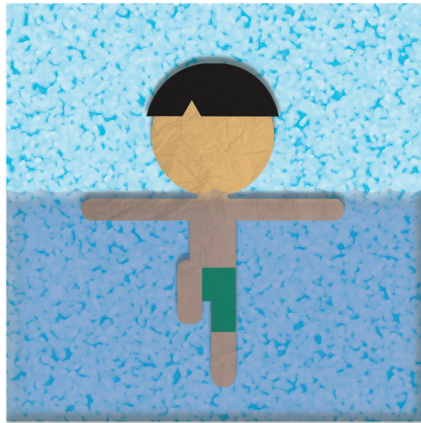


當您的孩子意外落入深水時，能否成功自救？



滾入



踏水



游泳



每一個孩子都應學習游泳，以防意外發生。

想在水邊安全玩耍，首先必須學會「Swim to Survive」技能。

# 「Swim to Survive」培訓能幫助您的孩子防備意外掉入深水。



孩子們需要三項水上技能：

- **滾入深水** – 然後在水面逐漸適應。
- **踏水 1 分鐘** – 保持頭部在水面之上，保護呼吸通道順暢，然後確定下一步該怎麼做。
- **游出 50 米遠** – 到達安全地點。

學會「Swim to Survive」是首要技能。請聯繫您當地的游泳池，參加「Swim to Survive」及游泳課程。

請瀏覽[www.lifesavingsociety.com](http://www.lifesavingsociety.com) 或訪問我們的 YouTube 頻道觀看多語言版本的「Swim to Survive」視頻。

