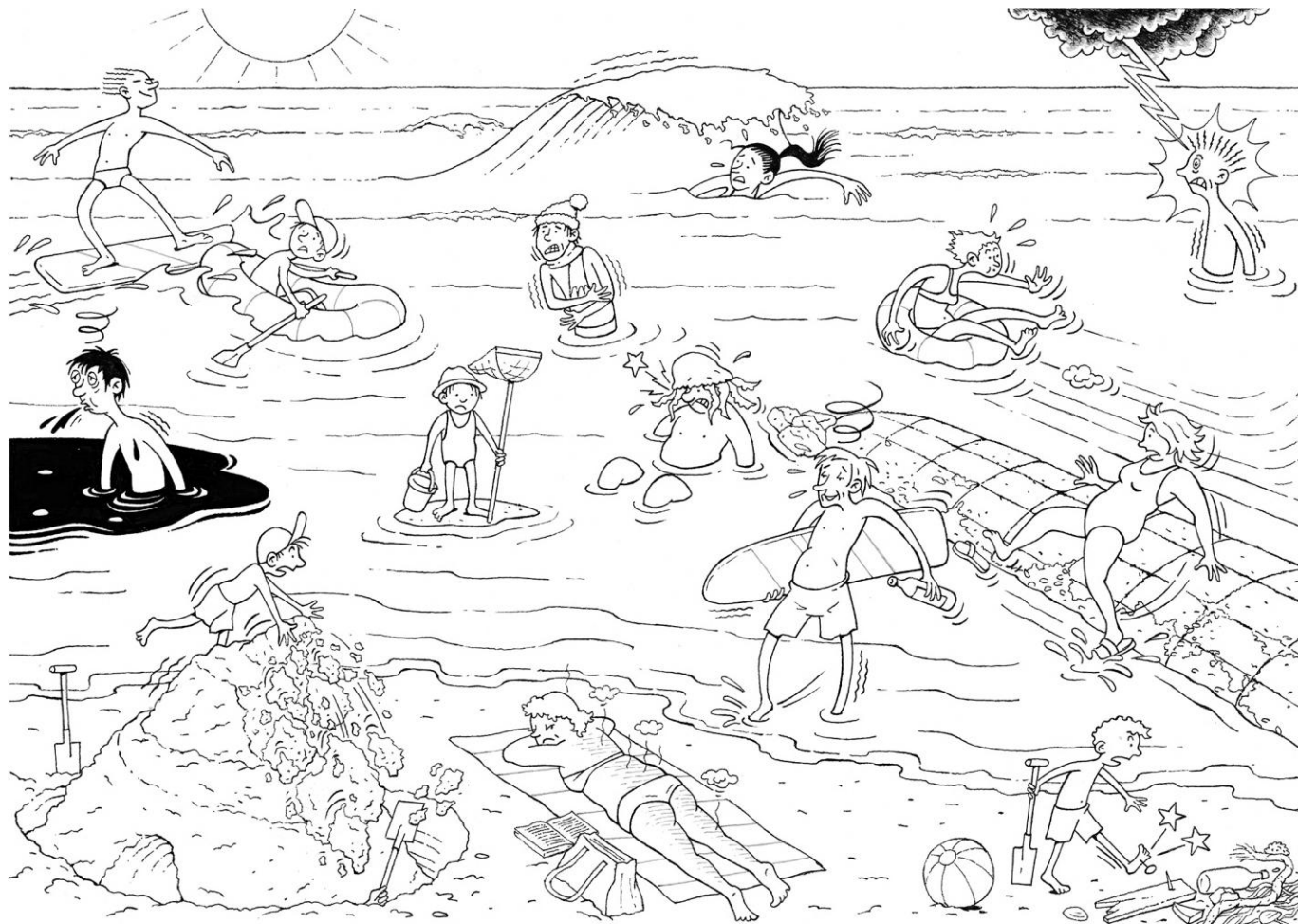


Kleurplaat – Herken jij de gevaren op het strand en in de zee?



© Jacques Debroux / VLIZ

Aan alle kinderen die naar zee gaan,

Het is niet omdat je op een fiets kan rijden dat je ook in het verkeer veilig kan rijden. Zo is het ook niet omdat je een zwembrevet hebt dat je veilig in zee kan zwemmen! De zee is immers geen zwembad! Golven, stromingen, de temperatuur van het water, het getij, ... kunnen je verrassen en je in een benarde situatie brengen. Vandaar dat Safe Coastal Tourism vzw voor jou een lijstje met veiligheidstips heeft samengesteld om risico's op ongelukken te vermijden. We zijn immers begaan met je veiligheid zonder tekort te doen aan het plezier van zon, zee en strand. Neem de tips aandachtig door.

Wil je meer lezen over de gevaren van strand en zee: zie <https://www.vleet.be/nl/strandgevaaren>.



**DE ZEE IS GEEN
ZWEMBAD!**

**HOU HET LEUK,
SAFETY FIRST!**

Deze folder werd goedgekeurd door:



Hou het veilig in zee en op het strand!

Ga alleen zwemmen in een bewaakte zone. Zwem tussen de gele boeien. Volg de instructies van de redder. Met de toeter trekt die je aandacht. Met de rode sein-vlag wijst die aan in welke richting je moet opschuiven.



Als de groene vlag wappert is zwemmen in zee veilig.

Als de gele vlag wappert is zwemmen gevaarlijk. Er staat vaak veel wind met een gevaarlijke stroming. Zwemmen is toegelaten maar ga niet te ver in zee en neem geen drijvende voorwerpen mee. Ze kunnen immers afdrijven.

Als de rode vlag of rode windzak wappert is zwemmen gevaarlijk en dus niet toegelaten.



Ga niet dieper in zee dan heuphoog, zodat je steeds met de twee voeten op de bodem staat. Zo loop je minder risico dat golven of stromingen je doen omvallen en je wordt meegesleurd door de zee. Kan

je niet goed zwemmen ga dan niet dieper dan kniehoog in het water.

Ga niet alleen in zee. Vraag mama of papa of je begeleider om mee te gaan.

Zwem geen afgedreven spullen achterna zoals een bal of een luchtmatras. Je beseft niet dat je steeds dieper de zee wordt ingetrokken en terugzwemmen naar het strand kan moeilijk worden.



Ga traag de zee in, zo went je lichaam geleidelijk aan de temperatuur van het water. En laat je niet verrassen door onregelmatigheden in de bodem.

Hou het getij in de gaten. Voorkom dat je wordt ingesloten door het opkomend water. Op een zandbank of op een strandhoofd. Wees op tijd weg en blijf dicht bij het strand.



Zie je iemand in de problemen in zee, ga er niet achterna, roep de redders of bel 112.

Als je problemen krijgt in het water, panikeer niet! Drijf en spaar energie. Steek je arm omhoog om de aandacht van de redders te trekken.



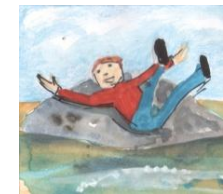
Graaf geen tunnels op het strand of in de duinen en graaf putten niet dieper dan kniehoog. Steile wanden kunnen instorten en je kan onder het zand bedolven raken. Gooi je put dicht wanneer je vertrekt.

Laat geen vuil achter op het strand.

Zeehonden op het strand zijn aan het rusten. Ze hebben scherpe tanden. Blijf op minstens 50 m afstand.

Draag een antiverdwaalpolsbandje met de contactgegevens van je mama of papa of begeleider. Spreek een plek af waar jullie elkaar terugvinden moesten jullie elkaar kwijt raken. Ben je verloren gelopen, spreek een redder aan die jou terugbrengt naar mama of papa of je begeleider.

Schoeisel dragen is geen overbodige luxe. Tegen afval dat rondslingert op het strand, tegen het hete zand, tegen aangespoelde schelpen, tegen de Kleine Pieterman en aangespoelde kwallen.



Strandhoofden zijn gevaarlijk. Ze zijn ruw en glad. Ga er dus niet op lopen zonder aangepast schoeisel en blijf van de randen weg. Je kan er gemakkelijk op uitglijden en je ernstig verwonden. Ga ook niet in het water vanaf constructies. De stromingen rond constructies kunnen immers gevaarlijk zijn.



Draag een petje en een zonnebril en smeer je goed in om je te beschermen tegen de zon. Een half uur vóór je in de zon gaat smeer je je in en dan om de 2 uren. Zoek de schaduw op en drink voldoende water. Weet dat je ook in de schaduw kan verbranden door de uv-stralen die weerkaatst worden door de zon en het water.