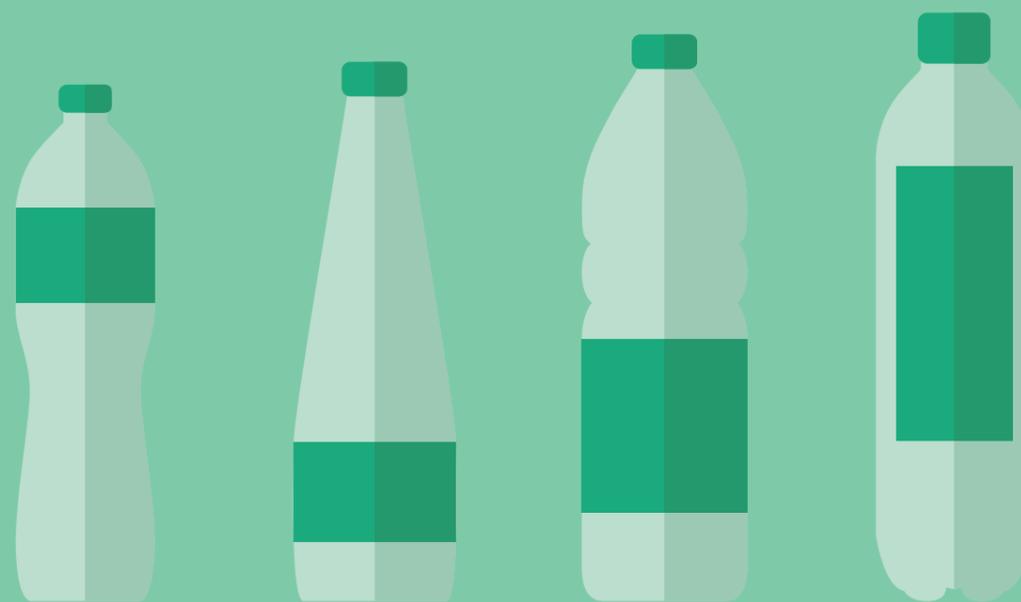


Já se hidratou hoje?



A dica é encher uma garrafinha e andar com ela para onde for, assim não tem como esquecer!

E não se esqueça de tomar água de pouco em pouco frequentemente, como, por exemplo a cada 10 minutos.

PROGRAMA

**Bem-Estar
& Saúde**

Unimed 
Curitiba