

四大 健康心脏行为

以下每一条信息都代表我们建议的**四大**健康行为之一。
请为即将到来的健康指导课程选择一个下述主题：



多多运动。



好好吃。



健康生活。



不吸香烟和
电子烟。

补充意见或说明：

四大改编自八大心血管和糖尿病健康心脏行为，具体可参见 Washington State Cardiovascular Connection
(华盛顿州心血管连接) 网站：<https://waportal.org/partners/home/cardiovascularconnection>。



DOH 345-371 March 2022 Simplified Chinese



WISEWOMAN™
Well-Integrated Screening and Evaluation
for WOMen Across the Nation