

“En Sanfermines, quiérete mucho”

Decálogo de Cruz Roja para disfrutar de los Sanfermines

- **Cruz Roja aconseja disfrutar de las fiestas con moderación, respetando, alimentándose e hidratándose adecuadamente y de manera sana.**
- **Ante una intervención sanitaria solicita apoyar el acceso de los servicios de urgencia y facilitar su intervención.**

1. Son ocho días y medio de fiesta. Dosifícate para recordar lo bien que lo pasaste.
2. Aliméntate sanamente. Es necesario reponer fuerzas.
3. Hidrátate sanamente. El efecto del alcohol deshidrata.
4. Usa calzado apropiado y seguro en lugares de mucha aglomeración.
5. El consumo de drogas (de todo tipo) puede alterar la realidad.
6. Ante urgencias relacionadas con la fiesta (cortes, golpes, intoxicaciones etílicas, etc...), Unidad de Primera Atención de Cruz Roja (Colegio Vázquez de Mella. C/ Teobaldos). 5,6, 7, 8, 12, 13, 14 y 15 de julio.
7. Ante urgencias que no precisan hospitalización, Servicio de Urgencias Extrahospitalarias en Centro San Martín (C/ San Fermín, 29).
8. Ante urgencias sanitarias más serias #112SOSNavarra.
9. Respeta como te gustaría que te respetasen y disfruta sin invadir el espacio del resto de personas.
10. Ante una intervención sanitaria facilita el acceso de los servicios de urgencia y su trabajo.