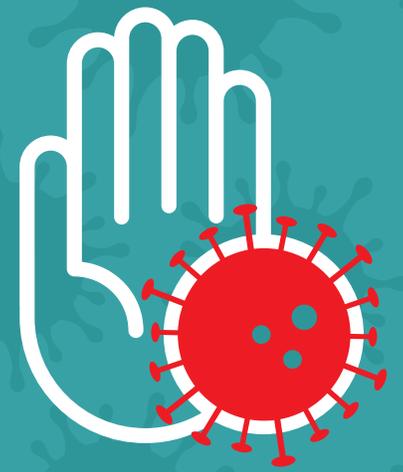




SE PROTEGER

Du COVID-19



Manger des Super-aliments qui combattent les Virus



Chou

Légumes Verts



Roquette



Epinard



Persil



Bette



Oignon



Origan



Ail



Gingembre



Citron



Raisin

Fruits



Grenade



Kiwi



Melon

Stopper et diminuer les choses qui affaiblissent votre corps



Fumer



Sucre



Alcool



Graisses et
Viandes

Construire un esprit sain et un corps fort



Lumière du Soleil



Repos



Air Pur



Beaucoup d'Eau
Boire • Se laver et se
désinfecter



Exercice



Confiance en Dieu
Penser sereinement

Vivre Sain Vivre Bien

