

# Razem z nami wybierz zdrowy styl życia!

Wakacje to czas na „ładowanie akumulatorów”.

Po całym roku pracy, obowiązków i stresu marzymy o wypoczynku. Każdy z nas wybiera inną formę wypoczynku.

Jedni są aktywni inni oddają się słodkiemu lenistwu.

My zdecydowanie wybieramy aktywność!

Zachęcamy do wysłuchania rozmowy z fizjoterapeutką Panią Emilą Pulnar, która przekonuje, że aktywność = zdrowie.

<https://radiosovo.pl/wp-content/uploads/2024/07/wywiad-z-fizjoterapeuta.mp3>



Sfinansowano ze środków Narodowego Instytutu Wolności –  
Centrum Rozwoju Społeczeństwa Obywatelskiego  
w ramach Rządowego Programu Wspierania Rozwoju  
Organizacji Poradniczych na lata 2022-2033

