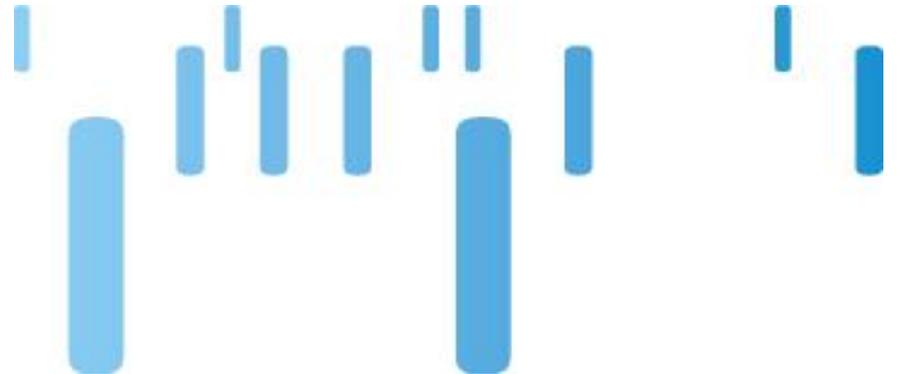


lyondellbasell

जल सुरक्षा

life/beats



सुरक्षित रहें पानी में और बाहर

- चाहे आप गर्म मौसम में रहते हों या गर्मियों के दौरान मुख्य रूप से आउटडोर गतिविधियों का आनंद लें, तैराकी और पानी परिवार के मज़ेदार हिस्से का एक बड़ा हिस्सा होने की संभावना है।

सुरक्षा के महत्व को अतिरंजित नहीं किया जा सकता।

- विश्व स्वास्थ्य संगठन के अनुसार:
- डूबना अनजाने मृत्यु की दुनिया का तीसरा प्रमुख कारण है।
- अनुमानित 372,000 मौत सालाना ।
- मृत्यु की उच्चतम दर बच्चों में 1-4 आयु वर्ग के बीच में है ।



सुरक्षित रहें पानी में और बाहर

- हालांकि कई लोग पूल और समुद्र तट पर और आसपास के सुरक्षा के महत्व के बारे में जानते हैं, इसके अतिरिक्त माता-पिता को बाथटब के पास और यहां तक कि स्नान के समय के दौरान अपने बच्चों की निगरानी करने की आवश्यकता होती है।

अधिकांश डूबने और लगभग डूबने जा रहा वाली घटनाएं तब होती हैं जब एक बच्चा पूल में गिर जाता है या बाथटब में अकेला छोड़ दिया जाता है।

छोटे बच्चे डूब सकते हैं

पानी के 1 इंच जितना कम हो



यह सिर्फ बच्चे नहीं है ...

- वयस्कों के साथ जल सुरक्षा का अभ्यास किया जाना चाहिए। बहुत से लोग तैर सकते हैं लेकिन हर किसी में पानी की सुरक्षा के महत्वपूर्ण पहलुओं को पालन करने की क्षमता नहीं है ।

- महत्वपूर्ण पानी की सुरक्षा में कौशल शामिल करें:
- फ़्लोटेशन डिवाइस के बिना एक मिनट के लिए फ़्लोटिंग या ट्राइडिंग पानी में करें ।
- अपने सिर से पानी में घुसने या कूदते हुए और सतह पर वापस आइए ।
- पानी चलाना या एक पूर्ण चक्र में तैरते हुए और फिर पानी से बाहर जाना चाहिए ।
- सीढ़ी का उपयोग किए बिना पूल से बाहर निकलना ।
- बिना रुके 25 गज की तरफ तैरना ।



बच्चों और वयस्कों के लिए निर्देश

- अपने बच्चे को हमेशा देखिए जब शिशु लड़का या शिशु लड़की तैराकी या पानी के आसपास स्नान कर रही हैं।
- बच्चा पानी में प्रवेश करने से पहले सब कुछ जरूरी (तौलिया, स्नान खिलौने, सनस्क्रीन) इकट्ठा करें, अगर आपको क्षेत्र छोड़ना है, तो बच्चे को अपने साथ ले जाएं ।
- प्लवनशीलता उपकरणों के बजाय सुखाने योग्य जीवन जैकेट का उपयोग करें, लेकिन याद रखें कि कोई भी बच्चा अभी भी जीवनजेट के साथ डूब सकता है अगर सावधानी से नहीं देखा गया हो ।
- नौकायन करते समय, कायाकिंग या नौकायन जीवन जैकेट पहनते हैं ।
- हमेशा एक दोस्त के साथ तैरना चाहिए ।
- अपने बच्चे के लिए उम्र के उपयुक्त तैरने की मार्गदर्शिका खोजें, लेकिन ध्यान रखें कि गाइड आपके बच्चे को "डूबा-प्रूफ" नहीं बनाते हैं ।
- सीपीआर जानें ।



References

- [American Red Cross](#) – Water Safety
- [Safe Kids Worldwide](#) – Water Safety in the Home
- [World Health Organization](#) – Fact Sheet
- [CDC](#) – Unintentional Drowning