



PREPLÁVAJME LETOM BEZPEČNE



MILÍ RODIČIA, MILÉ DETI VEDELI STE, ŽE

- Utopenie je po dopravných nehodách II. najčastejšou príčinou úmrtí detí a mladistvých na Slovensku?
- Pri uplatnení účinných preventívnych opatrení by sa mohlo predísť až 90-tim % neúmyselných úrazov a k zníženiu počtu úmrtí až o polovicu (EuroSafe, 2012)?
- Najrizikovejšiou skupinou sú dievčatá vo veku 1 – 4 rokov a chlapci vo veku 15 – 19 rokov?
- Najčastejšími zraneniami na kúpalisku sú prípady, keď dieťa letiace z toboganu do vody dopadne na dieťa, ktoré sa spustilo pred ním?

AKO ROZPOZNAŤ, ŽE SA NIEKTO TOPÍ:

- hlava nízko vo vode, ústa na úrovni vodnej hladiny,
- zaklonená hlava s otvorenými ústami,
- sklenené, prázdne oči neschopné zaostriť príp. zavreté oči,
- vlasy cez čelo alebo cez oči,
- rýchle dýchanie alebo lapanie po dychu,
- snaha otočiť sa na chrbát a plávať určitým vsmerom, ale bez úspechu.

ZÁSADY BEZPEČNÉHO POBYTU S DIEŤAŤOM PRI VODE

- Nenechávajte dieťa bez dozoru.
- Pri pobyte na loďke, nafukovacom matraci či šliapacom bicykli deťom vždy dajte záchranné vesty alebo rukávniky.
- Zvykajte dieťa na vodu a učte ho plávať - aj začiatok má lepšiu šancu udržať sa nad hladinou, kým sa k nemu dostane pomoc.
- Preverte si pred pobytom pri vode doma pomôcky na plávanie – nefúknite ich napr. večer a počkajte do rána, v akom stave „sfukovania sa“ budú.
- Dieťa nenechajte ani sekundu vo vode bez dozoru – ak potrebujete na toaletu alebo telefonovať, zaisťte si nad dieťaťom dozor dospelou osobou.
- DODRŽUJTE prevádzkové PRAVIDLÁ a POKYNY pracovníkov zariadenia.

Základné pravidlo: Najbezpečnejšie je kúpanie na oficiálne prevádzkovaných kúpaliskách a na vodných plochách, kde je v prípade potreby prvá pomoc. Informácie o aktuálnom stave kúpalísk nájdete na www.uvzsr.sk.



TICHO JE PREDZVEŠŤOU, ŽE SA NIEČO DEJE

Deti pri pobyte vo vode robia hluk, preto okamžite skontrolujte situáciu, v prípade, že nastalo ticho.



KÚPACIE HRAČKY SÚ LEN HRAČKY! (AJ KOLESÁ)

Zvyšujú bezpečnosť dieťaťa, ale neochránia na 100% pred utopením! Deti z nich môžu vypadnúť, vyklznúť a nemajú sa ničoho prichytiť. Overte si, ako pomôcky na plávanie dieťaťa „sedia“ – či nie sú príliš malé, veľké, neskĺzavajú z ramena?

Tip 1: Sledujte dieťa vo vode zrakom. Dieťa v dave pomôžu rozoznať aj dobre viditeľné, nápadné pokrývky hlavy, ktoré zároveň poskytnú ochranu pred slnečným žiarením.

Tip 2: Vedte dieťa k plaveckej gramotnosti – prihláste ho na kurz plávania.

www.uvzsr.sk

Materiál vznikol s finančnou podporou WHO/Europe v rámci BCA spolupráce

