



Veiligheid bij zwemmen in buitenwater



Warm weer, dus lekker het water in. Houd er wel rekening mee dat niet iedereen even goed kan zwemmen. Ook is niet al het buitenwater geschikt om te zwemmen. In zwembaden zijn de regels duidelijk en is er toezicht door badmeesters. In het buitenwater ligt die situatie vaak anders.



De wet

Wettelijk gezien is er van alles geregeld over de zwemwaterkwaliteit en de waterkwaliteit van het oppervlaktewater. In het zomerseizoen wordt de waterkwaliteit van officiële zwemplaatsen regelmatig gemeten. Soms heeft dit tot gevolg dat er een zwemverbod wordt opgelegd, omdat het water ziekteverwekkers bevat. De website van je provincie of het waterschap geeft actuele informatie.

Op sommige plaatsen is het verboden om te zwemmen. Dit kan komen doordat het daar gevaarlijk is, zoals in grote rivieren. Sommige plekken die geschikt lijken om te zwemmen, zijn verpacht als viswater of behoren tot een beschermd visgebied. Hier mag dan niet gezwommen worden. Let daarom altijd op de toegangsvoorschriften.

Let er ook op dat het verboden kan zijn om te duiken en om van bruggen af te springen. Soms is dit ter plaatse aangegeven.

Zwemmen is niet te combineren met snelvaren. Het Binnenvaartpolitiereglement (BPR) zegt met zoveel woorden: Waar mag worden snelgevaren, mag niet worden gezwommen.



Suggesties

- ✓ Ga na of alle kinderen kunnen zwemmen en een zwemdiploma hebben.
- ✓ Controleer of er een zwemverbod is op de plek waar je wilt zwemmen.
- ✓ Ga na of er een negatief advies geldt, omdat het water besmet is met blauwalg, de ziekte van Weil, o.i.d.
- ✓ Zwem nooit alleen, blijf binnen de aanwezige drijflijnen als die er zijn en let op de waarschuwingsborden.
- ✓ Zwem je in groepsverband, dan moet er toezicht van de leiding te zijn.

- ✓ In onbekend zwemwater is het goed om van tevoren te weten hoe diep het water is, of er rommel op de bodem ligt, hoe sterk de stroming is en of het water schoon is.
- ✓ Je kunt door een roeiriem in het water te steken al veel wijzer worden.
- ✓ Weet je niet wat er op de bodem ligt, laat kinderen dan schoeisel dragen om te voorkomen dat ze bijvoorbeeld door glas gewond raken.
- ✓ Een vaste stelregel is: duik nooit in onbekend water!
- ✓ Spring of duik nooit van bruggen en zwem nooit in de nabijheid van sluizen of stuwen.
- ✓ Na het eten moet je minstens een half uur wachten, voordat mag worden gezwommen.
- ✓ Heb je het erg warm, dan is het beter om eerst borst en armen nat te maken, voor dat je in het water springt.
- ✓ Zwemmen vanaf een varende boot moet je niet doen. Een zeilboot vaart veel sneller dan een zwemmer kan zwemmen. Bij een motorboot bestaat het gevaar naar de schroef te worden gezogen.
- ✓ Zwem nooit verder dan de afstand waarvan je zeker weet dat je die ook terug kunt zwemmen.
- ✓ Ga uit het water als je koud of moe wordt. Let als leiding op onderkoelingsverschijnselen bij (kleine) kinderen.
- ✓ Verlaat bij onweer en bliksem zo snel mogelijk het water en zoek beschutting. Niet onder een boom, maar bijvoorbeeld in een auto.
- ✓ Het is verstandig om, als je midden op een plas gaat zwemmen, altijd vergezeld te worden door een boot. Als zwemmer ben je slecht zichtbaar voor andere schippers en zeker voor zeilers, die hun aandacht vaak voor andere zaken nodig hebben. Een felgekleurde badmuts kan ook helpen.
- ✓ Zwemmen in zee brengt extra risico's met zich mee. Als je in zee gaat zwemmen, ga dan niet alleen. Ga niet dieper dan tot je navel het water in. Let op de waarschuwborden en/of -vlaggen en volg de instructies van de reddingsbrigade of strandwacht op. Bij nagenoeg alle strandafgangen wordt de betekenis van de borden of vlaggen aangegeven.
- ✓ Let op bij het gebruik van luchtbedden, opblaasbare, rubberboten etc. Deze drijven snel af door wind of stroming.



Checklist

- Spreek regels af.
- Ga na of je mag zwemmen op de gekozen locatie.
- Let op eventuele bebording die aangeeft of er een zwemverbod is.
- Verken het buitenwater, voordat de kinderen erin gaan zwemmen.
- Laat alleen kinderen die kunnen zwemmen te water gaan; vraag naar een zwemdiploma.
- Houd constant toezicht en let extra op kinderen die geen zwemdiploma hebben.
- Laat bij onbekend water kinderen (water)schoenen dragen.
- Zorg voor een EHBO-trommel.
- Zorg dat je op de hoogte bent van de dienstdoende arts.
- Houd het weer in de gaten.
- Ga niet zwemmen vlak na de maaltijd.



Meer informatie

- ✓ Nautisch Technische Richtlijnen – www.scouting.nl – Bestuur & organisatie – Regelgeving
- ✓ Zwemwaterkwaliteit – website van je provincie of waterschap
- ✓ Binnenvaartpolitiereglement (BPR) – www.wetten.nl
- ✓ Nationaal zwemdiploma - www.npz-nrz.nl

