Irish Water Safety
Sábháilteacht Uisce na hÉireann

DO RANGANNA A CÚIG AGUS A SÉ

BEANNAIGH DO PAWS

SÁBHÁILTEACHT UISCE IN OILIÚINT UISCE BUNSCOILE

AN SCÉAL I dTAOBH FANACHT SÁBHÁILTE THART AR:

BAILE, FEIRMEACHA, LINNTE, TRÁNNA, BÁID, UISCEBHEALAÍ INTÍRE

FÁILTE IS FICHE CHUIG PAWS!

DIA DUIT!

Má tá tú tar éis páirt a ghlacadh i gclár PAWS (Primary Aquatics Water Safety), beidh buneolas agat faoin tsábháilteacht uisce. Anois go bhfuil tú níos sine, tá sé in am tuilleadh a fhoghlaim mar gheall ar conas tú féin agus daoine eile a choimeád sábháilte agus iad thart ar uisce.

An rud is tábhachtaí cuimhneamh air ná go bhfuil sé éasca spraoi a bheith agat agus fanacht sábháilte. Má chuimhníonn tú ar na rialacha agus má bhíonn tú ciallmhar, is féidir leat taitneamh a bhaint as a bheith ag snámh, as a bheith ar bhád nó fiú a bheith ar an trá nó taobh le habhainn.

Cuir tú féin ar an eolas agus déan do chairde a thástáil ar a gcuid eolais. Ansin cuir ina luí ar do mhúinteoir go bhfuil tú cliste faoin tsábháilteacht.

Má tá tú, gheobhaidh do rang Teastas speisialta PAWS 4 don tSlándálacht Uisce!

EOLAS SCANRÚIL!

BÁ AN DARA BEALACH IS MINICE INA nGORTAÍTEAR AGUS INA bhFAIGHEANN PÁISTÍ NA hEORPA BÁS.

BÍONN AN BAILE SÁBHÁILTE, NACH bhFUIL SIN CEART?

Bhuel, ní mar a shíltear a bhítear i gcónaí. Is fíor go mbáitear an-chuid páistí sa bhaile. Agus de bharr na gcúiseanna is simplí go minic. Rudaí ar nós:

LINNTE LAPADAÍOLACHA

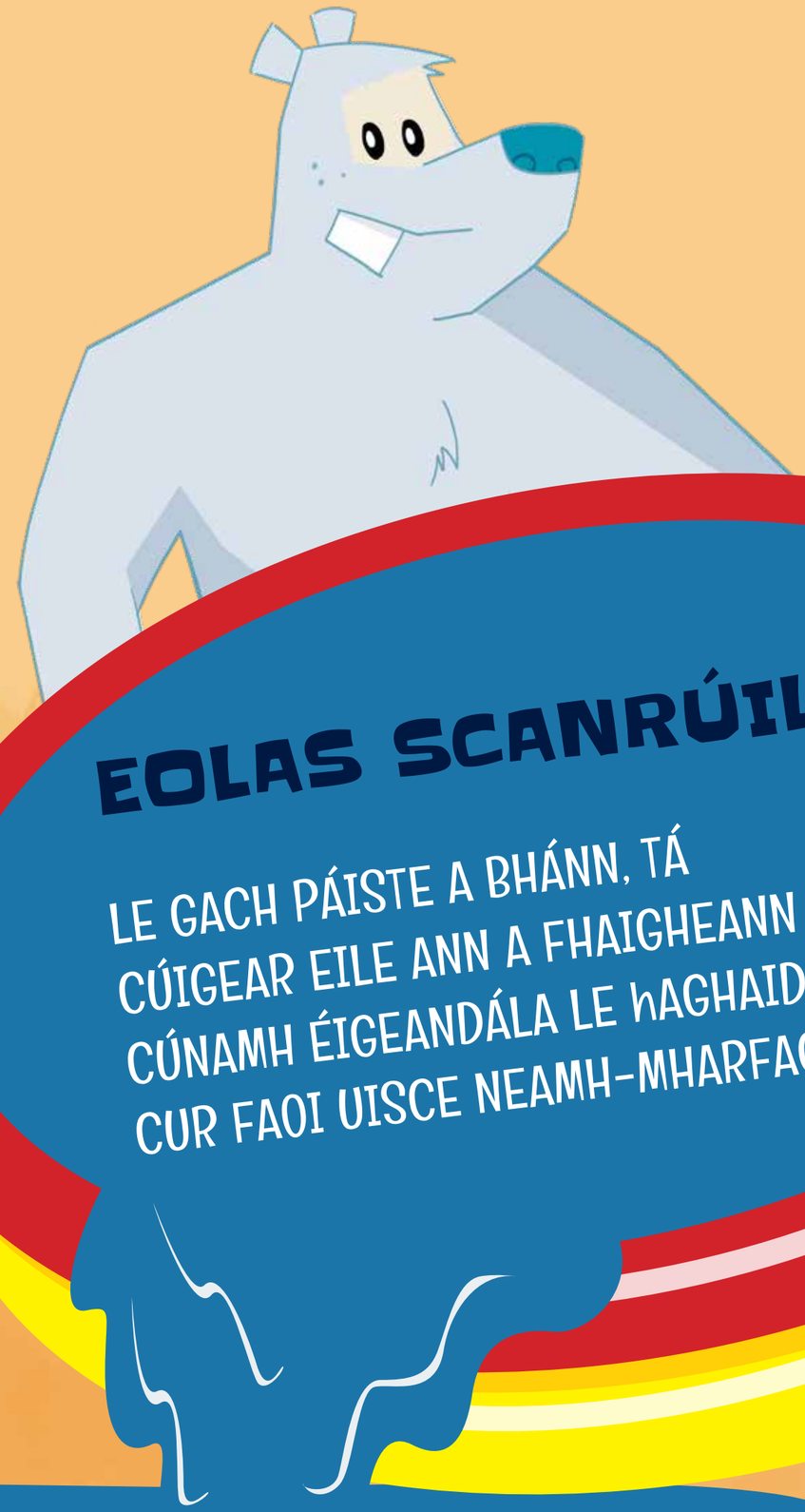
IS FÉIDIR LE DUINE BÁ I LÍON BEAG CEINTIMÉADAR UISCE. AGUS UAIREANTA TARLAÍONN SÉ NUAIR A SHÍLTEAR GUR SPRAOI É – AR NÓS LÉIMT NÓ SUÍ AR DHUINE – ACH BÍONN TORADH TRAGÓIDEACH AIR. MAR SIN...

NÁ COIMEÁD CLOIGEANN DUINE FAOIN UISCE RIAMH.

MÁ DEIR DUINE LEAT STOPADH, STOP.

COINNIGH SÚIL AR PHÁISTÍ NÍOS ÓIGE. NÍ BHÍONN TUAIRIM ACU NUAIR A BHÍONN UISCE I gCEIST – FÉACH AN FROG AGUS NA PÁISTÍ BEAGA AR LEATHANACH A 4!

BÍ CINNTE GO bhFUIL DUINE FÁSTA THART ATÁ AG TABHAIRT AIRE DO GACH RUD AGUS GACH DUINE.



EOLAS SCANRÚIL

LE GACH PÁISTE A BHÁNN, TÁ CÚIGEAR EILE ANN A FHAIGHEANN CÚNAMH ÉIGEANDÁLA LE hAGHAIDH CUR FAOI UISCE NEAMH-MHARFACH.

EOLAS SCANRÚIL

IS FÉIDIR LE LOT INCHINNE TARLÚ DE BHARR CUR FAOI UISCE NEAMH-MHARFACH. CRUTHAÍONN SÉ SEO FADHBANNA CUIMHNE FADTÉARMACHA AGUS DEACRACHTAÍ FOGHLAMA.

FOLCTHAÍ

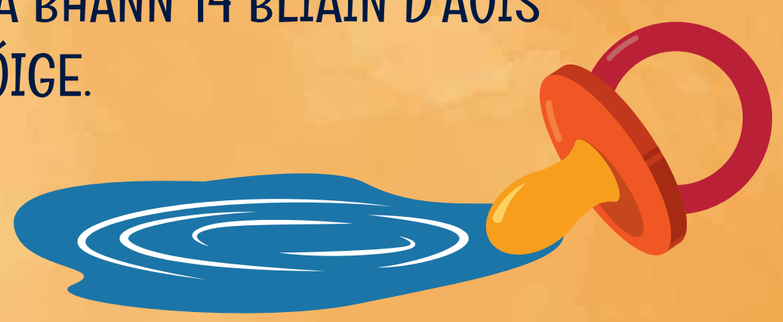
CAITHFIDH TÚ A BHEITH RÍCHÚRAMACH THART AR AN bhFOLCADÁN FREISIN. CRUTHAÍONN UISCE DROMCHLAÍ SLEAMHNA DAINSÉARACHA. MÁ SHLEAMHNAÍONN TÚ AGUS DO CHLOIGEANN A BHUALADH, AGUS GO bhFÁGTAR TÚ GAN AITHNE GAN URLABHRA, D'FHÉADFÁ DUL FAOIN UISCE AGUS BÁ – AGUS NÍ BHEADH A FHIOS AG AON DUINE. I nDÁIRÍRE, MAR A FHEICFIDH TÚ NÍOS DÉANAÍ, IS MINIC A THARLAÍONN BÁ GO CIÚIN.

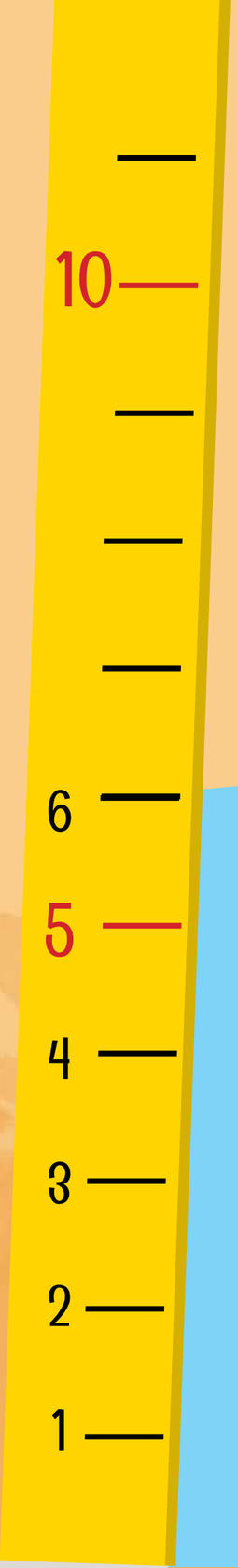
MAR SIN CUIMHNIGH AR NA RIALACHA THART TIMPEALL AR UISCE SA BHAILE:

Fan socair! Ná léim, ná tabhair cic agus ná brúigh aon duine eile in aice le huisce. Bí cinnte go bhfuil duine fásta gar duit. Bí cúramach faoi na páistí óga chomh maith leat féin.

EOLAS SCANRÚIL

I MEIRICEÁ, BÍONN DUINE I nGACH CÚIGEAR A BHÁNN 14 BLIAIN D'AOIS NÓ NÍOS ÓIGE.





BÍ SÁBHÁILTE LE hUISCE SA BHAILE

SEACHAIN 6CM FIÚ!

B'FHÉIDIR GO gCEAPFÁ NACH mBEADH 6CM UISCE RÓDHOMHAIN. ACH NUAIR A BHÍONN AGHAIDH FAOI UISCE, SEO AN MÉID A THEASTAÍONN LE DUINE A BHÁ. AGUS SEO AN CHÚIS AR CHEART DOIRTIL AGUS FOLCADÁIN A FHOLMHÚ TAR ÉIS A n-ÚSÁIDE – GO hÁIRITHE MÁ TÁ PÁISTÍ ÓGA SAN ÁIT.

★ ★ AN TAISPEÁNTAS IS FEARR RIAMH ★ ★

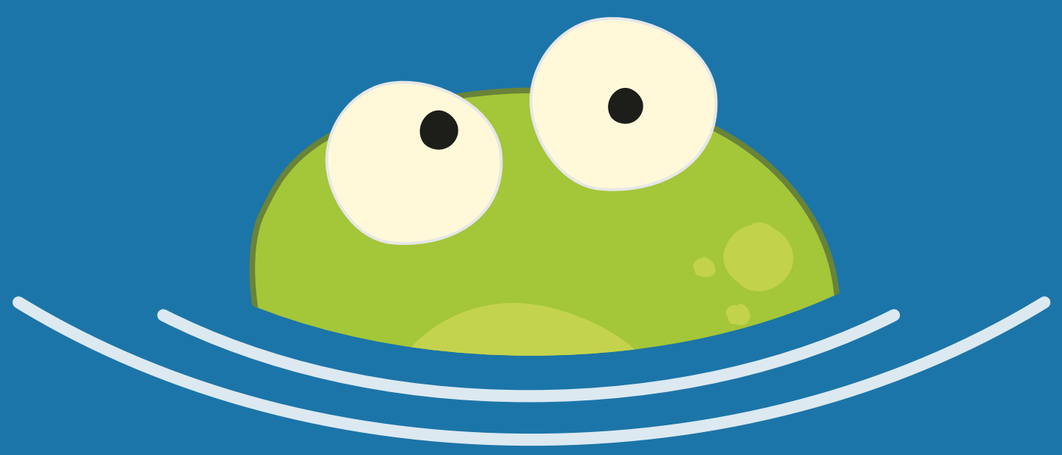
INCHINN FROIG V **INCHINN PÁISTE BHIG**

DÉ SATHARN, LÁTHAIR AN LOCHÁIN MHÓIR

AN gCEAPANN TÚ GO bhFUIL FROGANNA RAMALLACH, GRÁNNA AGUS AMAIDEACH?

Bhuel, tá. Níl aon mhaitheas leo ag matamaitic, tá cuma ghránna orthu agus ní féidir leo ach 'Ribbet, Ribbet' a rá. Ach... nuair a bhíonn siad san uisce (agus ag ól uisce tríd an gcraiceann – féach thíos!), ní féidir an tUas. Frog a shárú.

Ar an lámh eile, ní féidir an rud céanna a rá faoi pháistí óga. Mar sin má fheiceann tú aon pháiste óg in aice le huisce, coimeád súil géar air/uirthi – agus cinntigh go bhfuil duine fásta ar dualgas freisin.



EOLAS FAOI FHROGANNA

NÍ BHÍONN AR FHROGANNA UISCE A ÓL RIAMH MAR SÚANN SIAD ISTEACH TRÍD A gCRAICEANN É!

CÉN SCÓR A BHEADH AG DO THIGH?

Tá na dainséir ar eolas agat. Tá na rialacha ar eolas agat. Anois, scrúdaigh do thigh le feiscint cé mhéad de na rialacha a leantar:

AN nDÉANTAR STIÚRADH AR AM NA bhFOLCTHAÍ I gCÓNAÍ?

AN nDÉANTAR NA FOLCADÁIN A FHOLMHÚ TAR ÉIS A n-ÚSÁIDE?

NUAIR A BHÍONN NA FOLCADÁIN LÁN, AN gCOIMEÁDTAR CATHAOIREACHA SIAR UATHU IONAS NACH FÉIDIR LE PÁISTÍ ÓGA DREAPADH SUAS ORTHU?

AN bhFÁGTAR AN STOPALLÁN THUAS AS AN mBEALACH?

AN bhFUIL CLAÍ THART AR AON AIBHNEACHA, SRUTHÁIN NÓ DHRAENACHA ATÁ I nGIORRACHT DON TEACH?

AN mBÍONN DUINE FÁSTA AG FAIRE I RITH AM SÚGARTHA SNA LINNTE LAPADAÍOLA?

AN nDÉANTAR NA LINNTE LAPADAÍOLA A FHOLMHÚ TAR ÉIS A n-ÚSÁIDE?

AN bhFUIL GACH POLL AGUS DRAEIN DÚNTA?

MÁ TÁ AN t-ÁDH LEAT LINN SNÁMHA A BHEITH AGAIBH SA BHAILE, AN bhFUIL CLAÍ THART UIRTHI AGUS AN bhFUIL CLÚDACH DAINGEAN AICI?

AN bhFUIL LÍONTÁN SREINGE THAR GACH BAIRILLE BÁISTÍ, TOBAR AGUS LOCHÁN?

Má tá an t-ádh leat linn snámha a bheith agaibh sa bhaile, an bhfuil claí thart uirthi agus an bhfuil clúdach daingean aici? An bhfuil líontán sreinge thar gach bairille báistí, tobar agus lochán?

BÍ SÁBHÁILTE LE hUISCE SA BHAILE

LE DÉANAMH I gCÁS ÉIGEANDÁLA

BÉIC LE CABHAIR A FHÁIL Ó DHUINE FÁSTA!

GLAOIGH AR NA SEIRBHÍSÍ ÉIGEANDÁLA AR 112, ANSIN:

Má tá duine gortaithe, iarr OTHARCHARR.

Más gá duine a tharrtháil ar thalamh, iarr an BRIOGÁID DÓITEÁIN.

Más gá duine a tharrtháil ón uisce, iarr GARDA CÓSTA NA hÉIREANN.

Mínigh an fhadhb go cruinn agus inis cá bhfuil tú. NOD: bí cinnte go bhfuil do sheoladh baile ar eolas agat go cruinn, agus an tEirchód, ionas gur féidir cabhair a chur ar fáil duit chomh tapaidh agus is féidir.

AN bhFUIL TÚ IN ÁIT NACH bhFUIL TAITHÍ AGAT UIRTHI? LORG COMHARTHAÍ TALÚN AGUS DÉAN CUR SÍOS ORTHU DON OIBRITHEOIR.

Nó

Má tá guthán cliste agat, ceadaigh an Suíomhú agus cliceáil ar an suaitheantas Léarscáil. Tiocfaidh spota gorm suas ar an léarscáil – taispeánann sin cá bhfuil tú. Brúigh ar an spota gorm agus feicfidh tú biorán dearg le dhá shraith uimhreacha faoi, e.g. 53.3604, -6.3240.

Seo iad do chomhordanáidí Domhanfhad agus Domhanleithead agus sonraíonn siad an áit go díreach a bhfuil tú ar domhan. Is féidir leat iad seo a léamh amach don oibritheoir.

CUIMHNIGH: MÁ TÁ TÚ BUARTHA AGUS IS FÍORÉIGEANDÁIL É, NÁ FAN AR DHUINE EILE LEIS AN nGLAOCH A DHÉANAMH!

BÍ SÁBHÁILTE LE hUISCE SA BHAILE

SÁRLAOCHRA TARRTHÁLA

MAR A CHABHRAÍONN AN GARDA SÁBHÁLA LINN

IS LE CÚNAMH A THABHAIRT DO DHAOINE ATÁ I mBAOL AR THRÁNNA, I LINNTE AGUS IN ÁITEANNA SNÁMHA NA hÉIREANN É JAB AN GARDA SÁBHÁLA. AR AN MEÁN, CABHRAÍONN SIAD LE 5,000 DUINE AGUS SÁBHÁLANN SIAD THART AR 250 DUINE ÓN mBÁS GACH BLIAIN!

BÍODH ÉIRCHÓD DO BHAILE AR EOLAS AGAT

TÁ A CHÓD FÉIN AG GACH TEACH IN ÉIRINN. NUAIR A ÚSÁIDTEAR IAD SEO IS FÉIDIR LE hOTHARCHAIR, LUCHT MÚCHTA TINE AGUS GARDAÍ DO THIGH A AIMSIÚ GO TAPAIDH.

MISEAN: AIMSIGH ÉIRCHÓD DO THIGH AR WWW.EIRCODE.IE

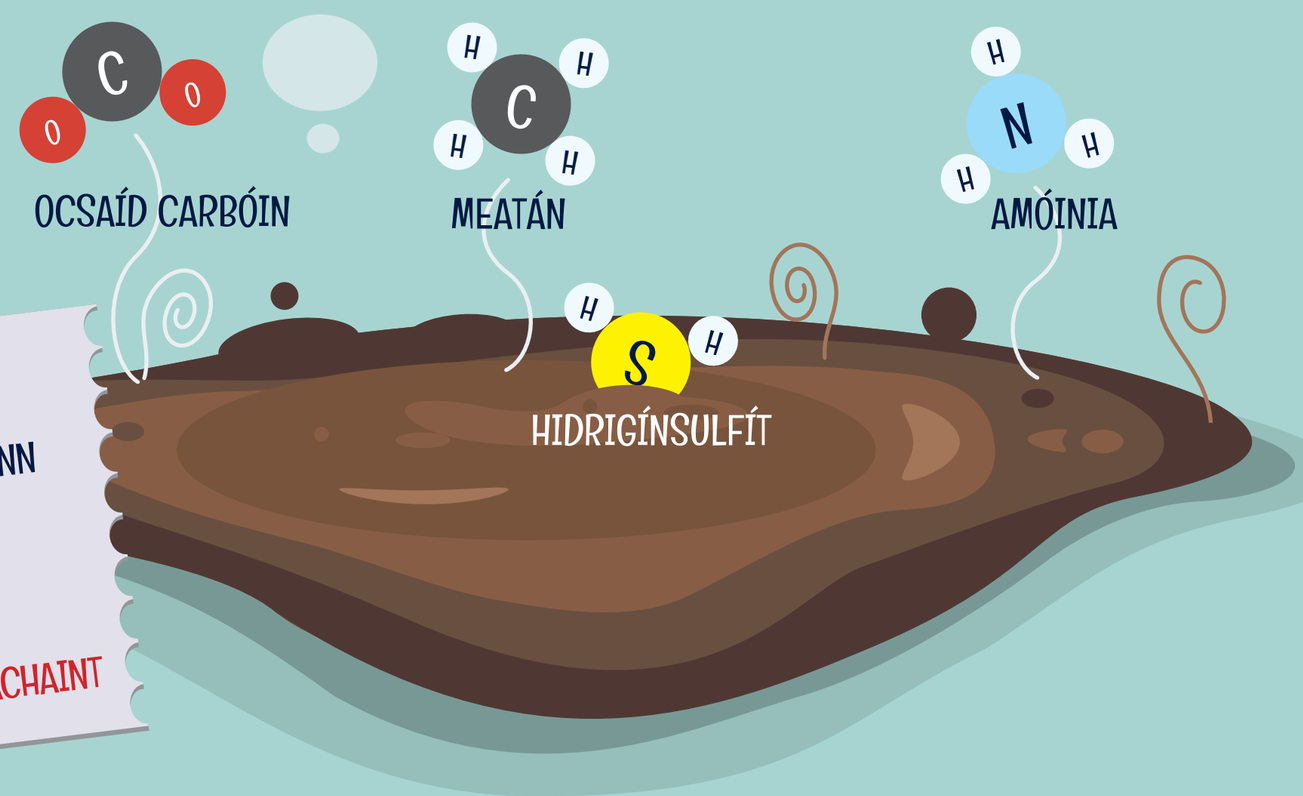
FÓCAS AR FHEIRMEACHA

Déantar obair thábhachtach ar fheirmeacha. Ní ionaid súgartha iad ar chor ar bith – ach toisc go ndéanann páistí dearmad air seo go minic, maraíodh an-chuid páistí ar fheirmeacha i gcaitheamh na mblianta.

Ní de bharr an trealaimh mhóir amháin é. Tá neart leachtanna thart inar féidir bá... Tabhair faoi deara gur luamar 'leacht' agus ní 'uisce'. 'Claiseanna sciodair' is cúis le an-chuid básanna – agus muna bhfuil a fhios agat cad é clais sciodair, beir ar do shrón agus féach an míniú thíos.

EOLAS FAOI GHÁIS MHARFACHA!

SCEITEAR HIDRIGÍNSULFÍT, DÉ-OCSAÍD CARBÓIN, AMÓINIA AGUS MEATÁN NUAIR A BHÍONN SCIODAR AG LOBHADH – AGUS IS FÉIDIR BÁS A FHÁIL LAISTIGH DE ROINNT SOICIND MÁ IONÁLTAR IAD. MAR SIN FAN AMACH UAIGH!



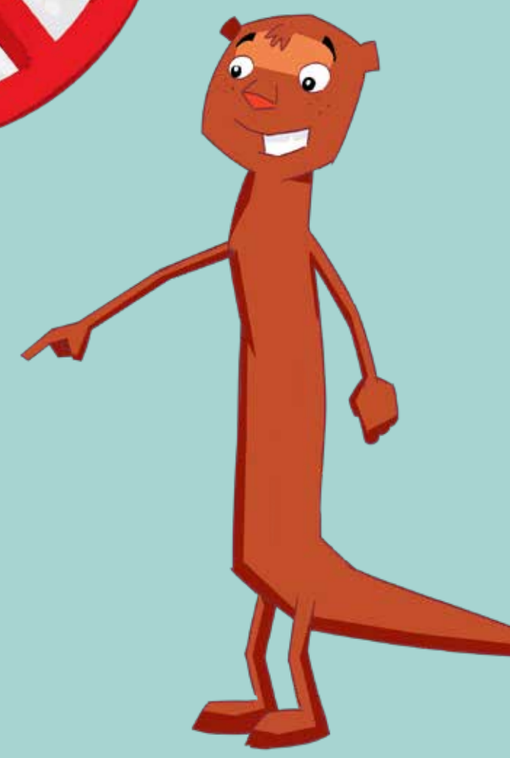
CLAISEANNA SCIODAIR SCANRÚLA!

BÍONN BOLADH BRÉAN AG TUAR NA MUC, NA mBÓ AGUS AINMHITHE EILE AGUS BÍONN SÉ SALACH, DÉISTEANACH AGUS GRÁNNA. ACH IS FÉIDIR É A CHASADH ISTEACH I LEASÚ TALÚN – CLISTE. MAR SIN COINNÍONN FEIRMEOIRÍ É I g'CLAIS SCIODAIR'. AGUS IS FÉIDIR LEO MÚNLACH EILE A CHUR ISTEACH ANN FREISIN!

CIALLAÍONN SÉ SEO GO LÉIR GUR ÁIT É AN CHLAIS SCIODAR AR CHEART A SHEACHAINT

BAOIL UISCE AR FHEIRMEACHA

Tá baoil eile uisce thart orainne ar fheirmeacha. Seo roinnt acu:



POILL AGUS DRAENACHA:

B'fhéidir nach mbeidís seo clúdaithe i gceart. D'fhéadfaidís a bheith an-domhain. Nó d'fhéadfaidís a bheith ceilte ag fiailí, giolcaigh agus féar.

BAIRILLÍ UISCE, UMAIR UISCE AGUS TRACHANNA ÓL NA n-AINMHITHE.

Chomh maith le bheith déisteanach, is féidir leo a bheith dainséarach freisin. Fan amach uathu seo go léir – agus bí cinnte gan aon duine a bhrú, gan sonc a thabhairt agus gan a bheith ag pleidhcíocht thart orthu ar chor ar bith – d'fhéadfá duine a leagan isteach iontu.

LOCHÁIN AGUS AIBHNEACHA.

Cuimhnigh ar SAC – 'Seachain an Chiumhais'. Is féidir le locháin agus aibhneacha taobhanna agus bruachanna sleamhna a bheith acu. Má shleamhnaíonn tú isteach, seans go mbeidh sé do-dhéanta tú féin a tharraingt amach. Agus fág an diabhlaíocht ag an diabhal – timpistí an toradh a bhíonn air nuair a chuireann tú de dhúshlán ar dhaoine eile dul in aice leis an gciumhais, nó sonc a thabhairt dóibh.

Freisin...

Má leagtar liathróid isteach san uisce nó má théann rud éigin eile ar snámh leis, fág é. Ná téigh ag spágáil ina dhiaidh agus ná déan iarracht síneadh chuige le bata. D'fhéadfaí tú a bhaint de do chothrom agus go dtitfeá isteach.

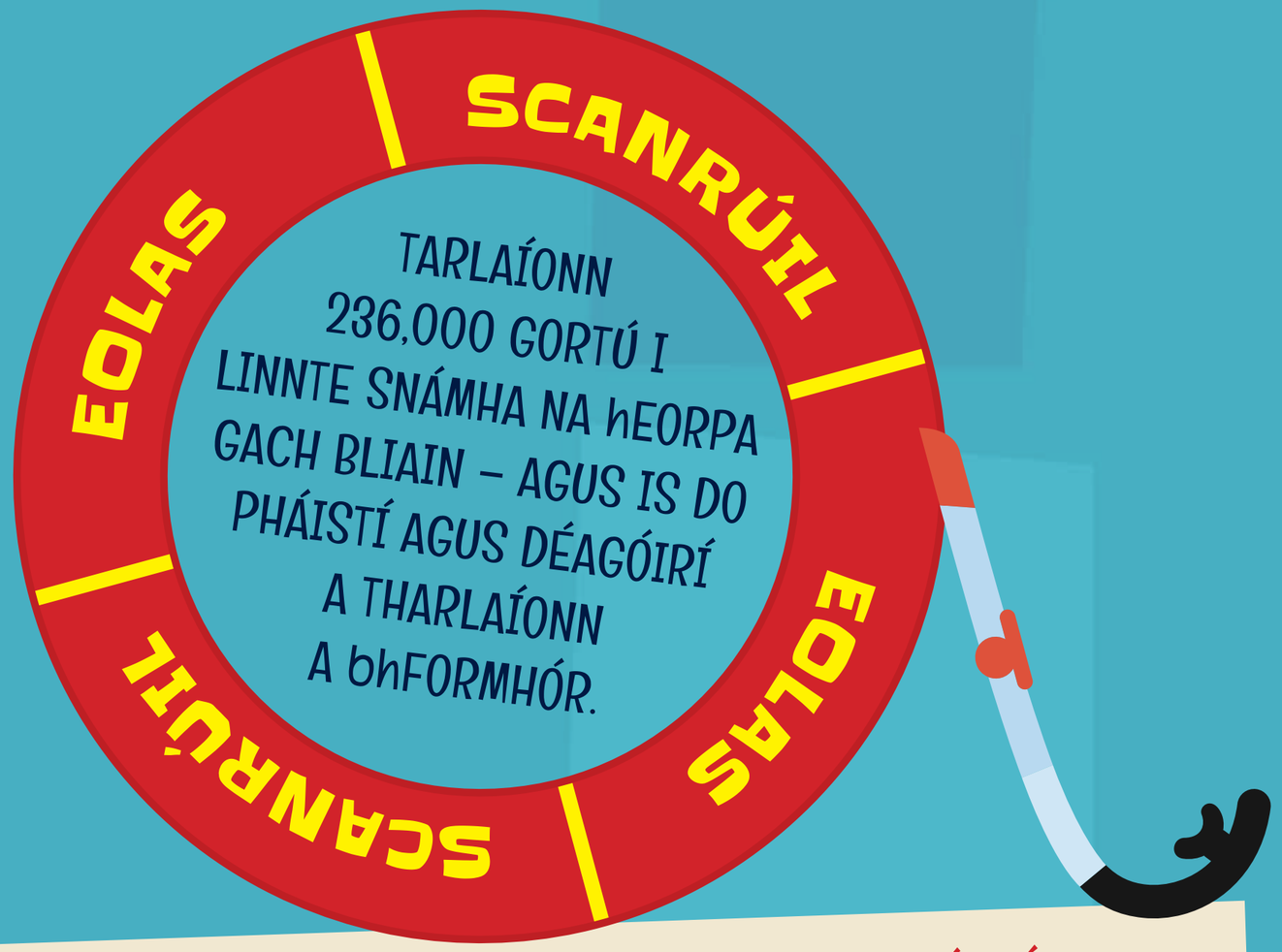
Má tá oighear ar lochán, ná déan iarracht siúl air. Ní ag an Mol Thuaidh atá Éire – ní bhíonn oighear riamh tiubh go leor le siúl air sa tír seo!

BÍ SÁBHÁILTE SAN UISCE AG AN LINN SNÁMHA

FÓCAS AR LINNTE

Is iontach an spraoi a bhaineann le linnte snámha. Is fearr fós iad más snámhaí láidir thú. (NOD: munar snámhaí maith tú fós, iarr ranganna). Ach caithfidh tú a bheith cúramach – cruthaíonn pleidhcíocht ar nós duine a bhrú faoin uisce nó crochadh astu (nó ligean dóibh siúd crochadh asatsa) fadhbanna.

Mar sin, nuair a bhíonn tú ag an linn snámha:



FAN AR CHEAD.

Ná léim isteach láithreach. Fan go ndeir tuismitheoir nó garda sábhála go bhfuil sé ceart go leor dul isteach.

CINNTIGH GO bhFUIL TÚ SA CHUID CHEART DEN LINN.

Bíonn taobh éadomhain agus taobh domhain ag formhór na linnte. Ná téigh isteach ach san áit ina bhfuil tú sábháilte.

TÁ SÉ SLEAMHAIN MAR SIN NÁ RITH, NÁ BRÚIGH AGUS NÁ TABHAIR SONC.

D'fhéadfá titim tú féin nó duine eile a leagan isteach san uisce.

CÁ BHFUIL AN GARDA SÁBHÁLA?

Cinntigh go bhfuil an garda sábhála ansin agus ag coimeád súil ar gach duine.

NÁ CUIR SEACHMALL AR AN NGARDA SÁBHÁLA – COINNIGH SRIAN AR AN bhFOTHROM.

Caithfidh gardaí sábhála a bheith in ann daoine i ndeacracht a chloisint.

LEAN TREORACHA NA nGARDAÍ SÁBHÁLA.

Is iad sin na saineolaithe linne agus is é a ndualgas é tú a choimeád sábháilte.

NÁ hITH AGUS TÚ AG AN LINN SNÁMHA.

D'fhéadfá tachtadh agus smacht a chailliúint le guma coganta nó milseáin. Coimeád iad go dtí go mbíonn tú tirim.

NÁ LÉIM AR AON DUINE SA LINN RIAMH.

Má ghortaíonn tú iad nó má chuireann tú faitíos orthu, d'fhéadfaidís smacht a chailliúint, go háirithe munar snámhaithe láidre iad.

BÍODH AN DOIMHNEAS AR EOLAS AGAT!

NÁ DÉAN TUMADH – GO hÁIRITHE MUNA BHFUIL A FHIOS AGAT CÉ CHOMH DOMHAIN IS ATÁ AN t-UISCE!

TRÍ PHOINTE EOLAIS THÁBHACHTACHA!

1) TAISPEÁNANN TAIGHDE A RINNEADH I MEASC DÉAGÓIRÍ SNA STÁIT AONTAITHE GO DTARLAÍONN 44% DE DHROCHGHORTUITHE DROIME DE BHARR TUMADH AR AN gCÉAD CHÚIRT AR LINN SNÁMHA.

2) TARLAÍONN 28% ACU AR AN gCÉAD TUMADH SA LINN.

3) NÍ RAIBH AON CHOMHARTHAÍ DOIMHNEACHTA IN 87% DE NA LINNTE.

BÍ AR AN EOLAS!

SNA STÁIT AONTAITHE, IS É AN BÁ PRÍOMHCHÚIS AN BHÁIS I gCÁS DAOINE A bhFUIL TITIMEAS ORTHU. MÁ TÁ SÉ AR CHARA LEAT, COIMEÁD SÚIL AIR/UIRTHI SA LINN SNÁMHA.

BÍ NÍOS CÚRAMAÍ FÓS AR SAOIRE

SA RÍOCHT AONTAITHE, FUAIR NÍOS MÓ PÁISTÍ BÁS I LINNTE THAR SÁILE AGUS IAD AR SAOIRE NÁ MAR A THARLA SA BHAILE – AGUS BHÍ CUMAS SNÁMHA AG NÍOS MÓ NÁ LEATH DÍOBH SIN A BÁDH.

AN RAIBH A FHIOS AGAT?

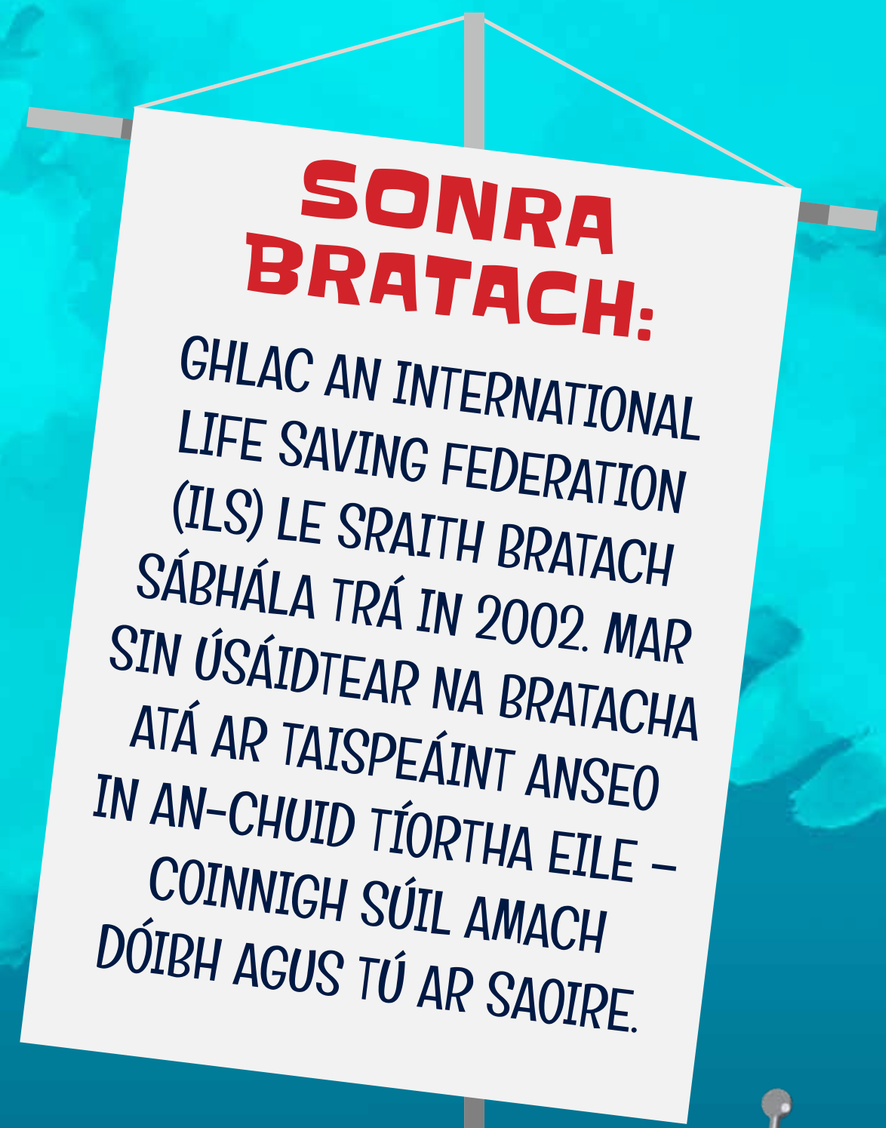
TARLAÍONN THART AR 18% DE THIMPISTÍ I LINNTE SNÁMHA NA hEORPA AR SHLEAMHNÁIN UISCE NÓ THART TIMPEALL ORTHU. AGUS TARLAÍONN 15% ACU TRÍ LÉIM Ó CHIUMHAIS NA LINNE.

FÓCAS AR THRÁNNA

Smaoinímid ar spraoi nuair a bhímid ar an trá. Agus nuair a leanann tú na rialacha a bhaineann le fanacht sábháilte ar an trá, is mó an taitneamh a bhainimid astu. An rud is tábhachtaí ná fios a bheith againn cathain a bhíonn sé sábháilte dul ag snámh san fharraige – agus ar thránna, insíonn bratacha duit cathain agus cén áit ar féidir snámh:

BRATACH DHEARG

NÍ BHÍONN SÉ SÁBHÁILTE SNÁMH ANSEO RIAMH.



SONRA BRATACH:

GHLAC AN INTERNATIONAL LIFE SAVING FEDERATION (ILS) LE SRAITH BRATACH SÁBHÁLA TRÁ IN 2002. MAR SIN ÚSÁIDTEAR NA BRATACHA ATÁ AR TAISPEÁINT ANSEO IN AN-CHUID TÍORTHA EILE – COINNIGH SÚIL AMACH DÓIBH AGUS TÚ AR SAOIRE.

DHÁ BHRATACH DHUBHA AGUS BHÁNA

NÍL CEAD SNÁMH IDIR NA BRATACHA SEO – IS DO THONNMHARCAIGH AGUS CLÁRSHEOLTÓIRÍ AMHÁIN É

DHÁ BHRATACHA DHEARGA AGUS BHUÍ

TÁ SÉ SÁBHÁILTE SNÁMH AGUS CLÁRSHEOLADH AR DO BHOLG IDIR AN DÁ BHRATACH

GAN BHRATACH

NÍL AON GHARDA SLÁNDÁLA AR DUALGAS MAR SIN NÍL SÉ SÁBHÁILTE DUL AG SNÁMH.

RIALACHA MÓRA NA TRÁ:

RIALACHA MÓRA NA TRÁ:

NÁ TÉIGH IN AICE LEIS AN bhFARRAIGE GAN DUINE FÁSTA AG FAIRE ORT.

SNÁMH LE CARA A BHEADH IN ANN CÚNAMH A THABHAIRT DÁ mBA GHÁ.

COIMEÁD SÚIL AMACH DO CHOMHARTHAÍ FOLÁIRIMH AGUS DÉAN MAR A DEIR SIAD.

NÁ TÉIGH AG SNÁMH MÁ TÁ TÚ TUIRSEACH NÓ TE.

NÁ TÉIGH AG SNÁMH IN ÁITEANNA ANAITHNIDE.

NÁ SNÁMH ACH IDIR NA BRATACHA DEARGA AGUS BUÍ NUAIR A BHÍONN AN GARDA SÁBHÁLA AR DUALGAS.

NÁ FAN RÓFHADA SAN UISCE.

NÁ TÉIGH AG SNÁMH AMACH RÓFHADA.

DÉAN MAR A DEIR AN GARDA SÁBHÁLA LEAT I gCÓNAÍ.

NÁ TABHAIR TOCHTANNA AEIR ISTEACH SAN UISCE RIAMH.

NÁ TÉIGH AG SNÁMH I nDIAIDH RUD AR SNÁMH LEIS FÉIN.

NÁ DÉAN PLEIDHCÍOCHT NÓ MAISTÍNEACHT.

MÁ TÁ AON TREALAMH SPEISIALTA IN ÚSÁID AGAT, BÍ CINNTE GO bhFUIL A FHIOS AGAT CONAS É A ÚSÁID I gCEART.

MÁ TÁ FADHB AGAT SAN UISCE, BÉIC AGUS CAITH DO GHÉAGA THART MÁS FÉIDIR LEAT!

TÚ FÉIN A SHÁBHÁIL AR AN bhFARRAIGE!

Má bhíonn tú i dtrioblóid san fharraige nó in uisce domhain, suaimhnigh tú féin ar dtús agus luigh ar do dhroim ar snámh. Más féidir leat, caith do ghéaga thart agus béic le cabhair a lorg.

NUAIR A BHÍONN AN FHARRAIGE AN-SCANRÚIL: SRUTHANNA CUILITHEÁLA

IS SRUTH AN-LÁIDIR AMACH ÓN TRÁ É 'SRUTH CUILITHEÁLA'. TARLAÍONN SÉ NUAIR A BHUAILEANN TONN NUA I gCOINNE SEANTOINNE AGUS IS FÉIDIR LEIS BOGADH AG BEAGNACH DHÁ MHÉADAR SA SOICIND – RÓTHAPAIDH FIÚ DO SHNÁMHAÍ OILIMPEACH!

SEO IS CEART A DHÉANAMH:

NÁ DÉAN IARRACHT SNÁMH ISTEACH ANN – NÍ ÉIREOIDH LEAT BUACHAINT AIR!

DÉAN IARRACHT SNÁMH IN AON LÍNE LEIS AN TRÁ AR DO THAOBH CLÉ NÓ DEAS.

TÉIGH I dTREO NA hÁITE INA bhFUIL NA TONNTA AG BRISEADH.

MÁS FÉIDIR LEAT, BÉIC LE CABHAIR A LORG.

SÚILE GÉARA!

BÍ I D'AIMSITHEOIR SÁBHÁILTEACHTA AR AN TRÁ

Má tá tú ar an trá, coinnigh do shúile ar oscailt do dhuine atá i dtrioblóid. Agus má fheiceann tú fadhb, abair le garda sábhála nó le duine fásta é nó glaoigh ar 112 le cabhair éigeandála a lorg – GO TAPAIDH! Ná glac leis go ndéanfaidh duine eile é.

Bí ag faire amach do na dainséir seo:

- Duine a bhfuil deacracht acu snámh.
- Duine atá ag dul faoin uisce agus ag teacht in airde arís, agus arís.
- Duine ar thocht aeir ar snámh amach ó thalamh.
- Duine ag dul amach san fharraige i ndiaidh snámháin nó liathróide.
- Duine sáinnithe ar ghaineamh timpeallaithe ag uisce.
- Duine ina luí ar a b(h)olg san uisce agus gan bogadh as/aisti.

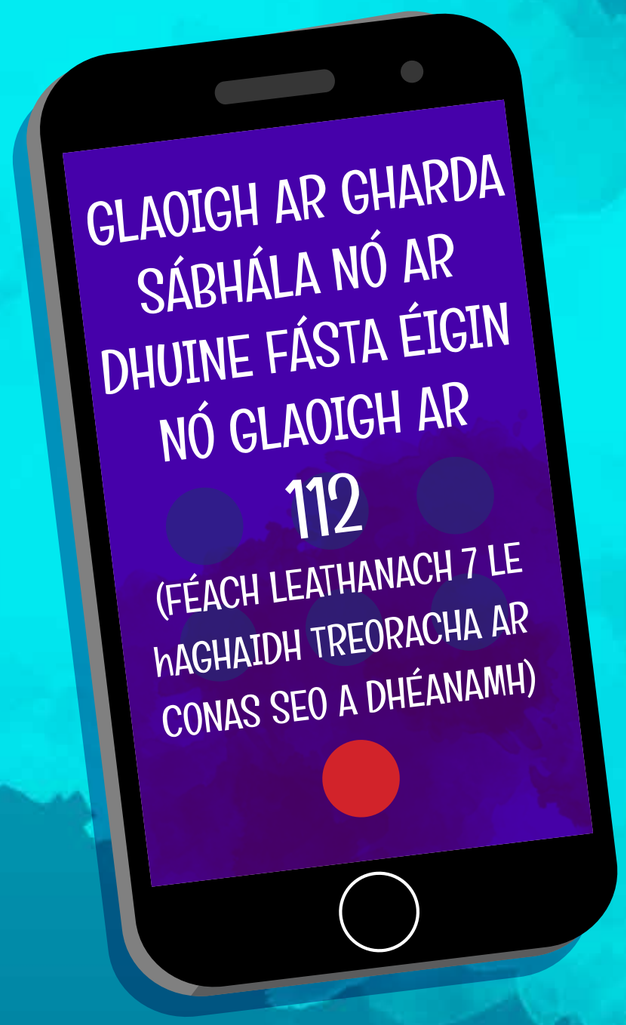
Agus ar ndóigh...

- Duine atá ag béicíl ag lorg CABHRACH!

NÁ DÉAN IARRACHT DUINE A THARRTHÁIL TÚ FÉIN RIAMH – D'FHÉADFÁ TÚ FÉIN A CHUR I mBAOL CHOMH MAITH. NÍOR CHEART ACH DO DHAOINE ATÁ TRAENÁILTE I gCEART TARRTHÁIL A DHÉANAMH.

BÍ SÁBHÁILTE SAN UISCE AG AN TRÁ

MÁ FHEICEANN TÚ DUINE I dTRIOBLÓID? SEO MAR IS FÉIDIR CABHRÚ:



MÁ TÁ BAOI TARRTHÁLA IN AICE LEAT – AGUS TÁ AN DUINE GAR GO LEOR DUIT – CAITH AMACH É.

AIMSIGH DUINE FÁSTA NÓ BÉIC LE CABHAIR A LORG.

SEACHAS SIN, CAITH AMACH RUD AR BITH A BHEIDH AR SNÁMH (AR NÓS LIATHRÓIDE NÓ SOITHEACH PLAISTEACH) NÓ RÓPA, MÁ TÁ SÉ AR FÁIL. CAITH NÍOS FAIDE AMACH É NÁ AN ÁIT A bhFUIL AN DUINE ATÁ SAN UISCE.

SÁBHÁLANN SÚILE BEATHAÍ!

Taispeánann an teilifís agus scannáin daoine atá ag bá ag béicíl agus ag caitheamh a ngéag thart. NÍ MAR SIN A THARLAÍONN SÉ. Nuair atá duine ag bá, téann a mbéal faoi agus thar dhromchla an uisce. An t-aon rud is féidir leo a dhéanamh ná iarracht a dhéanamh análú – agus ciallaíonn seo go bhfuil sé dodhéanta béicíl.

Bánn daoine go ciúin. Mar sin coinnigh do shúile ar oscailt do dhuine atá i dtrioblóid. ACH CUIMHNIGH – NÁ TÉIGH ISTEACH SAN UISCE TÚ FÉIN!

Féach leathanach 22 le tuilleadh eolais a fháil ar 'Ceithre Shaghas Tarrthála'.

FÓCAS AR BHÁID

NÍL MÓRÁN SPÁIS AR BHÁID – AGUS CINNTE NÍL AON SPÁS ANN DO PHLEIDHCÍOCHT!

Mar sin má tá tú ar bhád, lean na rialacha, lean treoracha an chaptaein agus níos tábhachtaí fós CAITH DO SHEAICÉAD TARRTHÁLA I gCÓNAÍ!

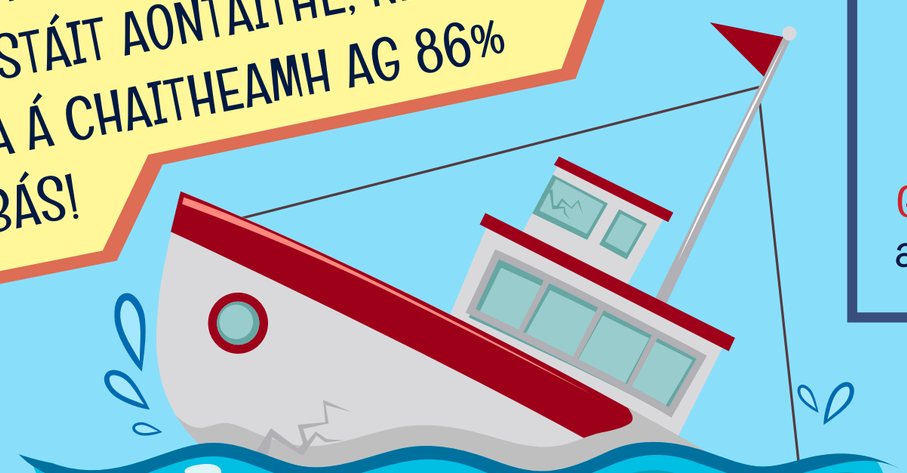
AN RAIBH A FHIOS AGAT?
Má tá tú san uisce agus do sheaicéad tarrthála dod' choimeád ar snámh, níor cheart duit iarracht a dhéanamh snámh tú féin. Déanfaidh seo do chorp a fhuarú an iomad – ina ionad sin, séid ar an bhfeadóg atá ceangailte leis agus fan ar tharrtháil.

SEANSCÉAL

Tugadh Seaicéid Tarrthála uathoibríoch do phíolótaí ar dtús i rith an Dara Cogadh Domhanda mar nár thóg siad suas an oiread sin spáis sa chábán píolóta.

EOLAS SCANRÚIL!

I STAIDÉAR A RINNEADH AR THIMPISTÍ MARFACHA BÁID SNA STÁIT AONTAITHE, NÍ RAIBH SEAICÉAD TARRTHÁLA Á CHAITHEAMH AG 86% DÍOBH SIN A FUAIR BÁS!



BÍODH EOLAS AGAT AR DO SHEAICÉAD TARRTHÁLA

TÁ TRÍ SHAGHAS SEAICÉAD TARRTHÁLA ANN:

SEAICÉAD TARRTHÁLA UATHOIBRÍOCH a líonann le haer nuair a bhíonn sé faoi 10cm uisce.

Gnáthsheaicéad tarrthála a líonann le haer nuair a tharraingíonn tú ar an scorán dearg.

GAIREAS SNÁMHACHTA PEARSANTA atá lán le hábhar a shnámhann agus nach líonann le haer dá bharr.

RUDAÍ LE SMAOINEAMH ORTHU MAR GHEALL AR DO SHEAICÉAD TARRTHÁLA

Caithfidh do thomhas a bheith go beacht iontu. Iarr ar dhuine fásta taispeáint duit conas na strapaí ar do choim agus na máis a shocrú – agus má mheasann tú nach bhfuil sé ceart, abair é! Má dhéanann tú é seo ar fad i gceart, cinnteoidh sé nach rachaidh an seaiceád thar do chloigeann nuair a théann tú isteach san uisce! Tá feadóg ar do sheaicéad tarrthála. Séid seo le go mbeidh a fhios ag na tarrthálaithe cá bhfuil tú!

FÉACH SEO!

BÍ CINNTE GO bhFUIL SIAD SEO AR DO SHEAICÉAD TARRTHÁLA:

STRÍOCAÍ FRITHCHAITEACHA
Agus/nó solas le go mbeidh tú níos infheicthe do na tarrthálaithe. ✓

STRAPA AN GHABHAIL
Déanann seo níos éasca do na tarrthálaithe tú a tharraingt as an uisce. ✓

Seanscéal!

An raibh a fhios agat go raibh seaicéid tarrthála ann níos mó ná 200 bliain ó shin in 1805? Chaith roinnt mairnéalaigh Shasanacha geansaithe cadáis le bloic adhmaid fuáilte isteach iontu ag Cath Trafalgar.

EOLAS SCANRÚIL!

GLACTAR LEIS GO SEACHNÓFAÍ SUAS LE 85% DE BHÁSANNA DÁ mBA RUD É GO mBEADH SEAICÉAD TARRTHÁLA Á CHAITHEAMH AG NA DAOINE A BHÍ AG BÁDÓIREACHT!

BÍ EOLACH FAOI BHÁID

B'FHÉIDIR NACH bhFUIL TÚ I gCEANNAS AR BHÁD. ACH IS FÉIDIR LEAT CINNTIÚ GO bhFUIL SÉ SÁBHÁILTE DUL ISTEACH ANN MÁ CHOINNÍONN TÚ SÚIL GHÉAR AMACH SULA dTÉANN TÚ AMACH AR AN TURAS. SEO ROINNT RUDAÍ TÁBHACHTACHA LE SEICEÁIL:

An riocht ginearálta ina bhfuil an trealamh, an chabhail, an t-inneall – an bhfuil an chuma orthu go dtugtar aire dóibh?

An bhfuil bealach eile gluaiseachta ann má theipeann ar an inneall e.g. seolta nó maidí rámha?

An bhfuil fearas garchabhrach agus comharthaí guaise ar bhórd?

An bhfuil raidió mara aige nó bealach éigin le teagmháil a dhéanamh leis an tír?

An bhfuil sé rólódáilte? Má tá sé, beidh sé míchothrom.

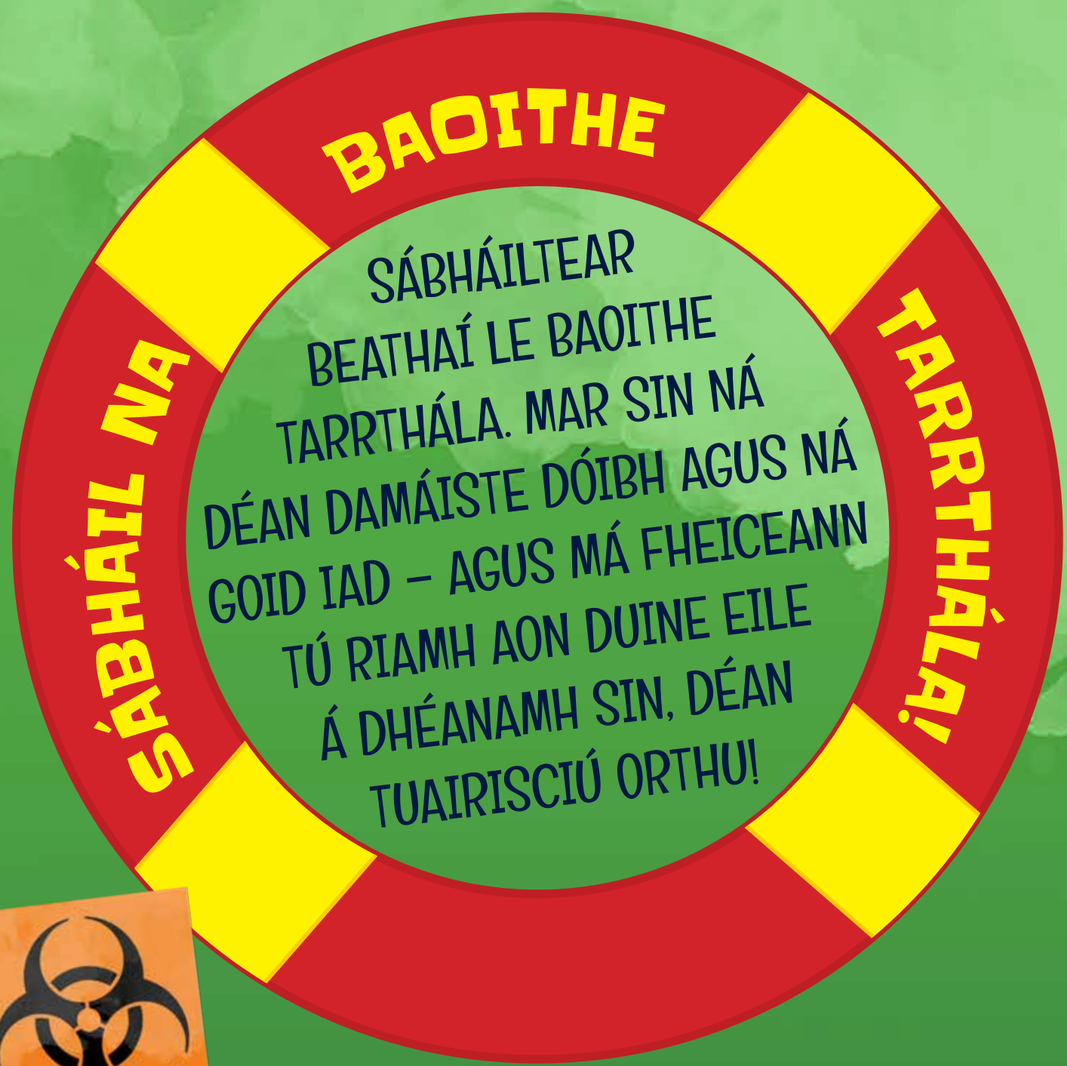
An bhfuil seaicéad tarrthála ag gach duine?

IS FURASTA É A DHÉANAMH LE TRAENÁIL!

IS CIALLMHAR AN RUD É TRAENÁIL BÁDÓIREACHTA A FHÁIL. IN 2004, THARLA 70% DE NA BÁSANNA SNA STÁIT AONTAITHE AR BHÁID INA RAIBH OIBRITHEOIR NACH RAIBH TAR ÉIS TRAENÁIL BÁDÓIREACHTA A FHÁIL.

DÁ BHRÍ SIN, DÁ EOLAÍ A BHÍONN TÚ IS É IS SÁBHÁILTE A BHEITH TÚ.

FÓCAS AR UISCEBHEALAÍ INTÍRE



CAD IS 'UISCEBHEALACH INTÍRE'? Abhainn, canál, loch, taiscumar nó uisce ar bith nach bhfuil salann ann. Bíonn dainséir éagsúla ag baint leo go léir. Seo roinnt de na cinn is tábhachtaí arbh fhiú súil a choimeád amach dóibh:

IS FÉIDIR LE BRUACH AIBHNEACHA AGUS SRUTHÁIN TITIM AS A CHÉILE go héasca faoi do chosa. Mar sin cuimhnigh ar 'SAC' – Seachain an Chiumhais!

Ní féidir fios a bheith agat cé chomh domhain is atá UISCE DOMHAIN. Mar sin ná téigh ag spágáil trasna abhann nó linn mar b'fhéidir go n-athródh an doimhneas go tobann.

Is féidir le GIOLCAIGH AGUS FIAILÍ uisce domhain a cheilt.

Is féidir le BRUSCAR ar nós seanrothar, trucailí agus gloine a bheith ag fanacht le tú a ionsaí faoin dromchla!

Is féidir le MEARSHRUTHANNA a bheith in aibhneacha, ar féidir leo tú a leagan agus a thabhairt chun siúil.

Is féidir le huisce nach mbogann in áiteanna ar nós clais ghairbhéil a bheith lán de FRÍDÍNÍ. Agus is féidir le huisce in aibhneacha agus canálacha a bheith an-salach chomh maith agus is féidir leo tinneas a thabhairt duit.

AN CANÁIL É – NÓ LEITHREAS NA bhFRANCACH?

Is breá le francaigh uisce. Tá siad sásta uisce ar bith a úsáid mar leithreas. Chuirfeadh sé déistin ort. Ach níos measa fós – tá Galar Weil sa mhún agus is drochthinneas ar fad é sin! Ní gá duit fiú é a shlogadh leis an ngalar a fháil. Is féidir leis dul isteach i do chorp trí chréacht i do chraiceann.

Mar sin féin, má tá uisce ag gluaiseacht go mear, is mó an seans go bhfuil sé glan.

CONAS CABHAIR A THABHAIRT:

NA CEITHRE SHAGHAS TARRTHÁLA

Má tá duine i dtrioblóid, tá ceithre bhealach ann inar féidir cabhair a thabhairt – gan dul isteach san uisce:

1. AG ÚSÁID DO GHUTHA

Glaoigh ar an duine, tarraing a (h)aird ort agus spreag é/í lena b(h)ealach a dhéanamh go dtí an bruach nó an trá.
Ag an am céanna, béic ar dhuine fásta le teacht chun cúnamh a thabhairt. Cuir in iúl do gach duine go bhfuil fíorfhadhb ann.

2. AG ÚSÁID BAOI THARRTHÁLA

Má tá Baoi Tarrthála ann, úsáid é!

Seas siar ón gciumhais, caith amach é chuig an duine i dtrioblóid, agus coinnigh greim maith ar dheireadh an rópa.

3. AG ÚSÁID RÓPA NÓ RUD ÉIGIN EILE

Seas siar ón gciumhais, caith amach an rópa. Fill an rópa thart ar do lámh le cinntiú nach sleamhnaíonn sé as do lámh..

Níl rópa ann? Úsáid craobh fhada, bata nó scuab nó aon rud a shroichfidh an duine. Le cinntiú go bhfanann tú sábháilte, luigh síos ar do bholg, ag cinntiú do ghualainn a choimeád siar ón gciumhais. Ansin sín amach an rud atá in úsáid agat.

4. AG ÚSÁID RUD SNÁMHACH

An bhfuil aon rud ann atá snámhach – is é sin, rud a shnámhann leis féin ar nós liathróide, nó soitheach folamh plaisteach dúnta? Ansin, caith amach chuig an duine é.

Lean ort ag caint leo ag rá leo cá bhfuil sé.

CUIMHNIGH – PÉ MODH A ÚSÁIDEANN TÚ, COINNIGH ORT AG GLAOCH LE CABHAIR DUINE FÁSTA A FHÁIL.

BAOIL A BHÍONN AG AIBHNEACHA

RUDAÍ AR CHEART SÚIL A CHOIMEÁD AMACH DÓIBH AR AIBHNEACHA AGUS SRUTHÁIN

CORAÍ

Is bacainn é cora a thógtar trasna ar abhainn len é a mhoilliú nó an sruth a athrú. De ghnáth bíonn fánaí acu ar a shníonn an t-uisce agus ansin déanann an t-uisce guairneán ag an mbun. Tá cuma shábháilte spraoiúil orthu má tú i gcanú nó i gcadhc – ach níl siad.

Is féidir leis an mbrú ag bun an uisce tú a tharraingt faoi – agus tú a choimeád ann! Mar sin, níor cheart duit riamh dul in aice le coraí ach amháin má tá tú le teagascóir traenáilte ar féidir leo múineadh duit cad atá le déanamh má sháinnítear tú.

SONRAÍ AISTEACHA ÉISCIÚLA

IS FÉIDIR LE CORAÍ BLOCÁIL A DHÉANAMH AR ÉISC AR NÓS BRADÁN AGUS IAD AG DÉANAMH A mBEALAIGH SUAS NA hAIBHNEACHA. MAR SIN IS MINIC A THÓGTAR 'DRÉIMIRE IASC' SA CHORA A ÚSÁIDEANN NA hÉISC LE LÉIM THAR AN mBAC.

FÁNSRUTHANNA

Tá sé soiléir ón ainm fánsruthanna a bhfuil i gceist anseo. Is fánaí nádúrtha ar leaba na habhann iad ar a shníonn an t-uisce go mear. Go ginearálta, is de charraig atá leaba na habhann déanta – agus gobann carraigeacha dainséaracha amach as an uisce. Mar sin, ar nós coraí, ba cheart duit i gcónaí na fánsruthanna a sheachaint muna bhfuil traenáil faighte agat ar conas déileáil leo.

SONRA FÁNSRUTHACH

TOISC GO mBÍONN AN t-UISCE I bhFÁNSRUTH AG GUAIRNEÁIL AGUS AG LÉIM THART, LÍONANN SÉ LE hAER AGUS FEABHSAÍONN SÉ SEO CAIGHDEÁN AN UISCE.

FOCAIL FOLÁIRIMH

BÍODH BRÍ NA gCOMHARTHAÍ AR EOLAS AGAT!

Bíonn comharthaí a thugann foláireamh ar dhainséir agus guaiseacha i gcónaí mar seo:

- Muileatach
- Cúlra buí
- Úsáidtear siombailí dubha

Mar shampla, ciallaíonn an comhartha seo: COSC AR THUMADÓIREACHT.

Bíonn comharthaí a deir leat rud a dhéanamh mar seo i gcónaí:

- Ciorclach
- Gorm
- Úsáideann siad siombailí nó cruthanna bána

Mar shampla, ciallaíonn an comhartha seo: CAITHFEAR

Bíonn comharthaí a thugann eolas tábhachtach i gcónaí mar seo:

BÁN LE LITREACHA DUBHA

CAD IS BRÍ LEIS NA COMHARTHAÍ AR FAD?

Feicfidh tú comharthaí éagsúla in aice leis an uisce. Ach an bhfuil a fhios agat cad is brí leo go léir? Bí cinnte go dtuigeann tú iad – is ar son na sábháilteachta iad.

Bíonn comharthaí a deir leat gan rud a dhéanamh i gcónaí mar seo:

- Ciorclach
- Taispeánann siad fáinne dearg le cúlra bán
- Úsáideann siad línte dearga agus siombailí nó cruthanna dubha

Mar shampla, ciallaíonn an comhartha seo: COSC AR SHNÁMH

Bíonn comharthaí a thugann eolas sábháilteachta i gcónaí mar seo:

- Glas le litreacha bána

Mar shampla, ciallaíonn an comhartha seo:
TÁ GUTHÁN ÉIGEANDÁLA ANSEO.

TÓG DÚSHLÁN NA gCOMHARTHAÍ

IS FÉIDIR LEAT NÓ LE DO MHÚINTEOIR ÍOSLÓDÁIL A DHÉANAMH AR LIOSTA IOMLÁN NA gCOMHARTHAÍ SÁBHÁILTEACHTA UISCE AG IWS.IE TRIAIL IAD A CHUR DE GHLANMHEABHAIR!

Signs_