

# novembro azul

**O HOMEM  
QUE SE CUIDA  
NÃO PERDE  
O MELHOR  
DA VIDA!**

**Homens a partir dos 40 anos,  
procurem o serviço de saúde  
ao menos uma vez por ano.**

**Prevenir a doença no homem  
é melhorar sua saúde  
e qualidade de vida:**

**ADOTE UMA ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL**

**NÃO FUME E EVITE BEBIDAS ALCOÓLICAS**

**PRATIQUE EXERCÍCIOS FÍSICOS**

**No dia 13 de novembro  
17 as 20 horas**

- Orientações
- Vacinação
- Exames PSA e BK
- Aferição de P.A.

