



**Opublikowane na:** Mława (mlawa.pl)

**Autor:** Krzysztof Napierski

---

**Z s**







**Czy wiesz,  
że otyłość...**

... JEST CHOROBA, KTÓRA ZWIĘKSZA RYZYKO NAJ. MIĘDZY-  
CY NALEŻY KRWIONOSNYCH, CHOROBY UKŁADU KRĄŻENIA, CO-  
RZECYCY TYPU 2 I NOWOTWORÓW, W TYM GRUCZNIAKÓWKĘ  
PRZESYŁKĄ, RAKA NERKI, JELITA GRUBEGO I OBYTYNICY, TRZUST-  
KI, PĘCZYTKA ŻOŁCIOWEGO ORAZ BŁONY ŚCIEŻYWKI NAJCIY  
I PIERZI U KOBIET PO MENOPAUZIE? ŚWIATOWA ORGANIZACJA  
ZDROWIA SZACUJE, ŻE OKOŁO 3-4% NOWOTWORÓW JEST SP-  
WODZIWIANA NADWAGĄ I OTYŁOŚCIĄ.

**JAK ŻYĆ I JEŚĆ,  
ABY PRZECHYTRZYĆ RAKA?**

Advertisement featuring a family of four (father, mother, and two children) running happily on a dirt path outdoors. Above the title, there are small images of various fruits and vegetables: a tomato, a green pepper, an orange slice, and a green apple.


# JAK ŻYĆ JESĆ, ABY PRZECHYTRZYĆ RAKA?










 **Bezpieczny Senior w domu**

**Włamania do mieszkań**

Włamywacz najczęściej wchodzi przez drzwi. Próba wejścia do mieszkania lub domu przez balkon, okno lub okienko w piwnicy może być zauważona przez przypadkowego obserwatora i natychmiast zakwalifikowana jako działanie włamywacza. Włamywacz wybiera zatem drzwi, w których zamki może otworzyć szybko i cicho, nie wzbudzając podejrzeń.

**Włamywacza zniechęcają i odstrasza**

... antywłamaniowe zamki.





---

**Adres źródłowy:** <https://mlawa.pl/index.php/galeria/z-seniorami-o-zdrowiu-i-bezpieczenstwie>