

BADEREGELN

MAXIMES DE LA BAIGNADE

REGOLE PER IL BAGNANTE



Kinder nur begleitet ans Wasser lassen – kleine Kinder in Griffnähe beaufsichtigen!

Les enfants au bord de l'eau doivent toujours être accompagnés – les petits enfants doivent être gardés à portée de main!

Non lasciare bambini incustoditi vicino all'acqua – tenere i bambini piccoli sotto controllo, a portata di mano!



Nie alkoholisiert oder unter Drogen ins Wasser!
Nie mit vollem oder ganz leerem Magen schwimmen.

Ne jamais se baigner après avoir consommé de l'alcool ou des drogues. Ne jamais nager l'estomac chargé ou en étant à jeun.

Non entrare mai in acqua dopo l'assunzione di bevande alcoliche o altre droghe! Non nuotare mai a stomaco pieno o completamente vuoto.



Nie überhitzt ins Wasser springen! – Der Körper braucht Anpassungszeit.

Ne jamais sauter dans l'eau après un bain de soleil prolongé! Le corps a besoin d'un temps d'adaptation.

Non tuffarti sudato in acqua: il tuo corpo deve gradualmente abituarsi!



Nicht in trübe oder unbekannte Gewässer springen! – Unbekanntes kann Gefahren bergen.

Ne pas plonger ni sauter dans des eaux troubles ou inconnues! – L'inconnu peut cacher des dangers.

Non tuffarti in acque turbide o sconosciute: le situazioni sconosciute presentano pericoli.



Luftmatratzen und Schwimmhilfen gehören nicht ins tiefe Wasser! – Sie bieten keine Sicherheit.

Les matelas pneumatiques ainsi que tout matériel auxiliaire de natation ne doivent pas être utilisés en eau profonde! – Ils n'offrent aucune sécurité.

Materassini e oggetti gonfiabili ausiliari per il nuoto non devono essere usati in acque profonde: essi non danno alcuna sicurezza.



Lange Strecken nie alleine schwimmen! – Auch der besttrainierte Körper kann eine Schwäche erleiden.

Ne jamais nager seul sur des longues distances! – Même le corps le mieux entraîné peut avoir une défaillance.

Non nuotare lunghe distanze da solo: anche il corpo meglio allenato può subire debolezze.



الخطر على الحياة

6 قواعد للسباحة في حمامات السباحة:



عدم القفز في الماء أثناء ارتفاع درجة الحرارة! - الجسم يحتاج إلى وقت للتكييف.



عدم السباحة أبداً في الماء بعد تناول الكحول أو تحت تأثير المخدرات! عدم السباحة أبداً في الماء بمعدة خالية أو فارغة تماماً (أثناء الجوع).



السماح للأطفال بالسباحة في الماء فقط بمرافقة الكبار - يتم الإشراف على الأطفال الصغار!



عدم السباحة لمسافات طويلة أبداً عندما تكون بمفردك! - حتى الجسم المدرب بشكل جيد قد يعاني من ضعف.



عدم استخدام العوامات أو وسائل المساعدة في السباحة في المياه العميقة! - هي لا توفر الأمان.



لا تقفز في المياه العكرة أو غير المعروفة! - المياه غير المعروفة يمكن أن تكون خطيرة.



مقررات استخر

۶ مقررات استخر SLRG



هرگز با بدن بسیار گرم به داخل آب
شیرجه نزنید! بدن برای عادت کردن
احتیاج به زمان دارد.



بعد از مصرف الکل و یا مواد مخدر
هرگز داخل آب نشوید! هرگز با معده
پر و یا کاملاً خالی شنا نکنید.



بچه ها فقط با همراه وارد آب شوند –
بچه های خردسال را از نزدیک
مواظب باشید!



مسیر های طولانی را هرگز به تنهائی
شنا نکنید! بهترین بدن آماده نیز
ممکن است ضعیف شود.



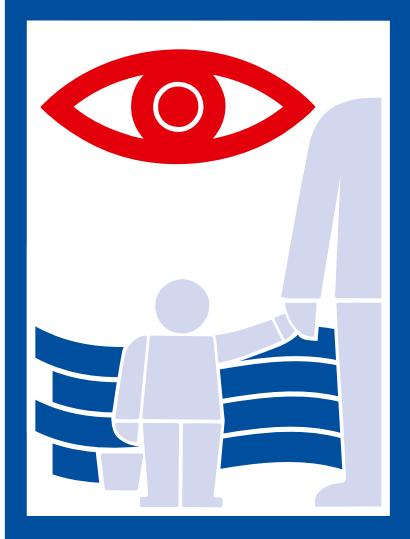
تشک های بادی و وسائل کمکی شنا
را به داخل آب عمیق نبرید! آنها
امنیتی برای شما بوجود نمی آورند.



داخل آب کدر و یا آب های ناآشنا
شیرجه نزنید! آب های غریب و ناآشنا
خطرناک هستند.

DANGER TO LIFE!

6 SWIMMING SAFETY RULES:



Only allow children near water if supervised – young children should be kept within arm's reach!



Never go into the water if you are under the influence of alcohol or drugs! Never swim with a full or very empty stomach.



Never jump into the water if you are overheated! – Your body needs time to adjust.



Do not dive into cloudy or unknown areas of water! – The unknown can be dangerous.



Airbeds and swimming aids should not be used in deep water! – They do not offer any protection.



Never swim long distances alone! – Even the best swimmer can experience an attack of weakness.

PERIGO DE VIDA!

6 REGRAS DE BANHO:



Deixar crianças na água apenas acompanhadas – supervisionar as crianças pequenas ao seu alcance!



Nunca entrar na água embriagado ou drogado! Nunca nadar com o estômago cheio ou completamente vazio.



Nunca mergulhar de repente! – O corpo precisa de tempo para se adaptar.



Não mergulhe em águas turvas ou desconhecidas! – Podem ser perigosos.



Colchões e auxílios para nada não podem ser usados em águas profundas! – Não oferecem segurança.



Nunca nadar durante longas distâncias! – Pode dar a fraqueza mesmo ao corpo mais em forma.

OPASNOST PO ŽIVOT!

6 PRAVILA KUPANJA:



Deca mogu u vodu samo sa pratrnjom – držite za ruku malu decu!



Nikada ne ulazite u vodu pod dejstvom alkohola i lekova/ droga! Nikada ne plivajte sa punim ili potpuno praznim stomakom.



Nikada ne skačite u vodu pregrejani! – Telu treba vremena da se adaptira.



Ne uskačite u zamućenu ili nepoznatu vodu! – Nepoznato može da bude opasno.



Dušecima i pomagalima za plivanje nije mesto u dubokoj vodi! – Ne pružaju bezbednost.



Nikada ne plivajte sami na duže staze! – Čak i najspremније telo može da se iscrpi.

HALISTA NOLOSHA!

6 SHARCIYADA BADBAADADA DABAASHA:



Kaliya u ogolaw carruurta dhinaca biyaha haddii lala jiro – carruurta yar waa in lagu hayaa meel ay gacantu gaareysol.



Weligaa biyaha ha galin haddii aad qamri cabsantahay ama daroogo! Weligaa haku dabaalan calool buuxdo iyo mid madhan.



Weligaa haku boodin biyaha haddii aad kulaato! – Jirkaaga wuxuu u baahanyahay waqtii uu ku saxmo.



Ha quusin meel ciiro leh ama meelo aan lagaraneyn ee biyo ah! – Meesha aan lagaraneyn waxay noqon kartaa halis.



Sariirta neefaysan iyo gargaarka dabaasha haku isticmaalin biyaha qotada dheer! – Maku siinayaan wax badbaado ah.



Weligaa hadabaalan masaafo dheer kaligaa! – Xitaa dabaal yahanka ugu wanaagsan wuxuu la kulmi karaa weerar tabar darro ah.

உயிருக்கு ஆபத்தானது!

6 நீச்சல் பாதுகாப்பு விதிகள்:



மேற்பார்வையின் கீழ் மட்டுமே
குழந்தைகளைத் தண்ணீருக்கு
அருகில் அனுமதிக்கவும் – இளம்
குழந்தைகள், கைக்கு எட்டும்
தாரத்திலேயே இருக்குமாறு
பார்த்துக்கொள்ளுங்கள்!



மது அல்லது போதைப்
பொருட்கள் உட்கொண்டிருந்தால்
ஒருபோதும் தண்ணீருக்கு அருகில்
செல்ல வேண்டாம்! வயிறு
நிரம்பியுள்ள நிலையில் அல்லது
வயிறு காலியாயுள்ள நிலையில்
நீச்சலடிக்காதீர்கள்.



அதிகம் குடேறி இருந்தால்
ஒருபோதும் தண்ணீருக்குள்
இறங்காதீர்கள்! – உங்கள்
உடல் ஒத்துப்போவதற்குச் சற்று
நேரமாகும்.



தண்ணீரில் மங்கலாக
இருக்கின்ற அல்லது தெரியாத
பகுதிகளுக்குள் குதிக்க
வேண்டாம்! – தெரியாத இடம்
ஆபத்தானதாக இருக்கலாம்.



ஆழமான பகுதிகளில்
காற்றுப்பைகளையோ நீச்சல்
உபகரணங்களையோ
பயன்படுத்தக் கூடாது! –
அவற்றின் மூலம் பாதுகாப்பு
பெற முடியாது.



ஒருபோதும் நீண்ட தூரம்
தனியாக நீந்த வேண்டாம்! –
சிறந்த நீச்சல் வீரருக்குக் கூட
சோர்வு ஏற்படலாம்.

ንዢውት አራተኞች

6 አገታት ወሳነነት ምክንባል:



ከለም ሆኖታ ብሔራን ዓይነት
ና ፍቃድ መካከል, በታ ከፍርማ
አለምም - ዕጋዊ በበላ ሆኖታ
በደንብ ዓይነት ክፍያዎች
ይሞላል::



መስተ አገልግሎት ግዢ ካ
መድሃኒት አገልግሎት
ከተከተለበት አፈጻጸም
ከብ ዓይነት ገልፏ, በረዳዊ ወይ
አገልግሎት ተረጋግጧት ታምህርን
አይተኩል::



እናን አካላት ምስጥሮስልዕክ ፍቃድ
መካከል, ልማድ ገንዘብ
አይተኩል! ምስጥሮስ መቅት
አካላት ምስ ክባቢ, ተከመኅራል
ግዢ የድልም እየ::



አገልግሎት ወይ በረታታልው
ማይ በንቀሳቸው አይተኩል!
ከመክፈ, ስዕስት ክበደ ከኩውን
ስለ ብቻልል::



አገልግሎት ወይ በረታታልው
አገልግሎት አይተኩል! - ምስጥሮስ እና
ገንዘብ መንገድኬ የገዢ
ከተተቀዋም የበልካን! ምስጥሮስ
አገልግሎት ወይ በረታታልው
ከሁቦች አይተኩልን እየ::



በደንብ ዓይነት
አይተኩል! - ምስጥሮስ እና
ከኤሌ በበላ ተንቀሳይወን
ከደክም ይኩል እየ::