



BIULETYN "BĄDŹ ZDRÓW" - STYCZEŃ-MARZEC 2024

CENA: **1,40** EUR

CZAS WYSYŁKI: 24 GODZINY

Numer katalogowy: pl65133

Kod EAN: pl65133

OPIS PRZEDMIOTU

Z radością oddajemy w Wasze ręce najnowszy numer kwartalnika "Bądź Zdrow". Jesteśmy przekonani, że zimowa pora to doskonały czas na zadbanie o swoje zdrowie i dobre samopoczucie. W nowym wydaniu skupiamy się na różnorodnych aspektach dbania o siebie, poczynając od zdrowego snu w zimowe noce, poprzez noworoczne postanowienia, po zimową harmonię wspieraną aromaterapią olejków eterycznych.

W pierwszym artykule przyjrzymy się, jak poprawić jakość snu w chłodne noce, co jest niezwykle istotne dla naszego ogólnego zdrowia i samopoczucia. Nowy Rok niesie ze sobą nowe możliwości, dlatego w drugim temacie skupimy się na zdrowych postanowieniach, które mogą wpłynąć pozytywnie na nasze życie w nadchodzących miesiącach.

W trzecim artykule zanurzymy się w świat aromaterapii olejkami eterycznymi, odkrywając, jak mogą one wspomagać nasze zdrowie i przyczyniać się do harmonii psychicznej. Ponadto, nie zapomnieliśmy o popularnych artykułach z Instytutu Integracji Medycyny (integmed.pl), prezentując Wam najciekawsze i najnowsze informacje z dziedziny medycyny integracyjnej.

Mamy nadzieję, że kolejny numer "Bądź Zdrow" dostarczy Wam inspiracji do podejmowania zdrowych wyborów i pozytywnych zmian w Waszym życiu. Życzymy Wam przyjemnej lektury i wielu zdrowych, radosnych chwil w nadchodzącym czasie!