

RECOMENDACIONES PARA LOS ASISTENTES A LA MANIFESTACIÓN EL DÍA 16 DE JUNIO

Todos sabemos que la fecha elegida para la manifestación no es la más idónea pero sí la más oportuna, ya que no podemos esperar a septiembre.

Como tenemos que celebrarla sí o sí, os vamos a dar una serie de recomendaciones a tener en cuenta a la hora de aliviarse del calor que posiblemente pasemos el día de la manifestación.

1. Debemos ir con prendas de vestir de algodón, ligeras y de colores claros (naranja) se recomienda camisetas y pantalones cortos muy frescos,
2. Calzado cómodo para andar y transpirable.
3. Llevar una mochila con lo siguiente:
 - Latas de bebida fresca o bebidas isotónicas (bebed bastante aunque no tengáis sed)
 - Un pulverizador de aproximadamente 1 litro con agua para cuando el calor sea insoportable (os garantizamos que refresca bastante)
 - Un protector solar (aplicar unos 30 minutos antes de la salida)
 - Una gorra o paraguas
 - Si lleváis algún tipo de alimento protegedlo con papel de plata.
4. Kit de manifestante (vuvuzela, camiseta, bandera y cualquier cartel alusivo a la defensa de nuestra causa.)

IMPORTANTE: Si lleváis niños extremad las precauciones; son muy sensibles al calor.

