



Città metropolitana  
di Roma Capitale

[www.cittametropolitanaroma.it](http://www.cittametropolitanaroma.it)

# CITTÀ METROPOLITANA DI ROMA CAPITALE

Balneazione e navigazione  
in sicurezza

# LAGO SICURO



## BALNEAZIONE

### CONSIGLI

- Non fare il bagno se non sono passate almeno 3 ore dall'ultimo pasto
- Non allontanarti a nuoto dalla spiaggia se non sei un buon nuotatore
- Controlla sempre i tuoi bambini quando fanno il bagno
- Non nuotare nei canali delimitati da file di boe, sono riservati alle imbarcazioni
- Quando fai il bagno resta sempre visibile alla vista del bagnino
- È sconsigliato fare il bagno lungo le spiagge dove non c'è sorveglianza

### AVVERTENZE

#### È pericoloso fare il bagno quando:

- Il bagnino espone la bandiera rossa perché indica che le acque del lago sono mosse.
- Il bagnino espone la bandiera gialla perché indica che c'è vento forte

### DIVIETI

#### È vietato:

- Accendere fuochi sulla spiaggia
- Circolare sulla spiaggia con motocicli o altri mezzi a motore
- Giocare con il pallone sul bagnasciuga
- Occupare i tratti di spiaggia riservati per la partenza e l'arrivo dei mezzi nautici di soccorso.

## NAVIGAZIONE

**Sui laghi di Bracciano, Martignano, lago Albano e di Nemi è vietata la navigazione a motore esclusi i motori elettrici e le imbarcazioni autorizzate**

### CONSIGLI

- Se esci con derive canoe o windsurf lascia sempre indicazioni sull'ora del tuo ritorno
- Prima di partire controlla che l'imbarcazione sia in ordine
- Controlla che a bordo ci siano le dotazioni di sicurezza
- Indossa sempre il giubbotto salvagente

### DIVIETI

#### È vietato:

- Trasportare a bordo un numero di persone superiore al consentito
- Navigare vicino ai bagnanti
- Arrivare in spiaggia al di fuori dei canali predisposti
- Superare con i pedalò la distanza consentita dalla costa (200 mt.)

## COLLABORA CON NOI PER UN'ESTATE SICURA

**Aiutaci a fare rispettare le regole per la sicurezza dei bagnanti e dell'ambiente**

- Utilizza i numeri di emergenza esposti
- Segnala se vedi qualcuno in pericolo
- Segnala se vedi anche un piccolo principio di incendio
- Mantieni la spiaggia pulita

## LAC SECURITAIRE REGLES BALNEAIES



### BAIGNADE CONSEILS

- Ne pas se baigner avant 3 heures du dernier repas
- Ne pas s'éloigner de la plage à la nage à moins que vous soyez un très bon nageur
- Ne pas perdre de vue les enfants qui se baignent
- Ne pas nager au-delà des bouées de démarcation réservées aux embarcations
- Restez visible au maître nageur pendant vos baignades
- Il est déconseillé de se baigner le long des plages sans surveillance

### AVERTISSEMENTS

#### Il est dangereux de se baigner quand :

- Le maître nageur expose le drapeau rouge, qui indique que les eaux du lac sont enrager
- Le maître nageur expose le drapeau jaune quand le vent est fort

### INTERDICTIONS

#### C'est interdit

- Allumer des feux sur la plage
- Circuler sur la plage avec des moyens de transport à moteur
- Jouer au ballon le long de la plage
- D'occuper les lieux réservés aux moyens de secours

### NAVIGATION

**Sur les lacs de Bracciano, Martignano, lac Albano et Nemi, la navigation à moteur est interdite, sauf pour les moteurs électriques et les bateaux autorisés**

### CONSEILS

- Si vous sortez avec des planches à voile ou canoë caiaques, vous devez impérativement informer sur l'heure de votre retour
- Avant de partir, vérifiez que le bateau est en ordre
- Contrôlez que vous emportez bien l'équipement de secours
- Enfilez toujours votre gilet de sauvetage

### DEFENSE DE

#### C'est interdit

- Transporter à bord un nombre supérieur de personnes sans que l'embarcation ne le permette
- Naviguer près des nageurs
- Se rendre à la plage en dehors des canaux désignés
- Dépasser la distance autorisée de la côte avec des pédalos (200 m.)

### TRAVAILLEZ AVEC NOUS A FIN DE RENDRE L'ETE PLUS SURE

**Aidez nous afin que les règles soient respectées par les nageurs, et protégez l'environnement**

- Utilisez numéros d'urgence
- Signalez si quelqu'un est en danger
- Signalez un début d'incendie
- Gardez les plages propres

## SAFETY IN THE LAKE



### BATHING

#### ADVICE

- Wait at least three hours before bathing after eating
- Remain close to the shore if you are not a good swimmer
- Keep a close eye on your children while they are in the water
- Do not swim in marked-off areas, these are reserved for boats
- When you bathe, it is always visible to the lifeguard
- It is not recommended to swim along beaches where there is no surveillance

#### WARNING

##### It is dangerous to swim when:

- The lifeguard displays a red flag, which indicates rough waves
- The lifeguard displays a yellow flag, which indicates strong wind

#### PROHIBITION

##### It is prohibited:

- To light fires on the beach
- To circulate on the beach with motorcycles or other motor vehicles
- Playing with the ball on the shore
- To occupy parts of the beach reserved for the departure and arrival of rescue boats.

### NAVIGATION

**On the lakes of Bracciano, Martignano, lake Albano and Nemi are strictly off-limits to fuel-driven boats. Only electric motors anauthorized boats are permitted**

#### ADVICE

- When windsurfing/canoeing, always leave indications at what time you intend to return
- Before you leave, check that the boat is in order
- Before leaving make sure that all security equipment is on board
- Always wear a life jacket

#### PROHIBITION

##### It is prohibited:

- To transport more persons on board than allowed
- Sailing close to bathers
- Getting to on the beach outside the marked-off channels
- To go beyond the allowed coastal distance ( 200 mt) when on a pedal boat

### WORKING TOGETHER FOR A SAFE SUMMER

#### Help us to respect the security rules for bathers and the environment

- Use the emergency numbers on display
- Report people who need help
- Report when you notice a fire starting
- Keep the beach clean

## SICHERER SEE



### BADEN

#### Ratschläge:

- Nicht mit vollem Magen ins Wasser gehen – mindestens 3 Stunden abwarten!
- Schwimmen Sie nicht vom Strand weg, wenn Sie kein guter Schwimmer sind!
- Badende Kinder nie unbeaufsichtigt lassen!
- Schwimmen Sie nicht in den für Booten vorgesehenen Fahrinnen, gekennzeichnet durch Boien!
- Bleiben Sie im Wasser immer in Sichtweite des Bademeisters!
- Es wird nicht empfohlen, an Stränden zu schwimmen, an denen es keine Überwachung gibt

#### Hinweise:

##### Es ist gefährlich zu Baden wenn:

- Der Bademeister die rote Flagge histet, was bedeutet, dass der See stürmisch ist!
- Der Bademeister die gelbe Flagge histet, was bedeutet, dass heftiger Wind weht.

#### VERBOTE

##### Es ist verboten

- Das Entfachen von Lagerfeuern!
- Befahren des Strandes mit Motorrädern oder motorbetriebenen Fahrzeugen!
- Ballspielen in Wasserlinie
- Halten Sie bitte die gekennzeichneten Zonen für die An- und Abfahrt von Rettungsfahrzeugen frei!

### SCHIFFFAHRT

**Auf den Seen Bracciano, Martignano, Albaner See und Nemi ist die Motorschifffahrt verboten, mit Ausnahme von Elektromotoren und zugelassenen Booten**

#### Ratschläge:

- Kanufahrt und Windsurfer sollten immer eine Uhrzeit ihrer Rückkehr angeben!
- Kontrollieren Sie vor der Abfahrt ob Ihr Boot in Ordnung ist!
- Vergewissern Sie sich, dass an Bord die notwendigen Sicherheitsausrüstungen vorhanden sind!
- Legen Sie immer eine Schwimmweste an!

#### VERBOTE

##### Es ist verboten:

- Mehr Personen an Bord zu nehmen als gestattet ist!
- In Badenähe zu segeln!
- Ausserhalb der vorgesehenen Fahrinnen am Strand anzulegen!
- Sich mit Tretbooten als 200 mt. Entfernen!

**Arbeiten Sie mit uns für einen sicheren Sommer zusammen!**

**Helpen Sie uns die Sicherheitsregeln für Badegäste und Umwelt zu respektieren!**

- Benützen Sie die ausgeschriebenen Notfallnummern!
- Melden Sie Personen die sich in Gefahr befinden!
- Melden Sie auch Kleine Brandherde!
- Halten Sie den Strand sauber!

## LAGO SEGURO



### BAÑO

#### CONSEJOS

- Esperar tres horas de la última comida antes de bañarse
- No te alejas de la playa si no eres un buen nadador
- Vigila a tus hijos mientras se están bañando
- No nadar en los canales bordeados por hileras de boyas, están reservados para embarcaciones
- Durante del baño permanecer a la vista del socorrista
- No es aconsejable bañarse en playas sin vigilancia

#### ADVERTENCIAS

##### Es peligroso bañarse cuando:

- El socorrista pone la bandera roja por que el agua está brava
- El socorrista pone la bandera amarilla por que el viento es fuerte

#### PROHIBICIONES

##### Es prohibido:

- Encender fuegos en la playa
- Ir en la playa con motocicletas y otros vehículos a motor
- Jugar con el balón en la orilla
- Ocupar los tractos de la playa reservados al tráfico de los medios de socorro

### NAVEGACION

**En los lagos de Bracciano, Martignano, lago Albano y Nemi está prohibida la navegación a motor, excepto los motores eléctricos y las embarcaciones autorizadas.**

#### CONSEJOS

- Cuando haces windsurf o canoa deja indicaciones sobre la hora de tu regreso
- Antes de llevar controla tu bote
- Controla que hay equipo de seguridad a bordo
- Ponerse siempre el chaleco salvavidas

#### PROHIBICIONES

##### Es prohibido:

- Transportar a bordo más personas que concordado
- Navegar cerca de los bañistas
- Atracar fuera de los canales para los botes
- Superar la distancia consentida (200 Mt.) con los hidropedales

### COLABORA CON NOSOTROS PARA UN VERANO SEGURO

**Ayúdanos a hacer cumplir las normas para la seguridad de los bañistas y el medio ambiente**

- Usa los números de emergencia
- Señala si ves algunos en peligro
- Informe si ve incluso un pequeño comienzo de fuego
- Conserva la playa limpia

## LACUL SIGUR



### BAIE

#### SFATURI

- Nu faceti baie dacă nu au trecut 3 ore de la ultimul prânz sau cină.
- Nu vă îndepărtați înnot dacă nu știți să înotați bine
- Controlați mereu copiii care fac baie
- Nu înotați în canale care au întins fire cu plută, sunt rezervate pentru nave
- Când faci baie rămâi vizibil de salvamar
- Nu este indicat să faci baie acolo unde nu există supraveghere.

#### AVERTIZĂRI

##### Este periculos să faci baie când:

- Salvamarul pune o față roșie care arată că valurile sunt mari
- Când salvamarul pune o față galbenă atunci arată că vântul este puternic.

#### ESTE INTERZIS

- Aprinderea focului pe plajă
- Să circuli pe plajă cu motociclete sau alte vehicule cu motor
- Ocuparea partilor de plajă care sunt rezervate pentru plecarea și sosirea barcilor de salvare.

### NAVIGARE

**Pe lacurile Bracciano, Martignano, lacul Albano și Nemi, navigația cu motor este interzisă, cu excepția motoarelor electrice și a bărcilor autorizate..**

#### SFATURI

- Dacă ieși cu canoe sau windsurf lasă mereu indicați la ora când te întorci
- Înainte de a pleca controlează dacă la bord sunt dotări de siguranță
- Puneți în totdeauna vesta de salvare

#### ESTE INTERZIS

- Transportare la bord un număr de persoane mai mare decât este recomandat
- Navigare aproape de oamenii care fac baie.
- Recercă cu pedala la distanță de 200 m de coastă

### COLABOREAZĂ CU NOI PENTRU O VARĂ SICURĂ

**Ajută-ne să facem respectate regulile pentru siguranța oamenilor de pe plajă și siguranța naturii**

- Folosește numerele de urgență
- Anunță-ne dacă vezi pe cineva în pericol
- Anunță-ne dacă vezi un mic foc pe plajă
- Menține plajă curată

