



BOLETIN

Información y ayuda

FEBRERO 2024



PREVENGAMOS ACCIDENTES EN PLAYAS Y PISCINAS



No corras por el borde de la piscina



No pierdas de vista a los niños



No te bañes en zonas prohibidas



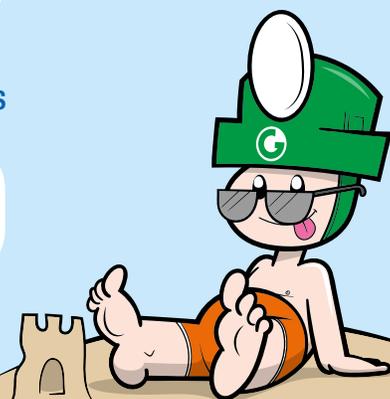
Si vas a navegar usa chaleco salvavidas



No te bañes bajo los efectos del alcohol



Respeta el espacio de los demás



DISFRUTEMOS SALUDABLEMENTE



Hidrátate con agua, evita bebidas y alcohol



Aliméntate con productos de temporada, frutas y verduras



Practica un descanso activo, con actividad física



Manten buenos hábitos de sueño y alimentación

CUIDEMOS LA VISTA



Utiliza lentes con filtro solar adecuado



Cómpralos siempre en locales autorizados



Evita abrir los ojos bajo el agua



No toques tus ojos con las manos sucias