

# Jugendschwimmabzeichen

## Seepferdchen



### 1. Baderegeln

	Ich gehe nur baden, wenn ich mich gut fühle.		Ich nehme Rücksicht! Ich renne nicht, schubse nicht und drücke niemanden unter Wasser.
	Ich gehe nur baden, wenn mir bei Problemen jemand helfen kann.		Ich gehe nur da baden, wo es erlaubt ist. Ich springe nur da ins Wasser, wo das Wasser tief und frei ist.
	Ich sage Bescheid, wenn ich ins Wasser gehe.		Ich gehe weder hungrig noch direkt nach dem Essen ins Wasser.
	Ich kühle mich ab, bevor ich ins Wasser gehe.		Wenn ich draußen bade, gehe ich sofort aus dem Wasser, wenn es blitzt, donnert oder stark regnet. Baden bei Gewitter ist lebensgefährlich.
	Schwimmflügel, Schwimmtiere und Luftmatratzen sind nicht sicher und schützen mich nicht vor dem Ertrinken.		Wenn ich Probleme im Wasser habe, dann rufe ich laut um Hilfe und winke mit den Armen. Ich helfe Anderen, wenn sie im Wasser Probleme haben. Ich rufe nie „Hilfe“, wenn alles in Ordnung ist.

### 2. Quellen

- <https://www.dlrg.de/informieren/freizeit-im-wasser/baderegeln/>