

PELUCHIIN

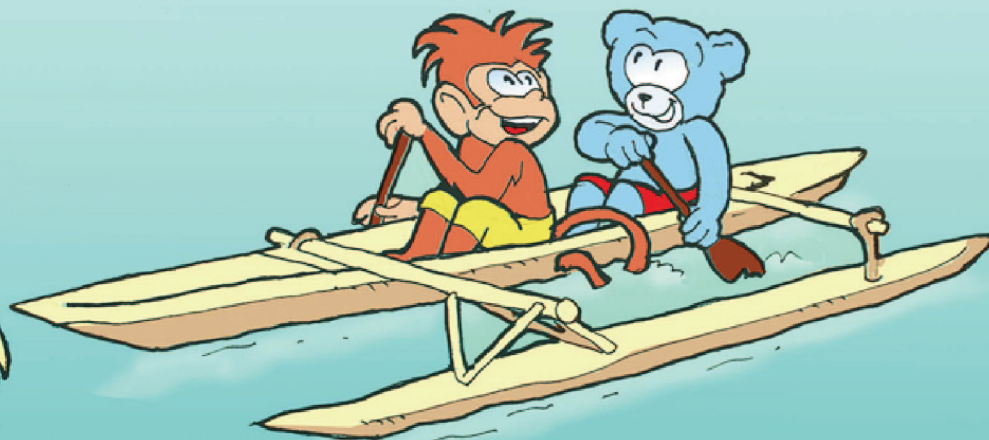


AIR TAHITI NUI



FÉDÉRATION FRANÇAISE
PRÉVENTION DES RISQUES DOMESTIQUES
www.ffprd.fr

EN POLYNÉSIA



Federación Internacional de Sociedades
de la Cruz Roja y de la Media Luna Roja
Centro Mundial de Referencia en Primeros Auxilios



Peluchín y la protección solar



Peluchín y la protección solar



LOS CONSEJOS DEL PROFESOR SAM SABETODO

Para lograr una **protección solar realmente efectiva**, tienes que usar:

- una camiseta anti rayos UV.
- lentes de sol adaptadas.
- una gorra.

y aplicar crema solar
(índice 50).

- la crema es efectiva después de 15 minutos de aplicación.
- volver a aplicar la crema después de nadar.



Vacaciones de ensueño...



...sí, pero con precaución!



LOS CONSEJOS DE
REX SWIM
SALVAVIDAS



Consejos de seguridad para nadar este verano:

- Elija áreas de baño supervisadas, donde los equipos de rescate puedan responder más rápidamente.
- Vigile a sus hijos en todo momento, siempre permanezca con ellos cuando jueguen en la orilla del agua o cuando estén en el agua.
- Tenga en cuenta su estado físico: no nade si siente un problema físico (fatiga, problemas de salud, escalofríos) y no sobrevalore su nivel de natación, siempre es más difícil nadar en un entorno natural que en una piscina.
- Un nadador atento es un nadador seguro: avise a un familiar antes de nadar, observe el color de la bandera que indica el estado del mar, no se exponga al sol durante largos períodos de tiempo y métase en el agua gradualmente, no beba alcohol antes de nadar, aprenda primeros auxilios...