

Baderegeln – Rules for bathing – Règles de baignade – قواعد السباحة

1. 	Kühle und dusche Dich ab, bevor Du ins Wasser gehst. Cool off and shower before you enter into the water. Rafraîchis-toi et prends une douche avant d'entrer dans l'eau ! برّد نفسك وخذّ دُشاً قبل النزول إلى الماء	8. 	Luftmatratzen und Gummitiere bieten Dir keine Sicherheit. Inflatable mattresses and toys do not guarantee your safety in the water. Les équipements gonflables d'aide à la natation ne te garantissent aucune sécurité dans l'eau. المرتبات الهوائية والأدوات المطاطية الهوائية الأخرى لا تؤمن لك سلامتك
2. 	Verlasse das Wasser sofort, wenn Du frierst. If you get cold, leave the water immediately. Sors de l'eau dès que tu as froid. غادر الماء فوراً عند شعورك بالبرد الشديد	9. 	Bade nicht, wo Schiffe und Boote fahren. Do not swim where ships and boats pass. Ne te baigne pas là où il y a des bateaux ou d'autres embarcations. لا تَسبح في المناطق التي يوجد بها سفن أو قوارب
3. 	Gehe nur zum Baden, wenn Du Dich wohl fühlst. Only swim when you feel well. Baigne-toi seulement si tu te sens bien ! لا تذهب للسباحة إلا إذا كنت تشعر بالراحة	10. 	Tauch andere nicht unter. Do not submerge others under the water. Ne fais pas couler les autres. لا تغمّر الآخرين تحت الماء
4. 	Gehe nur bis zum Bauch ins Wasser, wenn Du nicht schwimmen kannst. If you cannot swim, only enter the water up to your waist. Si tu ne sais pas nager, le niveau d'eau ne doit pas dépasser ton ventre. لا تترك الماء يتجاوز أعلى بطنك إذا كنت لا تجيد السباحة	11. 	Bei Gewitter ist Baden lebensgefährlich. Verlasse das Wasser sofort. Bathing is extremely dangerous during thunderstorms. Leave the water immediately. Par temps d'orage, il est dangereux de te baigner. Sors de l'eau immédiatement. تمثل السباحة خلال العواصف الرعدية خطراً على الحياة، لذلك يجب مغادرة الماء فوراً في هذه الحالة
5. 	Springe nur ins Wasser, wenn es tief genug und frei von Hindernissen ist. Only jump into the water if it is deep enough to do so and there are no obstacles. Saute seulement dans l'eau si celle-ci a une profondeur suffisante et s'il n'y a aucun obstacle. اقفز في الماء فقط إذا كان العمق كافياً وليس هناك أي عوائق أمامك	12. 	Gefährde niemanden durch Deinen Sprung ins Wasser. Do not endanger anyone when jumping into the water. Ne mets pas les autres en danger. لا تعرض أحداً للخطر عند قفزك في الماء
6. 	Überschätze Deine Kraft und Dein Können nicht. Do not overestimate your strength and your abilities. Ne surestime pas tes forces et tes capacités. لا تبالغ بتقدير قوتك و قدرتك على السباحة	13. 	Halte das Wasser und seine Umgebung sauber, Abfälle gehören in den Mülleimer. Keep the water and its surrounding area clean, put waste into the rubbish bin. Par temps d'orage, il est dangereux de te baigner. Sors de l'eau immédiatement. حافظ على نظافة الماء وعلى نظافة محيطه والى بالأوساخ في سلة المهملات
7. 	Rufe nie um Hilfe, wenn Du nicht wirklich in Gefahr bist, aber hilf anderen, wenn sie Hilfe brauchen. Never call for help if you are not really in danger, but help others if they need help. N'appelle jamais au secours, si tu n'es pas vraiment en danger et aide les autres s'ils en ont besoin. لا تطلب المساعدة أبداً، إذا كنت لا تحتاجها فعلاً، لكن ساعد الآخرين عند طلبهم للمساعدة	14. 	Gehe niemals mit vollem oder ganz leeren Magen baden. Never enter into the water with a full or completely empty stomach. Ne te baigne jamais si ton estomac est plein ou bien complètement vide. لا تذهب للسباحة ببطن ممتلئة أو فارغة تماماً