

# I suoni forti al lavoro e nel tempo libero possono danneggiare l'udito



**Per rendere l'ascolto sicuro:**

Mantieni basso il volume

Utilizza tappi per le orecchie in ambienti rumorosi

Limita il tempo trascorso in attività rumorose

Utilizza le app per smartphone per monitorare i livelli sonori

Fa regolari controlli dell'udito



**Una volta che perdi l'udito, non tornerà!**

#safelistening

Impara di più

