

물을 즐기는 것은 호주인의  
삶의 방식...  
물가에서 삶을 즐기  
는 방식

## 물가에서 삶을 즐기는 방식

Royal Life Saving 에서는 모든 호주인들이 연령과 경험 및 배경에 상관없이 물가에서 삶을 즐기길 바랍니다. 이는 물을 최대한 즐기는 것을 의미하지만, 안전 유지가 필수적입니다. 연령과 능력에 상관없이 수영을 배우고 물 안전 기술을 향상시킬 기회는 많이 있습니다.

여러분과 여러분의 가족과 친구가 물가에서 안전을 유지할 수 있도록 저희가 몇 가지 간단한 요령을 포함하였습니다.



수영 그리고 물가 안전 행동 요령  
사이트:  
[drowningprevention.org.au/  
culturalwatersafety](http://drowningprevention.org.au/culturalwatersafety)



물가에서 서로를 안전하게  
지켜줍니다



**ROYAL LIFE SAVING**  
NSW | ACT | TAS

## 자신의 한계를 알고 위험을 감수하지 마세요

물가에서 위험을 감수하는 것이 익사 사고의 주요 원인이며 특히 18세 이상의 남성에게 그러합니다.

- 물에 들어가기 전이나 아동을 감독할 때 알코올을 섭취하지 마십시오.
- 익숙하지 않은 장소나 여건에서 물에 들어가지 마십시오.
- 혼자 가는 것을 피하세요. 함께 가는 것이 더 안전할 뿐만 아니라 훨씬 더 즐겁습니다.



## 물에 들어가기 전에 상태를 꼭 확인하세요

날씨와 물의 상태 변화는 매우 위험할 수 있습니다.

- 온라인이나 기상 앱을 통해 기상 상태를 확인하고 도착 시에는 물에 들어가기 전에 여건을 잘 파악하십시오.



## 수상에 있을 때는 구명 조끼를 착용하세요

수영 숙련자라 하더라도 물에 들어갈 때는 누구든지 구명 조끼를 착용해야 합니다. 사고가 발생할 경우 물에서 오랜 시간을 보내야 할 수도 있기 때문입니다.

- 카누, 카약, 패들 보드 및 바위 낚시 활동 시에는 구명 조끼를 착용하십시오.

## 자녀들을 항상 감독하십시오

자녀를 감독하는 것은 물가에서 자녀의 안전을 위해 여러분이 하실 수 있는 가장 중요한 일입니다. 갑작스럽게 주의를 환기시키는 것은 위험하며 자녀를 위험에 빠지게 할 수 있다는 것을 기억하십시오. 다음과 같은 Keep Watch 익사 예방 조치는 자녀를 물가에서 안전하게 지키는데 도움이 될 것입니다.

- 감독. 물가에서 자녀를 적극적으로 감독합니다.
- 제한. 자녀가 물에 접근하는 것을 제한합니다.
- 교육. 자녀에게 물 안전 기술을 가르칩니다.
- 대응. 위급 시에 취할 대응 방법을 알아 둡니다.