



First Aid Station | Policlínico

If during your stay you experience any of the following, please inform the paramedic immediately: acute headache, dizziness, breathing problems, ringing or blocking of the ears, chest pains, acute muscular pain, tachycardia or photopsia (perception of flashing lights).

Debe informar inmediatamente al Paramédico si presenta algunos de los siguientes síntomas: dolor de cabeza, mareos o náuseas, problemas respiratorios, zumbido o taponamiento de oídos, dolor en el pecho, dolores musculares agudos, taquicardia o fotopsia (ver estrellas).

Emergencies | Emergencias

In an emergency situation such as earthquake, fire, accidents or adverse weather conditions, always follow the emergency coordinator's instructions.

En caso de emergencia (terremoto, incendio, accidente, condiciones climáticas adversas), deberá seguir las instrucciones del Coordinador de Emergencia.



Meals | Comida

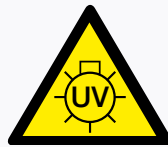
We recommend light meals during the first few days — high altitude can cause stomach inflammation and digestive problems.

Recomendamos comer algo liviano y fresco los primeros días, pues la altura puede causar inflamaciones estomacales y problemas digestivos.

Ultraviolet Radiation | Radiación ultravioleta

High ultraviolet (UV) radiation from the Sun can seriously threaten your health. Minimise exposure to the Sun: use sunglasses, hats, protective clothing and sunscreens over SPF35 that absorb UVA and UVB.

La radiación ultravioleta del sol puede dañar seriamente su salud. Minimice su exposición directa al sol usando lentes, gorros, ropa protectora y usar bloqueador solar contra UVA y UVB mayor de FPS35.



Night Rules | Reglamentos de Noche

Pay attention! Vehicles have the right of way. The use of flashlights is mandatory. Night access to telescopes is prohibited.

¡Preste atención! Los vehículos tienen el derecho de paso. El uso de linternas es obligatorio. Está prohibido el ingreso nocturno a los telescopios y área de plataforma.

Environment | Medio Ambiente

Do not litter. Smoking is not permitted in any of the buildings, rooms or public areas. Do not feed the animals.

No bote desperdicios en el camino. Se prohíbe fumar en todos los edificios, áreas públicas y habitaciones. No alimentar animales.



Photographs | Fotografías

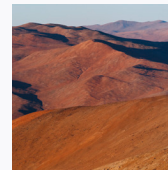
Photographs and videos are permitted. Se permite tomar fotografías y videos.



Altitude | Altura

The telescopes are located at over 2 200 metres above sea level. We recommend that you adjust slowly and avoid strenuous exercise.

Los telescopios están 2.200 mts. sobre el nivel del mar. Recomendamos que se habitúe lentamente y no hacer ejercicios excesivos.



Dehydration | Deshidratación

Due to the low humidity, it is important to drink plenty of bottled water or juice in order to avoid dehydration. Do not drink water from the taps.

Debido a la baja humedad, es importante beber suficiente agua o jugo embotellado, para así evitar la deshidratación. No debe beber agua de las llaves.

Driving Rules | Reglamento para Conducir

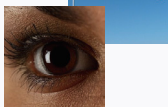
The use of safety belts is mandatory. Uso del Cinturón de Seguridad es obligatorio.

Check for strong winds. ¡Cuidado con los vientos fuertes!

Allow your eyes to adapt to night vision. Procure adaptarse a visión nocturna.

Only parking lights are allowed after sunset. Se debe usar sólo las luces de estacionamiento después del ocaso.

Observe the speed limits – 40 km/h day, 20 km/h night. Respete los límites – 40 km/h día, 20 km/h noche.



Drugs and Alcohol | Drogas y Alcohol

Illegal or recreational drugs and alcohol are not permitted on site.

No se permiten drogas ilícitas ni alcohol en el sitio.

