



Adoptez un mode de vie plus sain

Consultez le site web estilosdevidasaludable.es

Vous y trouverez des conseils, des outils interactifs, des vidéos et de nombreuses choses utiles sur les six aspects qui influencent le plus votre santé.

-  Activité physique
-  Alimentation
-  Bien-être affectif
-  Consommation à risque d'alcool
-  Tabagisme
-  Sécurité et blessures



Vivre plus longtemps
en meilleure santé, c'est possible.

