

# Здравословният избор може да

# промени вашия ЖИВОТ!

1

## Тайните на здравето

Животът е изграден от избори, някои от които имат трайни последици. Дали вие ще изберете да купите синя или сива кола, това няма да промени вашия живот. Но каквото изберете да имате

във вашия хладилник, да правите в свободното си време или да мислите за своите близки, може да има огромно значение за вашето здраве и щастие. Нашият генетичен строеж е отговорен само за малка част от нашите болести. Един дълъг, здравословен и щастлив живот има много да извърши с ежедневните избори за начина на живот. Инвестирайте в развитието на физическо, умствено, социално и духовно здраве и ще бъдете

възхитени от резултатите. Това може да бъде просто: като редовно се разхождате, като сте благодарни, като спите достатъчно или пиете повече вода. Изберете да подобрите вашето здраве 🍷

## Вие може да започнете днес!



ЦЪРКВА НА АДВЕНТИСТИТЕ  
ОТ СЕДМИЯ ДЕН

150  
ГОДИНИ

Здравно популяризиране

health  
MINISTRIES  
INTER-EUROPEAN DIVISION - EUD



www.secretsofwellness.org