

BARN, VANN OG SIKKERHET

Norge er et land med mye vann og en lang kystlinje. Det er viktig at barn tidlig lærer om vann og sikkerhet. Da blir de trygge ute i naturen og glade i vann. Noen enkle forholdsregler gjør turen tryggere.

PLANLEGG FOR TRYGGHET

Tenk igjennom turen; hva kan gå galt, hva skal du ha med, info til barna etc. Hvis det er en større gruppe med barn og flere voksne, bør dere ha en "Alarmplan" som sier noe om fordeling av ansvar og roller, hvordan den som kommer i fare skal hjelpes, og hvordan sikkerheten til de andre barna kan ivaretas under situasjonen og etterpå. En slik plan er med på å øke bevisstheten rundt sikkerhet og nødvendig utstyr. Refleksvest gjør lederne mer synlige.

Vær spesielt forsiktig om vannet er kaldt. Følg med om barna blir kalde, da bør de ta en pause og få litt mat og drikke før de fortsetter i vannet. Kaldt vann kan gi kroppen et sjokk. Selv en god svømmer kan få problemer i kaldt vann.

HUSKELISTE:

1. Barn skal **ALDRI** bade alene
2. Ikke ta med flere barn enn du kan ha oversikt over
3. Sørg for at barna alltid ser deg - slik at de kan varsle deg om noe skjer
4. Følg med på barnas aktiviteter - hjelp dem før situasjonen blir farlig
5. Kjenn dine egne grenser - du kan ikke redde andre uten først å ta vare på deg selv

GOD TUR!

