

SAUGAUS ELGESIO VANDENYJE TAISYKLĖS!!!

1

Neik maudytis vienas! Plaukioti ir žaisti vandenyje gali, jeigu tave stebi ar šalia yra suaugę žmonės (tėvai, mokytojai, gelbėtojai), nes nelaimės vandenyje atveju (mėšlungis, užspringimas vandeniui, atsitrenkimas į dugną, skendimas) nebus galinčių suteikti būtinąją pagalbą.

4

Nešok į vandenį žemyn galva, jei vanduo nelabai skaidrus ir yra nepakankamai gilus. Apsižiūrėk, ar vanduo toje vietoje, į kurią rengiesi šokti, laisvas. Nepažįstamas vandens telkinio dugnas gali kelti pavojų.

2

Lipk iš vandens tuojau pat, kai pradėsi šalti (žvarbti).

5

Maudytis lyjant, griaudžiant perkūnijai ir žaibuojant yra pavojinga.

3

Ką tik pavalgęs, luktelėk apie 1–2 valandas, tik tuomet eik maudytis. Plaukioti ir žaisti vandenyje kramtant gumą, valgant saldainį ar kitą maistą pavojinga, nes vandenyje gali labai greitai užspringti, o tada sutrinka kvėpavimas ir kyla pavojus gyvybei.

6

Nepervertink savo jėgų ir mokėjimo plaukti atviraime vandenyje.

7

Ypač pavojinga maudytis apsvaigus nuo svaigiųjų gėrimų, kvaišalų ar vaistų. Apsvaigusiam žmogui sulėtėja orientacija, reakcija ir sutrinka aplinkos pojūtis. Jis gali nejausti šalčio, net nesuvokti gylio bei atstumo.

11



Jeigu ištiko nelaimė vandenyje, garsiai šaukis pagalbos.

8

Pavojinga plaukioti ant pripučiamųjų čiužinių, žaislų ir automobilių kamerų. Neplaukiok ant savo gamybos plaustų, nes jie gali neišlaikyti tavo svorio ir apsiversti.

Būk atsargus ant užšalusių vandens telkinių!

9



Nežaisk tokiose vietose, nuo kurių netyčia galima įkristi į vandenį. Tokia vieta gali būti lieptas, tiltas, status krantas.

1

Įsitikink, ar ledas tvirtas, ar nėra properšų, nevaikščiok ledu vienas.

2



Jeigu įlūžai, nepasiduok panikai ir šaukis pagalbos, stenkis įsikibti į eketės kraštą.

10



Pagalbos šauk tik tada, kai tikrai esi pavojuje. Tačiau stenkis padėti kitam, jei tavo pagalba reikalinga.

3

Jeigu įlūžo tavo draugas, šaukis pagalbos ir nepalik jo nelaimėje, tačiau pats nepulk prie jo, nes ir tu gali įlūžti. Šliaužk artyn tik įsitikinęs, kad gali išsilaikyti ant ledo. Stenkis paduoti draugui virvę arba lazda.

VAIKŲ PRIEŽIŪRA VANDENYJE IR PRIE VANDENS TELKINIŲ

- Kuo anksčiau išmokykite vaikus plaukti. Mažamečius vaikus būtina prižiūrėti prie vandens nepriklausomai nuo jų plaukimo įgūdžių.
- Visada nepertraukiamai ir iš arti stebėkite prižiūrimą vaiką, esantį vandenyje ar šalia vandens. Vaikai iki 5 metų amžiaus skęsta tyliai, nes panėrę į vandenį jie nesuvokia, kas vyksta.
- Negalima vartoti alkoholio, kai prižiūrite besimaudančius ar prie vandens žaidžiančius vaikus.
- Nepalikite vaikų saugoti vyresniems vaikams, nes jie nėra tokie atidūs ir atsakingi kaip suaugusieji.
- Leiskite vaikams maudytis tik su gelbėjimosi liemenėmis, o vaikams iki 5 metų amžiaus rekomenduojama dėvėti specialias liemenes, turinčias galvos atramas. Pripučiami ratai, rankovės yra tik žaislai, o ne gelbėjimosi priemonė.
- Negalima leisti vaikams maudytis praėjus mažiau nei 60 min. po valgio, taip pat negalima maudytis kramtant.
- Paaškindite vaikams saugaus elgesio vandenyje taisykles.
- Aptverkite prie namų esančius atvirus vandens telkinius ir baseinus iš visų pusių ne mažesne nei 120 cm tvora su rakinamais ar kitaip tvirtai uždaromais ir vaikams neatidaromais varteliais.

