

# Salva-Vidas

## Seja SOLIDÁRIA

10 ideias para viver verdadeiramente o espírito da quadra

### 1. BEBA ESTA ÁGUA

A água mineral Earth Water está à venda por 59 cêntimos nos hipermercados Modelo e Continente, valor que reverte na totalidade para o programa de ajuda de água da UNCHR (Alto-Comissariado das Nações Unidas para os Refugiados).

<http://earth-water.org/>

### 2. RECICLE MAIS

Por cada tonelada de embalagens recicladas, a Associação Laço recebe 1,5 € para a compra de duas unidades móveis de rastreio do cancro da mama, que irão permitir fazer o exame a mais 20 mil mulheres por ano.

[www.2causaspor1causa.com](http://www.2causaspor1causa.com)

### 3. AJUDE COM GLAMOUR

Para este Natal, M.A.C propõe os cartões Kids Helping Kids (8 €) e o bâton compacto VIVA Glam Compact (41 €). As receitas totais revertem para a M.A.C Aids Fund, que apoia mais de 700 organizações, de todo o mundo, que proporcionam cuidados diários e serviços a pessoas infectadas pelo vírus HIV/SIDA.

[www.macaidsfund.org](http://www.macaidsfund.org)

### 4. VISTA AS CORES DA MODA

A nova coleção FTBC - Cancro da Mama no Alvo da Moda by women'secret, é composta por 13 peças, desde conjuntos de lingerie, calças, sweats, até carteiras e necessários, todas com o alvo roxo e amarelo (as cores de edição 2008). As receitas revertem a favor da Laço para a criação de um centro de excelência para diagnóstico e tratamento do cancro da mama, no Hospital de Santa Maria.

<http://www.laco.pt/ftbc/>

### 5. OFEREÇA A BONECA RUBIS

Criada por Sephora, Rubis é uma coelhinha muito coquete, com o seu vestido de veludo. O seu maior forte: um coração enorme. Na compra de uma boneca (10 €), três euros revertem a favor do Diferenças - Centro de Desenvolvimento Infantil.

[www.diferencas.net](http://www.diferencas.net)

### 6. ENVIE POSTAIS DE NATAL

A UNICEF propõe-lhe uma gama de artigos como agendas, postais, calendários, e muitos outros presentes para toda a família e amigos. A sua compra contribui para ajudar crianças de todo o mundo.

[www.unicef.pt](http://www.unicef.pt)

### 7. APOIE ESTA CAUSA

Adquira a pulseira solidária Miffy e ajude a Unidade de Pediatria do Hospital Pedro Hispano, em Matosinhos, na aquisição de um equipamento de ecografia, que detecta lesões cerebrais no feto, nas primeiras semanas de gestação. Está à venda, pelo valor simbólico de dois euros, naquele hospital, bem como, na loja Miffy, no Porto, e nas lojas NaturaPura, do Arrábida Shopping e do Centro Comercial Colombo.

[www.miffyshop.com.pt](http://www.miffyshop.com.pt)

### 8. ALIMENTE UMA IDEIA

Da próxima vez que for ao supermercado procure os Vales Banco Alimentar. Existem vales de salsichas, atum, leite, óleo, azeite e um vale com o conjunto desses cinco



M.A.C



UNICEF



MIFFY



produtos que deverá entregar na caixa e pagar. Os produtos serão posteriormente entregues pelo seu supermercado ao Banco

Alimentar. A campanha termina dia 7 deste mês.

[www.bancoalimentar.pt](http://www.bancoalimentar.pt)

### 9. AJUDE A ERRADICAR O TÉTANO

Por cada embalagem de fraldas, toalhotes e toalhas Kandoo, de Dodot, que comprar, a marca doa uma vacina contra o tétano que a UNICEF distribui nos países em desenvolvimento.

[www.dodot.pt](http://www.dodot.pt)

### 10. OFEREÇA A QUEM MAIS PRECISA

Dirija-se a uma estação de correios, escolha a instituição que quer ajudar, verifique os bens que esta necessita e coloque o seu donativo numa caixa de transporte. Os correios tratam da entrega, de forma totalmente gratuita.

[www.ctt.pt](http://www.ctt.pt)



SEPHORA



FTBC



UNICEF/DODOT