



Ministero della Salute



Comune di Davagna



Asl3

Sistema Sanitario Regione Liguria

# ESTATE SICURA 2025

## 10 SEMPLICI REGOLE:

- NON USCIRE TRA LE 11 E LE 18, EVITARE L'ESPOSIZIONE DIRETTA DEL SOLE NELLE ORE PIÙ CALDE
- BERE MOLTA ACQUA E MANGIARE FRUTTA FRESCA
- FARE PASTI LEGGERI
- RISPETTARE LE MODALITÀ DI CONSERVAZIONE DEGLI ALIMENTI
- RISPETTARE LE MODALITÀ DI CONSERVAZIONE DEI FARMACI
- INDOSSARE VESTITI COMODI E LEGGERI, MEGLIO COTONE, LINO E FIBRE NATURALI
- MIGLIORA L'AMBIENTE DOMESTICO E LAVORATIVO, SCHERMANDO IL PASSAGGIO DI LUCE MA NON DELL'ARIA
- VIAGGIARE AL FRESCO, VENTILANDO L'ABITACOLO SENZA LASCIARE NEONATI, BAMBINI, ANZIANI O ANIMALI IN MACCHINA NEMMENO PER BREVI PERIODI
- NELLE ORE PIÙ CALDE TENERE I BAMBINI ALL'OMBRA E PROTETTI DA CREMA SOLARE
- ASSICURATI CHE I TUOI ANIMALI ABBIAMO ACQUA FRESCA, EVITARE DI PORTARLI A SPASSO NELLE ORE PIÙ CALDE

PROTEGGIAMOCI DAL *caldo*



**1500**

Numero di pubblica utilità

