



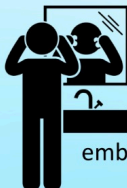
COMANDO DO 1º DISTRITO NAVAL

Banheiro



5 minutos
são suficientes

para higiene pessoal
de maneira adequada



Evite
barbear ou
depilar-se

embaixo do chuveiro
aberto



Escovar
os dentes

utilize uma caneca
ou feche a torneira



3 segundos
são suficientes

no acionamento do botão
da válvula de descarga