

1. NADE ENTRE LAS BANDERAS ROJA Y AMARILLA

Éstas indican el área que vigilan los voluntarios y socorristas.

2. LEVANTE EL BRAZO

Si necesita ayuda en el agua, levante el brazo y pida ayuda. Mantenga la calma, flote y espere a que lo ayuden.

3. CARTELES DE SEGURIDAD

Busque los carteles de seguridad ya que éstos le informan sobre los peligros de la playa.

4. PREGÚNTELE A UN SOCORRISTA

Pregúntele a un socorrista acerca de la seguridad de la playa o las áreas adecuadas para nadar.

5. NADE CON UN AMIGO

Vigile a los niños en todo momento mientras estén en el agua.

- Si se ve en problemas en el agua, o ve que alguien tiene problemas, llame a un voluntario/socorrista o llame al 000.

OTRAS COSAS QUE DEBE RECORDAR

- 1. Asegúrese siempre** de que puede hacer pie.
- 2. No nade inmediatamente** después de comer.
- 3. Nade únicamente** mientras sea de día y en playas vigiladas por voluntarios/socorristas.
- 4. No nade** después de beber alcohol.
- 5. No se zambulla ni se tire de cabeza** al agua.

**NO NADE SI NO HAY BANDERAS
SI NO LE PODEMOS VER,
NO LE PODEMOS SALVAR**