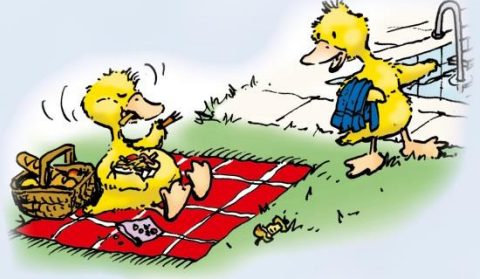


قواعد الاستحمام

اذهب إلى الاستحمام فقط عندما تكون على ما يُرام. قم بتجفيف نفسك واستحم، قبل أن تنزل إلى الماء.



تمامًا لا تنزل أبدًا إلى الماء ومعدتك ممتلئة أو خاوية تمامًا.



لا تطلب النجدة أبدًا إذا لم تكن في خطر فعلاً، لكن ساعد الآخرين عندما يحتاجون إلى العون.

ف إذا لم تكن سباحًا فقط حتى يصل نزل



لا تتبالغ في تقدير نفسك وقوتك.

لا تستحم في الأماكن التي تسير فيها السفن والقوارب.



في حالة العواصف الرعدية يكون الاستحمام خطرًا على الحياة. غادر المياه فورًا وابحث عن مبنى ثابت.



حافظ على نظافة المياه ومحيطها، وقم بإلقاء المخلفات في سلة المهملات.

وسائل المساعدة من أطواق النجاة القابلة للنفخ لا توفر لك الأمان في المياه.



في المياه فقط عندما تكون عميقة بما يكفي. يكفي وخالية.