



**Opublikowane na:** Mława (mlawa.pl)

**Autor:** Krzysztof Napierski

---

**Z s**







**Czy wiesz, że otyłość...**

... jest chorobą, która zwiększa ryzyko m.in. miażdżycy naczyń krwionośnych, chorób układu krążenia, cukrzycy typu 2 i nowotworów, w tym gruczolakoraka przełyku, raka nerki, jelita grubego i odbytnicy, trzustki, pęcherzyka żółciowego oraz błony śluzowej macicy i piersi u kobiet po menopauzie? Światowa Organizacja Zdrowia szacuje, że około 3-4% nowotworów jest spowodowana nadwagą i otyłością.

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

Advertisement for cancer prevention 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/galeria/z-seniorami-o-zdrowiu-i-bezpieczenstwie>