

**CON UNA VIDA SALUDABLE,
VIVIRÁS MEJOR**

#PlanSaludAragón



Come bien

**Alimentación sana,
equilibrada y sostenible.**

En casa, en el trabajo,
en la infancia,
en la adolescencia
y en edades adultas



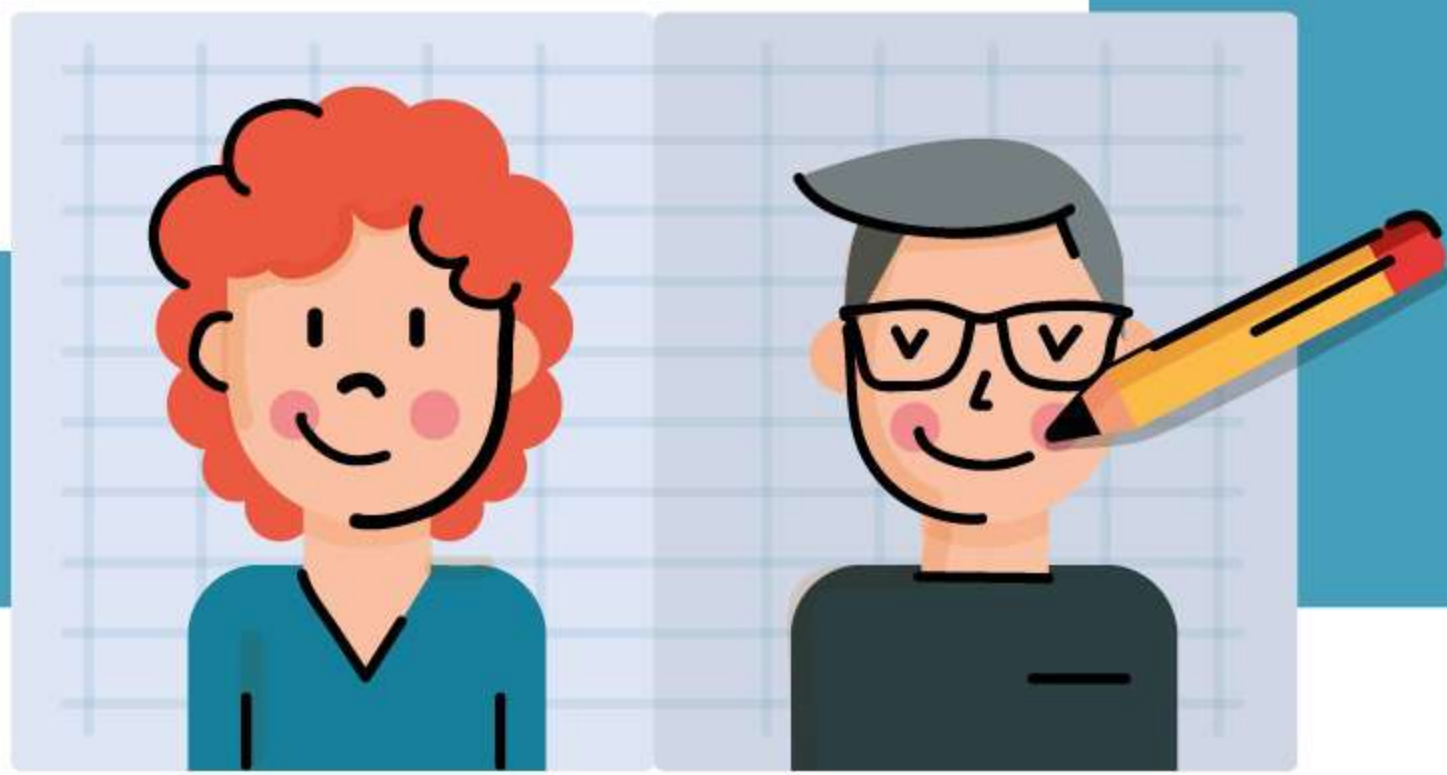
Evita el sedentarismo

**Lleva una vida activa,
lúdica y social**



**Di no a los malos
humos y al alcohol**

**El tabaco y otras sustancias adictivas
son muy negativas para la salud**



Mejora tu bienestar emocional

Controla el estrés

y disfruta de una adecuada salud afectiva y sexual

#VidaActivaVidaSana



plansaludaragon.es

