

# ПРОФИЛАКТИКА ПЕРЕЛОМОВ И НЕ ТОЛЬКО...

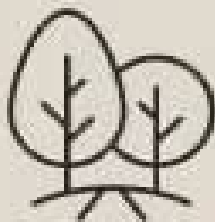




Правильно питаться



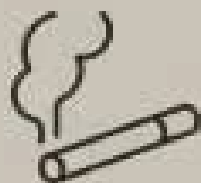
Вести подвижный образ жизни



Гулять на свежем воздухе



Избегать стрессов



Отказаться от вредных привычек



Потреблять витамины и минералы в достаточном количестве