

# نصائح Water Smart® لأولياء أمور الأطفال تحت سن 5 سنوات

من جمعية Lifesaving Society (إنقاذ الحياة) - ذات الخبرة في صون الحياة في كندا



## نبذة عن الغرق

- يعد الغرق ثاني الأسباب الرئيسية لحالات وفاة الأطفال دون 10 سنوات التي يمكن الحيلولة دون وقوعها. ويعد الأطفال من سن 1-4 سنوات عرضة لخطر الغرق بنسبة عالية.
- يتعرض ما يقرب من 500 شخص سنوياً للغرق في كندا.
- الغرق قاتل سريع وصامت. ويمكن للطفل أن يغرق في أقل من 10 ثوان. ونادراً ما يستنجد الضحايا، أو يلوحون، أو يعطون إشارة لطلب المساعدة، وذلك لعدم قدرتهم على إبقاء رؤوسهم فوق سطح المياه.

## يتعين على الأهل أن يكونوا يقظين في الإشراف على أطفالهم الصغار.

- لا تدع الأطفال يغيبون عن أعينكم طوال الوقت عند وجودهم بالقرب من المياه. وابقوا على مقربة منهم.
- يجب أن يرتدي الأطفال سترات النجاة لتساعدكم على الطفو، سواء أكانوا في المسبح أو على الشاطئ. فربما منحكم ذلك تلك الثواني القليلة اللازمة لإنقاذ حياة من هو على وشك الغرق.
- البقاء دائماً إلى جانب حوض الاستحمام إلى أن يتم تصريف كل المياه، أو إخراج الطفل منه.
- لا بد من تقييد أو ضبط الوصول إلى مسبح الفناء الخلفي عن طريق إحاطته بسياج من الجوانب الأربعة.
- في حالة عدم استعمال المسابح القابلة للنقل ودلاء المياه فينبغي تفرغها وقلبها رأساً على عقب.
- حضور دروس السباحة التي تجرى للأهل مع أطفالهم في المسبح المحلي. فتعريف طفلك على المياه بطريقة إيجابية يعني شعوره بمتعة السباحة مدى الحياة. ويمكن للأطفال الصغار الاعتياد على المياه مع ذويهم في جو تعليمي.



LIFESAVING SOCIETY  
The Lifeguarding Experts

ينبغي أن يتعلم جميع الأطفال السباحة. ويمكننا أن نعلمهم. للاطلاع على مزيد من المعلومات، يرجى زيارة الموقع الإلكتروني [www.lifesavingsociety.com](http://www.lifesavingsociety.com) أو الاتصال بالمسبح المحلي الذي تذهب إليه.