



Guida alla Sicurezza *in Mare*

**Per godersi
il mare in sicurezza**



海上保安庁
JAPAN COAST GUARD

Guida alla Sicurezza in Mare

- ✓ Controllare il proprio stato di salute prima di intraprendere qualsiasi attività.
- ✓ Verificare in anticipo le condizioni meteorologiche e marine.
- ✓ Indossare sempre il giubbotto salvagente.



Motoscafi



3 Consigli Fondamentali per la Sicurezza



- ① Effettuare un controllo completo prima della partenza.
- ② Sottoporre l'imbarcazione a manutenzione regolare da parte di tecnici qualificati.
- ③ Rispettare sempre le regole della navigazione marittima.



Moto d'acqua



3 Consigli Fondamentali per la Sicurezza



- ① Ridurre la velocità vicino a nuotatori o altre persone.
- ② Conoscere le tecniche di recupero dopo il ribaltamento e leggere le istruzioni di sicurezza.
- ③ Evitare comportamenti pericolosi come scuotere i passeggeri o trainare dispositivi gonfiabili in modo brusco.



Nuoto



3 Consigli Fondamentali per la Sicurezza



- ① Nuotare solo in spiagge sorvegliate da bagnini.
- ② I genitori devono sempre stare vicini ai bambini.
- ③ Non nuotare dopo aver consumato alcol.



Snorkeling



3 Consigli Fondamentali per la Sicurezza



- ① Utilizzare pinne, maschera e boccaglio.
- ② Non fare snorkeling da soli: andare sempre in gruppo.
- ③ Non fare snorkeling sotto l'effetto dell'alcol.



Canoa



3 Consigli Fondamentali per la Sicurezza



- ① Imparare le tecniche di recupero in caso di ribaltamento prima di uscire in mare.
- ② Controllare accuratamente la canoa prima della partenza.
- ③ I principianti dovrebbero partecipare a corsi per apprendere le competenze di base.



SUP (Stand-Up Paddleboard)



3 Consigli Fondamentali per la Sicurezza



- ① I principianti dovrebbero praticare solo con vento inferiore a 5 m/s e onde sotto i 50 cm.
- ② Verificare di avere l'attrezzatura e le competenze necessarie.
- ③ I principianti dovrebbero seguire corsi per imparare le nozioni fondamentali.



Mini imbarcazioni



3 Consigli Fondamentali per la Sicurezza



- ① Prestare attenzione all'equilibrio dello scafo.
- ② Uscire solo con onde basse (≤ 20 cm) e vento leggero (≤ 4 m/s).
- ③ Restare entro 1 km dalla riva, in un raggio raggiungibile a remi in caso di guasto.



Pesca



3 Consigli Fondamentali per la Sicurezza



- ① Scegliere l'attrezzatura adatta al luogo di pesca.
- ② Evitare di pescare da soli: è preferibile agire in gruppo.
- ③ Non entrare in aree vietate o riservate.