

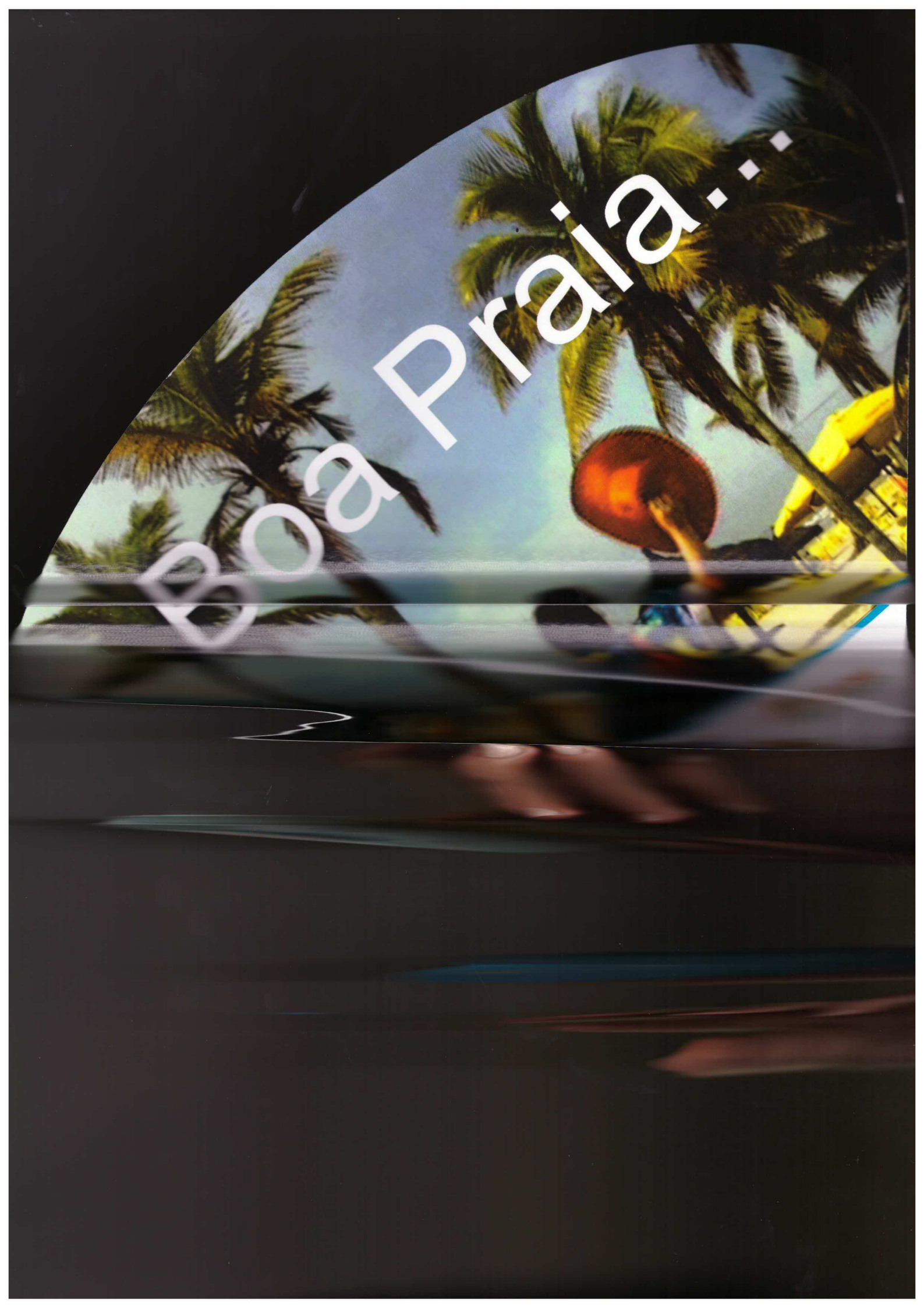
Boa Praia...

Projeto
Beija Mar

 **Barong**
www.barong.org.br

 **Contraceção de emergência**
Ativ. realizadas em promoção de conscientização e responsabilização em contraceção de emergência

Boa Praia...



CURTA E NÃO ESQUEÇA...

DE CUIDAR DE VOCÊ:

- dirija devagar e com cuidado
- evite andar com muito dinheiro e todos os seus documentos
- não abuse do sol e use filtro solar e chapéu ou guarda sol
- não entre no mar alcoolizado e respeite sempre a correnteza
- procure se hidratar continuamente, de preferência com água
- prefira alimentos leves e saudáveis

- não aceite bebidas ou drogas de estranhos
- se for fazer tatuagens, use agulhas descartáveis
- use camisinha se for transar

- em caso de sexo com risco de gravidez, é importante buscar a contracepção de emergência

E CUIDAR DO RESTO...

- não jogue lixo no chão e leve sempre um saquinho com você
- cigarro também é sujeira, jogue a bituca em lixeiras
- não leve animais para a praia
- respeite as pessoas da região, inclusive os comerciantes

- não mexa com crianças desconhecidas
- não se meta em brigas e provocações
- nunca faça sexo com crianças
- se assistir algum acidente ou afogamento procure auxiliar chamando um guarda-vidas ou buscando um pronto-socorro