

U F F F F F

F F F F F F

F F F F F F

F F F F F F

Z Z Z Z Z

Z Z Z Z Z

Z Z Z Z Z

Treballant sota  
el sol, és important  
fer pauses per  
descansar  
i refrescar-se.

Un  
estiu  
sense  
UFFF.

U F F F F F F

F F F F F F F

F F F F F F F

F F F F F F F

E S S S S S S

S S S S S S S

S P L A I X

Un estiu sense UFFF.

A la platja, a la muntanya o fent esport, refresca't sovint i evita els cops de calor.

U F F F F F F F

F F F F F F F F

F F F F F F F F

F F F F F F F F

G L U G L U

G L U G L U

G L U G L U

G L U G L U

A l'estiu, hidrata't  
i mantén la casa  
fresca per reduir  
els efectes de  
l'onada de calor.

Un  
estiu  
sense  
UFFF.

U F F F F F F F

F F F F F F F F

F F F F F F F F

F F F F F F F F

G L U G L U

G L U G L U

G L U G L U

G L U G L U

Regula la  
temperatura  
del teu cos  
hidratant-te  
i refrescant-te.

Un  
estiu  
sense  
UFFF.

U F F F F F

F F F F F F

F F F F F F

F F F F F F

Z Z Z Z Z

Z Z Z Z Z

Z Z Z Z Z

A l'estiu, evita  
la calor continuada,  
sobretot si fas  
esforços físics.

Un  
estiu  
sense  
UFFF.