❄ Planée sus viajes para incluir paradas de descanso.

❄ Deje un itinerario con alguien de confianza.

❄ Descanse bastante antes de manejar.

❄ Abróchese el cinturón de seguridad y use asientos de seguridad para los niños.

Compras Seguras

❄ Evite cargar paquetes grandes y bultosos que estorban la vista o que pueden hacerle caer.

❄ Use los servicios brindados por muchas tiendas tal como una escolta hasta su carro o entrega a su oficina.

❄ Mantenga el dinero en efectivo o las tarjetas de crédito aparte de las billeteras o bolsas de mano.

❄ Mantenga la bolsa o cartera cerrada cerca del cuerpo a toda hora. Si es posible, ocúltela debajo del abrigo.

Estrés Festivo

❄ Haga una lista y planée su tiempo y su dinero. Cumpla con el plan.

❄ No se sobreextienda. Haga una lista de sus actividades favoritas y escoja a las que más quiera asistir.

❄ Solicite ayuda de un miembro de la familia o amigos con las compras, los invitados, etc.

❄ Use el tiempo libre o a solas para compartir el espíritu verdadero de la temporada – el de dar.

❄ Busque la ayuda de un profesional cuando el estrés llegue a ser difícil de controlar.

El Departamento de Seguros de Texas desea que todos tengan una temporada festiva segura y sana.

Texas Department of Insurance
Division of Workers' Compensation

www.tdi.state.tx.us

7551 Metro Center Drive
Suite 100, MS-24
Austin, Texas 78745

Safety Violations Hotline
1-800-452-9595

Created 12/98

HS98-190B (12-05)

Consejos de Seguridad para los Días Festivos

El Departamento de Seguros de Texas pide que las empresas de Texas recuerden a sus empleados que pongan en práctica la seguridad igual en el trabajo como fuera de él durante los días festivos. Esta temporada de mucho movimiento está llena de listas de "quehaceres" para la casa y el trabajo. Viajes peligrosos, tiendas congestionadas, adornos peligrosos, y fiestas de fin de año combinadas con mayor estrés pueden resultar en accidentes y lesiones. Las empresas deben enfatizar la seguridad al planear fiestas relacionadas al negocio, al decorar el sitio de trabajo, o al mandar a empleados en viajes relacionados al negocio. Aquí hay unas sugerencias sobre cómo gozar de unos días festivos seguros y felices.

Árbol de Navidad

❄ Escoja con cuidado un árbol que no esté demasiado seco – uno sin hojas sueltas. Revise una rama cerca de la base. Doble las hojas para estar seguro de que no se rompen.

❄ Para conservar la frescura del árbol, corte un pedazo diagonal de la parte de abajo.

❄ Ponga el árbol en una base sólida y revise el nivel del agua todos los días.

❄ Mantenga el árbol lejos de fuentes de calor (rejillas, chimenea, etc.) para evitar que se seque.

❄ Ponga el árbol en un área de poco tráfico. No bloquée entradas o salidas.

❄ Ponga el árbol afuera puntualmente después de los días festivos y recíclelo – no lo queme.

❄ Al terminar los días festivos, lave y almacene los árboles artificiales en bolsas de plástico.

Luces

❄ Revise las series de luces antes de colocarlas. Reemplazca cualquier parte ausente o rota, revíselas con ponerlas en una superficie no flamable y dejarlas conectadas 10-15 minutos para verificar que las luces no se derriten o emiten humo.

❄ Mantenga las luces lejos de cortinas o materiales flamables.

❄ Asegure que las extensiones y los enchufes no lleguen a entrar en contacto con agua.

❄ Para prevenir el sobrecalentarse, aplastarse, y desgastarse, no coloque extensiones debajo de alfombras, tapetes, o atrás de muebles.

❄ Nunca conecte más de tres series de luces a una extensión.

❄ Desconecte todas las luces antes de salir de la casa u oficina o ir a acostarse.

Adornos del Sitio de Trabajo

❄ Mantenga las guirnaldas y los adornos frágiles de vidrio fuera del alcance de niños que visiten.

❄ Revise los adornos más viejos para asegurar que están libres de materiales tóxicos tal como la pintura a base de plomo..

Las Chimeneas y Otros Peligros de Incendio

❄ Siempre use una pantalla de chimenea.

❄ No queme basura en la chimenea debido a que puede crear humos tóxicos o llamas incontrolables.

❄ Al atender una chimenea, no use ropa suelta o de materiales sintéticos que son propicios a derretirse.

❄ Mantenga abierta la salida de humos hasta que todas las brasas se hayan apagado.

❄ Deseche las cenizas en un contenedor de metal.

❄ Asegúrese que esté apagada la chimenea antes de irse del sitio de trabajo o a acostarse..

❄ Mantenga las velas prendidas lejos de cortinas y fuera del alcance de los niños.

❄ Nunca ponga velas prendidas en o cerca de un árbol de navidad.

❄ Revise los detectores de humo una vez al mes.

Comida Festiva

❄ Mantenga las manos y las áreas de trabajo limpias y libres de contaminantes.

❄ Mantenga calientes las comidas calientes y frescas las frescas.

❄ Cocine bien la comida y almacénela puntualmente para evitar el envenenamiento por alimentos.

Fiestas Relacionadas al Negocio

❄ Designe a un conductor o voluntario a que sea la persona que no toma.

❄ Si usted toma alcohol, no tome más de una copa por hora.

❄ No tome alcohol en ayunas o al tomar medicina.

Viajes Durante los Días Festivos

❄ Acondicione el vehículo para el invierno.

❄ Lleve un estuche de sobrevivencia, incluyendo ropa caliente, alimentos no perecederos, y artículos de primeros auxilios.