

# به ماهیگیری از روی صخره می روید؟

برای آنکه امن بمانید به چه نیاز دارید.

ماهیگیری از روی صخره یکی از خطرناک ترین ورزش های استرالیاست و به طور متوسط مسئول هشت مرگ در سال در نیو سات ولز می باشد. پس چطور می توانید سفر ماهیگیری از روی صخره امنی را برنامه ریزی کنید؟

**✗** هرگز در شرایط خطرناک ماهیگیری نکنید. هر چه دریا متلاطم تر باشد، خطر آن برای زندگی تان بیشتر است.



**✓** همیشه آخرین پیش بینی هوا را از طریق اینترنت، رادیو یا تلویزیون کنترل کنید (اداره هواشناسی).



**✗** از ماهیگیری روی صخره هایی اجتناب کنید که تنها در صورت پایین رفتن آب (جزر) می توان به آنها دسترسی داشت چرا که ممکن است گیر بیفتید.

**مد جزر**  
**✓** همیشه جدول زمان جزر و مد محلی را پیش از ماهیگیری از روی صخره چک کنید و اطمینان ببابید که می دانید چه زمانی امواج بالا (مد) خواهند آمد.



## چه نوع کفشی باید بپوشم؟

- ✗** کفش سنگین، شنا کردن را دشوار خواهد کرد. پوتین بویژه بد است چرا که پر از آب شده و شما را پایین می کشد.
- ✓** کفش های سبک که کف شان سر نمی خورند یا با میخ های فلزی برای اتکای محکم، بهترین هستند.



## همیشه جلیقه نجات بپوشید

- در برخی شوراها شهری در نیو سات ولز، جلیقه های نجات در حال حاضر برای ماهیگیری از روی صخره اجباری هستند.
- یک جلیقه نجات که جنس خوبی دارد، در صورتیکه در آب بیفتید، به شما کمک خواهد کرد که شناور بمانید.



## چه لباسی باید بپوشم؟

- اگر به داخل آب بیفتید، لباس های سنگین شما را پایین می کشند.
- لباس هایی بپوشید که در آنها راحت بتوانید شنا کنید. این موارد انتخاب های خوبی هستند:
- ✓** شلوارک
- ✓** تی شرت سبک
- ✓** لباس غواصی (Wetsuit)

## به دوستان و خانواده اطلاع بدهید کجا هستید

- ✓** همراه افراد دیگر برای ماهیگیری از روی صخره بروید و در فاصله ای بمانید که بتوانید یکدیگر را ببینید.
- ✓** به دوستان یا خانواده بگویید که کجا می روید و کی بر می گردید.
- ✓** تلفن موبایل همراهمان داشته باشید تا در صورت نیاز بتوانید برای درخواست کمک زنگ بزنید (به شماره 000 یا 112 برای خدمات اورژانس زنگ بزنید).

