

Sikkerhed

ved strand Baderåd

Bad **aldrig** alene
Bad kun **hvor** det
er tilladt



Rådet for Større Badesikkerhed



Lær at svømme

Alle børn i Danmark skal lære at svømme. Da svømmeundervisningen i skolen normalt først finder sted i 4. og 5. klasse, er det vigtigt at **forældrene tager initiativ til at deres børn får lært at svømme** så tidligt som muligt. Begynd gerne med babysvømning.

Baderåd

Lær at svømme og springe

- Bad **aldrig alene**
- Bad **kun** hvor det er tilladt
- Spring kun på hovedet, hvor **vandet er dybt nok**
- Bad **aldrig med alkohol** eller **euforiserende stoffer** i blodet
- Gå kun **ud til navlen**
- Svøm **langs** med kysten
- Gå op når du **begynder at fryse**

Her må du ikke bade

- I havne, ved moler, bølgebrydere, bundgarnspæle eller ved kraftige strømforhold
- I moser, småsøer og udgravninger. Her står vandet stille og er meget koldt lige under overfladen
- I søer og åer med andemad og vandplanter
- Alle steder hvor der står badning forbudt



Gå kun i vandet, når du føler dig frisk

Pas på hvis du:

- Er træt og forpustet
- Har spist eller drukket for meget
- Er overophedet fordi du har ligget for længe i solen
- Gå op hvis du begynder at fryse



Livredder

Der er livreddere på flere af de større badestrande både i Danmark og i udlandet. Gå hen til livredningsstationen, og se opslagstavlen.

Det rød/gule flag betyder livredderposten er bemanded



Grill på stranden

En grilltur på stranden kan let blive en **alvorlig sag**, hvis grillen får lov til at stå direkte i sandet.

Flere mennesker er blevet **alvorligt forbrændt**, fordi en grill har stået i sandet og varmet det op til meget høje temperaturer. Husk derfor at **rydde godt op efter dig**. Varmen kan være **farlig for både børn og voksne**.

Det er også sket, at folk har smidt vand på stedet hvor grillen har stået, for at nedkøle sandet. Men når en **større mængde vand** pludseligt kommer i forbindelse med det gloende varme sand, bliver vandet til **skoldhed damp**. Vær derfor **forsigtig med at grille på stranden** – skal grillen med, må den **ikke stå direkte på sandet**.



Redningsposter

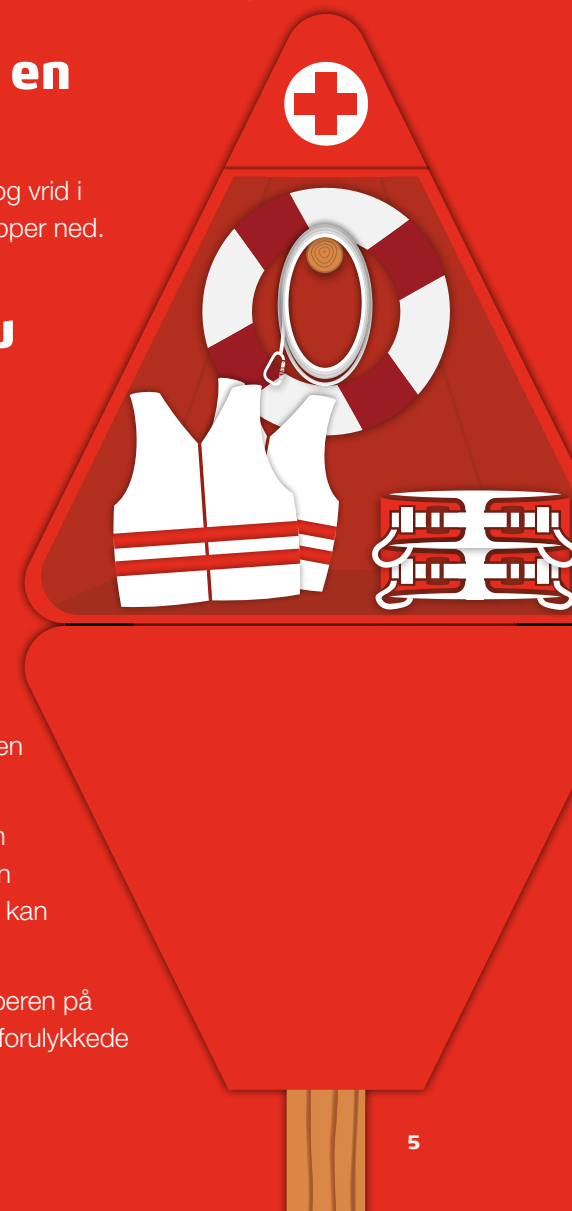
En redningspost indeholder **2 svømmeveste** (ikke redningsveste) eller **2 bæltter**, begge dele med øskner, **1 redningskrans** med 4 meter tov og karabinhage, **220 m nylon line** med karabinhage i begge ender. Hvis redningsposten er i stykker, skal du meddele det til politiet.

Sådan åbner du en redningspost

Drej klappen midt på låget til side og vrid i håndtaget inde bagved og låget vipper ned.

Sådan bruger du redningsposten

1. Redderen tager svømmevest og bælte på og sætter line og redningskrans fast i bæltet.
2. Linens anden ende klikkes fast i en hjælperes bælte. Hjælperen bliver inde på lavt vand.
3. Redderen svømmer ud til den forulykkede med redningskransen flydende bag efter i linen.
4. Når redderen kommer ud til den forulykkede, rækker han kransen mod den forulykkede, så denne kan få tag i den.
5. Når redderen giver tegn til hjælperen på land, trækkes redderen og den forulykkede ind i et roligt tempo.



PAS PÅ

Badedyr og luftmadrasser



Hver sommer er leg med badedyr, gummibåde og luftmadrasser **årsag til mange redningsaktioner** ved de danske strande. Og det sker desværre ofte, at det ender med tragiske drukneulykker.

Derfor **svøm aldrig efter ting** eller både som er drevet til havs – heller ikke, hvis der er mennesker “om bord”. Sørg altid for at der er en **voksen person** ude i vandet, som holder øje med dig, når du bader.

Ved en ulykke ring 112. Bliv ved ulykkesstedet, indtil hjælpen når frem. Hjælp redningsmyndighederne ved at udpege **hvor ulykken er sket.**

HJÆLP

Pas på hestehuller

Et hestehul er et **hul i en revle**, der dannes når vandet som en **stærk strøm løber tilbage** mod det åbne hav. Hestehullerne opleves ofte på de steder, hvor vandet **virker mest roligt og tillokkende.**

Hvis du falder i et hestehul og bliver taget af strømmen, skal du **ikke kæmpe imod**, men bevare roen og lade dig føre med strømmen ud, indtil den igen aftager i styrke. **Svøm ud af strømmen langs med kysten**, hvorefter du kan svømme ind mod kysten igen.



Alarmering ved badeulykker

Brug radiotelefonerne på redningsposten, den nærmeste telefon eller mobiltelefon

Det er gratis at ringe efter hjælp fra en telefonboks/mobiltelefon



112

(et – et – to)

Når du får forbindelse til alarmcentralen skal du oplyse:

- 1. Hvor er ulykken sket – kig efter dit strandnummer.** De grønne skilt med numre som er på stranden. Find nærmeste nummer og oplys det til alarmcentralen. Så ved de hvor du er.
- 2. Hvad er der sket.** Er personen reddet eller endnu ude i vandet. Fortæl kort, så alarmcentralen ved, hvilken hjælp der skal sendes.
- 3. Hvor mange personer der er forulykket**
- 4. Hvor ringer du fra.** Opgiv telefonnummer og evt. adresse. Bliv ved telefonen eller der, hvor du har aftalt at mødes med ambulancen. Send en anden til ulykkesstedet og lad denne fortælle, at der er alarmeret.

Find strandnummer på **app'en STRANDKLAR.** Og søg på “dit strandnummer”.

C 096
SOS c 112



Rådet for Større Badesikkerhed

Rådet blev stiftet i foråret 1983, efter sommeren 1982, hvor 77 mennesker omkom ved de danske kyster. Rådet har sammen med de tilsluttede organisationer gjort et stort stykke arbejde for at nedbringe antallet af drukneulykker.

Formål

Rådet for Større Badesikkerhed er en frivillig, almennyttig og humanitær organisation. Rådet har til formål:

- 🔹 At koordinere medlemsorganisationernes indsats for at **øge sikkerheden** omkring såvel naturlige som kunstige vandområder.
- 🔹 At tage initiativer til **forebyggelse af ulykker** i forbindelse med de nævnte områder.
- 🔹 At **vejlede lovgiverne** omkring fritidsulykker og deres forebyggelse indenfor området herunder såvel offentlige som private badeanlæg.
- 🔹 At **fremstille oplysningsmateriale** samt gennemføre andre initiativer til opfyldelse af Rådets formål.

Kontakt

Har du spørgsmål omkring badesikkerhed er du velkommen til at kontakte os:

Rådet for Større Badesikkerhed
Telefon 70 27 55 55 · info@badesikkerhed.dk