

1. BERENANG DI ANTARA BENDERA MERAH DAN KUNING

Bendera-bendera ini menandakan area yang diawasi oleh penolong dan pengawal pantai.

2. ANGKAT LENGAN ANDA

Jika anda memerlukan bantuan di laut, angkat lengan anda dan teriak tolong.

Tenangkan diri anda, mengapung dan tunggu bantuan.

3. TANDA-TANDA KEAMANAN

Perhatikan tanda-tanda keamanan karena tanda-tanda ini menerangkan kepada anda bahaya-bahaya di pantai.

4. TANYA KEPADA PENOLONG DI PANTAI

Tanya kepada penolong di pantai tentang keamanan di pantai atau di mana anda berenang.

5. BERENANG BERSAMA TEMAN

Perhatikan anak-anak anda setiap saat sewaktu mereka berenang.

- Jika anda dalam keadaan bahaya atau melihat seseorang dalam keadaan bahaya, panggil penolong/pengawal pantai atau telpon 000.

HAL-HAL LAIN YANG PERLU DIINGAT

1. Pastikan anda dapat berdiri dan menyentuh dasar laut.
2. Jangan langsung berenang setelah anda makan.
3. Hanya berenang pada siang hari dan di pantai-pantai yang dijaga oleh penolong/pengawal pantai.
4. Jangan berenang setelah minum alkohol.
5. Jangan lompat atau menyelam ke dalam laut.

**TANPA BENDERA – JANGAN BERENANG
JIKA KAMI TIDAK DAPAT MELIHAT ANDA -
KAMI TIDAK BISA MENYELAMATKAN ANDA**