

هفت اصل خون مراقبتی



استفاده منطقی و مسئولانه از محصولات و خدمات خود مراقبتی



بهزیستی روانی و خود آگاهی عاملیت



دانش و سواد سلامت

24 JULY



تغذیه سالم



پرهیز و کاهش عوامل خطر



رعایت بهداشت



فعالیت بدنی



International self care day

اداره مشاوره مبتنی بر سبک زندگی ایرانی اسلامی دانشگاه علوم پزشکی کردستان