

# Dbając na co dzień o innych łatwo zapomnieć o swoich potrzebach. Dziś wybierz siebie!

Zanim rozpocznie się wieczór, zrób coś dla swojego zdrowia!

## 28 maja o 16:00

Zapraszamy na spotkanie, które będzie konkretne, życiowe i z dobrą energią – o tym, co naprawdę pomaga żyć dłużej, zdrowiej i lepiej. Bez rewolucji. Bez moralizowania. Bez obietnic cudów „od poniedziałku”.

O zdrowiu, sercu, stresie, ruchu i codziennych wyborach porozmawiają **Prezes Aneta Podyma** oraz **dr Anna Bartusiak-Chatys**



**Aneta Podyma**  
Prezes Zarządu Unum Życie



**dr Anna Bartusiak-Chatys**  
Lekarz kardiolog

A dla najbardziej zaangażowanych uczestników mamy **nagrody: zegarki Garmin**. Bo każdy krok w stronę zdrowia warto śledzić i... celebrować!

Bądźcie z nami. Wybierzcie siebie!



Garmin  
Venu 3