



Vos nageurs sauveteurs



Udhëzime për prindërit

Të dashur prindër

Në mënyrë që ju bashkë me fëmijët të mos e keni të vështirë kontaktin me ujin dhe të kënaqeni në të, ju këshillojmë që urgjentisht të keni parasysh këto udhëzime:

- ☀ Kënaquni me fëmijën tuaj sa më herët që të jetë e mundur me të **mësuarit me ujin**, natyrisht nëpërmjet lojës, sipas udhëzimit dhe nën mbikqyrje. Shumë institucione me oferta rreth të mësuarit me ujin ju ndihmojnë për përmbushjen e dëshirave tuaja.
- ☀ Mbajeni fëmijën tuaj vazhdimisht nën **mbikqyrje**. Dëshironi të çlodheni, bisedoni me dikë, i cili do të kujdeset për fëmijën tuaj.
- ☀ **Të mësuarit e hershëm të notit** është gjithashtu një parandalim ideal ndaj situatave të rrezikshme.
- ☀ Nëse nuk e gjeni fëmijën tuaj, së pari **e kërkoni në vendet me ujë** (në përrua, në kënetë, në vende të cekëta me ujë etj.) Nëse fëmija juaj ka rënë në ujë, koha është shumë e shkurtër për ndihmë të jashtme (vetëm disa minuta).
- ☀ Edhe një **thellësi shumë e vogël e ujit** prej disa centimetrash, për një fëmijë të vogël **mund të jetë e rrezikshme**. Këshillohet që fëmijët e vegjël, të cilët nuk janë mësuar me ujin dhe nuk dihet për çfarë arsye e fusin kokën gjithmonë në ujë, ata nuk bërtasin ose përpëliten: Fëmijët e vegjël qëndrojnë të heshtur dhe të palëvizshëm në ujë dhe kështu mund të mbyten.
- ☀ Kini parasysh që një **Biotop** ose një **rreth privat plastik për not** etj. të jenë nën masat e duhura me informata **të mbrojtjes** së fëmijëve (p.sh. i rrethuar).
- ☀ Sjellja korrekte në një situatë emergjente në ujë mund të mësohet në një kurs të Shoqatës Zvicerane të Shpëtimit SLRG. Kur dhe ku mbahen kurset e ardhshme dhe informatat tjera të nevojshme i gjeni në faqen elektronike të SLRG në www.slrq.ch

Ne ju rekomandojmë këto 7 udhëzime të qarta që t'i keni parasysh:

Specialisti i kirurgjisë i spitalit të fëmijëve në Basel UKBB

Prof. Dr. med. Johannes Mayr

Udhëheqësja e lëmit arsimor të SLRG

Fabienne Meier

Udhëheqësja e SLRG-e projektit të kopshtit të fëmijëve

Stéphanie Bürgi-Dollet

Këshilla në ujë të Picos



Mbrojtja nga dielli

- Unë lyhem me krem gjysëm ore përpara dhe gjatë drekës shkoj në hije

Tregoj ku ndodhem

- Unë i tregoj ku ndodhem personit që më shoqëron



Të ngrënit dhe të pirët

- Duhet patur kujdes në të ngrënë dhe në të pirë

Dushi

- Para larjes, shkoj në WC
- Unë bëj dush para larjes dhe ftoh trupin para larjes



Uji i cekët deri në bark

- Unë qëndroj në ujin e cekët deri në bark, derisa të mund të notojë mirë
- Gjatë notimit në distancë të madhe, kërkoj të më shoqërojë dikush

Loja ade

- Unë qëndroj në breg edhe në qoftë se lodra ime më e dashur më bie në ujë dhe është duke notuar mbi të



Veglat e shpëtimit

- Veglat e shpëtimit të përdoren vetëm në raste urgjente
- Unë shikoj ku ndodhen ato

Thirrje për ndihmë, nëse është e nevojshme

- Unë thërras për ndihmë vetëm në raste urgjente



Shiko, ku mund të kërcesh

- Unë kërcëj në ujë, vetëm në vendin që e njoh dhe nuk dëmtoj njeri

Tharja

- Unë e lë ujin nëse mërdhij
- Pas larjes duhet të thaheni mirë

