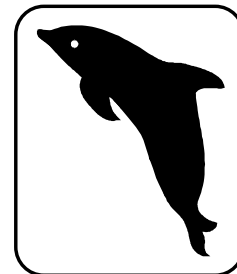


Baderegeln für Silber- und Gold-Abzeichen



Selbsthilfe bei Gefahren im Wasser

- Gefahren:** *Schwimmen ohne Aufsicht*
Verhalten: In jedem Falle unterlassen, sonst Lebensgefahr!
- Gefahren:** *Übermüdung und Unwohlsein beim Schwimmen.*
Verhalten: Auf dem schnellsten Wege aus dem Wasser!
- Gefahren:** *Muskelkrampf beim Schwimmen.*
Verhalten: Ruhe bewahren! Auf dem kürzesten Wege aus dem Wasser!
Bei Wadenkrampf in der Rückenlage mit den Armen rudern!
Bei Fingerkrampf Hände schütteln, Wasser treten!
Im Notfalle Hilfe herbeirufen!
- Gefahren:** *Unsachgemäßes Tauchen. (Lebensgefahr!)*
Verhalten: Tauchen unter Aufsicht üben, nie zu oft hintereinander!
Sicherungsmaßnahmen beachten (Tauchfloh)!
- Gefahren:** *Kaltwasserströmung und Schlinggewächse.*
Verhalten: Gefahrenstellen nach Möglichkeit meiden!
In unvorhergesehenen Fällen flach darüber hinwegschwimmen!
Ruhe bewahren, Schlingpflanzen in Rückenlage abstreifen!
Im Notfall Hilfe herbeirufen (Boot)!
- Gefahren:** *Unkenntnis der Ufer- und Strömungsverhältnisse.*
Verhalten: Erfahrene Leute vorher um Rat fragen!
Durch geübte Taucher nachprüfen!
Immer mit dem Strom an Land schwimmen!
Aus dem Strudel nach unten heraustauchen!
- Gefahren:** *Anschwimmen an vorbeifahrende und ankernde Schiffe.*
Verhalten: Möglichst weit davon bleiben, Sog-Gefahr!
Wellenschlag berechnen, Gefahren nicht herausfordern!
- Gefahren:** *Bootsunfälle.*
Verhalten: Bootfahren nur für Schwimmer!
Wetterlage und Wellenverhältnisse beachten!
Beim Kentern zunächst vom Boot wegschwimmen!
Später am treibenden Boot festhalten!
Falls unter dem Boot, tieftauchen und seitwärts herausschwimmen.
Signale geben und Hilfe herbeirufen!
- Gefahren:** *Unkenntnis der Gezeitenwirkung am Meeresstrande.*
Verhalten: Gezeitenwarnung beachten. Badezeiten einhalten!
Nicht zu weit hinausschwimmen. Küste im Auge behalten!
Ruhe und Ausdauer bewahren, Notsignale geben!
- Gefahren:** *Eislaufen im Winter.*
Verhalten: Unbeaufsichtigte oder verbotene Stellen nicht betreten!
Knisternde Eisflächen sofort verlassen!
Beim Einbrechen flach aufs Eis legen und wegkriechen!
Im Eiswasser ständig bewegen, laut um Hilfe rufen!
(Fremdhilfe mit Leitern, Brettern, Ästen, Schlitten.)