



# PRIORICE SU SALUD ESTE INVIERNO

# PUT YOUR HEALTH FIRST THIS WINTER

Manténgase saludable, evite enfermarse o lesionarse y sepa dónde buscar atención cuando la necesite.

Visite [vch.ca/Wintercare](http://vch.ca/Wintercare) o escanee el código de respuesta rápida para obtener más información sobre la salud y el bienestar durante el invierno, que incluye cómo:

 Prevenir resbalones y caídas

 Mantenerse al día con las vacunas

 Mantenerse activo y jugar de forma segura

 Practicar una buena higiene respiratoria

 Garantizar la seguridad vial en el invierno

 Encontrar una atención médica adecuada



**Su salud y bienestar son lo más importante.**  
 Estamos listos para cuidarlo y mantenerlo saludable.