

DECÁLOGO de INADADOR

DISFRUTA DEL AGUA SIN RIESGOS
DE UN BAÑO SEGURO

CONOCE LAS NORMAS DE SEGURIDAD Y RESPÉTALAS

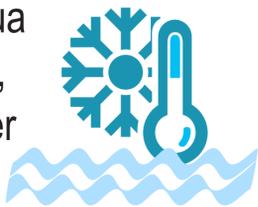
Aprende a nadar y nada bien



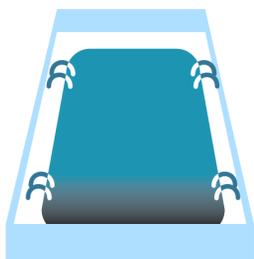
Si no sabes nadar bien
lleva puesto siempre un
chaleco salvavidas dentro del
agua y también cuando
juegas cerca



Antes de meterte en el agua
comprueba la temperatura,
el cambio brusco puede ser
perjudicial para tu salud



No nades por la noche,
nadie podría verte



Las piscinas deben tener
una valla alta con cierre que
impida a los niños el acceso

Mete primero los pies y
asegúrate antes de tirarte
de cabeza de que no existe
ningún peligro ni
obstáculo debajo



Procura nadar en
zonas con vigilancia



Cuando vayas a nadar avisa
siempre a tus padres o a un
adulto para que te vigile

Conoce el significado de las
banderas en las playas y respétalas



Baño libre

Baño con precaución

Baño prohibido

Sal del agua si te notas
cansado, tienes frío, o has
estado mucho tiempo

