



Sam&Rita zeigen  
dir die Baderegeln

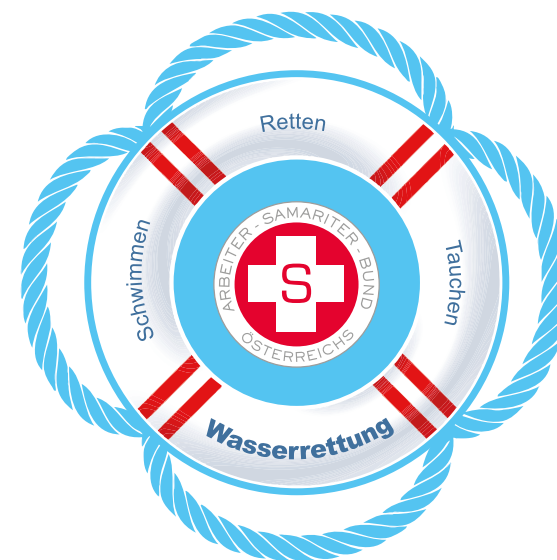
# Die Wasserrettung

## 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)**

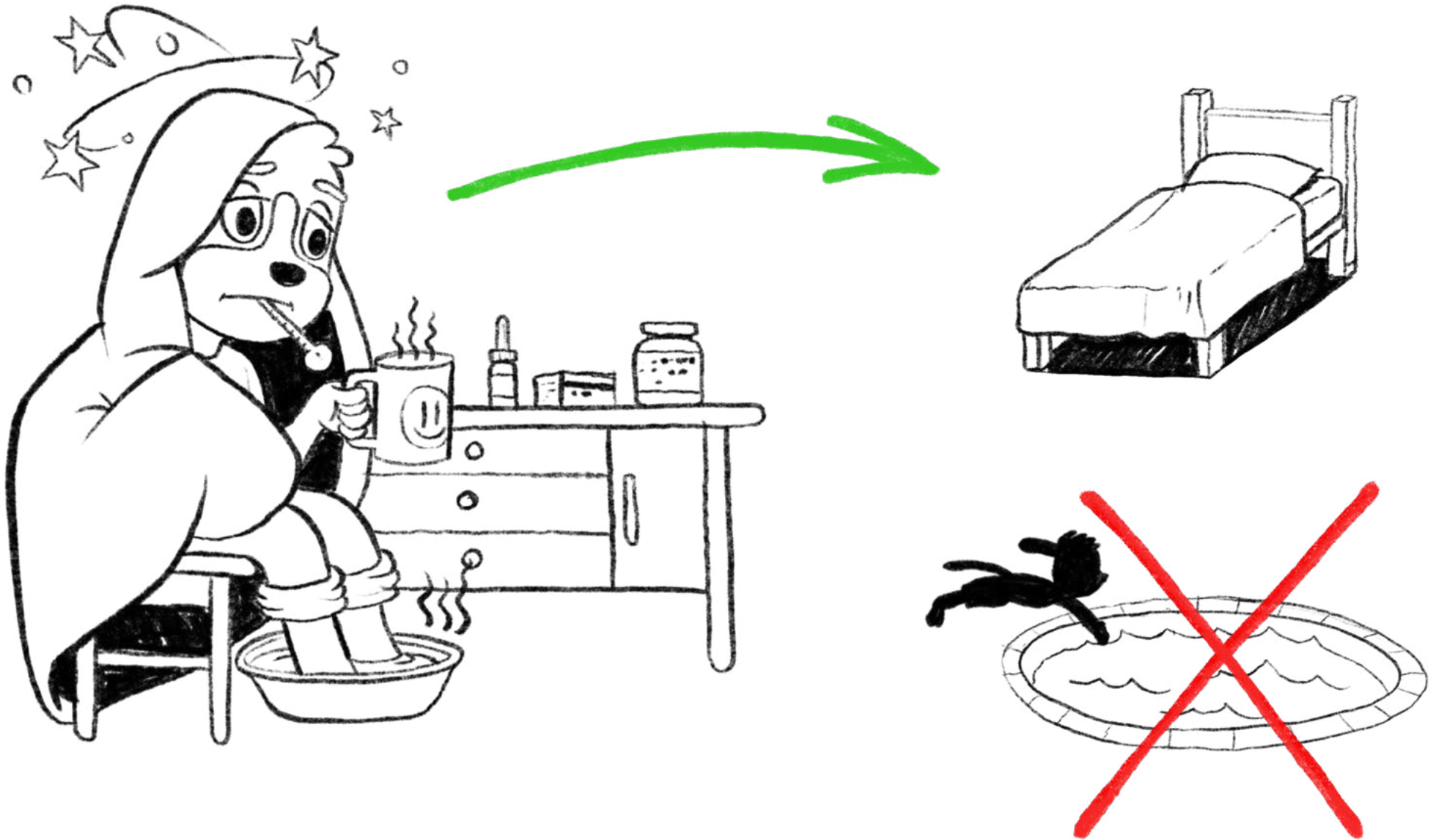
**Web: [www.samariterbund.net](http://www.samariterbund.net)**

# Die Schwimmabzeichen



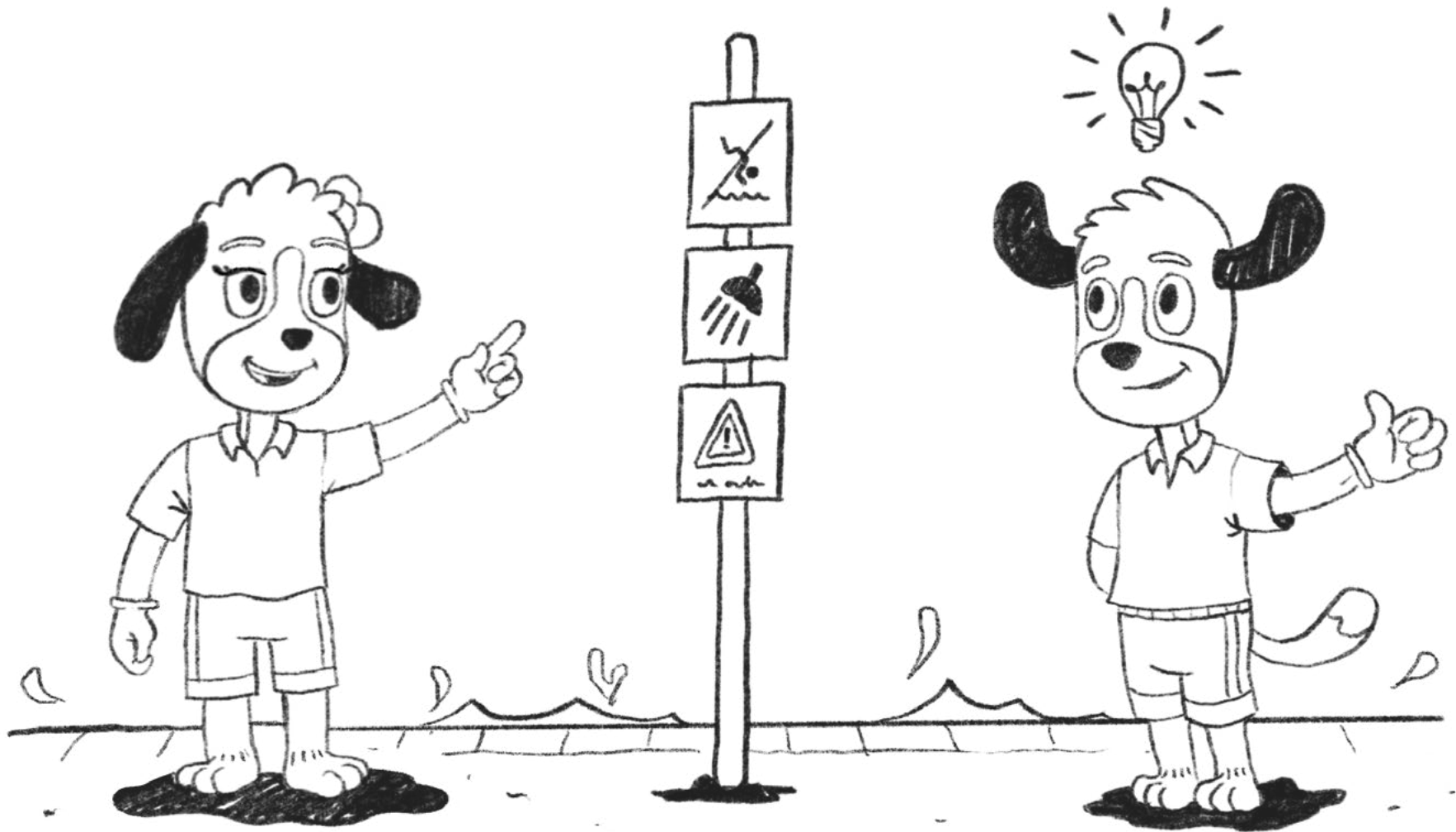
Beim Samariterbund besteht die Möglichkeit, diese Schwimmprüfungen abzulegen. Für eine minimale Prüfungsgebühr erhält der Prüfling einen Ausweis, einen Ansteck-Pin sowie ein Stoffabzeichen für die Badebekleidung.

# 1. Gesundheit



Wenn du schwimmen gehst, musst du gesund sein!

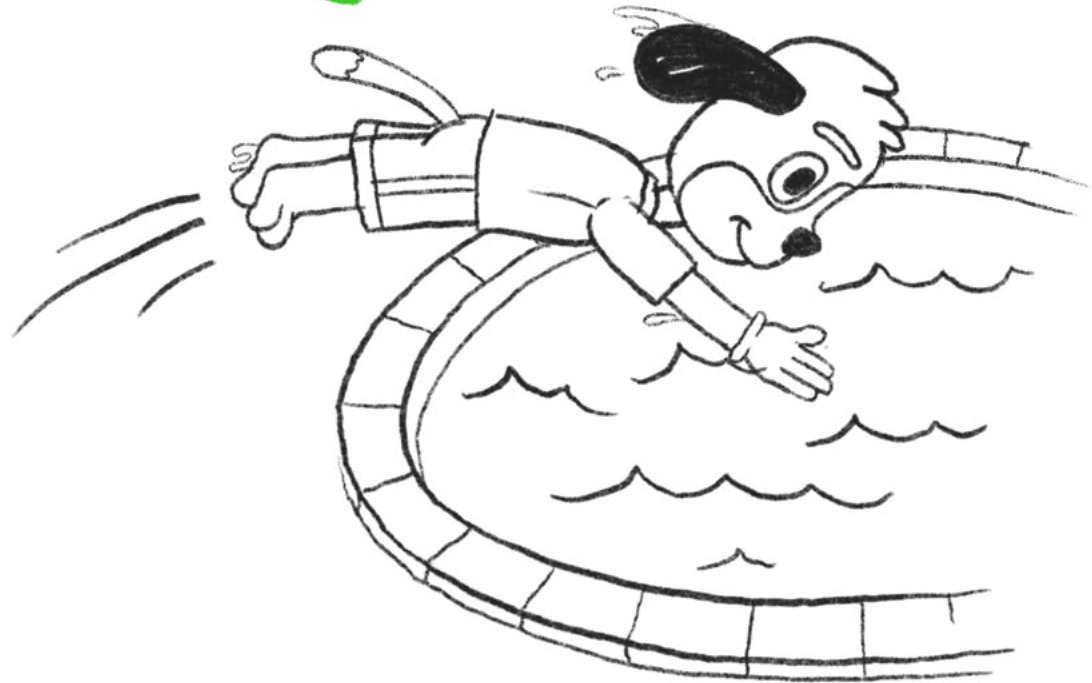
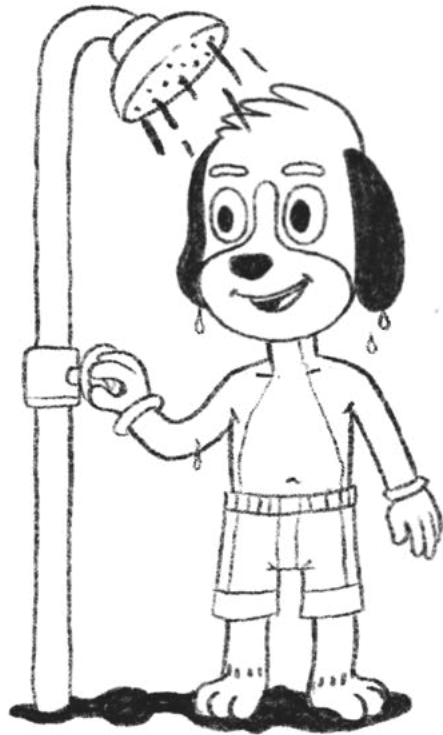
## 2. Hinweisschilder beachten



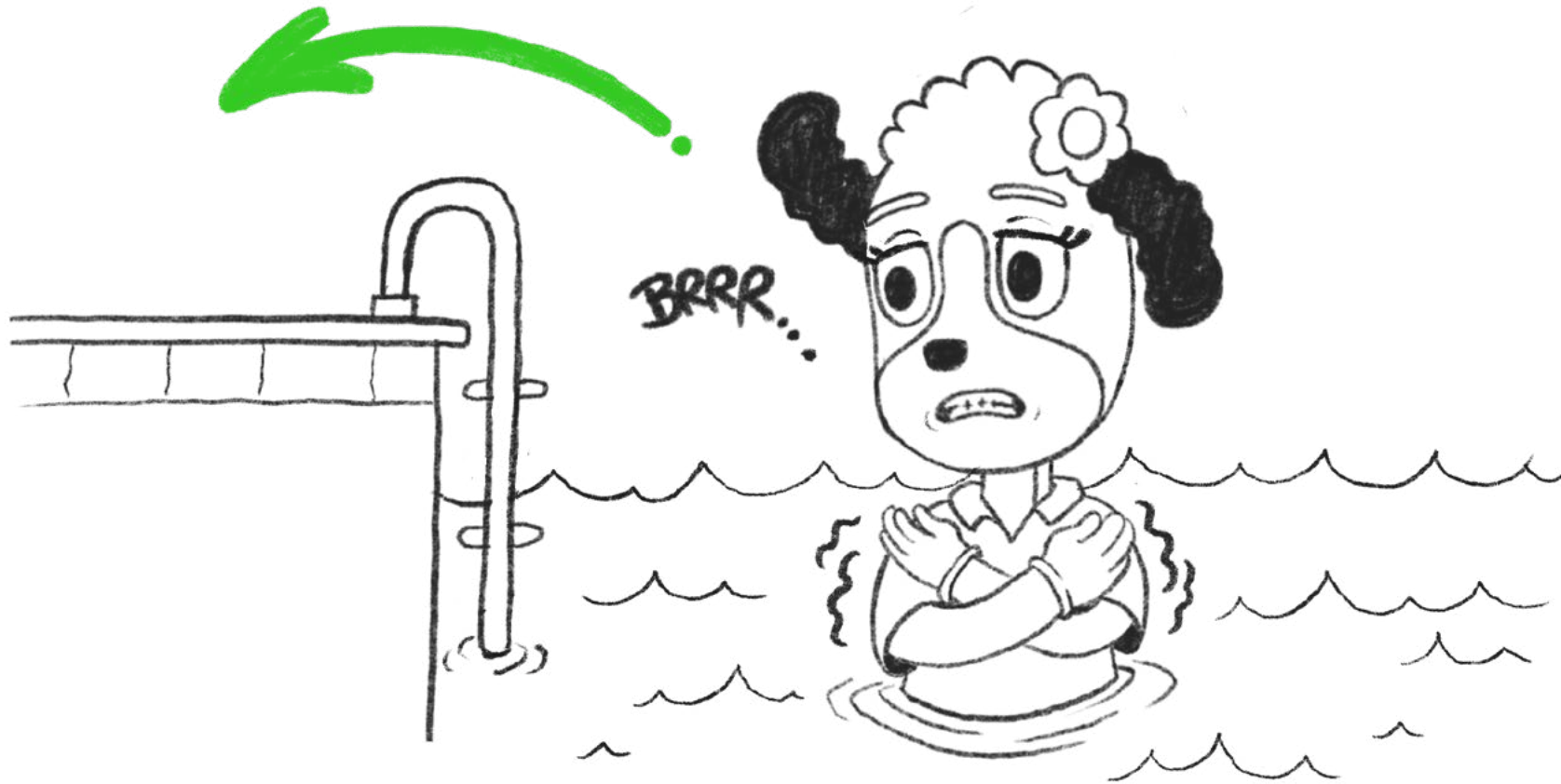
Auf den Hinweisschildern kannst du lesen, was im Schwimmbad erlaubt und was verboten ist. Daran musst du dich halten!

# 3. Duschen, Abkühlen

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



## 4. Kältegefühl



Bleibe nicht im Wasser, wenn dir kalt ist, du kannst sonst Krämpfe bekommen!  
Krämpfe sind besonders beim Schwimmen gefährlich!

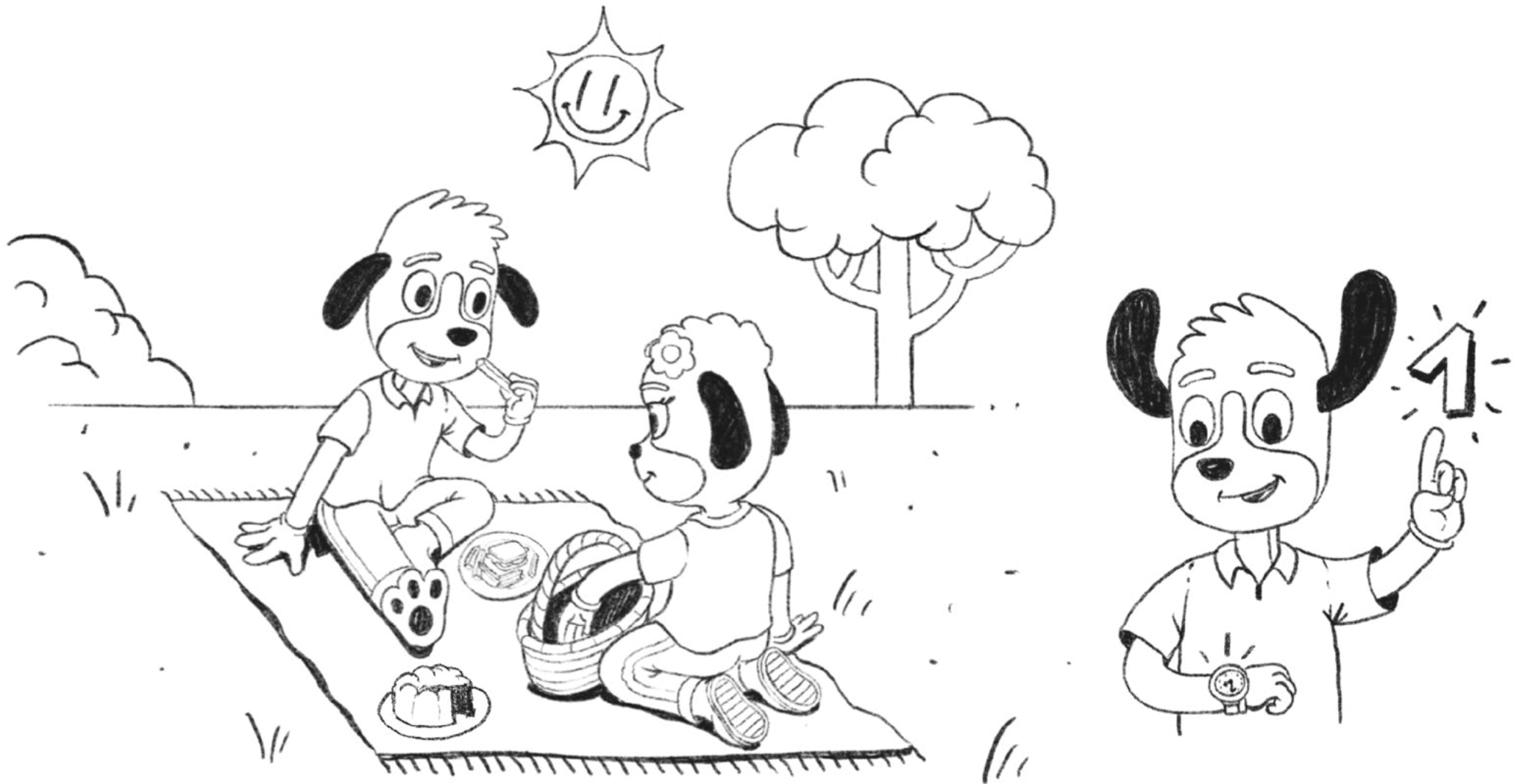
# 5. Ohren



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



# 6. Essen



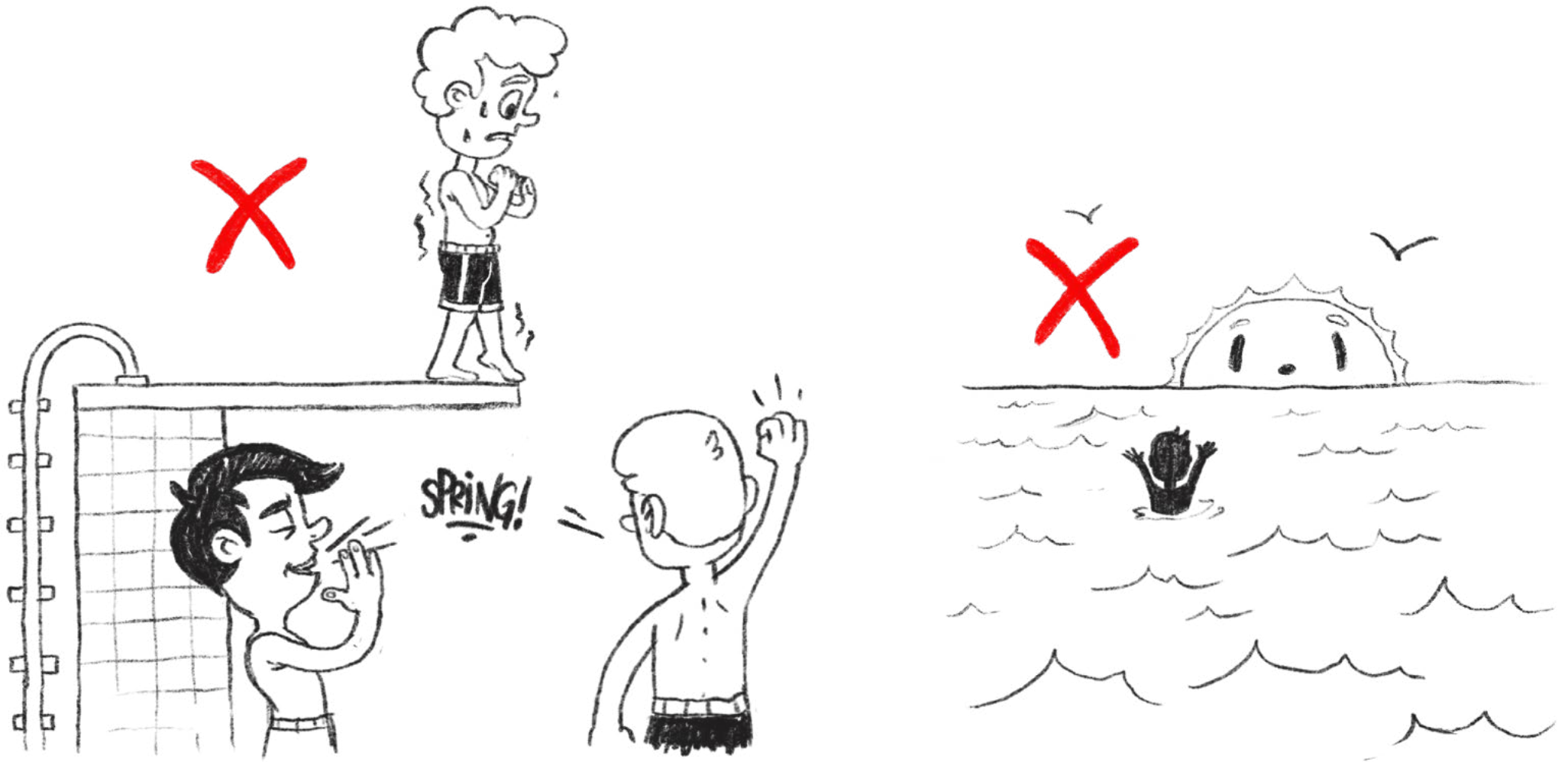
Wenn du viel gegessen hast, warte eine Stunde, bevor du wieder ins Wasser gehst.

# 7. Starke Sonne



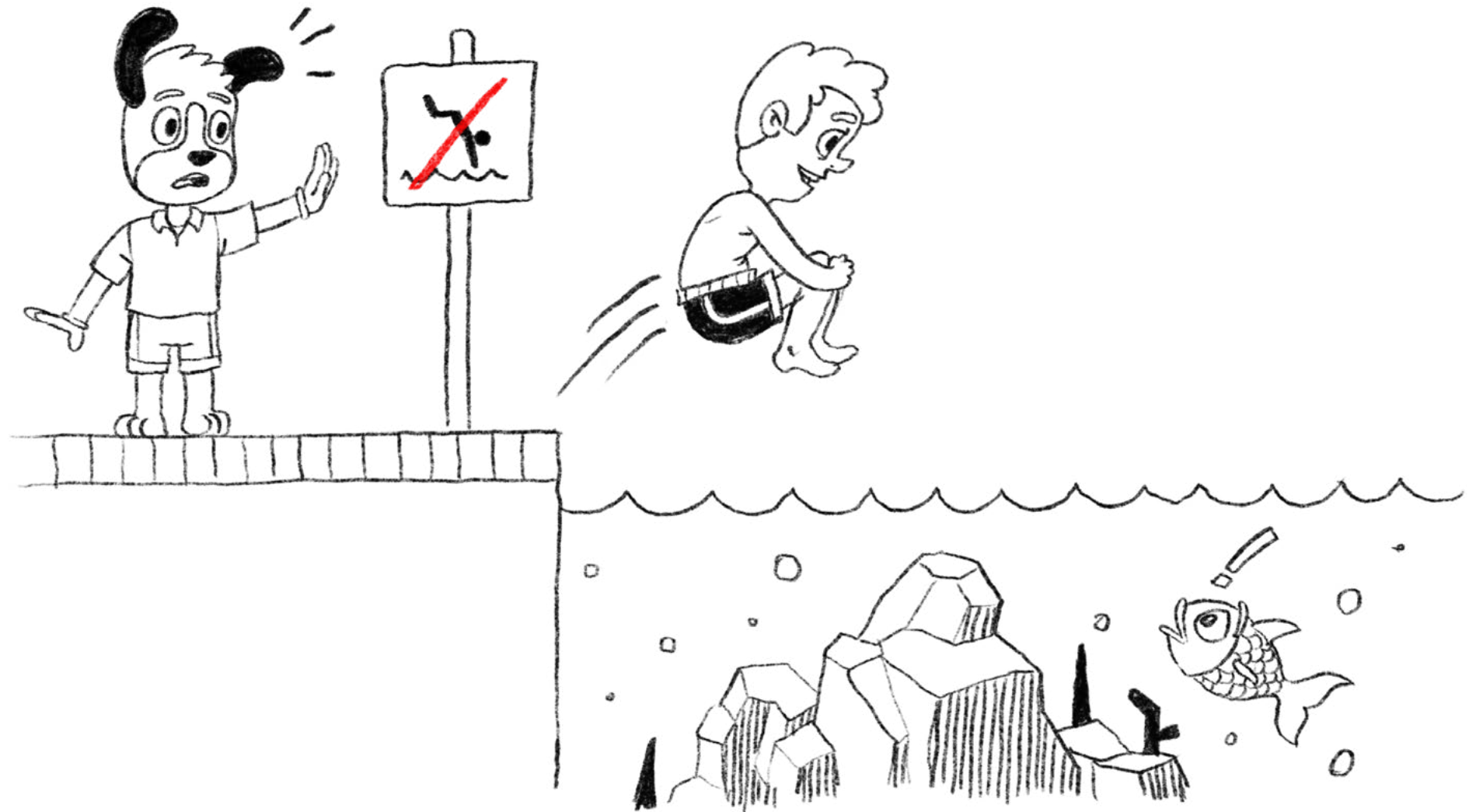
Schütze dich vor der Sonne (Sonnenscreme, Kappe, T-Shirt)! Wenn dir heiß ist, darfst du nicht ins kalte Wasser springen! Wenn du ins Wasser gehen willst, dusche dich vorher ab und gehe langsam ins Wasser.

# 8. Übermut



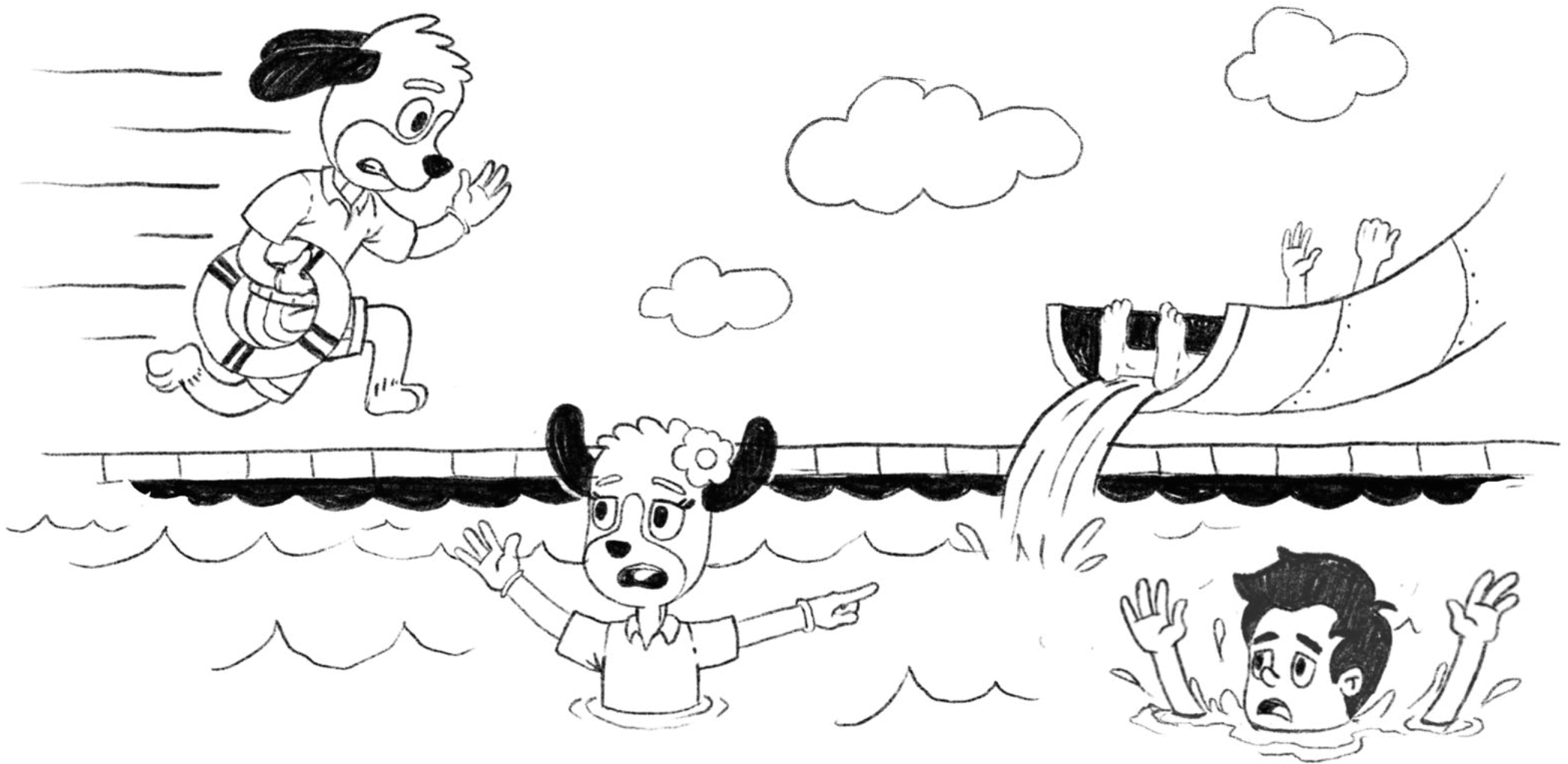
Lass dich von anderen nicht dazu überreden, etwas zu tun, was du nicht gut kannst (zum Beispiel: weit hinausschwimmen, ins Wasser springen oder tauchen).

# 9. Springen



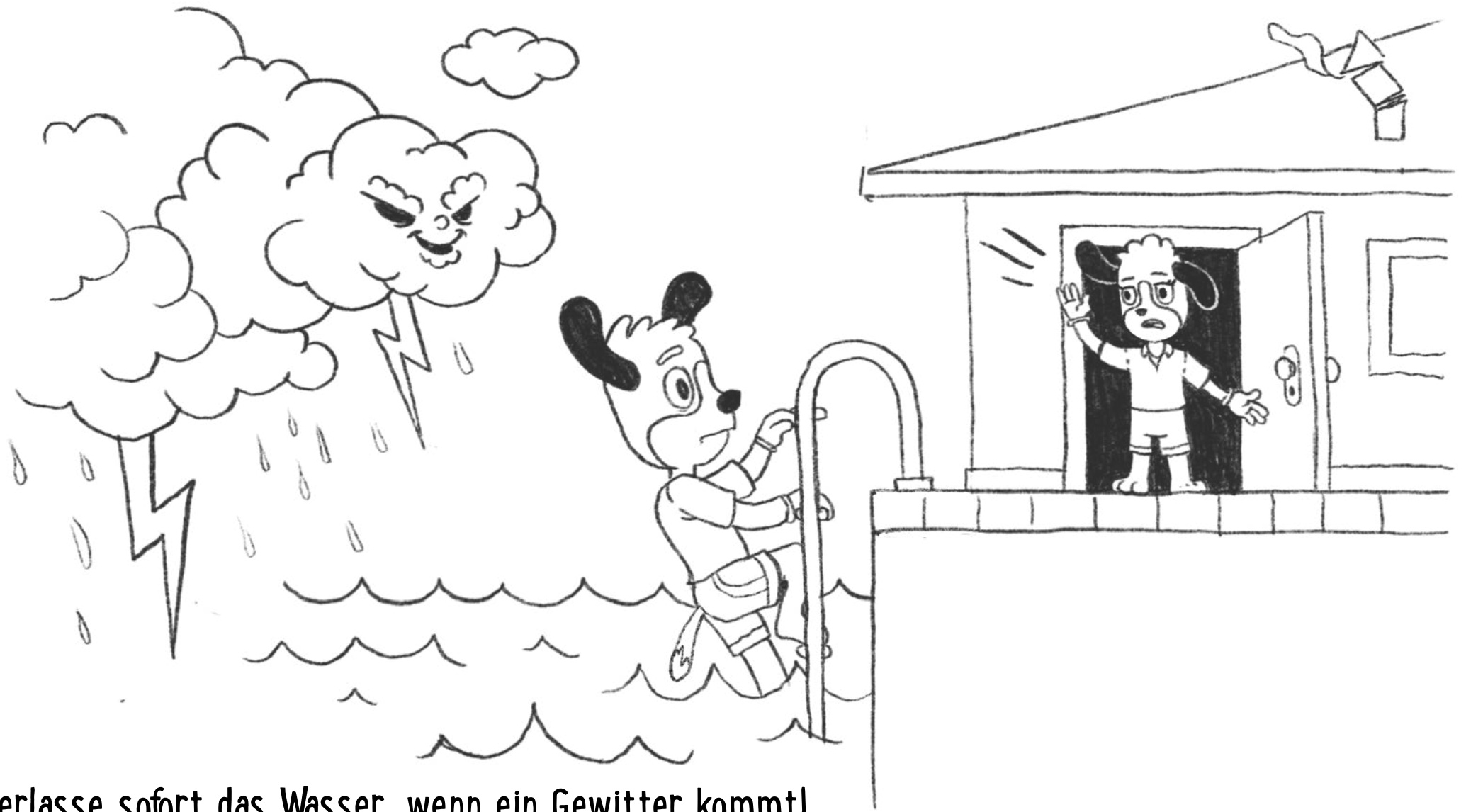
Spring nur dort ins Wasser, wo es erlaubt ist! Du darfst dabei niemanden in Gefahr bringen!  
Spring ja nicht in Gewässer, die du nicht kennst, es können viele Gefahren lauern!

# 10. Vorsicht im Erlebnisbad



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

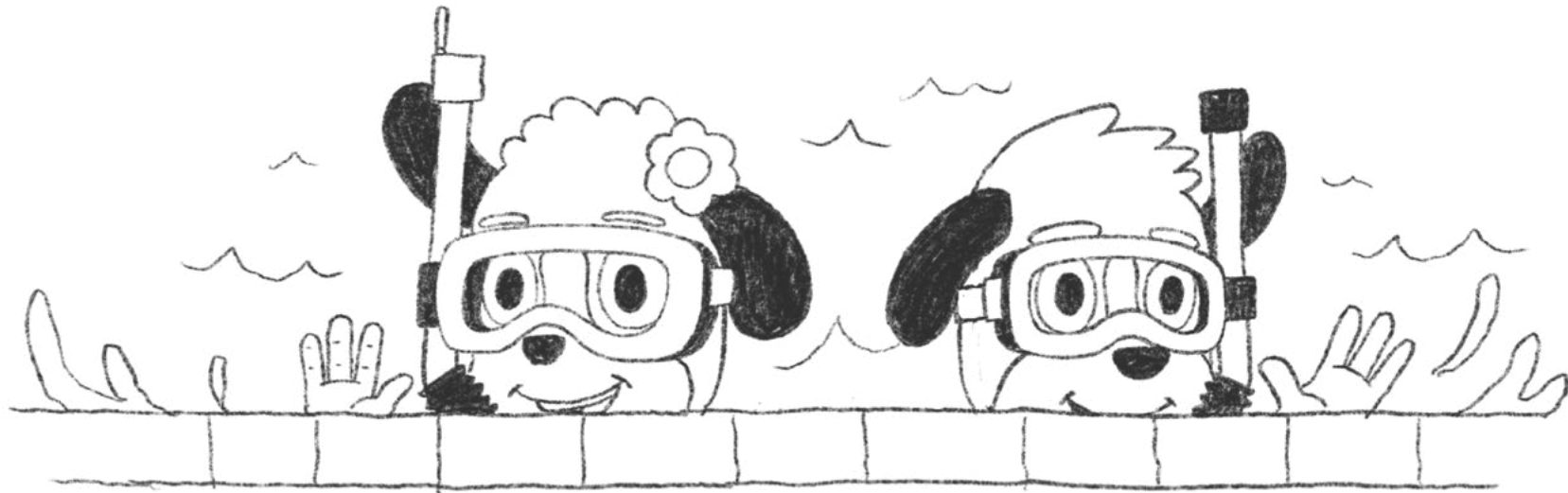
# Tipp Nr. 1 von Sam & Rita



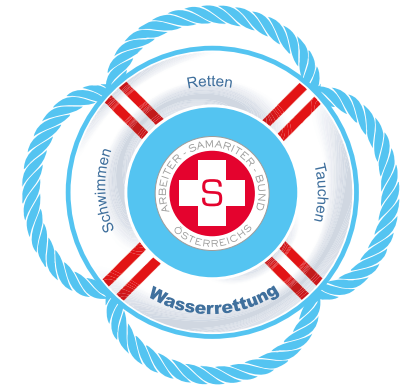
Verlasse sofort das Wasser, wenn ein Gewitter kommt!

Der Blitz schlägt gerne ins Wasser ein – und dann besteht Lebensgefahr!

# Tipp Nr. 2 von Sam & Rita



Schwimme nie allein! Wenn etwas passiert, kann dir deine Partnerin oder dein Partner helfen!



## Impressum

Herausgeber: Arbeiter-Samariter-Bund Österreichs, Hollergasse 2-6, 1150 Wien  
Redaktion und Gestaltung: Arbeiter-Samariter-Bund Österreichs, Öffentlichkeitsarbeit  
Stand: Juli 2022

## 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)