



> विकल्प A

- कम्ती ढाकिएको
- सक्रिय पौडी कार्यक्रम र प्रतियोगिताहरू निम्ति उपयुक्त
- पौडी पोसाक जोखिमको कारक बन्दैन



> विकल्प B

- केही ढाकिएको
- सामुहिक गतिविधि र कार्यक्रमहरू निम्ति उपयुक्त
- पौडी पोसाक जोखिमको कारक बन्दैन



> विकल्प C

- सुपरिवेक्षित कार्यक्रमहरू जस्तै कक्षाहरूका लागि सुहाउँदो हलकालुगाले बढी ढाकिएको
- कसिएको
- हिँडडुलमा हल्का रोकवट, थप वजन



> विकल्प C

- कम गहिरो पानीका लागि सुहाउँदो हल्का लुगालेटाउको र शरीर पूरा ढाकिएको
- खुकुलो
- हिँडडुलमा बाधा हुनेछ र पानीमा खेल्दा थकावट बढ्नेछ।

थप जानकारीका लागि कृपया तपाईंका प्रशिक्षकसँग कुरा गर्नुहोस् वा फ्रन्ट डेस्कमा पौडी स्कूलका कर्मचारीलाई सम्पर्क गर्नुहोस्।

drowningprevention.org.au/multiculturalcommunities



ROYAL LIFE SAVING
NEW SOUTH WALES



NSW
GOVERNMENT