



Natal
é Semear
Felicidade

Natal
é Precaução

A época natalícia é tradicionalmente uma época para recordar a importância da afetividade entre família e amigos. Por todo o lado, encontram-se anúncios e mensagens de Natal que traduzem imagens de alegria, união familiar, partilha, sorrisos, mesas recheadas, tradições e muitas prendas no sapatinho. É uma época desejada por muitos e marcada por festas, convívios e reencontros.

Para cada um de nós, o Natal pode assumir diferentes significados. Para uns, a alegria e a oportunidade de celebrar e passar tempo de qualidade com a família e amigos, mas para outros, pode ser uma altura de maior exposição a riscos, de solidão, de mais stress e de preocupações.

Recomendações para um Natal com precaução:

Na condução:

- Seja prudente e não conduza se consumir álcool;
- Conduza com calma e precaução, não há presente que justifique pôr em causa a segurança e o futuro de toda a família;
- Não utilize o telemóvel se estiver a conduzir.

Na habitação:

- Coloque a árvore de Natal em local desimpedido, afastada de lareiras e aquecedores ou de quaisquer outras fontes de calor;
- Verifique se as iluminações de natal estão em condições de serem usadas (novas e antigas);
- Mantenha as velas em local seguro, longe do alcance das crianças e dos animais de estimação;
- Apague as velas sempre que se ausentar;
- Não deixe as luzes da árvore de natal acesas durante a noite ou quando se ausente.

Pessoalmente:

- Use calçado adequado e evite circular quando o piso estiver molhado;
- Se estiver doente, não visite amigos e familiares, proteja-os;
- Seja responsável e evite comportamentos de risco, proteja-se a si e aos outros;
- Modere o tempo que despense com as tecnologias.