

# Salir a caminar

## AUTOPROTECCIÓN 3

**1. El sol es fuente de vida pero, en exceso, puede ser perjudicial para la salud.**

- Utiliza **gafas oscuras**
- Usa **protección solar**
- Protege la cabeza con **gorra o sombrero**



**2. Si hace mal tiempo, mejor no salir**

- Pero con el **tiempo dudoso** se recomienda llevar un **impermeable** ligero (*por si acaso*)



**Diputació  
Barcelona**  
xarxa de municipis



**Ajuntament  
de Rubí**