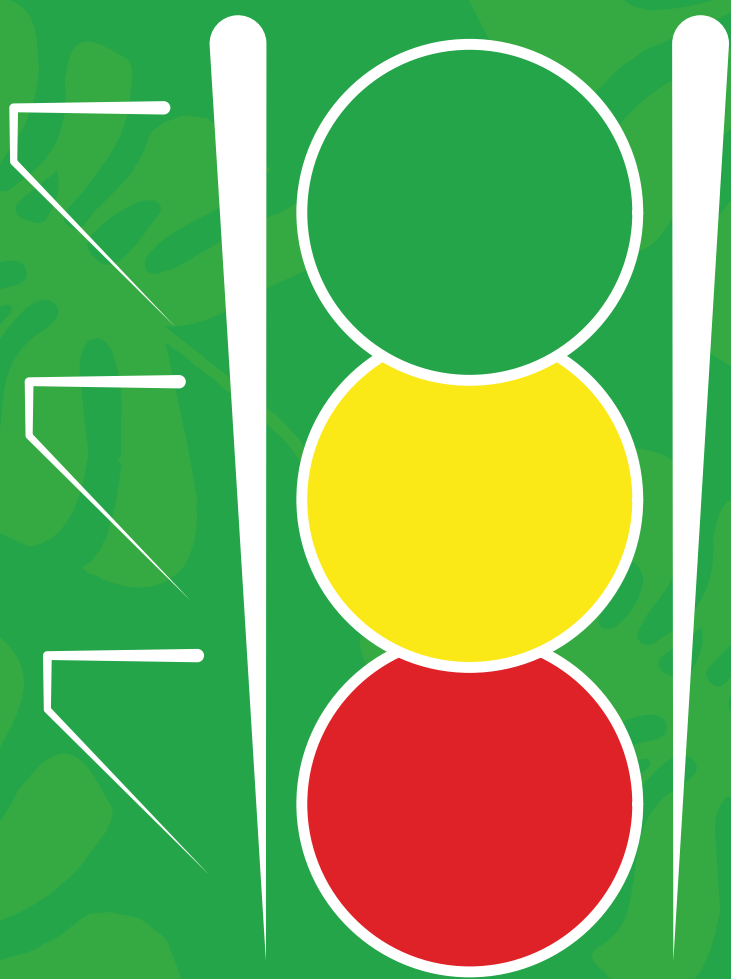


SALUD



Me Voy de Rumba Pero NO me Derrumbo

La campaña '**Me Voy de Rumba, pero no me Derrumbo**' es una estrategia que se fundamenta en los principios del Saber vivir, saber beber, promovidos por el Ministerio de Salud, que busca fomentar la autorregulación y la regulación social del consumo de alcohol.

Las 8C del consumo responsable del licor

Compañía:

Comparte con personas de confianza con quienes te sientas seguro.

Condón:

Usa preservativos para prevenir infecciones de transmisión sexual y/o embarazos no deseados.

Conciliar:

En consumo de alcohol aumenta la sensibilidad emocional, evita conflictos.

Consistencia:

Evita mezclar bebidas alcohólicas.

Calidad:

Compra bebidas en establecimientos de confianza.

Cantidad:

Prolonga el tiempo entre copa y copa, tomando la cantidad adecuada que permita disfrutar del ambiente.

Conductor elegido:

Entrega las llaves, si vas a tomar alcohol.

Comida:

Come antes, durante y después de la ingesta de licor, mantén hidratado tu cuerpo.



Líneas de EMERGENCIA



123 línea de emergencias nacional:

Si necesitas acceder a todos los servicios de emergencia y seguridad



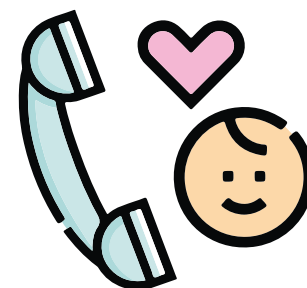
125 Línea de emergencia médica:

Si sufres un accidente, necesitas una ambulancia, primeros auxilios o atención de emergencias médicas



119 Cuerpo de bomberos:

En caso de incendios, rescates o situaciones de riesgo.



141 Línea de atención a la niñez:

Si conoces a un niño, niña o adolescente en situación de riesgo o vulnerabilidad.



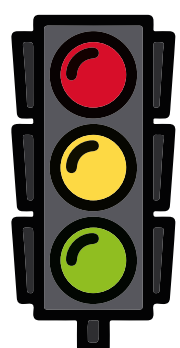
155 Línea de atención a la mujer:

Si eres víctima de violencia de género o necesitas apoyo emocional.



106 Línea de atención en Salud mental:

Si necesitas orientación psicológica, intervención en crisis, activación de rutas y seguimiento a situaciones en que la comunidad se ve afectada..



127 Línea Emergencias de tránsito:

Emergencias relacionadas con accidentes de tránsito y eventos como uso indebido del espacio público.

