

A cuidarnos estas semanitas de las enfermedades respiratorias.

# VACACIONES DE INVIERNO SEGURAS



Se acercan las vacaciones y aprovechamos a salir a pasear con nuestros familiares, pero hay que tener en cuenta que el frío, los virus y bacterias no se toman descanso. La Mutual te trae algunos tips para disfrutar estos días sin complicaciones.

## TENGAMOS EN CUENTA:

- Si vamos a permanecer en lugares encerrados con muchas personas, preferentemente usar barbijo.
- Lavate frecuentemente las manos con agua y jabón o usá alcohol en gel.
- Evitá los cambios bruscos de temperatura.
- Abrigarse con varias capas de ropa, para poder equilibrar la temperatura corporal.
- Comprá las entradas de los eventos online, para no hacer colas en el exterior.
- No calefaccionar excesivamente nuestras casas.
- Ventilá los ambientes y permití la entrada de sol en casas y otros ambientes cerrados.



**LAMUTUAL**  
Asociación Mutualista de Empleados  
del Banco de la Provincia de Buenos Aires