



Cofinanciado pelo
Programa Erasmus+
da União Europeia



EU QUERO SENTIR-ME BEM!

Introdução

Esta informação só reflete a visão Consortium ea Comissão não é responsável por qualquer uso que possa ser feito da informação que ele contém.

4 SESSÕES DE FORMAÇÃO



HIGIENE PESSOAL



1



2

LIMPEZA DA CASA



4 SESSÕES DE FORMAÇÃO



ACOMPANHAMENTO MÉDICO E MEDICAÇÃO

3



ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL E EXERCÍCIO FÍSICO



4