

# 11 conseils de santé



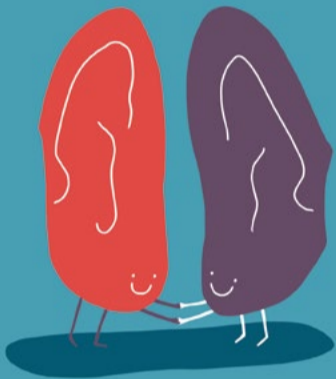
1. Bougez avec votre corps



2. Mangez sainement et buvez surtout de l'eau



3. Arrêter de fumer



4. Connectez-vous avec d'autres personnes



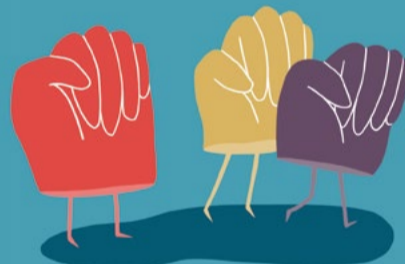
5. Organisez-vous dans votre quartier



6. Soyez fier de chaque pas en avant



7. Le meilleur médicament ?  
Une dose de nature !



8. Affiliez-vous à un syndicat



10. Détendez-vous suffisamment



11. La santé est un droit



9. Défendez vos droits



Consultez notre site web pour plus de conseils.

médecine   
pour le peuple