

So gehst du sicher schwimmen



ZIVILSCHUTZ

Baderegeln – Finde die richtige Antwort:

1. Dusche oder kühle dich ab, bevor du ins Wasser gehst! Warum?

- Mein Körper kann sich dabei an das kühlere Wasser im Schwimmbad gewöhnen.
- Die Dusche ist im Preis inbegriffen, und ich verschenke nichts.
- Mit nassen Haaren schaue ich ziemlich cool aus.

2. Wenn du länger in der Sonne bleibst, setz' dir eine Kappe auf und zieh dir ein T-Shirt an. Warum?

- Wenn ich eine Kappe aufhabe, spiegelt das Display von meinem Handy nicht so stark.
- Ich hab sehr coole T-Shirts und die will ich herzeigen.
- Wenn ich zu lange ohne Schutz in der Sonne bin, bekomme ich einen Sonnenbrand.

3. Spring nur dort ins Wasser, wo es erlaubt ist. Warum?

- Vielleicht leben da ja Seeungeheuer und die könnten mich fressen.
- Weil ich nicht weiß, wie tief das Wasser dort ist.
- Ich könnte die armen Fische zerquetschen.

4. Wenn du krank bist, geh nicht schwimmen! Warum?

- Du kannst die Fische anstecken.
- Deine Krankheit kann sich verschlimmern.
- Bei Fieber wird das Wasser zu warm.



Tip:

Sei vorsichtig bei Gewässern, die du nicht kennst!

5. Achte auf HINWEISSCHILDER, z.B. „Nicht vom Beckenrand springen“. Warum?

- Du kannst dich selbst oder andere verletzen.
- Damit du weißt, wo das Buffet und die Toilette sind.
- Du kannst lesen üben.

6) Bleib nicht zu lange im Wasser. Warum?

- Deine Haut wird schrumpelig und abfallen.
- Es wachsen dir Flossen und Kiemen.
- Du kannst unterkühlen.

Bleib nicht im Wasser, wenn dir kalt ist, du kannst sonst Krämpfe bekommen! Krämpfe sind beim Schwimmen gefährlich!

7) Warte nach dem Essen mindestens 1 Stunde bevor du ins Wasser gehst. Warum?

- Du bekommst sonst Blähungen und störst die anderen Badegäste.
- Dein Kreislauf kann versagen und du gehst unter.
- Durch deinen dicken Bauch kann das Schwimmbad übergehen.

8) Achte auch auf andere im Wasser. Warum?

- Du kannst anderen helfen oder Hilfe holen.
- Nur so siehst du die neueste Bademode.
- Vielleicht lernst du ja neue Freunde kennen.

