



التزامنا بالطرق الوقائية الصحيحة ..
واتباع الإرشادات الصحية ..
يعزز بتقوية جهازك المناعي ...
#تطمئن
#النجاة_الخيرية
#فزعة_للكويت

3. طرق لتعزيز جهازك المناعي والوقاية من فيروس كورونا



اتباع نظام
غذائي صحي



النوم
الكافي



ممارسة
الرياضة

النجاة الخيرية
ALNAJAT CHARITY