|  |  |
| --- | --- |
| **English** | **French** |
| #SBAW #SafeBoatingAwarenessWeek #EnjoyBoating #CSBC #BetterBoater #BoatLikeABoss #BossBoater #BoatingTips #BoatingSafety #SafeBoating #KnowBeforeYouGo #BoatSober #Lifejackets #WearIt #ColdWaterAwareness #1-10-1 #ColdWaterSurvival #SBAW2021 #BoatCourse #BePrepared #BoatingLife #WishIWasBoating |  |
| **Day 1 – Welcome to SBAW**  Welcome to Safe Boating Awareness Week!  As we are all excited to get out on the water this upcoming Boating Season, Safe Boating Awareness Week is dedicated to making sure all boaters will be safe on the water, allowing everyone to have an epic boating season.  To prepare boaters and assure you, your family, and your peers’ safety on the water this summer, we will be sharing our 5 key messages throughout the week, so be sure to follow us and learn more on boating safety.   1. Boat Sober 2. Wear your Lifejacket 3. Take a Boating Course 4. Be Aware of Cold Water Risks 5. Be Prepared, You and Your Boat   We are calling on all boaters to make this boating season the best one yet and the best way to assure a great boating season for all is by participating in safe boating and following the guidelines and rules. Our 5 key messages provide the basic knowledge, which all boaters should know!  So ensure you are following us this week for more tips on how to stay safe and have a fun boating season, it could save your life! | **Jour 1 – Bienvenue à la SSN**  Bienvenue à la Semaine de la sécurité nautique  Nous nous réjouissons tous de l’arrivée de la saison de navigation et la Semaine de la sécurité nautique nous rappelle que tous les plaisanciers doivent faire preuve de prudence pour que nous ayons tous une superbe saison.  Pour que les plaisanciers s’y préparent et pour s’assurer que vous, votre famille et vos proches soient en sécurité cet été, nous avons cinq messages clé à partager tout au long de la Semaine.  1. Naviguez sobrement  2. Portez votre gilet de sauvetage  3. Suivez un cours de navigation  4. Soyez conscient des dangers de l’eau froide  5. Soyez prêt, vous et votre bateau  Nous faisons appel à tous les plaisanciers pour que cette saison de navigation soit la meilleure qui soit. Le meilleur moyen d’y parvenir est d’adopter des pratiques sécuritaires sur l’eau. Nos cinq messages clé portent sur des connaissances de base que tous devraient avoir!  N’oubliez donc pas de nous suivre cette semaine pour en savoir plus et mieux profiter de votre été. Ça pourrait vous sauver la vie! |
| **Day 2 - Lifejacket**  If you were to stop and think about it, we have specific jackets that we wear in each season and even for specific activities within these seasons such as ski jackets, sled jackets, rain jackets, and running jackets.  Just as there's a jacket for every activity, there's a lifejacket for every type of water activity. Providing comfortability, accessibility, style, and safety for all your water activities.  Now picture it was raining outside, you would obviously wear a rain jacket.  Rain= Rain Jacket  Now imagine being out in the rain and having your rain jacket tied up around your waist, or tucked away in a backpack? Doesn’t look right, and more importantly there is no additional safety/ benefit of carrying your rain jacket with you in the rain.  It only works if you wear it.  The same applies to Lifejackets. If you are not wearing it, or not wearing it properly it will not have any benefit to you in case of emergency.  On the Water = Lifejacket.  When boating, make sure to always wear your Lifejacket properly and be a good example to your family, children, peers and set the bar high for boat and water safety.  Lifejackets, the Jacket for your LIFE. | **Jour 2 – Gilet de sauvetage**  Quand on y pense bien, nous portons différents manteaux à chaque saison selon des activités spécifiques, comme le ski, la raquette, la randonnée ou sous la pluie.  De la même manière, il existe un gilet de sauvetage spécifique selon les activités nautiques que l’on pratique. Chacun offre confort, style, aisance et sécurité.  Si vous voyez qu’il pleut, vous voudriez porter un imperméable.  La pluie = imperméable  Imaginez que vous êtes sous la pluie battante et que votre imper est noué autour de votre taille ou dans votre sac à dos. Pas très utile. Il n’y a donc aucun avantage à le transporter avec soi.  Il n’est utile que si vous le portez.  Il en va de même pour les gilets de sauvetage. Si vous ne le portez pas ou que vous ne le portez pas correctement, il ne vous sera d’aucune utilité en cas d’urgence.  Sur l’eau = gilet de sauvetage  Quand vous êtes en bateau, assurez-vous de porter votre gilet de sauvetage et de le porter correctement. Soyez un exemple pour vos enfants et vos proches en mettant la barre bien haute sur la question de la sécurité nautique.  Le gilet de sauvetage sauve des VIES. |
| **Day 3 - Boat Sober**  Sometimes things in life are just not supposed to go together, such as boating and intoxication. When you’re out on the water there's a lot of things which you can’t control such as the water, weather, and the other boaters on the lake. One thing you can always control though is your sobriety on the water. Alongside wearing your lifejacket, the best way to be safe on the water is being sober.  Psychologists know that humans have a way of rationalizing making poor decisions. “It can’t possibly happen to me”, is often the thought. Whether that means “I’ll never be caught by the police” or “I’ll never be killed” it doesn’t matter. But it does happen, and it may just be a matter of time.  Being charged by the police with impaired boating carries significant penalties upon conviction, but too many impaired boaters are not stopped before something worse happens.  With 40% of boating related deaths involving alcohol and 23% of the cases involved with alcohol above the legal limit. Boating intoxicated puts your life and the ones you care for at risk for little to no benefit. Even more so, with the legalization of Marijuana and the rising epidemic of prescription opioids, the risk of others being intoxicated on the lake could increase significantly.  It is more important than ever, for you to control the things you can on the water and Boat Sober.  It’s simple - If you consume alcohol or drugs, don’t drive your boat! | **Jour 3 – Naviguer sobrement**  Dans la vie, il y a des choses qui ne devraient pas aller ensemble, comme bateau et intoxication. Sur l’eau, il y a de nombreux facteurs que vous ne pouvez pas contrôler comme la météo, les vagues et les autres plaisanciers. Vous pouvez toutefois avoir le contrôle sur votre sobriété. En plus de porter votre gilet de sauvetage, être sobre sur l’eau est le meilleur moyen de demeurer en sécurité.  Les psychologues savent que les humains rationalisent facilement leurs mauvaises décisions. « Ça ne peut m’arriver à moi », en serait un bon exemple. Qu’on se dise « Je ne me ferai pas prendre par la police » ou « Je ne me tuerai pas » n’a pas d’importance. La vérité, c’est que ça arrive et ce n’est peut-être qu’une question de temps.  Être accusé de conduite avec facultés affaiblies entraîne son lot de pénalités si vous êtes trouvé coupable. Cependant, trop de plaisanciers en état d’ébriété ne sont pas arrêtés avant que bien pire n’arrive.  Considérant que l’alcool joue un rôle dans 40% des décès associés au bateau et même au-delà de la limite légale dans 23% de ces cas, naviguer avec des facultés affaiblies met en danger votre propre vie et celles de vos proches. Avec la légalisation du cannabis et la consommation épidémique d’opioïdes, le risque que d’autres que vous soient intoxiqués n’est pas négligeable.  Il est donc plus important que jamais que vous preniez le contrôle sur ce que vous pouvez contrôler en naviguant sobrement.  Dit simplement – Si vous consommez de l’alcool ou des drogues, ne conduisez pas votre bateau! |
| **Day 4 - Take a boating course- promote StartBoating and online learning**  With all the additional time spent at home, itching to get out and enjoy some quality time in your boat, why not take a boating course to be more prepared than ever when boating season kicks off.  From the least experienced boaters to the most experienced boaters, and from paddlers to sailors, and power motor craft operators. Taking an online boating course will allow you to learn something new, grow your boating education or reassure yourself that your boating knowledge and skills are top notch, leaving no room for error.  Check out startboating.ca or see what online courses are available by a local providers, for specified boating type courses!  Get excited for the boating season of 2021 by taking a boating course that will spring you into the boating season! | **Jour 5 – Suivez un cours de navigation, faites connaître Navigation 101 et l’apprentissage en ligne**  Comme on passe plus de temps à la maison, qu’on a hâte de sortir et de profiter de la vie en bateau, pourquoi ne pas suivre un cours de navigation? Vous serez ainsi mieux préparé que jamais en vue de la saison de navigation qui s’annonce.  Que l’on soit expérimenté ou novice, pagayeur, adepte de voile ou de bateau à moteur, suivre un cours de navigation en ligne permet d’apprendre quelque chose de nouveau, d’améliorer ses connaissances et d’avoir l’assurance d’être à son affaire et qu’on ne laisse pas de place à l’erreur.  Allez voir Navigation 101.ca ou quels cours sont offerts par des organismes de votre région pour des activités de navigation spécifiques!  Soyez fin prêt pour la saison de navigation de 2021 en suivant un cours de navigation qui vous propulsera dans la bonne direction! |
| **Day 5 – Be Aware of Cold-Water Risks**  Cold Water. Doesn't seem that dangerous but failing to be prepared and aware of the effects of cold water can be life threatening.  Even as the days start to become warmer and brighter, you need to be aware of the water you are boating on as it is still significantly cold from winter.  In case you end up accidentally in the cold water, remember **1-10-1**   1. **1 minute** to regain control of your breathing 2. **10 minutes** until your arms and legs movements become very weak. In the 10 minutes you can either    1. Get yourself out of the cold water by either swimming to shore (within a close distance) or getting back on your boat    2. Reduce your movements and try to conserve heat in the HELP position 3. **1 Hour** minimum until hypothermia will make you unconscious.   You can survive longer than you think in Cold Water, but only if you're wearing a Life Jacket which will allow yourself to conserve energy and float when you become unconscious. | **Jour 5 – Soyez conscient des dangers de l’eau froide**  L’eau froide. Ça ne semble pas si dangereux, mais négliger de s’y préparer et d’en connaître les effets peut mettre votre vie en danger.  Même si les journées s’allongent et que la chaleur se fait sentir, vous devez garder à l’esprit que l’eau sur laquelle vous naviguez est encore froide.  Si vous faites une chute accidentelle en eau froide, rappelez-vous du **1 – 10 – 1**   1. **1 minute** pour reprendre le contrôle de votre respiration 2. **10 minutes** avant que vos bras et vos jambes faiblissent. Pendant ces 10 minutes, vous pouvez    1. Sortir de l’eau froide soit en nageant vers la rive (si à courte distance) ou remonter dans votre bateau.    2. Réduire vos mouvements et tenter de conserver votre chaleur en prenant la position de l’œuf.   C. **1 heure** au moins avant que l’hypothermie vous fasse perdre conscience.  Vous pouvez survivre plus longtemps que vous ne le croyez en eau froide, mais seulement à condition de porter un gilet de sauvetage, ce qui vous permettra de conserver votre énergie et de rester à flot même si vous perdez conscience. |
| **Day 6 - Be Prepared, You and Your Boat**  With the excitement of boating season here, it is possible to get caught up and forget some key things especially on your first boating excursion of the year.  When getting ready to hit the water on your boat, you must not only prepare for yourself but your passengers as well.  Your Boat = Your Responsibility.  In General, All Boaters are required to have:   * Life Jackets for yourself, and the passengers on your boat. * A sound signaling device * Required Safety gear for your style of boat/paddle craft   Avoid that feeling “that you forgot something” or being faced with an emergency and not having the equipment or knowing how to use your equipment properly. An easy way to be prepared is to make a personal list for your type of boat and given boating activity on the water and check your list the day before going out.  Be prepared for an epic boating summer, and before hitting the water check your boat to make sure you have all the required equipment, and make sure you know how to use the equipment in case of emergency. | **Jour 6 – Soyez prêt, vous et votre bateau**  Il y a de la fébrilité dans l’air en ce tout début de saison de navigation et il est facile d’oublier certaines choses essentielles en vue de la première sortie de l’année.  Quand vous vous apprêtez à faire cette première sortie, vous devez non seulement vous y préparer vous-même, mais aussi vos passagers.  Votre bateau = votre responsabilité  De manière générale, en bateau, tous doivent avoir :   * Un gilet de sauvetage pour vous-même et pour chaque personne à bord * Un dispositif de signalisation sonore * L’équipement de sécurité requis pour votre type d’embarcation   Il y a moyen d’éviter d’avoir ce sentiment « d’avoir oublié quelque chose » ou de ne pas avoir l’équipement requis ou ne pas savoir comment s’en servir correctement. Il suffit de faire sa propre liste en fonction de son bateau et des activités que l’on pratique et de vérifier cette liste la veille d’une sortie sur l’eau.  Préparez-vous à passer un été fantastique en bateau. Avant de partir, vérifiez que vous avez tout l’équipement requis à bord et assurez-vous que vous savez comment vous en servir en cas d’urgence. |
| **Day 7 – End of SBAW week**  Thanks for joining us during Safe Boating Awareness Week 2021.  To recap, here are our 5 key messages for you to take forward this boating season, allowing yourself and loved ones the safest and greatest boat season to date.   1. Boat Sober: It's simple, if you have consumed alcohol or drugs, do not boat! 2. Wear your Lifejacket: When boating always wear a Lifejacket. It only works if you wear it! 3. Take a Boating Course: Boating courses are available for all boat types and levels of experience. Check out safeboating.ca or a boating course from your local provider. 4. Cold Water Awareness: Cold water is more dangerous than you think. Remember 1-10-1  * 1 Minute for you to get your breathing back to normal * 10 Minutes until your arms and legs become very weak * 1 Hour minimum until hypothermia can make you unconscious.  1. Be Prepared, You and Your Boat: Avoid the feeling of thinking you forgot something/ realizing you forgot something too late. Make a list and check it twice. Being prepared will allow you to have the best experience boating.   As the 2021 Boating season is officially here, we hope to see you out on the water having a blast, participating in safe boating activities with a smile on your face! | **Jour 7 – Fin de la SSN**  Merci de vous être joint à nous durant la Semaine de la sécurité nautique  En résumé, voici les cinq messages clé que vous devez retenir au cours de la saison de navigation. Ils feront en sorte que vous et vos proches pourrez en profiter mieux que jamais, en toute sécurité.  1. Naviguez sobrement : c’est simple, si vous avez consommé de l’alcool ou des drogues, ne naviguez pas!  2. Portez votre gilet de sauvetage : en bateau, portez toujours votre gilet de sauvetage. Il vous sera utile seulement si vous le portez.  3. Suivez un cours de navigation : de nombreux cours de navigation sont offerts pour divers types de bateaux et selon les niveaux d’expérience. Allez voir Navigation 101.ca ou suivez un cours dans votre région.  4. Les dangers de l’eau froide : l’eau froide est plus dangereuse que vous ne le croyez.  Rappelez-vous du 1 -10 – 1   * 1 minute pour reprendre votre souffle * 10 minutes avant que vos bras et vos jambes faiblissent * 1 heure au moins avant que l’hypothermie vous fasse perdre conscience   5. Soyez prêt, vous et votre bateau : n’ayez pas ce sentiment d’avoir oublié quelque chose ou de réaliser que vous avez effectivement oublié quelque chose. Faites une liste et vérifiez-la deux fois plutôt qu’une. Être bien préparé vous permettra de vivre une expérience nautique pleinement satisfaisante.  Alors que débute officiellement la saison de navigation 2021, nous espérons que vous passerez de beaux moments sur l’eau et que toutes vos activités nautiques mettront des sourires sur vos visages! |