


# PADDLA SÄKERT



Tänk alltid på säkerheten och undvik att paddla ensam.

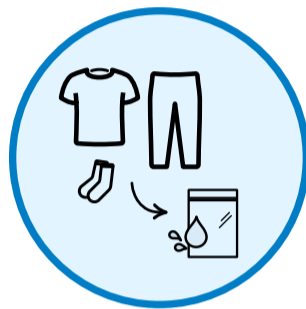
 **Paddle safely** – Always prioritise safety and avoid paddling alone.

 **Paddeln Sie sicher** – Denken Sie immer an die Sicherheit und vermeiden Sie das Alleinpaddeln.





## Använd alltid flytväst

-  Always use a life jacket
-  Tragen Sie immer eine Schwimmweste





## Ta med ombyte

-  Bring a change of clothes
-  Nehmen Sie Wechselkleidung mit





## Ta med mobiltelefon

-  Bring your mobile phone
-  Nehmen Sie ein Mobiltelefon mit





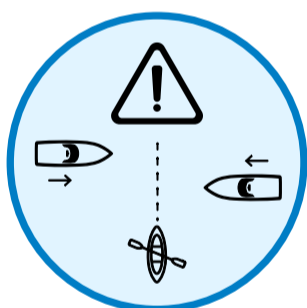
## Berätta var du ska paddla

-  Inform others about your paddling destination
-  Teilen Sie anderen mit, wohin Sie paddeln werden





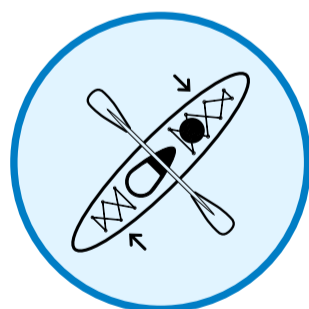
## Kolla alltid väderprognosen

-  Check the weather forecast
-  Überprüfen Sie die Wettervorhersage





## Undvik farleder för båtar

-  Avoid boat lanes/traffic areas
-  Vermeiden Sie Schifffahrtswege



## Packa rätt

-  Pack correctly
-  Packen Sie richtig

## Ta med säkerhetsutrustning

Ge dig aldrig ut på långturer över öppet vatten om du inte vet hur du ska använda säkerhetsutrustningen eller inte kan ta dig upp vid en kapsejsning. Hellre avbryt än chansa.

## Bring safety equipment

Never set out on long journeys over open water if you don't know how to use safety equipment or cannot recover from a capsized. Change your plans, rather than taking unnecessary risks.

## Nehmen Sie Sicherheitsausrüstung mit

Unternehmen Sie niemals lange Fahrten über offenes Wasser, wenn Sie nicht wissen, wie Sie die Sicherheitsausrüstung richtig verwenden oder sich nach einer Kenterung wieder aufrichten können. Es ist besser abubrechen, als etwas zu riskieren.

