

Vấn đề an toàn ở những nơi gần sông, nước

How to be safe in and around the water

Luôn để mắt theo dõi các em khi ở gần nước

Khi có trẻ em ở gần những nơi có nước, quý vị cần phải để tâm theo dõi. Theo các thống kê, trong số 3 em dưới năm tuổi lại có một em bị chết đuối khi lang thang gần những nơi có nước mà không có người chăm sóc.

Do đó, quý vị hay một người lớn có trách nhiệm nào khác cần lúc nào cũng để tâm theo dõi các em. Trong lúc bận rộn đọc sách hoặc đang nghỉ ngơi, thỉnh thoảng mới liếc mắt trông chừng các em quả thật không đủ. Khi rời hồ tắm, bồn tắm hoặc bờ biển, quý vị nên dắt các em theo với mình.

Sau đây là những việc cần phải làm để giữ an toàn khi ở nhà:

- Có ai chăm sóc em không?
- Quý vị đã tháo nước bồn tắm chưa?
- Nắp cái xô đựng tã để giặt đã đậy chưa?
- Quý vị có chắc chắn con em mình không vào được hồ tắm hay bồn tắm nước nóng (spa) không?
- Quý vị đã kiểm soát kỹ những nơi nguy hiểm chết người như cống rãnh (không có nắp đậy), hòn non bộ ở sau vườn, rạch hay đập nước chưa?

Khi ra biển, chỉ nên tắm giữa hai lá cờ đỏ và vàng

- Nhiều bãi biển có các nhân viên canh phòng (lifeguards) và nhân viên cấp cứu (lifesavers) giữ nhiệm vụ bảo đảm cho các người tắm biển được an toàn. Những nhân viên này thường mặc một loại đồng phục đặc biệt. Khi thi hành nhiệm vụ (hoặc đi tuần), họ thường cầm cờ (đỏ và vàng) trên bãi biển để hướng dẫn cho những người tắm một nơi an toàn để bơi hay trượt sóng.
- Quý vị nên luôn luôn bơi hay trượt sóng ở những nơi có sự hiện diện của nhân viên canh phòng hay nhân viên cấp cứu.
- Chỉ nên bơi trong khoảng giữa hai lá cờ đỏ và vàng. Cờ đánh dấu vùng an toàn cho người tắm hay bơi lội.
- Luôn luôn tắm ở những nơi có người để họ có thể theo dõi mình.
- Nên đọc kỹ những bảng hướng dẫn và làm theo sự hướng dẫn.
- Nếu không hiểu những bảng này nói gì hoặc những dấu hiệu trên bảng có nghĩa là gì, nên hỏi một người nào biết tiếng Anh giải thích cho mình.
- Nếu không biết chắc xuống nước có an toàn không, quý vị nên hỏi nhân viên canh phòng hay nhân viên cấp cứu.
- Đừng bao giờ nên xuống bãi tắm ngay sau khi vừa ăn xong.
- Đừng bao giờ nên xuống bãi tắm nếu đã uống rượu hay dùng ma túy.
- Đừng bao giờ nhảy xuống nước để tắm hay bơi mà không kiểm soát trước xem vùng nước đó sâu hay cạn.
- Nếu gặp rắc rối khi đang bơi, đừng hoảng sợ. Giơ một tay lên ra dấu cầu cứu, cố giữ cho người nổi trên mặt nước và chờ người đến giúp mình.
- Nên dùng kem phòng cháy nắng, mặc áo và đội mũ. Nhớ mỗi lần tắm xong nên thoa thêm kem phòng cháy nắng lần nữa.
- Sóng nước ở biển có thể đẩy quý vị ra xa bờ. Những chỗ này gọi là xoáy nước. Nếu để ý thấy chỗ mình đang tắm có dòng nước chảy ra biển, nước trông xoáy và đục ngầu, hai bên có nước trong, có thể đó là chỗ nước xoáy. Hai bên chỗ nước xoáy, sóng nước có thể lớn hơn và chảy hướng ra ngoài biển.

Đừng bao giờ tắm một mình

Luôn luôn tắm hay bơi với một người nào khác. Tình trạng dòng nước của sông và biển ở Úc thay đổi bất thường. Nếu gặp rắc rối trong lúc đang bơi hay ở gần những nơi có nước, quý vị cần có một người nào đó ở gần bên để giúp mình.

- Nên để ý đến dòng nước chảy xiết, những vật nằm ngầm ở dưới nước và chỗ nước sâu.
- Xem xét trước chỗ mình sắp bơi hay tắm. Hỏi thăm những người quen thuộc với địa thế trước khi xuống tắm.
- Tìm các bảng hướng dẫn về an toàn, đọc và làm theo đúng sự hướng dẫn của nhân viên canh phòng hay nhân viên cấp cứu. Nhờ một người biết tiếng Anh giải thích cho mình những hướng dẫn này.
- Trước khi xuống nước, nên kiểm soát độ sâu và nhiệt độ của nước. Quý vị có thể dùng một cây sào hay cây gậy để kiểm soát độ sâu của hồ hay sông.
- Đừng đứng quá sát gần bờ sông hay bờ hồ vì những chỗ này có thể rất trơn trượt.
- Đừng đi bơi nếu đã uống rượu hay dùng ma túy.
- Nếu xuống nước thấy lạnh, lên bờ ngay.
- Nếu thấy mình có thể bị chết đuối, luôn luôn bình tĩnh, giơ tay lên làm hiệu kêu cứu, giữ cho cơ thể nổi trên mặt nước và chờ người tới cứu.
- Nếu có ý định đi chơi hay nghỉ mát gần những nơi có nước, nên mang theo dây thừng. Nó có thể giúp cứu người chết đuối.
- Nếu thấy ai đó sắp bị chìm, dùng vói nhảy xuống cứu ngay. Tìm một cái sào hay sợi dây thừng ném xuống nước cho họ bám.

Làm hàng rào chung quanh hồ tắm

Thống kê cho thấy trong số những em dưới năm tuổi bị chết đuối, 50% bị chết trong hồ bơi hay bồn tắm nước nóng (spa) ở nhà.

- Những người trong nhà có hồ tắm phải làm hàng rào và cổng có gắn chốt tự đóng lại được. Hội đồng hành chánh tại địa phương có thể hướng dẫn thêm cho quý vị về vấn đề cổng an toàn.
- Không bao giờ để cổng vào hồ tắm mở cả.
- Kiểm soát thật cẩn thận chung quanh hàng rào để nắm chắc không có vật gì (thang, ghế, v.v...) có thể giúp các em leo qua hàng rào được.

Tập bơi để tự cứu mạng mình.

Hiện có các lớp dạy bơi nhằm giúp cho trẻ em và người lớn cảm thấy tự tin khi ở dưới nước và hướng dẫn cho người học những biện pháp an toàn.

Biết bơi là một khả năng hết sức quan trọng đối với mọi người.

Tuy nhiên, dạy cho trẻ em biết bơi không có nghĩa là người lớn đã hết bổn phận. Nên nhớ quý vị lúc nào cũng phải để tâm theo dõi khi các em đang ở dưới nước hoặc ở gần những nơi có nước.

Trên thuyền lúc nào cũng phải có phao hay áo phao (lifejackets)

Hàng năm, ở tiểu bang NSW có một số người bị thiệt mạng trong các tai nạn ghe, thuyền và đa số bị thiệt mạng là vì không mang những dụng cụ nổi cá nhân (personal flotation device) chẳng hạn như áo phao.

- Quý vị nên kiểm soát thuyền cẩn thận để bảo đảm trên thuyền có các dụng cụ an toàn trước khi ra khơi
- Điểm quan trọng mà quý vị cần nhớ là tất cả các dụng cụ an toàn phải ở trong tình trạng tốt và được chuẩn bị sẵn để xử dụng. Những dụng cụ này được dùng để cứu mạng người.
- Áo phao hay áo nổi có lẽ là dụng cụ an toàn duy nhất và quan trọng nhất cần có sẵn trên các thuyền bè và cần đầy đủ để mọi cá nhân đều có thể xử dụng. Nên cất các áo phao (lifejackets) ở nơi nào thuận tiện nhất để mọi người có thể lấy ra dùng khi khẩn cấp, và bảo đảm là trái sáng báo động cấp cứu (distress flare) chưa hết hạn.
- Khi đang ngồi trên thuyền trẻ em và những người bơi không mấy giỏi lúc nào cũng nên mặc áo phao.

Nên cẩn thận khi đi câu trên các ghềnh đá.

Có nhiều người đã bị chết đuối khi đi câu trên các ghềnh đá.

- Nên chọn những địa điểm an toàn nhất và nên bỏ thì giờ xem xét tình trạng của ghềnh đá và thủy triều.
- Nên tìm hiểu về giờ thủy triều lên xuống và tình hình thời tiết. Trước khi đi câu, quý vị nên nghe dự báo thời tiết trên đài phát thanh. Nếu tin khí tượng cho biết thời tiết có thể thay đổi, nên chọn một ngày khác đi câu cho an toàn hơn.
- Đừng bao giờ đi câu một mình cả.

- Nên mặc quần áo gọn, nhẹ và mặc áo phao để phòng trường hợp nếu có bị sóng kéo khỏi ghềnh đá, quý vị vẫn nổi như thường và không bị quần áo nặng chịu nước kéo chìm. Đồng thời, quý vị còn nên đội nón an toàn (head protection). Nhiều bằng chứng cho thấy những người bị chết đuối đồng thời cũng bị các vết thương ở đầu.
- Nên mang giày đế không trơn trượt hoặc đế có dán cao su (cleats) để tránh bị trượt. Loại cao su gắn vào đế giày dùng để leo ghềnh đá (rock plates hay cleats) rất hữu ích trên mặt đá trơn ướt hay có bám rêu.
- Luôn luôn để ý coi chừng các ngọn sóng lớn.
- Nếu không bơi giỏi lúc đi câu, quý vị nên mặc áo phao cho an toàn.
- Nên mang theo cái phao và dây thừng để phòng trường hợp có người nào đó bị nước cuốn đi.