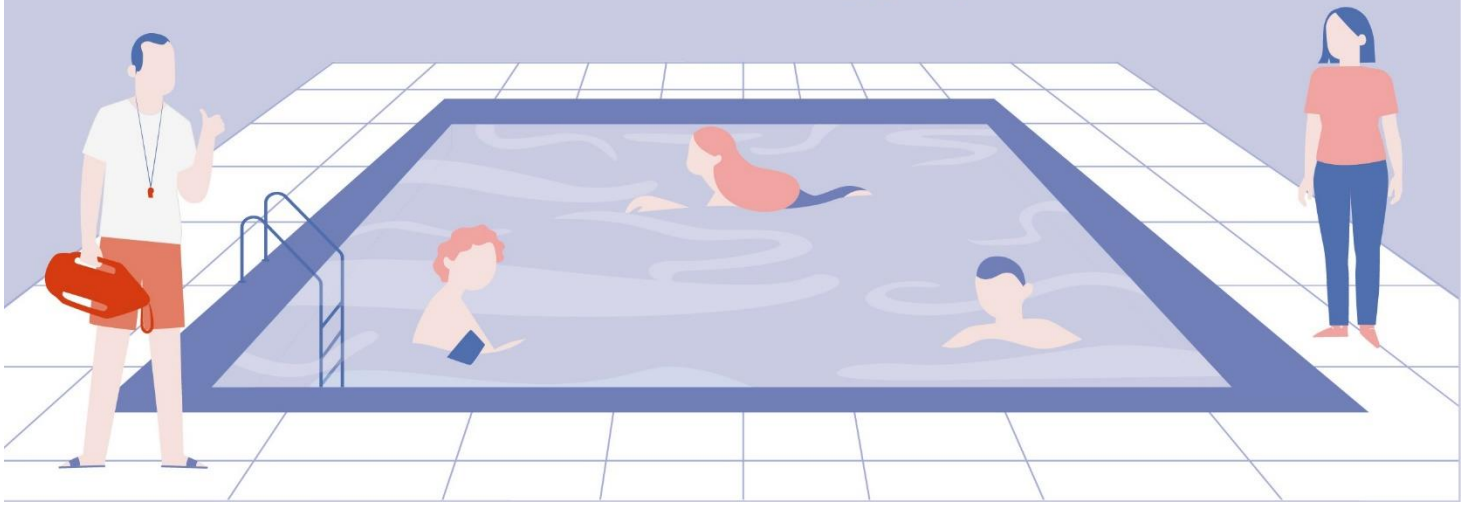
SAUGUMAS VANDENYJE

Laikantis saugumo gairių baseinuose užtikrinamas vaikų ir visų šalia esančiųjų saugumas ir gerovė. Tai padeda užkirsti kelią potencialiems pavojams ir suteikia galimybę saugiai mėgautis vandens pramogomis.

BŪKITE SAUGŪS!

- **Perskaitykite taisykles ir peržiūrėkite ženklus**, esančius baseino ar SPA erdvės patalpose.
- **Atkreipkite dėmesį į tai, ar budi gelbėtojas**, ir parodykite vaikui, į ką jis gali kreiptis pagalbos.
- **Supažindinkite vaikus su saugaus elgesio vandenyje taisyklėmis**. Paaiškinkite, kodėl būnant vandenyje svarbu laikytis taisyklių.
- **Būtina mokyti vaikus plaukti**, nes tai pagrindinis skendimų prevencijos veiksnys, suteikiantis galimybę saugiai judėti vandenyje, taip pat plaukimas padeda įgyti svarbių žinių ir pasitikėjimo savimi būnant vandenyje.
- **Svarbu vaikams paaiškinti**, **kad negalima žaisti šalia baseino krašto**, laikytis saugaus atstumo, nes visuomet įmanoma paslysti, susitrenkti galvą, įkristi į vandenį.
- **Prižiūrėkite savo vaikus – su vaikais nuo 0 iki 5 metų būkite šalia per ištiestos rankos atstumą**. Tinkama priežiūra reiškia VISĄ savo dėmesį skirti VISĄ laiką be JOKIŲ blaškymosi priemonių, pavyzdžiui, žiūrėjimo į telefoną ar bendravimo su kitu suaugusiuoju.
- **Vaikus nuo 6 iki 10 metų suaugusieji turėtų atidžiai ir nuolat stebėti**. Būkite pasirengę kritiniu atveju lipti į vandenį. 11–16 metų vaikus turėtų stebėti suaugęs asmuo ir jie patys turėtų turėti pagrindinių plaukimo įgūdžių (plaukti, plūduriuoti, nerti).
- **Niekada nepaskirkite kito vaiko ar paauglio būti atsakingu už jaunesnį vaiką**. Vaikus, kurie moka plaukti, reikia stebėti jums patiems.
- **Būkite budrūs net ir tuomet, kai vaikas naudoja plūduriavimo inventorių** ar kitas pagalbines priemones. Pripučiami žaislai ar putplasčiu užpildytos priemonės nėra saugios ir nereiškia, kad vaikai gali būti palikti be priežiūros.
- **Leidžiant vaikus į sūkurines vonias reikėtų būti ypač atsargiems**, nes jų dugnas yra slidus ir traumų rizika yra didesnė. Vaikai neturėtų ten būti ilgiau nei 15 minučių nepertraukiamai, nes jų oda yra jautresnė perkaitimui; geriau, jei vaikai tik panyra iki juosmens, o ne visu kūnu.
- **Svarbu, kad suaugusieji turėtų rodyti tinkamą pavyzdį vaikams**, patys mokėtų plaukti ir turėtų pagrindinių išgyvenimo vandenyje įgūdžių.