	BUENAS PRÁCTICAS PARA DISFRUTAR DE LA PLAYA		FECHA:05/04/17 ED: 1 PÁG. 1
	ACOGIDA	Reg.Aco.	

Consultez les conseils et les bonnes pratiques pour profiter des plages et du bain avec sécurité.

1. Le meilleur bain est le bain sûr. Faites ce que indiquent en chaque moment les drapeaux de signalisation.
2. Si vous prêtez attention aux secouristes, vous profiterez d'une bonne journée de plage.
3. Nagez toujours en parallèle avec le déferler des vagues et ne vous éloignez pas de la plage.
4. Si vous ne savez pas nager ou vous ne vous sentez pas suffisamment préparé pour le faire, baignez-vous toujours près du secouriste, prévenez-lui avant d'entrer dans l'eau et essayez que l'eau ne vous surpasse pas la ceinture.
5. Ne traversez pas jamais la zone signalisée avec bouées jaunes et ne nagez pas près des jetées.
6. Si vous avez quelque problème, prévenez le secouriste ou la personne que vous avez plus près levant la main et demandant aide verbalement.
7. A l'heure de prendre le bain, on doit avoir bien en compte les courants. S'il y a, le couleur du drapeau vous l'indiquera. Suivez les conseils des secouristes. Si vous vous trouvez attrapé en demie de une courante, ne nagez jamais en contre, maintenez-vous en flottant et demandez l'aide.
8. Si vous détectez la présence de méduses prenez précautions, ne vous baignez pas près et n'essayez pas de les toucher ou les faire sortir de l'eau. En effet, le meilleur c'est ne pas prendre le bain. Evitez que les enfants jouent avec les méduses et, en cas de piqûre, demandez l'aide au secouriste.

Et rappelez-vous:

Des bonnes pratiques pour profiter de la plage


La plage est un grand espace de cohabitation. Occupez-vous des plages et partagez-les.

Soyez-vous sélectif et mettez chaque résidu dans son conteneur : les récipients au jaune et le reste au gris.

Si vous fumez, ne jetez pas ni la cendre ni les mégots dans la sable. Que l'eau soit propre es aussi votre responsabilité.

Si vous écoutez la musique, faites-le avec les écouteurs ou sans déranger personne.

Si vous traitez les douches et les toilettes avec attention, vous les trouverez toujours en bon état.

	BUENAS PRÁCTICAS PARA DISFRUTAR DE LA PLAYA		FECHA:05/04/17 ED: 1 PÁG. 2
	ACOGIDA	Reg.Aco.	

Bonnes pratiques pour faire randonnée á Gorliz

Des chaussures confortables et des vêtements adaptés en cas de pluie

Ne partes jamais seul et dites ou vous allez et quand vous rentrez.

Le parcours emprunte des chemins et sentiers actuellement utilisés pur des tâches agricoles, forestières ou de bétail. Laissez les barrières telles vous les avez trouvées et respectez les chemines et propriétés des habitants, afin que votre présence ne es dérange pas.

Il n'est de meilleur souvenir qu'une photographie, ne cueillez pas de fleurs, n'arrachez pas de branches et ne dérangez ni le animaux qui paissent ni le reste de la faune, afin que tout le monde puisse les observer.

Gardez votre chien sous contrôle pur qu'il ne dérange ni n'effraie le bétail et les autres animaux.

N'allumez pas de feu et n'abandonnez pas vos poubelles en dehors des points de ramassage. Préservez les espaces naturels pour que les générations futures puissent également en profiter.