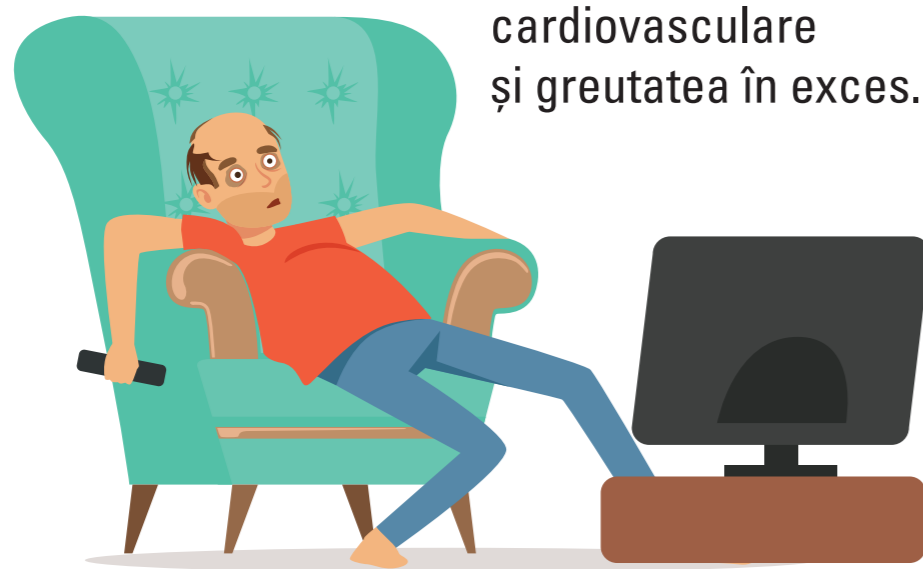


Sănătatea bărbatului, 40+

Cele mai dăunătoare obiceiuri pentru sănătate:

NU PRACTIC ACTIVITĂȚI FIZICE

Ca rezultat, apar afecțiunile cardiovasculare și greutatea în exces.



ÎMI FAC MEREU GRIJI

Stresul și nemulțumirea de sine îmi afectează organismul.



MĂNÂNC „FĂRĂ NORMĂ”

Alimentația în exces îmi distruge organismul mai degrabă ca oboseala și rutina zilnică.



CONSUM TUTUN ȘI ALCOOL

Consumul de tutun și alcool sunt **cele mai dăunătoare** moduri de a-mi dezechilibra organismul.



EVIT MEDICII

Ca rezultat, bolile îmi sunt depistate mult prea târziu pentru un tratament eficient.

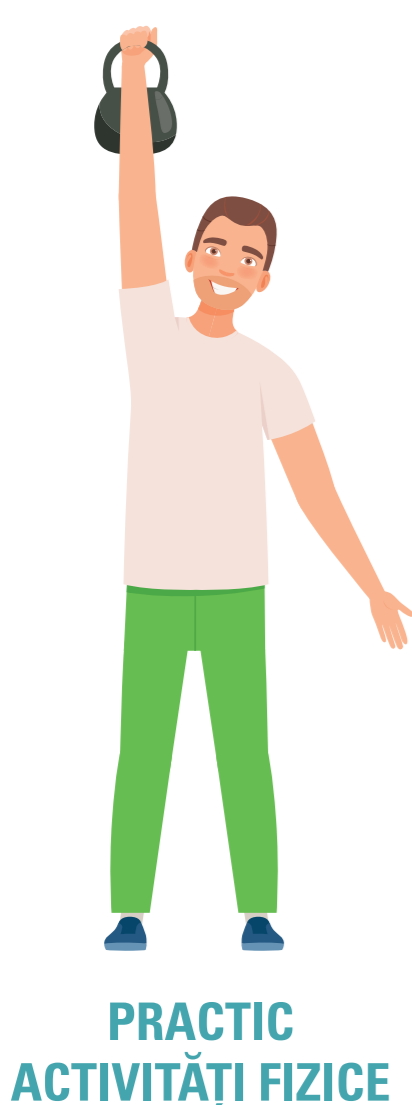


MĂ SIMT NEFERICIT

Dificultățile din viața personală sunt urmările problemelor acumulate și mă lipsesc de bucuriile vieții.



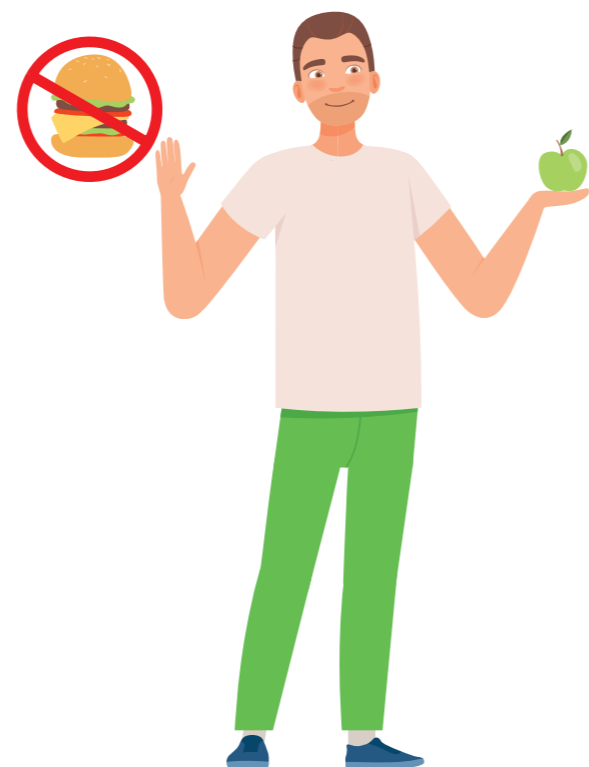
Cum să am o sănătate mai bună?



**PRACTIC
ACTIVITĂȚI FIZICE**



**DORM SUFICIENT
ȘI RESPECT REGIMUL ZILEI**



**RESPECT PRINCIPIILE
ALIMENTAȚIEI SĂNĂTOASE**



**RENUNȚ LA OBICEIURILE
DĂUNĂTOARE**



**AM GRIJĂ DE SĂNĂTATEA PERSONALĂ
ȘI MERG REGULAT LA MEDIC**



SUNT FERICIT



Ministerul Sănătății,
Muncii și Protecției Sociale
al Republicii Moldova



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra
Swiss Agency for Development and Cooperation SDC
Agenzia Elvetica per lo Sviluppo e Cooperazione
Швейцарское управление по развитию и сотрудничеству

Swiss TPH

Swiss Tropical and Public Health Institute
Schweizerisches Tropen- und Public Health-Institut
Institut Tropical et de Santé Publique Suisse



Proiect
Viață Sănătoasă
Reducerea poverii bolilor netransmisibile