

1. लाल और पीले झंडों के बीच तैरें

यह झंडे सर्फ जीवन-रक्षकों और जीवन-प्रहरियों द्वारा पर्यवेक्षित क्षेत्र को इंगित करते हैं।

2. अपना हाथ उठाएं

यदि आपको पानी में सहायता की आवश्यकता हो, तो अपना हाथ उठाएं और सहायता के लिए पुकारें।

संयम रखें, अपने शरीर को पानी की सतह पर बनाए रखें और सहायता की प्रतीक्षा करें।

3. सुरक्षा चिह्न

सुरक्षा चिह्नों के लिए ध्यान रखें क्योंकि वे आपको समुद्र-तट पर खतरों के प्रति सचेत करते हैं।

4. जीवन-रक्षक से पूछें

समुद्र-तट पर सुरक्षा या तैराकी करने के स्थानों के बारे में किसी जीवन-रक्षक से पूछें।

5. किसी मित्र के साथ तैरें

जब आपके वच्चे पानी में हों, तो हमेशा उन पर नज़र रखें।

- यदि आप किसी समस्या में हों या किसी अन्य व्यक्ति को समस्या में देखें, तो सर्फ जीवन-रक्षक/जीवन-प्रहरी का ध्यान आकर्षित करें या 000 पर दूरभाष से संपर्क करें।

स्मरण रखने योग्य अन्य बातें

1. इसका हमेशा ध्यान रखें कि आप पानी में खड़े हो सकते हैं और समुद्र-तल का स्पर्श कर सकते हैं।
2. भोजन करने के तुरंत बाद न तैरें।
3. केवल दिन के प्रकाश में ही और उन समुद्र-तटों पर तैरें जहाँ जीवन-रक्षक/जीवन-प्रहरी उपस्थित हों।
4. मदिरा-पान के बाद न तैरें।
5. पानी में कभी न कूदें।

झंडे नहीं - तैराकी नहीं

यदि हम आपको देख नहीं सकते हैं - तो हम आपकी रक्षा नहीं कर सकते हैं