

LAPAGINADINURSINGUP

ONDATA CALDO 10 CONSIGLI

Educazione alla salute

- 1) EVITARE DI USCIRE TRA LE 11:00 - 18:00
- 2) VESTITI CHIARI E LEGGERI (LINO/COTONE)
- 3) BERE SPESSO SE NON CONTROINDICATO DAL MEDICO
- 4) MANGIARE LEGGERO, PREDILIGERE FRUTTA E VERDURA
- 5) EVITARE SPORT E ATTIVITÀ NELLE ORE CALDE
- 6) CHIUDERE LE FINISTRE DOVE BATTE IL SOLE
- 7) RICORDARSI MANUTENZIONE E FILTRI AL CLIMATIZZATORE
- 8) PRIMA DI SALIRE IN AUTO RICICLARE ARIA
- 9) CONTROLLARE PASSEGGINO AUTO CHE NON SCOTTI
- 10) MONITORARE SEGNI E SINTOMI CHE TROVERETE SUL SITO DEI PROFESSIONISTI SANITARI WWW.LAPAGINADINURSINGUP.IT

**I FARMACI VANNO CONSERVATI IN
LUOGO ASCIUTTO E FRESCO**

SE NOTI QUALCUNO IN STRADA, UN VICINO,
UN ANZIANO IN DIFFICOLTÀ CONTATTA
SEGNALA AI SERVIZI SOCIO-SANITARI

**PER INFO DETTAGLI
APPROFONDIMENTI**

WWW.LAPAGINADINURSINGUP.IT

