

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...



¡QUÉ GENIAL UN PICNIC EN LA PLAYA!

¡COMIMOS MUY BIEN!



...Y AHORA VOY A NADAR!

¡ESPERA PELUCHÍN!



¡HEY TU! ¿A DÓNDE VAS CORRIENDO?

?



OH... HOLA SEÑOR SALVAVI-DAS



¡PELUCHÍN SIEMPRE VA MUY RÁPIDO SR. SWIM!

LE HEMOS DICHO QUE TIENE QUE ESPERAR HASTA QUE HAYA DIGERIDO...



LO IMPORTANTE PARA EVITAR EL CHOQUE TÉRMICO ES ENTRAR AL AGUA GRADUALMENTE...



...MOJÁNDOSE EL CUERPO

¡SI YA VI!



¡SÍ, PERO YO SÉ NADAR!

¡EL MAR NO ME ASUSTA!

...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...