

# 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。

## 4 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域情况。

### 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。学习并通过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**





# 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：

航船安全守则

水上安全守则



# 先知而后行

# 航船安全守则

不论您使用什么样的船到我们的  
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，尤其是少于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](http://www.adventuresmart.org.nz)