

## RECOMENDAÇÕES

27-Abr-2020

- Se você sair para tomar sol e caminhar, use máscara;
- Mantenha um distanciamento de pelo menos 2 metros para que todos assim façam;
- Hidrate-se diariamente com Vitaminas C e D;
- Não entre em rodinhas de aglomeração, protegendo-se, assim como preservando a saúde de pessoas próximas;
- Se preferir, mantenha o hábito da máscara até quando puder.