

نصائح عن السلامة أثناء التجديف



إعادة تكوين مستجمعات المياه الخاصة بك

مارس دائماً التجديف مع المعدات المناسبة. تعتبر سترات النجاة، والخوذات، والصفارة، ومجموعة الإسعافات الأولية والهاتف هي المعدات القياسية.



لا تقم أبداً بممارسة التجديف بمفردك. مارس التجديف دائماً مع شخص واحد آخر على الأقل، ولا تنفصل عنه.



كن على دراية بمستوى تدفق التيار في النهر. تحقق من تدفق التيار في مقياس هيئة المسح الجيولوجي الأميركية (USGS) الأقرب لرحلتك المقصودة. انظر للتحقق من تدفق التيار قبل الانطلاق؛ إذا كان جريان النهر سريعاً جداً بالنسبة لمستوى راحتك، فانتظر حتى تنخفض مستويات المياه.



احذر من درجة حرارة الماء. فيمكن للماء البارد أن يكون خطيراً جداً. تعرف إلى كيفية حماية نفسك من انخفاض درجة حرارة الجسم.



كن على دراية بالطقس. يمكن أن تتغير الظروف بسرعة. كن على دراية بالتنبؤات للأحوال الجوية ولا تخرج أثناء العواصف الرعدية أو غيرها من الأحداث الجوية المعاكسة. كن حذراً من ظروف الطقس المتغيرة.



كن على دراية بضوء النهار. تأكد من أن لديك ما يكفي من ضوء النهار لإنهاء رحلتك بشكل مريح.



أحضر معك ملابس احتياطية من الملابس في كيس جاف. من المحتمل جداً أن تبتل. أحضر معك ملابس احتياطية وضعها في كيس جاف لتجنب انخفاض حرارة الجسم.



ارتد الأحذية المناسبة. تأكد من حماية قدميك من الصخور النهرية الحادة؛ فارتد الحذاء دائماً.



تعلم كيف تسبح. تأكد من معرفة كيفية السباحة قبل الشروع في الذهاب في رحلة نهريّة.



تعرف إلى كيفية الحصول على المساعدة. للحصول على المساعدة، اتصل على الرقم 911. أحضر الهاتف الخليوي في حقيبة جافة وتأكد من أنك على دراية بما يحيط بك وأنه يمكنك التواصل بشأن موقعك مع المستجيبين لنداءات للطوارئ.



تتمثل إحدى طرق ضمان حماية البحيرات والأنهار والينابيع في الخروج والاستمتاع بها! الصيف هو وقت رائع لاستكشاف مستجمعات المياه الخاصة بك، ومع تزايد شعبية إعادة تكوين نهر كلينتون والروافد المجاورة في كل عام، لن ترغب في أن تكون الشخص الأخير على النهر.

تتغير ظروف التجديف على نهر كلينتون باستمرار بسبب الطقس وعوامل بيئية أخرى، وهناك عدة أقسام أكثر ملاءمة لمستخدمي قارب الكاياك الأكثر خبرة.

قبل أن تقرر الخروج إلى النهر، من المهم تثقيف نفسك بشأن بعض المخاطر في النهر واتخاذ الاستعدادات اللازمة لذلك.



قم بزيارة موقعنا الإلكتروني للتحقق من خريطة التجديف الخاصة بنا!

استخدم مفتاح الخريطة الموجود على الجانب الأيسر من الخريطة لإطفاء وإعادة تشغيل طبقات البيانات التي توفر معلومات حول المواقع التي يمكن إنطلاق الزوارق منها، بضمنها زوارق الكانو وزوارق الكاياك، والتجديات التي قد تواجهها في النهر، ومواقع الصيد الموصى بها، وغير ذلك. تحقق من الخريطة هنا:

<http://www.crwc.org/paddling/>