zum Ziel, dass sich ein Kind angstfrei im tiefen Wasser aufhalten und sich in einer Notsituation selbst an den Beckenrand oder ans Ufer retten kann. Die bfu und ihre Partner empfehlen, die Kinder so vorzubereiten, dass sie den WSC mit 9 Jahren absolvieren und bestehen können (Richtwert).

Mehr zum Thema Baden finden Sie in der Broschüre 3.009 «Baden – Spass im Nass» auf www.bestellen.bfu.ch.