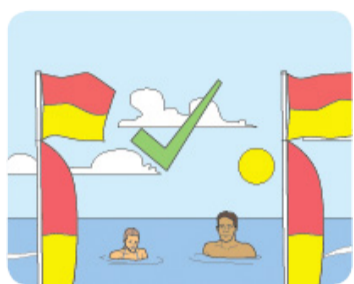


ΣΗΜΑΝΤΙΚΕΣ ΥΠΟΔΕΙΞΕΙΣ ΤΩΝ ΝΑΥΑΓΟΣΩΣΤΩΝ

ΟΧΙ ΣΗΜΑΙΕΣ = ΟΧΙ ΚΟΛΥΜΠΙ



ΚΟΛΥΜΠΑΤΕ ΠΑΝΤΑ ΜΕΤΑΞΥ ΤΩΝ ΚΟΚΚΙΝΩΝ ΚΑΙ ΚΙΤΡΙΝΩΝ ΣΗΜΑΙΩΝ

Όταν βλέπετε κόκκινες και κίτρινες σημαίες στην παραλία σημαίνει ότι υπάρχει και λειτουργεί ναυαγοσωστική υπηρεσία σ' εκείνη την παραλία. Οι ναυαγοσώστες έχουν επιλέξει ένα τμήμα της παραλίας που είναι καταλληλότερο για κολύμπι και θα επιτηρούν στενά αυτή την περιοχή. Οι ναυαγοσώστες προσέχουν περισσότερο την περιοχή μεταξύ των κόκκινων και κίτρινων σημαιών απ' ό,τι άλλα τμήματα της παραλίας.



ΔΙΑΒΑΖΕΤΕ ΤΙΣ ΠΙΝΑΚΙΔΕΣ ΑΣΦΑΛΕΙΑΣ

Πριν πάτε στην παραλία βεβαιωθείτε ότι διαβάσατε τις πινακίδες ασφαλείας. Αυτό θα διασφαλίσει ότι γνωρίζετε τις προειδοποιήσεις ή τους κινδύνους της παραλίας. Μπορείτε επίσης να βρείτε άλλες χρήσιμες πληροφορίες για να κάνετε την ημέρα σας στην παραλία πιο ευχάριστη. Μπορεί επίσης να βρείτε στην παραλία μεμονωμένες πινακίδες που επισημαίνουν συγκεκριμένους κινδύνους.



ΖΗΤΗΣΤΕ ΑΠΟ ΕΝΑ ΝΑΥΑΓΟΣΩΣΤΗ ΣΥΜΒΟΥΛΕΣ ΑΣΦΑΛΕΙΑΣ

Οι ναυαγοσώστες είναι πολύ εκπαιδευμένοι και καλοί γνώστες των συνθηκών και της ασφάλειας στην παραλία. Όταν φτάσετε στην παραλία ψάξτε και εντοπίστε τους ναυαγοσώστες. Μη διστάσετε να τους ρωτήσετε για τις συνθήκες της ημέρας, καθώς και οποιεσδήποτε άλλες επιπλέον συμβουλές που μπορεί να έχουν για τη συγκεκριμένη παραλία – επειδή κάθε παραλία είναι διαφορετική.



ΚΟΛΥΜΠΑΤΕ ΜΕ ΕΝΑ ΦΙΛΟ

Το κολύμπι μ' ένα φίλο (ή μέλος της οικογένειας) δεν είναι μόνο ένας πιο ευχάριστος τρόπος να απολαύσετε την παραλία, είναι επίσης και πιο συνετό. Όταν κολυμπάτε μαζί προσέχει ο ένας τον άλλο, και αν χρειαστεί περαιτέρω βοήθεια, ένα άτομο μπορεί να την καλέσει ή να πάει να ζητήσει. Εάν ο καθένας που κολυμπάει μαζί με άλλους γνωρίζει τα όρια των δυνατοτήτων του είναι καλή ιδέα να το μοιράζεται με τους γύρω του ώστε όλοι να παραμένουν με άνεση στα όρια του καθενός.



ΑΝ ΧΡΕΙΑΖΕΣΤΕ ΒΟΗΘΕΙΑ, ΠΑΡΑΜΕΙΝΕΤΕ ΗΡΕΜΟΙ ΚΑΙ ΠΡΟΚΑΛΕΣΤΕ ΤΗΝ ΠΡΟΣΟΧΗ

Ακόμη και τα πιο προσεκτικά άτομα μπορούν να βρεθούν πέρα από τα όριά τους στο νερό. Αν δεν αισθάνεστε άνετα στο νερό και χρειάζεστε τη βοήθεια ενός ναυαγοσώστη για να επιστρέψετε στην ακτή, μείνετε ήρεμοι, σηκώστε το χέρι σας στον αέρα και κουνήστε το απ' τη μια πλευρά στην άλλη. Αυτό θα τραβήξει την προσοχή ενός ναυαγοσώστη που θα έρθει να σας βοηθήσει. Θα πρέπει να διατηρήσετε τις δυνάμεις σας επιπλέοντας με την πλάτη και διατηρώντας την ψυχραιμία σας. Αυτό θα διασφαλίσει ότι έχετε ενέργεια να παραμείνετε στην επιφάνεια μέχρι να φτάσει βοήθεια.

ΔΕΙΤΕ ΑΥΤΑ ΤΑ ΒΙΝΤΕΟ ΓΙΑ ΤΑ ΚΥΜΑΤΟΓΕΝΗ ΡΕΥΜΑΤΑ (RIP CURRENTS)

Σκανάρετε τον Κώδικα QR ή επισκεφτείτε τον ιστότοπο για τα βίντεο:

- ΠΩΣ ΝΑ ΕΝΤΟΠΙΣΕΤΕ ΕΝΑ ΚΥΜΑΤΟΓΕΝΕΣ ΡΕΥΜΑ
- ΠΩΣ ΝΑ ΕΠΙΒΙΩΣΕΤΕ ΑΠΟ ΕΝΑ ΚΥΜΑΤΟΓΕΝΕΣ ΡΕΥΜΑ

beachsafe.org.au/surf-safety/ripcurrents

Τα βίντεο είναι επίσης διαθέσιμα με υπότιτλους σε επτά διαφορετικές γλώσσες.



Για περισσότερες πληροφορίες σχετικά με την ασφάλεια στα κύματα [surf safety], για να παίξετε εκπαιδευτικά παιχνίδια και για τα τελευταία νέα από την παραλία επισκεφτείτε το www.surfhero.com.au

Δήμος Sutherland Shire
4-20 Eton Street, Sutherland NSW 2232
T 02 9710 0333 Φ 02 9710 0265
sutherlandshire.nsw.gov.au

SUTHERLANDSHIRE

