



Svenska
Livräddningssällskapet

**Följ Folkmyndighetens rekommendationer rörande
Covid-19 när du befinner dig på offentliga badställen**

BAD- SÄKERHET

**Tips sammanställda av Samordnare för tidiga
insatser för asylsökande (TIA) i Skåne i
samarbete med NAD, Lunds kommun och
Svenska Livräddningssällskapet**

[www.sjoraddning.se/sjosakerhet/
badsakerhet](http://www.sjoraddning.se/sjosakerhet/badsakerhet)



Länsstyrelsen
Skåne



Foto: Citizen Alliance of Grenoble/Facebook

Bada alltid tillsammans med någon



Överskatta inte din simförmåga. Simma långs med stranden.

Hoppa eller dyk inte på okänt vatten

Knuffa aldrig någon eller håll fast någon i vattnet



Ropa bara på hjälp om du är i nöd



Lek inte med livräddningsutrustning. Vid livräddning: Ha alltid något mellan dig och den som behöver hjälp "den förlängda armen"



Foto: Marta Holmberg, TT

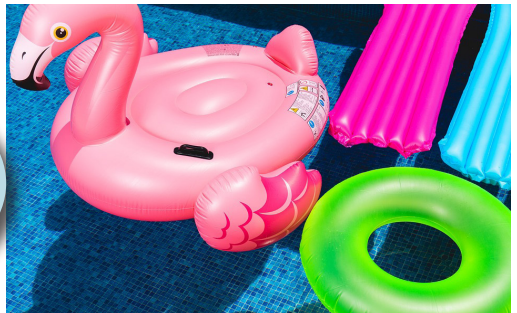


Foto: Sanna Alm, Strängnäs kommun

Simma inte under bryggor och hoppställningar

Spring inte på bryggor eller bassängkanter - du kan halka

Undvik uppblåsbara leksaker på öppet vatten - de kan snabbt driva ut på djupt vatten



Meddela alltid var ni ska bada, och när ni kommer tillbaka igen



Undvik solens starka strålar mitt på dagen



Ha alltid uppsikt över barn som leker nära eller i vattnet - ett barn kan drunkna i grunt vatten

Foto: Jullana Wiklund



Bada inte med alkohol i kroppen

Drunkning sker under tystnad, var uppmärksam på ansikte som guppar vid yta, glasartad blick och huvuden som försvinner ner under ytan.



Tänk på att det kan vara väldigt stor skillnad att bada vid hav eller sjö. Det kan snabbt bli väldigt djupt i en sjö. Stora vågor och strömmar i havet kan orsaka många olyckor trots att det är grunt.



Kolla alltid upp var livbojar och annan livräddningsutrustning finns, så du snabbt kan hämta/eller be någon annan hämta om olyckan skulle vara framme