

A revista do seu seguro de saúde

OS CUIDADOS

COM A SAÚDE

DOS MAIS JOVENS

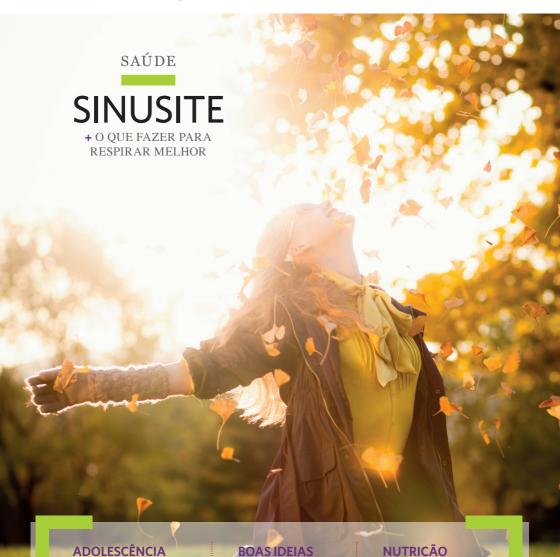


Out/Inv 2012 | n°1

COMO OS

ANTIOXIDANTES

NOS PROTEGEM



LIDAR COM O

FRIO DENTRO E

FORA DE CASA

O MELHOR TEMPO DA SUA VIDA!

Acabaram-se as férias e foi-se o calor, mas aqui tem a revista do seu seguro de saúde com as dicas, os artigos e o espírito positivo que já conhece. Nesta edição quisemos trazer-lhe informação para que o tempo frio seja mais uma razão para cuidar da sua saúde e redescobrir a melhor forma de viver. Começamos com um artigo sobre sinusite. Trata-se de uma doença cujos episódios podem ser aliviados com algumas precauções. Leia o artigo, faça o Quizz e perceba melhor como lidar com a sinusite.

O tema seguinte é a saúde do adolescente. Regra geral, esta é a idade da maior saúde física mas há aspectos que têm de ser vigiados, sobretudo nalgumas fases.

Explicamos-lhe tudo! Na secção "Boas ideias" damos-lhe dicas para que as temperaturas baixas não afectem a sua saúde nem o seu estado de espírito. E também lhe dizemos os truques principais para manter a sua casa quente... sem gastar dinheiro.

No que toca à nutrição, a estrela desta revista são os alimentos antioxidantes. Saborosos e acessíveis, protegem a sua saúde pois ajudam a impedir o enfraquecimento do sistema imunitário. Trazemos ainda receitas para enriquecer as suas refeições e dar mais brilho aos seus dotes culinários. Esperamos que passe bons momentos com a sua revista e que ela contribua para passar o melhor Outono-Inverno





Ficha Técnica LOGO OUTONO/INVERNO 2012

PERIODICIDADE

Semestral

PROPRIEDADE

Logo Seguros

PRODUÇÃO

Direcção de Qualidade

e Organização (AdvanceCare)

CONCEPÇÃO, DESIGN,

PAGINAÇÃO E PRODUÇÃO

Plot - Content Agency

FOTOGRAFIAS

Thinkstock







