

Disfruta de los últimos días del verano responsablemente

El verano es una temporada en la que se trabaja duro y también se puede divertir mucho. Ten en cuenta que, al participar en la diversión del verano, tus decisiones aún pueden afectar la seguridad e el lugar de trabajo.

- Conoce tus límites y practica la moderación si bebes. Trabajar con resaca puede afectar tu capacidad para trabajar de manera segura y eficientemente.
- Los medicamentos recetados no siempre son “más seguros”. Estos medicamentos solo deben tomarse de acuerdo con las indicaciones de un médico y solo por la persona a la que se la recetaron.
- Incluso si usas una sustancia fuera del horario laboral, puede permanecer en tu sistema durante períodos de tiempo variables. El uso de sustancias, incluso fuera del trabajo, puede poner en peligro tu seguridad y la de los demás.
- Si estas teniendo dificultad para controlar tu consumo de alcohol o sustancias, tenemos consejeros disponibles para ofrecer ayuda gratuita y confidencial.



CONSTRUCTION
INDUSTRY
EAP

Powered by:  Cascade Centers

para más información:
call: 800-433-2320
text: 503-850-7721
<https://cidfwp.org>