

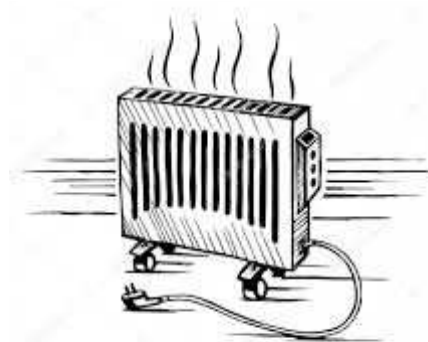


FRIO

SAIBA COMO PROTEGER-SE

EM CASA

- **Aquecimentos a Lenha e a Gás**
 - Mantenha a correta **ventilação das divisões** de modo a evitar a acumulação de gases nocivos à Saúde.
 - O **Monóxido de Carbono** pode causar intoxicação e morte.
- **Areje a Casa**
Abra regularmente as janelas durante o dia, evitando a humidade e acumulação de gases.
- **Aquecimentos Eléctricos**
Verifique se funcionam bem.
- **Evite dormir/ descansar** muito perto da fonte de calor.
- Em períodos de frio intenso verifique se tem:
 - **Alimentos para 2 a 3 dias;**
 - **Medicamentos suficientes.**



EM CASO DE DÚVIDAS LIGUE 808 24 24 24 - SNS 24

EMERGÊNCIA LIGUE 112

Informações consulte: <http://www.arsalentejo.min-saude.pt>