

Mēs ceram, ka jaunais gads Jums ir sācies veiksmīgi, un, ka esat apņēmības pilni dzīvot veselīgi un būt aktīvi. Esam pārliecināti, ka esat arī pamanījuši ziņas par iespējamām izmaiņām ASV veselības apdrošinājuma likumdošanā, kas potenciāli var ietekmēt ikvienu no mums. Mēs kopā ar Jums uzmanīgi vērojam notiekošo.

Kamēr gaidām uz lielajām maiņām likumdošanā, atcerēsimies, ka mazas dzīvesveida izmaiņas var nes ievērojamus veselības uzlabojumus. Par to liecina sekojošie fakti:

1. Vingrošana uzlabo smadzeņu darbību,
2. Kustības mazina stresu,
3. Vingrošana vairo Jūsu enerģiju,
4. Atrast laiku vingrošanai un sportam nav nemaz tik grūti,
5. Aktīvs dzīvesveids uzlabo attiecības ar līdzcilvēkiem,
6. Piekopjot veselīgu dzīvesveidu, Jūs slimosiet daudz retāk,
7. Vingrošana uzlabo sirdsdarbību,
8. Vingrošana ļauj baudīt ēdienu, kontrolējot svaru,
9. Vingrošana uzlabo Jūsu produktivitāti,
10. Svara zaudēšana nav pats svarīgākais iemesls vingrošanai.

Jūs varat būt droši, ka šodienas mazās izmaiņas nesīs lielus rezultātus rītdien. Atcerieties, ka ALPF apdrošinājumi palīdzēs Jums ne tikai saslimšanas gadījumos, bet arī rūpējoties par veselīga dzīvesveida uzturēšanu. Mēs piedāvājam labus plānus, zemas cenas un lielisku apkalpošanu!

Novēlam Jums veselīgu un fiziski aktīvu gadu!

