

À SAVOIR AVANT DE PARTIR

Les RÈGLES de sécurité pour les baignades

Avant de vous baigner, familiarisez-vous avec les Règles de sécurité pour les baignades en vigueur en Nouvelle-Zélande.

4 règles simples pour rester sain et sauf :

- 1 Soyez prêt**
Apprenez à nager pour rester en vie et fixez des règles pour des activités aquatiques sans danger. Utilisez toujours un équipement sûr et adapté, et consultez les prévisions météorologiques et les conditions de baignade avant d'aller dans l'eau.
- 2 Faites attention à vous et aux autres**
Faites toujours très attention aux enfants dans ou près de l'eau qui sont sous votre surveillance. Nagez avec d'autres personnes dans les zones surveillées par des maîtres nageurs.
- 3 Ayez conscience des dangers**
Si vous ne connaissez pas le lieu de baignade, entrez dans l'eau d'abord à pied à un endroit peu profond et respectez toutes les consignes de sécurité et les drapeaux de plage. Ne vous baignez pas après avoir consommé de l'alcool.
- 4 Reconnaissez vos limites**
Posez-vous des défis que votre condition physique et votre expérience vous permettent de relever. Apprenez à secourir les autres de façon sûre sans vous mettre en danger.

Également disponibles :

Les RÈGLES de sécurité pour les excursions nautiques

Les RÈGLES de sécurité pour les activités de plein air





À SAVOIR AVANT DE PARTIR

Les RÈGLES de sécurité pour les activités de plein air

Avant de partir à l'aventure, familiarisez-vous avec les Règles de sécurité pour les activités de plein air en vigueur en Nouvelle-Zélande.

5 règles simples pour rester sain et sauf :

- 1 Préparez votre sortie**
Informez-vous des conditions locales, préparez votre itinéraire et prévoyez le temps qu'il peut raisonnablement prendre.
- 2 Prévenez quelqu'un**
Informez quelqu'un de vos projets et donnez une date à partir de laquelle l'alerte doit être donnée si vous n'êtes pas de retour.
- 3 Ne vous laissez pas surprendre par le temps**
Le temps peut être extrêmement imprévisible en Nouvelle-Zélande. Consultez les prévisions météorologiques et attendez-vous à ce que le temps change.
- 4 Reconnaissez vos limites**
Posez-vous des défis que votre condition physique et votre expérience vous permettent de relever.
- 5 Prenez suffisamment de ravitaillement**
Assurez-vous que vous avez assez de nourriture, d'équipement, de vêtements et de vivres de réserve pour faire face à la pire éventualité. Prenez un moyen de communication adapté.

Également disponibles :

Les RÈGLES de sécurité pour les excursions nautiques

Les RÈGLES de sécurité pour les baignades



À SAVOIR AVANT DE PARTIR

Les RÈGLES de sécurité pour les excursions nautiques

Quel que soit le type de bateau utilisé, avant de naviguer sur nos mers, lacs et rivières, familiarisez-vous avec les Règles de sécurité pour les excursions nautiques en vigueur en Nouvelle-Zélande.

5 règles simples pour rester sain et sauf :

- 1 Gilets de sauvetage**
Prenez-les avec vous et portez-les
Les bateaux, surtout ceux d'une longueur inférieure à 6 m, peuvent couler très rapidement. Le port d'un gilet de sauvetage prolonge votre temps de survie dans l'eau.
- 2 Responsabilité du capitaine**
Le capitaine est responsable de la sécurité de tous à bord et du maniement sans danger du bateau. Restez dans les limites de votre bateau et de votre expérience.
- 3 Communications**
Prenez deux dispositifs de communication étanches différents afin que nous puissions vous aider si vous êtes en difficulté.
- 4 Météo maritime**
Le temps peut être extrêmement imprévisible en Nouvelle-Zélande. Consultez les prévisions météorologiques maritimes locales avant le départ et attendez-vous à ce que les conditions météorologiques et maritimes changent.
- 5 Ne consommez pas d'alcool**
La navigation et l'alcool ne font pas bon ménage. Les choses peuvent changer rapidement sur l'eau. Vous devez rester vigilant et alerte.

Également disponibles :

Les RÈGLES de sécurité pour les activités de plein air

Les RÈGLES de sécurité pour les baignades

