



10 CONSEJOS PARA VIAJAR TRANQUILOS ESTE VERANO

1 Diseñar los **viajes en función** de la **edad de los niños**. En principio, no es aconsejable tener a un niño más de 6 horas al día viajando en coche.



2 Planificar bien el viaje. Rutas y paradas incluidas para **alterar lo menos posible las costumbres** de los niños (comidas, siestas, estirar las piernas...).



3 Es fundamental observar algunas medidas de prevención para **proteger la vivienda** antes de salir.



4 Los niños pueden **participar** en la planificación. Si se planifica entre todos y los **niños están informados** del recorrido, paradas, mapas para ver los lugares por donde pasamos, etc., **se sentirán importantes** y soportarán mejor el tiempo en el vehículo.



5 **Comprobar** que todas las **puertas** estén correctamente **cerradas** e impedir que los niños jueguen con las cerraduras, ventanillas u otros dispositivos durante el viaje.

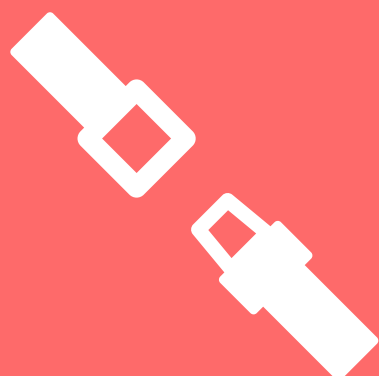
6 Procure llevar en el habitáculo el **botiquín básico**, así como los documentos médicos de toda la familia, además de agua y algún alimento ligero a mano.



7 No olvide la **revisión del coche**.



8 Ocupar los asientos correspondientes y **abrocharse el cinturón**, siempre. Los adultos delante y los niños detrás, en sus correctos dispositivos de retención infantil y con el cinturón de seguridad.



9 Organizar su **entretenimiento en el coche** para evitar juegos violentos. Llevar películas, juguetes, o bien practicar juegos de grupo tranquilos y didácticos como veo-veo, adivinanzas, cuentos, interpretar señales de tráfico, etc. ...

10 El **copiloto debe encargarse de los niños** para no distraer al conductor. Si viaja solo y debe atender a los niños, pare en lugar seguro.

