先知而后行
水上安全守则
在您参加任何水上活动前请先熟悉新西兰的水上安全守则。

条简单的规则
确保您的平安：

1. 做好妥善准备
学习游泳和水中求生技能，并为在水中安全戏水订出规则。永远使用安全和正确的器材，在下水之前先要了解天气和水情情况。

2. 照看好自己和他人
如果您照看的孩子正在进行水上活动或在附近水域活动，请不要远离他们并时刻注意他们的安全。不要单独游泳，和其他人一起或者是在有救生员守望的区域游泳。

3. 保持安全意识
进入未知的或浅水的水域，请脚先入水，如果有任何安全或警告标识，请一定遵守。饮酒后请不要进行任何水上活动。

4. 量力而行
根据您的身体和经验情况选择适当的水上活动。学习并使用安全的方式来帮助救起遇到危险的人，前提是保证您的自身安全。

另外还有：
航船安全守则
户外安全守则

如欲进一步了解如何为水上活动做准备，请访问
www.adventuresmart.org.nz
先知而后行
户外安全守则
在您踏上户外之旅之前，请先熟知新西兰户外安全守则

5 条简单的规则 确保您的平安：

① 提前计划旅行
了解当地知识，计划好旅行路线和所需时间。

② 告诉他人
把您的计划告诉他人，确定一个日子，如果到时您仍然未归，就发警报求援。

③ 留意天气
新西兰的天气反复无常。查看天气预报并准备应付天气变化。

④ 了解自己的局限
在您的体力承受限度和经验范围之内挑战自己。

⑤ 携带足够的供给
确保您带有足够应付最坏情况的食物、装备、衣物和应急配给。携带合适的通讯工具。

另外还有：

航行安全守则
水上安全守则

如需进一步了解如何为户外活动做准备，请访问
www.adventuresmart.org.nz
先知而后行

航船安全守则

不论您使用什么样的船到我们大海、湖泊和河流中航行，请熟知新西兰航船安全守则。

5 条简单的规则，确保您的平安：

① 救生衣
携带救生衣—穿上救生衣
各种船只，尤其是小于6米长度的船只，沉没的速度相当迅速。救生衣可以延长您在水中生存的时间。

② 船长的责任
船长有责任确保船上每个人的安全，以及船只的安全航行。一切活动勿超出您的船的限度和您的经验范围之外。

③ 通信
分开携带至少两个可防水的通信设备，这样当您碰到麻烦的时候可以及时地寻求帮助。

④ 多变的海上天气
新西兰的天气是多变的，在出行前确保查询海上天气预报，同时也要做好天气或海况突然变化的准备。

⑤ 避免饮酒
为了保证安全航行请不要饮酒。水上的情况瞬息万变，您需要时刻保持清醒和警惕以应付各种突发情况。

另外还有：
水上安全守则
户外安全守则

如欲进一步了解安全航船教育以及如何为航船活动做准备，请访问
www.adventuresmart.org.nz