

Wasserrettung des Arbeiter-Samariter-Bund Österreichs

# Schwimmspaß und Baderegeln



Quak!



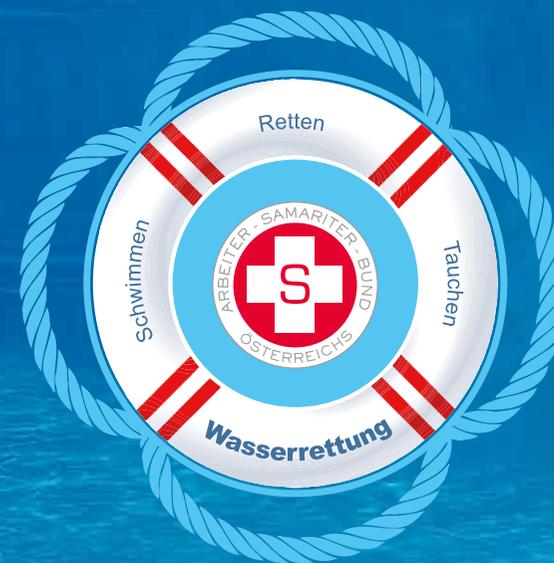
# Die Wasserrettung

## des Arbeiter-Samariter-Bund Österreichs

Kinder spielerisch auf Gefahren und Risiken im Schwimmbad und beim Schwimmen aufmerksam machen, das will diese Broschüre der Wasserrettung des Arbeiter-Samariter-Bund Österreichs.

Anhand dieser anschaulichen Bilder werden die Baderegeln für Kinder leicht verständlich. Jedes Kind bekommt im Schwimmkurs dieses Heft mit den Baderegeln mit nach Hause. Damit wird das Lernen der für die Sicherheit am und im Wasser so wichtigen Baderegeln leicht gemacht.

Die erfahrenen Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Wasserrettung des ASBÖ führen eine Vielzahl von Schwimm-, Rettungsschwimm- und Tauchkursen durch: Anfängerschwimmkurse für Kinder und Erwachsene, diverse Fortbildungs- und Perfektionskurse bis hin zu individuellen Sportschwimmkursen; Rettungsschwimmkurse in den Stufen „Helfer“, „Retter“ und „Lifesaver“ sowie „Frei-, ABC- und Geschicklichkeitstauchkurse“ für Kinder und Jugendliche sowie hochwertige Gerätetauchkurse nach CMAS.



## Schwimmkurse, Information und Kontakt

ASBÖ-Bundessektion Wasserrettung

1150 Wien, Hollergasse 2-6

Telefon: +43 (1) 89145-141

E-Mail: [wasserrettung@samariterbund.net](mailto:wasserrettung@samariterbund.net)

Web: [www.samariterbund.net](http://www.samariterbund.net)

# Die Schwimmabzeichen



Nach dem Kurs besteht die Möglichkeit, eine Schwimmprüfung abzulegen.  
Für eine minimale Prüfungsgebühr erhält der Prüfling einen Ausweis, einen Ansteck-Pin  
sowie ein Stoffabzeichen für die Badehose.

# 1. Gesundheit

A young child with short brown hair and a pink toothbrush in their mouth is crying. They are wrapped in a colorful towel with a cartoonish pattern. The background is blurred, suggesting an outdoor setting. The text '1. Gesundheit' is overlaid in the top left corner, and 'Wenn du schwimmen gehst, musst du gesund sein!' is overlaid in the bottom left corner.

Wenn du schwimmen gehst, musst du gesund sein!

## 2. Hinweisschilder beachten



Auf den Hinweisschildern kannst du lesen, was im Schwimmbad erlaubt und was verboten ist. Daran musst du dich halten!

# 3. Duschen, Abkühlen

Geh erst dann ins Wasser, wenn du dich geduscht und abgekühlt hast!



# 4. Kältegefühl

BRRRR



Bleibe nicht im Wasser, wenn dir kalt ist, du kannst sonst Krämpfe bekommen! Krämpfe sind für den Schwimmer gefährlich!

# 5. Ohren



Wenn du Ohrenschmerzen oder eine Ohrenverletzung hast,  
darfst du nicht schwimmen, springen oder tauchen!

## 6. Essen

MMH#

Wenn du viel gegessen hast, warte eine Stunde,  
bevor du wieder ins Wasser gehst.

STOP!



## 7. Starke Sonne

AUFSCH

Schütze dich vor der Sonne (Sonnenscreme, Kappe, T-Shirt)!  
Wenn dir heiß ist, darfst du nicht ins kalte Wasser springen!



# 8. Übermut



Lass dich von anderen nicht dazu überreden, etwas zu tun, was du nicht gut kannst (zum Beispiel: weit hinausschwimmen, ins Wasser springen oder tauchen).

# 9. Springen



Spring nur dort ins Wasser, wo es erlaubt ist! Du darfst dabei niemanden in Gefahr bringen! Spring ja nicht in Gewässer, die du nicht kennst, es können viele Gefahren lauern!

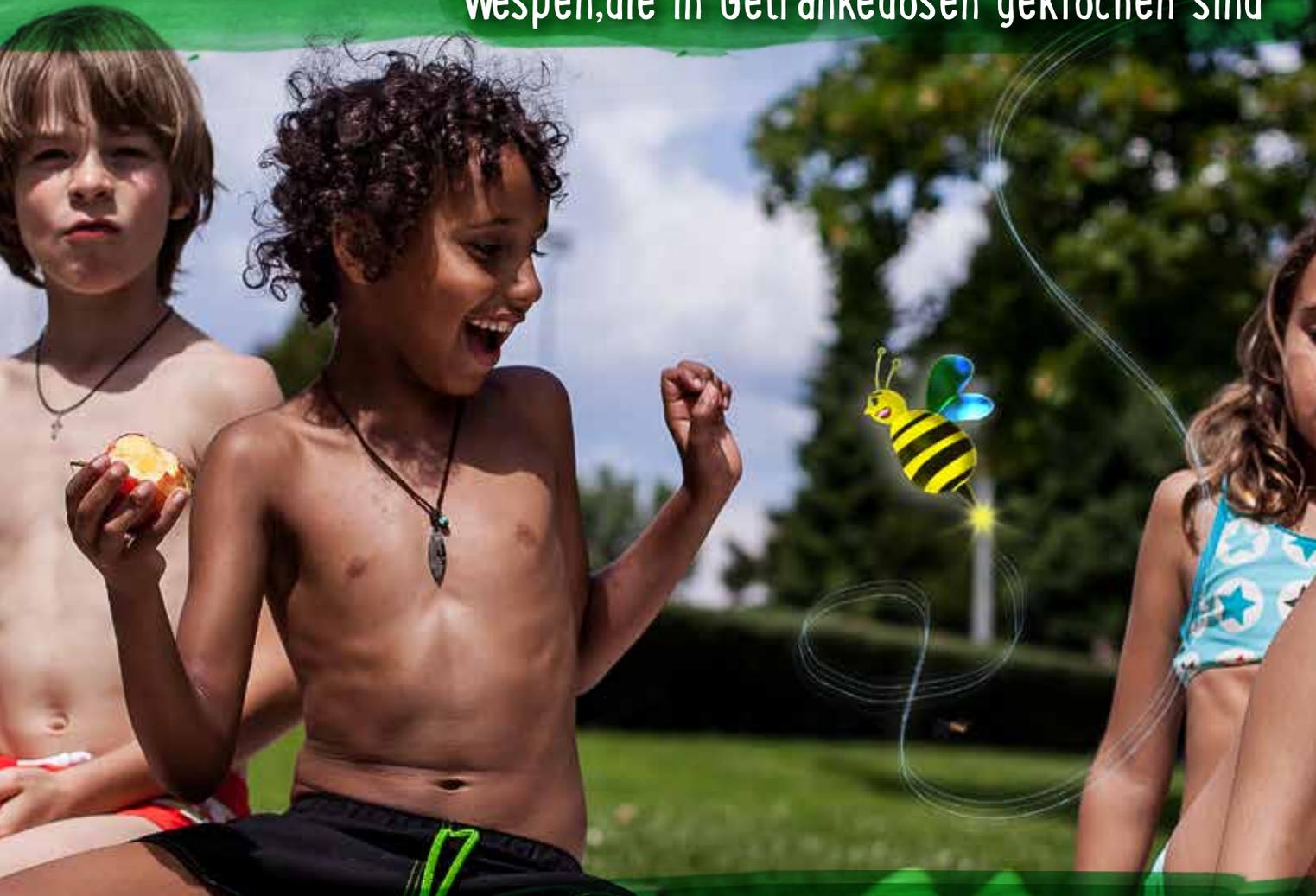
## 10. Vorsicht im Erlebnisbad

**HILFE!!**

Im Erlebnisbad sind oft viele Menschen. Beobachte daher auch die Leute in deiner Umgebung! Ruf Hilfe herbei, wenn jemand in Gefahr ist!

# 11. Bienen

Besonders gefährlich sind Bienen und Wespen, die in Getränkedosen gekrochen sind



Achte beim Essen und Trinken auf Bienen und Wespen, die sich gerne auf Obst, in Getränkedosen oder Eis verstecken. Schau immer gut, bevor du zubeißt oder trinkst!

# 12. Gewitter



Verlasse sofort das Wasser, wenn ein Gewitter kommt!  
Der Blitz schlägt gerne ins Wasser ein – und dann besteht Lebensgefahr!



## Impressum

Herausgeber: Arbeiter-Samariter-Bund Österreichs, Hollergasse 2-6, 1150 Wien  
Redaktion und Gestaltung: Arbeiter-Samariter-Bund Österreichs, Öffentlichkeitsarbeit  
Stand: September 2015

## Kontakt

Bundessektion Wasserrettung  
Arbeiter-Samariter-Bund Österreichs  
Telefon: +43 (0)1 89 145-142  
E-Mail: [wasserrettung@samariterbund.net](mailto:wasserrettung@samariterbund.net)  
Web: [www.samariterbund.net](http://www.samariterbund.net)