



## DEZ MOTIVOS PARA VOCÊ AMAR O INVERNO

Oficialmente, o inverno começa nesta terça-feira, dia 21 de junho. Entretanto, este ano o frio chegou mais cedo e já provocou mudanças na rotina de muitas pessoas: ficar mais em casa e tomar banho quente são apenas algumas delas. O clima dessa estação é ideal para realizar alguns programas, seja a dois, em família ou entre amigos. Por isso, pegue um cachecol, tome um chocolate quente e se inspire nessas sugestões.

**1** Faça caminhadas ao ar livre;

**2** Abra a janela da sua casa e deixe o ar entrar;

**3** Reúna os amigos e faça um fondue;

**4** Curta as festas juninas;

**5** Aproveite para passear em locais fechados, como museus;

**6** Passe um dia na região serrana com a família;

**7** Faça a leitura de um bom livro;

**8** Organize piqueniques em parques;

**9** Escolha um bom filme e prepare uma pipoca;

**10** Doe agasalhos e roupas de cama para quem necessita.

FAÇA A DIFERENÇA NESSE INVERNO! COLABORE COM A  
DOAÇÃO DE COBERTORES PARA AS CRIANÇAS DO HUGG



Além de ser uma estação maravilhosa para aproveitar o frio, o inverno nos faz refletir sobre a necessidade de algumas pessoas. Quantas crianças estarão sem um agasalho ou um cobertor adequado nesse período?

Por esse motivo que a Sociedade dos Amigos da Pediatria do HUGG (SAPE) promove a campanha de arrecadação de roupas de cama, especificamente cobertores, para atender as crianças assistidas no hospital.

As doações podem ser feitas diretamente à SAPE. Outras formas de doação estão disponíveis no site: [www.sapeamigo.com](http://www.sapeamigo.com).