



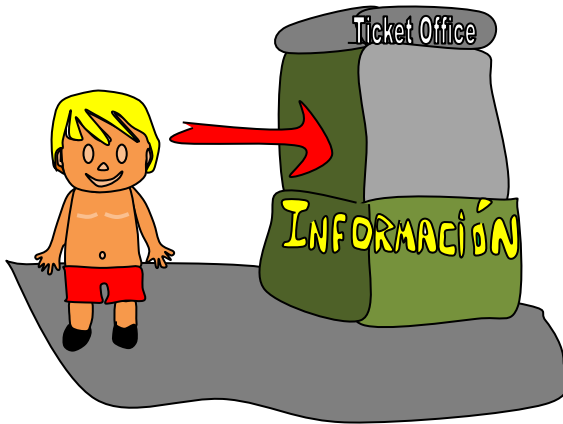
การป้องกันการเกิดอุบัติเหตุในสระว่ายน้ำ



1. นำอุปกรณ์และของใช้ที่จำเป็นติดตัวไปยังสระว่ายน้ำด้วย



2. อ่านกฎระเบียบและข้อปฏิบัติอย่างเคร่งครัด



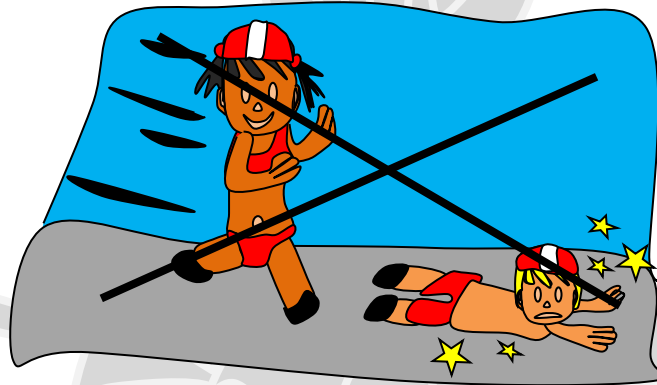
3. จดจำหมายเลขโทรศัพท์ของสมาชิกในครอบครัวให้ได้



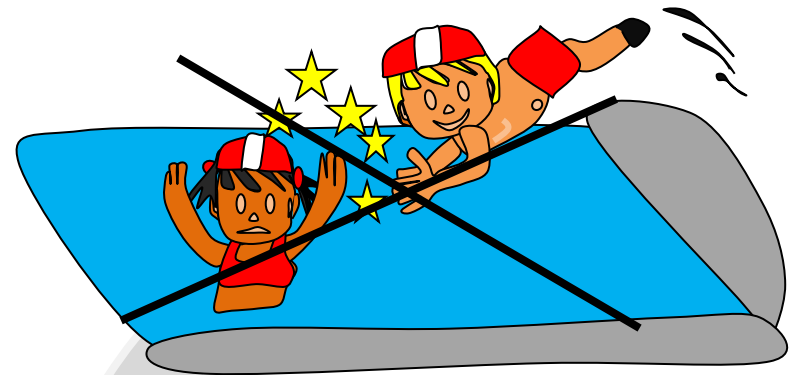
4. อาบน้ำก่อนและหลังว่ายน้ำ



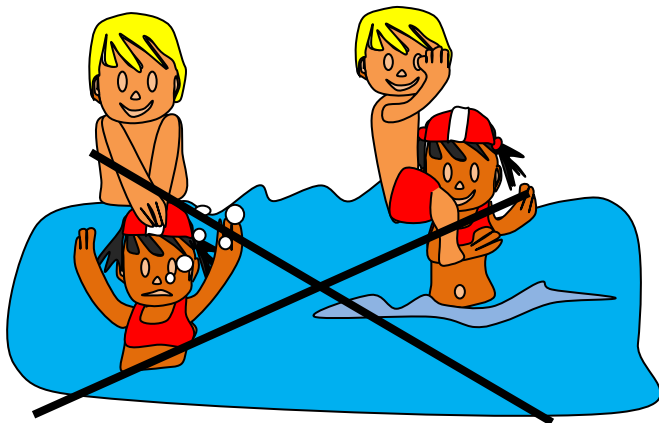
5. ไม่วิ่งเล่นตามแนวขอบสระ



6. มองสำรวจในสระให้แน่ใจก่อนที่จะกระโดดลงไปในน้ำ



7. ไม่ผลักหรือแกว่งผู้อื่นเล่น ซึ่งอาจก่อให้เกิดอันตรายได้



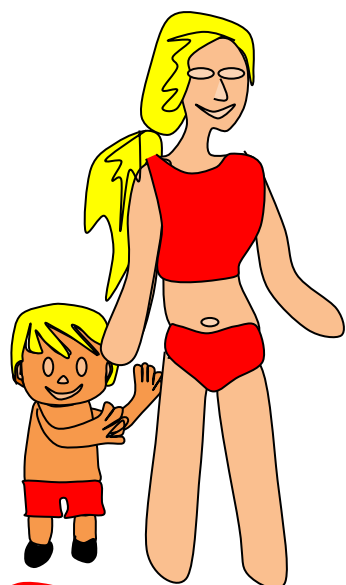
8. หลีกเลี่ยงการอยู่ในที่แสงแดดจ้า ควรอยู่ในที่ร่ม



9. ไม่ควรออกกำลังกายทันทีหลังจากรับประทานอาหาร



10. อยู่ในการดูแลของผู้ใหญ่เสมอ



11. ห้ามใช้ปลอกแขน หรือ ห่วงยาง โดยไม่ได้รับการตรวจสอบความปลอดภัย หรือไม่ได้รับอนุญาต



12. หากมีข้อสงสัย / หรือเหตุการณ์ที่เป็นอันตรายให้ติดต่อเจ้าหน้าที่ ผู้ดูแลความปลอดภัยประจำสระ



#StopAhogados