White Sands

National Park Service
U.S. Department of the Interior

White Sands National Monument

确保安全（夏季-Chinese）

游览白沙国家纪念地是一场刺激的体验,但在游览过程中要保证安全,这一点很重要，因此请花费一点时间阅读下面的安全提示。

饮用足够的水！

由于在游览过程中人不会出汗，所以不容易察觉到人体正在脱水；建议每位游客每天喝一加仑的水，并食用充足的高能量零食来获得体力。

得到足够的休息！

炎热引起的疾病可能会来的很快，因此要在阴凉处多休息，纪念地内的所有野餐桌都设置在阴凉处；在休息期间，要确保饮用足够的水，来帮助身体从因炎热引起的不适中恢复过来。

知道自己所在的位置！

春季是多风的季节，风会使沙丘移动，从而消除掉人的行迹，因此使用GPS导航并不可靠；要注意并遵循行迹标示物，携带指南针，并给手机充满电，保持在地标可视范围内；不要独自远足。

做好准备！

戴帽子和太阳镜，沙子会反射太阳光，所以要在身体暴露在外的所有地方涂抹防晒霜，即使在冬天也应如此；要穿宽松的浅色衣服，使身体保持清爽。

挖洞有危险！

在沙丘中挖洞乐趣横生，但要保持警惕，因为沙丘会移动且沙子很重，因此挖的洞可能会坍塌，将人掩埋，从而引起窒息。

谨防雷暴！

要谨防雷暴天气，即使没有下雨也可能会出现雷暴；如果出现雷暴时游客身处沙丘地带，请在公园休息站等坚固的建筑物内躲避，并保持门窗关闭，也可躲在车内；如果旁边没有此类避难所，则要蹲在地上，将双手护住耳朵，并将头部置于膝盖之间。记住：如果听到雷声轰鸣，就到室内去。

宠物

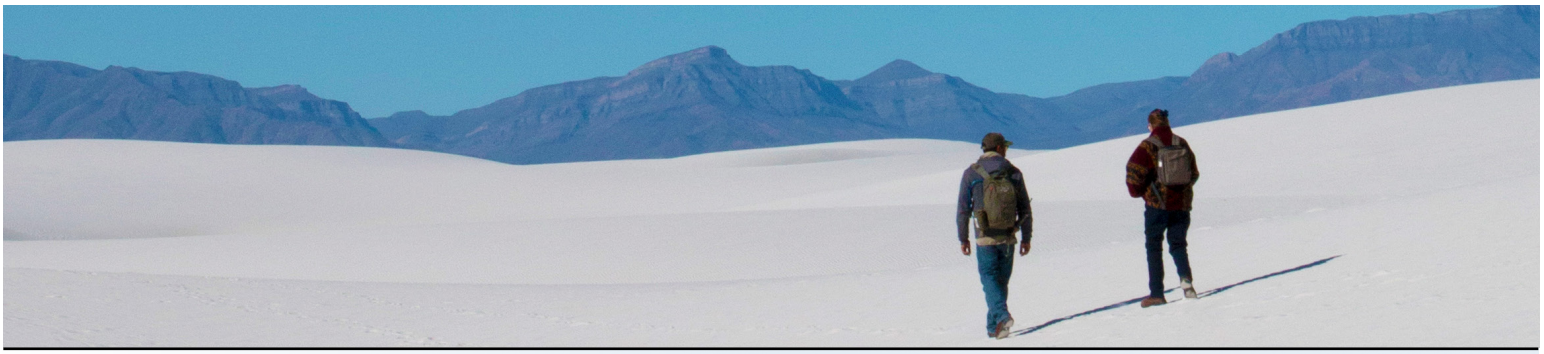
允许宠物进入纪念地内，但不能进入游客中心和休息室等建筑物内；必须时刻用绳索牵引着宠物；在极端气温下请不要将宠物留在车内。

White Sands

National Park Service
U.S. Department of the Interior

White Sands National Monument

确保安全（冬季-Chinese）



游览白沙国家纪念地是一场刺激的体验,但在游览过程中要保证安全,这一点很重要，因此请花费一点时间阅读下面的安全提示。

饮用足够的水！

由于在游览过程中人不会出汗，所以不容易察觉到人体正在脱水；建议每位游客每天喝一加仑的水，并食用充足的高能量零食来获得体力。

保持温暖！

日落以后气温骤降—降幅达華氏20度到30度；穿衣要适合白天的气温，并备有日落后穿的保暖衣物。

知道自己所在的位置！

风会使沙丘移动，从而消除掉人的行迹，因此使用GPS导航并不可靠；要注意并遵循行迹标示物，携带指南针，并给手机充满电，保持在地标可视范围内；不要独自远足。

做好准备！

戴帽子和太阳镜，沙子会反射太阳光，所以要在身体暴露在外的所有地方涂抹防晒霜，即使在冬天也应如此。

挖洞有危险！

在沙丘中挖洞乐趣横生，但要保持警惕，因为沙丘会移动且沙子很重，因此挖的洞可能会坍塌，将人掩埋，从而引起窒息。

谨防道路和沙丘结冰！

游客可能很难发现沙丘上的冰冻水，因此为了安全起见，请减慢速度，并轻踩刹车防止打滑；冬天沙丘会结冰，从而变得比夏天更坚硬，虽然这可以使雪橇划得更快，但也使摔倒时伤得更重，甚至会引起骨折。

宠物

允许宠物进入纪念地内，但不能进入游客中心和休息室等建筑物内；必须时刻用绳索牵引着宠物；在极端气温下请不要将宠物留在车内。