

Dora-Sin Vai à Praia

Sabes que o sol é indispensável à vida.

Os raios solares ajudam a fabricar a vitamina D, fundamental para o desenvolvimento dos ossos.

O sol dá luz, calor, energia e alegria.

Mas também pode ser perigoso!

Cuidados a ter com o sol:

- Evitar estar ao sol nas horas em que o sol é mais “forte” (entre as 12h e as 16h).
- Usar um chapéu e óculos de sol.
- Aplicar protetor solar de 2 em 2 horas (proteção 50).
- Beber água com frequência .

A Estrela Dora –Sin gosta de ir à praia, mas tem estes cuidados todos.

E tu?

