

RECOMENDAÇÕES PARA ASSISTIR AO RALI

Se assistir ao Rali...

Respeite as indicações da organização e das forças de segurança. Mantenha-se em local seguro.

Divirta-se, mas previna os acidentes!

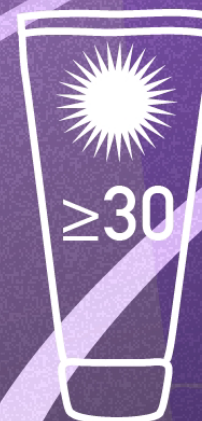
RECOMENDAÇÕES PARA ASSISTIR AO RALI

Se assistir ao Rali...

Use **chapéu, óculos de sol**
(proteção UVA e UVB) e aplique
protetor solar (≥ 30).

Proteja-se do sol.

Divirta-se, mas evite
queimaduras solares!



Região Autónoma
da Madeira
Governo Regional

DRS

Secretaria Regional
de Saúde e Proteção Civil
Direção Regional da Saúde

RECOMENDAÇÕES PARA ASSISTIR AO RALI

Se assistir ao Rali...

Beba água, ao longo do dia,
mesmo quando não tem sede.

Divirta-se, mas previna
a desidratação!



Região Autónoma
da Madeira
Governo Regional

DRS

Secretaria Regional
de Saúde e Proteção Civil
Direção Regional da Saúde

RECOMENDAÇÕES PARA ASSISTIR AO RALI

Se assistir ao Rali...

Se fizer fogueiras utilize apenas
os locais próprios.



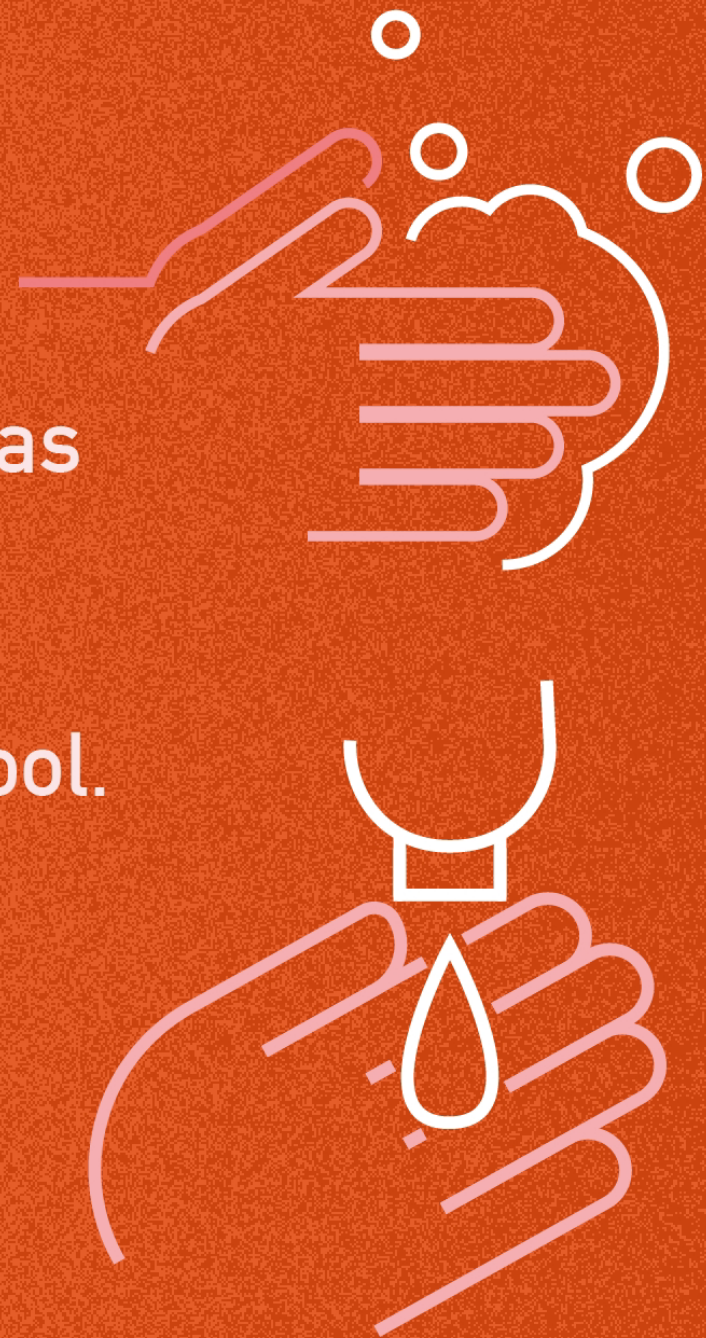
Região Autónoma
da Madeira
Governo Regional

DRS

Secretaria Regional
de Saúde e Proteção Civil
Direção Regional da Saúde

RECOMENDAÇÕES PARA ASSISTIR AO RALI

Se assistir ao Rali...
Higienize frequentemente as
mãos. Se não tiver água e
sabão, use uma solução
desinfetante à base de álcool.
Mantenha-as limpas!



RECOMENDAÇÕES PARA ASSISTIR AO RALI

Se assistir ao Rali...
lembre-se que não
precisa de bebidas
alcoólicas para se divertir.
Se consumir alguma bebida
alcoólica faça-o com
moderação e não conduza.



RECOMENDAÇÕES PARA ASSISTIR AO RALI

Se assistir ao Rali...
Mantenha as crianças sob
vigilância constante.



Região Autónoma
da Madeira
Governo Regional

DRS

Secretaria Regional
de Saúde e Proteção Civil
Direção Regional da Saúde

