

# CÓMO CAMINAR POR NIEVE Y HIELO



## Calzado

Utilizar un calzado adecuado de invierno con suela de goma o un material similar



## Paso pingüino

Caminar a pasitos cortos como lo hacen los pingüinos. Los brazos ligeramente abiertos



## Manos libres

Procurrar llevar las manos libres para poder usarlas en caso de tener un resbalón



## Lejos pared

Caminar por el lado exterior de la acera para evitar caídas de nieve, hielo, etc. de los tejados



## Apoyo extra

Es recomendable llevar un apoyo extra como un bastón o algún tipo de ayuda similar

