Минздрав России запустил портал Takzdorovo.ru, который поможет искренне полюбить здоровый образ жизни, достичь физического и психологического благополучия.

Takzdorovo.ru — официальный портал Минздрава России, где можно найти актуальную информацию и полезные советы о том, как поддерживать свое здоровье и вести активный образ жизни.

Портал содержит:

- Трекеры по формированию здоровых привычек;

- Полезные калькуляторы;

- Тесты состояния здоровья;

- Советы молодым родителям;

- Советы для пожилых;

- Информация о диспансеризации;

- Календарь прививок;

- Рекомендации по вкусному, доступному и здоровому питанию;

- Справочник заболеваний и др.

Все материалы созданы в сотрудничестве с ведущими специалистами российского здравоохранения и содержат исключительно достоверную информацию, подтвержденную современными исследованиями. Не откладывайте на понедельник или на следующий год возможность изменить свою жизнь. Сделайте это сейчас с сайтом Takzdorovo.ru, перейдя по ссылке https://www.takzdorovo.ru/