

8
стаканов
воды в сутки



10 000
шагов в день



7-8 часов
сна в сутки

ТОЧКА ПОДЗАРЯДКИ

Ты знаешь, что у тебя есть суперсила? Да-да, она есть у каждого из нас - это наше **ЗДОРОВЬЕ**. Порой мы о нем забываем или наоборот растрачиваем попусту. **И сейчас настало время подзарядки!**

#ЗарядиОрганизмЖизнью

#СможетКаждый

500 г
овощей
фруктов в день



0
сигарет



ВОЛОНТЕРЫ-МЕДИКИ.РФ

#ЗдоровыеВести

#ТрекингПП

#РазрушителиМифов