



## **Jabłko na zdrowie!**

2019-02-11

**Dziś, 11 lutego obchodzimy Światowy Dzień Chorego. Z tej okazji pacjenci Szpitala Specjalistycznego im. Stefana Żeromskiego otrzymają dodatkową porcję witamin.**

Każdy pacjent „Żeromskiego” dostanie jabłko. W ten sposób lekarze przypomną pacjentom, że owoce to prawdziwa bomba witaminowa. Zawierają witaminy: A, C, E, K oraz te z grupy B. Dodatkowo w jabłku znajdziemy: niacynę, beta-karoten, tiaminę, ryboflawinę, kwas foliowy.

Każda z powyższych substancji ma ogromny wpływ na nasze zdrowie oraz kondycję. Witamina A dba o nasze oczy, witamina C o odporność, witamina E o skórę, witamina K o kości, a z kolei witaminy z grupy B o nasz układ nerwowy.

Akcja jest możliwa dzięki dwóm firmom, które dostarczyły chorym owoce.