

Cuidados Sazonais

INVERNO

 **bluepharma**
GENÉRICOS

CHEGADO O INVERNO
PROTEJA-SE DO FRIO.
PROTEJA A SUA SAÚDE!



RECOMENDAÇÕES

DURANTE UM PERÍODO DE FRIO
• SE VAI VIAJAR DE AUTOMÓVEL

Informe-se sobre a **previsão meteorológica**, sobre **problemas de circulação automóvel** e assegure-se de que dispõe de um mapa ou outro meio de localização.

Se a previsão meteorológica incluir a queda de neve **leve roupas quentes e mantas** bem como **comida e bebidas quentes**, tendo em conta que pode ficar bloqueado.

Evite viajar sozinho ou em situações de **reduzida visibilidade**



FRIO

