

FIESTAS SALUDABLES, RECORRIDO SEGURO,



En fiestas ¿cómo disfrutas y te cuidas?



MUÉVETE A TU ESTILO
Cambia de actividad y conoce gente diferente

¿UN POCO DE AGUA?
El agua te hidratará el desgaste de las fiestas

¿COMEMOS?
Meter algo sano al cuerpo suma fuerzas y da energía

SUEÑO REPARADOR
Recarga las pilas para seguir disfrutando

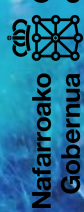
¿CON O SIN DROGAS?
No existe consumo sin riesgo... ¿Tienes en cuenta qué, cómo y cuándo? Si es de tus primeras veces poco a poco para una fiesta agradable

¿HABLAMOS DE ALCOHOL?

- A < edad puede haber + riesgos.
- No consumir es una opción: respétala.
- Ante los primeros consumos, cuidado y autocontrol para seguir de marcha OK.
- El ejemplo que damos y las experiencias se transmiten
- Comunicación, confianza y responsabilidad: valores para el bolsillo.



AYUNTAMIENTO DE BARAÑÁN
BARAÑANGO UDALA



Nafarroako Gobernua
Gobierno de Navarra

¿Hombres y mujeres, ¿nos divertimos y cuidamos igual?

El sexismo también sale de fiesta: libérate

En Igualdad
¿Dices o haces?