



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

