



स्विमिडः होलहरूले मनोरञ्जनका अद्भुत अवसरहरू प्रदान गर्छन्, तर अव्यवस्थित स्थानमा पौडी खेल्दा जोखिमहरू निम्तिन्छन्। राम्रो निर्णय लिएमा र अलिकति योजना बनाएमा प्रायः दुखद घटनालाई टार्न सकिन्छ।

पानीले अनियन्त्रित रूप लिन्छ भन्ने कुरा याद राख्नुहोस्:

भारी वर्षा, बगिरहेको वा अड्किएको फोहोर वा लामो समयसम्म ताप र सुख्खा भएमा पानीका धारहरू परिवर्तन हुन सक्छन्, यसको गहिराइमा प्रभाव पार्न सक्छ र पानीको अनियन्त्रित भागभित्रको संरचनालाई उल्टाउन सक्छ। प्राकृतिक पानीका स्रोतहरूमा पौडी खेल्दा सधैं सावधानी अपनाउनुहोस्।

खतरनाक वाटर होलहरूदेखि सचेत रहनुहोस्:

पछिल्ला वर्षहरूमा हन्टिङ्टन गर्ज, कोब ब्रुक, बोल्टन पोथोल्स, डगज हेड फल्स, स्याक्सन्स रिभर, वेस्टमिन्स्टर ह्यामिल्टन फल्स र न्यूहेभन रिभरमा, सबैभन्दा धेरै डुबान भएका छन्। यी क्षेत्रहरूमा मनोरञ्जन गर्दा विशेष सावधानी अपनाउनुहोस्।

पानी र मौसमका अवस्थाहरू जाँच गर्नुहोस्:

बगिरहेका नदी र तीव्र रूपमा बग्ने पानीका धाराहरूले भारी वर्षा भएपछिका दिनहरूमा खतरनाक अवस्थाहरू निम्त्याउन सक्छन्। मौसम सफा भएको, घाम लागेको, शान्त दिन भएतापनि भर्खरै भारी वर्षा भएको छ भने, अवस्था खतरनाक हुन सक्छ।

आफ्ना वरपरको अवस्था अवलोकन गर्नुहोस्:

तपाईं स्विमिडः होलमा आइपुग्दा, पानीका धारहरू हेर्नुहोस्। असामान्य रूपमा बगिरहेको पानीको ठुलो आवाज सुन्नुहोस्। डाउनस्ट्रिममा तैरने क्रममा फोहोर बगिरहेको बाटोलाई हेर्नुहोस्। अवस्थाहरू अवलोकन गर्नुहोस् र अनावश्यक मौकाहरू नताक्नुहोस्।

एकलै पौडी नखेल्नुहोस्:

सबैभन्दा आधारभूत सुरक्षा सुझावमध्ये एउटा सधैं साथी ल्याउनु हो। डुब्र केही मिनेट मात्र लाग्छ र आपत्कालीन उद्धारकर्ताहरू 15 देखि 20 मिनेटसम्मको टाढाको दूरीमा हुन सक्छन्। विशेषगरी पानीका प्राकृतिक स्रोतहरूमा एकलै पौडी खेल्ने राम्रो कुरा हुँदैन।

झरनाको माथि वा तल, पौडी नगर्नुहोस्:

पानीका भारी धारहरूले झरनाहरूमा मानिसहरूलाई बगाउन सक्छन् र पानीमुनि पौडी खेल्नेहरूलाई पानीमुनि फसाउन सक्छ। माथिबाट वा सिधै झरनाको तल पौडी खेल्नबाट बच्नुहोस्।

आफ्नो क्षमताको बारेमा यथार्थवादी हुनुहोस्:

जिम्मेवार बाहिरी मनोरञ्जनको एउटा अंश भनेको आफ्नो सीमा बुझ्नु हो र लापरवाह जोखिम लिएर आफैलाई वा अरूलाई खतरामा नपार्नु हो। आफ्नो शक्ति, क्षमता र कमजोरीहरूका बारेमा आफैसँग इमान्दार हुनुहोस्। आफैलाई धेरै नतन्काउनुहोस् र उद्धार सधैं एक विकल्प हो भनेर मान्नुहोस्।