



Be Water Safe



Where are children most likely to drown?

सहब से ज्यादा बच्चों के डूबने की संभावना कहाँ हो सकती है

Under One Year: In the bath

एक साल से नीचे: स्नानटब में

One to Three Years: In home swimming pools

एक से तीन साल के बीच: घर के तैरने के तालाब में

Children drown quickly and quietly

बच्चे बहुत चुपके से और तेज़ी से डूबते हैं

It is critical to always supervise children near water, ALWAYS!

पानी के पास हमेशा बच्चों की देखभाल करना बहुत आवश्यक है, हमेशा



1. Never leave young children alone at bath time.

नहाते समय छोटे बच्चों को अकेला कभी नहीं छोड़ना चाहिये



2. Keep bath plugs out of reach of young children.

स्नानटब की डाट छोटे बच्चों के पहुँच के बाहर रखें



3. Use a non-slip mat in your bath/shower.

स्नान-घर में न फसिलने वाली चटाई का प्रयोग करें



1. Empty paddling pools or water containers after every use and turn upside down.

उपयोग के बाद पैडल पूल या पानी के डब्बों को खाली करके उलटा रख दें

2. Always shut gates, doors and replace covers.

हमेशा फाटक या दरवाजा बन्द करें और ढकने के कवर को वापस रखें

3. All home swimming and spa pools over 400mm must be fenced in accordance with the Fencing of Swimming Pools Act (1987).

फ़ेंसिंग ऑफ़ स्विमिंग पूल आक्ट (1987) के अनुसार घर के जो तैरने के पूल, स्पा पूल 400mm से बड़े हों घेरे में रहें

Contact your local council for details.

वसितार में जानकारी के लिये स्थानीय काउंसिल को सम्पर्क करें

In an emergency dial 111.

आपातकाल में 111 को फोन करें

For more information visit the following website:

अधिक जानकारी के लिये नमिन्लखित वेबसाइट पर जाए

WaterSafe Auckland www.watersafe.org.nz

Public pools, creeks, streams, drains, waterholes, stormwater holding ponds.

पब्लिक पूलस, छोटी नदी, दरिया, नाले, नालियां

Creeks, streams and rivers are a drowning risk for older preschoolers. Be aware of the pools, drains, creeks and ponds in your neighbourhood.

नदी, नाले और नालियों से छोटे बच्चों को डूबने का खतरा होता है
अपने पड़ोस में तालाबों, नदी, नाले और नालियों से सावधान रहें



1. Always stay with young children when playing near water.

पानी के करीब खेलते समय हमेशा छोटे बच्चों के साथ रहें

2. Slippery banks and muddy ground make it hard to stand up or leave the water. Stay away from the edge of muddy banks.

चकिने कनारे और कीचड़ में खड़े होना और पानी से बाहर निकलना कठिन होता है। कीचड़ी कनारों से दूर रहें।



For more information visit the following websites:

अधिक जानकारी के लिये नमिनलखिति वेबसाइट पर जाएं

Water activities are a way of life in this country with its many harbours and beaches. Ensure your child has the opportunity to learn to be safe in and around water. Most public pools offer lessons for adults and children. Ensure your children take swimming lessons at schools, or contact your local public pool to enrol children or adults in swimming lessons if required.

इस देश में अनेक बन्दरगाह और समुद्र के तट हैं। पानी के कार्य ज़िंदगी का एक हिस्सा हैं। अपने बच्चों को पानी में और पानी के आस पास कैसे सुरक्षित रहना है सीखने का अवसर दें। अधिकतर स्थानीय तरणताल(पब्लिक पूल) बच्चों और बड़ों को तैरना सिखाते हैं। अपने बच्चों को पाठशाला में तैरना सीखने को अवश्य प्रोत्साहित करें या अगर जरूरत पड़े तो तैरना सीखाने के लिये बच्चों या बड़ों को स्थानीय तरणताल(पब्लिक पूल) को सम्पर्क करें।



3. Be extra careful with push chairs and bikes near water.

बच्चों की गाड़ी(प्राम) और साइकलि से पानी के नजिक अधिक सावधान रहें

4. Learn to swim and survive

तैरना सीखें और जीवति रहें



BEACHES

Beware!

सावधान

Auckland's West Coast beaches can be unpredictable and dangerous.

ओकलैंड पश्चिमी समुद्र तट अनुनमेय और खतरनाक हो सकते हैं।

There are many safe beaches to enjoy around Auckland. Beaches on the East Coast tend to be safer, although you should always take care.

ओकलैंड के आस पास आनंद लेने के लिये बहुत सारे सुरक्षित समुद्र तट हैं । पूरबी समुद्र के तट सुरक्षित लगते हैं लेकिन हमेशा सावधान रहना चाहिये

Always stay at the water's edge between the flags to watch your children.

हमेशा पानी के तट पर झंडीयों के बीच बच्चों को देखने के लिये रुके रहें

Protect yourself at the beach

समुद्र के तट पर अपनी रक्षा करें



1. Swim only between the red and yellow flags at lifeguard patrolled beaches.

जो समुद्र के तट पर लाइफ गार्ड पहरा देते हैं उस तट पर लाल और पीले झंडीयों के बीच ही तैरना चाहिए

2. Never run and dive into the water.

कभी भी दौड़ कर पानी में डुबकी नहीं लगाएं



3. Follow the advice of safety signs.

सुरक्षा चिह्नों की सलाह पालन करें

4. Listen to advice from lifeguards.

लाइफ गार्ड की सलाह मानें

For more information visit the following websites before you go to the beach:

अधिक जानकारी के लिये बीच जाने से पहले नमिनलखिति वेबसाइट पर जाएं



5. Always swim or surf with a friend and under adult supervision.
तैरने या सर्फ करने के लिए हमेशा किसी दोस्त और बालगि के साथ जाएं

6. Never swim under the influence of alcohol.
कभी भी मदरि या नशीली दवाओं के असर मे तैरना नहीं चाहिए।

7. Take care with flotation devices as they can be easily swept off shore.
परवर्तन यन्त्र का ध्यान रखना चाहिये वह आसानी से समुद्रगामी पर बह सकते हैं



8. Be aware of rip currents. This water moving out to sea can easily take you out of your depth.
तेज बहाव से सावधान रहें। यह पानी जो समुद्र को जा रहा आसानी से आपको गहराई से बाहर नकाल देता है।

9. Wear appropriate clothing and surf equipment such as fins, wetsuit and wrist leash with a boogie board.
उचित वस्त्र-धारण करें और सर्फ उपकरण जैसे फनिंस, वेटसुट्स, बूगबोर्ड कलाई डोरी के साथ

10. Don't attempt to swim if you are tired or cold.
यदिआप थके हुए हैं या ठंड लग रही है तो तैरने की कोशिश न करें

11. If you get in to trouble:
यदिआप कठिनाई में हों तो:

- Raise your arm to get help
सहायता के लिये हाथ ऊपर करें
- Relax
शान्त रहें
- Float on your back
पीठ पर तैरें
- Wait for help
सहायता की प्रतीक्षा करें

12. If in doubt, stay out.
यदिसंदेह है तो बाहर रहें



ROCK FISHING COLLECTING SHELLFISH

The tidal range can be up to 4 metres or more and there is often a swell with set waves. Set waves are groups of larger waves that arrive less frequently than others. Most people swept off rocks are caught by waves. Only collect shellfish up to the maximum daily limits.

Contact the Ministry of Fisheries (ph 09 820 1990, www.mfish.govt.nz)

लहर की हद 4 मीटर या अधिक हो सकती है और अक्सर लहर के झुण्ड हद से ऊंचे होते हैं। यह ऊंचे लहरों का झुण्ड कभी कभी आता है। अक्सर लोग बेह जाते हैं लहरों में फंस जाते हैं। केवल दैनिक अधिकतम हद तक ही सीपदार मछली जमा करें (मनिसिट्री आफ फिशरिज़ को 09 820 1990 पर सम्पर्क करें)



1. Check the swell, weather and tide forecast, be cautious when swell is rising on an incoming tide.
मौसम तथा पानी चढ़ने का पुरवानुमान जांचें और ऊंचे उठने वाला लहरों से सावधान रहें
2. Wear lace-up sports shoes. Never wear gumboots.
डोरी से बांधने वाले खेल-कूद के जूते (स्पोर्ट्स शूज) पहनने । कभी भी गम्बूट्स नहीं पहने ।
3. Wear a buoyancy aid such as an inflatable lifejacket.
अधिक उछाल वाले वस्त्र जैसे फुलाने वाली लाइफ जाकेट पहनें
4. Tell someone where you are going and when you expect to return.
कौसी को बतलाकर जाएं कहां जा रहे हो और कब लौटोगे
5. Fish with experienced people and never fish alone.
मछली पकड़ने अनुभवी लोगों के साथ जाएं कभी भी अकेले नहीं जाएं

For more information visit the following websites before going rock fishing:

सीपदार मत्स्य-ग्रहण करने जाने से पहले अधिक जानकारी के लिये नमिनलखिति वेबसाइट पर जाएं

मत्स्य-ग्रहण सीपदार मछली जमा करना



6. Follow the advice of safety signs.
सुरक्षा चर्हों की सलाह पालन करें

7. Watch the ocean and waves for 10 minutes before moving onto a rock platform. Avoid surf spray or wet rocks that have been swept by spray.

चट्टान पे बैठने से पहले समुद्र और लहरो को 10 मनिट तक देखते रहें। जो चट्टाने पानी की छींटों से गीली हों उन से दूर रहें।

8. Rock fishing is not advised during high swells. Never turn your back on the ocean. Be prepared to climb quickly to safety.

ऊंची लहरों के दौरान टीले पर बैठ कर मत्स्य-ग्रहण करना उचित नहीं है। आपकी पीठ समुद्र की ओर कभी नहीं करें। तुरंत सुरक्षति स्थान चढ़ने को तैयार रहें।

9. Many locations get covered or cut off by incoming tides. Have an escape route for large waves and an incoming tide.

आने वाल लहरों से अनेक स्थान बन्द या कट जाते हैं। ऊंचे उठने वाली लहरों से और पानी चढ़ने या बढ़ जाने से बचाव मार्ग बनाएं।

10. If a fish or equipment is swept into a dangerous area or the ocean, leave it there.

अगर मछली या औजार महासागर के असुरक्षति क्षेत्र में बेह गया तो वहीं छोड़ दें

11. Carry a length of rope, first aid kit, flashlight, cell phone and a handheld flare. Know how to contact help.

रस्सी, प्राथमकि चिकित्सा डबिबा, प्रकाश तथा मशाल साथ ले जाएं। पानी में कैसे सहायता माँगेने की जानकारी रखें।

12. If in doubt about the conditions or your own ability, find a safer location.

यदि स्थिति या अपनी क्षमता के बारे में शंका हो तो सुरक्षति स्थान का पता लगाएं।

One third of all recreational drowning deaths occur when boating.

कुल एक तहईई मनोरंजनात्मक डूब कर मृत्यु नौकावहिर से ही घटति होती है



1. Be a responsible skipper – you are responsible for the safety of the boat and all the people on board.

जम्मेदार नायक रहें – नाव की और नाव पर लोगों की सुरक्षा की जम्मेदारी आपकी है

2. Check the weather conditions (Ph 0900 999 09 or Channel 20/21 VHF for the Auckland region). Stay home if the weather looks doubtful.

मौसम की स्थिति जांचें (फोन-नंबर 0900 99909) या टेलीवज़िन का चैनल माध्यम 20 या 21 वी एच एफ). यदि मौसम के बारे शंका है तो घर पर ही रहें।

3. Make yourself aware of the local waterways: ensure that you have marine charts for the area you are boating in.

स्वयं स्थानीय जलमार्ग के मालूमात रखें और यह सुनिश्चति करे कजिसि क्षेत्र में नौकावहिर कर रहे हो उस क्षेत्र का समुद्री नक्शा अवश्य रखें।

4. Attend a Coastguard Boating Education course (ph 0800 408 090).

तटरक्षक नौकाविहार शिक्षा कोर्स पढर (फोन-नंबर 0800408 090)

5. Provide an approved lifejacket for every person on the boat. Lifejackets need to be correctly fitted, especially for children. Coastguard Northern Region provides a lifejacket rental service (Ph 09 303 4303).

५ नाव पर प्रत्येक व्यक्ति के लिए अनुमोदति लाईफ जाकेट (अंगरखा) का प्रबंध करें। लाईफ जाकेट(अंगरखा) सही माप का होना चाहिये वशिषकर के बच्चों का। तटरक्षक उत्तरी प्रान्त लाईफ जाकेट करिये पर देते हैं (फोन-नंबर 09 303 4303)



For more information visit the following websites before you go boating:

नौकावहिर करने जाने से पहले अधिक जानकारी के लिये नमिनलखिति वेबसाइट पर जाएँ



6. Ensure the following safety equipment is on board and is in good order: two methods of communication (VHF radio, cell phone in a water proof bag, flare), bailer, anchor, enough fuel, paddle.

यप सुनिश्चित कर ले कि निम्नलिखित सुरक्षा का सामान बोर्ड पर है और अच्छी दशा में है। 2 प्रकार आवागमन (वी एच एफ रेडियो, सेलफोन, जल रोधक थैली में, मशाल, आश्रय, काफ़ी पेटरोल, पाटेल

7. Leave details with someone regarding the time you are expected home, boat details, trip destination and who is on the boat.

कसिके पास वापसी का अनुमानित समय, नाव की जानकारी, यात्रा का ठिकाना, और नाव पर कौन है के सम्बन्ध जानकारी अवश्य छोड़ें।

8. Never overload the boat with people or catch. नाव को कभी भी लोगों से या मछली से बहुत न लादना चाहिए।

9. Don't mix alcohol with boating.

कभी भी मदरि पी कर नौकावहिर नही करना चाहिए।

10. If in doubt, don't go out.

यदि संदेह हो तो बाहर न जाएं

11. Call 111 in an Emergency. Emergency calls must be made in English.

आपातकाल में फोन पर अंग्रेज़ी में वार्तालाप कीजिए





3 Arawa Street, Grafton, Auckland. PO Box 8163, Symonds Street, Auckland 1150
Telephone: (09) 306 0809 Facsimile: (09) 306 0811 Email: watersafe.ak@xtra.co.nz

www.watersafe.org.nz