



Semana da Saúde

cuidando do corpo e da mente

de 23/04 a 26/04

A mudança de hábitos e rotinas são muito importantes em nossas vidas. São ações simples que fazem toda a diferença.

Movimente-se: pratique exercícios físicos com frequência.

Pense positivo: enfrente as dificuldades de maneira mais otimista. **Alimente-se bem:** tenha uma alimentação equilibrada e balanceada. **Cuide de seu corpo:** procure seu médico regularmente e realize seus exames periódicos.

Alongue-se: evite problemas futuros. **Valorize seu sorriso:** vá ao dentista regularmente. Veja a programação completa em nosso site, www.tre-se.jus.br.



Tribunal Regional Eleitoral
de Sergipe



ASCOM
ASSESSORIA DE COMUNICAÇÃO TRE-SE