



النجاة الخيرية
@AlNajatOrg

...

أهم 3 طرق فعالة لتعزيز جهازك المناعي والوقاية من فايروس
#كورونا

#النجاة_الخيرية

[Translate Tweet](#)

طرق لتعزيز جهازك المناعي
والوقاية من فيروس كورونا

3.



اتباع نظام
غذائي صحي



النوم
الكافي



ممارسة
الرياضة

النجاة الخيرية
ALNAJAT CHARITY

المصدر: [7344 / 7344 / 7344 / 7344](#)