

## Questo pieghevole può salvare la vita di tuo figlio o di tua figlia

Ogni anno dei bambini annegano perché i genitori si distraggono per qualche attimo. Una sorveglianza continua ha la stessa importanza di un diploma di nuoto.

### **Mi sono distratta per un attimo ...**

*"Era estate, eravamo nel parco. I bambini giocavano su un praticello un po' più avanti mentre noi chiacchieravamo seduti sull'erba. Improvvisamente abbiamo sentito i bambini gridare. Nostro figlio maggiore, che ha otto anni, è arrivato correndo e ci ha gridato di venire subito. Mi sono alzata di scatto, pensando immediatamente a nostra figlia, che ha cinque anni. Temevo fosse caduta nel laghetto del parco. Mi sono diretta correndo verso il laghetto e ho visto un paio di persone che guardavano qualcosa sull'erba. Là giaceva mia figlia, una persona provava a rianimarla con la respirazione bocca a bocca. Poi tutto è successo molto rapidamente, l'ambulanza è arrivata e gli infermieri hanno continuato con la respirazione. All'ospedale mi hanno detto che la situazione era grave. Dopo un'ora un medico mi ha informato che nostra figlia sarebbe sopravvissuta. Soltanto in quel momento sono scoppiata a piangere per il sollievo."  
Madre, 28 anni.*

## **0-4 anni**

I bambini piccoli corrono il maggiore pericolo di annegare quando siedono nella vasca da bagno. Per bambini da 1 a 3 anni è pericoloso trovarsi nei pressi di uno stagno o di un fossato

### **Sapevi che ...**

- la causa di morte principale di bambini in giovane età è l'annegamento?
- i bambini piccoli generalmente annegano rapidamente senza emettere alcun suono?
- fino a 3 anni di età non puoi insegnare ai tuoi bambini cosa è giusto o sbagliato o pericoloso?
- devi sempre sorvegliare il tuo bimbo o la tua bimba, anche se lui o lei ha seguito un corso per familiarizzarsi con l'acqua?

**Il tuo bimbo o la tua bimba è sicuro/a vicino all'acqua o in acqua?**

### **Fai il test!**

- O Ovunque vado controllo se mio figlio/mia figlia può arrivare vicino all'acqua
- O posso vedere mio figlio/mia figlia *tutto il tempo*
- O sono sempre tanto vicino a mio figlio/mia figlia (0-2 anni) da poterlo/a toccare in qualsiasi momento
- O sono sempre vicino a mio figlio/mia figlia (3-4 anni)

O quando sorveglio mio figlio/mia figlia non faccio nient'altro, anche se sento il campanello o il telefono rimango accanto a lui/lei

O prendo sempre accordi chiari con altri genitori su chi sorveglia mio figlio/mia figlia

O non permetto che fratelli o sorelle più grandi sorvegliino mio figlio/mia figlia

Hai segnato tutte le caselline? In questo caso comprendi pienamente quanto pericoloso può essere per il tuo bambino o la tua bambina trovarsi vicino all'acqua o in acqua. Non hai segnato tutte le caselline? Leggi attentamente questo pieghevole ancora una volta, oppure vai al sito [www.veiligheid.nl](http://www.veiligheid.nl).

## **5-8 anni**

I bambini di età tra i 5 e gli 8 anni corrono i maggiori rischi di annegare se sono vicino a una piscina o un lago, oppure in acqua nella piscina o nel lago.

### **Sapevi che ...**

- devi sorvegliare bene tuo figlio/tua figlia anche se ha un diploma di nuoto?
- bambini dai 5 agli 8 anni cominciano già ad avere un'idea di quello che possono fare e di quello che non devono fare?

**Il tuo bambino/la tua bambina è sicuro/a vicino all'acqua o in acqua?**

### **Fai il test!**

- O Ovunque vado controllo se mio figlio/mia figlia può arrivare vicino all'acqua
- O se mio figlio/mia figlia ha meno di 7 anni faccio in modo di poterlo/a vedere tutto il tempo, anche se ha conseguito un diploma di nuoto
- O prendo sempre accordi chiari con altri genitori su chi sorveglia mio figlio/mia figlia

O non permetto che fratelli o sorelle più grandi sorvegliano mio figlio/mia figlia

O spiego molto chiaramente a mio figlio/mia figlia cosa può fare e cosa non deve fare

Hai segnato tutte le caselline? In questo caso comprendi pienamente quanto pericoloso può essere per il tuo bambino o la tua bambina trovarsi vicino all'acqua o in acqua. Non hai segnato tutte le caselline? Leggi attentamente questo pieghevole ancora una volta, oppure vai al sito [www.veiligheid.nl](http://www.veiligheid.nl).

## **9-12 anni**

I bambini di età tra i 9 e i 12 anni corrono i maggiori rischi di annegare se sono accanto a una piscina, un lago o al mare o in acqua nella piscina, nel lago o nel mare.

### **Sapevi che ...**

- i bambini di questa età ancora non riconoscono ancora bene il pericolo?
- i bambini sono contenti quando i genitori dicono chiaramente quello che possono fare e quello che non devono fare?

### **Il tuo bambino/la tua bambina è sicuro/a vicino all'acqua o in acqua?**

#### **Fai il test!**

O Ovunque vado controllo se mio figlio/mia figlia può arrivare vicino all'acqua

O so sempre dove si trova mio figlio/mia figlia

O *insieme* a mio figlio/mia figlia parlo molto bene e chiaramente di quello che può fare e quello che non deve fare

O sorveglio con molta attenzione mio figlio/mia figlia se non ha ancora un diploma di nuoto

Hai segnato tutte le caselline? In questo caso comprendi pienamente quanto pericoloso può essere per il tuo bambino o la tua bambina trovarsi vicino all'acqua o in acqua. Non hai segnato tutte le caselline? Leggi attentamente questo pieghevole ancora una volta, oppure vai al sito [www.veiligheid.nl](http://www.veiligheid.nl).

### **Cosa fai se tuo figlio/tua figlia è finito/a in acqua per un incidente?**

- Se sai nuotare porta immediatamente il bambino/la bambina fuori dall'acqua. Se non sai nuotare chiedi immediatamente aiuto.
- Se il bambino/la bambina non ha perso conoscenza avvolgilo/a in una coperta. In mancanza di una coperta usa qualcos'altro per riscaldare il bambino/la bambina.
- Il bambino/la bambina ha ingoiato dell'acqua: portalo/a dal medico o all'ospedale. Dopo qualche tempo potrebbe avere problemi di respirazione.
- Chiama il 112 se il bambino/la bambina ha perso conoscenza. O chiedi a qualcuno di chiamare il 112. Il bambino/la bambina dovrà essere rianimato/a. La rianimazione avviene mediante respirazione bocca a bocca ed esercitando una forte pressione sulla cassa toracica. Se la respirazione bocca a bocca non funziona bene guarda se in bocca c'è qualcosa che ostruisce il passaggio dell'aria. Pulisci la bocca. Se non sai come eseguire la rianimazione e non c'è nessuno vicino in grado di farlo stendi il bambino/la bambina su un fianco. In questa posizione l'acqua può fuoriuscire facilmente dalla bocca.

### **Un altro punto importante**

- Uno stagno in giardino può essere pericoloso. Potresti trasformarlo, ad esempio, in una cassetta per la sabbia.
- Quando il bambino/ la bambina ha 5 anni iscrivilo/a un corso di nuoto.

Per maggiori informazioni su come evitare il pericolo di annegamento per i bambini consulta il sito [www.veiligheid.nl](http://www.veiligheid.nl). Qui troverai informazioni su bracciali salvagente, lezioni di nuoto, correnti nell'acqua e molto di più.