

Wiadomości

Wtorek, 17 listopada 2015

BY ZDROWYM BYĆ: 5 zasad zdrowia

Dlatego na ostatnim spotkaniu z cyklu „By zdrowym być” Zdzisław Kapera zapoznał nas z pięcioma podstawowymi zasadami, których przestrzeganie pomoże nam czuć się lepiej i zachować odporność w tym trudnym dla naszego organizmu czasie. Wśród nich znalazły się m.in. postulaty: zwiększenia liczby młodych komórek, przekształcania zanieczyszczeń w sole, walki z bakteriami chorobotwórczymi oraz regeneracji osłabionych narządów.

/CKiT/