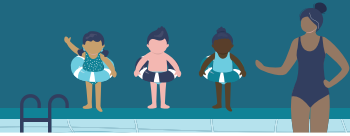


# שווימען זיכערהייט עצות



## שווימט קיינמאל נישט אליין.

שווימט נאר אין באשטימטע פלעצער וואו עס איז דא א לייפגארד. ערוואקסענע זאלן אייביג נאכקוקן זייערע קינדער ווען קינדער שווימען, אפילו עס איז דא א לייפגארד. שווימט נישט אין פארמאכטע ביטש פלעצער אדער ערטער פון וואסער אזוי ווי בארטנס אדער טייכן. ניו יארק סיטי ביטשעס זענען אפן טעגליך פון מעמאריעל דעי וויקענד ביז לעיבאר דעי וויקענד, פון 10 צופרי ביז 6 נאכמיטאג. ניו יארק סיטי פארקס דרויסנדיגע שוויים באסיינען זענען אפן טעגליך אנגעהויבן פון דאנערשטאג, יוני 29.



## לערנט זיך שווימען.

לערנט איינפאכע שווימען און וואסער זיכערהייט קענטעניסן. ניו יארק סיטי פארקס שלאגט פאר אומזיסטע "לערנט זיך שווימען" קלאסן א גאנץ יאר. פאר מער אינפארמאציע וועגן "לערנט זיך שווימען", אריינגערעכנט רעגיסטראציע, באזוכט [nycgovparks.org](http://nycgovparks.org) און זוכט פאר "learn to swim" (לערנט זיך שווימען), אדער רופט 311.



## געבט אכטונג פון קארענטס (שטארקע כוואליעס).

ריפ קארענטס זענען שטראמען פון וואסער וואס רוקן זיך שנעל אוועק פון בארטן. אויב איר ווערט פארכאפט אין א קארענט, בלייבט רואיג און שווימט פאראלעל צום בארטן ביז איר זענט אוועק פונעם קארענט, דאן שווימט צוריק צום ביטש. שווימט נישט דירעקט קעגן א קארענט.



## שווימט קיינמאל נישט ווען איר זענט אונטער די איינפלוס פון וויין א.ד.ג.

אלקאהאל באנוץ איז פארמישט אין כמעט איין פון פיר עמערדזשענסי אפטיילונג באזוכן פאר זיך דערטרונקען, צווישן צענערלינגען און ערוואקסענע. אויב איר נוצט אלקאהאל אדער דראגס, שווימט נישט און היט נישט קינדער וואס שווימען.



## פארמיידט ריזיקעס און בלייבט פארזיכערט.

טויכט אין די וואסער נאר ווען עס איז ערלויבט, שטייט אוועק פון האלטן-די-אטעם פארמעסטן, שווימט נאר ווי ווייט איר קענט, פאלגט נאך אלע טאוולען, טרונקט וואסער און שמירט אייך אן מיט זון-שוץ זאלב.

טעקסט BEACH צו 55676 פאר אפדעיטס איבער ניו יארק סיטי ביטש מעלדונגען און פארמאכונגען פונעם ניו יארק סיטי געזונטהייט ביטש פראגראם.



Department of Health & Mental Hygiene

Department of Education