

5 правил здорового сердца

1

отказ
от курения
и алкоголя



2

контроль
веса



3

овоци
и фрукты
ежедневно



4

физкультура
каждый день



5

умение
противостоять
стрессам



Центр общественного здоровья
и медицинской профилактики
КОГБУЗ «МИАЦ, ЦОЗМП»



