

راک فشنگ کرنا؟

محفوظ رہنے کے لئے آپ کو کیا کرنے کی ضرورت ہے۔

راک فشنگ آسٹریلیا کے خطرناک ترین کھیلوں میں سے ایک ہے جس سے نیو ساؤتھ ویلز میں ایک سال میں اوسطاً آٹھ موتیں ہوتی ہیں۔ تو آپ محفوظ راک فشنگ کے سفر کا منصوبہ کیسے بنا سکتے ہیں؟

اونچی لہر (مد)

ٹیپچی لہر (چڑر)

✓ راک فشنگ سے پہلے ہمیشہ مقامی لہروں کا گوشوارہ tide tables دیکھیں یہ جاننا یقینی بنائیں کہ لہریں کب اوپر اٹھیں گی۔

✗ ایسی جٹانوں پہ مابی گیری سے گریز کریں جن پر صرف نیچی لہروں کے وقت ہی پہنچ سکتے ہیں۔ ان میں آپ پہنس سکتے ہیں۔

✓ ہمیشہ موسم کی تازہ ترین پیش گوئی، انٹرنیٹ، ریڈیو یا ٹی وی پر چیک کریں۔ (محکمہ موسمیات)



مجھے کس طرح کے جوتے پہننے چاہئیں؟

- ✗ بھاری جوتوں کے ساتھ تیرنا مشکل ہو جائے گا۔ بوٹ خاص طور پر غیر موزوں ہیں کیونکہ ان میں پانی بھر جائے گا اور وہ آپ کو (پانی میں) نیچے کی طرف کھینچیں گے۔
- ✓ نہ پھسلنے والے بلکے تلووں والے جوتے یا جن کے نیچے دھات کی پھلیاں لگی ہوں، بہترین ہیں وہ گرفت مہیا کرتے ہیں۔



ہمیشہ لائف جیکٹ پہنیں

- نیو ساؤتھ ویلز کی کچھ کونسلوں کے علاقوں میں راک فشنگ کے لئے لائف جیکٹس پہننا لازمی ہے۔
- اگر آپ پانی میں بہ جائیں تو، اچھی معیاری جیکٹ آپ کو پانی کے اوپر تیرنے میں مدد دے گی۔



مجھے کس طرح کے کپڑے پہننے چاہئیں؟

- اگر آپ سمندر میں بہ جاتے ہیں تو، بھاری کپڑے آپ کو نیچے کی طرف لے جائیں گے۔
- ایسے کپڑے پہنیں جن میں آپ آرام سے تیر سکیں۔ اچھا انتخاب ہے:
- ✓ شارٹس (گھٹنا)
- ✓ لمبی ٹی شارٹس
- ✓ ویٹ سوٹ (ٹر پوشاک)

اپنے دوستوں اور فیملی کو بتائیں کہ آپ کہاں ہیں

- ✓ راک فشنگ کے لئے دوسرے لوگوں کے ساتھ جائیں اور ایک دوسرے پر نظر رکھیں۔
- ✓ اپنے دوستوں اور فیملی کو بتائیں کہ آپ کہاں جا رہے ہیں اور واپس کب آئیں گے۔
- ✓ اپنے ساتھ موبائل فون رکھیں تاکہ ضرورت کے وقت مدد کے لئے کال کر سکیں (امرجنسی کی خدمات کے لئے 000 یا 112 ڈائل کریں۔)

