



CALDO...COSA FARE

CONSIGLI E INFORMAZIONI

RIDURRE L'ATTIVITÀ FISICA

COPRIRE IL CAPO

OSCURARE LE FINESTRE

FARE BAGNI E DOCCE FREQUENTI

COPRIRE IL CAPO QUANDO SI ESCE ALL'APERTO E USARE
OCCHIALI DA SOLE

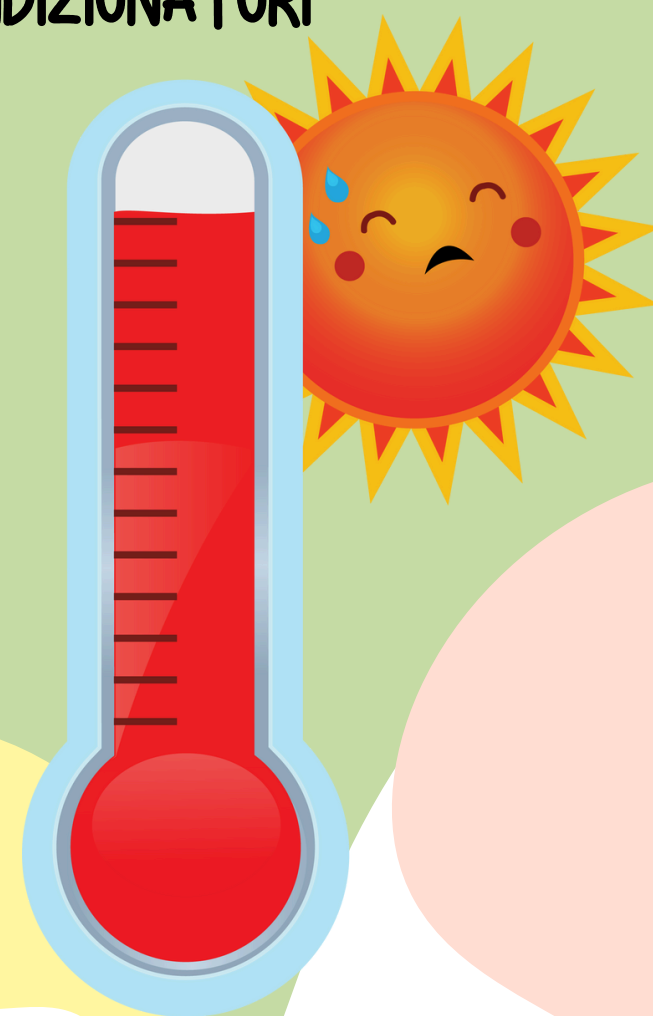


CONSUMARE FRUTTA TRA UN PASTO E
L'ALTRO, RICCA DI ACQUA E SALI
MINERALI.

CONSUMARE PASTI LEGGERI, SCEGLIERE CIBI RICCHI
DI ACQUA E SALI MINERALI, COME FRUTTA,
VERDURA,

BERE MOLTA ACQUA A TEMPERATURA AMBIENTE,
ANCHE SE NON AVETE SETE

FARE ATTENZIONE AI CONDIZIONATORI



PER ULTERIORI
INFORMAZIONI È ATTIVO
24 ORE SU 24
IL NUMERO VERDE DELLA
REGIONE VENETO
800 - 535535

CONTRO IL CALDO...COSA NON FARE?

- NON ESPORSI AL SOLE
- EVITARE LE BEVANDE
GHIACCiate
- NON ASSUMERE
SUPERALCOLICI
- MODERARE L'ASSUNZIONE DI
VINO
- EVITARE I CIBI GRASSI COME I
FRITTI O CIBI TROPPO
ELABORATI E PICCANTI O
ALIMENTI TROPPO RICCHI DI
ZUCCHERO
- EVITARE ATTIVITÀ FISICA
GRAVOSA
- EVITARE I LUNGI VIAGGI.

CHI CHIAMARE IN CASO DI NECESSITÀ

- IL MEDICO DI MEDICINA GENERALE / IL PEDIATRA DI
LIBERA SCELTA
- IL SERVIZIO DI CONTINUITÀ ASSISTENZIALE (EX
GUARDIA MEDICA)
- IL NUMERO DI EMERGENZA 118 SE LA PERSONA
ACCUSA UN MALORE IMPROVVISO PER QUALSIASI
CAUSA O IN QUALSIASI ALTRA SITUAZIONE CHE METTA
IN PERICOLO LA SUA VITA