



Warszawa, dnia 3 września 2012 roku

## II edycja Ogólnopolskiego Tygodnia Małego Pływaka

**W dniach 17-23 września 2012 roku rusza II edycja Ogólnopolskiego Tygodnia Małego Pływaka, organizowanego w ramach akcji „Pływajcie zdrowo – reszta zajmie się Huggies Little Swimmers”. Na 50 pływalniach Przyjaznych Maluchom, które biorą udział w akcji, wykwalifikowani instruktorzy będą prowadzić nieodpłatne zajęcia dla maluszków i ich rodziców, ucząc jak ciekawie i aktywnie, a przede wszystkim bezpiecznie spędzać czas z dzieckiem w wodzie. Partnerem merytorycznym projektu jest Wodne Ochotnicze Pogotowie Ratunkowe, a handlowym Tesco.**

W Polsce, w porównaniu z innymi krajami, infrastruktura pływalni jeszcze ciągle raczkuje, choć w ostatnich latach widać poprawę sytuacji. Coraz częściej samorządy lokalne w planach zagospodarowania w priorytetowych inwestycjach lokują budowę obiektów sportowych, w szczególności krytych pływalni. Ich liczba z roku na rok rośnie. Według danych Głównego Urzędu Statystycznego w 2005 roku było ich 916 a do 2015 roku estymuje się wzrost tej liczby do 1400 obiektów na terenie naszego kraju. Rozwój infrastruktury daje coraz większe możliwości, rośnie liczba szkółek pływania niemowląt, a wraz z akcją „Pływajcie zdrowo” coraz więcej rodziców wraz z maluchami rozpoczyna przygodę z wodą. W Polsce tylko 11% rodziców uczęszcza z dziećmi na pływalnię (Millward Brown SMG/KRC kwiecień 2012), w krajach Europy Zachodniej (np. Wielka Brytania, Francja, Hiszpania) ten udział kształtuje się w okolicach 80%. Stąd właśnie tak istotna jest edukacja rodziców w tym zakresie. W krajach takich jak: Anglia, Australia, Francja, Holandia, Japonia, Niemcy, Rosja czy USA nauczanie pływania niemowlaków jest praktykowane od wielu lat. Udział w zajęciach na pływalni, to nie tylko forma aktywnego spędzania czasu z dziećmi, ale także stymulacja do prawidłowego rozwoju dziecka i w przyszłości zwiększenia jego bezpieczeństwa nad wodą.

W trakcie II Ogólnopolskiego Tygodnia Małego Pływaka instruktorzy bezpłatnie będą uczyć rodziców zasad poruszania się w wodzie, bezpieczeństwa, asekuracji i technik trzymania malca. Takie zajęcia to również doskonała podstawa do dalszej nauki pływania w starszym wieku. Jak podkreśla Prezes WOPR Jerzy Telak – *Umiejętność pływania powinien posiadać każdy, a im szybciej zaczniemy pewnie czuć się w wodzie, tym będziemy bezpieczniejsi. Tymczasem statystyki są nieubłagane – co 3 Polak nie umie pływać. To bardzo niepokojące dane, dlatego kontakt z wodą od małego jest bardzo ważny, dziecko nabiera dobrych nawyków, które mogą nawet uratować życie naszej pociechy.*

W ubiegłorocznych 2 akcjach odbywających się w ramach projektu, **wzięło udział blisko 6 tys.** rodziców i dzieci w wieku od 3 miesięcy do 3 lat. W tym roku w Ogólnopolskim Tygodniu Małego Pływaka weźmie udział 50 placówek w całej Polsce. Lista Basenów Przyjaznych Maluchom dostępna jest na stronie **[www.plywajciezdrowo.pl](http://www.plywajciezdrowo.pl)**.

Akcję wspierają prezenterki Maja Popielarska i Paulina Chylewska. Prezenterka TVP jest prywatnie mamą 5-letniej Leny i 8-miesięcznej Niny. *Pływanie z niemowlakiem to jedno z najfajniejszych doświadczeń macierzyństwa. Dla dziewczynek to przede wszystkim super okazja do zabawy, ochlapania rodziców i okiełznania przestrzeni znacznie większej niż wanna. Szczerze polecam każdemu zajęcia na basenie!*

Pływanie niemowląt popierają eksperci. Dr. Magdalena Szkiłładź-Skiba, która jest mamą czwórki dzieci, wyjaśnia – *Naukę pływania najlepiej rozpocząć już od 3-go miesiąca życia dziecka, o ile maluch jest zdrowy i lekarz nie stwierdził żadnych przeciwwskazań. Pływanie ma istotny wpływ na prawidłowy, ogólny rozwój naszych pociech – woda usprawnia zmysł równowagi, ma dobroczynny wpływ na koordynację nerwowo-mięśniową, ale również na psychiczny rozwój dziecka. Nowa sytuacja skłania niemowlę do szybkiej adaptacji i walki ze stresem. Ponadto, zajęcia na basenie dostarczają dzieciakom wiele przyjemności i z doświadczenia wiem, że dla rodziców to także miła odmiana.*

### **Dlaczego warto pływać z dzieckiem?**

*Dzieci, którym od pierwszych miesięcy życia towarzyszy woda, zaczynają szybciej chodzić, są zdrowsze i sprawniejsze. Poprzez bliskość rodziców, kolorowe zabawki, ciepłą wodę, dzieciaki są odważniejsze, ciekawsze świata i pełne radości, dzięki czemu z łatwością odnajdują się w nowym środowisku i wśród innych dzieci – przekonuje Anna Kuli, instruktorka pływania niemowląt ze szkółki Bąbelki Pływają.*

Co ciekawe, na pływalni przychodzi coraz więcej ojców ze swoimi pociechami. Panowie twierdzą, że te zajęcia pogłębiają ich relacje z dzieckiem, ponieważ to jest moment, kiedy widzą, że ich pociecha obdarza właśnie ich całkowitym zaufaniem i czują się jeszcze bardziej potrzebni.

### **Dodatkowe HAPPY HOURS**

Poza II Ogólnopolskim Tygodniem Małego Pływaka, odbędą się również zajęcia w ramach promocji HAPPY HOURS, która obejmuje wybrane Baseny Przyjazne Maluchom – ich lista znajduje się na [www.plywajciezdrowo.pl](http://www.plywajciezdrowo.pl). Wystarczy przyprowadzić znajomego rodzica z dzieckiem, aby wspólnie skorzystać z 50% zniżki na wejście na basen.

### **Jakie pieluszki wybrać do pływania?**

Najlepszym rozwiązaniem będą jednorazowe majteczki do pływania Huggies Little Swimmers. Posiadają one unikalny wkład chłonący, który nie pęcznieje w wodzie, dzięki temu szkraby będą mogły swobodnie ich używać i jednocześnie bawić się tam, gdzie w tradycyjnej pieluszce nie miały wstępu. Wygodę i bezpieczeństwo dziecka zapewnia wyjątkowa konstrukcja pieluszki. Jej wyprofilowane falbanki zapobiegają przeciekaniu, a elastyczne boki łatwo dopasują się do talii dziecka. Natomiast uniwersalne zapięcia ułatwią ich zdejmowanie i zakładanie.

Szczegółowe informacje o całej akcji można odnaleźć na stronie [www.plywajciezdrowo.pl](http://www.plywajciezdrowo.pl), oraz na profilu [www.facebook.com/HuggiesPolska](https://www.facebook.com/HuggiesPolska), gdzie na bieżąco można śledzić informacje o projekcie ale także zobaczyć jak inni, dumni rodzice regularnie dzielą się swoimi wrażeniami. Pełna gama pieluszek do pływania jest dostępna na terenie całego kraju w sieci handlowej Tesco, która została partnerem akcji „Pływajcie zdrowo – resztą zajmie się Huggies Little Swimmers”.

### **PŁYWANIE Z NIEMOWLĘTAMI - KILKA CENNYCH WSKAZÓWEK:**

- Przed pierwszą wizytą na pływalni skonsultuj się z pediatrą
- Bezpośrednio przed zajęciami na basenie nie karm dziecka
- Przed wejściem do basenu oblej maluszka wodą pod prysznicem
- Przy wchodzeniu do wody, trzymaj dziecko przytulone do siebie, będzie mu łatwiej przyzwyczać się do nowego środowiska
- Powrzucaj do wody kolorowe zabawki, niemowlę chętniej będzie podnosiło główkę

**UWAGA:**

Każda pływalnia, która bierze udział w akcji została zweryfikowana przez ekspertów i spełnia kryteria dotyczące czystości, bezpieczeństwa i odpowiedniej temperatury wody. Posiada również szatnie przystosowane dla rodziców z małymi dziećmi.

Więcej informacji udziela Karolina Kowalska

tel.: 500 466 188

media@plywajciezdrowo.pl

**PARTNERZY AKCJI**

