Anexo III.- Consejos a la población

Es importante un desayuno adecuado para realizar los aproximadamente 7 kilómetros de recorrido a pie.

Igualmente durante el trayecto hay que reponer fuerzas realizando descansos si es necesario y tomando un tentempié o un almuerzo.

Lleve calzado cómodo y evite chanclas y calzado sin estrenar.

Durante la romería beba mucha agua y evite las bebidas alcohólicas.

Si está tomando algún tipo de medicación o padece alguna enfermedad y/o alergia, lleve consigo información al respecto.

Vaya identificado (DNI o tarjeta sanitaria)

Mantenga vigilados a los menores que le acompañen, así como procure que vayan identificados y porten un número de teléfono de contacto, por ejemplo en una tarjeta o el número marcado en un brazo.

Si se detiene, hágalo fuera del flujo de romeros para no obstaculizar y evitar tropiezos o estrechamientos y preferiblemente busque una sombra.

Cualquier imprevisto durante el recorrido puede ponerse en contacto con los agentes Policía Local, del CNP, GC y el voluntariado de protección civil. En cualquier caso puede llamar al 112.