

#QUÉDATEENCASA

Ocúpate, pero sin riesgos

Para cuidar tu
#EQUILIBRIOOCUPACIONAL
#SIGUECONTURUTINA

Evita actividades que te expongan a posibles accidentes que impliquen cualquier tipo de asistencia sanitaria

Si vas a realizar actividades como ejercicio, juegos, etc. retira objetos con los que eventualmente puedas lesionarte, golpearte o tropezar

Recuerda usar los equipos de protección y seguir las recomendaciones de fabricantes en caso de usar herramientas o electrodomésticos

Si niñ@s o mayores colaboran contigo en determinadas actividades recuerda adaptar su ayuda a las capacidades físicas y/o cognitivas

