

# 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**

