



## Vos nageurs sauveteurs



### Saveti za roditelje

Dragi roditelji

Da biste Vi i Vasa deca mogli bez opasnosti uživati u kontaktu sa vodom, preporučujemo sledece mere opreza:

- ☀ Pocnite blagovremeno **navikavati** Vase dete na vodu, naravno kroz igru i nadgledanje. Postoje i institucije koje u svom programu nude mogucnost navikavanja dece na vodu.
- ☀ **Ne ispustajte dete iz vida.** Ukoliko se Vi sami zelite opustiti, dogovorite unapred ko ce paziti na dete.
- ☀ Blagovremeno **ucenje plivanja** je idealna preventiva u slucaju da se dete nadje u opasnoj situaciji.
- ☀ Ukoliko ne mozete naci dete, **potrazite ga najpre na mestima sa vodom** ( bara, potok, mocvara, burad sa vodom, bazencici sa vodom itd. ) Ukoliko je dete upalo u vodu, vreme koje imate na raspolaganju za prvu pomoc je veoma kratko ( samo nekoliko minuta.)
- ☀ **Vec i jako plitka voda od nekoliko centimetara moze biti opasna** za malo dete.

Upadne li malo dete iz bilo kojeg razloga u vodu sa glavom prema dole i ukoliko nije upoznato sa opasnoscu, ono nece vristati niti se pokretati. Mala deca ostaju u vodi mirna i mogu se utopiti.

- ☀ Pazite da Vasa **bastenska bara** ili privatni **bazen** itd. budu **osigurani** (npr. ogradom) od decije radoznalosti. Vrata kroz koja se prolazi da bi se doslo do vodene površine moraju se sama zatvarati i u slucaju da ih nehotice ostavite otvorenima, moraju se zatvoriti sama.
- ☀ **Mere koje se moraju poduzeti** u hitnim slucajevima na i u vodi mogu se nauciti na **Kursu** Svajcarskog udruzenja za spasavanje zivota **SLRG**. Kada i gde se odrzavaju sledeci kursevi i druge korisne informacije mozete naci na Internetskoj stranici [www.slrq.ch](http://www.slrq.ch)

Preporucujemo Vam da ovih 7 saveta imate na umu:

Sef Hirurgije Univerzitetske klinike  
za decu oba Bazela UKBB

Prof. Dr. med. Johannes Mayr

Voditeljica odseka za  
usavrsavanje SLRG

Fabienne Meier

Voditeljica SLRG-  
projekti za vrtice

Stéphanie Bürgi-Dollet

## Piko- pravila za ponasanje u blizini vode



### Zastita od sunca

- Moram se namazati kremom za zastitu protiv sunca pola sata pre i

### Gde se nalazim

- Moram reci osobi koja je sa mnom kuda idem



### Jelo i pice

- Moram paziti sta jedem i pijem

### Tusiranje

- Pre kupanja idem u toalet
- Pre kupanja se moram istusirati i ohladiti



### Visina vode do stomaka

- Moram ostati u vodi visine do stomaka sve dok ne naucim dobro plivati
- Kad plivam daleko od obale, treba neko da me prati

### Pad igracke u vodu

- Moram ostati na obali cak i kad moja najdraza igracka padne u vodu i otliva



### Sredstva za spasavanje

- Sredstva za spasavanje koristim samo u slucaju opasnosti
- Trebam pogledati gde se nalaze

### Poziv u pomoc, ukoliko je neophodno

- Zovem u pomoc samo u slucaju stvarne opasnosti



### Moram pogledati dobro gde skacem u vodu

- Skacem samo u vodu koju dobro poznajem i gde nikoga ne ugrozavam

### Posusivanje

- Napustam vodu kad osetim da mi je hladno
- Nakon kupanja se moram dobro posusiti

