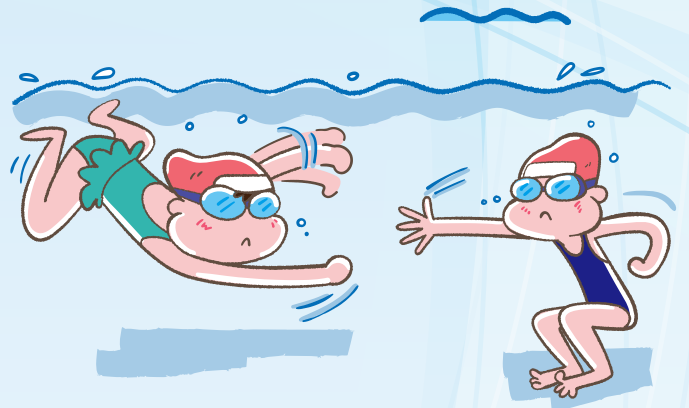


# पानी से सुरक्षा सम्बन्धी नियम



## बच्चों के लिए

तैरना सीखो  
अकेले कभी मत तैरना  
सुनिश्चित करो कि नीचे तल दिखाई दे रहा है  
लाइफ वेस्ट या लाइफ जैकेट पहनो  
बच्चों के लिए निर्दिष्ट और निगरानी किए जाने वाली जगह में रहो  
पूल में गोता मत लगाओ, अपनी सांस मत रोको  
लहरों और पूल का पानी निकास होने वाली जगह से दूर रहो

## वयस्कों के लिए

तैरना सीखें  
पानी में बच्चों को कभी भी निगरानी के बिना न छोड़ें  
अपने बच्चों को स्विमिंग लेसन (Swimming lessons)  
दिलवाएं  
सीपीआर (CPR) करना सीखें  
अगर आप अच्छे तैराक नहीं हैं तो लाइफ वेस्ट या लाइफ  
जैकेट पहनें

