www.adventuresmart.org.nz

ALAMIN BAGO KA PUMUNTA

Ang KODIGO ng Kaligtasan sa Labas na Gawain

Bago ka pumunta sa labas, alamin mo muna ang Kodigo ng Kaligtasan sa Labas na Gawain ng New Zealand.

5 simpleng tuntunin para panatilihin kang ligtas:

1. **Planuhin ang iyong biyahe**
   Maghanap ng kaalamang-lokal at iplano ang ruta na susundin mo at kung gaano katagal mo ito magagawa.

2. **Ipagbigay-alam sa iba**
   Sabihin sa ibang tao ang iyong mga plano at mag-iwan ng petsa kung kailan dapat siya magbigay ng alarma kung hindi ka pa nakakabalik.

3. **Alamin ang lagay ng panahon**
   Ang panahon sa NewZealand ay maaaring paiba-iba. Tingnan ang mga sinasabing lagay ng panahon at asahan mo na magbabago ito.

4. **Alamin mo ang iyong makakayanan**
   Hamunin mo ang iyong sarili sa loob lamang ng makakaya ng iyong katawan at karanasan.

5. **Magbaon ng hustong suplay**
   Tiyakin na may husto kang pagkain, kagamitan, pananamit at rasyong pangkagipitan para sa pinakagrabeng maaaring mangyari. Magdala ng angkop na paraan o kagamitang pangkomunikasyon.

Makukuha rin:

Ang KODIGO ng Kaligtasan sa Pamamangka

Ang KODIGO ng Kaligtasan sa Tubig

Para sa higit pang impormasyon kung paano ka magiging handa para sa iyong gawaing panlabas, bumisita sa **www.adventuresmart.org.nz**