

ANTES DA PRÁTICA DE ATIVIDADES AQUÁTICAS É IMPORTANTE OBSERVAR AS REGRAS DE SEGURANÇA

CÓDIGO DE SEGURANÇA AQUÁTICO

Antes de praticar atividades aquáticas familiarize com o Código de Segurança Aquático da Nova Zelândia.

4 regras básicas para sua segurança na água



1 Esteja preparado

Aprenda a nadar e a sobreviver. Observe as regras de como se manter em segurança enquanto estiver na água. Se usar equipamentos aquáticos certifique-se de que os mesmos estão corretos e são seguros. Se informe sobre a previsão do tempo e as condições da água antes de entrar.



2 Mantenha a sua segurança e a das outras pessoas

Caso esteja acompanhado de crianças não se descuide delas quando estiverem dentro ou nas proximidades de corpos de água. Nade perto de outras pessoas e em áreas onde salva-vidas estão presentes.



3 Esteja alerta sobre os perigos

Tenha cuidado quando entrar em água rasa e desconhecida pela primeira vez. Obedeça os avisos de segurança e as placas indicando zonas de perigo. Não entre na água se tiver consumido bebida alcoólica.



4 Não ultrapasse seus limites

Mantenha-se dentro de seu limite e desempenho físico e não tente ultrapassá-los. Aprenda como resgatar outras pessoas em perigo sem arriscar a sua própria vida.

Também disponível

Código de Segurança para Navegação de Barcos

Código de Segurança para Atividades ao Ar Livre