

Compañia	Lugar	Fecha
Odinpania	Lugai	i ecna

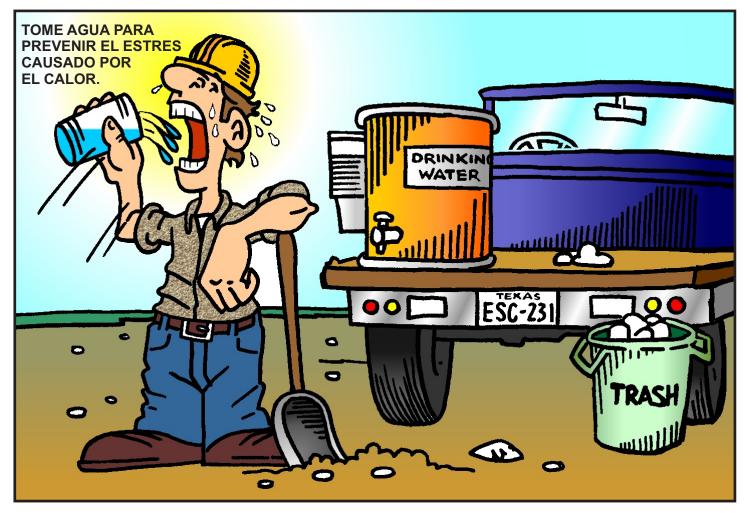
## *Vol 29 - No 25* AGUA PARA TOMAR

Con el calor del verano, no siempre tomamos suficiente agua o líquido para reemplazar lo que hemos perdido. El consumir bastante agua en una base regular a través del día puede prevenir el estrés causado por el calor.

Lo que sigue son sugerencias para recipientes de agua fresca en el trabajo.

- 1. Asegúrese que el recipiente de agua este limpio.
- 2. Debe estar arriba para acceso fácil.
- 3. Vasos desechables individuales deben estar disponibles.
- 4. Provea un receptáculo para basura en el área inmediata.
- 5. Póngalo en un lugar con sombra si es posible.
- 6. Gatorade es una opción.

Para asegurarse de la calidad del agua potable, sugerimos que la tapadera selle hacia abajo para prevenir que cualquier objeto caiga dentro del bote (tierra, insecto, drogas, etc.)





Compañia	Lugar	Fecha

## *Vol 29 - No 25* AGUA PARA TOMAR

Con el calor del verano, no siempre tomamos suficiente agua o líquido para reemplazar lo que hemos perdido. El consumir bastante agua en una base regular a través del día puede prevenir el estrés causado por el calor.

Lo que sigue son sugerencias para recipientes de agua fresca en el trabajo.

- 1. Asegúrese que el recipiente de agua este limpio.
- 2. Debe estar arriba para acceso fácil.
- 3. Vasos desechables individuales deben estar disponibles.
- 4. Provea un receptáculo para basura en el área inmediata.
- 5. Póngalo en un lugar con sombra si es posible.
- 6. Gatorade es una opción.

Para asegurarse de la calidad del agua potable, sugerimos que la tapadera selle hacia abajo para prevenir que cualquier objeto caiga dentro del bote (tierra, insecto, drogas, etc.)

