



Apunta't a un estil de vida més saludable

Coneix el web estilosdevidasaludable.es

Aquí hi trobaràs recomanacions, eines interactives, vídeos i materials molt útils dels sis aspectos que més influeixen en la teva salut.



Activitat física



Alimentació



Benestar emocional



Consum de risc d'alcohol



Tabaquisme



Seguretat i lesions



Viure més anys amb millor salut és possible.

