

海灘安全始於家

1

選擇一個安全的海灘...

下載Beachsafe
應用程式



今天有救生員巡邏
海灘嗎？

您不應該在沒有巡邏的海灘上游泳，因為如果遇到麻煩，那裡沒有人可以救您。



海灘是開放的還是封閉的？

如果海灘是封閉的，則意味著它太危險而不能在水中—您應該避免任何封閉的海灘。



海灘有什麼危險？

危險可能包括水流，海洋生物如藍瓶水母或大浪等。



太陽有多強？

澳洲的陽光會變得非常強烈，請確保您檢查紫外線等級，並全天獲得適當的遮蓋和飲足夠的水。



2 帶備物品以確保您在海灘上的安全

防曬霜，帽子和長袖上衣

- 應在出門前至少30分鐘塗上防曬霜。
- 應全天定時重新塗抹防曬霜，尤其是在水中時。



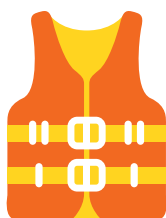
游泳衣

- 請勿穿著普通衣服游泳，因為這些衣服會變得水浸（裝滿水），並且變得很重，很難漂浮，游泳或站立在水中。
- 泳裝有很多安全選擇，包括覆蓋全身的布基尼。



岩釣安全裝備

- 如果您打算去釣魚，請確保您遵守規則，穿著適當，並配備正確的安全設備。
- 釣魚時必須穿救生衣，不穿救生衣會被罰款。
- 確保您知道如何給救生衣充氣—許多人因為不知道如何使用他們的安全設備而遇溺。



不要帶酒

- 確保有足夠的水來保持水分
- 在海灘上避免飲酒，因為這會影響您清晰思考和做出正確決定的能力。
- 酒精會減慢您的反應時間，並增加您在水中時遇到麻煩的機會。



如何在海灘上 保持安全...

務必在紅色和黃色標誌之間游泳

救生員將旗幟放在可以安全游泳的地方，他們將觀察該區域，並會通知您是否需要幫助。



尋找海灘安全標誌

救生員會在海灘上放置標誌，以告知您可能存在的任何危險—入水前請確保已尋找這些標誌。



向救生員問好

當您到達海灘時，向救生員打個招呼—他們在這裡為您提供幫助，他們喜歡結識新朋友並回答您的任何問題。



永遠不要一個人游泳

務必與朋友或成人一起游泳，切勿獨自入水游泳。



如果您在水中遇到麻煩，請保持鎮靜並舉手

被困在無法觸及海底的海洋中可能會令人恐懼，但請記住保持鎮定並舉起手臂尋求幫助。

嘗試漂浮，如果您覺得自己被拉離了海岸，請避免嘗試逆流而行—這只會使您感到疲倦並且無法保持漂浮。



緊急情況—致電000

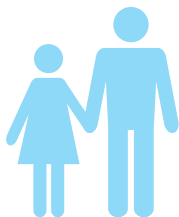
如果您不會游泳，請不要試圖挽救其他有麻煩的人—務必尋求幫助—如果沒有救生員，請致電000。

您可以向某人扔東西，例如木板或保溫箱，以幫助他們。環顧四周，許多海灘都安裝了供公眾使用的紅色漂浮裝置。



救生員不是保姆

救生員可以為您提供幫助，但他們不是保姆，絕對不能讓孩子獨自一人躺在沙灘上或水中，而無成人照看。



您的海灘安全意識有多高？

進行測試，找出您對在海灘上保持安全有多少了解。點擊這裡。

