



МИНИСТЕРСТВО
ЗДРАВООХРАНЕНИЯ
САМАРСКОЙ
ОБЛАСТИ



Личное Участие
БЛАГОТВОРИТЕЛЬНЫЙ ФОНД

Профилактика туберкулеза — наша общая ответственность

Туберкулёз — опасное заболевание. Хороший сон, правильный распорядок дня и здоровое питание обеспечат крепкий иммунитет.

Эти три приложения помогут
вам следить за своим здоровьем
самостоятельно и бесплатно

Подсчёт шагов

Pacer

Больше физической активности
и прогулок на свежем воздухе



iOS



Android

Умный будильник

Sleep Cycle

Здоровый сон —
важнейшая составляющая
общего благополучия



iOS



Android

Баланс воды в организме

Water Drink Reminder

Наше здоровье
напрямую зависит от
уровня воды



iOS



Android



На сайте сокпд.рф вы найдете всю актуальную информацию о работе противотуберкулезной службы Самарской области и сможете задать вопросы специалистам.
Здоровья вам и вашим близким!