LOS TIKI ★ TIKI TIPS DE MUTUAL

PRESENTA

Evitemos los accidentes de tránsito en estas fiestas patrias.

No excedas los límites de velocidad.

Usa siempre cinturón de seguridad al igual que todos tus acompañantes.

Respeta las señalizaciones viales. No respetarlas constituye una presunción de responsabilidad en caso de accidente.

Al conducir no uses el celular, no fumes o te distraigas con la radio del vehiculo u otros.

Mantén siempre tu derecha. Recuerda que en la vías también transitan ciclistas y motoristas debiendo estar atento a las condiciones del tránsito.

Cruza siempre en los pasos peatonales. Si hay semáforo, cruza solo con luz verde.

Al conducir, mantén una distancia razonable y prudente con el vehículo que te antecede (acorde a las condiciones de tránsito y climáticas). Te permitirá reaccionar a tiempo ante una emergencia.

Si conduces una bicicleta prefiere las ciclovías. Recuerda usar los Elementos de Protección Personal, además de contar con luces y reflectantes para hacerte más visible.

MUTUAL de seguridad
somos CChC

Si vas a conducir no bebas alcohol. El alcohol es una de las principales causas de accidentes de tránsito con víctimas fatales.

EN TIEMPOS DE COVID-19 RECUERDA:

USA MASCARILLA

LAVA TUS MANOS

MANTÉN LA DISTANCIA

LOS TIKI TIKI TIPS DE MUTUAL

PRESENTA

Este 18 cuidemos nuestra alimentación

Para disfrutar de estas fiestas, te recomendamos lo siguiente:

- Donde quiera que celebres, recuerda cumplir las instrucciones impartidas por la Autoridad Sanitaria, entre ellas el aforo.
- En paseos, al comer o beber recuerda no compartir tus utensilios. De ser necesario, márcalos.
- Regula el consumo de alimentos y bebidas.
- Si sales de camping lleva los alimentos de forma segura, evitando su descomposición y contaminación con agentes externos.
- Consume alimentos solo en locales autorizados.
- Si elevas un volantín usa solo hilo de algodón, no uses hilo curado y hazlo en espacios abiertos, sin presencia de cable eléctricos.
- Si vas a beber alcohol, no conduzcas.

MUTUAL de seguridad
somos CChC

EN TIEMPOS DE COVID-19 RECUERDA:

USA MASCARILLA

LAVA TUS MANOS

MANTÉN LA DISTANCIA

LOS TIKI TIKI TIPS DE MUTUAL PRESENTA

¡Celebremos un 18 protegidos!

Las Fiestas Patrias son una buena oportunidad para compartir y disfrutar en compañía de familiares y amigos, sin embargo, es necesario ser mesurado, evitar los excesos, respetar las medidas impartidas por la autoridad sanitaria y los aforos.

Cuida tu alimentación

A cualquier edad, los excesos en el consumo de alimentos con grasas y aliños irritantes nos causan gastritis o gastroenteritis. Evitemos estas molestias.

- En paseos al comer o beber, recuerda no compartir tus utensilios. De ser necesario, márcalos.
- No te excedas en el consumo de calorías, prefiere vegetales por sobre masas y carnes blancas sobre carnes rojas y embutidos..
- Evita consumir alimentos y bebidas mientras bailas, ya que podrías atragantarte.

Conduce evitando accidentes

Si vas a conducir, no bebas alcohol, eso afecta tu visión, reduce la concentración y coordinación.

- En lo posible, viaja con tu grupo familiar habitual. Planifica el viaje con tiempo.
- Todos los pasajeros del vehículo deben utilizar el cinturón de seguridad.
- Hazlo en lo posible fuera de las horas punta. Respeta las normas de tránsito.
- Infórmate constantemente de las condiciones climatológicas, para así planificar un viaje más seguro ya sea de ida o regreso.
- Te recordamos la importancia de verificar la fase de tu comuna y la de tu destino, respecto al Plan Paso a Paso. Como también cumplir con la documentación requerida por las autoridades según corresponda.

Volantines

- Si vas a elevar volantines, hazlo en espacios abiertos lejos de los cables de eléctricos.
- Utiliza solo hilo de algodón. Por ningún motivo uses hilo curado.
- Enseña a tus hijos a manejar el hilo, y a no intentar rescatar los volantines perdidos.

MUTUAL de seguridad
somos CChC

EN TIEMPOS DE COVID-19 RECUERDA:

USA MASCARILLA

LAVA TUS MANOS

MANTÉN LA DISTANCIA