

WARNING:

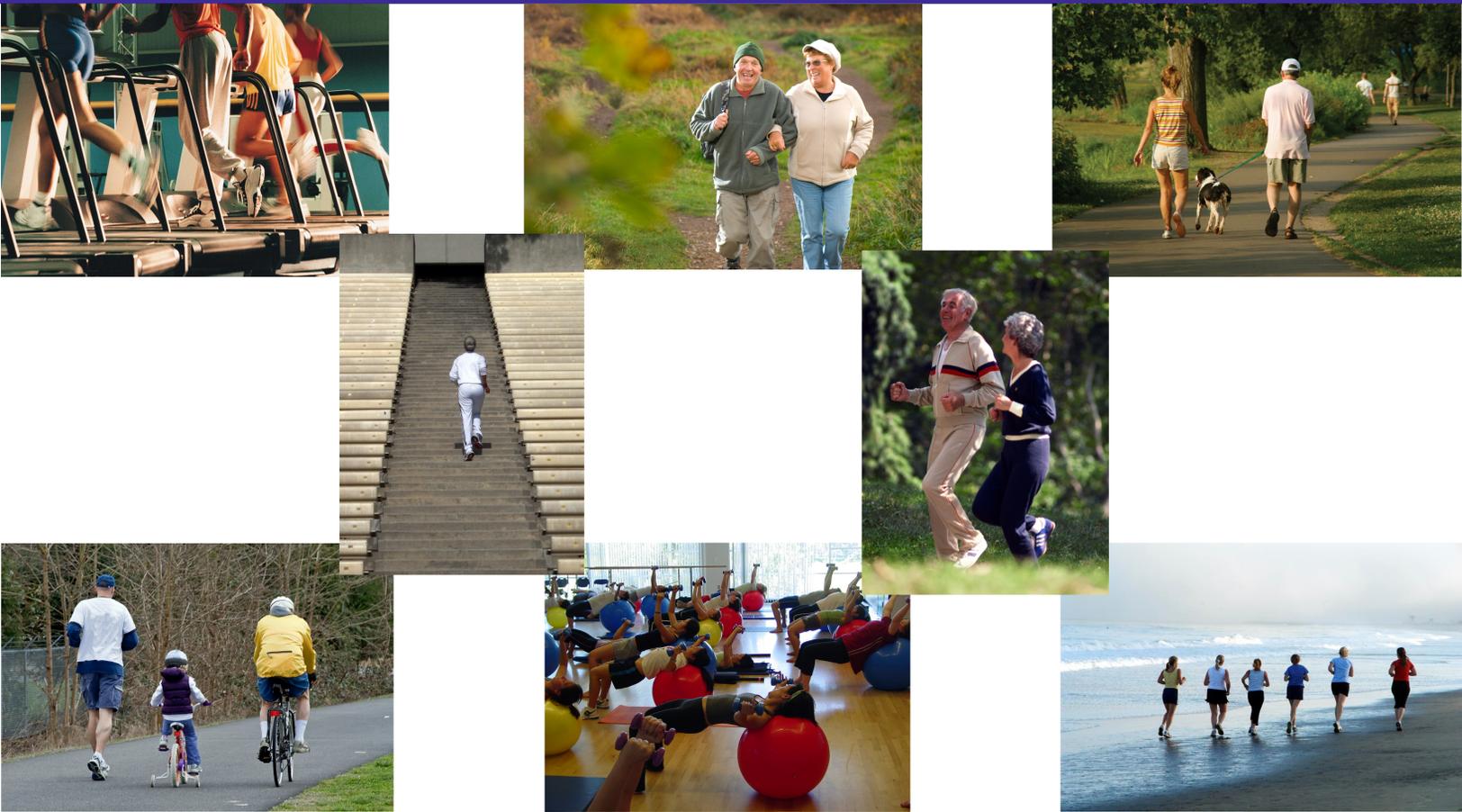
**NÃO FAZER EXERCÍCIO
REGULARMENTE**

**AUMENTA O RISCO DE
FICAR DOENTE OU DE
NÃO MELHORAR DA SUA
DOENÇA**

É tempo de se pôr «em movimento»!

A investigação mostra claramente que o exercício regular previne a doença, melhora a saúde, proporciona bem-estar, melhora a confiança e a qualidade de vida.

FAÇA EXERCÍCIO ... pela SUA saúde!



PRESCREVA EXERCÍCIO ... pela saúde dos OUTROS!



INCENTIVE AO EXERCÍCIO ... pela saúde de TODOS!

