

Plaj güvenliği evde başlar

1

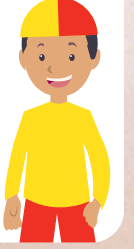
Güvenli bir plaj seçin...

Beachsafe uygulamasını indirin



Cankurtaranlar bugün plajda devriye geziyor mu?

Sorun yaşıyorsanız sizi kurtaracak kimse olmadığı için devriye gezmeyen bir plajda yüzmemelisiniz.



Plaj açık mı veya kapalı mı?

Bir plaj kapalı ise, bu durum suya girmenin çok tehlikeli olduğu anlamına gelir - kapalı olan tüm plajlardan kaçınmalısınız.



Plajda ne gibi tehlikeler var?

Tehlikeler sualtı akıntıları, mavi şişeler gibi deniz canlıları veya büyük dalgaları içerebilir.



Güneş ne kadar etkilidir?

Avustralya güneşi çok etkili olabilir, UV derecesini kontrol ettiğinizden ve gün boyunca gölgede kaldığınızdan ve bol miktarda su içtiğinizden emin olun.



2 Sizi plajda güvenli tutacak eşyalarınızı çantanıza koyun

Güneş kremi, şapka ve uzun kollu üst giyim

- Güneş kremi açık havaya çıkmadan en az 30 dakika önce sürülmelidir.
- Güneş kremi gün boyunca düzenli olarak özellikle suda iseniz tekrar tekrar sürülmelidir.



Mayo

- Normal giysilerle yüzmeyin çünkü bunlar suyla dolarak çok ağırlaşır ve suyun üstünde kalmayı, yüzmeyi veya ayakta durmayı zorlaştırır.
- Tüm vücudu kaplayan burkini de dahil olmak üzere mayolar için birçok güvenli seçenek vardır.



Kayaların üzerinden balık tutmak için güvenlik donanımı

- Eğer kayaların üzerinden balık tutmak niyetinde iseniz, kurallara uyduğunuzdan emin olun, uygun giyinin ve yanınızda doğru olan güvenlik donanımı olsun.
- Kayaların üzerinden balık tutarken can yelekleri giymek kuraldır ve giyilmediğinde para cezaları vardır.
- Can yeleğinizi nasıl şişireceğinizi bildiğinizden emin olun - insanlar güvenlik donanımlarını nasıl kullanacaklarını bilmediğinden birçok boğulmalar oluyor.



Yanınıza alkol almayın

- Vücudunuzun susuz kalmaması için yanınıza bol miktarda su aldığınızdan emin olun.
- Plajdayken alkolden kaçınin çünkü alkol sağlıklı düşünme ve doğru karar verme yeteneğinizi engelleyebilir.
- Alkol reaksiyon sürenizi yavaşlatır ve sudayken sorun yaşama şansınızı artırır.



Plajda iken nasıl güvende kalınır...

Her zaman kırmızı ve sarı bayraklar arasında yüzün

Cankurtaranlar yüzme için güvenli olan yerlere bayrakları yerleştirir ve aradaki alanı gözlem altında tutar ve yardıma ihtiyacınız olduğunda bunu farkederler.



Plaj güvenliği işaretlerine bakın

Cankurtaranlar, mevcut olabilecek tehlikeleri size bildirmek için plaja tabelalar yerleştirir – suya girmeden önce bu işaretleri gördüğünüzden emin olun.



Bir cankurtarana merhaba deyin

Plaja vardığınızda gidin ve cankurtaranlara merhaba deyin – onlar yardım etmek için oradalar ve yeni insanlarla tanışmayı ve sorularınızı yanıtlamayı seviyorlar.



Asla yalnız yüzmeyin

Her zaman bir arkadaş ya da bir yetişkin kişi ile yüzün ve tek başına suya asla girmeyin.



Eğer suyun içindeyken sorun yaşarsanız, sakın olun ve kolunuzu kaldırın.

Okyanusta dibe dokunmadan çaresiz kalmak korkutucu olabilir ama sakın kalmayı ve yardım için kolunuzu kaldırmayı unutmayın.

Suyun üstünde kalmaya çalışın ve kıydan uzağa çekildiğinizi düşünüyorsanız akıntıya karşı yüzmeye çalışmaktan kaçın – bu sizi sadece yoracak ve su üstünde kalamaz hale getirecektir.



Acil bir durumda – 000'ı arayın

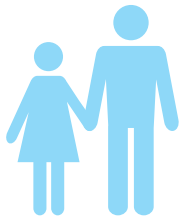
Eğer yüzemiyorsanız, zor durumda olan diğer insanları kurtarmaya çalışmayın – her zaman yardım alın – eğer bir cankurtaran yoksa 000'ı arayın.

Bir tahta ya da buz kutusu gibi tutunacak bir şey atarak birisine yardımcı olabilirsiniz. Etrafa bakın, birçok plajda genel kullanım için kırmızı yüzdürme cihazları vardır.



Cankurtaranlar çocuk bakıcısı değildir

Cankurtaranlar orada yardım etmek için bulunur ama onlar çocuk bakıcısı değildir ve çocuklar kendilerini izleyecek bir yetişkin olmadan kumda ya da suda yalnız bırakılmamalıdır.



Plajda ne kadar güvendesiniz?

Testi tamamlayın ve plajda güvende kalmak hakkında ne kadar bilginiz olduğunu öğrenin. [Burayı tıklayın.](#)

