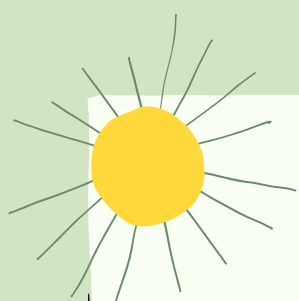


IL DIRITTO ALLA SALUTE

LO STATO, IN ITALIA, GARANTISCE A TUTTI IL DIRITTO ALLA SALUTE E ALLE CURE MEDICHE GRATUITE. RICORDA CHE È ANCHE UN TUO DOVERE TUTELARTI PER STARE BENE E VIVERE IN SALUTE.



AMARE LA FAMIGLIA

Stare con la famiglia aiuta ad essere felici. Saper vivere in famiglia fa stare in armonia la persona. Seguire l'esempio dei genitori aiuta a crescere.

FARE SPORT

Per stare in salute è importante dedicarsi all'attività fisica poiché aiuta a sviluppare i muscoli e a scongiurare eventuali malattie.

MANGIARE SANO

Essere in salute significa avere un'alimentazione sana ed equilibrata. Seguire un regime alimentare corretto è importante per raggiungere un'armonia fisica e psichica.

LEGGERE

Per stare bene si può scegliere di leggere poiché questa abilità favorisce la concentrazione, l'attenzione e ci offre spunti di riflessione.

STARE CON GLI ALTRI

Stare con gli altri aiuta a fare nuove esperienze e a confrontarsi. Avere degli amici ci fa stare bene e aiuta a socializzare.