

¡LLEGARON LAS VACACIONES!

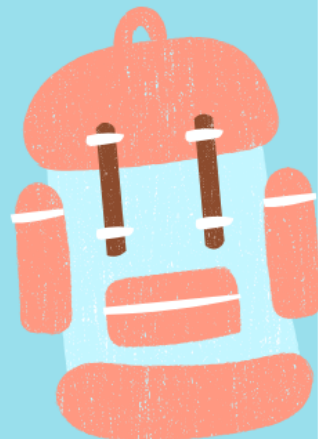
UN TIEMPO ESPECIAL PARA
DESCANSAR Y DISFRUTAR EN FAMILIA

UNOS TIPS:



AÚN ENFRENTAMOS LOS PICOS DE ENFERMEDADES RESPIRATORIAS, POR TAL RAZÓN, NO OLVIDES CUIDARTE DE LOS CAMBIOS DE TEMPERATURA, LAVARTE LAS MANOS Y USAR TAPABOCA, ADEMÁS LA VACUNA CONTRA LA INFLUEZA TE DARÁ MAYOR PROTECCIÓN CONTRA LA GRIPA.

APROVECHA PARA COMPLETAR TU ESQUEMA DE VACUNACIÓN SEGÚN LAS INDICACIONES DE LA SECRETARÍA DE SALUD Y VERIFICAR SI LA ZONA DONDE VIAJAS HA PRESENTADO CASOS DE FIEBRE AMARILLA.



USA EL TIEMPO LIBRE PARA SER UN TURISTA EN TU PROPIA CIUDAD, CAMINAR ES UN EXCELENTE EJERCICIO O PUEDES USAR LAS CICLORUTAS Y DISFRUTAR DE MUSEOS, PLAZAS Y PARQUES.

RECUERDA MANTENER UNA BUENA ALIMENTACIÓN, HIDRATACIÓN Y USAR PROTECCIÓN SOLAR, YA QUE SON INDISPENSABLES PARA NUESTRO BIENESTAR Y CONTRIBUYEN A TU SALUD FÍSICA Y MENTAL.

