

- 1- پدرها و مادرها و یا مراقبین بچه ها میبایست در اطراف یا داخل آب کودکان را بفاصله قابل دسترس خود نگهدارند.
- 2 - افراد می بایست همیشه با یک همراه شنا کنند.
- 3- راه یافتن به استخرهای واقع در حیاط را با گذاردن نرده در چهار طرف آن کنترل نموده و محدود نمایید.
- 4- فرزندان خود را در کلاسهای آموزش شنا ثبت نام کنید.
- 5- در کنار استخر یا ساحل دریا حتما جلیقه نجات به تن کودکان ببوشانید.
- 6- یک غریق نجات برای استخر حیاط و یا ساحل دریا معین نمایید.
- 7- استخرها و سواحلی را برای شنا انتخاب کنید که تحت نظارت غریق نجات میباشند.
- 8- **برای محافظت از گردن خود با پا وارد آبی که عمق آن را نمی دانید بشوید**
- 9- زمانیکه استخرهای کودکان و سطلهای آب مورد استفاده نیستند آب آنها را خالی نموده و آنها را بحالت وارونه قرار دهید.
- 10- حتما آموزش بگیرید. اگر شما استخر ویا ویلای کنار دریا دارید سعی کنید تمامی افراد خانواده روشهای نجات و کمکهای اولیه را یاد بگیرند.