# Albergues

1.- Toma sólo agua embotellada y mantenla tapada.

2.- No consumas alimentos de dudosa procedencia o de vendedores ambulantes.

3.- Tira la comida que no ha sido refrigerada.

4.- Lávate las manos con agua y jabón:
- -Antes de preparar alimentos, comer o ir al baño.
- -Después de ir al baño y realizar actividades de limpieza.

5.- Evita que los niños jueguen cerca de las coladeras, áreas en las que haya basura o en los baños.

6.- Lava y desinfecta tus pertenencias si estuvieron en contacto con agua de la inundación, ten especial cuidado con los juguetes de los niños.

7.- Cuida la limpieza del albergue.

8.- No introduzcas animales al albergue.

9.- Acude inmediatamente al médico o puesto de salud de tu albergue si sientes o tienes debilidad, ojos rojos y comezón, heridas, vómito, diarrea o náuseas, catarro y tos, fiebre o calentura, ronchas y comezón, dolor de cabeza o muscular.