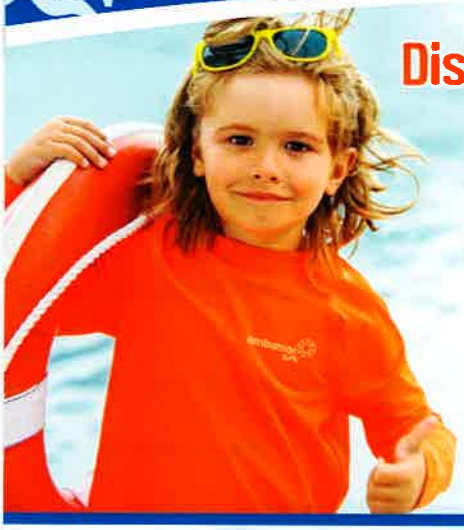
Las playas de Vera... más seguras

¡Colabora!



Disfruta de un verano seguro

- ✓ Báñate siempre en zonas vigiladas.
- ✓ Los menores deben ir siempre acompañados.
- ✓ Si no sabes nadar, no te introduzcas en el agua más arriba de la cintura.
- ✓ Dúchate antes o entra gradualmente en el agua.
- ✓ En la playa nada de forma paralela, nunca mar adentro.
- ✓ Utiliza el servicio de pulsera identificativa para niños y ancianos en los puestos de socorrismo.
- ✓ Sigue siempre las instrucciones y consejos de los socorristas.

Debes tener en cuenta que...

- ✓ Para prevenir el popular corte de digestión, entra al agua poco a poco, mojando el cuerpo de manera progresiva, especialmente la cabeza. También es recomendable evitar las largas exposiciones al sol, comidas copiosas antes del baño, y el ejercicio físico intenso antes y durante el baño.
- ✓ Debes protegerte con crema solar, incluso en días nublados, usada 30 minutos antes de la exposición al sol.
- ✓ Utiliza gorra y gafas de sol con protección homologada.
- ✓ Hidrátate continuamente bebiendo líquidos (agua, zumos, etc.).
- ✓ Sal del agua si te encuentras cansado, tienes escalofríos, mareos, visión borrosa o zumbidos en los oídos y dirígete a un puesto de socorrismo.
- ✓ Solicita la pulsera identificativa para ancianos, personas con discapacidad y niños en el puesto de socorrismo más cercano.

Vera

vera.es

Andalucía segura

Por unas playas más sostenibles...

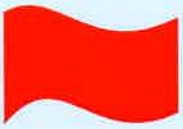
La playa es de todos, colabora con su conservación.
Difunde las buenas prácticas ambientales:

- ✓ Modera el consumo de agua, no la derroches.
- ✓ No ensucies. Nunca dejes residuos de ningún tipo en el entorno.
- ✓ Las playas son espacios sin humo, pero si fumas no tires la ceniza ni las colillas a la arena.
- ✓ Utiliza las papeleras y, en la medida de lo posible, deposita los residuos previamente separados en su contenedor correspondiente.
- ✓ No arrojes al mar objetos ni residuos de ningún tipo.
- ✓ Respeta a los animales, no los molestes ni los alimentes. Si ves algún ejemplar herido, puedes avisar en el teléfono de emergencias 112. Tampoco arranques flores o plantas.
- ✓ No recojas ni te lleves piedras o cualquier otro elemento del medio natural. Tampoco lo modifiques amontonando las piedras, ya que pueden ocasionar accidentes.
- ✓ No alteres con ruidos la calma del medio, y respeta al resto de usuarios y bañistas haciendo un uso correcto de las instalaciones, especialmente las destinadas a personas con discapacidad.
- ✓ Respeta y cuida los distintos elementos del mobiliario público (paneles informativos, barandillas, asientos, alumbrado...).
- ✓ Si quieres jugar, ve a los espacios preparados para que puedas practicar los deportes propios de la playa.
- ✓ Respeta los lugares señalizados para la entrada y la salida de embarcaciones.
- ✓ Por higiene y respeto a los demás turistas, no accedas a la playa con animales domésticos.

La playa es un gran espacio de convivencia. ¡Cuídalo y compártelo!

Baño permitido
Low hazard-conditions are favorable for swimming

Baño con precaución
Médium Hazard-exercise caution



Baño prohibido
High Hazard-swim at your own risk

Presencia de medusas
Dangerous marine life

Emergencias / Emergency: **112**
Policía Local / Local Police: **950393141**
Centro de Salud / Health Centre: **950451524**

Servicio de Socorrismo / Lifeguard Service:
Del 15 Junio al 15 Septiembre / 15th June to 15th September. **11'30- 19'30h.**