

# Fitness

fitness

allenamento

stretching

pesi

forza

squat

cardio

atletico

intensità



# Alimentazione sana

alimentazione sana

verdure

frutta

proteine

fibre

cereali

mandorle

noci

superfood



# Salute mentale

salute mentale

meditazione

consapevolezza

rilassamento

stress

terapia

gratitudine

diario

resilienza



# Cura medica

cura medica

medico

infermiere

ospedale

ricetta

controllo

vaccino

soccorso

farmacia



# Malattie comuni

malattie comuni

raffreddore

influenza

febbre

tosse

allergia

emicrania

infezione

fatica



# Benessere

beneſſere

ſonno

pelle

yoga

ripoſo

maſſaggio

baſno

routine

maniſure



# Abitudini sane

abitudini sane

nutrizione

esercizio

idratazione

routine

postura

respira

camminare

sonno



# Guarigione olistica

guarigione olistica

agopuntura

massaggio

chiropratica

meditazione

erbe

riflesso

consulenza

guarigione



# Emergenza

emergenza

ambulanza

sanguinamento

ferita

frattura

ustione

soffocamento

shock

avvelenamento



# Attrezzature mediche

attrezature mediche

termometro

stetoscopio

siringa

raggi x

gesso

stampelle

benda

stecca

