klik lekarz

18 PAŹDZIERNIKA
Dzień Służby Zdrowia

Bądź bohaterem swojego zdrowia – to Twoja Supermoc!

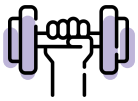
KTO DZIŚ ŚWIĘTUJE?



Lekarze, pielęgniarki, ratownicy – wszyscy, którzy dbają o nasze zdrowie!

To dzięki nim możesz czuć się bezpiecznie i wracać do formy.

JAK TY MOŻESZ POMÓC?



Ruch i sport: Bądź aktywny!



Zdrowa dieta: Jedz kolorowo!



Dobry sen: Wysypiaj się!



Rozmawiaj o emocjach: Zdrowie psychiczne jest ważne!

Pamiętaj: Profilaktyka to Twój superbohater!

Źródło danych: Kliklekarz.pl