



KÔD ZDRAVLJA



- 0** Без цигарета
- 3** Пешачити 3 km дневно (или 30 km недељно), или бити сваки дан 30 минута физички активан
- 5** 5 порција воћа и поврћа дневно
- 140** Систолни крвни притисак мањи од 140 mmHg
- 5** Укупни холестерол мањи од 5 mmol/l
- 3** LDL холестерол мањи од 3 mmol/l
- 0** Без гојазности и повишеног шећера у крви

http://izjzv.org.rs/app/kod_zdravlja



Град Нови Сад
Градска управа за здравство



ИНСТИТУТ ЗА
ЈАВНО ЗДРАВЉЕ
ВОЈВОДИНЕ

Zdravo srce **MOJ IZBOR** upoznaj svoj **RIZIK**