

PENSAR antes de SALTAR

#PensarAntesDeSaltar

#DiversiónSegura

#DisfrutaSinRiesgos

3 REGLAS DE ORO ANTES DE SALTAR:

1.

MIRA SIEMPRE EL FONDO

Ya sea en una piscina, un río o el mar: nunca saltes sin saber qué hay debajo. Puede parecer profundo, pero una piedra, una rama o el fondo de arena pueden arruinarte la vida.

2.

NO TE LA JUEGUES POR IMPRESIONAR

Saltos locos, retos virales, empujones... No necesitas likes para demostrar nada. La verdadera valentía es saber cuidarte y parar a tiempo.

3.

SALTA CON SEGURIDAD (Y CON LOS BRAZOS POR DELANTE)

Si decides tirarte, que sea con técnica y seguridad: brazos extendidos por delante para proteger cuello y cabeza. Y solo si el fondo es seguro.

Recuerda:

EN PISCINAS:

- Revisa la profundidad (mínimo 1.5 m para saltar).
- Cuidado con los juegos bruscos o los bordes.
- No te fíes del grupo, pueden estar confundidos: elige cuidarte.

EN PLAYAS:

- No te tires donde rompe la ola, puedes calcular mal la cantidad de agua que queda.
- Consulta las banderas de seguridad.
- El mar no es un videojuego.

EN RÍOS Y PANTANOS:

- Nunca te fíes del fondo aunque hayas ido antes, los fondos pueden cambiar de un día para otro.
- No saltes desde puentes o árboles.
- Las corrientes cambian. El fondo también.

Un salto sin pensar puede cambiarlo todo.
Este verano, piensa antes de saltar.



Junta de Andalucía