

La receta para una Navidad más segura

- No deben faltar los siguientes ingredientes: distancia, higiene, ventilación y evitar espacios cerrados
- Para acompañar la guarnición, no compartir platos ni cubiertos, no cantar y no dar abrazos ni besos
- En la velada, no olvidar el uso de mascarilla el mayor tiempo posible
- El mejor regalo para esta Navidad es salvar vidas

Las Palmas de Gran Canaria, 23 de diciembre. Llega el momento de sentarse a la mesa en las celebraciones de estas fiestas y el Colegio de Médicos de Las Palmas te trae una sencilla receta que vale para todo tipo de comensales. Ayudará a tu familia, pero también a los sanitarios que trabajan en la lucha contra el COVID-19.

El **ingrediente principal es responsabilidad**. Es un ingrediente fácil de conseguir, es accesible para cualquier bolsillo y para todos los paladares.

A cocción lenta incluir distancia, higiene y ventilación. No olvidar añadir también un detalle que dará un toque especial, evitar espacios cerrados. Una vez esté todo preparado, habrá un único responsable de servir la cena.

Aunque apetezca bastante, toca no dar abrazos ni besos y hay que hacer uso de mascarilla el mayor tiempo posible. Para sacar el mejor provecho a esta receta es no mezclar grupos de no convivientes, así te garantizas una velada cargada de seguridad.

A la hora de servir la comida, un detalle que valorarán tus invitados es no compartir platos, cubiertos, vasos ni bandejas. Le darás un plus de seguridad.

Si sigues estas recomendaciones así como las de las autoridades sanitarias, habrás hecho, sin darte cuenta, un gran regalo, salvar vidas. Este regalo será para tus seres queridos, para ti, para todos. Para que el próximo año no falte nadie.

**COLEGIO DE MÉDICOS
DE LAS PALMAS**

Jaime Armario Baeza

Responsable de Comunicación

928 36 00 01 – 648 403 402

comunicacion@medicoslaspalmas.es