ZIVILSCHUTZTIPP DES MONATS

SICHERES BADEN

Damit der Badespaß ungetrübt bleibt, beachten Sie bitte die wichtigsten Grundregeln:

- **Aufsichtspflicht:** Kinder sollten niemals unbeaufsichtigt ins Wasser gehen.
- **Baderegeln kennen und einhalten:** Informieren Sie sich über die örtlichen Baderegeln und beachten Sie Hinweisschilder und Warnungen.
- **Auf die eigenen Fähigkeiten achten:** Schwimmen Sie nur in Gewässern, die Ihren Fähigkeiten entsprechen. Überschätzen Sie sich nicht und gehen Sie kein unnötiges Risiko ein.
- **Gefahrenzonen meiden:** Strömungen, Untiefen und Wasserpflanzen können gefährlich werden.
- **Körperliche Verfassung prüfen:** Gehen Sie nicht ins Wasser, wenn Sie sich unwohl fühlen. Auch ein zu voller oder leerer Magen kann zu Problemen führen.
- **Rettungswesten nutzen:** In offenen Gewässern, insbesondere beim Bootfahren oder bei anderen Wasseraktivitäten, sollten Rettungswesten getragen und Schwimmhilfen genutzt werden.
- **Sonnenschutz nicht vergessen:** Verwenden Sie wasserfeste Sonnencreme und tragen Sie eine Kopfbedeckung, um einen Sonnenstich zu vermeiden.
- **Erste Hilfe Kenntnisse auffrischen:** Wissen, wie man im Notfall reagiert, kann entscheidend sein. Frischen Sie regelmäßig Ihre Kenntnisse in Erster Hilfe auf.

Besondere Vorsicht bei Gewitter!

- **Wettervorhersage beachten:** Informieren Sie sich vor dem Baden über die Wetterlage. Wetter-Apps und Vorhersagedienste können Gewitter oft frühzeitig vorhersagen.
- **Erste Anzeichen ernst nehmen:** Wenn Sie am Himmel dunkle Wolken oder ein herannahendes Gewitter bemerken, verlassen Sie sofort das Wasser.
- **Sichere Orte aufsuchen:** Suchen Sie Schutz in einem geschlossenen Gebäude oder in Ihrem Auto.

WWW.NOEZSV.AT

Niederösterreichischer Zivilschutzverband