

Veiligheid in & om het water



Wees veilig in en om het water

Of je nu in een klimaat woont waar het het hele jaar warm is of je voornamelijk buitenactiviteiten in de zomer beleeft, zwemmen en water zijn een groot deel van familieplezier.

De betekenis van veiligheid kan echter nooit worden onderschat.

Feiten volgens de World Health Organization:

- Verdrinking is de 3e belangrijkste doodsoorzaak wereldwijd.
- Jaarlijks zijn er circa 372.000 sterfgevallen.
- Hoogste aantal betreft kinderen tussen de leeftijd 1-4 jaar.



Wees veilig in en om het water

- Vrijwel iedereen is zich bewust van veiligheidsaspecten in en rondom het zwembad en strand. Echter, ouders moeten ook op hun kinderen letten in de buurt van een badkuip en zelfs tijdens het badderen.
- De meeste (bijna) verdrinkingen vinden plaats wanneer een kind in het zwembad valt of alleen is gelaten in bad.

Jonge kinderen kunnen al verdrinken bij een hoeveelheid van van 2,5 cm water



Het gaat niet alleen om kinderen

- Veiligheid rondom het water moet ook door volwassenen worden geoefend. Veel mensen kunnen zwemmen maar niet iedereen kan ook daadwerkelijk aantonen dat ze cruciale ervaring met water hebben.

Cruciale vakkundigheid houdt in:

- 1 minuut in het water drijven of trappelen zonder zwemvest.
- In het water springen met een koprol en weer naar de oppervlakte terugkeren.
- In het water drijven of trappelen in een cirkel en vervolgens het water uit zien te komen.
- Uit het zwembad komen zonder trap.
- 25 meter zwemmen zonder te stoppen.



Tips voor volwassenen en kinderen

- Let altijd op je kinderen als ze in de buurt van water zijn, zwemmen of in bad.
- Verzamel alles wat je nodig hebt (handdoek, speelgoed en zonnebrand) voordat je kind het water in gaat; in het geval je het gebied moet verlaten, neem je kind mee.
- Gebruik een zwemvest in plaats van zwembandjes maar wees je ervan bewust dat een kind nog steeds kan verdrinken met een zwemvest als het kind niet goed in de gaten wordt gehouden.
- Als je gaat varen, zeilen of met de kajak of kano het water op, doe een zwemvest aan.
- Zwem altijd samen met iemand, nooit alleen.
- Vind zwemlessen voor je kind aangepast aan de leeftijd maar onthoud dat dit niet betekent dat je kind niet meer kan verdrinken.
- Leer reanimeren.



Referentias

- [American Red Cross](#) – Water Safety
- [Safe Kids Worldwide](#) – Water Safety in the Home
- [World Health Organization](#) –Fact Sheet
- [CDC](#) – Unintentional Drowning