Baderegeln

- Mache dich mit den Regeln zur Selbsthilfe im Wasser für unerwartete Situationen vertraut (Krampf, Strudel, Strömungen usw.)!

- Niemals mit vollem oder ganz leerem Magen baden!

- Kühle dich ab, ehe du ins Wasser gehst und verlasse das Wasser sofort, wenn du frierst!

- Als Nichtschwimmer nur bis zur Brust in Wasser gehen!

- Nur springen, wenn das Wasser unter dir tief genug ist!

- Unbekannte Ufer bergen Gefahren!

- Meide sumpfige und pflanzendurchwachsene Gewässer!

- Schifffahrtswege, Buhnen, Schleusen, Brückenpfeiler und Wehre sind keine Schwimm- und Badezonen!

- Bei Gewitter ist Baden lebensgefährlich!

- Überschätze im freien Gewässer nicht Kraft und Können!

- Luftmatratze, Autoschlauch und Gummitiere sind im Wasser gefährliches Spielzeug!

- Schwimmen und Baden an der Meeresküste ist mit besonderen Gefahren verbunden: Frage zuerst Ortskundige, bevor du ins Wasser gehst!

- Nimm Rücksicht auf andere Badende, besonders auf Kinder!

- Verunreinige das Wasser nicht und verhalte dich hygienisch!

- Ziehe nach dem Baden den Badeanzug aus und trockne dich ab!

- Meide zu intensive Sonnenbäder!

- Rufe nie um Hilfe, wenn du nicht wirklich in Gefahr bist: aber hilf anderen, wenn Hilfe not tut!